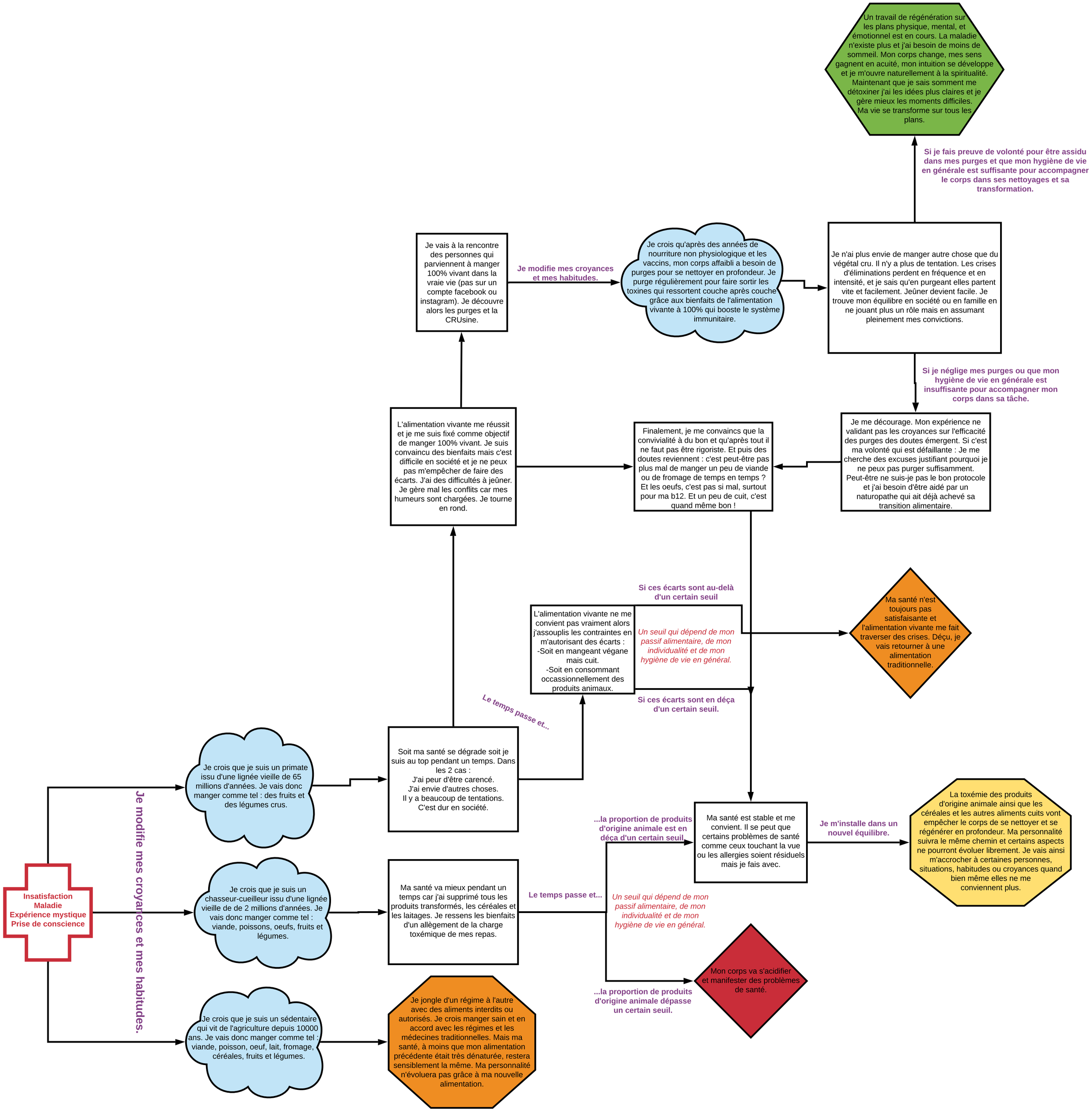
Un travail de régénération sur les plans physique, mental, et émotionnel est en cours. La maladie n'existe plus et j'ai besoin de moins de sommeil. Mon corps change, mes sens gagnent en acuité, mon intuition se développe et je m'ouvre naturellement à la spiritualité. Maintenant que je sais somment me détoxiner j'ai les idées plus claires et je gère mieux les moments difficiles. Ma vie se transforme sur tous les plans.
Si je fais preuve de volonté pour être assidu dans mes purges et que mon hygiène de vie en générale est suffisante pour accompagner le corps dans ses nettoyages et sa transformation.
Je vais à la rencontre des personnes qui parviennent à manger 100% vivant dans la vraie vie (pas sur un compte facebook ou instagram). Je découvre alors les purges et la CRUsine.
Je modifie mes croyances et mes habitudes.
Je crois qu'après des années de nourriture non physiologique et les vaccins, mon corps affaibli a besoin de purges pour se nettoyer en profondeur. Je purge régulièrement pour faire sortir les toxines qui ressortent couche après couche grâce aux bienfaits de l'alimentation vivante à 100% qui booste le système immunitaire.
Je n'ai plus envie de manger autre chose que du végétal cru. Il n'y a plus de tentation. Les crises d'éliminations perdent en fréquence et en intensité, et je sais qu'en purgeant elles partent vite et facilement. Jeûner devient facile. Je trouve mon équilibre en société ou en famille en ne jouant plus un rôle mais en assumant pleinement mes convictions.
Si je néglige mes purges ou que mon hygiène de vie en générale est insuffisante pour accompagner mon corps dans sa tâche.
L'alimentation vivante me réussit et je me suis fixé comme objectif de manger 100% vivant. Je suis convaincu des bienfaits mais c'est difficile en société et je ne peux pas m'empêcher de faire des écarts. J'ai des difficultés à jeûner. Je gère mal les conflits car mes humeurs sont chargées. Je tourne en rond.
Finalement, je me convaincs que la convivialité à du bon et qu'après tout il ne faut pas être rigoriste. Et puis des doutes reviennent : c'est peut-être pas plus mal de manger un peu de viande ou de fromage de temps en temps ? Et les oeufs, c'est pas si mal, surtout pour ma b12. Et un peu de cuit, c'est quand même bon !
Je me décourage. Mon expérience ne validant pas les croyances sur l'efficacité des purges des doutes émergent. Si c'est ma volonté qui est défaillante : Je me cherche des excuses justifiant pourquoi je ne peux pas purger suffisamment. Peut-être ne suis-je pas le bon protocole et j'ai besoin d'être aidé par un naturopathe qui ait déjà achevé sa transition alimentaire.
Si ces écarts sont au-delà d'un certain seuil
L'alimentation vivante ne me convient pas vraiment alors j'assouplis les contraintes en m'autorisant des écarts :
-Soit en mangeant végane mais cuit.
-Soit en consommant occassionnellement des produits animaux.
Un seuil qui dépend de mon passif alimentaire, de mon individualité et de mon hygiène de vie en général.
Ma santé n'est toujours pas satisfaisante et l'alimentation vivante me fait traverser des crises. Déçu, je vais retourner à une alimentation traditionnelle.
Si ces écarts sont en déça d'un certain seuil.
Le temps passe et...
Je crois que je suis un primate issu d'une lignée vieille de 65 millions d'années. Je vais donc manger comme tel : des fruits et des légumes crus.
Soit ma santé se dégrade soit je suis au top pendant un temps. Dans les 2 cas :
J'ai peur d'être carencé.
J'ai envie d'autres choses.
Il y a beaucoup de tentations.
C'est dur en société.
Insatisfaction
Maladie
Expérience mystique
Prise de conscience
Je modifie mes croyances et mes habitudes.
Je crois que je suis un chasseur-cueilleur issu d'une lignée vieille de de 2 millions d'années. Je vais donc manger comme tel : viande, poissons, oeufs, fruits et légumes.
Ma santé va mieux pendant un temps car j'ai supprimé tous les produits transformés, les céréales et les laitages. Je ressens les bienfaits d'un allègement de la charge toxémique de mes repas.
Le temps passe et...
...la proportion de produits d'origine animale est en déça d'un certain seuil.
Ma santé est stable et me convient. Il se peut que certains problèmes de santé comme ceux touchant la vue ou les allergies soient résiduels mais je fais avec.
Je m'installe dans un nouvel équilibre.
La toxémie des produits d'origine animale ainsi que les céréales et les autres aliments cuits vont empêcher le corps de se nettoyer et se régénérer en profondeur. Ma personnalité suivra le même chemin et certains aspects ne pourront évoluer librement. Je vais ainsi m'accrocher à certaines personnes, situations, habitudes ou croyances quand bien même elles ne me conviennent plus.
Un seuil qui dépend de mon passif alimentaire, de mon individualité et de mon hygiène de vie en général.
...la proportion de produits d'origine animale dépasse un certain seuil.
Mon corps va s'acidifier et manifester des problèmes de santé.
Je crois que je suis un sédentaire qui vit de l'agriculture depuis 10000 ans. Je vais donc manger comme tel : viande, poisson, oeuf, lait, fromage, céréales, fruits et légumes.
Je jongle d'un régime à l'autre avec des aliments interdits ou autorisés. Je crois manger sain et en accord avec les régimes et les médecines traditionnelles. Mais ma santé, à moins que mon alimentation précédente était très dénaturée, restera sensiblement la même. Ma personnalité n'évoluera pas grâce à ma nouvelle alimentation.