



**(4,6) Pregunta:** Hermano, cuando algunas veces por alguna dolencia física, un ser se encuentra sin saber dónde está, dónde se encuentra físicamente, y también tiene la sensación que otros entes lo quieren dominar, ¿qué puede hacer, sentir o decir ese hermano para volver al estado normal, y para que esto sirva de una mejora espiritual? Gracias, hermano.

**Respuesta.** Hay que pensar que el Ser está encarnado para seguir una programación de trabajo previamente señalada; momentos de debilidad o de incertidumbre, como pueden ser los que acabas de expresar, deben resolverse por parte del Ser con una vibración lo más fuerte que pueda hacia el punto Creador, hacia su Dios, hacia esa Fuerza que lo ha dirigido y continúa dirigiéndolo en estos Mundos de trabajo. Esta vibración de Amor hacia lo Alto es lo más importante, y lo que por sí solo va a determinar que reciba los apoyos y las fuerzas que lo van a conducir a reemprender su trabajo normal, y a quedar al margen de influencias que podrían desvirtuar su camino. Es simplemente la certeza interna de que todo Ser está guiado y dirigido por su Creador.

Esta realidad, aunque a veces no sea perceptible por el razonamiento que el Ser hace de las situaciones que vive, esta realidad es consustancial de la propia Creación; no existe parte de la Creación al margen de la Presencia Divina; el sentimiento de que este Creador está en uno mismo, es base suficiente para sentir la Fuerza de Apoyo y de Protección. Solamente debe dirigirse en vibraciones de Amor hacia este Ser, para que esta realidad se materialice en forma de protección y de guía.

**Pregunta:** Hermano amado: indícanos cuál sería la mejor alimentación física para que todo lo que se ingiera sea energéticamente positivo y no se desarmonice el cuerpo.

**Respuesta.** En los estudios que estáis haciendo, como antes os he indicado, ya se trató el tema de la alimentación; y se dijo claramente que deberías absteneros de ingerir seres que han sido sacrificados, y que vuestra alimentación tendría que basarse en los alimentos naturales, principalmente las frutas y las verduras.

Pero también tendríais que empezar a ejercitaros a tomar energía que debe alimentar vuestro cuerpo a través de la respiración, y de la concentración mental en la fuerza cósmica.

Nosotros no insistiremos en aconsejaros estas prácticas que acabo de decir, porque representan un cambio muy brusco de vuestros hábitos alimenticios, de vuestros hábitos en mantener vuestra materia en forma. Pero debo deciros que ésta es nuestra principal alimentación: la alimentación obtenida a través de la energía que está en el Cosmos, de la energía vida que se contiene en todo el Universo. También tomamos frutas, ciertas frutas y verduras; pero lo fundamental es esta Energía que fluye constantemente de la Fuente Creadora, de Dios; y esta Energía que fluye de esta fuente de Energía Vida, que convenientemente trabajada y asimilada por la mente, puede proporcionar a las células del cuerpo el mantenimiento que necesita.

Pero vosotros, y mientras tengáis que permanecer en esta encarnación, y aquí en este planeta, procurad que vuestra ingestión de alimentos sea de alimentos naturales que no contengan excitantes de ninguna clase, y que sepáis también tomar alimento del agua. Porque el agua contiene en sí una fuerza vital que alimenta.

Con ello, con todos los alimentos naturales, vuestro cuerpo puede mantenerse y tener la energía necesaria para desarrollar vuestras responsabilidades de trabajo. No necesitáis sacrificar seres que os pertenecen como elementos de ayuda. No necesitáis ingerir las partes de estos cuerpos destrozados, que tienen dentro vibraciones densas y bajas que van a ensuciar vuestro ser interno, y permanecer en vosotros, incluso distorsionando vuestro equilibrio interno, aunque en muchas veces no podáis daros cuenta de ello.



**C.E.C.U. DE MÁLAGA**

Cuando habéis tomado una comida abundante en carnes y aditivos, al final no sentiréis un bienestar sino más bien una pesadez. Y no vendrá dada simplemente esta pesadez por lo que contiene de impureza lo que habéis comido, sino por las vibraciones que el animal ha mantenido en sus carnes mientras padeció el sacrificio. No es tan rápido el abandono de estas vibraciones de estos despojos; y por lo tanto también ingerís estas vibraciones. Absteneros tanto como podáis de esta alimentación que no es racional.

.....

(No más preguntas) Yo solamente quiero manifestaros la importancia de la Energía Mental, y que intentéis llevar a la práctica los consejos que os hemos dado, para que obtengáis de estos ejercicios gran provecho vuestro; así, deseamos con todo el corazón que la Luz ilumine vuestras mentes para que la comprensión sea cada vez más profunda, y que la Paz domine vuestros Espíritus para que vuestros actos sean conforme a la Ley.

\*\*\*\*\*

