

Newsletter n°17

Septembre 2023

Mangez-vous équilibré ?

Je ne suis ni naturopathe ni diététicien mais en questionnant les personnes lors des séances de bioénergie, j'ai fait le rapprochement, que très souvent, les personnes ne mangeant que des plats cuisinés semblaient plus fatiguées, nonchalantes, ...

Est-ce la cause ou la conséquence de leur état d'âme me direz-vous ?

Je me suis donc intéressé au sujet en me documentant et en testant à l'aide de mon clair ressenti (champs de torsion droit ou gauche, taux vibratoire) différents aliments (légumes uniquement). Les résultats de ces tests m'ont amené à partager cette expérience dans cette lettre d'information.

Quelques interrogations :

- 1 *Nous nourrissons-nous d'air, d'eau, de soleil, de produits de la terre et du contact de ce qui nous entoure ?*
- 2 *Le fait de nous éloigner de la nature (aliments riches en substances vivantes) a-t-il un effet sur notre état sentimental ou psycho émotionnel ?*
- 3 *Notre équilibre psychologique est-il en lien avec notre état de santé physique ?*

Des études basées sur un certains nombre de personnes ont démontré que la qualité (adéquat ou inadéquat) et la quantité (trop ou trop peu) des produits consommés avaient une incidence au niveau des trois plans physique, émotionnel et mental, pouvant se traduire par :

- Sur le plan physique : Yeux rouges ou jaunes, vue trouble, besoin de moucher, bouche pâteuse ou sèche, langue chargée, ...
- Sur le plan émotionnel : impression de lassitude, sorte de dépression, manque d'entrain, anxiété, ...
- Sur le plan mental : Esprit confus, mémoire défectueuse, indécision, manque de créativité....

Tous ces symptômes peuvent correspondre à une surcharge des mécanismes d'élimination du corps.

dans ce cas, il est nécessaire pour rétablir l'équilibre :

- d'aider l'organisme à se détoxifier,
- de faire de l'exercice physique pour stimuler le système digestif,
- de réajuster l'apport nutritionnel en quantité et en qualité.

Le résultat des tests est en phase avec les articles lus :

Les aliments biogéniques : graines, céréales, légumineuses, consommées à l'état de jeunes pousses, qui renforcent la vitalité de nos cellules et leur permettent une régénération constante.

Résultat du test : Ils nous apportent de l'énergie (champ de torsion droit et taux vibratoire positif).

Les aliments bioactifs : Fruits et légumes crus ou cuits par type de vapeur douce, fruits secs. Résultat du test : Leur énergie assure un fonctionnement minimum (léger champ de torsion droit ou neutre, taux vibratoire légèrement positif).

Les aliments biostatiques : Aliments crus ou cuits conservés trop longtemps dans le réfrigérateur. Ils ralentissent la vie.

Résultat du test : Il nous prennent notre énergie (champ de torsion neutre, taux vibratoire négatif).

Les aliments biocidiques : Légumes préparés industriellement contenant des substances chimiques. Ils sont en désaccord avec le processus sacré de la vie.

Résultat du test : Il sont en contradiction avec nos besoins (champ de torsion gauche et taux vibratoire négatif).

Alors la malnutrition est-elle la cause ou la conséquence de certains mal-être ?

Peu importe, dans les deux cas, il est évident que revenir à une alimentation saine et équilibrée permettra de nous harmoniser à tous les niveaux.

Observons ce que nous mangeons, modifions notre alimentation et faisons la relation entre ce que nous mangeons et comment nous nous sentons.

Retrouvez les informations complémentaires :



Sur le site internet
existentielessentiel.fr



Par mail
existentiel.essential@gmail.com



Par téléphone
06 32 70 39 05



Sur Facebook
[Déale - De l'existential à l'essentiel](#)