

*Ernährungsleitlinien
zur Gesunderhaltung von Leib, Seele und Geist*

*Eine Zusammenstellung aus der
Neuoffenbarung Jesu durch Jakob Lorber*

www.jakob-lorber.info

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	7
1. Grundsätzliches.....	9
1.1. Ernährungsrichtlinien.....	9
1.1.1. Lebensweise der Urväter.....	9
1.1.2. Warum Moses die Speisegebote gegeben wurden.....	10
1.1.3. Jesus hebt die Speisegebote nicht auf.....	10
1.1.4. Hauptregel Einfachheit und Mäßigkeit.....	11
1.1.5. Auswirkungen verkünstelter Ernährung.....	14
1.1.6. Essen, was man vorgesetzt bekommt.....	15
1.1.7. Unreine Speisen in der Zeit der Not erlaubt.....	16
1.1.8. Gemeinschaftlichkeit, Regelmäßigkeit, Tischgebet.....	16
1.2. Schwelgen und Fasten.....	17
1.2.1. Grundsätzliches.....	17
1.2.2. Schwelgen und Prassen.....	17
1.2.3. Rechtes Fasten.....	18
1.2.4. Übertreibung kann zur Sünde werden.....	21
1.2.5. Kein Verdienst durch Fasten, Beten, Sich-Enthalten.....	21
1.2.6. Fasten befreit nicht von der Sünde.....	21
1.3. Der Verdauungsprozess.....	22
1.3.1. Der Ernährungsvorgang im menschlichen Körper.....	22
1.3.2. Gebirgsluft wirkt sich wohltuend auf die Verdauung aus.....	24
1.3.3. Böse Naturgeister im Fleisch und Blut des Menschen.....	24
1.3.4. Fleischteufel in Wein, Bier und Branntwein.....	25
1.3.5. Ärger erzeugt Galle und verpestet das Blut.....	26
1.3.6. Leicht erregbare Menschen – Zorn.....	26
2. Über die Speisen.....	27
2.1. Rein, frisch, gut zubereitet.....	27
2.2. Ein Blick auf die Gewohnheiten im Kreise Jesu.....	28
2.2.1. Im Kreise Jesu.....	28
2.2.2. Jesus Leibspeise.....	33
2.2.3. Jesus Leibspeise geistig gesehen.....	34
2.2.4. Maria lehrt kochen.....	34
2.2.5. Aufbewahrungsmethoden.....	35
2.2.6. Geschirr.....	35
2.2.7. Eine Anleitung zum Bau eines Fischteiches.....	37
2.2.8. Beispiele für Speisewunder.....	37

2.3. Zu den einzelnen Nahrungsmitteln.....	41
2.3.1. Brot.....	41
2.3.2. Salz.....	42
2.3.3. Brot, Salz und Wein zur Stärkung und als Vorspeise.....	43
2.3.4. Auch Berggeister bedürfen der Stärkung.....	45
2.3.5. Brot und Wein zu Jesus Gedächtnis.....	45
2.3.6. Fisch.....	46
2.3.7. Krebs.....	47
2.3.8. Fleisch.....	47
2.3.9. Blut der Tiere.....	50
2.3.10. Hülsenfrüchte.....	50
2.3.11. Obst.....	50
2.3.12. Wurzelfrüchte.....	51
2.3.13. Kartoffeln.....	52
2.3.14. Notreifes.....	52
2.3.15. Zucker.....	53
2.3.16. Kaffee.....	53
2.3.17. Milch.....	54
2.3.18. Wasser.....	55
2.3.19. Alkohol.....	56
2.3.20. Bier.....	57
2.3.21. Most.....	57
2.3.22. Wein.....	57
2.4. Schädlichkeit verschiedener Speisen.....	58
2.4.1. Leckerbissen.....	58
2.4.2. Ein Wort zum Tabak.....	59
3. Krankheit.....	61
3.1. Ursprung aller Krankheiten.....	61
3.2. Die Hauptursachen für die meisten Krankheiten.....	61
3.2.1. Krankheit durch Nichteinhaltung der Gebote.....	61
3.2.2. Krankheit aufgrund verkünstelter Ernährungsweise.....	62
3.2.3. Krankheit durch falsche Ernährung der Eltern.....	64
3.2.4. Bauchleiden von Frauen durch Eindringen schlechter Geister.....	65
3.3. Diät bei Krankheit und Einnahme von Sonnenheilmitteln.....	66
3.3.1. Allgemeine Erklärungen zur Diät.....	66
3.3.2. Während der Diät meiden.....	67
3.3.3. Empfohlene Ernährung während der Diät.....	67
3.4. Erste Kost bei schwerster Krankheit und Ausgezehrtheit.....	68
3.5. Enthaltensamkeitsempfehlungen bei starken Trieben.....	68

3.6. Weitere Diätrichtlinien bei bestimmten Krankheiten.....	69
3.6.1. Bleichsuchtdiät.....	69
3.6.2. Blut, dickes.....	70
3.6.3. Blutreinigung.....	71
3.6.4. Brustkatarh.....	71
3.6.5. Lebensfeuernverbrauch, unverhältnismäßiger – evangelische Kur.....	72
3.6.6. Magenleiden.....	72
3.6.7. Nervenstärkung.....	73
3.6.8. Rheumatische Leiden.....	73
3.6.9. Skrofeln, Gicht, Grippe.....	73
3.6.10. Die heilbringendste Diät.....	74
4. Der Heilsweg.....	75
4.1. Worauf es ankommt.....	75
4.2. Nachfolger Jesus sein.....	77
4.3. Wahre Lebensspeise und wahrer Lebenstrank.....	78
4.4. Essen und trinken im Himmel.....	80
Anhang.....	81
Ernährung und Vorratshaltung zu Zeiten der Urväter.....	83
Moses Speisegebote nach Bibel und Neuoffenbarung.....	87
Hat Jesus die Speisegebote des Alten Testaments aufgehoben?.....	95
Weizen.....	101
Säuglings- und Kinderernährung.....	113
Zucker.....	119
Wein.....	121
Evangelium des Weinstocks.....	127
Ernährungsempfehlungen von Jesus im Überblick.....	133
Richtlinien für Speisen im Überblick.....	135
Richtlinien für Getränke im Überblick.....	141
Quellen- und Abkürzungsverzeichnis.....	143