



Häufig gestellte Fragen Nahrung aus göttlichen Quellen & dem Theta-Delta-Feld Auszug aus "Die Speise der Götter" mit Jasmuheen

Einleitend zu diesem Kapitel möchte ich betonen, dass der Menschheit zwei verschiedene Arten von Nahrung zur Verfügung stehen: die von uns kultivierten Nahrungsmittel natürlichen Ursprungs, und eine Nahrung 'nicht herkömmlicher' Art, die uns als menschengewordener Gott zugänglich ist und die wir über eine entsprechende Modifizierung unserer persönlichen Schwingungsfrequenz kultivieren können.

Oft kommen Fragen wie:

Fa: Stimmt das wirklich, dass wir unsere Abhängigkeit von Nahrungsmitteln loswerden können? A: Ja.

Fb: Aber braucht unser Körper denn keine Vitamine und Spurenelemente? A: Doch.

Fc: Wie sollen wir denn überleben, wenn wir nichts essen? A: Indem wir lernen, Zugang zu einer alternativen Nahrungsquelle zu finden, die unablässig in unseren Zellen fließt und uns nährt. Ein stufenweiser Weg dorthin wird in Kapitel 11 beschrieben.

Weitergehende Fragen lauten etwa:

Frage 1: Warum hat der Mensch Magen und Zähne, wenn er nicht für die Aufnahme von physischer Nahrung bestimmt ist?

Antwort F1: Unser derzeitiger Verdauungstrakt hat sich im Laufe der Geschichte erst entwickelt. Dabei spiegelt es die Vorstellungen, an die wir glauben. Ändern sich diese, ändern sich auch unser Verdauungssystem. Tatsache ist, dass wir alles tun können, was wir für uns wählen; wir müssen lediglich wieder eins werden mit der göttlichen Kraft in uns, denn wir sind Herr über unseren Körper, und von daher hört jede seiner Zelle unablässig auf unsere Gedanken, Worte und Handlungen. Und die Moleküle und Atome stellen sich entsprechend auf sie ein. Da wir im Westen die erste Generation von Lichtessern sind, sind auch wir auf den Evolutionsprozess angewiesen, damit sich unser Organismus ändern kann. Bei den zukünftigen Generationen von Lichtessern wird der innere Kreislauf irgendwann ziemlich anders sein. In Kurzform lautet die Antwort auf diese Frage, dass es nur eine Frage der Evolution, der Zeit und der Fähigkeit unseres Körpers ist, das zu spiegeln, woran wir glauben. Wer weiter isst, behält sein jetziges Verdauungssystem, und wer sich aus göttlichen Quellen speisen lässt, wird irgendwann einen Verdauungstrakt haben, der dieser Tatsache Rechnung trägt.

Es heißt, dass die Menschheit, als sie auf diesem Planet Fuß fasste, zunächst einen ganz anders gearteten biologischen Organismus aufwies, der sich unabhängig von Nahrung und Flüssigkeit am Leben erhalten konnte. Unser heutiger Organismus hat sich erst im Laufe der Zeit entwickelt, und auch die Evolution unseres zukünftigen biologischen Organismus' hängt von unserer Lebensführung und unseren Entscheidungen ab.

Frage 2: Kann der Löwe als Ausdruck wahren Friedens zwischen allen Spezies wirklich beim Lamm liegen, wie in der Bibel prophezeit?

Antwort F2: Auch das hängt wieder mit dem morphogenetischen Feld zusammen. Gebieten wir der aggressiven Natur des Menschengeschlechts Einhalt und unterlassen das Abschlachten von Menschen und Tieren, so verändert sich die soziale und planetare Biofeldresonanz gründlich genug, um bei jeder Spezies Spuren zu hinterlassen. Wenn wir dann sicherstellen, dass alle Individuen an Energiekanäle angeschlossen sind, die sie rundum ernähren, sind alle erfüllt. Sie entwickeln Altruismus und ein waches Bewusstsein und handeln mit einem Mal wie liebevolle, von Respekt geleitete Meister. Auch das wird dann natürlich jede Spezies prägen. Ich habe auf meinen Tourneen oft

gesagt, dass die Aggressivität im Tierreich das Ausmaß der Aggressionen im Menschenreich spiegelt. Wenn wir unsere menschliche Aggressivität ausschalten und verstärkt die Fähigkeit entwickeln, göttliche Liebe auszustrahlen, so wird das Bild vom 'Löwen, der bei den Lämmern liegt', Wirklichkeit.

Frage 3: Wie halten Menschen, die sich nur von Prana ernähren, ihr Gewicht?

Antwort F3: Vereinfacht ausgedrückt, hängt das mit der Einstellung zusammen, mit Programmierung und einem gewissen gläubigen Vertrauen. Darüber hinaus hat es mit der unserer Geist-Körper-Verbindung zu tun, eine Wissenschaft für sich, sowie damit, wie überzeugt wir davon sind, dass jede Zelle des Körpers wirklich auf unsere Gedanken und Befehle hört und dass der Körper unseren Befehlen gehorchen muss, wenn wir uns wie sein Herr und Meister verhalten. Diese Art von Programmierung funktioniert aber nicht, wenn in unserem Innern Sabotageprogramme ablaufen, also müssen diese angegangen und ausgeräumt werden. Das Gute ist, dass man die ganzen Programmierungscodes erst einmal antesten kann, bevor es zur eigentlichen Loslösung vom Essen kommt. Von daher empfehlen wir, behutsam damit zu experimentieren, indem die Mahlzeiten zunächst einmal von drei auf zwei pro Tag reduziert werden, bei gleichzeitiger Reduzierung der Nahrungsmenge und -vielfalt.

Erfolgreich von göttlichem Licht leben zu können, verlangt ein gewisses Maß an physischer, emotionaler, mentaler und spiritueller Vorbereitung und auch an Reinigung und guter Gesundheit. Darüber hinaus verlangt es Vertrauen in die Kraft des Göttlichen in uns. Auf das hierzu konzipierte Luscious Lifestyle Programm sowie auch das Kommando in Sachen Gesundheit/inneres Gleichgewicht/Körpergewicht/Aussehen, das Anwendung finden muss, um unser Gewicht zu halten, wird an anderer Stelle noch näher eingegangen, und auch darauf, wie sich diese "Befehle" in Verbindung mit einer Chi-Maschine verwenden lassen. Hier sei eine interessante Anmerkung erlaubt: Auch ohne Programmierung stabilisiert sich das Körpergewicht offenbar irgendwann. Doch oft erst, nachdem ein massiver Gewichtsverlust eingetreten ist.

Frage 4: Viele, die heute ein ganzheitliches Leben führen und aufgrund ihrer Lebensweise Zugang zum Bereich der Alpha-Theta-Delta-Frequenzen gewinnen, werden immer sensibler. Diese Sensibilität erzeugt oft das Gefühl, sich stärker zurückziehen zu müssen, da den Betreffenden unwohl dabei ist, sich 'unter das Volk' zu mischen und damit den dichteren Frequenzen der Alpha-Beta-Felder ausgesetzt zu sein. Oft kommt es zu einer Entfremdung, wenn diejenigen, die im Alpha-Theta-Feld zu Hause sind, auf Distanz zu dem 'normalen' Frequenzbereich gehen, der die zwischenmenschlichen Beziehungen zu Angehörigen und Freunden kennzeichnet. Können Sie hierzu etwas sagen? Was haben Sie bei Ihren Untersuchungen dazu herausgefunden?

Frage F4: Dimensionale Biofeldtechniker und Menschen, die eine spirituelle Initiation durchlaufen haben, haben gelernt, mit allen Energiefeldern zu arbeiten. Sie können – im Idealfall zumindest – harmonisch in jedem Feld existieren, ohne dass ihr eigenes Energiefeld gestört wird. Wie bereits angesprochen, sind die beiden wirkungsvollsten Werkzeuge, die uns zur Verfügung stehen, um selektiv nur die Frequenzen der Welt an uns heranzulassen, die wir aufnehmen möchten:

- a) Unsere Intention, unser Wille und unsere Einstellung, d. h., das ganze Spiel rund um Absorbieren oder Ausstrahlen von Energien, und
- b) Die Verwendung des Bio-Schildes, auf dessen Elemente wir in Kapitel 11 eingehen.

Meinem Eindruck nach ist es auch hilfreich zu verstehen, wie man ein bestehendes Feld beeinflussen kann und wie sich ein neues energetisches Feld weben lässt, das für uns förderlicher ist. Hierauf werden wir später noch näher eingehen.

Hilfreich ist es auch zu verstehen, dass der Zugang zum göttlichen Ernährungskanal nichts ist, was nur ein paar besonders Glücklichen oder Gesegneten oder den Heiligen vergönnt ist. Jeder kann auf das sogenannte Madonna-Frequenz-Feld und seine göttliche Liebe – den göttlichen Weisheitskanal – zugreifen und von daher die Pranaquellen

anzapfen. Trotzdem ist es noch immer Tag für Tag eine Herausforderung, in einem vorwiegend von Beta-Alpha-Frequenzen geprägten Feld zu existieren und dennoch genug Nahrung aus dem Thetafeld zu bekommen, um sich gesund erhalten zu können. Hier helfen unsere energetischen Anschlüsse und die Bioschilder: sie erlauben uns, den Pranafluss zu steuern. Auch täglich Kriya-Yoga* und Surya-Yoga** zu praktizieren sowie Techniken wie etwa die Liebesatem-Meditation bewirkt eine Menge.

* & **: Besondere Formen von Yoga, die beim Strömen der göttlichen Nahrung helfen und auf die wir bald noch eingehen werden.

Ein weiteres Problem, das oft angesprochen wird, ist die Tatsache, dass wir uns dann, wenn wir uns bewusst auf eine andere Frequenz begeben, um uns in nährenderen Energiefeldern zu verankern, aus dem Bereich entfernen, in dem wir für Menschen, die eine andere Frequenz wählen als unsere eigene, erreichbar sind. Besonders merken wir das in der Familie oder im Freundeskreis, wo man vielleicht nicht versteht, warum wir uns für eine sorgsamere, leichtere oder auch feinstoffliche Ernährung beziehungsweise eine aufmerksamere Lebensführung entschieden haben. Nun, wir haben unsere Familie, mit der wir blutsverwandt sind, und dann ist da noch unsere globale Familie. Das ideale Miteinander sollte von bedingungsloser Liebe geprägt sein. Wenn Sie also sicherstellen wollen, dass Sie diese Art von Liebe schenken und empfangen können, bitten Sie die göttliche Quelle in sich, Menschen zu Ihnen zu bringen, mit denen Sie eine Beziehung unterhalten können, die für beide Seiten positiv und unterstützend ist. Und richten Sie beim Zusammensein mit Ihrer Familie Ihre Aufmerksamkeit zunächst einmal mehr darauf, Dinge miteinander zu teilen, die allen Beteiligten Spaß machen, als darauf zu achten, was Sie alles trennt. (In der Reihe Biofelder & Glückseligkeit sind wir hierauf schon näher eingegangen.)

Frage 5: Was ist besser:

a) Als Kanal zu fungieren, durch den die Nahrung aus der göttlichen Liebe und Weisheit hindurchströmen kann, um in die Welt hinein auszustrahlen und damit sowohl unseren biologischen Organismus zu transformieren als auch gleichzeitig die Welt, oder

b) Einen gewissen Vorrat an dieser Nahrung anzulegen und dies dann als Quelle zu verwenden?

Antwort F5: Im Idealfall beides. Reserven werden aufgebaut, wenn wir uns zunächst die entsprechende Lebensführung erarbeiten, um uns auf die Frequenz einzuschwingen, und wenn wir diese Lebensführung dann weiter alltäglich als Instandhaltungsprogramm nutzen. Ich habe beides getan und finde die Kombination wirkungsvoller als nur das eine oder nur das andere. Früher oder später kommen wir vielleicht an einen Punkt, wo wir feststellen, dass wir besonders viel geben müssen, wodurch die Quelle zum Versiegen kommen kann. Von daher müssen wir an eine nie endende, grenzenlose höchste Quelle angeschlossen sein (siehe Kapitel 7), und wir müssen auch dafür sorgen, dass die ausgestrahlte Frequenz rein bleibt. Genau das bewirkt unsere Lebensführung. Aufgrund der Nahrung, die uns die Meditation bietet, können wir feststellen, dass wir ohnehin von Natur aus danach hungern, uns in diesem stillen, von Liebe erfüllten Raum aufzuhalten, vor allem, wenn wir im chaotischen Gewühl der Großstädte leben, deren Pulsschlag uns regelrecht das Gefühl vermittelt, in dieser Dichte zu ertrinken. Nur im Betafeld zu existieren, erzeugt eine emotionale, mentale und spirituelle Magersucht und führt die Menschheit in Missklang, Krieg und Chaos.

Frage 6: Was ist mit der angekündigten Zeit, in der eine sofortige physische Umwandlung möglich ist? Wie kommt es, dass Menschen einen Befehl oder einen Mantragesang verwenden, und die sofortige Veränderung bleibt offenbar aus?

Antwort F6: Es gibt eine ganze Reihe innerlicher und äußerlicher Faktoren, die hier bremsen. Zum einen ist da die Stärke des morphogenetischen Feldes und die Frage, wie die vorherrschende Frequenz beschaffen ist. Man könnte es mit einem kleinen Jungen mit Sopranstimme vergleichen, der in einem 100 Mann starken Chor von Baritonsängern mitsingt – seine Stimme muss schon tragen und außerordentlich kraftvoll sein, sonst

wird sein Klangfeld ausgeblendet. So ähnlich ergeht es uns Lichtessern: wir müssen uns, um unsere Nahrung aus dem Thetafeld beziehen zu können, auf diese Frequenz einschwingen und ein Leben führen, das gewährleistet, dass wir genug auf diesen Kanal eingestimmt sind, um bei dieser Ernährungsweise gesund zu bleiben. Aber wenn nur 0,01 % von 1 % der Weltbevölkerung das tun, kann es schwierig werden, diese Frequenz aufrecht zu erhalten. Stellt man sich die Kraft aus dem Betafeld jedoch als Kerze vor, so lässt sich die Kraft der vom Thetafeld ausgestrahlten Energie dankenswerterweise mit einer Atomexplosion vergleichen – die Zahlen sind hier also nicht der maßgebliche Faktor.

Der zweite hier einfließende Faktor hängt damit zusammen, wie sehr der einzelne Mensch dem Gott in seinem Inneren vertraut sowie damit, wie real für uns der Gedanke ist, dass wir Gott in Menschengestalt sind und somit alle schöpferische Kraft, heilende Kraft und Verwandlungskraft zur Verfügung haben, die wir brauchen. Viele Menschen sind verstandesmäßig hiervon überzeugt, nicht jedoch auf der Ebene ihrer Zellen. Die göttliche Kraft in unserem Innern anzuzapfen und dann zu beobachten, wie sie fließt und welchen Nutzen sie bringt, das alles hilft beim Aufbau dieses Vertrauens. Auf diesem Gebiet ist Erfahrung alles, denn das Strömen der göttlichen Liebe ist keine intellektuelle Angelegenheit. Und nur wenn wir diesen Strom in unserem Inneren verspüren, können wir genug auf ihn vertrauen, um uns ihm zu überlassen und zu erkundigen, was er sonst noch alles kann.

Der dritte Faktor hat mit dem karmischen Lernprozess zu tun und der vierte mit unserem göttlichen Lebensplan und der Rolle, auf die wir uns eingelassen haben. Nichtsdestoweniger entfaltet sich alles ganz perfekt genau so, wie es sollte. Von uns wird nichts weiter verlangt, als die Vision von uns selbst als Gott in Menschengestalt lebendig zu halten und so zu handeln, dass wir über jeden Tadel erhaben sind, wie wahre Meister, so dass das Universum uns dabei unterstützen kann, ins Feld der Einheit zurückzugelangen, in dem alle Möglichkeiten real sind und wo die Manifestation der höchsten Wirklichkeiten, die dem Wohl aller dienlich sind, gefördert wird. Je mehr wir dies tun, desto eher offenbaren sich unsere Fähigkeiten zur sofortigen Manifestierung auf der persönlichen wie auch auf massenhafter Ebene.

Im Laufe der letzten zehn Jahre konnten diejenigen, die sich von Prana ernähren, ein hochinteressantes gesellschaftliches Phänomen beobachten, nämlich, dass viele Menschen, die Zeit in unserem Energiefeld verbringen, automatisch weniger zu essen beginnen und sich dabei viel besser fühlen. Da die Energie, die durch uns ausstrahlt, Liebe ist (denn eben diese Madonna-Frequenz, die der göttlichen Liebe, nährt uns auf der Theta-Delta-Ebene), und da unserem persönlichen Biofeld basierend auf unserer Erfahrung das Wissen eingeprägt ist, dass wir uns nicht von physischen Speisen ernähren müssen, prägt sich dies tendenziell auch den energetischen Feldern der Menschen in unserem Umfeld ein und ermöglicht ihnen einen schnelleren Zugang zum Theta-Delta-Feld in ihren Zellen. Das wiederum hat für sie bestimmte Vorteile – etwa das Aufkeimen eines intuitiven Wissens, eine erhöhte Sensibilität wie beim Hellfühlen sowie das Bedürfnis, weniger zu essen etc.

Frage 7: Inwieweit ist Vertrautheit mit Yogaübungen von Vorteil für Menschen, die sich vom göttlichen Licht ernähren möchten? Sie erwähnen Kriya-Yoga und Surya-Yoga – könnten Sie erklären, was der Unterschied zwischen beiden ist und was sie bewirken?

Antwort F7: Yoga ist bei uns im Westen ja inzwischen ziemlich populär geworden. Von daher ist es gut, die unterschiedlichen Yogaformen zu verstehen und auch wie sie mit pranischer Ernährung zusammenhängen. Zum einen ist es, wie wir immer wieder betonen, buchstäblich unmöglich, ein bestimmtes pauschales Verfahren für den Zugang zu göttlicher Ernährung anzubieten. Schließlich geht es dabei immer wieder um unsere individuelle Frequenz. Diese wird von unseren früheren und gegenwärtigen Erfahrungen und Einstellungen bestimmt, und es gibt keine zwei Menschen, die hier gleich sind. Was wir jedoch zur Verfügung stellen können, ist eine Auswahl an Werkzeugen, um sich frequenzmäßig auf den Kanal einzustellen, der unsere Ernährung aus göttlichen Quellen

sichert und erlaubt, hiermit zu experimentieren. Eines dieser Werkzeuge ist Yoga. Im Laufe der Jahre bin ich auch zu der Überzeugung gelangt, dass alle yogischen Übungen erfolgreich aus dem göttlichen Nahrungskanal gespeist werden müssen, da jede Übung ein spezielles Werkzeug zur Feinabstimmung unserer energetischen Frequenz bereithält. Ein esoterischer Lehrer, mit dem ich mich auf vielen Ebenen gut identifizieren kann, ist Omraam Mikhael Aivanhov. Ich hatte gerade begonnen, den letzten Abschnitt von The Food of Gods zu lesen, als der Briefträger ein Buch über seine Lehren bei mir abgab, jemand hatte es mir geschenkt. Ich merke bei solchen 'Zufällen' immer ganz besonders auf, denn trotz des französischen (für mich nicht lesbaren) Texts auf der beigegeführten Karte wusste ich, dass ich es einfach lesen musste. Das Buch trägt den Titel The Splendour of Tiphareth: The Yoga of the Sun. Einem Tag bevor dieses Buch bei mir eintraf, hatte man mich eingeladen, mit Hira Ratan Manek eine Tournee durch die USA zu veranstalten, um "Werbung" für eine Ernährung von Sonnenenergie zu machen. Beides Vorfälle, die mir den Anstoß gaben, mich etwas eingehender mit dem Wert einer Ernährung aus der Kraft der Sonne zu befassen. Bei der Lektüre von Mikhael Aivanhofs Buch wurde mir klar, dass es zentrale Informationen enthielt, die ich hier ergänzen muss – vor allem im Hinblick auf Surya-Yoga, eine Yogapraxis, mit der ich mich schon seit Jahren intuitiv befasse, auch wenn mir nicht klar war, dass sie so genannt wird.

Surya-Yoga ist der Yoga der Sonne. Wie im Teil über Ernährung aus der Kraft der Sonne in Kapitel 6 besprochen, fand die fruchtbarste wissenschaftliche Beschäftigung mit pranischer Ernährung in unseren Tagen um die Jahrtausendwende in Indien statt. Beteiligt waren Dr. Shah und sein Team sowie ihr 'Versuchskaninchen' Hira Ratan Manek – ein Yogi, der auch unter dem Namen Shri HRM bekannt ist. Surya-Yoga beinhaltet jedoch mehr als in die Sonne zu starren und den Prana in sich aufzunehmen, der alles in der Natur durchströmt. In Surya-Yoga sind alle anderen Yogaübungen integriert. Man konzentriert sich dabei auf die eigene Anbindung an die höchste Intelligenz, die unsere physische Sonne nährt und sie durchströmt. Die göttliche Kraft zu erkennen, die unsere Sonne erhält und ihre Energie auf die tiefer gelegenen Ebenen lenkt, die dritte und vierte Dimension, erzeugt Bhakti-Yoga, ein Gefühl ergriffener Hingabe und Ehrfurcht, denn ohne unsere Sonne kann es ja kein Leben geben. Alle uns bekannten Organismen, die Menschheit inbegriffen, werden von der Energie gespeist, die durch unsere physische Sonne ausgestrahlt wird. Im wärmenden Schein der frühen Morgensonne oder in der Abenddämmerung Hatha-Yoga und die diversen Hatha-Yoga-Asanas zu praktizieren, öffnet und nährt unsere kompletten Meridiane und unser Chakrasystem auf einer neuen Ebene von Nahrung und Kraft. Die Anwendung positiver mentaler Projektionen und Gedankenformen beim Mantra-Yoga sowie das Praktizieren von Kriya-Yoga, um den äußerlichen Lichtstrom in unser inneres System zu lenken, bewirkt, dass unsere Sonnenzeit mit Surya-Yoga noch größeren Nutzen bringt.

Surya-Yoga verlangt von uns außerdem ein Verweilen in Stille sowie unseren Geist durch Meditation und kreatives Visualisieren auf die Frequenzbandbreite der fünften Dimension und höher zu projizieren, wo wir die Ebenen von intelligentem Leben erkennen können, die innerhalb der Felder der Sonne existieren, aber das ist eine Praxis für Fortgeschrittene, die dafür offen sind, zu erfahren, wie sich die Formen von Leben auf der 5., 6., 7. und noch höheren multidimensionalen Ebene ausdrücken. Wie Mikhael Aivanhov in seinem Surya-Yoga-Buch sagt, ist der Gedanke, dass im höheren Energiefeld unserer physischen Sonne intelligentes Leben existieren kann, für viele eine lächerliche Vorstellung. Nicht anders ist es mit dem Gedanken, dass unser Körper eine Nahrungsquelle anzapfen kann, die innerhalb seiner eigenen atomaren Struktur angesiedelt ist. Oder mit der Idee, dass jedes Atom eine Tür zu einem inneren Universum darstellt oder dass wir Strahlen aus violetterem Licht so lenken können, dass wir noch mehr Nahrung zu uns hin ziehen. Violette Strahlen – aus diesen Heiligtümern im Innern – erzeugen über Shabda-Yoga ein System von Bio-Feedbackschleifen, um unsere Zellen zu nähren.

Aivanhov schildert außerdem neuere Untersuchungen der natürlichen Eigenschaften unseres Gehirns sowie seiner Fähigkeit, Resonanzmuster zu spiegeln und zu verändern, die an das angeglichen sind, worauf sich seine Aufmerksamkeit richtet. Er schreibt:

“Durch Ausrichtung seines gesamten Konzentrationspotenzials auf die Sonne, kann er (der esoterische Adept) in sich selbst in ihrer ursprünglichen Reinheit jene Elemente einfangen und anziehen, die erforderlich sind, um seine Gesundheit und sein Gleichgewicht sicherzustellen.“ Er sagt ferner, da die Sonne ja alle Elemente liefere, die für das Leben erforderlich seien, könnten wir uns von ihrer reinen Essenz ernähren. Und weiter: “Wenn wir die Sonne betrachten, nimmt unsere Seele, selbst wenn wir es nicht wissen, die gleiche Form an wie die Sonne und wird eine strahlende, leuchtend helle Kugel. Hier wirkt das Gesetz der imitativen Magie: wir betrachten die Sonne, und jede Faser unseres Seins beginnt ihr ähnlich zu werden. Einfach dadurch, dass wir etwas anschauen, schaffen wir eine Verbindung, einen Bund zwischen uns selbst und dem Objekt oder Wesen, das wir ansehen. Wir stellen unsere Schwingungen auf seine Schwingungsfrequenz ein und wir ahmen es weitgehend unbewusst nach.“ Weiter sagt er zu Surya-Yoga: “Wenn du wie die Sonne sein willst, musst du mit großer Liebe und großem Vertrauen den Blick auf sie richten. Auf diese Weise wirst du wärmer und strahlender und bist besser in der Lage, anderen Leben einzuhauchen. Deine Gegenwart im Umfeld anderer wird sich mit einer Sonne vergleichen lassen, die Licht, Wärme und Leben ausstrahlt.“

Durch Verwendung von Mantra-Yoga rufen wir uns dann in Erinnerung, dass die Sonne auch Nahrungsquelle für alles Lebendige ist. So können wir unser eigenes Denken verändern, indem wir sie dafür würdigen, dass sie imstande ist, uns auf direktem Weg zu ernähren, ohne dass dabei die Nahrungskette mit dem Pflanzen- und Tierreich als Mittler durchlaufen werden muss.

Frage 8: Was ist mit den anderen Formen von Yoga? Wie sind sie in den Vorbereitungsprozess für den Zugang zum göttlichen Nahrungskanal einzuordnen?

Antwort F8: Um diese Frage angemessen zu beantworten, muss ich vorab kurz auf die Unterschiede zwischen einigen der traditionelleren Yogapraktiken eingehen, von denen jede ihre eigene Rolle bei der physischen, emotionalen, mentalen und spirituellen Vorbereitung für unsere Einstimmung auf den göttlichen Ernährungskanal spielt.

Yoga ist eine metaphysische Disziplin, die aus Indien und dem Tibet stammt. China, Japan, Ägypten und auch Persien sowie alle Religionen haben ihre eigene Form von Yoga. So zum Beispiel ist die Praxis der Anbetung, des Gebets, der Kontemplation und der frommen Hingabe an Gott im Christentum in Indien unter dem Namen Bhakti-Yoga bekannt: Bhakti-Yoga ist der Yoga der liebenden Hingabe und der spirituellen Liebe. Ohne diese liebende Hingabe an die göttliche Kraft in uns und unsere Sehnsucht, ihre Liebe zu spüren, wird nichts aus unserer Anbindung an den Kanal, aus dem uns die göttliche Nahrung speist. Denn genau dieses Eintauchen in die Erfahrung göttlicher Liebe ist der Magnet, der die Nahrung der Götter anzieht. Liebende Hingabe, Kontemplation und Gebet sind die treibende Kraft, die uns hilft, uns auf den Kanal göttlicher Nahrung einzuschwingen und in ihn zu vertiefen.

Dann gibt es da noch den Yoga des Wissens – man spricht auch von Jnana-Yoga. Dieser Weg zu Gott führt über die eigene Intelligenz. Diese yogische Praxis eignet sich, so sagt man, für Menschen, die offen für die intellektuelle Beschäftigung mit dem Thema und eine philosophische Reflektion sind. Wollen wir die Möglichkeit akzeptieren, dass so etwas wie eine Ernährung von Prana existiert, so verlangt das, dass wir unsere Intelligenz ehren und anerkennen, dass sich auch in uns eine supraluminale Intelligenz findet, welche die höchste Intelligenz der Urschöpfungskraft spiegelt. Um erfolgreich genährt zu werden, müssen wir auf diese Kraft vertrauen und uns ihr überlassen, was nur dann eintreten kann, wenn wir uns intellektuell und basierend auf unserer Erfahrung soweit mit ihr auseinandergesetzt haben, dass wir uns entspannen und loslassen sowie uns von dem Gott in unserem Innern ernähren lassen können. Die wahre Jnana-Yoga-Praxis besteht darin, die göttliche Intelligenz in uns zu entdecken und in Ehren zu halten.

Karma-Yoga ist etwas für Menschen, die Lektionen in Sachen selbstloses Dienen zu lernen haben – anderen zu dienen, ohne dabei an einen Lohn zu denken. Karma-Yoga

lehrt uns Altruismus durch das Verrichten guter Taten, von denen andere profitieren. Das ist ein sehr wichtiger Aspekt des Luscious Lifestyle Programms, denn Akte der Güte, die aus Mitgefühl entstehen, sind die wirksamsten Werkzeuge, die uns zur Verfügung stehen, um uns auf das Madonna-Frequenz-Feld reiner Liebe einzuschwingen.

Um mit Erfolg unsere Nahrung aus dem göttlichen Nahrungskanal zu beziehen und dabei gesund zu bleiben, müssen wir lernen, jegliche einschränkende Beeinflussungsversuche unserer niederen Natur zu meistern und die Königin/der König unseres inneren Königreichs zu werden. Das tun wir durch Raja-Yoga, wo wir Konzentration und Selbstbeherrschung erlernen.

Die Vorbereitung des physischen Körpers dahingehend, dass er stark genug wird, mit jenem "Download" an göttlicher Elektrizität fertig zu werden, der mit Pranaernährung einhergeht, macht uns offen für Hatha-Yoga. Durch Einsatz verschiedener Asanas lernen wir hier, die psychischen Zentren unseres Biosystems anzuzapfen. Hatha-Yoga schenkt uns Disziplin, Willenskraft und Durchhaltevermögen – alles das sehr hilfreich für Pioniere auf der Entdeckungsreise in Sachen Nahrung aus göttlichen Quellen, doch Aivanhov sagt, dass Hatha-Yoga für die undisziplinierte Natur der Westler oft nicht zu empfehlen sei.

Kriya-Yoga ist die Yogaform, die von fast allen bisherigen "Pranaessern" eingesetzt wurde, denn Kriya-Yoga ist der Yoga des Lichts und der ihm innewohnenden Farben. Dieser Yoga besteht darin, an Licht zu denken, Licht zu visualisieren und den inneren Lichtfluss durch das Stirnchakra oder obere Tan Tien zu lenken, mittels unseres Aurafeldes mit Lichtenergie zu arbeiten und zu lernen, diesen Lichtstrom so zu lenken, dass er uns ernähren kann, etwa durch Übungen wie die mikrokosmische Umlaufbahn im Sinne taoistischer Meister.

Eine spezielle Kriya-Yoga-Praxis war genug, um Giri Bala mehr als sechs Jahrzehnte lang von jeder Notwendigkeit zu befreien, Nahrung oder Flüssigkeiten zu sich zu nehmen, und Kriya-Yoga verlieh auch Babaji aus dem Himalajagebirge seine Unsterblichkeit. Kriya-Yoga kann dazu verwendet werden, um Licht durch die energetische Gitterstrukturen zu lenken, wie bei der Arbeit der Geomantiker und den Technikern und Technikerinnen der dimensional Biofeldwissenschaftlern, und Kriya-Yoga sorgt auch für die Aufrechterhaltung des Bioschild-Instrumentariums. Kriya-Yoga nährt ferner unsere Chakren und die mit ihnen zusammenhängenden Meridiane.

Agni-Yoga wird oft von Rebirthern praktiziert sowie von denen, die sich die Kraft der Elemente zunutze machen, denn Agni-Yoga arbeitet mit dem Element Feuer. Hierdurch wird das Feuer im Innern entfacht, als Ursprung der universellen Schöpfung. Agni-Yoga erlaubt uns, durch die Zentralsonne über unser unteres Tan Tien, das Kreuzbeinchakra, einen Strom von Nahrung anzuzapfen, und genau diese Fähigkeit unterscheidet uns von denjenigen, die sich vom Licht der Sonne nähren lassen. Agni-Yoga bringt uns in Verbindung mit Helios, der erhabenen Intelligenz, welche die Verbreitung des Lichts durch die Sonne steuert.

Dann gibt es da noch Mantra-Yoga oder Shabda-Yoga, nämlich den Yoga der Kraft der Wortes, wo zu bestimmten Zeiten mit einer bestimmten Frequenz und Intensität spezielle Codes, Kommandos oder Mantren verwendet werden, um Veränderungen im Biosystem herbeizuführen und die kosmischen intelligenten Kräfte über das Licht in neue Richtungen zu steuern. Genau das ist auch ein wichtiger Bestandteil des Luscious Lifestyle Programms, da es uns den Zugang zu unserer molekularen Intelligenz erlaubt sowie eine Umlenkung innerer und äußerer Energieströme und Umlenkung der zellularen Verhaltensmuster ermöglicht.

Wir haben ausführlich über diverse yogische Übungen gesprochen, die als Methoden der energetischen Feinabstimmung zur Vorbereitung auf die ausschließliche Ernährung aus göttlichen Quellen dienen. Ebenfalls eingegangen sind wir darauf, wie wichtig die Einstellung ist. Nun würde ich gerne einiges zum Schamanen sagen, denn gewöhnlich

fühlen sich Individuen, die yogische oder schamanistische Neigungen haben, zu der Nahrung der Götter hingezogen – einer Realität, die Lichtnahrung mit einschließt. Aufgrund ihrer persönlichen metaphysischen Erfahrungen fällt es ihnen leichter, diese Vorstellung zu verstehen und zu begreifen.

Frage 9: Was hat es mit den Schamanen auf sich?

Antwort F9: Begrifflich stammt das Wort 'Schamane' aus der Sprache der im Norden Zentralasiens lebenden Tungus, und über die russische Sprache fand es Eingang in andere Idiome. Der Schamane gilt oft als Meister der Ekstase oder als einer, der jederzeit seine Gestalt ändert. Auch wird er als einer gesehen, der in der Lage ist, seinen Bewusstseinszustand willentlich zu verändern, und zwar durch Meditation oder luzide Träume, um seine physische Gestalt zu verlassen und sich zwischen den Welten zu bewegen. Oft handelt es sich um Metaphysiker, Heiler oder Menschen, die über die Elemente Wind und Feuer gebieten können. Meist sind sie im Spiel des Dienens als Solisten im Einsatz.

Wie die Yogis stammen Schamanen aus allen gesellschaftlichen Schichten und erwerben sich ihre Fähigkeiten oft nach einer Nahtoderfahrung oder nach anstrengenden Unterweisungen und Initiationen. Viele Schamanen wandern zwischen den Dimensionen der höheren und niederen Welten hin und her und erfüllen dabei Aufgaben wie die Begleitung der Seelen ihrer Lieben durch die niederen Sphären bis hin zur Beratung mit großen Lichtwesen in den höheren Sphären und dem Erhalt prophetischer Visionen.

Schamanen leben oft am Rand der Wirklichkeit und am Rand der Gesellschaft überhaupt. Man muss sagen, dass es nur wenige gibt, die das Beharrungsvermögen haben, sich in diese Bereiche vorzuwagen und die äußeren Härten und persönlichen Krisen in Kauf zu nehmen, über die viele Schamanen zu berichten wussten, während sie als Brücke zwischen den Welten fungieren.

Frage 10: Ernährung von der Kraft der Sonne oder Surya-Yoga -- schön und gut, aber was ist, wenn wir an einem Ort leben, wo es kaum Sonne und gleichzeitig jede Menge Umweltverschmutzung gibt, die wohltuende Pranastrahlen ausfiltert? Etwa in London?

Antwort F10: Genau deshalb habe ich den Eindruck, dass die Prinzipien der solaren Ernährung allein nicht ausreichen, um den göttlichen Nahrungsstrom aufrecht zu erhalten, und dass wir uns hierzu von der Energie der Zentralsonne ernähren müssen, die durch unser unteres Tan Tien strömt – wie in Kapitel 7 beschrieben. Außerdem praktizieren alle, die mir bislang begegnet sind, die sich erfolgreich vom Licht der Sonne ernähren, darunter auch Hira Ratan Manek, ihre Version des mit Luscious Lifestyle Program überschriebenen Achtpunkteprogramms, auf das in Kapitel 6 eingegangen wird. Um unsere Gesundheit und unser Glück auf einem bestimmten Niveau zu halten, müssen wir auf den energetischen Lichtstrom in uns und im Äußeren irgendeine Form von Kriya-Yoga einwirken lassen.

Frage 11: Was ist Ihres Erachtens die Hauptvoraussetzung dafür, nur von Prana zu leben? Was ist das Geheimnis hinter einer ausschließlichen Ernährung vom göttlichen Licht?

Antwort auf F11: Nach mehr als einem Jahrzehnt persönlicher Forschung auf der Grundlage meiner eigenen Erfahrung sowie nach Befragung Hunderter von Menschen, die sich erfolgreich von göttlicher Nahrung ernähren, lautet mein Fazit eindeutig: Das, was über unseren Erfolg hierbei entscheidet, ist unsere Schwingung – nicht mehr und nicht weniger. Unsere Schwingung erlaubt uns, diese Nahrung aus den inneren Ebenen zu beziehen. Diese fließt dann wiederum in unsere zelluläre Struktur zurück, wenn dies unserer Intention entspricht. Ferner macht sie es uns möglich, erhöhte Dosen von innerem und äußerem Chi oder Prana anzuziehen – in Form von kosmischem Feuer und astralem Licht. Das sind die Hauptelemente, die dafür zuständig sind, alle Partikel des Lebendigen am Leben zu erhalten. Dinge wie ein reines Herz, die Fähigkeit, voller Mitgefühl und Güte zu dienen, die Offenheit für die höheren Gesetze und der Einsatz unseres höheren Geistes – alles das bringt unsere Frequenz wirkungsvoll mit der der

Kanäle in Einklang, die unsere übersinnlichen Kräfte zutage treten lassen. Und sich von Licht ernähren zu können, ist nur ein kleines Nebenprodukt von all dem.

Frage 12: Wie gehen Sie damit um, dass auf der Welt doch so viel von Unterernährung und Fettleibigkeit einerseits und Magersucht und guter Figur andererseits die Rede ist, und dass es doch ständig heißt, physische Nahrung sei ein Geschenk von Gott und nicht zu essen 'unnatürlich' und außerdem verzichte man damit auf ein großes Vergnügen?

Antwort F12: Erstens sind Unterernährung, Fettleibigkeit und Magersucht im körperlichen Sinne allesamt eine Folge diverser Formen von emotionaler, mentaler und spiritueller "Magersucht", die beim Menschen anzutreffen sind und durch Freisetzung der göttlichen Nahrung von innen ausgeschaltet werden können. Zweitens gibt es viele Möglichkeiten, uns zu nähren, die über die Standardkost sowie über wahllosen Sex oder über Drogen hinausgehen, die unseren Geist dumpf und träge machen oder stimulieren, wie etwa das Fernsehen. Ich sage damit nicht, dass diese Dinge per se 'schlecht' sind – nur dass uns bislang alternative Formen von Nahrung noch nicht sonderlich nahegebracht worden sind.

Im Freundeskreis oder bei geselligen Anlässen zusammen zu essen, ist in der Tat eine sehr vergnügliche Angelegenheit. Und das nicht nur wegen der Gaumenfreuden, sondern auch auf der Ebene des emotionalen Bandes, das dabei geknüpft wird. Das ist einer der Gründe dafür, warum einige Lichtesser von Zeit zu Zeit weiterhin essen, obwohl ihr biologischer Organismus mittlerweile völlig frei ist von der Notwendigkeit, physische Nahrung zu sich zu nehmen. Mir persönlich geht es so, dass ein Spaziergang am Strand entlang, bei dem ich gleichzeitig im Prana von Sonne, Wind und Wasser baden und alles das in mich aufnehmen kann, für mich die allerbeste 'Mahlzeit' ist. Eine weitere 'Mahlzeit' besteht für mich darin, durch den Regenwald zu wandern oder im Licht der Morgen- oder Abenddämmerung auf einem Berg zu meditieren. Die Menschheit hat ein Entwicklungsstadium erreicht, in dem wir völlig neu beurteilen müssen, worin die rechte Nahrung für uns besteht. Denn schließlich haben wir zum ersten Mal in unserer Geschichte die extreme Situation, dass rund 1,2 Milliarden Menschen an Unternährung leiden, während gleichzeitig 1,2 Milliarden mit einem Übergewicht kämpfen, das auf Fehlernährung und eine Sucht nach Fast Food zurückzuführen ist, das eine schnelllebige Gesellschaft abspeisen soll. Für viele bringt Essen und die 'Lust' am Essen eine emotionale Abhängigkeit mit sich, bei der es eigentlich um die Befriedigung eines tiefer angesiedelten Hungers geht. Zu diesem Zeitpunkt in unserer Evolution liegt es nahe, eher zu Vergnügungen anzuspornen, die der allgemeinen physischen, emotionalen, mentalen und spirituellen Fitness förderlich sind.

Frage 13: Wie sehen Sie als in der Welt führende Vertreterin des Paradigmas einer Ernährung aus göttlichen Quellen und als jemand, der mit all der natürlichen Skepsis im Hinblick auf diese Wirklichkeit, Ernährung von Prana, umgehen musste, die Zukunft von all dem?

Antwort F13: Wie viele Yogis und Schamanen bin ich mit der Fähigkeit gesegnet worden, von Zeit zu Zeit einen flüchtigen Blick in unsere Zukunft werfen zu können. Dabei konnte ich beobachten, dass 'Prana als Nahrungsquelle' aufgrund seiner Vorzüge auf der persönlichen und globalen Ebene die volle göttliche Unterstützung hat und nicht einfach wieder von der Bildfläche verschwinden wird. Ich habe eine Welt gesehen, in der das Abschlachten von Lebewesen jeglicher Art – Mensch oder Tier – nicht mehr Bestandteil unserer Wirklichkeit ist, sondern als etwas gilt, das unserer stärker barbarischen, unaufgeklärten Vergangenheit angehört. In dieser 'neuen' Welt herrschen Liebe, Ehrerbietung und Achtung allem Leben gegenüber, und die Menschen sind darin unterwiesen worden, wie sich physische, emotionale, mentale und spirituelle Fitness herstellen und aufrecht erhalten läßt. In dieser Welt existieren wir in Regenbogenstädten aus kristallinem Licht, die Liebe, Weisheit, Gesundheit und Glück ausstrahlen.

Die Frage ist: Wie kommen wir dorthin?

Welche Schritte müssen wir unternehmen, um uns in diese neue Welt hineinzuentwickeln?

Die Antwort ist einfach eine Frage der Erweiterung unseres Bewusstseins, die eintritt, wenn wir uns einen ganzheitlicheren Lebensstil aneignen, der dazu angetan ist, unsere Hirnströme zu verändern und unsere feineren Sinne zu aktivieren.

Skepsis ist zwar durchaus gesund, Ignoranz und Angst jedoch entspringen einem Mangel an Wissen, und aus diesem Grund ist es für diejenigen, die sich im Hinblick auf das neue Paradigma an 'vorderster Front' befinden, zentral, immer wie Meister zu handeln. Mit zu dieser Meisterschaft gehört die Fähigkeit, in allen Situationen, gleich, was geschieht, die Schwingung der Liebe zu bewahren und auszustrahlen.

Durch meine Anbindung an die innere Ebene haben die heiligen Wesen mir im Laufe der Jahre offenbart, dass alles von Licht, Farbe und Klang genährt wird und existiert. Diese Strahlen und Wellen werden von universellen Gesetzen und mathematischen Codes in Bewegung gesetzt, als hätte man es mit einem gigantischen kosmischen Computer zu tun. Von daher können sie alle durch unseren Willen, unsere Vorstellungskraft und Intention gesteuert und genutzt werden, und nichts ist unmöglich. Unseren Körper auf die Schwingung des Kanals der göttlichen Ernährung zu bringen, ist für mein Empfinden eine esoterische Grundlagenwissenschaft und der nächste Schritt in unserer Evolution. Wie ist es also im Einzelnen um die Zukunft von all dem bestellt?

Aufgrund der Tatsache, dass dieses Paradigma für das Wirklichkeitsbild der breiten Masse eine enorme Herausforderung darstellt, haben viele von uns es schon erlebt, lächerlich gemacht zu werden und auf offenen wie auch versteckten Widerstand zu stoßen. Und doch wissen wir, dass wir schließlich einen Zustand erreichen werden, in dem es Akzeptanz findet. Während sich in den diversen Ländern, wo die "Lichtesser" dieses Paradigma vorleben, die einzelnen Stadien entfalten, sind einige damit in den Untergrund abgetaucht – von daher, dass sie selten über diese Dinge sprechen. Andere dagegen treten sehr öffentlich dafür ein, doch die meisten sind einfach vorsichtig und verlassen sich auf ihre innere Eingebung, wenn es um die Einschätzung geht, mit wem sie über solche Dinge sprechen können.

Dazu kommt, dass die Boten der Veränderung immer schubweise ihre Arbeit aufnehmen: in den siebziger Jahren machte Wiley Brooks die amerikanische Öffentlichkeit mit dem 'Breatharianism' vertraut. Dann kam ich und bezog in Australien, Asien und Europa fast ein Jahrzehnt lang sehr öffentlich Stellung in Sachen 'Pranaernährung', bis ich meinen Medienauftrag auf diesem Gebiet beendet hatte. Jetzt dient Hira Ratan Manek gerade als das Gesicht, das in der Öffentlichkeit hiermit in Verbindung gebracht werden kann. Unermüdlich unternimmt er Vortragsreisen durch Indien und die USA und arbeitet mit den unterschiedlichen medizinischen und wissenschaftlichen Teams zusammen, um sein Programm der 'solaren Ernährung' anzubieten. Nach Hira wird es jemand anderen geben, und so wird es immer weiter gehen. Und natürlich müssen wir all die Arbeit anerkennen, die andere geleistet haben, um persönlich und in ihrem Beruf zur Verankerung dieser Wirklichkeit beizutragen, und einige werden in Buch 2 dieser Reihe gewürdigt. Dass ein neues Paradigma uns auch auf lange Sicht erhalten bleiben wird, merkt man immer daran, wenn Menschen unterschiedlichsten Hintergrunds, von denen sich die meisten noch nie begegnet sind, mit einem Mal zu den gleichen Ergebnissen kommen und sich über sie austauschen. Und mit zum Spannendsten gehört in esoterischen Kreisen mittlerweile das Ansehen der Geschenke, die damit einhergehen, bewusst unsere Hirnstrommuster zu verändern.

Frage 14: Sie sagen oft, dass die bloße Vorstellung, nicht mehr abhängig von physischer Nahrung zu sein, für Menschen auf dieser Lebensreise nicht Motivation genug sei und dass Menschen, die sich damit befassen möchten, das alles von einer 'umfassenderen Warte' aus wahrnehmen müssten. Könnten Sie erklären, was sie damit meinen?

Antwort F14: Die Menschheit ist mit der verblüffenden Fähigkeit ausgestattet worden, die göttliche Kraft in ihrem eigenen Innern wiederzuentdecken, zu erkennen, erfahren und unter Beweis zu stellen. Wir sind darauf programmiert worden, diese göttlichen Kraft zu demonstrieren und eins mit ihr zu sein, wann immer wir das wünschen – denn auf

einer gewissen Ebene arbeiten wir wie Mini-Computer, die mit der gleichen Software laufen wie der Kosmische Computer namens Gott. Diese göttliche Kraft, Gott, strahlt ihre nährende Liebe und ihr Licht durch das Sonnenzentrum in unserem Innern aus. So werden unsere Chakren ernährt, und mit Hilfe unserer äußeren Sonne ist diese Kraft in der Lage, unseren Zellen Nahrung zu spenden. Das Bemerkenswerte ist jedoch nicht, mitzubekommen, wie ein Mensch frei wird von der Notwendigkeit, physisch zu essen, sondern zu erleben, wie ein menschliches Wesen so viel Licht und Liebe ausstrahlt, dass alle von seiner Gegenwart genährt werden.

Ich schätze, Aivanhov fasste es am besten zusammen, als er sagte: "Wenn wir unsere Aufmerksamkeit auf die Sonne richten, das Zentrum unseres Universums, zieht es uns näher zu unserem Zentrum, unserem höheren Selbst, der Sonne in unserem Innern; wir verschmelzen immer mehr damit.

Unsere Aufmerksamkeit auf die Sonne zu richten, bedeutet jedoch, all unsere Gedanken, Wünsche und Energien mobilisieren zu lernen und dem Dienst am höchsten Ideal zu unterstellen. Wer daran arbeitet, die chaotische Vielzahl innerer Kräfte zu einen, die ihn unablässig zu zerreißen drohen, und mit ihnen die Verfolgung eines einzigen, strahlenden, positiven Ziels zu starten, wird zu einem kraftvollen Brennpunkt, der in der Lage ist, in alle Richtungen auszustrahlen. Glaubt mir: ein Mensch, der die Neigungen seiner niederen Natur meistert, kann der gesamten Menschheit nutzen. Er leuchtet wie die Sonne. Er erlebt solche Freiheit, dass sein Bewusstsein in einer großen Umarmung die ganze Menschheit umfängt, wenn er die überreiche Fülle an Licht und Liebe verströmt, die ihm innewohnen.

Die Welt braucht immer mehr Menschen, die in der Lage sind, sich dieser Arbeit mit der Sonne zu widmen, denn nur Liebe und Licht sind in der Lage, die Menschheit zu transformieren."

Die Süchte, die wir bei unserem Streben danach, all unsere Formen von Hunger zu stillen, ausbilden, entstehen aus mangelndem ganzheitlichen Wissen und einem mangelnden Bewusstsein davon, 'wer' wir in Wirklichkeit sind. Dazu kommt noch das falsche Verständnis, dass wir von unserer höchsten schöpferischen Kraft getrennt seien. Sobald wir erst einmal unsere wahre Natur sowie sämtliche Seiten unserer niederen und höheren Natur erfahren, beginnt die Nahrung Gottes in unserem Innern zu strömen, und unser Hunger und unsere Süchte lösen sich in Luft auf.

Auf Fragen in Verbindung damit, wie wir als Lichtesser mit unserer Familie umgehen können und welche Veränderungen in Sachen Geselligkeit damit einhergehen, wird in den vorherigen Büchern aus dieser Reihe eingegangen. Und doch gibt es da einen weiteren Punkt, auf den ich gerne noch einmal eingehen würde. Ich werde oft von Leuten angesprochen, die zu mir sagen: "Vegetariertum ist nichts für mich; es entspricht nicht meiner Blutgruppe oder meinem Körpertypus", oder sie sagen: "Ich habe es ausprobiert und mich dabei schrecklich gefühlt", oder "Mein Arzt (oder Ernährungsberater) hat gesagt, das sei keine gute Wahl für mich."

Entscheidend bei der ganzen Sache ist die meisterliche Herrschaft des Geistes über die Materie. Wir alle sind Gott in Menschengestalt, und unser Körper kann – von den höheren inneren und äußeren Ebenen – sämtliche Proteine, Mineralien und Vitamine beziehen, die wir brauchen, um uns selbst zu regenerieren, eine sensationell gute Gesundheit und ein langes Leben zu gewährleisten. Ein weit verbreitetes Phänomen bei Menschen, die zu einer I(e)chteren Ernährung übergehen, ist allerdings ein Abladen von 'toxischem Müll' aus einem unreinen System. Alles, was wir hier empfehlen wollen, ist, dass Sie bewusst auf Ihre Gedankenmuster achten und darauf vorbereitet sind, sich entsprechend umzuprogrammieren, einschränkende Überzeugungen loszulassen. Das ist der erste Schritt zur Öffnung der Tür, hinter der sich die neue Wirklichkeit auftut: die der Nahrung aus göttlichen Quellen.