

Kérdés: Szia Alaje, szeretném megtudni, hogy vegetáriánusnak lenni elég a felemelkedéshez, avagy a vegetáriánusság a helyes?

Válasz: Nos, a legjobb magas frekvenciájú ételeket enni. Ezeket gyümölcsökben és zöldségekben találod meg.

Kérdés: Úgy érzem túl sokat eszem. Naponta meditálok, de nem tudom abbahagyni az olyan sok evést. Soha nem voltam súlyos és az emberek azt mondják, hogy sovány vagyok. Emlékszem, hogy azt mondd: amikor egy személy nem fogad elég szeretetet másoktól, akkor sokat eszik. Ez minden, vagy van más is ezzel kapcsolatban?

Válasz: Ez minden. Valahogyan energiát veszítesz és próbálsz visszaszerezni az evéssel.

Kérdés: Kifejezhetem a nézeteimet? A legtöbb gyümölcsnek és zöldségnek magas energiája van, de nem tudod megmondani, hogy melyik a legmagasabb. Úgy, ahogy a hagyományos kínai gyógyászat mondja: minden ételnek két ellentétes alapelve van a természetben (Yin és Yang). Függően a testtől vagy az energiától, hogy melyik illik hozzád jobban, hogy melyik melyik ad számodra magasabb energiát. Például nem ehettek "hideg jellegű" ételt, mert testem jellege hideg és meg kellene tartanom a Yin és a Yang energiák egyensúlyát... így van?

Válasz: Igen, így van.

Kérdés: Milyen italoktól kellene tartózkodnunk, a tejtől vagy a dzsúztól?

Válasz: Igyál cukormentes dzsúzt és rizstejet.

Kérdés: Az Omega-3 zsírsav bevétele javasolható vagy sem? Ha nem kellene halat enned, akkor ez a hal minden részének számít? Ebből kifolyólag én nem szedem, de a szedés lehetősége erősen vitatott máshol.

Válasz: Azért, hogy fogadd az Omega-3-at, nem kell halat enned. Az Omega-3 szintén beépül, mintha halat ennél. Az Omega-3 egészségesebb formában elérhető a lenmagolajban. Van egy jó Omega-3 olaj Dr. Udo Erasmus-tól (<http://www.natuerlich-quintessence.de/gut-fuer/herz/omega-3-oele-nach-udo-erasmus.html>)

Kérdés: A vegetáriánusságról szeretnék kérdezni. Próbálok nem enni húst, de néhány barát, aki vegetáriánus volt a múltban, azt mondta nekem, hogy 3 vagy 5 év elteltével megbetegedtek és újból elkezdtek húst enni. Ezt kellene tenni mint ők, nem alakult ki a spiritualitásuk vagy valami más?

Válasz: Igen, megválaszoltad a kérdést magad. Ahogy mondtam a korábbi hozzászólásokban, amikor erőteljes spirituális fényed van, egy magas rezgés a testedben, nem akarsz semmi olyasmi alacsony rezgésűt enni. Vegetáriánus vagyok egész életemben és soha nem voltam beteg. Csak akkor betegedhetsz meg, amikor az energiád a lét természetes energiái ellen vannak. Azok, akik megbetegszenek, azok, akik negatív energiákat teremtenek maguknak önmagukon belül. (Utálat, félelem, stressz, szomorúság...)

Kérdés: Mond meg kérlek, hogy hogyan hat a mikrohullámú sütő az ételre (negatívan vagy természetes)?

Válasz: Soha ne használj mikrohullámot az ételedhez. A mikrohullámok megváltoztatják az étel molekulaszervezetét. A mikrohullámok minden vitamint és jó energiát lerombolnak az ételben. Tehát egy alacsony rezgésű halott ételt eszel. Ez egy negatív genetikai DNS manipuláció, ami genetikai DNS manipulációt fog okozni a testedben. Tehát, megbetegszel és folyamatosan alacsony szinten maradsz.

Kérdés: Azt mondd, hogy az édes dolgok mint a csokoládé nem jók. Mi van a mézzel?

Válasz: Igen, a méz az nagyon jó. Meg tudja gyógyítani a bőrt.

Kérdés: Mit jelent az, amikor azt érzed, hogy túl sokat eszel?

Válasz: Amikor energiát veszítesz, negatív dolgok, helyzetek, félelem, stressz, stb. miatt, akkor a tested energiát akar, hogy feltöltse az energetikai ürességet. Ha nem teszed meg meditációval és spirituális energiával, akkor fizikai étellel csinálod.

Kérdés: Mivel helyettesíthetjük a húst, mert ez a fehérje szükséges az élethez, ehettek halat vagy sem?

Válasz: Szója, tofú, magvak, babok, rizs, tej...

Kérdés: Az édességek jók a testünknek? Amióta vegán vagyok, túlságosan is szeretem az édességeket. Ez természetes és egészséges?

Válasz: Az édességek a szeretet helyettesítői, amikor szomorúnak érzed magad. Nem, ez nem természetes és nem egészséges. Minden amire szükséged van, az a tiszta energia benned és általa a tested is meg fog tisztulni.

Kérdés: Rossz dolog koffeint inni? Ez a régi szokásom, amit elhagytam. Néha jó meginni egy csésze kávé.

Válasz: Nos, a koffein egy drog, ami csökkenti a vizet a testben. Idegessé tesz, így nem tudsz csendben meditálni és nagyon gyorsan öregszel tőle.

Kérdés: Ahogy mondd, a fák is lények, de kérdezem magamtól, ha zöldségeket eszünk, lényeket eszünk, ahogyan a hússal is történik az állatokból. Mi a különbség?

Válasz: Néhány növénynek az az életcélja, hogy táplálékul szolgáljon és néhánynak pedig, hogy gyümölcsöket és vitaminokat szolgáltatson, van amelyiknek meg az, hogy kozmikus energiaforrásként szolgáljon számotokra. Ez egy tapasztalat. Később, sokmillió élet múlva és sok állati leszületés után, meglesz nekik az emberi leszületés tapasztalata.

Kérdés: Egész életemben ettem a húst és mindig gondom volt az abbahagyásával. Nem leszek képes a bolygóval együtt felemelkedni a fénybe és szívárványharcosnak lenni amiért idejöttem, ha folytatom a húsevést?

Válasz: Mi az a "szívárványharcos"? Harcolsz a szívárványokkal? Egy fénymunkás nem egy harcos. A harcos háborúzni akar. Egy fénymunkás szeretetet akar teremteni. Amikor valaki erőteljes spirituális fényt teremt magában, meg fogja állítani a hullák vagy más alacsony energiájú ételek evését.

Kérdés: A hozzászólásaidban, gyakran mondd az állati hullák evését, amik megőrzik az emberek állatias rezgéseit. Ezért szeretném tudni, hogy a tojás vagy a tejtermékek használata, szintén védtelenné teszi az embereket ezekkel a rezgésekkel szemben?

Válasz: Nem, mert először is, nem öltek meg állatot azért, hogy megszerezzék a tejet. Másodszorban, ezek a termékek nem okoznak semmilyen élettapasztalatot, mint ahogyan azt az élőlények teszik. Végül, de nem utolsó sorban pedig, egy szép napon, a test ami a fényből táplálkozik, nem fogja elfogadni ezeket a termékeket többet. Ez természetessé fog válni.

Kérdés: A gyümölcsök és a zöldségek a kedvenc diétám. Meg tudnád mondani, hogy nyersen vagy főzve, hüvelyesekkel és gabonával alkalmas emberi fogyasztásra?

Válasz: Minden gyümölcsöt és zöldséget amit megeszél, meg kell tisztítani. Megtisztíthatod fényenergiával, ha van elég szeretetenergia benned.

Kérdés: Hello Alaje, milyen fajta ételt lehet enni, mi a jó étel? A hal is rossz, vagy olyan mint a vörös hús?

Válasz: Ahogy a videóban mondtam, gyümölcsök, zöldségek és magvak.

Kérdés: Nem eszem húst a tanácsodra, de szeretném tudni, hogy a tojás megengedett-e? Köszönöm.

Válasz: Ez nem arról szól, hogy "tiltott" vagy sem. Ez arról szól, hogy mi egészséges és mi nem egészséges.

Amikor figyeled a tested, látod, hogy mi jó neki és mi nem. Ha allergiás vagy valamire, nem kellene megenned. Ha magas szintű energiád van, automatikusan abbahagysz dolgokat, mivel már nincs rájuk többet szükség. Azok akiknek nincs fényenergiája, állatokat esznek és azok, akiknek sok fényenergiája van, csak azokat az ételeket eszik meg, amik sok fényt tartalmaznak.

Kérdés: Kedves Alaje, azt mondtad, hogy 3 liter vizet kellene meginnom naponta, hogy a rendszeremet rendben tartsam. Tudom, hogy a túl sok kávé rossz dolog, de mi a helyzet a fekete teával tejjel?

Válasz: Figyeld a saját tested és aztán határozd el, hogy mire van szükséged vagy mire nincs. A kávé egyáltalán nem jó.

Kérdés: Gondolod, hogy a tea ivása (zöld és fehér tea) nem jó a spirituális fejlődés szempontjából? Ezt olvastam valahol és nagyon összezavart. Mivel a buddhizmusban a tea ivása nagyon fontos a meditációhoz.

Válasz: Természetesen a tea nem ártalmas. Egészséges gyógynövény és a természet növénye. Egészséges, nem mérgező gyógynövényeknek és növényeknek az az életfeladatuk és küldetésük, hogy az embereket és az állatokat szolgálják.

Kérdés: Szia Alaje, kíváncsi vagyok a koffeinre és ennek hatására a fényenergiára. Abba kéne hagynom a tea és kávé ivását?

Válasz: Hello, tartózkodnod kéne a koffeintől.

Kérdés: Olyan sok kérdést akarok megkérdezni tőled, de soha nem vagyok biztos abban, hogy kiben bízhatok meg és kiben hihetek. De most azt látom, hogy az emberek olyan nagyon szeretnek és támogatnak téged. Úgy gondolom, hogy ez csodálatos és sokat elárul!!!

Az egyik kérdésem az, hogy miért nem kellene húst ennünk néha, mert nekem vashiányos vérszegénységem van és gyengének és álmosnak érzem magamat. Az orvos azt mondta, hogy egy ideig gyógyszert kell szedjek és legalább havonta 3-szor húst kell, hogy egyek... Igazán nem szeretek húst enni, mert szeretem az állatokat, de nem tudom mi mást tehetnék így. Tudnál nekem segíteni?

Válasz: [Jogi nyilatkozat: Ez csak tájékoztató jellegű információ és nem minősül orvosi tanácsnak vagy utasításnak! Megfelelő egészségügyi tanácsért, az orvosoddal kellene konzultálnod! Kérlek olvasd el a [jogi nyilatkozatot](#).]

Ahogy a videóimban mondom, a fizikai testek éppen most változnak meg az új energiákkal. Minél több fény van a testedben, annál inkább csak a magasabb energiájú ételeket eszed meg, mint pl. a gyümölcsök. A magas kozmikus fényenergiával rendelkező emberek, nem akarnak többé húst enni, mert úgy érzik, hogy ez árt a fizikai és az energiatestüknek. A húsban lévő alacsonyabb energia, alacsonyabb energiákba húz le. Az alacsonyabb, állatias energiájú emberek akarnak húst enni, mert az az ő energetikai szintjük. Csak amikor több kozmikus fényt építenek fel magukban, akkor fogják abbahagyni az állati hullák evését. Sok zöldségből, gyümölcsből és gabonából szerezhetsz vasat. Sokkal egészségesebb, mint halott rothadó tetemeiből, amik sok betegséget teremtenek meg. Amikor a tested magasabb frekvencián rezeg, egészséges maradsz fizikailag és szellemileg. Én egész életemben vegetáriánus voltam és soha nem voltam komolyan beteg, mert szeretem magamat és megvédem magamat a fizikai és az energetikai mérgektől.

Kérdés: Alaje, azt mondd, hogy igyunk rizstejet, mi a helyzet a mandulatejjel? Ezt is jó inni? Köszönöm a vezetésedet. Terjesztem az üzenetedet és a barátaimnál jó fogadtatásra talál.

Válasz: Igen, az is jó.