

13. Juni 2019

Essenszusammensetzungen

Meine Kinder, auf Anfrage von einigen von euch möchte Ich heute einmal auf dieses Thema näher eingehen. Der Großteil der Menschheit ernährt sich falsch - aus Sicht seines Körpers. Man muß dazu aber auch sagen, dass nicht alle Menschen das Gleiche vertragen. Alleine schon die sogenannte "Milch-Eiweiß-Intoleranz" betrifft sehr viele Menschen. Einige werden danach Veganer und es geht ihnen meistens besser dadurch, andere ignorieren es komplett und wundern sich, dass sie immer wieder körperliche Probleme bekommen und wiederum andere wissen es gern nicht und meinen, dass die körperlichen Einschränkungen woanders her kommen. Wie sollte die optimale Essenszusammensetzung denn sein, Meine Kinder? Nun, für jeden Menschen etwas anders, wobei doch ein Hauptaugenmerk auf vegane Ernährung gelegt werden sollte, denn dadurch ist der tierische Anteil im Essen nahezu gegen Null und auch das Bewusstsein steigt. Wer sich freiwillig vegan ernährt, wird feststellen, dass mehr Leichtigkeit in sein Leben kommt und dazu auch eine bewusste Sichtweise verschiedener Dinge, für die vorher kaum etwas übrig war, denn durch bewusstes Fokussieren kommt auch viel Klarheit ins Bewusstsein. Soll heißen: Wer ab sofort einmal versucht, sich vom Vegetarier zum Veganer umzustellen, wird merken, wie sehr er als Mensch doch noch an bestimmte tierische Produkte gebunden ist. Amen.