

Ernährungsplan 1 nach Dilas

Ausgewogener alternativer Ernährungsplan auf basischer und fluoridfreier Basis
abzüglich gebildetem Histamin zur Anhäufung biophotonischer Zellenergie, Schutz der DMT-
Moleküle, körperliches Wohlbefinden und zur Erreichung des Idealgewichts

© Jonathan Dilas, www.matrixseite.de

Meiner Ansicht nach werden, auf biologischer Ebene betrachtet, 95% aller Krankheiten durch Ernährung verursacht. Allergien, Pseudo-Allergien, , Autoimmun-Krankheiten, Nahrungsmittelintoleranzen und viele andere Krankheiten, die auch nur Allergien sind, aber einfach nur einen anderen Namen erhalten haben, sind Botschaften des Körpers, dass er die eine oder andere Nahrung nicht mehr im System sehen möchte. Diese Allergieformen nehmen seit einigen Jahren immer weiter unter den Menschen zu. Der Körper versucht unentwegt Botschaften zu senden, welche Nahrung er bevorzugt bzw. welche am besten für ihn geeignet ist und welche nicht, um die persönliche Frequenz, d.h. die eigene psychische Energie und die körperliche Gesundheit zu erhöhen.

In meinen jahrelangen Recherchen und Forschungen bin ich auf eine Ernährungsweise gestoßen, die mehrere Komponenten berücksichtigt und die Gift-Depots des Körpers wieder leert und ihn gesunden lässt. Mit dieser Ernährungsform sind 95% aller Krankheiten zu beseitigen bzw. im Vorfeld zu eliminieren! Dabei ist es wichtig, sich unbedingt an die Ernährungsratschläge zu halten und nach Möglichkeit nicht davon abzuweichen. Auch empfehle ich im Anschluss einige Nahrungsergänzungen, die man daraufhin einnehmen kann, um den ganzen Prozess noch zu steigern. Berücksichtigt wird hierbei die nach Möglichkeit strikte Verweigerung bestimmter Nahrungsmittel, mit oder ohne Zusatzstoffe, wie säurehaltige Nahrung, Fluorid, gebildetes Histamin, Süßstoffe und andere (s.o.). Es ist ein Drahtseilakt, eine optimale Nahrungsliste zusammenzustellen, die keine säure-, histamin- und fluoridbelastete Nahrung enthält. Ich sage nicht, dass es schlechte Nahrung gibt, ich spreche hier von einer optimalen Standard-Nahrungskonfiguration (SEK), die sich mit der Zeit zur persönlichen Ernährungskonfiguration (PEK) entwickeln wird. Die Standard-Ernährungskonfiguration repräsentiert die bestmögliche Zusammenstellung, die für so gut wie jeden Menschen am besten geeignet ist und ist in meinem folgenden Ernährungsplan der beste Anfang.

Erst einmal die gute Nachricht: Man kann so viel essen wie man möchte! Solange, bis man satt ist - und wenn man unbedingt will - gebeugt vom Tisch gehen muss. Auch ist es unwichtig, zu welcher Uhrzeit man isst. Die schlechte Nachricht: Die Schulwissenschaft bestätigt nicht meine Theorie, da diese leider mit ihren Sponsoren (*Pharmaindustrie usw.*) kooperiert und andere Interessen verfolgen. Somit ist dies eigentlich nicht für jeden eine schlechte Nachricht, sondern nur für jene, die der Schulwissenschaft absolut hörig sind.

Die Nahrung, auf die verzichtet werden soll, beinhaltet jene mit allerlei Zusatzstoffen, gebildetem Histamin, Fluorid und säurehaltigen Anteilen. Wenn man all dies berücksichtigen würde, bliebe nicht allzu viel übrig, wovon man sich ernähren könnte. Aus dem Grund habe ich eine optimale und ausgewogene Liste zusammengestellt, die es möglich macht, eine nahezu basische Ernährungsweise zu praktizieren, die gleichzeitig auf jegliches Fluorid, Säure und auf (gebildetes) Histamin verzichtet.

Vorteile meines Ernährungsplanes:

1. Der Körper kann mit den Monaten die Gift-Depots in den Zellen entleeren. Somit wird der Körper weniger anfällig für Allergien, Pseudo-Allergien, Nahrungsmittelintoleranzen und Krankheiten fast jeder Art.
2. Die meisten bekannten Krankheiten werden verschwinden, dessen urlange Liste hier kaum aufzuzählen ist, aber dazu gehören in erster Linie Allergien, Pseudo-Allergien, Nahrungsmittelintoleranzen, aber auch

Arthritis, Probleme mit Haut, Organen, Herz, Leber, Magen, Blut, Haare, Schilddrüse, Zähne, Gehirn, Gedächtnis, Fitness... u.v.a., sogar Krebs wird damit verhindert.

2. Intuition, Traumerinnerung, Sensitivität, Gedächtnisleistung, Glücksgefühle, gute Laune u.v.m. werden mit der Zeit automatisch zunehmen.

3. Der Körper wird wieder zu seinem Optimalgewicht zurückfinden. Bitte nicht erschrecken, wenn man sehr viel abnimmt. Der Körper sucht sich sein Gewicht aus, das für ihn optimal ist. (Was beispielsweise der deutsche Bürger als Normalgewicht betrachtet, muss der Körper nicht so sehen. Er besitzt hingegen seine eigene Vorstellung von Normalgewicht. Die Wertung von Normalgewicht basiert weitgehend auf den Hoffnungen der Nahrungsmittelindustrie.)

4. Die Kommunikation mit dem Körper wird erlernt, d.h. aufgrund der basischen Ernährung werden die Körpersignale verkürzt und vom Bewusstsein mit der Zeit deutlicher registriert. Daraufhin kann man leichter ermitteln, welche Nahrung der Körper möchte und welche nicht. Dieses Stadium stellt die Bildung bzw. Entwicklung der persönlichen Nahrungskonfiguration dar. Nachdem sich diese herauskristallisiert hat (*das kann 1-3 Jahre dauern - je nach Einsatz, Motivation und Alter*), hat man den Zustand eines gesunden, schlanken und weitgehend giftfreien Körpers erreicht inklusive der drei zuvor erwähnten Punkte.

5. Die von der Zirbeldrüse produzierten DMT-Moleküle werden mit diesem Ernährungsplan nicht mehr von Tyramin-Molekülen neutralisiert. Dies bewirkt auf Dauer, dass sich immer mehr DMT-Moleküle im Blut ansammeln können und dies auf völlig natürliche Weise.

Natürlich ist Geduld, Wille und Beharrlichkeit notwendig, um diesen Plan auch zu befolgen und in die Ernährungsroutinen einzubringen, bis er die alten Ernährungsgewohnheiten ersetzt.