**Energingesnis maisto vartojimas, susijęs su ugnies elementu**

Dieviškoje žinutėje yra šios temos:

**Kodėl žmonėms būtinai reikia kieto maisto, kad palaikytų gyvybę.**

**Kaip "ugnies elementas" patenka į mūsų maistą ir suteikia jam daugiau energijos.**

**Neįsivaizduojamas vidinis gyvenimas ir aukštas jutiminis bei suvokimo pasaulis**

**Augalai.**

**Kodėl jautriems žmonėms per daug prieskonių turintis maistas ir žalias maistas yra sunkiai virškinami.**

**Kaip svarbu būti atviram naujai išminčiai.**

**Neigiamas persivalgymo poveikis.**

**Nesąmoninga baimė išmesti maisto likučius į šiukšlių dėžę.**

\* \* \*

Dieviškoji meilė ir gailestingumas per skelbėją plūsta pas žmones, kurių širdys atviros dangiškajam pažinimui, ir sveikina juos iš didžiausios visuotinės širdies!

Šviesos pasiuntinys kalba iš dangiškosios būties ir vėlyvą nakties valandą džiaugiasi, kad pagal dieviškąją valią dėl jau duotos žinios jis dar gali gauti **trumpą nurodymą** iš meilės srauto Aš Esu ir perduoti jį nesutrumpintą vidinei žmonijai.

Tai Dievo žinia, kurią pasiuntinys anksčiau gavo per Vidinį žodį ir kurioje išsamiai aprašomas "**sunkus Jėzaus gyvenimas, taip pat jo mokinystė tada ir dabar, daugybė kliūčių ir jų įveikimas"**. Skaitydamas šią knygą jis taip pat gavo gilių žinių apie **ugnies elementą iš** Dievo Dvasios, ir tai jam pasirodė reikšminga. Jis jautė, kad dieviškoji valia buvo paimti šį papildymą ir pasiūlyti jį vidinei žmonijai kaip savo paties žinią.

Tiesa, šiandien dvasiškai orientuoti žmonės dar negalėjo taip giliai patirti šio naujo dieviškojo pažinimo per kitus skelbėjus, nes kiekvienas skelbėjas dvasiškai vystosi skirtingai. Žmogus, šiuo atveju - save gerbiantis pranašas, gilinasi tik į tuos išgyvenimus, įvykius, žinias ir įspūdžius, kurie jam atrodo svarbūs, su kuriais jis susidūrė per savo gyvenimo pakilimus ir nuosmukius ir kuriuos įsisavino. Jei jis savo sąmonėje juos teisingai įvertino teisinių žinių ir dieviškosios logikos požiūriu, dvasiškai juos apdorojo ir suklasifikavo, jis sukaupė naudingos patirties savo gyvenimui. Tai labai pagerino jo dvasinę brandą. Iš jo naudingos ir vertingos gyvenimo patirties Dievo dvasia išsirenka tas, kurios jam atrodo svarbios ir brandžios, ir nušviečia jas dieviškojo įstatymo žinia. Jis nuolat plečia ir gilina dieviškųjų dėsnių pažinimą, kad pranašas vėl galėtų įgyti naujos patirties tam tikroje gyvenimo srityje. Išplėstą dangiškąją išmintį Dievo Dvasia visada siūlo dvasiškai orientuotiems žmonėms, kad jie galėtų dar labiau subręsti. Tokia yra esminė kiekvienos dieviškos žinios prasmė. Dabar džiaukitės, kad maža visuotinio gyvenimo sudedamoji dalis vėl tapo suprantama pasiuntiniui ir kad jis gali ją pasiūlyti jums su dėkingumu Dievui.

Dievo pasveikinimas.

Dievo Dvasioje visos būtybės amžiams susivienija su savo širdimis, taip ir aš esu su jumis, tyra dangaus šviesos būtybe.

Niekada neatsisakykite dvasiškai tobulėti, tada jums vis tiek pavyks šiame gyvenime keliais žingsniais priartėti prie dieviškosios šviesos, jei tai bus jūsų laisvas ir rimtas ketinimas. Dievas Aš Esu ir visos dangiškosios šviesos būtybės jums to linki!

\* \* \*

**Dieviškosios žinios pradžia:**

Brandus, su Dievu susietas žmogus negali gyventi vien tik iš savo kaupiamųjų jėgų, gaunamų iš genų, ir papildomų dieviškųjų jėgų per sielą. Kad išgyventų, jis priverstas įsisavinti papildomas jėgas per maistą ir vandenį kietu elementariu pavidalu, nes kitaip jo organų funkcijos susilpnės.

Galbūt dabar paklausite, kodėl sudvasintas žmogus negali gyventi vien iš dieviškų galių? To priežastis galima įžvelgti jau ankstesnių giliai puolusių Dievo būtybių sukurtame žmoguje.

Tuo metu jie jau buvo energetiškai nusilpę, todėl turėjo ieškoti sprendimų, kaip gauti naujos gyvybinės energijos iš išorės. Gerą galimybę jiems suteikė kieti elementarieji atomai. Kritimo būtybės norėjo šias jėgas absorbuoti į savo sielas per žmogaus kūną, nes jos yra energetiškai susijusios su žmonėmis per įsikūnijimą arba laikinai gyvena juose. Todėl jie nukreipė žmogaus genus į kietą elementarų maistą, kad išsaugotų kūną. Taip užprogramuoti genai kontroliuoja ląsteles, kad jos įsisavintų maistą nuo pat embriono būsenos įsčiose pradžios. Ši saugykla su gyvenimo metais organizme tvirtėja, nes ląstelės pripranta prie tam tikro maisto. Tai nueina taip toli, kad ląstelės nebeįsivaizduoja gyvenimo be išorinio maisto, nes, siekdamos gauti energijos, jos automatiškai atlieka užduotis daugelyje kūno sričių pagal genų nurodymus.

Jei žmogaus ląstelės ilgesnį laiką negauna jokio maisto, jos atsistato ir ištirpsta, t. y. jose esanti kieta gyvybė pamažu išnyksta. Tuomet mažiausiųjų atomų dalelių kietieji branduoliai dėl energijos trūkumo pasiekia tokią žemą vibraciją, kad nebegali palaikyti energetinio kontakto su subtiliaisiais branduoliais. Todėl jie pamažu nuo jų atsiskiria ir pereina į subtiliąją pirminę būseną per dvasinės transformacijos procesą. Jie taip elgiasi, nes buvusios krintančios būtybės juos išsaugojo su tokia tvarka.

Taip pat žinokite, kad per **"keturis dangaus elementus: Ugnis, Žemė (mineralai), Oras (deguonis) ir Vanduo",** kuriuos rudeninės būtybės pakeitė skirtingai, kad sukurtų savo pasaulius už grynosios būties ribų, - kūno ląstelės, vykstant transformacijos procesui įvairiuose organuose, pasisavina naujas jėgas gyvybei palaikyti. Žmogus negali priimti didelio kiekio **ugnies elemento** energijų tiesiai į savo kūną, todėl tai vyksta aplinkiniu būdu. Jis gali jas įsisavinti, pavyzdžiui, per šildomą maistą, nes šildant maistą ugnies jėgos pasiekia kitus kietųjų elementų atomus. Tai reiškia, kad maistas praturtintas papildomomis jėgomis. Tikriausiai nebūtumėte to įtarę.

Pirmykštės žemės tautos dar žinojo, kad **ugnis** suteikia maistui papildomos jėgos. Todėl jie šildė, kaitino ar kepė įvairius maisto produktus ant židinio. Žinokite, kad visi keturi elementai: Ugnis, žemė, vanduo ir oras turi galių. Taip **ugnies elementas suteikia** žmonėms papildomų galių.

Kai kurie mitybos specialistai mano, kad gamtos dovanų nereikėtų kaitinti, nes tada vitaminų kiekis sumažėja arba net sunaikinamas. Tai tiesa tik iš dalies. Tačiau esant dabartinei žemės energijos stygiui, žmogus turi daug didesnę naudą, jei gali pasisavinti didesnes jėgas per ugnies daleles, naudodamas šildomą maistą. Tačiau tokio energijos kiekio jis negauna iš neapdoroto maisto.

Galbūt dabar susimąstote apie mano naujus nurodymus dėl pasiuntinio ir negalite suprasti, kodėl mano meilės dvasia jums pataria, viena vertus, daugiau rinktis žalią maistą, o kita vertus, girdite, kad kaitindami dovanas galite pasisavinti daugiau produktyvių energijų. Mano meilės dvasia Aš Esu dabar bando jums paaiškinti šį skirtumą:

Jei valgysite įvairių rūšių salotų lapus be prieskonių, galėsite pasisavinti didžiąją dalį juose esančių vitaminų ir mineralinių mikroelementų. Tačiau jei salotų lapai inde sumaišomi su daugybe prieskonių, aliejų ir kitų ingredientų, jie praranda savo pirminę medžiagą. Kuo ilgiau švelnūs salotų lapai maišomi su prieskonių sudedamosiomis dalimis, tuo daugiau juose esančių vitaminų molekulių sumažėja ir jų pasisavinama mažiau.

Supraskite tai taip: Skirtingi prieskoniai ir aliejai turi tam tikrą molekulinę struktūrą, kurios kvapas, spinduliavimas ir vibracija skiriasi nuo švelnių salotų. Jei viskas sumaišoma, salotų molekulės pradeda gintis nuo nepageidaujamų ingredientų, nes nenori prarasti savo natūralios molekulinės struktūros. Gindamiesi jie natūraliai vartoja energiją, todėl ši juose mažėja. Be to, salotų lapuose palaipsniui keičiasi pirminė vitaminų būklė, nes jie per savo poras iš prieskonių padažo sugeria naują informaciją. Jei galėtumėte aiškiaregiškai pažvelgti į vidinį augalo gyvenimą, nustebtumėte dėl jo mažo intelekto ir funkcinių galimybių ir galbūt būtumėte šiek tiek atsargesni jį ruošdami. Tačiau taip pat būtumėte dėkingi už gyvybę, kurią ji atiduoda suteikdama jums vitaminų ir mineralinių mikroelementų gausą. Taigi, jei norite su įvairiomis lapinėmis salotomis pasisavinti pakankamai vitaminų savo fizinei savijautai palaikyti, stenkitės saikingai vartoti prieskonius ir kitus ingredientus. Tai būtų mano mylinčios dvasios patarimas.

Tačiau virtuose **daržovių patiekaluose prieskoniniai ingredientai yra** tinkamesni, nes daržovės nebegali apsisaugoti nuo prieskonių. Gaminant maistą augalo mažasis pojūčių ir suvokimo pasaulis beveik sustabdomas. Tai daro gamtos būtybės arba grynosios šviesos būtybės, kurios, prieš ruošdamos maistą, švelniai bando perkelti augalo širdį (gyvybės branduolį) į subtilųjį gamtos pasaulį. Paprastai evoliucinės būklės augalas jau šiek tiek skiria kvapus ir gali dėl ko nors labai džiaugtis, taip pat liūdėti dėl jam sukelto skausmo.

Taip pat žinokite, kad jei daržovės bus per daug sumaišytos su įvairiais stipriai kvepiančiais prieskoniais, natūralus daržovių kvapas bus visiškai užmaskuotas ir pasikeis.

Tuomet jūsų jutimo organai daugiau dėmesio skiria prieskoniams, o ne vienai ar kelioms daržovėms. Todėl jūsų organizmas daugiausia dėmesio skiria prieskonių virškinimui, o ne likusiems vitaminams ir kitoms gyvybiškai svarbioms daržovių maistinėms medžiagoms. Dabar galite laisvai pasirinkti, ko norite: ar per maistą įsisavinti stipriai kvepiančio prieskoninio augalo skonį, kuris išdžiovintas nesuteikia beveik jokios maistinės vertės, ar gausybę medžiagų iš daržovių, kurių skonis ir kvapas išliko nepakitę.

Dievo Dvasia jums pataria iš savo išminties ir įžvalgumo, bet jūs turite laisvai nuspręsti, kaip norite ruošti maistą.

Jei kartu ruošiate kelias daržoves, įsitikinkite, kad jos užaugintos ir subrendusios jūsų žemyne. Saulės šviesa ir žemyno dirvožemio sąlygos perduoda savo vibracijas ir spinduliuotę augalams. Jei sumaišysite daržoves iš dviejų žemynų ir ruošite jas kartu, tuomet skirtingos vibracijos ir spinduliavimas susilies tarpusavyje ir sukurs disharmonišką būseną. Todėl patiekalas gali būti prastesnio skonio, o jo maistinė vertė gali būti mažesnė.

Dievo Dvasia taip pat rekomenduoja nedėti į maistą per daug prieskonių ir taip nesugerti daug skirtingų kvapų. Jautriems žmonėms tai gali sukelti skrandžio ir žarnyno problemų, nes skirtingos maisto vibracijos gali sutrikdyti virškinimo sistemos pusiausvyrą. Atsiranda virškinimo ląstelių komunikacijos sunkumų, žarnyne lieka nesuvirškintų maisto medžiagų, kurios sukelia nemalonų, skausmingą vidurių pūtimą. Todėl mano meilės dvasia jums, brandiems ir jautriems žmonėms, pataria saikingai vartoti prieskonius.

Taip pat žinokite, kad verdant daržovės tampa lengviau virškinamos ir energingesnės. Kepimo metu per ugnies daleles daržovėms perduodama papildoma energija, nes ugnies elementas informaciniu ir energetiniu pagrindu jungiasi su maisto elementais. Kiekvienoje ugnies elemento kibirkštyje slypi kosminės energijos. Šildant jos patenka į maistą ir padeda ląstelėms labiau vibruoti.

Galbūt pastebėjote ir pastebėjote, kad maloni šiluma, gaunama iš antžeminių ir požeminių vandens šaltinių arba šiluminių prietaisų, gali padėti jums nuo tam tikrų skausmingų būklių ir diskomforto. Tačiau jų temperatūra neturėtų būti per daug aukštesnė už kūno temperatūrą. **Ugnies stichija** taip pat perduoda jums energiją aplinkiniu būdu - per elektrą. Jei kaip laidininkai naudojami tinkami, karščiui atsparūs mineralai, pvz., viryklės kaitvietė, įkaitus kaitvietei vyksta energetinis procesas. Įkaitusioje kaitlentėje ugnies elemento dalelės su ja susijungia per oro elementą. Tai vyksta termomagnetiniu būdu. Jei gaminate patiekalą ant įkaitintos lėkštės, ugnies stichijos jėgos taip pat perduodamos jam. Žinokite, kad **ugnis** gali perduoti savo energiją - tai mažiausios energijos dalelės (atomai) - termomagnetinėmis šviesos bangomis, ritmingais impulsais, tik per **orą** (skirtingos sudėties dujos) ir per **vandenį** į kietą **mineralą.**

Kaip matote, **ugnies stichija** naudinga įvairiose žemiškojo gyvenimo srityse ir atlieka daugybę užduočių, jei tinkamai ją naudojate.

Turbūt jums nebebus taip sunku rasti aukso vidurį, kaip paruošti maistą, jei taip plačiau pažvelgsite į Dievo dvasią.

Visada būkite toliaregiški ir savo gyvenimą grįskite dieviška logika. Niekada nepersistenkite ir gyvenime taip neužsisklęskite ties tam tikromis žiniomis, kad nebegalėtumėte būti atviri naujai išminčiai. Tie, kurie užsisklendę ir fanatiškai laikosi savo nuomonės, kurią reikia peržiūrėti, iš tiesų gauna mažiau naudos iš gyvenimo ir galbūt vieną dieną turės skaudžiai suvokti, kad dėl savo griežto požiūrio turėjo susitaikyti su daugybe trūkumų. Visada būkite atviri naudingoms naujienoms, kurios jums atrodo logiškos ir paaiškinamos pagal jūsų žinių lygį. Čia į visus skelbėjus kreipiasi mano meilės dvasia. Jie neturėtų nusiminti, kai vėl ir vėl girdi savyje išplėstą ir pataisytą žinojimą. Taip yra todėl, kad norintis tobulėti ir į dieviškąją šviesą orientuotas žmogus nuolat plečia iš pradžių savo pasąmonę, o paskui ir antsąmonę, perduodamas vis naujus sielos perdavimus ir saugyklas, kurias jis gauna iš Dievo naktį ir stengiasi perduoti. Štai kodėl mano meilės dvasia pataria Dievo dvasios žmonėms niekada nelikti ilgesnį laiką žinių sąstingyje!

Mano meilės dvasia norėtų padėti jums įgyti daugiau įžvalgumo, kad tai, kas vis dar nepaaiškinama, taptų jums suprantamiau, o klaidingos nuomonės taptų nebeaktualios.

Kai kurie dvasiškai brandūs žmonės, kurie taip pat yra labai jautrūs, valgydami žalią maistą patiria sunkumų. Jų virškinimo sistema nesugeba tinkamai suvirškinti žalių ir kietų daržovių gabalėlių per skrandžio ir tulžies sultis. Todėl jie turi skrandžio ir žarnyno problemų, o nemažai jų kenčia nuo rūgščių regurgitacijos. Priešingai, jie gerai pakenčia šildomą maistą, nebent jis viršija jiems reikalingą maisto kiekį. Dėl to perkraunami virškinimo organai ir atsiranda skrandžio rūgštingumas. Budrus ir sąmoningas žmogus gali to išvengti, nes daugiau dėmesio skiria savo kūno signalams, kuriuos emociniu lygmeniu gali suvokti gomuriu ir akimis. Atsakingos virškinimo ląstelės siunčia impulsus viršutinei sąmonei, kad jos nebegali priimti ir apdoroti maisto. Nors žmogui vis dar skanu, pažvelgęs į lėkštėje likusį maisto kiekį jis jaučia, kad dabar jam būtų geriausia sustoti. Tie, kurie jau yra subrendę, nesunkiai pasiduoda pagundai viršyti maisto davinį. Net ir mažiausias maisto kiekis virš priemonės reiškia, kad organizmui kyla didelių problemų jį perdirbti, todėl jis nusėda audiniuose kaip perteklinės ir neperdirbtos maistinės medžiagos. Tai nežada nieko gero visam organizmui, nes per kraują įvairiose kūno dalyse nuolat kaupiasi kenksmingos ir trikdančios medžiagos. Dėl didėjančios organizmo netvarkos žmogaus savijauta pamažu prastėja, gali atsirasti įvairių smulkių ir sunkių ligų. Todėl įsijauskite į savo kūną ir atidžiai apsvarstykite, net jei tai skanu, ar nevertėtų verčiau vadovautis dieviškuoju protu ir saikingai valgyti.

Jei **puode ar lėkštėje yra maisto likučių,** nes jaučiate, kad pakankamai suvalgėte, gerai pagalvokite, kas geriau. Ar norite gyventi pagal dieviškąją priežastį, ar dėl savo netinkamo požiūrio ar auklėjimo norite suvalgyti daugiau, nei galite suvalgyti?

**Ar baiminatės, kai išmetate maisto likučius į šiukšliadėžę?**

Kai kurie šių laikų mokiniai klaidingai mano, kad jei jie palieka nebetinkamą naudoti maistą ir turi jį išmesti, tai reiškia, kad jie švaistosi maistu. Jei jie jaučia kaltės jausmą, kai išmeta likučius, pasąmonėje ir sieloje vis dar slypi nesąmoningos baimės. Baimės pasireiškia nemaloniais jausmais ir skatina žmones bet kokia kaina suvalgyti likučius. Nesąmoningą saugyklą galima skaityti taip: Tas, kuris išmeta maistą, neva turi pagal dieviškąją valią nuimti derlių, o kartą pats patirti vargą ir alkį, kad galėtų geriau įvertinti dovanas.

Iš tiesų, kas taip mąsto ir elgiasi, vis dar yra stipriai poliarizuotas sielos prisiminimų iš ankstesnio gyvenimo žemėje. Neteisingą požiūrį į maisto vartojimą buvęs žmogus perėmė iš neišmanėlių religinių fanatikų, kurie vis dar tikėjo negailestinga Dievo bausme. Iš tiesų, jei mano meilės dvasia būtų tokia beširdė, jokia dangaus būtybė negalėtų manęs mylėti ir norėti su manimi nuoširdžiai bendrauti. Dabar tai turėtų būti aišku baimės apimtiems žmonėms, kurie į pasaulį paleido baisų, negailestingą pareiškimą apie mane.

Taigi, jei valgio pabaigoje lėkštėje liko maisto, kurio nebegalite panaudoti, ir išmetate jį į šiukšliadėžę, tai nėra išlaidavimas. Galbūt turite klientų, kurie augina gyvūnus, kuriems jūsų likučiai yra virškinami.

Todėl prašome išsilaisvinti nuo kaltės jausmo, kuris tik stumia jus į neteisingą gyvenimo kelią. Valgykite protingai ir gerai pagalvokite, ar verta viršyti suvartojamo maisto kiekį dėl neteisingų rekomendacijų ar maisto programų!

Po paaiškinimo apie **per didelį maisto suvartojimą** mano meilės dvasia vėl trumpai kalba apie **maisto pakankamumą**.

Dabar kai kuriems iš jūsų gali kilti klausimas, kodėl virti ar kepti augaliniai produktai yra lengviau virškinami jautriems žmonėms?

Kaitinant natūralias dovanas, į jas įtraukiamas ugnies elementas ir neutralizuojamas kai kurių maisto produktų rūgštingumas. Štai kodėl jautrus žmogus daug geriau toleruoja termiškai apdorotą maistą nei žalią. Nors kaitinant maistą jame sumažėja vitaminų, ugnis jį praturtina produktyvesne energija. Organizmas gali daug greičiau įsisavinti energiją iš pašildyto maisto, nes virškinimui reikia mažiau laiko ir jis sunaudoja mažiau energijos.

**Žinokite, kokį kelią žmogus pasirenka gamindamas maistą, tai jam palieka mano laisva meilės dvasia. Kiekvienas žmogus yra atsakingas už savo gyvenimą, todėl jis turėtų veikti pagal savo išvystytą sąmonę ir žinias.**