

## Heilung

„Eure Nahrung sollte so viele Gemüse wie möglich enthalten“, sagt ein Meister der Weisheit. Die Menschen können gesund und vital werden, wenn sie sich Nahrungsmittel zusammenstellen, die Gemüse und gekochte Blattgemüse enthalten. Im Reich der Natur gibt es Gemüse, die die Lebenskraft stärken. Es ist möglich, durch Ausgleichen der Lebenskraft alle Erkrankungen zu heilen. Bestimmte Pflanzen speichern Prana. Die Menschen sollten Mittel und Wege finden, um Zugang zu diesen Prana-Speichern zu erhalten. In diesem Wassermann-Zeitalter, in dem massige Materie zugunsten zarter Materie abgeworfen wird, gilt es als klug, sich an Gemüse als Nahrung zu gewöhnen.

Es ist an der Zeit, dass der Mensch auf jegliche tierische Nahrung verzichtet, ebenso auf Produkte tierischen Ursprungs wie Milch, Yoghurt, Butter, Ghee und sogar auf Milchprodukte wie Käse, Süßigkeiten usw. Außer pflanzlicher Nahrung macht alles andere die menschlichen Körper schwer und kompakt.

Weise Menschen erwägen sogar, keine Wurzeln, Nüsse, Hülsenfrüchte und Getreide mehr zu essen. Die Zunahme von Diabetes, Arthritis, Bluthochdruck, Herzkrankheiten und Demenz ist darauf zurückzuführen, dass die Menschen an Nahrungsmitteln festhalten, die schwerer sind als die heutige Zeit es verlangt.

Das Wassermann-Zeitalter hebt die Energien empor und macht alles luftig. Auch die Ernährungsgewohnheiten müssen leichter, anpassungsfähiger und feiner werden. Die Menschen sollten schweres Essen meiden, da sie zunehmend mehr Kopfarbeit und weniger körperliche Arbeit verrichten. Der physische Körper wird immer weniger und das Gehirn wird immer mehr benutzt. Das Gehirn ist viel elektrischer und seine Glühfäden sind sehr zart. Damit es optimal arbeiten kann, sollte man es nicht mit schwerem Essen wie tierischer Nahrung, tierischen Produkten, Hülsenfrüchten und nicht einmal mit Getreide belasten. Man sollte auf alle Speisen verzichten, die schwer sind. Dazu gehören auch Brot und Butter. Schwere Nahrungsmittel sollten die Menschen dadurch ersetzen, dass sie sich im goldenen Sonnenlicht aufhalten, Sauerstoff einatmen, frisches Wasser und Fruchtsäfte trinken und Gemüse essen.

In der Gesundheit wird es einen tiefgreifenden Wandel geben, wenn man nach und nach seine alten Essgewohnheiten loslässt und zur neuen Ernährungsart übergeht, die sich langsam durchzusetzen beginnt. Die vegane Lebensweise, die sich gegenwärtig im Westen verbreitet, ist im Osten nicht neu. Im Osten gibt es Gemeinschaften, die seit Jahrhunderten auf Milchprodukte und Fleisch verzichten. Die vegetarische Lebensweise breitet sich mehr und mehr aus. Sie wird schließlich dazu führen, dass die Menschen mehr Gemüse, Früchte sowie Blattgemüse essen und Wasser trinken. Dies ist der zukünftige Weg, um aus der Flut von Krankheiten herauszukommen, die die Menschheit insgesamt bedroht. Darüber sollte nachgedacht werden.

Foto von [Sharon Pittaway](#) auf [Unsplash](#)