

Freitag, 11. Mai 2007

Das Geheimnis artgerechter Ernährung ***für uns Menschen ... die dann automatisch auch gesund ist!***

von Christopher Benjamin

Du wirst tagtäglich mit dem Schlagwort „*Gesunde Ernährung*“ konfrontiert und bist genau genommen überfordert zu erkennen (oder richtiger: zu unterscheiden) was denn nun für dich gesund ist und was nicht, ob du dich richtig, menschen- oder artgerecht ernährst oder nicht. Auch eine klare Definition fehlt, da anhand dessen du ja in die Lage versetzt werden könntest selbständig zu werden und damit zu unterscheiden zwischen Lüge und Wahrheit ... der Werbung und sogenannter Spezialisten, den Diagnosen der Ärzte und Fachleute im weißen Kittel! Du bist und bleibst somit (ohne klarer Definition und Kontrollmöglichkeit) zwangsläufig auf andere angewiesen und ihnen hilflos ausgeliefert. Und musst immer Menschen vertrauen, ohne zu wissen, ob sie ehrliche Absichten mit dir haben oder nicht. Dir fehlen ja die Kriterien und das Wissen dazu.

Doch woran erkennst du nun wann und was wirkliche Gesundheit ist und wie die Ernährung dazu beiträgt, dass diese dem Menschen bei seiner Menschsein-Entwicklung unterstützt und keineswegs limitiert, wie sie es allgemein heutzutage bei dem Großteil der Menschen tut?

Ganz einfach! Es heißt im Volksmund: „*Das Ergebnis zählt und spricht Bände!*“ Das Ergebnis beweist, ob eine Theorie wahr oder falsch ist. Und ganz besonders im Gesundheitswesen zählen nur die langfristigen Ergebnisse und Resultate. Wie kannst du die Menschen, die dank unserer gegenwärtigen tonangebenden (Amputations-), Ersatzteil- und Sympton-Medizin älter und in die Jahre kommen, bezeichnen? Siechend oder Lebensenergie-Ausstrahlend, geistige Kapazitäten entwickelnd oder eher diese verlierend? Wann sind Menschen alt und zerbrechlich heutzutage? Mit 50, 60, 70 oder 80 Jahren? Oder kennst du Menschen, die trotz zunehmendem Alter (wie z.B. Yogis in den Himalayas) ihre körperliche und geistige Spannkraft und Jugendlichkeit keineswegs verlieren und das obwohl sie bereits 100, 150, 200 Jahre und älter sind und von Alter und Zerbrechlichkeit keinerlei Anzeichen zeigen? Hast du jemals gesehen, dass unsere Medizin Menschen darin unterstützt genau diese Art von Lebensqualität zu erreichen, die die Menschen ihre wahre Lebensdauer nutzen und auskosten lassen würde?

Ich bin mir sicher ... NEIN! Das Problem liegt in der Definition! Der Anspruch der Schulmedizin lautet für gesund: „*Keine erkennbaren Leiden oder Krankheiten!*“, die der Naturmedizin: „***Im Vollbesitz der körperlichen, geistigen und seelischen Kräfte!***“

Es gibt langfristige Untersuchungen bereits aus dem 19. Jahrhundert, die ganze Menschengruppen im Zusammenhang mit Vegetarismus und fleischloser Ernährung (ich denke dabei an die Oranienburg-Siedlung in der Nähe von Berlin) zu Forschungszwecken über lange Zeiträume untersuchte und beobachtete. Ich denke an Menschen wie Dr. Paul Bragg und Dr. Shelton, die aufzeigten, was regelmäßiges, einmaliges wöchentliches Fasten kombiniert mit regelmäßigem längerem Fasten (einmal oder mehrere Male im Jahr) für die Heilung und die allgemeine Gesundheit eines jeden Menschen bewirken können. Ich denke ebenfalls an Guy Claude Burger, der mit seiner Philosophie des täglichen ½-tägigen Fastens, verbunden mit einer konsequenten Rohkost-Ernährung (basierend auf der Wiedereinführung einer Instinktgesteuerten Ernährung) und Friedrich Konz, der mit seiner Urkost-Ernährung (die Wildpflanzen, Bewegung und Singen beinhaltet) bemerkenswerte Gesundheitsergebnisse erzielten. Ich sehe anhand von Freunden, die ebenfalls – wie ich – eine konsequente Living-Food-Ernährung praktizieren, und damit, was es bedeutet „***Im Vollbesitz der körperlichen, geistigen und seelischen Kräfte!***“ zu sein!

All diese Menschen haben eine Ausstrahlung, die sie ungemein sympathisch und anziehend macht. Sie haben eine Schönheit, Attraktivität und eine offensichtliche Gesundheit, die jeden ihre Nähe suchen lässt und ... ihren Worten lauschen lässt! Unterhaltungsqualität wird neu

CHRISTOPHER BENJAMIN - DAS GEHEIMNIS ARTGERECHTER ERNÄHRUNG

definiert. Lebenspotenzial und Mensch-Sein werden ebenfalls neu gelebt! Du kannst an ihnen beobachten, wie die physischen Beschränkungen denen das Leben im allgemeinen unterliegt, Schritt für Schritt abgebaut wurde und wie sie ihre göttliche Qualitäten entwickeln, die in einem jeden Menschen schlummern. **SIE SIND LEBENDE BEWEISE, DASS DER MENSCH MIT HILFE SEINER ERNÄHRUNG ZWEI MÖGLICHKEITEN HAT: ER KANN SICH BESCHRÄNKEN ODER BEFREIEN** ... doch diese Menschen beweisen, dass das Leben eine weitere, kosmische Dimension bereit hält, mit Möglichkeiten und einer Fülle, die du dir mit einem gewöhnlichen Lebens- und Ernährungsstil nicht vorstellen kannst ... vergleichbar einem Baby, vor der Geburt, das noch nicht weiß, was es nach der Geburt erwartet! Vergleichbar mit einer Raupe, die nach der Verpuppung ein Schmetterling wird! Meine Freunde strahlen eine Energie- und Strahlkraft aus, besitzen ein intuitives Wissen und ein tiefes Verständnis unserer Existenz, die mich immer wieder von neuem fasziniert und mit Freude erfüllt, die mich gerne in ihrer Nähe sein und ihnen zuhören lässt.

Sie sind lebende Beweise des Selbstanspruches der Naturmedizin: „**Im Vollbesitz der körperlichen, geistigen und seelischen Kräfte!**“ und des Satzes Jesu, der sagte: „**Und auch ihr werdet diese Dinge tun und noch viel mehr!**“

Dadurch kann ich – anhand von Eigen- und Fremdbeobachtung – sagen, was eine menschengerechte, gesunde Ernährung eigentlich ausmachen sollte und auf was sie ausgerichtet sein muss: sie muss bedeuten, dass der Körper all seine Nährstoffe erhält, die er für eine perfekte Zellteilung, für eine perfekte Energieversorgung, für das Auffüllen seiner Speicher und Vorratskammern, für eine permanente Reinigung des Körpers, [also aller Kanäle, Zellen und Organe (auch im feinstofflichen Bereich)] und damit verbunden die Möglichkeit der Entwicklung neuer Fähigkeiten und Kapazitäten beinhaltet. Sie muss dir also helfen deine Jugendlichkeit, deine Vitalität und Spannkraft (und was das alles mit einschließt – inklusive deiner Gesundheit) zu erhalten und dich darin perfekt unterstützen, dass du im Verlauf deines Lebens (also bei der Addierung von Jahren) deine (noch) brachliegenden Möglichkeiten entwickelst, ausbaust und dir somit eine neue Lebensbasis schaffst ... vergleichbar mit einem Schmetterling, der sich aus einer Blätterverzehrenden Raupe entwickelte und sich nun nur noch von Nektar ernährt!

Ernährung hat also eine völlig andere Aufgabe und damit auch Dimension, wie sie der gewöhnliche Mensch im Allgemeinen nicht kennt. Ihm ist völlig unbekannt, dass eine wirklich menschengerechte, gesunde Ernährung, sich an folgenden Symptomen erkennen lässt:

- 1.) Der Körper kennt keinen bohrenden, schmerzenden, quälenden und fordernden Hunger mehr. Der Körper schaltet, wenn er Bedarf angemeldet hatte, nach einer gewissen Zeit der Forderung, selbständig auf Fasten um!
- 2.) Die Nahrungsmenge nimmt immer mehr ab, bis man völlig den Appetit und den Bedarf an einer Nährstoffaufnahme verliert. Der Körper bezieht dann immer mehr Energie und Nährstoffe über die Zirbeldrüse und aus dem morphogenetischen Feld, das uns umgibt und in dem wir leben! Es ist dieselbe Energiequelle, aus der die Maschinen, die Nicola Tesla am Anfang des 20. Jahrhunderts entwickelte, ihre Energie beziehen (Perpetomobil).
- 3.) Es gibt keinerlei echte Leistungslöcher oder Arten der Verdauungsmüdigkeit. Nach dem Verzehr deiner Mahlzeit, verspürst du keinerlei Beeinträchtigung deiner Leistungsfähigkeit.
- 4.) Du kommst mit weniger Schlaf aus und fühlst dich ausgeruhter und leistungsfähiger!
- 5.) Du bemerkst im Verlauf der Jahre, wenn du auf dein bisheriges Leben und auf die vergangenen Jahre zurückblickst, wie du dich verändert und entwickelt hast! Du erkennst immer mehr, wer du warst und wer du heute bist ... und du kannst auch sehen, dass du noch keineswegs am Ende angelangt bist. Du beobachtest, wie du ein immer tiefer werdendes Verständnis des Lebens, deines Lebens erhältst und bekommst eine Ahnung, was dich noch alles erwarten kann. Veränderung als Chance, um glücklich zu sein und zu bleiben, als Herausforderung und keineswegs als sinn- und inhaltsloses Dasein. Als eine Art Theaterstück, in dem wir als

CHRISTOPHER BENJAMIN - DAS GEHEIMNIS ARTGERECHTER ERNÄHRUNG

Schauspieler mitspielen, doch in dem wir unseren Text und unsere Rolle vergessen haben und uns einfach nicht erinnern können...

- 6.) Du bemerkst, wie dich die Nahrungs- und Lebensmittel unterschiedlich geistig beeinflussen, welche Einflüsse sie auf dein Verhalten, deine Interessen und deine Launen haben. Du kommst dadurch in die Lage dieses Wissen positiv für dich zu nutzen, dein Leben bewusst zu beeinflussen.
- 7.) Du erhältst Einblick in die Schöpfung, in die Gesetze des Lebens. Du verstehst immer mehr Zusammenhänge, Ursachen und Wirkungen, und entwickelst eine Bereitschaft Dinge zu Akzeptieren, die du anders nicht akzeptieren könntest (würdest). Das Leben wird für dich verständlich. Du verstehst mit der Zeit auch deinen Platz darin einzunehmen und deine Einmaligkeit. Du tust, was du zu tun hast (zum Wohle der Allgemeinheit) und unterlässt alles, was diesem schädlich ist!
- 8.) Religiosität definierst **DU** neu! Du wirst Teil der Universalität und Einheit allen Lebens und der Religionen. Meditation und Gebet entwickeln eine neue Dimension und erhalten einen neuen Stellenwert in deinem Leben. Veränderungen sind erwünscht und keineswegs beängstigend. Dadurch wächst die Bereitschaft dich dem Fluss des Lebens anzuvertrauen und dich ihm zu „stellen“.

Siehst du wie menschengerechte, gesunde Ernährung deine Entwicklung unterstützt, sie dich keineswegs behindert? Wie du – ohne innere Überwindung – in deinem Streben nach Glück, Inhalt und Verstehen natürlich unterstützt wirst um deine Lebensziele (die deine Seele kennt, keineswegs dein Intellekt) zu erreichen?

Das ist die wahre Dimension artgerechter Ernährung,

die bislang leider noch zu wenig bekannt ist und an der du erkennst, ob du dich richtig ernährst oder nicht!

... und da kommt dann doch der ein oder andere noch auf die Idee und fragt: „und was ist mit Alkohol? Es gibt doch Untersuchungen von „Experten“, die sagen, dass *ein Glas Wein pro Tag, gut für die Gesundheit ist!*“

Ja, das habe ich auch schon oft gehört. Aber je öfter das wiederholt wird, desto weniger wird es deshalb wahr! Es ist und bleibt eine Realität – nachvollziehbar und erfahrbar – dass egal in welchen Maßen, Alkohol dein Wahrnehmen betäubt, trübt und limitiert und somit deinen Denkprozess und deine Selbstbeherrschung reduziert. Er macht dich gleichfalls unempfindlich für die höhergeistigen Schwingungen (Mitteilungen deiner himmlischen Begleiter), die dir permanent zugesandt werden. Er blockiert dich somit geistig und macht dich zum Krüppel, zum geistigen Krüppel. (näheres in meinem Schreiben „*Fleisch essen, Wein trinken ...*“)

Brauchst du Alkohol, um dein Leben erträglich zu machen? Um deine (unausgesprochene) Verzweiflung (?), deine innere Leere und Perspektivlosigkeit zu verbergen? Brauchst du ihn regelmäßig um zufrieden zu sein und zu bleiben? Brauchst du ihn, weil du dich vom Leben unfair behandelt fühlst und anders damit nicht klar kommst? Denke daran: es gibt keineswegs umsonst ein Alkoholverbot beim Autofahren!

Willst du eine neue Perspektive, einen neuen Sinn im Leben erkennen? Dann **ERNÄHRE DICH MENSCHENGERECHT UND DU WIRST GLÜCK UND ZUFRIEDENHEIT FINDEN! AUTOMATISCH.** Starte diesen Prozess heute und gib dir die Zeit, die du für die innere Reinigung brauchst. In einem Monat, in einem ¼ Jahr, in einem ½ Jahr, in einem Jahr wird sich dein Leben derart verändert haben, dass du dich nicht mehr erkennen wirst. Positiv! Eine Wende, die dir zeigt, dass **DIE ERNÄHRUNG DER SCHLÜSSEL, DER BEGINN FÜR EIN NEUES, POSITIVES, GLÜCKLICHES UND SINNVOLLES LEBEN IST!** Probier es aus. Du bist keineswegs der Erste, der dies voller Freude feststellen wird!

Verändere deine Ernährung, starte gleichzeitig mit dem Studium der Einweihungswissenschaft und du wirst verstehen, was du heute nicht verstehen kannst: Vertraue dich dem Fluss des Lebens an und ein neues Leben ohne Limitierungen (mit

CHRISTOPHER BENJAMIN - DAS GEHEIMNIS ARTGERECHTER ERNÄHRUNG

täglich neuen Herausforderungen) beginnt. Aber wisse: es ist nicht die Ernährung, es sind die Auswirkungen derselben!