

Was ist die beste Nahrung für einen Menschen?

Ägypten-Tour 2026, Channeling 8

Kryon durch Lee Carroll, 10.2.2026

Übersetzung: unbekannt ^[1]

Seid begrüßt, ihr Lieben. Ich bin Kryon vom Magnetischen Dienst. Wir befinden uns hier in Ägypten am frühen Morgen außerhalb des Tempels von Karnak, und ich möchte eine weitere kurze Botschaft über die neue Energie auf dem Planeten überbringen, eine neue Energie für euch – eine Energie übrigens, die euch die Alten gegeben haben und die ihr jetzt auf moderne Weise wiederentdeckt. Es muss eine modernere Weise sein, die die Zivilisation, in der ihr euch befindet, weist weitaus komplexere Situationen und Eigenschaften auf als alles, von dem die Ägypter jemals dachten, dass ihr damit konfrontiert werden würdet.

Ich möchte darüber sprechen, wie ihr eure Realität individuell gestalten könnt. Ist es möglich, dass ihr eure Realität auf euer Bewusstsein abstimmen könnt? Fangen wir also mit einer Sache an, die viele beschäftigt – eine Frage, die sehr, sehr oft von jenen alten Seelen gestellt wurde, von denen, die sagen würden: »Ich bin ein Lichtarbeiter«.

»Welche Nahrung sollte ich zu mir nehmen? Kryon, was ist die richtige Nahrung für mich?« Wenn man nun diejenigen fragt, die in der Gesundheitsbranche tätig sind, haben sie eine lange Liste für euch parat. Und diese Liste wird sich übrigens von einem zum anderen unterscheiden: Dies ist das Beste, das ist das Beste. Es gibt einige, die sagen: Nun, iss gar nichts und überlebe trotzdem, oder iss sehr wenig und du wirst länger leben. All diese Dinge. Aber sie bestimmen eine 3D-Realität, wenn sie davon ausgehen, dass Nahrung eben Nahrung ist. Ihr seid ihr, und ihr könnt keines von beiden ändern. Daher gibt es diesen linearen Abgleich. Euer Bewusstsein bleibt gleich. Euer Körper

¹ <https://www.kryon.de>

bleibt gleich. A-B-C-D. Iss das hier, iss dies hier, iss jenes hier. Es ist eine sehr lineare, man könnte sagen, Lösung.

Jetzt tretet ihr in eine Realität ein, die es euch erlaubt, Dinge zu verändern. Aber zuerst die Antwort darauf, welche Nahrung die beste ist: Dein Bewusstsein weiß im Moment ganz genau – was übrigens einzigartig auf deine Abstammung abgestimmt ist – was am besten für dich ist. Das heißt, am nahrhaftesten, am effizientesten, ohne jegliche Art von Unverträglichkeit oder Ungleichgewicht. Dein Bewusstsein weiß, was das ist. Fast niemand in der Gesellschaft schenkt dem Glauben. Sie machen einfach weiter und sagen: Hier ist die beste Nahrung für dich, als Verallgemeinerung für alle Menschen.

So ist es nicht. Frage dich selbst. Frage dein eigenes Bewusstsein, bevor du isst: Ist dies das Beste? Einige von euch wissen das bereits, weil euer Körper auf bestimmte Dinge reagiert. Nun reagiert euer Körper oft nicht auf die Nahrung selbst, sondern auf das, was in der heutigen Zeit in der Nahrung steckt. Und das wisst ihr. Und darauf werde ich gleich noch zu sprechen kommen. Die Antwort auf die Frage, welche Nahrung die beste ist, lautet also: Es ist die Nahrung, die für dich am besten ist.

Wie viele von euch bemühen sich bewusst, bevor sie an diesen wunderschönen Ort gehen, an dem sie sich jede beliebige Nahrung aussuchen können, die für sie möglich ist, und betrachten sie: Nahrhaft oder nicht, attraktiv oder nicht, und aus welchem Grund? Und dann greift ihr vielleicht zu der Nahrung, die euer Körper möchte. Und das ist die Antwort: Iss die Nahrung, die dein Körper möchte.

Und die nächste Frage ist natürlich: Wie kann ich das erkennen? Es ist gar nicht so schwer, aber das werden wir vielleicht an anderes Mal behandeln. Das Bewusstsein ist der Schlüssel. Deine Intuition beginnt, in dieser neuen Energie zu wachsen. Jetzt wirst du dir das zunutze machen müssen, um zu wissen, welche Nahrung für dich besser sein wird. Und es könnten Lebensmittel sein, die du eigentlich nicht magst, weil deine Kultur sie nicht gefördert hat. Das kann sich also auch ändern. Lass solche Dinge zu.

»Nun, ich ernähre mich nicht so gut. Meine Kultur bietet es nicht an. Also, das habe ich noch nie gemocht.« Und das könnte ein Schalter sein, den du aus Gewohnheit umlegst, sodass du etwas verpasst, das sich dein Körper schon immer gewünscht hat. Dein Körper wird mit dir kooperieren, wenn du neue Dinge ausprobierst und sagst: Ja, das ist akzeptabel. Und dann stellst du fest, dass es keine Bauchschmerzen gibt, wie man sagt, oder vielleicht keine Migräne, könnte man sagen, und all die Dinge, die in gewisser Weise giftig für dich waren oder nicht zu deiner Abstammung gehörten, beginnst du zu eliminieren.

Was ist mit dieser Toxizität? Was ... was tun wir? Du sagst vielleicht: »Lieber Kryon, ich liebe dieses Essen. Ich weiß, dass es das Essen ist, das ich will, aber in meiner Kultur ist es für mich giftig, wegen der Dinge, die sie hineintun, oder vielleicht wegen der Art, wie es angebaut wird. Und was mache ich mit dieser Antwort?«

Ist dir die Geschichte dahinter bewusst, sozusagen dein Essen zu segnen? Das scheint nun etwas Spirituelles zu sein – du segnest dein Essen. Wusstest du, woher das wirklich kommt? Dies ist ein altes schamanisches Attribut. Das besagt Folgendes. Das Essen steht vor dem Schamanen. Der Schamane blickt auf das Essen und sagt: Lass nichts in dieser Mahlzeit für mein System giftig sein. Es ist kein Segnen deines Essens, es ist ein Verändern deines Essens. Mit anderen Worten: Egal, was darin enthalten ist, was ungesund sein könnte oder vielleicht ein Zusatzstoff, auf den dein Körper reagiert – was auch immer es ist, es kann neutralisiert werden. Das ist der eigentliche Grund für das, was manche das Sprechen des Tischgebets oder das Segnen des Essens nennen. Dazu hat es sich entwickelt – eine gute Idee, aber nicht so, wie es anfang.

Wenn du das nächste Mal eine Mahlzeit einnimmst, nur für einen Moment: »Lieber Spirit, liebes Innate, lass nichts hier hineingelangen, was mir schaden könnte. Hiermit neutralisiere ich jede Giftigkeit in dieser Mahlzeit.«

Ergibt das für euch Sinn? Ich sage euch Folgendes: Euer Bewusstsein ist kraftvoll. Sehr kraftvoll. Könntet ihr Gegenstände und Nahrung wirklich auf diese Weise beeinflussen, sodass sie eurem Bewusstsein entsprechen? Willkommen in der neuen Energie. Genau das könnt ihr jetzt tun, wenn ihr es mit Nahrung tun könnt. Denkt an andere Dinge. Es gibt viele davon. Dies ist die Großartigkeit eines menschlichen Wesens. Das ist es, wer du bist. Das ist die Botschaft: die Großartigkeit des menschlichen Wesens, das so viele Dinge tun kann. Und das, mein Freund, ist auch das, was an so vielen Orten in diesem großartigen Land an den Wänden geschrieben steht. Wahrlich ein fortschrittlicher Gedanke.

Ich schließe mit dem Satz, den Ägypter verstehen werden: Mögest du immer aus dem Nil trinken.

Und so ist es.