**Energikusabb táplálékbevitel a tűz elemmel kapcsolatban**

Az isteni üzenet a következő témákat tartalmazza:

**Miért van az embereknek feltétlenül szükségük szilárd táplálékra az élet fenntartásához.**

**Hogyan kerül a "tűz elem" az ételünkbe, és hogyan növeli annak energiáját.**

**Elképzelhetetlen belső élet és a magas érzékszervi és érzékelési világ a**

**Növények.**

**Miért nem emészthetőek a túl fűszerezett ételek és a nyers ételek az érzékeny emberek számára.**

**Milyen fontos, hogy nyitottnak kell lenni az új bölcsességre.**

**A túlevés negatív hatásai.**

**Tudattalan félelem az ételmaradékok szemétbe dobásától.**

\* \* \*

Az isteni szeretet és irgalom a hírnökön keresztül áramlik a mennyei tudásra nyitott szívű emberekhez, és a legnagyobb egyetemes szívből üdvözli őket!

A fény hírnöke a mennyei Lényből szól, és az éjszaka egy késői órájában örül annak, hogy az isteni akarat szerint egy már átadott üzenetért még kaphat egy **rövid utasítást a** szeretet Én Vagyok áramából, és azt rövidítetlenül továbbíthatja a belső emberiségnek.

Ez egy olyan üzenet Istentől, amelyet a hírnök már korábban megkapott a Belső Igén keresztül, és amelyben "**Jézus fáradságos élete, valamint tanítványsága akkor és most, sok akadállyal és azok leküzdésével" részletesen le van írva. A** könyv olvasása közben Isten Szellemétől mélyreható ismereteket kapott a **tűz elemről** is, és ez jelentősnek tűnt a hírnök számára. Belülről érezte, hogy az isteni akarat az, hogy kivegye a kiegészítést, és azt a belső emberiségnek ajánlja fel egy saját üzenetben.

Valóban, a mai szellemileg orientált emberek még nem tapasztalhatták meg ilyen mélyen ezt az új isteni tudást más hírnökök által, mert minden hírnök másképp fejlődik szellemileg. Az ember, jelen esetben az önérzetes hírmondó, csak azokkal a számára fontosnak tűnő élményekkel, eseményekkel, ismeretekkel, benyomásokkal foglalkozik behatóan, amelyekkel élete során hullámvölgyekben találkozott, és amelyeket magába szívott. Ha ezeket tudatában a törvényszerű ismeretei és az isteni logika szempontjából helyesen értékelte, szellemileg feldolgozta és osztályozta, akkor hasznos tapasztalatokat gyűjtött az élete számára. Ezek jelentősen előmozdították lelki érettségét. Isten szelleme aztán hasznos és értékes élettapasztalataiból kiveszi a számára fontosnak és érettnek tűnő tapasztalatokat, és az isteni törvény üzenetében megvilágítja azokat. Folyamatosan bővíti és elmélyíti az isteni törvények ismeretét, hogy a hírnök ismét új tapasztalatokat szerezzen az élet egy-egy területén. A kibővített mennyei bölcsességet Isten Lelke mindig felajánlja a szellemileg orientált embereknek, hogy még tovább érjenek. Ez minden isteni üzenet lényegi jelentése. Örüljetek most annak, hogy az egyetemes élet egy kis építőköve ismét érthetővé vált a hírnök számára, és hogy Isten iránti hálával ajánlhatja fel nektek.

Isten üdvözlete.

Isten Lelkében minden lény örökre egyesül a szívével, és én is így vagyok veled, tiszta mennyei fénylény.

Soha ne mondjatok le arról, hogy spirituálisan fejlesszétek magatokat, akkor még ebben az életben sikerül néhány lépéssel közelebb kerülni az isteni fényhez, ha ez a szabad, komoly szándékotok. Isten az Én Vagyok-ban és minden mennyei fénylény ezt kívánja nektek!

\* \* \*

**Az isteni üzenet kezdete:**

Egy érett, Istennel összekapcsolt ember nem élhet csak a génjeiből származó raktározó erőiből és a lelkén keresztül az isteni kiegészítő erőkből. A túlélés érdekében kénytelen további erőket felvenni a szilárd elemi formában lévő táplálék és víz révén, mert különben a szervei működése lecsökken.

Ezen a ponton talán megkérdezitek, hogy egy szellemivé lett emberi lény miért nem élhet pusztán isteni erőkből? Ennek okai már az embernek Isten korábbi, mélyen elesett lényei általi teremtésében is megtalálhatók.

Ebben az időben már energetikailag legyengültek, ezért megoldást kellett keresniük arra, hogy kívülről új életenergiákat kapjanak. Egy jó lehetőség kínálkozott számukra a szilárd elemi atomokon keresztül. A Bukás Lényei ezeket az erőket az emberi testen keresztül akarták a lelkükbe szívni, mivel az inkarnáció révén energetikailag kapcsolódnak az emberekhez, vagy átmenetileg bennük élnek. Ezért az emberi géneket szilárd elemi táplálékra irányították a test megőrzése érdekében. Az így programozott gének már az embrionális állapot kezdetétől, az anyaméhben történő táplálékfelvételre irányítják a sejteket. Ez a raktározás a testben eltöltött évek során megszilárdul, mivel a sejtek hozzászoknak bizonyos táplálékhoz. Ez aztán odáig megy, hogy a sejtek már el sem tudják képzelni az életet külső táplálék nélkül, mivel a gének előírásai szerint a test számos területén automatikusan elvégzik a feladataikat, hogy energiához jussanak.

Ha az emberi sejtek hosszabb időn keresztül nem kapnak táplálékot, akkor lemondanak és testük felbomlik, azaz a bennük lévő szilárd élet lassan kihal. A legkisebb atomi részecskék szilárd magjai ekkor az energiahiány miatt olyan alacsony rezgésszámot érnek el, hogy már nem képesek energetikai alapon kapcsolatban maradni a szubtilis atommagokkal. Ezért lassan leválnak róluk, és egy spirituális átalakulási folyamaton keresztül átlépnek a finom, eredeti állapotba. Azért teszik ezt, mert a hajdani zuhanó lények ezzel az elrendezéssel tárolták őket.

Tudd meg azt is, a **"négy égi elemen"** keresztül: **Tűz, föld (ásványi anyagok), levegő (oxigén) és víz"** - amelyeket az Ősz-lények különböző módokon változtattak meg, különösen a tiszta létezésen kívüli világuk megteremtéséhez - a test sejtjei a különböző szervek átalakulási folyamatán keresztül új erőket vesznek fel az élet fenntartásához. Az ember nem tudja a **tűz elem** energiáit nagy mennyiségben közvetlenül a testébe szívni, ezért ez kerülő úton történik. Fel tudja venni őket például a felhevített ételeken keresztül, mert az étel felhevítésével a tűzből származó erők elérik a többi szilárd elemi atomot. Ez azt jelenti, hogy az élelmiszer további erőkkel gazdagodik. Ezt valószínűleg nem is sejtetted volna.

A földi primitív népek még tudták, hogy a **tűz** plusz erőt ad az ételüknek. Ezért melegítették, fűtötték vagy sütötték a különböző ételeket tűzhelyen. Tudja, hogy mind a négy elem: A tűz, a föld, a víz és a levegő erőket tartalmaz. Ily módon a **tűz elem** további erőkkel ruházza fel az embereket.

Egyes táplálkozástudományi szakemberek úgy vélik, hogy a természet ajándékait nem szabad melegíteni, mert akkor a vitaminok csökkenek vagy akár el is pusztulnak. Ez csak részben igaz. De a föld jelenlegi energiahiányos állapotában az embernek sokkal nagyobb haszna van abból, ha a tűzrészecskéken keresztül, a felmelegített táplálékkal megnövekedett erőket tud magába szívni. Ezt az energiamennyiséget azonban nem nyers állapotban kapja az ételek révén.

Talán most kezdtek elgondolkodni a hírnökkel kapcsolatos új utasításaimon keresztül, és nem értitek, hogy szeretetszellemem egyrészt miért tanácsolja nektek, hogy forduljatok inkább a nyers ételek felé, másrészt pedig azt halljátok, hogy az ajándékok felmelegítésével több produktív energiát tudtok magatokba szívni. Az Én Vagyok szerető szellemem most megpróbálja elmagyarázni nektek ezt a különbséget:

Ha a különböző salátaleveleket fűszeres összetevők nélkül fogyasztod, akkor a bennük lévő vitaminok és ásványi nyomelemek nagy részét felszívhatod. De ha a salátaleveleket sok fűszerrel, olajjal és más összetevőkkel keverik össze egy tartályban, akkor elveszítik eredeti anyagukat. Minél tovább keverednek a zsenge salátalevelek a fűszeres összetevőkkel, annál jobban csökkennek a bennük lévő vitaminmolekulák, és annál kevesebbet szívunk fel belőlük.

Kérjük, a következőképpen értelmezze: A különböző fűszerek és olajok mindegyike egy bizonyos molekulaszerkezettel rendelkezik, amely illatában, sugárzásában és rezgésében eltér a finom salátától. Ha minden összekeveredik, a salátamolekulák védekezni kezdenek a nem kívánt összetevők ellen, mert nem akarják elveszíteni természetes molekulaszerkezetüket. Azzal, hogy védekeznek, természetesen energiát fogyasztanak, és ennek következtében csökken bennük. Ráadásul a salátalevelekben fokozatosan megváltozik a vitaminok eredeti állapota, mert a pórusaikon keresztül új információkat kell felvenniük a fűszeres szószból. Ha tisztánlátással belelátna egy növény belső életébe, meglepődne annak kis intelligenciáján és funkcionális lehetőségein, és talán egy kicsit óvatosabb lenne az elkészítésénél. De még hálásabb lenne az életért is, amit azáltal ad, hogy vitaminok és ásványi nyomelemek bőségével látja el Önt. Ha tehát a különböző leveles saláták révén elegendő vitamint szeretne bevinni a fizikai jólétéhez, próbálja meg mérsékelni magát a fűszerekkel és más összetevőkkel. Ez lenne a szerető szellemem tanácsa.

A főtt **zöldséges ételekben** azonban **a fűszeres összetevők** megfelelőbbek, mivel a zöldség már nem tud védekezni a fűszerek ellen. Főzés közben a növény érzékelésének és észlelésének kis világa szinte felfüggesztődik. Ezt vagy természeti lények, vagy tiszta fénylények végzik, akik az étel elkészítése előtt gyengéden megpróbálják a növény szívét (életmagját) a természet finom világába áthelyezni. Normális esetben a növény evolúciós állapotában már képes egy kicsit megkülönböztetni a szagokat, és képes nagyon örülni valaminek, valamint szomorúnak lenni a neki okozott fájdalom miatt.

Azt is tudnia kell, hogy ha a zöldségeket túlságosan összekeverjük különböző erős illatú fűszerekkel, akkor a zöldségek természetes illata teljesen elfedődik és megváltozik.

Ilyenkor az érzékszerveid inkább a fűszerekre koncentrálnak, mint egy vagy több zöldségre. Ennek eredményeképpen a szervezeted elsősorban a fűszer emésztésére van beállítva, nem pedig a zöldségek többi vitaminjára és egyéb létfontosságú tápanyagára. Most már szabadon választhat, hogy mit szeretne: vagy egy erős illatú fűszernövény ízét szívja magába az ételével, amely szárított állapotban szinte semmilyen tápértéket nem ad, vagy a zöldségekből származó, ízben és illatban változatlanul megmaradt bőséges anyagokat.

Isten Lelke az Ő bölcsességéből és előrelátásából ad tanácsot, de neked kell szabadon eldöntened, hogyan akarod elkészíteni az ételt.

Ha többféle zöldséget főz együtt, győződjön meg róla, hogy azok az Ön kontinensén termettek és érlelődtek. A kontinens napfénye és talajviszonyai a növényekre bocsátják rezgéseiket és sugárzásukat. Ha két kontinensről származó zöldségeket keverünk össze, és együtt főzzük meg őket, akkor különböző rezgések és sugárzások érintkeznek egymással, és diszharmonikus állapotot hoznak létre. Ezért előfordulhat, hogy az ételnek nem lesz jó íze, és kevesebb tápértéket is adhat.

Isten Lelke azt is ajánlja, hogy ne adjunk túl sok fűszert az ételhez, és ezáltal ne szívjunk magunkba sokféle illatot. Ez érzékeny embereknél gyomor- és bélproblémákhoz vezethet, mivel az ételek különböző rezgései egyensúlyzavart okozhatnak az emésztőrendszerben. Az emésztősejtek kommunikációs nehézségei lépnek fel, és az emésztetlen táplálékanyagok a bélben maradnak, kellemetlen, fájdalmas puffadást okozva. Ezért a szeretet szelleme azt tanácsolja nektek, érett és érzékeny emberek, hogy mérsékeljétek a fűszerek fogyasztását.

Tudja azt is, hogy a zöldségek főzéssel emészthetőbbé és energikusabbá válnak. A főzés során a tűzrészecskéken keresztül további energiák kerülnek a zöldségekbe, mivel a tűz elem információs és energetikai alapon kapcsolódik az étel elemeihez. A tűz elem minden szikrájában kozmikus energiák vannak. Ezek a melegítéssel kerülnek az ételbe, és segítik a sejtek magasabb rezgésszámát.

Bizonyára Ön is megfigyelte és észrevette, hogy a föld feletti és alatti vízforrásokból vagy termikus eszközökből származó kellemes meleg segíthet bizonyos fájdalmas állapotokon és kellemetlenségeken. A hőmérsékletük azonban nem lehet túl magas a testhőmérséklet felett. A **tűz elem az** elektromosságon keresztül is közvetíti az energiát. Ha megfelelő, hőálló ásványi anyagokat használnak vezetőként, pl. egy tűzhely főzőlapját, akkor a főzőlap melegítésekor energetikai folyamat megy végbe. A fűtött főzőlapon a tűzelem részecskéi a légelemen keresztül kapcsolódnak hozzá. Ez termomágneses úton történik. Ha a felhevített tányéron főzünk egy ételt, akkor a tűz elem erői is áttevődnek rá. Tudni kell, hogy a **tűz** csak a **levegőn** keresztül (a gázok különböző összetételű részecskéi) és a **vízen** keresztül a szilárd **ásványi anyagba** tudja átadni energiáit - ezek a legkisebb energiarészecskék (atomok) - hőmágneses fényhullámokon, ritmikus impulzusokban.

Mint ebből láthatod, a **tűz elem az** élet különböző földi területein hasznos lehet számodra, és sok feladatot teljesít, ha helyesen használod.

Isten szellemének e kibővített szemléletéből kiindulva talán már nem lesz olyan nehéz megtalálni az ételkészítés arany középútját.

Légy mindig előrelátó, és építsd az életedet az isteni logikára. Soha ne túlozzatok, és ne ragaszkodjatok annyira egy bizonyos tudáshoz, hogy ne legyetek nyitottak az új bölcsességekre. Akik megrekednek és fanatikusan ragaszkodnak a véleményükhöz, amelyet felül kell vizsgálni, valóban kevesebbet kapnak az élettől, és talán egy nap fájdalmasan rá kell majd döbbenniük, hogy merev hozzáállásuk miatt sok hátrányt kellett elviselniük. Mindig légy nyitott az olyan hasznos hírekre, amelyek logikusnak és a tudásszintednek megfelelően megmagyarázhatónak tűnnek számodra. Itt minden hírnököt szeretetem szelleme szólít meg. Nem szabad kétségbeesniük, amikor újra és újra hallanak egy kibővített és kijavított tudást magukban. A fejlődni akaró és az isteni fény felé is orientálódó ember ugyanis folyamatosan bővíti először a tudatalattiját, majd a tudatfeletti tudatát a lélek újabb és újabb közvetítései és raktározásai révén - amelyeket éjszakánként Istentől kap és igyekszik továbbadni. Ezért tanácsolja a szeretetszellemem az Isten szellemének embereit, hogy soha ne maradjanak hosszabb ideig a tudás megállásában!

Ami a **tűz elemmel kapcsolatos táplálkozásodat illeti**, szeretetszellemem szeretne segíteni neked, hogy messzebbre tekints, hogy ami még megmagyarázhatatlan, az érthetőbbé váljon számodra, és a téves vélemények elavuljanak.

Néhány spirituálisan érett embernek, aki egyben nagyon érzékeny is, nehézségei vannak a nyers ételek fogyasztása után. Emésztőrendszerük nem képes megfelelően megemészteni a nyers és kemény zöldségdarabokat a gyomor és az epe nedvein keresztül. Ezért vannak gyomor- és bélrendszeri problémáik, és jó néhányuk savas felböfögéstől szenved. Ezzel szemben jól tűrik a felmelegített táplálékot, kivéve, ha az meghaladja a szükséges táplálék mennyiségét. Ez aztán az emésztőszervek túlterheléséhez vezet, és ennek következtében gyomorsavtúltengés lép fel. Egy éber és tudatos ember ezt úgy tudja megelőzni, hogy jobban odafigyel a teste jelzéseire, amelyeket érzelmi szinten a szájpadláson és a szemen keresztül érzékelhet. A felelős emésztősejtek impulzusokat küldenek a felső tudat felé, hogy már nem képesek további táplálékot felvenni és feldolgozni. Bár az embernek még mindig jól esik, a tányéron maradt étel mennyiségét látva úgy érzi, hogy jobb lenne, ha most abbahagyná. Azok, akik már megérettek erre a pontra, nem fognak könnyen kísértésbe esni, hogy túllépjék az élelmiszer-keretüket. A mértéket meghaladó legkisebb mennyiségű táplálék is azt jelenti, hogy a szervezetnek nagy gondot okoz annak feldolgozása, és ezért felesleges és feldolgozatlan tápanyagként lerakódik a szövetekben. Ez nem jelent jót az egész szervezet számára, mivel a véráram útján folyamatosan káros és zavaró anyagok halmozódnak fel a test különböző részeiben. A szervezetben növekvő rendellenességek miatt az emberi jólét lassan csökken, és különböző kisebb-nagyobb betegségek léphetnek fel. Ezért érezz a testedbe, és gondosan fontold meg, még ha jól is esik, hogy nem szeretnéd-e inkább az isteni okot megélni, és mérsékelni az étkezést.

Ha **marad étel a fazékban vagy a tányéron,** mert belülről úgy érzed, hogy eleget ettél, akkor jól gondold meg, hogy mi a jobb. Inkább az isteni értelemben szeretnél élni, vagy a saját rossz hozzáállásod vagy a neveltetésed miatt akarsz többet enni, mint amennyit meg tudsz enni?

**Vannak benned félelmek, amikor a szemétbe dobod az ételmaradékot?**

A jelen kor néhány tanítványa tévesen azt hiszi, hogy ha meghagyják a már nem használható élelmiszert, és ki kell dobniuk, akkor pazarlóan bánnak az élelmiszerrel. Ha bűntudatot éreznek, amikor kidobják a maradékot, akkor a tudatalattijukban és a lelkükben még mindig tudattalan félelmek rejtőznek. A félelmek kellemetlen érzéseken keresztül fejezik ki magukat, és arra ösztönzik az embereket, hogy mindenáron felfalják a maradékot. Az öntudatlan tárolás a következőképpen olvasható: Aki kidobja az ételt, annak állítólag az isteni akarat szerint kell learatnia a vetést, és egyszer maga is szenvednie kell a nélkülözést és az éhezést, hogy jobban meg tudja becsülni az ajándékokat.

Bizony, aki így gondolkodik és cselekszik, az még mindig masszívan polarizálva van az előző földi életéből származó lélekemlékekkel. Az egykori ember már a táplálékfelvételhez való helytelen hozzáállását is a tudatlan vallási fanatikusoktól vette át, akik még mindig hittek Isten kíméletlen büntetésében. Bizony, ha az én szeretetszellemem ennyire szívtelen lenne, akkor egyetlen mennyei lény sem tudna szeretni engem, és nem akarná, hogy szívből jövő kommunikációban legyek velem. Ennek most már világosnak kell lennie azok számára, akik félelemmel teli emberek, akik ezt a szörnyű, kegyetlen kijelentést rólam a világra hozták.

Ha tehát az étkezés végén a tányéron megmarad a már nem használható étel, és a szemétbe dobod, akkor nem pazarolsz. Talán vannak olyan ügyfelei, akik olyan állatokat tartanak, amelyek számára az Ön maradékai emészthetőek.

Ebben a tekintetben, kérjük, szabadítsátok meg magatokat a bűntudattól, amely csak rossz életmódba taszít benneteket. Étkezzünk ésszerűen, és gondoljuk át, hogy érdemes-e túllépni a bevitt ételmennyiséget rossz irányelvek vagy étkezési programok miatt!

A **túlzott táplálékbevitelről** szóló magyarázat után a szerető szellemem ismét röviden beszél az **ételek megfelelőségéről**.

Most néhányan talán csodálkoznak, hogy a főtt vagy sült növényi ételek miért emészthetőbbek az érzékeny emberek számára?

A természetes ajándékok felmelegítésével a tűz elemet adjuk hozzá, és egyes élelmiszerek meglévő savasságát semlegesítjük. Ezért van az, hogy egy érzékeny ember sokkal jobban tolerálja a főtt ételt, mint a nyerset. Bár a melegítéssel az ételben lévő vitaminok mennyisége csökken, a tűz hatására az étel több hasznos energiával gazdagodik. A szervezet sokkal gyorsabban képes felvenni a felmelegített ételek energiáit, mert kevesebb időre van szüksége az emésztéshez, és kevesebb energiát használ fel hozzá.

**Tudni, hogy az ember milyen utat választ az étel elkészítésénél, azt az én szabad szeretetszellemem hagyja rá. Minden ember felelős a saját életéért, ezért fejlett tudatosságának és tudásának megfelelően kell cselekednie.**