



„Ernähre Dich mit vollem Bewusstsein“

von Lara Weigmann

Dieser Planet, diese atemberaubende Natur um uns herum, diese Fülle und unsere unglaublich komplexen und doch so zerbrechlichen Körper sind Teil des Göttlichen. Wie könnte es auch anders sein. Wie gehen wir also mit dem Göttlichen um?

Es gibt nach wie vor viele religiöse und spirituelle Konzepte, welche die Körperlichkeit ablehnen und sich vollkommen auf die geistige Welt konzentrieren. Ich frage mich, weshalb wir das Geschenk eines fühlenden, sinnlichen Körpers zurückweisen sollten? Das macht für mich keinen Sinn.

Für mich heißt im Körper auf diesem Planeten zu leben, göttliches Bewusstsein zu sein, das in der Materie spielt, kreativ ist und fortwährend sein Bewusstsein erweitert in einer grenzenlosen Ausdehnung.

Ausgehend davon kann unser Ziel nur sein, alles zu tun, um glücklich zu sein, Spaß zu haben und die Geschenke dieser Schöpfung anzunehmen - uns auf dieses Abenteuer einzulassen. Und auch diesen Körper anzunehmen, der

uns geschenkt wurde, ihn achtsam zu hegen und zu pflegen, ihn zu wertschätzen, uns an ihm zu erfreuen und dabei im Bewusstsein zu tragen, dass wir nicht auf diesen Körper begrenzt sind, sondern dieser einfach nur das Gefäß ist, das unsere unsterbliche Seele eine Zeit lang trägt.

Was ist also naheliegender, als ihn auch mit guter und gesunder Ernährung zu ehren. Mit lebendiger Nahrung, welche aus nachhaltigen Quellen stammt, mit einer Haltung, welche ihren Ursprung ehrt und respektiert, sei es Pflanzen- oder Tierwelt.

„Liebe ist die wichtigste Zutat!“

Herzlichst
Lara Weigmann



**Consciousness
Networking**

„Consciousness Networking“

lara@c-networking.de

Tel.: +49 (0)172-5299113

www.consciousness-networking.de