

Taba'Tes – Nahrung der neuen Zeit

Nun sollte es losgehen. Wir haben beschlossen, Anfang November 2008 zu starten. Bei mir begann alles erst einmal mit dem ausführlichen Lesen der Unterlagen. Oh man, liebe Sabine Sangitar, wie viele Stunden hast du für uns hier verbracht? Die vielen Informationen, die Eschka dir durchgegeben hat, die Kristalle so exakt wiederzugeben. Alles, damit uns der Einstieg in eine neue Dimension erschlossen wird. Ich war und bin dafür noch immer voller AN'ANASHA.

Ich dachte immer, ich esse gern. War das ein Trugschluss? Stand doch im Skript: ELOHIM:

Menschen aus der Frequenz der Elohim ernähren sich oft vegetarisch.

Okay, das traf irgendwie nicht auf mich zu. Fleisch war mein Gemüse! Ich denke mein irdisches Dasein hat mich grad in Bezug auf Fleisch geprägt. *Essen hat für sie keine besondere Bedeutung.* Nun gut, das traf wieder zu. Ich konnte immer schon mit leerem Magen an einer Wurst oder Mandelbude vorbei gehen, ohne etwas essen zu müssen. Mir fiel auch auf, dass wenn eine große Feier angesagt war, mit Büffet, mich die Menschen an meinem Tisch mitversorgt haben. Angesichts dieser Nahrungsmengen hat sich mein Magen immer verschlossen.

Dennoch: Was gab es hier für Möglichkeiten?

Taba'Tes - Prana - Aufnahme Der Kristall mit der höchsten Energie, er kann sogar den gesamten Energiehaushalt abdecken.

NARINA - Stärkung des Immunsystems

SONNIKA - Regeneration von Zellen und Augen

SERIA - Knochenaufbau

ELUNDA - Entgiftung

SHIRA - Blutgerinnung und Pflanzenwachstum

SINDRAN - Stärkung des Nervensystems

MARA - Wachstum und Steigerung der Gehirnaktivität

LUNAS - Muskelaufbau
TARA'NOS - der Kristall für den Stoffwechsel
MARINENDRAS - der Energielieferant

Rein Intuitiv hatte ich hier kein Bedürfnis diese Kristalle einzusetzen, weil ich wusste, Taba'Tes gibt mir ALLES wirklich alles was ich brauche.

Dann gab es noch die Kristalle, die die Essenz eines Lebensmittels erzeugen:

SERAUNS - erzeugt die Essenz von Gemüse
INIAS - erzeugt die Essenz von Obst
LORINDAS - erzeugt die Essenz von Süßem
GRENUS - erzeugt die Essenz von pflanzlichem
SHOGURA - erzeugt die Essenz von Fleisch.

Wir haben später mal damit geübt. Mich persönlich interessierte die Essenz Fleisch und die Essenz von Obst, z.B. Orangengeschmack. Aber ich bin ehrlich, ich habe mich nicht so wirklich bemüht und so ist es, wie es Ist: der Erfolg blieb auf der Strecke. Denn wie sagte Lao Tse so schön: „Wenn wir täglich eine Stunde Telepathie üben würden, würden wir es können!“

So, zurück zum Skript Ganz wie es im Skript steht, habe ich mir erst einmal die CD angehört, um vorbereitet zu sein. Dann war es soweit. Ich habe als erstes die CD gehört und mich ganz bewusst auf die Lichtnahrung vorbereitet. Wie vorgegeben habe ich drei Tage nur Obst und Gemüse gegessen und sehr viel Wasser getrunken. Am dritten Tag folgte die Darmreinigung. Dann habe ich mir mindestens 3 bis 4 Liter Wasser energetisiert und mit dem Lichtnahrungsprozess begonnen. Ich habe, wie es vorgegeben ist, den Tag mit einer Meditation begonnen und dabei die Prana-Atmung geübt. Den Tag habe ich mir

so eingeteilt, dass ich vom aufstehen bis zum zu Bett gehen fünfmal, so wie empfohlen ins vereinigte Chakra gegangen bin, habe dabei meditiert und meine Lichtnahrung aufgenommen. Nach diesen 72 Stunden wurde mir bewusst, nun die Freiheit zu haben, entweder rein von Lichtnahrung zu leben, rein vegetarisch zu leben und energetisierte Wasser zu trinken, oder einfach weniger feste Nahrung aufzunehmen. Wichtig ist nur das Trinken.

Oft lese ich, dass einige Lichtarbeiter den Prozess so verstehen, dass alles zusammen nur drei Tage dauert. Sie lassen den Prozess so nur 36 Stunden zu. Das mag sich für sie zwar stimmig anhören, aber wenn ich meine Zellen befrage, genügt es nicht. Der Körper, die Zellen, brauchen diese 72 Stunden um sich zu verändern. Selbst in der Dualität gelten 72 Stunden, um etwas im Körper zu „produzieren“, Es dauert z.B. 72 Stunden bis sich ein Antikörper gegen irgendwas gebildet hat. Vielleicht ist es für mich daher leichter zu akzeptieren, dass die Zellen ihre Zeit zur Transformation brauchen. Viele Lichtarbeiter halten so auch nicht durch und sind enttäuscht, dass es nicht funktioniert.

Meine Bekannte hat auch ein hohes Bewusstsein als Lichtpionier, ihr Körper war wohl noch nicht soweit. Vielleicht standen auch Gedankenmuster bezüglich des „Verzichts“ im Weg. Vielleicht sollte sie im Bezug auf ihre Allergien noch etwas lernen? Wer weiß – reine Spekulation...? Ich lasse es offen. Sie war plötzlich ganz furchtbar schlapp und geschwächt, war kaum in der Lage, morgens aufzustehen. Treppensteigen bereitete ihr starken Schmerz und die Eingeweide rebellierten. Sie befragte ihren Körper, ihre Zellen, ihre Seele und bekam zur Antwort: „Dann iss wieder!“

Denn wir tragen alle Muster in uns, die uns vermitteln:
„Wenn wir nicht essen, verhungern wir!“
„Der Lichtnahrungsprozess ist wie Fasten, das kenn ich!“

Man hat gelesen, der Körper bekommt alles was er braucht, dennoch ist unbewusst hinterlegt: „Wenn wir kein Fleisch essen, leiden wir an Eisenmangel.“ Es ist hinterlegt, dass wir krank werden, wenn wir keine Vitamine zu uns nehmen. Unbewusst verschwindet Muskelmasse, weil wir hinterlegt haben, dass Eiweiß fehlt um Muskeln aufzubauen

Doch zurück zu meinem Prozess. Mitten drin war ich zu einer Geburtstagsparty eingeladen. Zu dumm, dass ich jetzt nur dieses energetisierte Wasser trinken durfte. Macht nichts, dabei sein ist alles. Ich hatte mir nun eine große Flasche von meinem energetisierten Wasser mitgenommen und eine zweite in meiner Tasche. Für mich war das keine große Sache. Ich vermisste auch nichts. Nur meine Laufkamera-dien hatten so ihre Probleme. Das war meine erste Herausforderung.

„Willst du den ganzen Abend nur dieses Wasser trinken? Wir haben hier doch auch Wasser.“ „Ja, das ist speziell angereichert!“ „Ach so, womit?“ „Das ist jetzt hier schwer zu beschreiben, hängt mit meiner Ernährungsumstellung zusammen.“ „Was isst du denn?“ „Das kann ich dir hier im Getöse nicht erklären, das würde zu weit führen“. So hatte ich vorerst Ruhe. Die Angebote häuften sich, ich musste immer öfter ablehnen, was jedoch akzeptiert wurde.

Gegen 00:30 Uhr habe ich dann die Party verlassen. Puh, ich fühlte mich befreit. Ich habe noch meine Meditation und Prana-Atmung gemacht und bin zu Bett gegangen. An einem Dienstag waren die 72 Stunden um und ich hatte absolut kein Bedürfnis, etwas anderes außer Tabá'Tes und Lichtnahrung zu mir zu nehmen. Das erfreuliche war nun, ich konnte wieder etwas anderes Trinken und mit dem Kristall Tabá'Tes energetisieren.

Diese kleine Vielfalt hat mir erst einmal genügt. Dienstags ist aber auch Lauffreff. Der erste Versuch, nach diesem Lichtnahrungsprozess zu Laufen. Ich habe von vornherein einkalkuliert, dass es schwer

werden könnte, denn meine Zellen hatten ein neues Update erhalten und sollten nun nahtlos volle Leistung bringen. Ich habe es also locker angehen lassen. Bereits nach dem Einlaufen merkte ich, ich werde Abstriche machen. So bin ich an dem Abend die verkürzte Variante gelaufen. Das war in Ordnung so. Ich habe mich bei meinen Zellen für die körperliche Leistung bedankt und bin glücklich nach Hause gefahren.

Ein paar Tage zum aklimatisieren hatte ich noch, dann stand die nächste Herausforderung an: Die Arbeit im Nachtdienst. Etwas ängstlich habe ich in mich gefragt, ob ich zur Sicherheit etwas Essbares mitnehmen soll und bekam zur Antwort: du hast alles was du brauchst, vertraue, MONA'OHA. Das habe ich gemacht und wurde belohnt, dass ich kein Hungergefühl hatte. Am Morgen zu Hause angekommen, habe ich meine Meditation gemacht, Lichtnahrung aufgenommen und bin zu Bett gegangen. Welch wundervolle Erfahrung.

Mit jedem weiteren Dienstag kam meine Kondition Stück für Stück zurück. Ich konnte die Strecke jedes Mal etwas erweitern, die Meterzahl erhöhen. Nach gut 3 Wochen hatte sich mein Körper der Belastung angepasst und Ich fühlte: auf dem Sektor bin ich adaptiert. Mein Äußeres signalisierte mir auch, dass alles im grünen Bereich sei. Mit einer über 30 jährigen Berufserfahrung in der Medizin kenn ich äußerliche Mangelerscheinungen gut und kann so einschätzen, ob alles in Ordnung ist. Dazu gehören unter anderem Mundwinkelrisse, brüchige Fingernägel und erst recht Muskelkrämpfe und Muskelschmerzen, wenn diese nicht richtig versorgt werden. Ich konnte nichts Derartiges feststellen. Denn ich habe begonnen mich von der geistigen Welt führen zu lassen.

Mein Leben mit Taba'Tes

Nun war es also so weit. Alle Möglichkeiten standen mir offen. Ich konnte mich täglich neu entscheiden.

Das war überhaupt nicht nötig, denn ich hatte nicht das geringste Bedürfnis feststoffliche Nahrung zu mir zu nehmen. Ich fühlte mich blendend, kraftvoll und vital. Dann kam urplötzlich, wie aus heiterem Himmel ein Gefühl des Verzichtens auf Irgendwie hatte ich das Gefühl, man hätte mir die Energie, die mich trägt, entzogen. Aber ich war grade deswegen stark entschlossen, nichts Festes zu mir zu nehmen. Ich begann Tee mit Honig zu trinken, immer mit energetisierten Wasser bereitet. Das war gut, aber es fehlte noch etwas. Die herzhaft Komponente, ja, das war es. Ich machte mir also eine Tasse Gemüsebrühe und rührte einen Teelöffel Kräuterkäse hinein.

Hmm, das war lecker. Das habe ich eine Zeitlang genossen, und wunderte mich nur, warum mein Gewicht konstant blieb. Gut, ich hatte einiges abgenommen, aber jetzt stagnierte es. Wieso? Das sollte sich mir zu gegebener Zeit erschließen. Zu der Zeit war ich zufrieden. Wenn mir danach war, habe ich mal ein Stück Käse gegessen und mich damit Begnügt, das Essen für meine Familie abzuschmecken. Dabei hab ich auch schon einmal ein Löffelchen mehr genossen, ganz so wie es mir gefiel. Die Verzichtsgefühle, waren wie weggeblasen. Ich fühlte mich befriedet und ausgeglichen. Alles war so wie versprochen.

Nun ein kleiner Rückblick, damals auf Hawaii habe ich mich riesig gefreut, einmal Ananas vor Ort zu genießen. Etwa eine halbe Stunde später durfte ich erkennen, ich vertrage sie nicht! Nun dämmerte es mir, eine leise Ahnung schlich sich ein. Es schien, als hätten sich grade auf Hawaii meine Zellen an Lichtnahrung erinnert. Welche Erklärung gäbe es sonst noch, für die plötzliche Nahrungsunverträglichkeit? Jetzt nach meiner Umstellung auf Lichtnahrung und Taba'Tes dachte ich,

das wäre wohl nur eine Laune der Natur: die Umstellung, das andere Land usw. Ich mir also eine Ananas gekauft. Das hätte ich nicht tun sollen. Kaum gegessen dachte ich ernsthaft, mein letztes Stündlein hätte geschlagen. Krämpfe und Übelkeit waren dabei noch die harmlosesten Beschwerden. Also habe ich mich Vertrautem gewidmet. Hier und da mal probieren, mal ein Stückchen Käse, mittags mal eine Brühe, Kaffee, Tee und Wasser schienen unproblematisch.

Einen Dämpfer bekam ich, als ich routinemäßig zum Betriebsarzt musste und meinen Hämoglobinwert sah, kraulte sich mein altes Bewusstsein nach oben: „Wie lange hast du kein Fleisch gegessen? Kein Wunder! wenn kein Eisen reinkommt, kann auch kein Blut gebildet werden!“ Was soll ich tun? Eisenpräparate nehmen? Ich habe mich voll in die Gedankenwelt der Dualität gehängt. Dann war da plötzlich so ein STOP! Schluss damit.

Lichtnahrung und Tabá'Tes geben dir ALLES, wirklich alles was du brauchst. Schluss mit Kontrolle, das nährt den Zweifel. Ich weiß, dass es funktioniert, ich fühle es doch. Selten war ich so vital, wie unter Lichtnahrung. Fortan habe ich jede Kontrolle (Gewicht, Stoffwechsel usw.) eingestellt. Ich hatte doch das Versprechen, dass sich alles so fügt, wie es für mich gut und richtig ist.

Im April 2009 überschlugen sich schließlich die Ereignisse. Meine Tochter wollte heiraten. Kurz vor Ostern saßen wir beim Frühstück, ich hatte bereits meine Lichtnahrung zu mir genommen und trank einen Kaffee mit. Wenn denn mal ein halbes Brötchen übrig war, habe ich auch das gegessen. Es fiel uns nun der Immobilienteil unserer Tageszeitung in die Hände. Wir haben es nie ernsthaft betrachtet, doch an dem Morgen war es anders. Etwas gab mir den Impuls, einen Blick hinein zu werfen. Ja, eine Immobilie weckte mein Interesse, war finanziell machbar. Ich fragte meine Tochter, ob sie nicht auch mal nachsehen möchte, welches Objekt sie interessiert? Sie erwählte genau

das gleiche. Das war ein Zeichen für mich. Wenn es denn für uns bestimmt ist, werden wir es auch bekommen. So war es dann auch. Wir konnten sogar noch vor dem Hochzeitstermin rein, um kleinere Renovierungsarbeiten zu erledigen. Bei diesen Arbeiten hatte ich absolut keine Lust Tabá'Tes Wasser zu trinken. Wozu auch: Lichtnahrung hatte ich zu mir genommen und wenn ich Durst hatte trank ich eben ein Alkoholfreies Bier

Mittags, es war schon sommerlich warm, haben wir dann gegrillt, und zusätzlich wartete eine große Portion Nudelsalat. Ich wusste ja: ich habe alle Möglichkeiten offen. Ich konnte also eine Lichtmahlzeit durch Nudelsalat ersetzen, was ich mir nicht entgehen ließ. Nach der Mittagspause bin ich also wieder die Leiter hinauf, um Tapeten abzureißen. Oben angekommen fange ich jedoch ernsthaft an zu unterzuckern! Ich kenn ja die Symptome: starkes Zittern, flaes Gefühl, kurzatmig, als wenn man jeden Augenblick umkippt, kaltschweißige Stirn. Ich habe mir sofort einen ganzen Liter Tabá'Tes Wasser bereitet und sofort getrunken. Sonst nichts! Es ging schlagartig besser. Das war eine Lektion, die ich bis heute nicht vergessen habe.

Unverhofft, am Montag darauf, als ich mir eine Tasse Brühe machte, wehrte sich plötzlich mein Körper auf übelste Weise. Das war wie ein Magendarminfekt der schlimmsten Sorte. „Montezumas Rache“ ist nichts dagegen. Das alles geschah sechs Stunden vor meinem Nachtdienst. Was sollte ich jetzt nur machen? So konnte ich doch auf keinen Fall meinen Dienst antreten. Mein Hohes Selbst aber meinte ganz entspannt: gehe nur, du wirst sehen es ist in Ordnung. Tatsächlich hatten sich meine Eingeweide wieder beruhigt. Allerdings fragte ich mich: Was, war das denn jetzt? Wie darf ich das einordnen?

In dieser Nacht erfuhr ich, dass ich vor sehr langer Zeit gelobt habe, wieder von Lichtnahrung zu leben, sobald es möglich ist. Meine Seele hat mich nun daran erinnert. Ich hätte ja auch Nein sagen können.