



Universidad Tseyor de Granada (UTG) Granada (España)

CONVERSACIONES INTERDIMENSIONALES

Núm. 739 Granada, Convivencias en el Muulasterio La Libélula

21 de septiembre 2015

tseyor.org

Primera jornada de las Convivencias de La Libélula, septiembre de 2015

Por la mañana hemos estado compartiendo y debatiendo nuestras ideas, experiencias y sugerencias sobre una alimentación y nutrición saludables. Todo ello se ha plasmado en un documento que aparece en un anexo de este comunicado.

Por la tarde, hemos realizado una consulta a Seiph, con tres preguntas referidas a la alimentación, cuyas respuestas aparecen en el anexo 2 del presente comunicado. También estuvimos escuchando y comentando el comunicado 738, dado el domingo por Shilcars.

Después de la cena, acudió Melcor a darnos el comunicado previsto sobre nuestra situación vivencial y una serie de referencias sobre salud y alimentación, que completan las que nos ha dado en otros momentos.





739. DESPREOCUPACIÓN POR FALTA DE PREPARACIÓN

oOo

Melcor

¿Qué tal, colegas? Amigos, hermanos queridos, buenas noches, soy Melcor.

No es difícil adivinar quién llega esta noche, por lo que se ve, cierto que sois muy perspicaces.

Sí, en nuestro mundo nos gusta vivir alegres y la seriedad no la conocemos tal y como vosotros la planteáis. La seriedad la llevamos a cabo con alegría, buen humor, sabiendo que todo es un puro teatro. Y que conste que dicho teatro no solamente se celebra aquí, en vuestro planeta, sino en todo el universo, todo el universo es pues una escenificación. Y de él aprendemos muchísimo, puesto que entablamos comunicación, relación y aportamos mucho entusiasmo, y muy especialmente cuando nos tratamos con alegría y buen humor.

Así que estoy muy contento de estar aquí con vosotros de nuevo, y especialmente en estos tiempos en los que en nuestro propio grupo se está protagonizando un acto nuevo, en ese gran teatro universal, y cuya representación está por empezar, con nuevos personajes, nuevas historias y verdaderamente expectantes todos por descubrir finalmente cómo se resolverán todas estas acciones, que muy especialmente en vuestro planeta han de empezar, si es que no han empezado ya.

En todas partes existe una inquietud, normal, podríamos decir también, por cuanto nos enfrentamos a lo desconocido. En nuestro horizonte mental existe la incógnita de todo un planteamiento que se veía venir y que, efectivamente, ha llegado y se ha plantado delante de nosotros en espera de ver nuestra reacción.

Claro que favorable tendría que ser la respuesta de todas nuestras mentes, y lo sería si estuviésemos del todo preparados para afrontar este nuevo acto en ciernes, aunque la realidad no es así. Vosotros mismos podéis comprobar, en vuestras relaciones, que no es así, que ciertamente falta preparación. De lo contrario no actuaríais así.

Plantearos seriamente cómo enfocáis el rumbo de vuestra vida. Y lo hacéis de una forma despreocupada. ¿A qué obedece dicho estado de despreocupación, por vuestra parte, ante la realidad de unos hechos que han de producirse invariablemente para efectuar el cambio? Este cambio llamado transformación del pensamiento, perfeccionamiento del mismo, descubrimiento del hombre por el propio hombre.

Verdaderamente estamos ante una incógnita, en este caso vosotros muy especialmente, y por eso esta sensación de despreocupación que queréis dar a vuestra vida, como mirando de soslayo las circunstancias que se avecinan, incluso en vuestro actual entorno, en muchos de vuestros países de residencia. No queréis ver la realidad y por eso adoptáis ese sentimiento y acción de despreocupación.

Vuestro pensamiento se acomoda en vuestras disponibilidades actuales, la resolución de vuestras vidas, y ahí, en dicho subterfugio, os aplicáis fervorosamente cual devotos, dogmatizados eso sí por el propio medio.

Intentáis soslayar la realidad para sumergiros en un mundo de ilusión y fantasía, tapándoos los ojos y la visión externa e interna a la vez y, en su lugar, os colocáis una careta de despreocupación, de ocupación y de autorresponsabilidad en aspectos secundarios de vuestra vida, aquí en esta 3D. Todo ello, repito, debido a que os falta preparación.

Porque si realmente estuviéseis preparados, aplicaríais con diligencia todos cuantos preparativos fuesen necesarios para establecer el oportuno campo de acción. Ciertamente, hombre prevenido vale por dos, y así es. Si observáis el cielo que está nublado y habéis de salir de casa, lo normal es que en previsión de una lluvia torrencial os proveáis del necesario chubasquero o paraguas, si no estáis a merced del tiempo.

Y en esta situación tenéis dos opciones: que os mojéis o que no, que llueva o que no llueva. Pero si no llueve, nos os mojaréis, pero si llueve os mojaréis. Pero si no llueve y lleváis chubasqueros y paraguas, no os mojaréis porque no llueve, pero si llueve y lleváis chubasqueros y paraguas, seguro que no os mojaréis. Y en los dos aspectos no os mojaréis, pero en la despreocupación seguro que os mojaréis, porque esa es una ley que vosotros mismos habéis propiciado.

Y aquí se establece una reflexión profunda por vuestra parte, que debéis aplicaros debidamente: este mundo y sus circunstancias lo habéis programado vosotros mismos para que despabiléis, para que despertéis, para que seáis previsores, para que estéis atentos, autoobservantes. Y siempre, siempre, siempre los factores en contra los tendréis y obtendréis mediante la despreocupación. Reflexionad en ello.

Porque, como he dicho, este mundo es un teatro trágico-cómico que debemos llevarlo con optimismo, tanto en un aspecto como en otro, pero si nos reímos del mismo haremos mucho bien, pero si nos despreocupamos del mismo no haremos más que hacernos responsables de nuestra propia despreocupación.

Y en este orden de cosas, despreocupación puede abarcar muchos aspectos de vuestra vida diaria, pero muchos. Y si nos centramos en el plano de la nutrición, de la alimentación, en el aspecto de vuestra salud, ahí sí que observaremos por vuestra parte mucha despreocupación.

Os preocupáis de todo cuanto os rodea, de vuestra casa, amigos, grupo, situaciones de amistad, por interés también, y en cambio no os preocupáis en absoluto o muy poco, y muchas veces por cierto, de lo que penetra en vuestro organismo, mediante los alimentos que ingerís. Y es hora, amigos, amigas, que prestéis atención a ello.

Una buena alimentación es la base para tener un cuerpo en buen estado, equilibrado y del que podáis pedir mucho más de lo que ahora estáis pidiendo y muchas veces exigiendo.

La alimentación básica en vuestros organismos ha de ser pura, y únicamente para cubrir vuestras necesidades de nutrientes, y nada más. De acuerdo, podremos disfrutar de algún succulento manjar, pero no siempre, sino en momentos determinados, pero no como costumbre, no como hábito, y mucho menos en el aspecto de la glotonería.

En fin, todo esto lo conocéis, aunque verdaderamente no lo aplicáis, y tenéis que hacerlo, tenéis que aplicarlo debidamente.

Cierto que muchos alimentos están contaminados, muchos.

Cierto también que muchos alimentos no son naturales, muchos también. ¿Y cómo reconocerlos? Pues ahí entra también una cierta parte de despreocupación.

¿Cómo es posible, habéis de preguntaros, que un animal pueda reconocer el buen o mal estado de un alimento y vuestros sentidos no os permitan ni una ligera aproximación al mismo?

Cierto, despreocupación. Tendríais que saber distinguir la calidad intrínseca de los alimentos, tendríais que reconocer si son aptos o no para el consumo, para vuestro propio consumo.

Cierto también, despreocupación. ¿Y a qué nivel de despreocupación estamos hablando? Pues a un nivel de sensibilidad, de intuición, de capacitación. Vuestros sentidos os engañan, vuestra vista no os permite trascender más allá de lo que envuelve a un determinado alimento. Vuestro olfato se equivoca por completo y vuestro sentido del gusto aún más, porque está sumamente disfrazado, en una gran cantidad de alimentos que ingerís. Despreocupación, sí, sí, tenedlo en cuenta.

Cada vez en este planeta sois más habitantes los que pobláis el mismo, y para alimentar a un gran número de población se necesita crear alimentos no naturales y que se mantengan en el tiempo lo suficiente como para ser distribuidos y consumidos.

Esto conlleva un retraso, un empobrecimiento nutritivo de los alimentos, y también forzosamente unos elementos que han de permitir su conservación en el tiempo. Por lo tanto, podríamos decir que un buen número en porcentaje o porcentualmente de los alimentos no son naturales. Conllevan mucha artificialidad, muchos elementos nocivos, muchos agregados, por cierto, que no corresponden a la naturalidad del alimento. Y todo eso lo ingerís. Despreocupación, claro que sí.

Estáis en una época en la que este fenómeno de adulteración en los productos alimenticios, se verá incrementada con la participación de elementos nocivos en toda clase de alimentos, y también en los líquidos, especialmente el agua.

El agua sufre grandes dosis de contaminación, desde todos los puntos cardinales. La cadena trófica se ve alterada. Despreocupación.

¿Por qué, repito nuevamente? Porque no prestáis atención. Porque giráis el rostro cuando habéis de afrontar la realidad de la situación.

Tan solo un simple ejemplo querría proporcionaros, como referencia simplemente, y es que en esta época en la que estamos, nuestras vidas medias tendrían que superar los 110 años, incluso algunos años más, por regla general, en una sociedad equilibrada, despierta y preocupada por su salud.

Así que vosotros mismos echad las cuentas y obtened vuestras propias conclusiones. Pero en realidad, la repetida despreocupación provoca en vosotros un acortamiento de vuestras vidas. Y estoy hablando en general, no me estoy refiriendo a nadie en particular.

Despreocupación, ciertamente, porque no sabéis apreciar a ciencia cierta lo que os interesa, lo que tenéis delante, solamente apreciáis las formas. Las formas que mediante trucos de magia os hacen ver maravillosamente perfecto algo que visto desde la propia objetividad resultaría un horror.

Despreocupación también porque esto es una rueda sin fin, en vuestros planteamientos, y vuestro pensamiento tampoco acierta plenamente en la objetividad del mismo, y es como un pez que se muerde la cola, que se esfuerza en dar muchas vueltas pero no se mueve del lugar.

Y cuando vuestros sentidos, de alguna forma, despiertan a la realidad, por medio de pequeños chispazos de comprensión, os dais la vuelta y os despreocupáis completamente, porque es tanta la realidad ante vuestros ojos, tan trágica situación, que os veis impotentes de afrontar la realidad y cortar definitivamente con esa corriente que únicamente os proporciona somnolencia.

Claro que para poner en claro un poco más vuestra real situación necesitáis un doble esfuerzo, como todo, y de dicho esfuerzo ha de nacer, en primer lugar, la comprensión poco a poco y dar paso a la objetividad de pensamiento. Para ello habéis de romper.

Verdaderamente habréis de romper, porque de lo contrario seguiréis igual, así siempre.

Cierto también que estáis sensibilizados y habéis alcanzado un grado de comprensión, vibracionalmente hablando, que hace posible que las redes de esos pensamientos subjetivos no os atrapen, pero tenéis que hacer, como digo, un doble esfuerzo para resituarnos, tenéis ahora la oportunidad.

¿Cómo voy a explicar algo que ya sabéis? ¿Cómo hacerlo para no considerar que estoy aplicando demasiado una argumentación insistentemente pesada, por cierto?

Si entendéis perfectamente lo que digo, y como así es, no digo nada más.

Me despido, pero aquí me tenéis, como siempre a vuestro servicio.

Nos veremos pronto nuevamente y charlaremos, eso sí que es seguro que lo haremos.

Amor, Melcor.

Castaño

Melcor, muchas gracias por el comunicado, tan oportuno y atento a la situación de nuestro momento mental y psicológico, a lo que hemos hablado aquí esta tarde, y esta mañana en relación a la alimentación.

Tú nos has dado una referencia, ahora también, en el sentido de que hay muchos productos en el mercado alimentario que son adulterados, muy poco recomendables para una buena salud, aunque estos alimentos cumplan las normativas estipuladas oficialmente.

En otra ocasión nos dijiste que llegaría un momento en que nos daríais referencias sobre alimentos cuyo consumo no sería recomendable. No sé si en esta alusión te refieres a eso, o todavía no ha llegado el momento para que esos productos lleguen a un grado todavía peor de toxicidad. Gracias.

Melcor

Aportad novedades, abridnos a nuevas corrientes de pensamiento en cuanto a la alimentación, al cultivo también, a la especialización, y hablaremos. Porque lo que no haremos es hacer el trabajo por vosotros.

Castaño

Melcor, y en cuanto a las semillas de alto rendimiento, que es un tema tan tseyoriano, ¿en qué momento estamos al respecto?

Melcor

Digamos las cosas como son, y como son han de decirse claramente, hoy en vuestro taller de extrapolación y contacto con Seiph os lo habéis demostrado a vosotros mismos, que es muy posible hallar explicación, conocimientos, información debida, para todo cuanto sea relativo a factores de supervivencia, y en este caso de mejoras de salud.

Lo habéis demostrado, habéis demostrado que sois capaces de alcanzarlo. Lo iréis comprobando en la medida en que analicéis dicho taller, de la efectividad del mismo, de lo fácil que es, en unidad de pensamiento, alcanzar cotas de conocimiento indescriptibles.

Y claro, ¿qué esperamos en la Confederación? Primero que os demostréis que sois capaces de alcanzar este hito importante, y luego poco importará que seáis vosotros o nosotros que os proporcionéis o proporcionemos las semillas de alto rendimiento.

Castaño

Otra de las claves de tu comunicado, Melcor, ha sido la falta de atención y la despreocupación, una palabra que has repetido muchas veces en el mismo, con respecto a nuestra actitud de no querer ver la situación que estamos viviendo, los acontecimientos que se están produciendo a nuestro alrededor. Una actitud de evasión, tal vez, en esa despreocupación, para no asumir algo que tiene un rostro demasiado duro. Pero esa despreocupación, ¿cómo solventarla?, a nivel grupal y de cada uno de nosotros, claro.

Melcor

Cierto, y repito despreocupación. Y lo es y lo ha sido, por cuanto disponéis de casa, cobijo, alimento, en un hogar cual es este Muulasterio, y en cambio no valoráis realmente lo que tenéis entre manos.

Si realmente no estuviéseis despreocupados, os ocuparíais precisamente de trabajar en unidad, en equipo, en familia, en hermandad, y desarrollaríais trabajos de ayuda humanitaria, a los cuales dedicaríais vuestra existencia en exclusiva.

Y entonces, no sería despreocupación, sino plena ocupación, dando, entregando, sin esperar nada a cambio.

Y, ¿qué va a pasar entonces o contrariamente?, que vais a volver a vuestros lugares de origen, a vuestras ocupaciones, a fomentar la despreocupación. Porque en realidad el miedo en el cuerpo lo tenéis, y os inmoviliza de tal forma, atterradoramente por cierto, que la única opción válida para vuestras débiles mentes en comprensión es dar la vuelta y con ello abundar en la despreocupación.

Liceo

Has dicho que el taller que hemos hecho con Seiph nosotros mismos somos conscientes porque hemos recibido bastante información. Incluso esa información a veces nos ha extrañado, porque son alimentos que estamos tomando, como tomate, verduras que considerábamos que eran “saludables” no lo son, pues hay alimentos que están, por los abonos y esas cosas, tóxicos. Y realmente hemos visto como muchas de las cosas, que no son realmente saludables, son pocos alimentos que tenemos para poder elegirlos para las comidas, pues realmente lo que estamos viendo es que lo que debemos comer son frutos secos, alimentos que creíamos que eran buenos, como los que estaban bajo tierra, que estaban más protegidos, como la zanahoria, pero hoy hemos visto que tampoco, pues como bien has dicho tenemos que profundizar más en estos temas.

Pero sí te quería hacer la pregunta, ¿realmente la forma que tenemos que hacerlo, puesto que no somos aquí muy expertos, ni tenemos laboratorios, es simplemente llevarnos por la intuición, al ver los alimentos? Si nos puedes dar algunas referencias. Porque otra forma no encuentro.

Melcor

¿Cuándo se pone en marcha la intuición? Claro que para el deambular tridimensional y trascendental se necesita la intuición, la imaginación creativa. ¿Cuánto tiempo dedicáis a la autoobservación de instante en instante? Eso os dará la medida de la intensidad con que puede actuar en vosotros la intuición.

Y claro que sí, con la intuición descubriréis al instante no solamente la propiedad nutricional de todos los alimentos, de su calidad, sino también del direccionamiento que habríais de emplear en vuestros objetivos humanitarios y desde luego en el trabajo espiritual. Siendo todo ello mermado por la toxicidad de vuestros cuerpos y mentes, es normal que os encontréis en esta situación de desconcierto, que en el fondo es despreocupación.

Despreocupación que viene dada por vuestra ignorancia, y desde luego en casos muy puntuales hemos actuado y actuamos en vuestras personas para equilibrar ciertos desajustes que podrían llevar de hecho a situaciones algo más desesperadas en vuestras vidas, pero más no podemos hacer.

Y es evidente que la situación actual, que arrojan vuestras circunstancias os ha de permitir, con sana observación y voluntad de cambio, transmutar dicho proceso y enfocar vuestra vida adecuadamente.

Es ante el desequilibrio que el ser humano busca el equilibrio. Y vosotros aquí y ahora también lo sois, sois humanos de este nivel, de este proceso generacional, y tenéis que vivir dicha situación. Y por eso la angustia en vuestras mentes y cuerpos. Y precisamente, repito, ante la realidad de los hechos sobreviene la despreocupación.

Aunque siempre, siempre, siempre, tenéis la solución, de verdad que sí, reconocedlo en vosotros mismos, reconoced que tenéis la solución, aplicaros al cambio, transformad vuestra situación y circunstancias, emplearos a fondo en lo que os corresponde, prioritariamente, que por eso habéis venido aquí y ahora, a desarrollar este trabajo, este teatro, esta escenificación a la que me he referido.

Y nosotros, desde nuestra posición, no tenemos prisa, nosotros desde nuestra posición intentaremos paliar algunos desajustes que podáis tener en vuestros cuerpos y mentes, pero el resto tenéis que ponerlo de vuestra parte.

Y tenéis de hecho soluciones, y podéis hacerlo, y seguramente con el tiempo, con muy poco tiempo que transcurra, vuestra afirmación hacia el cambio será mucho más poderosa.

Va a necesitarse que por vuestra parte paséis por procesos mucho más empalagosos, peliagudos, desagradables. A vuestra réplica genuina poco le importa, si eso os hace enderezar la situación y propiciar el cambio que preconizamos. Así que será por las buenas o por las no tan buenas, pero el cambio lo aplicaréis, porque para eso habéis venido a escenificar esa obra, tragicómica, en ciernes.

Liceo

Entiendo que cuando hablas de despreocupación también está la despreocupación en la cual yo caigo, cuando digo: bueno, sé que los alimentos son tóxicos, por sus abonos, por sus formas de tratamiento, que se hace a nivel de siembra, y considero que realmente con el agua energizada voy a paliar, o con la oración de protección pues también lo voy a paliar. Entonces, me gustaría que me pudieras decir algo al respecto, sé que hay despreocupación por mi parte, según lo que has comentado. Gracias.

Melcor

Claro, también que no estamos hablando únicamente para los que estáis aquí y ahora, sino para todo el colectivo y para muchos miles de seres humanos más, y que habéis de trabajar con el ejemplo.

Actuad debidamente, despiertos, y eso contagiará. Se distribuirá por los campos morfogenéticos, y lo que vosotros hagáis aquí ahora se replicará. Pero como embrión tenéis que hacerlo, tenéis que lograrlo, el grupo Tseyor tiene que lograrlo, el colectivo. Y no solamente a los que estáis aquí, sino que va dirigido a todos. Y la masa crítica suficiente hará posible que la despreocupación no sea un hecho, y la realidad la ocupación verdadera en el trabajo humanitario.

Pigmalión

Entiendo que básicamente, ahora mismo, estamos sumergidos en un sistema, en un medio que nos está empujando en una dirección que no es muy agradable, que es un fracaso, como dijo ayer Shilcars, y que en el futuro nos va a reportar muchos problemas, incluso de salud y de falta de alimentos. Que de alguna forma, desde pequeños, nos hemos dejado conducir por esta fuerza, por esta especie de corriente, y cuando hablas de romper es como decir, bueno, esta corriente me está llevando al barranco, y se trataría de nadar y crear nuestra propia corriente.

Hace años, muchos nos damos cuenta de que estamos rodeados de una trampa, es como estar en una ratonera, que mires por donde mires está rodeada de venenos, de tóxicos, de trampas legales, de todo tipo de artimañas que utiliza el medio para quedarnos siempre en el mismo circuito. Y cuando hablas de romper sería eso, empezar a crear por ejemplo nuestros propios alimentos, empezar a crear nuestras propias formas de conseguir los recursos, porque efectivamente lo cómodo, que es lo que siempre hacemos, es dejarse llevar por esta corriente, pero sin embargo ya sabemos o empezamos a ver a dónde nos conduce. No sé si nos puedes dar alguna referencia al respecto.

Melcor

El medio actúa en vosotros propiciando la somnolencia. El medio tiene mecanismos para el control, y es lógico, y no debéis culparle, actúa lógicamente: la humanidad está representada por números, fríos, calculadores.

Pero en realidad la humanidad está representada por consciencias, y estas deben despertar, si no van a sucumbir, es evidente.

¿Y qué pasará después de todo ello? Si sucumbe, se cerrará o bajará el telón, la obra habrá terminado, y cada uno de los actores se reconducirá hacia su lugar de origen, el de muchos de vosotros. Pero habréis dejado una población desamparada, sin rumbo, en medio de un periodo evolutivo. Y realmente no va a pasar nada tampoco, porque todo es una ilusión, pero habréis de arrastrar el fracaso estrepitoso de vuestra interpretación. Y ciertamente, no me gustaría estar en el pellejo de ninguno de vosotros ante tal situación.

Mahón Pm

Entonces, se trata de que dejemos todo lo que estamos haciendo para seguir lo que verdaderamente veníamos a hacer, que está en nuestra intuición, que está saliendo por momentos que lo hagamos, que dejemos toda esa vida que tenemos, la cual no nos deja caminar mucho, y empecemos el rumbo nuestro, verdadero, el que nosotros veníamos a hacer todos juntos. Simplemente eso, teníamos que venir a los Muulasterios, la alimentación, todo lo que tenemos aquí que no vale, tendría que estar ya tirado. O sea, todo eso.

Melcor

No, no, nada de eso. Nada habéis de abandonar, seamos sinceros. Habéis de actuar mediante la comprensión, y hasta que no lo comprendáis no actuéis, porque entonces lo que hiciereis, sería... ¿qué sería queridos colegas?

Escampada Libre La Pm

A ver si sé sintetizar la pregunta que te quiero hacer, es como un círculo, eso es lo que yo puedo sentir, la alimentación nos va a ayudar muy mucho al despertar interior, y el despertar interior nos va a ayudar muy mucho a realizar nuestro trabajo, también espiritual. Según seamos capaces de realizar esta alimentación, de forma que vaya más sincronizada, que nos ayude, que nos alimente lo mejor posible, entonces vamos a tener un despertar menos traumático, no sé si más rápido o más lento, no lo sé, y el trabajo espiritual lo llevaremos también de una forma más ligera, más libre. No sé si se me entiende la pregunta.

Melcor

No es lo mismo caminar por el asfalto, con los ojos vendados, que con los ojos bien abiertos a nuestro alrededor, ¿verdad?

Queridos amigos, hermanos, que en vosotros se dibuje una amplia sonrisa, porque todo es para sonreír alegremente, aunque no olvidando que también se necesita despertar mediante la autoobservación. Y así sonreiremos y reiremos conscientemente, no como seres inconscientes y enteramente despreocupados.

Mis bendiciones. Amor, Melcor.

oOo

ANEXO 1

Síntesis del trabajo sobre salud y alimentación

Después de hablar varias horas sobre la alimentación, sobre nuestras experiencias y lo que conocemos. Aportamos algunos puntos de vista.

Tenemos mucha, variada y contradictoria información sobre la alimentación.

Los alimentos llegan a nosotros con mayor o menos grado de contaminación. Nuestros cuerpos son tóxicos, casi todos ingeridos en la alimentación.

Hay una amplia gama de alimentos que podríamos llamar artificiales, no aptos para una buena salud, como pueden ser los transgénicos, los manufacturados, dulces bollería, bebidas gaseosas... etc.

El organismo crea adicción a alimentos. (Alimentos adictivos) produciendo síntomas tales como irritabilidad, bajada de azúcar (a excepción de los diabéticos),

etc. Los síntomas desaparecen al ingerir el alimento. “

Me lo pide el cuerpo” “el cuerpo es muy sabio”, ojo, puede esconder una adicción.

Las mezclas idóneas para una buena asimilación y digestión en la mayoría de los casos son hidratos de carbono con vegetales y los vegetales con proteínas. El aceite como grasa puede incluirse en todo.

Las cantidades de alimentos no deben ser grandes, pues nuestro organismo necesita descanso para reponerse.

La preparación de los alimentos, cuanto más sencilla, mucho mejor.

Se sabe que los alimentos actúan en nuestro carácter y emociones. La falta de algún mineral puede llegar a producir estados parecidos a la depresión; la falta de magnesio, calambres... etc.

Los azúcares y bebidas gaseosas o excitantes, producen estado de hiperactividad, nerviosismos, etc. Incluso taquicardias. Un exceso de carne, también lleva a estados algo violentos o agresivos. Tenemos alimentos que nos ayudan a nuestro estado emocional más equilibrado, por ser alimentos más adecuados para nuestro equilibrio, como puede ser unas legumbres.

Alimentos que se sabe que no son muy adecuados para nuestra dieta, son la leche de vaca, y muchos derivados lácteos.

La leche, es lo primero que suspende un pediatra a un niño cuando está resfriado, porque produce hiperactividad bronquial (moco).

º Dieta vegetariana o no.

Cada cual elige lo que come, por muchos motivos, vistas, costumbres, gustos... Lo idóneo sería escoger con conciencia y para ello tenemos nuestra intuición, y basta con que practiquemos la autoobservación.

Los alimentos tienen vibración y nos ayudan a que nuestro cuerpo tenga la vibración adecuada, pues entonces, ¿a qué esperamos a comer con conciencia, con intuición?

oOo

ANEXO 2

CONSULTAS A SEIPH SOBRE ALIMENTACIÓN

Convivencias de La Libélula

Lunes 21-9-2015

Primera pregunta

¿Qué alimentos debemos evitar?

Después de hacer una extrapolación a Seiph y haber escrito cada uno de los presentes lo que ha recibido, pasamos a leerlo.

Se transcribe tanto lo escrito como lo grabado en el audio, indicando en cada caso lo que corresponde a lo escrito o a lo oral.

Escrito

Castaño

Ante mi pantalla mental aparece como un vídeo de una película algo antigua, pero a gran velocidad. Me traslado a una pequeña ciudad antigua, como del siglo XIX, la gente va a caballo, con carros tirados por caballos. Aparecen campos ya segados. La gente va vestida con sombreros y ropas antiguas, un poco oscura, típica del S. XIX, antes de la revolución industrial.

De este video deduzco que hay que volver a la alimentación tradicional, de antes de la revolución industrial.

Hablado

Castaño

Ante mi pantalla mental aparece como un vídeo de una película antigua, pero a gran velocidad. Me traslado a una pequeña ciudad del s. XIX. La gente va a caballo, con carros tirados por caballos, aparecen campos, ya segados, la gente va vestida con sombreros y ropas antiguas, un poco oscuras, típicas del siglo XIX, antes de la Revolución Industrial, porque allí no hay vehículos de motor, todo son vehículos con caballos.

No entiendo qué me quiere decir, pero deduzco de lo que veo que se tratará de volver a la alimentación tradicional de antes de la revolución industrial, que es la que ha empeorado muchísimo la alimentación, desde entonces.

Escrito

Claro Apresúrate La Pm

Nada.

Hablado

Claro Apresúrate La Pm

Quizá tenga mi mente demasiado frustrada, ahora mismo, y no me vino nada.

Quiero aprovechar para disculparme con la hermana Canal Radial y con las demás hermanas y hermanos, por mi comportamiento de antes, que podía haber sido evitado.

Escrito

Sala

He preguntado que alimentos hemos de evitar:

¿Vegetal? - Alcachofas.

¿Frutas? - Albaricoques.

¿Carne? - Pollo.

¿Frutos secos? - Los frutos secos todos son comestibles.

Hablado

Sala

He hecho la pregunta y enseguida me ha venido qué alimentos debemos evitar, y me ha dicho: alcachofas; he visto claramente en frutas: albaricoques; y en la carne: pollo. Y he preguntado por frutos secos y me han dicho que todos son comestibles.

Escrito

Puente.

En las zonas o regiones costeras, evitaremos pescados de sus ríos procedentes de grandes ciudades en su curso, así como la ingestión de carne de animales alimentados en esas zonas.

Hablado

Puente

En principio, me he visto llegar al asteroide Vesta y por debajo, por la parte Sur, y he penetrado en el ordenador Seiph. Lo que he visto han sido zonas o regiones costeras en las que debemos evitar consumir pescados de sus ríos, que a su vez proceden de grandes ciudades en su curso. Todos esos pescados que se pueden pescar en los ríos vienen de grandes concentraciones de población, en ciudades, y ahí deberemos evitar su consumo. Así como la ingestión de carnes de animales alimentados también en esas zonas costeras, dando a entender que si comemos animales serán alimentados en las montañas, en zonas más limpias o menos contaminadas.

Escrito

Canal Radial Pm

No me llegó nada en especial, lo único que percibí es que lo primero que hemos de saber es el estado en que nuestro cuerpo se encuentra, porque lo más importante es que el cuerpo esté en equilibrio.

Hablado

Canal Radial Pm

En realidad no me ha llegado nada en especial, lo único que percibí es que lo primero que debemos saber es en qué estado está nuestro cuerpo, cómo nos encontramos, porque lo más importante de todo es el equilibrio que tenemos que tener en nuestro cuerpo.

Escrito

Mahón Pm.

1ª Escena: Un campo de luz con plantas verdes (acelgas, espinacas, tomate y árboles frutales, etc.)

2ª Escena: Un invernadero con árboles frutales, y de acelgas, etc.

3ª Escena: Un cultivo de agua (H2O) realizado en interiores de casas.

Las imágenes iban y venían y se paraban en las 2ª 1ª

La percepción: Que se deben evitar todos los alimentos que estén expuestos al aire o en invernadero: espinacas, acelgas, tomates y árboles frutales.

Hablado

Mahón Pm

A mí lo que me han llegado son tres escenas. La primera es un campo de luz, verde, precioso y salen acelgas, espinacas y árboles frutales.

La segunda escena es ese mismo campo pero hecho en un invernadero. Y la tercera veo a una persona haciendo alimentos, y están hechos con agua..., de otra manera. Entonces vuelven otra vez las dos primeras escenas.

Y a base de ver esas dos primeras escenas lo que percibo es que los alimentos que están expuestos a radiaciones que vienen por arriba no son aconsejables de tomar. Y me salen continuamente acelgas, espinacas, tomates y árboles frutales. Todos los que estén expuestos al aire o en invernadero.

Escrito

Especial de Luz La Pm

Azúcar.

Leche.

Café.

Tomate.

Hablado

Especial de Luz La Pm

En mi pantalla mental han salido cuatro palabras: el azúcar, la leche, café y la última palabra el tomate.

Escrito

Escampada Libre La Pm

Solo

al final del todo me fui a un huerto y vi muchas plantas de pimientos.

Hablado

Escampada Libre La Pm

En un principio no me venía nada, pero luego me salí, me fui a un huerto y allí solo había pimientos. Preciosas las plantas pero solo pimientos. Lo que me llega es que es uno de los alimentos que debemos evitar.

Escrito

Pigmalión

Veo playa. Océano.

Volcán.

Hablado

Pigmalión

Primero he visto una playa, mi vista se extendió hasta el océano y después he visto un volcán. No significa que el volcán estuviera cerca de la playa, ha cambiado la escena.

Escrito

Oca

Agua

poliramine

.

Azul.

Alcohol.

Manufacturado.

Hablado

Oca

He usado el sistema de sobres. Seiph me entregaba un sobre para no dejarme llevar por ciertas cosas, abro el sobre y ponía: agua, poliramine, azul y alcohol. Veo que me ha contestado a mí, y dije quiero algo que sea para todo el mundo, no solo para mí. Y abro el segundo sobre, en el primero ponía Oca, en el segundo ponía Tseyor, y no he llegado a entender pero sentí que ponía: manufacturados.

Escrito

Liceo

Los que te caigan mal.

Me ha venido la imagen de una naranja

Hablado

Liceo

La respuesta que me vino era: alimentos los que te caigan mal. Luego me apareció una naranja, y me parece que era un plátano, pero no estoy segura que fuera un plátano.

Escrito

Apuesto que Sí La Pm

No recibo nada.

Cebolla/ zanahoria.

Hablado

Apuesto que sí la Pm

Lo que he hecho es no crearme lo que vi, porque la primera imagen que recibo era una cebolleta. Y digo, qué raro, una cebolleta. Pues ahora una zanahoria.

Escrito

Dadora de Paz Pm

Vi una foca. Interpreto animales de mar.

Hablado

Dadora de Paz Pm

Tardé tiempo en que me llegara algo, y me llegó una foca. Entonces digo, bueno pues animal del mar. Así que los animales del mar.

Segunda pregunta

¿Qué alimentos deberíamos añadir a nuestra dieta?

Escrito

Castaño

Veo una semilla o fruto, flotando, rodeado de un aura dorada muy amplia que la envuelve.

Puede ser una avellana.

Veo un fruto esférico de color morado oscuro que identifico con una ciruela o una especie de ciruela.

Hablado

Castaño

Veo una semilla o fruto, flotando en el espacio, rodeada de un aura dorada, muy amplia, con relación al tamaño del fruto, que era pequeño y que lo envuelve. Por el aspecto parecía una avellana, o tenía el tamaño de una avellana.

Después veo un fruto esférico, de color morado oscuro, que identifico con una ciruela o una especie de ciruela.

Escrito

Claro Apresúrate La Pm

Azul dominante.

Cascada rodeada por vegetación verde oscura.

Algo rojo que no distingo.

Después me vinieron otras imágenes y creo que esas imágenes fueron inducidas por mí mismo. Fueron patatas y coles.

Hablado

Claro Apresúrate La Pm

Lo que me vino creo que no tiene nada que ver con esto, un azul muy brillante que quiero identificar con el cielo, una cascada rodeada de vegetación oscura y algo rojo que no distinguí qué era.

Pero después me vinieron otras imágenes, y creo que esas imágenes fueron inducidas por mí mismo, eran patatas y coles.

Escrito

Sala

Calabaza.

Hablado

Sala

En mi pantalla mental ha aparecido una calabaza enorme y abajo en la tierra un gran cultivo en el que se veían calabazas, muchas calabazas.

Escrito

Puente

Existe una clase de hongos que crecen en las grutas subterráneas o pozos cuyas propiedades son muy indicadas para el corazón, páncreas, riñones e hígado y se riegan con el agua filtrada de las lluvias.

Moras.

Hablado

Puente

Existe una clase de hongos que crecen en grutas subterráneas o pozos, cuyas propiedades son muy indicadas para el corazón, páncreas e hígado. Y se riegan esos hongos con el agua que se filtra de las lluvias.

Escrito

Canal Radial Pm

He visto un campo con árboles:

nogales, castaños y encinas, por lo que entiendo que los frutos secos sería bueno

incorporarlos más asiduamente.

También vi los limones en un precioso árbol y jengibre.

Hablado

Canal Radial Pm

He visto un campo con árboles, había nogales, castaños, encinas, por lo que entiendo que esos son frutos que deberíamos incorporar a nuestra dieta. También vi un árbol con limones y una raíz que me pareció que era jengibre.

Escrito

Mahón Pm

Como una ruleta dando vuelta y se para en los alimentos que necesitamos:

Cereza.

Pepino.

Calabacín.

Hablado

Mahón Pm

Vi un proyector de imágenes con muchos alimentos, pero se paraba solo en los que hacía falta, era la cereza, el pepino y el calabacín.

Escrito

Especial de Luz La Pm

Patata.

Cacao.

Lechuga.

Hablado

Especial de Luz La Pm

Al principio, en mi pantalla mental no veía nada, y después me han venido tres palabras: patata, cacao y lechuga.

Escrito

Escampada Libre La Pm

Me voy a un bosque y veo frutos silvestres: moras, castañas, nueces, arándanos...

Que maduren en la planta. Cuanto más dentro del bosque, mejor; apartado de las ciudades.

Hablado

Escampada Libre La Pm

Enseguida me fui a un bosque y veo plantas silvestres, frutos silvestres, hay uno que vi, que lo he visto pero no sé cómo se llama, es chiquito, se pone rojito y todo redondito, como una uva. Luego ya empecé a ver más y como que me decían: frutos silvestres, moras, castañas, nueces, arándanos... todo eso. Entonces yo me quedo mirando y pregunto qué más, y me dicen: que maduren en la planta. O sea como que teníamos que ir al bosque a recogerlos, y cuanto más apartados, mejor, apartados de las ciudades. Todo lo que crezca en los bosques, apartado de las ciudades.

Escrito

Pigmalión

Veo rodajas de naranja (o quizás, mandarina)

Veo los gajos de mandarina a cientos.

Manzana.

Una planta de ajeno.

Hablado

Pigmalión

Se me han presentado rodajas como de naranja, insistentemente. Lo que pasa es que luego he visto como un espectáculo de gajos, a lo mejor son de mandarinas, porque no tienen ese aspecto los gajos de naranja. Muchísimos, se veía cómo se abría la mandarina y salían los gajos sueltos. Muy detallado. Y luego he visto una manzana. Y después he visto una planta, como que nacía del suelo y me ha venido el nombre ajeno.

Escrito

Oca

Cordura.

Paz.

Paciencia.

Hablado

Oca

Esta vez me llegó del interior tres palabras, una detrás de otra: cordura, paz y paciencia. Cuando lo escribo, al rato, digo: no le he dicho que es para comer. Me pregunto ¿para comer? y me viene: sí, sí, para comer.

Escrito

Liceo

Leche vegetal de almendras.

Melocotón.

Cebolla morada.

Hablado

Liceo

No había terminado de decir la pregunta y me sale: leche. Me extrañó. Y entonces digo ¿leche? Y me dice: vegetal. Luego me ha venido melocotón y he visto una cosa morada que he pensado que es cebolla morada. Era circular.

Escrito

Apuesto que Sí La Pm

Nabos, remolacha.

Hablado

Apuesto que Sí La Pm

Imagen de un nabo y de una remolacha.

Escrito

Dadora de Paz Pm

Mazorca de maíz.

Hablado

Dadora de Paz Pm

A mí me salió una maceta de maíz.

Tercera pregunta

¿Qué necesitamos saber de la alimentación ahora?

Escrito

Castaño.

Compartir alimentación.

Respeto. Descubrir el aspecto sagrado de la alimentación.

Descubrir que nos alimentamos también, de la vibración energética de los alimentos.

Hablado

Castaño

Me han llegado una serie de ideas. La primera: compartir alimentos. La segunda: respeto, descubrir el aspecto sagrado de la alimentación. Tercera: descubrir que nos alimentamos también de la vibración energética de los alimentos.

Escrito

Claro Apresúrate La Pm.

Nada.

Una gran parrillada de verduras y carne.

Hablado

Claro Apresúrate La Pm

Considero que no tengo nada que decir, porque la imagen que me sobrevino y que se ha repetido varias veces era de un fuego y de una gran parrilla de verdura con carne, sentí el olor y oí el crepitar del fuego. Eso no tiene nada que ver con la pregunta.

Escrito

Puente.

Existirán pequeños minifundios para el cultivo.

Las grandes extensiones agrarias quedarán fuera de uso, cubiertas por lava volcánica.

Hablado

Puente

Veo que existen pequeños latifundios para el cultivo, pequeños. Las grandes extensiones agrarias quedarán fuera de uso, cubiertas por lava volcánica.

Escrito

Sala.

Nada... Todo...

Hablado

Sala

Solo me venían unas palabras grandes: NADA... TODO...

Escrito

Canal Radial Pm

Comprender cómo metabolizan los alimentos en el cuerpo para mantenerlo alcalinizado.

Hablado

Canal Radial Pm

Me vino: comprender cómo metabolizan los alimentos en el cuerpo, para mantenerlo alcalinizado.

Escrito

Mahón Pm

El campo energético de los alimentos actúa directamente sobre vuestros organismos.

Pastel negro.

Carne: Rayas rojas con oscuridad.

Hablado

Mahón Pm

Me dijeron: el campo energético de los alimentos actúa directamente sobre vuestros organismos, y sale la imagen del componente energético de los alimentos. Concretamente me ha salido un pastel y es concretamente negro, asqueroso. Se ha visto la imagen como al meterse en el cuerpo ese producto se asimila esa energía. Y luego me ha salido una imagen de la carne, una carne energéticamente negra, pero tenía unas rayitas rojas. Y sí he visto el campo energético de muchos alimentos. Y como que me decían, *“Eso es lo que tenéis que saber.”*

Escrito

Especial de Luz La Pm

Al principio me ha venido la palabra “nada”.

Su valor nutricional (componente)

Hablado

Especial de Luz La Pm

Al principio me ha salido: nada. Y al final me ha salido: su valor nutricional. Pero no sé si ha sido cosa mía, porque quería una respuesta.

Escrito

Escampada Libre La Pm

Veo grandes cantidades de alimentos manufacturados, bollería, esencialmente. Todo empaquetado, y me llega la palabra eliminar, eliminar, eliminar.

Y vuelvo a preguntar: ¿Los que no tengan otra cosa?

Respuesta: Eliminar, eliminar, eliminar.

Hablado

Escampada Libre La Pm

En primer lugar me vi como si estuviera haciendo una ceremonia, de pie, una conexión con los alimentos. Pero pasé, no escribí ni nada, tenía su sentido. Pero luego me fui, no sé si era a un supermercado o qué era, y empecé a ver grandes cantidades de alimentos manufacturados, sobre todo bollería, todo lo que es empaquetado, cantidades, cantidades, cantidades. Y me llega la palabra: eliminar, eliminar, eliminar. Y me quedo como preguntando ¿eliminar? Y me vuelve a llegar de forma muy firme y contundente: eliminar, eliminar, eliminar. Y entonces pregunté: ¿y los que no tengan otra cosa? Respuesta: eliminar, eliminar, eliminar. Que no es tanto lo que tenemos que saber, sino lo que tenemos que eliminar.

Escrito

Pigmalión

Cubo de basura.

Vertedero

excavadora

tapando los residuos.

Antártida

- focas - deshielo -

desequilibrio.

Robot con gran red que bucea y atrapa cientos de peces.

Hablado

Pigmalión

Lo primero que he visto ha sido un carrito, que no era un típico cubo de basura, y digo ¿esto qué es? Y digo, claro basura. Y luego me aparece una excavadora moviendo todos los residuos. Luego de repente he visto la Antártida, un lugar de nieve, y he visto a las focas, y pensaba ¿esto qué? Y he relacionado esto con el deshielo, y que eso produce un desequilibrio. Pero no sé si es un razonamiento mío o es lo que me querían mostrar.

Y luego estaba en el fondo del mar y veo como un cohete, que era más plano, era un robot, y este robot capturaba los peces.

Escrito

Oca

Su música (vibración) escucharla.

Procedencia.

Grado de alcalinidad.

Hablado

Oca

Me vi escuchando música, con unos cascos puestos, como si escuchara la música de los alimentos, y me vino la palabra *vibración*. Luego me vino_: procedencia_, muy claro. Y pedí información, y me dijo: grado de alcalinidad.

Escrito

Liceo

Alimentos al vapor y a la plancha para resaltar el sabor.

El agua energizada y el mantra de protección.

¡Eso ya lo sabemos!

Pero no os lo creéis.

Hablado

Liceo

Primero me vino: alimento al vapor y plancha para resaltar, y parece que era el sabor, para resaltar el sabor. Luego era el agua energizada y la oración. Y digo, eso ya lo sabemos. Y me dijo: pero no os lo creéis.

Escrito

Apuesto que Sí La Pm

Ramitas con hojas pequeñas.

Hablado

Apuesto que Sí La Pm

Primero he visto una ramitas finas, y luego hojas verdes.

Escrito

Dadora de Paz

Veo una siembra de una planta; nuevamente como de maíz, cubierta con toldos protectores del sol.

Hablado

Dadora de Paz Pm

Me vino: cómo se cultivan. Y me quedé esperando que llegara más, y digo que debo saber cómo se cultivan. Y me llegó la visión de una siembra pequeña, como si fueran las plantas de maíz, y estaban como cubiertas con una tela. Una siembra pequeña cubierta con una rafia.