**Meer energetische voedselinname in verband met het vuurelement**

De goddelijke boodschap bevat de volgende thema's:

**Waarom mensen absoluut vast voedsel nodig hebben om in leven te blijven.**

**Hoe het "vuur element" in ons voedsel komt en er meer energie aan toevoegt.**

**Onvoorstelbaar innerlijk leven en hoge zintuiglijke en perceptuele wereld van de**

**Planten.**

**Waarom te gekruid voedsel en rauw voedsel niet verteerbaar zijn voor gevoelige mensen.**

**Hoe belangrijk het is om open te staan voor nieuwe wijsheid.**

**Negatieve effecten van overeten.**

**Onbewuste angst om etensresten in de vuilnisbak te gooien.**

\* \* \*

De goddelijke liefde en barmhartigheid stroomt door de heraut naar de mensen met een open hart voor de hemelse kennis en verwelkomt hen vanuit het grootste universele hart!

Een boodschapper van licht spreekt vanuit het hemelse Wezen en is op een laat uur van de nacht verheugd dat hij, volgens de goddelijke wil, voor een reeds gegeven boodschap nog een **korte instructie** kan ontvangen van de Ik Ben stroom van liefde en deze onverkort kan doorgeven aan de innerlijke mensheid.

Het is een boodschap van God die de boodschapper eerder door het Innerlijk Woord had ontvangen en waarin "**het moeizame leven van Jezus en ook van zijn discipelschap toen en nu, met vele hindernissen en het overwinnen daarvan"**, uitvoerig wordt beschreven. Terwijl hij het boek las, ontving hij ook diepgaande kennis over het **vuurelement van de** Geest van God, en dit scheen veelbetekenend voor de heraut. Hij voelde van binnen dat het de goddelijke wil was om de aanvulling eruit te halen en aan de innerlijke mensheid aan te bieden in een eigen boodschap.

Waarlijk, de huidige geestelijk georiënteerde mensen hebben deze nieuwe goddelijke kennis nog niet zo diepgaand kunnen ervaren door andere herauten, omdat iedere heraut zich geestelijk anders ontwikkelt. Een mens, in dit geval een zichzelf eerbiedigende heraut, gaat alleen diep in op de ervaringen, gebeurtenissen, kennis en indrukken die hem belangrijk lijken, die hij in de loop van zijn leven in ups en downs is tegengekomen en die hij heeft geabsorbeerd. Als hij deze in zijn bewustzijn juist heeft beoordeeld vanuit het gezichtspunt van zijn wetmatige kennis en goddelijke logica, ze geestelijk heeft verwerkt en geclassificeerd, dan heeft hij nuttige ervaringen voor zijn leven verzameld. Deze hebben zijn geestelijke rijpheid aanzienlijk bevorderd. Uit zijn nuttige en kostbare levenservaringen haalt de geest van God dan de ervaringen die hem belangrijk en rijp lijken en belicht ze in een boodschap in de goddelijke wet. Hij breidt de kennis van de goddelijke wetten voortdurend uit en verdiept ze, zodat de heraut weer nieuwe ervaringen kan opdoen op een bepaald gebied van het leven. De verruimde hemelse wijsheid wordt altijd door de Geest van God aangeboden aan geestelijk georiënteerde mensen, zodat zij nog verder kunnen rijpen. Dit is de essentiële betekenis van elke goddelijke boodschap. Verheugt u nu dat een kleine bouwsteen van het universele leven weer begrijpelijk is geworden voor de boodschapper en dat hij het u kan aanbieden met dankbaarheid aan God.

Gods groet.

In de Geest van God zijn alle wezens voor eeuwig met hun hart verenigd en zo ben ik ook met u, een zuiver hemels wezen van licht.

Geef nooit op jezelf geestelijk te ontwikkelen, dan zul je er in dit leven toch in slagen een paar stappen dichter bij het goddelijke licht te komen, als het je vrije, ernstige voornemen is. God in de Ik Ben en alle hemelse wezens van licht wensen je dit toe!

\* \* \*

**Het begin van de goddelijke boodschap:**

Een volwassen, met God verbonden mens kan niet alleen leven vanuit zijn opslagkrachten uit de genen en de goddelijke extra krachten via zijn ziel. Om te overleven is hij gedwongen extra krachten op te nemen door middel van voedsel en water in vaste elementaire vorm, want anders zullen zijn orgaanfuncties afnemen.

U zult zich nu misschien afvragen waarom een vergeestelijkt mens niet alleen van goddelijke krachten kan leven? De redenen hiervoor kunnen reeds worden gevonden in de schepping van de mens door de vroegere diep gevallen wezens van God.

Zij waren op dat moment reeds energetisch verzwakt en moesten daarom naar oplossingen zoeken om nieuwe levensenergie van buitenaf te krijgen. Een goede mogelijkheid bood zich aan hen aan via vaste elementaire atomen. De Valwezens wilden deze krachten via het menselijk lichaam in hun ziel opnemen, omdat zij energetisch met de mens verbonden zijn door incarnatie of tijdelijk in de mens leven. Daarom richtten zij de menselijke genen op vaste elementaire voeding voor de instandhouding van het lichaam. De aldus geprogrammeerde genen sturen de cellen om voedsel op te nemen vanaf het prille begin van de embryonale toestand in de baarmoeder. Deze opslag stolt met de jaren van het leven in het lichaam, omdat de celsamenstellingen gewend raken aan bepaald voedsel. Dit gaat dan zo ver dat de cellen zich een leven zonder uitwendig voedsel niet meer kunnen voorstellen, omdat zij automatisch op vele plaatsen in het lichaam hun taken uitvoeren, volgens de specificaties van de genen, om energie te verkrijgen.

Indien de menselijke cellen gedurende langere tijd geen voeding ontvangen, dan treden zij uit en gaan over tot ontbinding van het lichaam, d.w.z. het vaste leven in hen sterft langzaam uit. De vaste kernen van de kleinste atoomdeeltjes bereiken dan door het gebrek aan energie zo'n lage trilling, dat zij niet meer in staat zijn om energetisch in contact te blijven met de subtiele kernen. Daarom maken zij zich er langzaam van los en gaan via een geestelijk transformatieproces over in de subtiele oorspronkelijke staat. Zij doen dit omdat zij met deze opstelling zijn opgeslagen door de vroegere vallende wezens.

Weet ook, via de **"vier hemelse elementen: Vuur, Aarde (mineralen), Lucht (zuurstof) en Water"** - die door de Val-wezens speciaal voor de schepping van hun werelden buiten het zuivere zijn verschillend zijn gewijzigd - nemen de lichaamscellen door een omvormingsproces in de verschillende organen nieuwe krachten op voor de instandhouding van het leven. De mens kan de energieën van het **vuurelement** niet in grote aantallen rechtstreeks in zijn lichaam opnemen, daarom gebeurt dit op een omweg. Hij kan ze bijvoorbeeld opnemen door verhit voedsel, want door de verhitting van een voedingsmiddel bereiken de krachten van het vuur de andere vaste elementaire atomen. Dit betekent dat het voedsel verrijkt is met extra krachten. Je zou dit waarschijnlijk niet hebben vermoed.

De primitieve volkeren op aarde wisten nog dat **vuur** hun voedsel extra kracht gaf. Daarom warmden of verhitten of roosterden zij de verschillende spijzen boven een haardvuur. Weet dat alle vier de elementen: Vuur, aarde, water en lucht, bevatten krachten. Op die manier geeft het **vuurelement** de mens extra krachten.

Sommige voedingsdeskundigen zijn van mening dat de geschenken van de natuur niet mogen worden verhit, omdat dan de vitaminen worden verminderd of zelfs vernietigd. Dit is slechts gedeeltelijk waar. Maar in de huidige energieloze toestand van de aarde heeft de mens er veel meer baat bij als hij door middel van verhit voedsel verhoogde krachten via de vuurdeeltjes kan opnemen. Hij krijgt deze hoeveelheid energie echter niet binnen via voedsel in rauwe vorm.

Misschien word je nu bedachtzaam door mijn nieuwe instructies over de boodschapper en kun je niet begrijpen waarom mijn geest van liefde je aan de ene kant aanraadt meer over te gaan op rauw voedsel en je aan de andere kant hoort dat je meer productieve energieën kunt opnemen door de geschenken te verhitten. Mijn liefdesgeest in de Ik Ben probeert nu dit verschil aan jou uit te leggen:

Als u verschillende soorten slabladeren eet zonder kruiden, kunt u de meeste vitaminen en minerale sporenelementen die ze bevatten opnemen. Maar als de slabladeren met veel kruiden, oliën en andere ingrediënten in een recipiënt worden gemengd, dan verliezen ze hun oorspronkelijke substantie. Hoe langer de malse slablaadjes gemengd zijn met de kruideningrediënten, hoe meer de vitaminemoleculen erin afnemen en u er minder van opneemt.

Begrijp het alsjeblieft als volgt: De verschillende specerijen en oliën hebben elk een bepaalde moleculaire structuur die qua geur, uitstraling en trilling verschilt van de delicate sla. Als alles met elkaar wordt vermengd, beginnen de slamoleculen zich te verdedigen tegen de ongewenste ingrediënten, omdat zij hun natuurlijke moleculaire structuur niet willen verliezen. Door zich te verdedigen verbruiken ze op natuurlijke wijze energie, waardoor die bij hen afneemt. Bovendien verandert de oorspronkelijke toestand van de vitaminen in de slabladeren geleidelijk, omdat zij via hun poriën nieuwe informatie uit de kruidensaus moeten opnemen. Als u met helderziendheid naar het innerlijk van een plant zou kunnen kijken, zou u verbaasd staan over zijn kleine intelligentie en zijn functionele mogelijkheden en misschien iets voorzichtiger zijn bij de bereiding ervan. Maar u zou ook dankbaarder zijn voor het leven dat het u schenkt door u te voorzien van een overvloed aan vitaminen en minerale sporenelementen. Als u dus via de verschillende bladsalades voldoende vitaminen voor uw lichamelijk welzijn wilt binnenkrijgen, probeer u dan te matigen met kruiden en andere ingrediënten. Dit zou advies zijn van mijn liefhebbende geest.

In gekookte **groentegerechten zijn specerij-ingrediënten** echter geschikter, omdat de groente zich niet meer tegen specerijen kan verweren. Tijdens het koken wordt de kleine wereld van gevoel en waarneming van de plant bijna opgeschort. Dit wordt gedaan door natuurwezens of zuivere lichtwezens die zachtjes proberen het hart (de levenskern) van de plant over te brengen naar de subtiele wereld van de natuur voordat het voedsel wordt bereid. Normaal, in zijn evolutionaire staat, is de plant al in staat om geuren een beetje te onderscheiden en kan hij ook heel blij zijn over iets, maar ook verdrietig over de pijn die hem wordt aangedaan.

Weet ook dat als de groenten te veel worden gemengd met allerlei sterk ruikende specerijen, de natuurlijke geur van de groenten volledig wordt gemaskeerd en veranderd.

Dan zijn je zintuigen meer gericht op de kruiden dan op een of meer groenten. Daardoor is uw organisme vooral afgestemd op de spijsvertering van de specerijen en niet op de resterende vitaminen en andere vitale voedingsstoffen van de groenten. Nu bent u vrij om te kiezen wat u verkiest: of u neemt via uw voedsel de smaak op van een sterk geurende specerijplant die u in gedroogde vorm bijna geen voedingswaarde geeft, of u neemt de overvloedige stoffen op uit de groenten die qua smaak en geur onveranderd zijn gebleven.

De Geest van God geeft u raad vanuit zijn wijsheid en vooruitziende blik, maar u moet zelf beslissen hoe u uw voedsel wilt bereiden.

Als u verschillende groenten samen kookt, zorg er dan voor dat ze op uw continent geteeld en gerijpt zijn. Het zonlicht en de bodemgesteldheid van een continent geven hun trillingen en straling door aan de planten. Als je groenten van twee continenten mengt en ze samen kookt, dan komen verschillende trillingen en stralingen met elkaar in contact en ontstaat er een disharmonische toestand. Daardoor kan het gerecht niet lekker smaken en u ook minder voedingswaarde geven.

Gods Geest raadt u ook aan niet te veel specerijen aan uw voedsel toe te voegen en daardoor veel verschillende geuren op te nemen. Dit kan leiden tot maag- en darmproblemen bij gevoelige mensen, omdat de verschillende trillingen in het voedsel een verstoring van het evenwicht in het spijsverteringsstelsel kunnen veroorzaken. Er ontstaan communicatieproblemen van de spijsverteringscellen en onverteerde voedingsstoffen blijven in de darm achter, wat onaangename, pijnlijke winderigheid veroorzaakt. Daarom raadt mijn geest van liefde jullie volwassen en gevoelige mensen aan om je inname van specerijen te matigen.

Weet ook dat de groenten beter verteerbaar en energieker zijn door ze te koken. Tijdens het koken worden via de vuurdeeltjes extra energieën overgedragen op de groenten, omdat het vuurelement zich op een informatieve en energetische basis verbindt met de elementen van het voedsel. Er zitten kosmische energieën in elke vonk van het vuurelement. Ze worden door verhitting in je voedsel gebracht en helpen je cellen hoger te trillen.

U hebt wellicht opgemerkt en gemerkt dat aangename warmte van boven- en ondergrondse waterbronnen of van thermische toestellen u kan helpen bij bepaalde pijnlijke aandoeningen en ongemakken. Hun temperatuur mag echter niet te hoog oplopen. Het **vuurelement** brengt ook energie op een omweg naar je over via elektriciteit. Indien geschikte, hittebestendige mineralen als geleiders worden gebruikt, b.v. de kookplaat van een fornuis, dan vindt bij verhitting van de kookplaat een energetisch proces plaats. In de verwarmde kookplaat staan de vuurelementdeeltjes via het luchtelement met elkaar in verbinding. Dit gebeurt op een thermomagnetische manier. Als je een gerecht kookt op de verwarmde plaat, dan worden de krachten van het vuurelement er ook op overgedragen. Weet dat **vuur** zijn energieën - het zijn de kleinste energiedeeltjes (atomen) - op thermomagnetische lichtgolven, in ritmische impulsen, alleen via de **lucht** (verschillende samenstellingen van gassen) en via het **water** naar het vaste **mineraal kan** overbrengen.

Zoals u hieruit kunt zien, is het **vuurelement** nuttig voor u op verschillende aardse gebieden van het leven en vervult het vele taken als het juist wordt gebruikt.

Vanuit deze verruimde kijk op de geest van God zal het misschien niet meer zo moeilijk voor u zijn om de gulden middenweg te vinden voor het bereiden van voedsel.

Wees altijd vooruitziend en bouw je leven op goddelijke logica. Overdrijf nooit en raak niet zo gefixeerd in het leven door een bepaalde kennis dat je niet meer open kunt staan voor nieuwe wijsheid. Wie vastgeroest zit en fanatiek vasthoudt aan zijn mening, die aan herziening toe is, haalt werkelijk minder uit het leven en zal op een dag misschien pijnlijk moeten beseffen dat hij door zijn starre houding veel nadelen heeft moeten verduren. Sta altijd open voor nuttig nieuws dat u logisch en verklaarbaar lijkt op grond van uw kennisniveau. Hier worden alle herauten aangesproken door mijn geest van liefde. Zij moeten niet wanhopen wanneer zij steeds weer een uitgebreide en gecorrigeerde kennis in zichzelf horen. Dit komt omdat een mens die bereid is te evolueren en die ook georiënteerd is op het goddelijke licht, voortdurend eerst zijn onderbewustzijn en daarna zijn bovenbewustzijn uitbreidt door verdere nieuwe transmissies en opslagplaatsen van de ziel - die hij 's nachts van God ontvangt en probeert door te geven. Daarom raadt mijn geest van liefde de mensen van de geest van God aan om nooit voor langere tijd in een stilstand van kennis te blijven!

Wat je **voeding in verband met het vuurelement betreft**, zou mijn geest van liefde je willen helpen om met een meer vooruitziende blik te kijken, zodat wat nu nog onverklaarbaar is, voor jou begrijpelijker wordt en verkeerde meningen achterhaald raken.

Sommige geestelijk rijpe mensen die ook zeer gevoelig zijn, hebben moeilijkheden na het eten van rauw voedsel. Hun spijsverteringsstelsel is niet in staat rauwe en harde groentestukken via maag- en galsappen goed te verteren. Daarom hebben zij maag- en darmproblemen en veel van hen hebben last van zure oprispingen. Daarentegen verdragen zij verwarmd voedsel goed, tenzij het de hoeveelheid voedsel overschrijdt die zij nodig hebben. Dit leidt dan tot overbelasting van de spijsverteringsorganen en als gevolg daarvan ontstaat maagzuur. Een alert en bewust persoon kan dit voorkomen door meer aandacht te besteden aan zijn lichaamssignalen, die hij op emotioneel niveau kan waarnemen via het gehemelte en de ogen. De verantwoordelijke spijsverteringscellen sturen impulsen naar het hoger bewustzijn dat zij niet langer in staat zijn verder voedsel op te nemen en te verwerken. Hoewel het de persoon nog steeds goed smaakt, voelt hij bij het zien van de hoeveelheid voedsel die nog op het bord ligt dat het voor hem het beste zou zijn om nu te stoppen. Zij die tot dit punt gerijpt zijn, zullen niet gemakkelijk in de verleiding komen om hun voedselrantsoen te overschrijden. Zelfs de kleinste hoeveelheid voedsel over de maat betekent dat het lichaam grote problemen heeft om het te verwerken en het daarom als overtollige en onverwerkte voedingsstoffen in de weefsels deponeert. Dit voorspelt niet veel goeds voor het hele lichaam, want schadelijke en storende stoffen hopen zich via de bloedbaan voortdurend op in verschillende delen van het lichaam. Door de toenemende wanorde in het lichaam neemt het welzijn van de mens langzaam af en kunnen verschillende kleine en grote ziekten optreden. Voel daarom in uw lichaam en overweeg zorgvuldig, ook al smaakt het goed, of u niet liever de goddelijke rede zou leven en uw eten zou matigen.

Als er restjes **in de pot of op het bord liggen** omdat je van binnen voelt dat je genoeg gegeten hebt, denk dan goed na wat de voorkeur heeft. Leef je liever volgens de goddelijke reden of wil je meer eten dan je op kunt vanwege je eigen verkeerde instelling of vanwege je opvoeding?

**Ben je bang als je etensresten bij het vuilnis gooit?**

Sommige discipelen van deze tijd menen ten onrechte dat als zij voedsel laten staan dat niet meer bruikbaar is en het moeten weggooien, zij verkwistend zijn in hun gebruik van voedsel. Als zij schuldgevoelens hebben wanneer zij restjes weggooien, dan zijn er nog onbewuste angsten verborgen in hun onderbewustzijn en in hun ziel. Angsten uiten zich door onaangename gevoelens en zetten aan tot het koste wat kost opeten van restjes. De onbewuste opslag kan als volgt luiden: Wie voedsel weggooit, moet zogenaamd zijn zaaigoed oogsten volgens de goddelijke wil, en eens zelf ontberingen lijden en honger lijden om de gaven beter te kunnen waarderen.

Voorwaar, wie zo denkt en handelt, is nog massaal gepolariseerd met zielsherinneringen uit een vorig leven op aarde. De vroegere mens had zijn verkeerde houding ten opzichte van voedselinname al overgenomen van onwetende religieuze fanatici die nog geloofden in de genadeloze straf van God. Waarlijk, indien mijn geest van liefde zo harteloos was, dan zou geen hemels wezen mij kunnen liefhebben en met mij in hartelijke verbinding willen staan. Dit moet nu duidelijk zijn voor de bange mensen die de monsterlijke, genadeloze verklaring over mij in de wereld hebben gebracht.

Dus als je aan het eind van de maaltijd eten op je bord over hebt dat niet meer gebruikt kan worden en je gooit het bij het afval, ben je niet verkwistend bezig. Misschien heeft u klanten die dieren houden waarvoor uw restjes verteerbaar zijn.

Bevrijd u in dit verband van schuldgevoelens, die u alleen maar in een verkeerde levenswijze duwen. Wees verstandig bij het eten en denk goed na of het de moeite waard is om je voedselinname te overschrijden vanwege verkeerde richtlijnen of voedselprogramma's!

Na de uitleg over **overmatige voedselinname**, spreekt mijn liefdesgeest weer kort over **toereikend voedsel**.

Nu vragen sommigen van jullie zich misschien af waarom gekookt of gebakken plantaardig voedsel beter verteerbaar is voor gevoelige mensen?

Door de natuurlijke giften te verhitten, wordt het vuurelement toegevoegd en wordt de bestaande zuurgraad van sommige voedingsmiddelen geneutraliseerd. Dit is de reden waarom een gevoelig persoon gekookt voedsel veel beter verdraagt dan rauw voedsel. Ook al worden de vitaminen in het voedsel verminderd door het te verhitten, het wordt verrijkt met meer productieve energieën door het vuur. Het lichaam kan de energieën uit verhit voedsel veel sneller opnemen, omdat het minder tijd nodig heeft voor de spijsvertering en er minder energie voor nodig is.

**Weten welke weg de mens kiest bij het bereiden van voedsel, dat is aan hem overgelaten door mijn vrije geest van liefde. Ieder mens is verantwoordelijk voor zijn eigen leven, daarom moet hij handelen in overeenstemming met zijn ontwikkeld bewustzijn en kennis.**