**饮食行为中的黄金分割点**

神圣的光通过天国的纯洁的光存在欢迎内心的人。它按照神圣的意志，从神圣的智慧中说话。

上帝的精神为愿意的、内心的人提供了饮食行为的小准则，这样他们就能逐渐地、不狂热地改变自己的生活，在这方面也能遵守神圣的法律。

内在的人还没有成功地突破到神的饮食行为。他们在处理自然界的礼物时，很难接近天人的合法行为，同样也很难用内心的联系，敏感而仔细地准备它们来吃，并感激地吃。他们在长谈中讨论，每个人都根据自己发达的意识，例如，在餐馆吃饭时如何表现得体，或者客人应该采取什么态度。

由于每个内心善良的人对食物的摄入和在餐厅里的行为以及对仆人的看法都不一样，传道人问神的灵能给他们什么好的建议，以便他们也能在这里找到一个协议，引导他们进入团结、和平和和谐。

好吧，神的灵看每一个人的情况都与内在的人的看法有些不同，因为他从神圣的律法看一切。这是他的标准，也是光明的天国众生的生活准则。但是，众所周知，人几乎完全生活在一种相反的生命原则中，而天上的生命却没有这种原则。这就是为什么神的灵很难给你内在的人建议，以便你能在你完全不同的、非常个人的生活原则中更合法地生活。

此外，人和灵魂的意识在接受神圣的提示方面起着至关重要的作用，因为任何人如果还不能从内部感知他已经发展良好的灵魂，由于生活中一个或多个领域的极性逆转，通过他的情绪冲动，将发现很难理解神圣的建议或将其纳入他的生活。他将很难立即接受一个神圣的法律，例如在饮食行为方面，因为来自许多地球上的灵魂生命的极性逆转，还没有成为有意识的，目前还不允许这样做。因此，上帝之灵要求你对那些不能或还不想按照上帝之灵的指导方针生活的人有很多理解。

**也请不要按字面意思理解这个信息，因为否则就会有这样的危险：你不是看到其中的大意义，而是只短视地从各方面看个别词语，然后得出错误的结论，可能使你感到困惑。人类的语言是短视的，因此，如果你非常思索个别的词，你可能会误解这个信息中的许多内容，并失望地把它放在一边。灵性成熟的人不应该追求胡思乱想，否则他们对任何严肃而深刻的信息都不会感到快乐，只会黯然神伤地看待自己的生活!**

请不要把你的生活看得那么糟糕，因为如果你这样做了，你就会过多地陷入沉思，可能会陷入狂热，可能会对一个善良的人说坏话，或者责备他还没有按照你的意识态度在吃饭时观察这个和那个，然而这并不一定要正确。然后，这可能导致教诲和攻击，在某些时候以争端或大声争吵结束。真的，这将是一个爱神的人开始的和平和谦卑的生活的反面和糟糕的阶段。天堂生活中最重要的法律品质，和平和谦逊，肯定希望在通往神的高度的内在道路上，由一个善良的人更加发展。因此，要做好准备，活出它们。请非常注意，在通情达理和充满爱心的人之间，永远不会有意见冲突!

尽管人类意识的生活方式和观点不同，请在心中保持好朋友，当你注意到有人有不同观点时，请让步。这使你们内在的人团结起来，并使你们坚强地抵御黑暗灵魂的反对性攻击。诚然，他们试图用所有的可能性与与上帝相联系的人，以密集的方向为神圣的法律，使他们在心中产生冲突并远离对方。

如果你们意识到你们是好的天体朋友，而你们每个人在其他地方都或多或少地有非法的负担，这就可以防止。一个在救赎计划中工作的生命，化身为天体的任务，不可能在生活的许多方面有沉重的负担。请更多地了解这一点。

然而，可能有些人确实在生活的某个领域有沉重的负担，因为在几个化身中采取了错误或非法的生活方式。但从上帝之灵的角度来看，灵魂在生活的其他领域的两极化程度较低。因此，在其存在的整体结构中，它的负担只是很轻。如果心地善良的人被上帝之灵通过提到一个错误，而这个错误对他们来说是沉重的负担，那么有些人就误解了神圣的声明，并通过大量的内疚指责不必要地陷入抑郁或攻击性状态。

请完整地看待人类的生活，或者把它放在一张马赛克图片中，那么你就能更好地分辨出你是否只在生活的某一领域或在马赛克的某一块单独的地方承受了更多或更少的负担。那么你就不会把你从神的灵或已知的人那里得到的一丝自知之明看得那么严重，你也不会把自己与案件中负担沉重的人和灵魂相比。这样你就能保持冷静，也会对有价值的提示心存感激，因为你已经在伟大的人类马赛克图片中更多地认识了自己。然后你从内心感到，基本上你只需要在生活的这个或那个领域对自己多加努力，只要你诚实地准备放下一个非法的东西。

从神的角度来看，严重的缺点和弱点是指那些使人感到非常痛苦或身体疼痛的缺点。但是，来自救恩计划的人较少有重大过失的负担。门徒们被一个或多个堕落的暴力分子逼到角落或无望的情况时有发生，因此他们不得不自卫，自己也变得暴力起来。然而，这些暴力的精神负担过去和现在都不是那么大，与那些反复成为身体或暴力并希望保持这种状态的案例众生形成对比。他们不准备承认和悔改他们心理负担的一小部分。

相比之下，真诚的门徒们衷心地准备悔改他们先前的暴力行为，不管是出于什么原因曾经发生过，并把它们交给上帝的灵。这是与不可救药的堕落者的巨大区别，他们在自己身上感觉不到悔恨，因为他们有大量的负担或被相反的东西所掩盖。

**在你们这些真诚的人中，无论谁反复陷入同样的境地，尽管他知道得更多，但却不自觉地被敦促重复严重或轻微的违法行为，因此，他体内一定储存着强大的负能量场。这不允许当事人以不同的方式思考、说话和行动。从这样的行为中，你可以认识到你在哪些方面仍然有沉重的负担。**

请注意：如果你认识的人向你指出了一个错误，而你在处理阶段立即或稍后变得咄咄逼人，争吵不休，并思考如何拿出对方的错误和弱点，给予他报应，那么你在这方面仍有巨大的问题。这意味着你受到一个强大的负面能量场的影响，如果你想摆脱它，你应该更彻底地审视它。

请不要指责和责备，这些指责和责备大多是出于报复，因为人的反应是在他个人的骄傲中受到伤害。他不想承认自己的错误，所以他采用了不可救药的落水者的方法，扭转局势，进行反击。他们自己并没有把自己看得那么糟糕，而宁愿把对自己犯错的人看得更糟糕。一旦实现了这一点，他们就会很高兴，可以再次安然入睡，假装没有人要求他们思考和改变。

请不要再使用堕落众生的这种不吸引人的行为，要对自己诚实，在神面前承认错误。

如果你此刻不屑一顾，不能对自己的不当行为有深刻的认识，然而这些行为常常让别人感到不舒服，那么你在生活的这个领域仍然被许多负面的记忆所覆盖。

**把另一个人的暗示和你善意但失败的自知尝试交给上帝，并请求他给予你远见和更成熟的知识，以学会认识自己。然而，千万不要参与报复，因为这只能通过分歧和争斗给你和其他人带来新的痛苦。**

衷心努力成为谦卑的人，就像天国的人一样，将愿意放弃他个人的辉煌。他不再想作为一个特别好的、受人尊敬的人站在别人面前，因为他更愿意在自己和上帝面前诚实和真诚，没有装模作样的行为，这是他个人的自我意识一直灌输给他的。

请不要像刽子手一样谴责自己，因为在狂热主义中，这种情况可能发生。那些过去很有主见的人，如果一开始没有成功实现自己的既定目标，仍然倾向于迅速谴责别人，同样也会指责自己。这样的人也倾向于要么认为自己已经在天国里，处于实现神律的良好阶段，要么，如果他们处于冷淡的阶段，就会遗憾地指责自己。如果有人在这个冷淡的阶段向他们指出一个错误，而他们并没有注意到，那么他们的反应就是惊恐，不愿意相信他们还能这样。他们宁愿否认一切，躲起来，不见任何人，直到他们清楚地认识到他们确实忽略了什么。

在这一阶段的忧郁中，本来心地善良的人责备自己，认为自己比实际情况更糟糕。当他们沉思时，他们看到所有的东西都是黑色和黑暗的，甚至是其他人，因为在这种低级的、自我后悔的振动中，他们只能短视地、狭隘地思考。他们的人类意识就不能再获得更高的振动信息或他们自己的记忆，而这些信息将使他们能够更有远见地看到，更清醒地看到一个仍然未知的错误，而不是那么悲惨。

这是今天许多门徒关心的一个重要问题，常常导致他们在内在道路上失败。在他们低沉的震动中，黑暗的灵魂就会悄悄地来到他们身边，对他们低声说："离开费力的寻找错误，告别自我认识，因为这不值得。你自己永远是鞭打者。你能从中得到什么？宁愿像我们一样，在没有与上帝联系的情况下生活，也要品味所有非法的欲望。这样你将从你的生活中获得更多。当你去到下一个世界时，你将没有什么可以在这个世界上弥补的了。现在将是你负担得起这个世界上一切美好事物的时候，所以请跟随我们。"

黑暗灵魂的影响将是类似的。他们只能把求神者引向他们非法的生活方向，因为他仍有未被承认的灵魂储存，不允许他耐心地一步步走内在的道路。对他来说，一切都必须在一夜之间发生，这导致了道德败坏和过度热情。这就是为什么上帝的精神要求回归天国的人不要过分热心地对待任何事情，也不要太注意别人的错误，因为他们可以通过反刍深深地落入你的心里，并在较长时间内对你产生很大的影响。

想了解自己的人，最好每天问自己，在神圣的律法中，他哪里还没有，他已经知道。然后他忏悔地将自己的错误行为交给神，不再理会或不再想它。如果他再次犯下这种错误行为，那么他就会以书面形式更仔细或更深入地检查它。通过这种方式，他通过自己的审视更好地了解自己，他从一个中立的角度进行审视。每天做这样的自我认识是有意义的。但是，如果你对一个错误的行为耿耿于怀很长时间，这将导致你落入对立的众生手中，他们只等着你指责自己。请不要再允许这种情况发生了。

关于这个问题，神的灵现在已经说得够多了。

神的灵现在改变了话题，要求你倾听关于**饮食行为的**问题。

大多数内在的人仍然有强烈的倾向，只从人类的角度看待自己的生活，这就是为什么他们的意识没有达到更高的振动和灵魂检索，然而，这将是人类通过基因（潜意识）可能的。这就是为什么他仍然是短视的，因为他的低级振动不允许他从更高的角度看问题，这就是为什么人在他所有的人类生活领域中以一种有限的方式思考。这对一个内在的人来说是非常不利的，因为他无法在情感层面上感受到灵魂想要传达给他的意识的东西。但是，为了从更高的角度理解生活，并在生活的各个领域从内部逐步完善自己，这将是非常重要的。只有这样，才有可能感觉到黄金分割点，并据此行事，例如对**食物**。

如果有些门徒被邀请参加一个聚会，他们认为他们必须表现得最好，例如在吃饭时。他们对客人和主人的行为应该是有区别的。他们突然表现得很僵硬，很有控制力，因此对于那些生活平淡、简单、不受影响、总是这样不变的人来说，显得不自然。

他们错误地认为，由于他们花哨的饮食方式和知性、优雅的生活方式，他们已经成功地在上流社会进行社交。他们不喜欢旁边有人在餐桌上以不同于他们在社交圈中习惯的方式拿餐具。但是，任何人如果能看到他们在家里吃饭，在没有人注意的地方，就无法理解他们的假装。

**你们这些有神的灵的人，请不要欺骗自己，对自己和他人诚实。只有当你不做出不自然的行为时，你才能在饮食方面达到黄金分割。那些在公司里装模作样的人生活在远离天国现实的地方。**

与我们一起在天国中也有不同的众生意识状态，因此每个众生都根据其意识来进食。它觉得自己的行为是正确和适当的。没有一个神灵会对另一个神灵在吃饭时应该如何表现或坐着发号施令。这将是胁迫，违反了神圣的自由法则。

我们只在用餐开始时保持沉默，因为我们与大自然的礼物联系在一起，例如，我们仍然与水果交谈，并为此感谢它和上帝。在这种内心交流之后，我们回头看一看客人或主人，并在用餐期间不时地与他们交谈。我们的膳食不会退化成一种仪式，就像有些人仍然认为的那样，他们不知道天上的生活习惯。他们仍然错误地认为我们不断地在沉默中进食，并且向内转。不，这是那些仍然生活在自我折磨中的人的错误假设，他们通过紧缩来阻挠他们的天国自然性。他们吃饭时显得非常严肃，对那些行为不符合他们要求的人进行严厉的处理。天上的人不会过这种人为的生活。

不要用严格的规则和标准显得不自然，多理解在晚餐时进行安静的谈话而不惹麻烦。不要认为其他人必须遵循你所谓的礼貌行为。始终选择与所有人类同胞相互理解的道路，那么你就永远不会因为饮食方式等问题与任何人发生冲突。忽略对方不完美或僵硬的饮食方式，而是处理好自己的食物摄入。

当你们在一起用餐的时候，周围当然会有其他的人，他们的意识与你们不同。他们仍然希望彼此大声交谈，因为他们喜欢这种交流方式。他们喜欢生动的谈话，对食物的思考与精神上更成熟的人截然不同，后者或多或少喜欢无肉的食物。请体谅吃肉的人，不要把他们放在心上，因为如果你作为素食者轻视他们，就会发生这种情况。

那些只因为付钱而期望在餐馆吃到美味食物的人应该更深入地思考他们是否有点夸大其词。一些喜欢做一手好菜并了解许多特色菜的人对食物质量的期望值定得太高。现在这样的人来到餐厅，只想得到最好的服务。他在食物准备和服务方面的高标准是一种保障，促使他在餐厅中不自觉地表现出不寻常的行为。他只想让厨师提供最好的服务，而忽略了一个事实，即并不总是能够符合他的个人口味和他通常的准备方法。这可能会导致他贬低食物，并不断发现食物的缺陷。这样一个在食物准备方面给自己设定了高标准的人，其受害者是餐厅的工作人员。他没有意识到，他不断地散发着不满情绪，甚至对餐桌上那些没有他这么高标准的同伴们也是如此。这样的人可能会陷入不满意，以至于不愿意出去吃饭，只对自己的食物发誓。

真的，从上帝之灵的角度来看，这里已经越过了黄金分割线。

还有一种心地善良的人，他们进入餐厅时的态度是，所提供的一切都会被他们毫无怨言地吃下。这表明这个人非常欣赏所有的食物，但已经不知道什么是真正好吃的，什么是不好吃的。他的味觉是两极化的，因为否则，当这个和那个不好吃或不能吃的时候，他会立即说出来。这些人不自觉地认为他们的行为是正确的，其他人也应该以同样的方式行事。其中一些善良而节俭的人认为，他们以不自觉的错误饮食态度，被视为谦虚的人。诚然，这是一个错误。他们错误的饮食习惯使他们的味觉发生了相当大的逆转，因为否则他们就不会想毫不犹豫地吃糟糕的食物。

另一些心地善良的人认为，当他们去餐馆吃饭时，他们无权改变食物的成分。他们宁愿只吃菜单上的食物。然而，从上帝的角度来看，这将是胁迫。作为一个为自己的食物买单的客人，他可以与主人和厨师谈论改变的问题。反对这种做法的理由是什么？这种行为包含在神圣的法律中，与傲慢或不谦虚的生活方式完全没有关系。相信这一点的人应该从神的灵那里知道，在某处他仍然有一种不自由的和磨灭的生活方式，而他还没有意识到。

一个人可能因为各种原因而选择改变菜品。他可能不能容忍某种香料、蔬菜或混合物。他可能会出现过敏，或者出现严重的消化不良和恶心，为此他被迫换了一道菜。诚然，这并不是出于狡猾或傲慢。你们这些善良的人，请改变你们对食物的想法和态度，否则你们就是在干涉别人的生活。他们可以自由选择他们喜欢的和不喜欢的。

干扰饮食习惯将是对一个人自由的干涉，也是非法的。你们这些回归天国的人应该意识到这一点。

也请注意，你们生活在专横的堕落者的生命系统中，他们为自己创造了仆人和顺从者。无论你在哪里，都有一些人有话要说，而其他人则必须执行他们的指示，否则他们就没有生计收入。只要你还有一个人的外壳，神的灵就不能带领你离开这个生命系统。但你的内在态度应该越来越倾向于自由的、无约束的、非个人的、天国的生命法则。然后你将获得一个更好的概述，并从内心感受到什么是合适或不合适。然后，当你在与你生活方式不同的人身上看到这个和那个时，你将不再有烦躁的反应。这样你就能对他们有更多的理解，即使你从内心觉得他们的生活方式与天国的生活仍有很大的差距。

请始终以理解的方式对待对方，以避免不容忍。

为了避免误解，神的灵在信息的末尾给你一个提示，关于你接受服务的报酬。

当你在餐馆里吃完饭，是时候付钱了。然而，如果你不喜欢食物，因为它没有经过精心准备或不符合你的胃口，请不要给过多的小费。这并不意味着你没有这样做的自由。神的灵只向你指出，钱是能量，不应该毫无意义地花费。如果你没有得到好的食物，那么你应该从内心感受到是否只是为了给仆人一大笔小费。在任何情况下都不是出于上帝的公义。神的灵给了你这个提示，因为许多心地善良的门徒不公正地分配或花费他们辛苦赚来的钱。他要求他们在这方面也要回到神的公义上来。

如果食物准备得不好，那么你们每个人都可以真诚地告诉餐厅的仆人，食物的味道并不好。这确实与神性存在的真诚或诚实有关。但那些仍然认为这不合适的人应该问问自己为什么。对大多数善良的人来说，这是因为他们不敢说出自己内心深处的想法。他们从小就被教育要吃任何放在桌上的东西。父母或祖父母的这种专制强迫性在他们心中仍然根深蒂固，这就是为什么他们不敢说出自己与事实相符的想法。

请正确区分。如果你作为客人在餐馆里付了餐费，如果食物准备得不好，你也可以自由地告诉工作人员。他们应该知道，客人有权享用精心准备的膳食。但不要在这里夸大其词，因为你们中的一些人已经习惯了唠叨。他们对任何不符合他们烹饪标准的外国食物都会找茬。这是骚扰，你们将自己置于正义的法律之外。那些仍然倾向于这样做的人应该深入地问自己，为什么他们会有这样的行为。在任何情况下，偏见在这里通过他的烹饪起作用，这诱使他总是认为他必须在任何地方应用他的标准。当有人发现他们的烹饪有问题时，这样的人通常非常脆弱。这是最好的证明，说明他们在这里的生活领域处于骄傲，在神的律法之外摇摆不定。

请在生活的各个领域选择黄金分割点，不要夸大或低估，那么你会更成功地感受到灵魂的内在感受，它总是希望通过人类的不断努力，从这个单极的欺骗世界的非法性中变得更加自由。

这是I Am中的上帝之灵，通过来自纯净存在的光的信使，最真诚地希望你。

为了这种在被光渗透的天国的纯洁生活，上帝的灵从内部通过你的灵魂引导你，并将不遗余力地使你更快地回家，不走弯路，不受苦难！这就是上帝的灵。

上帝的问候。