



# L'Équilibre



## La nourriture de l'Âge d'Or et d'Aujourd'hui - Métatron

L'énergie change, elle devient cristalline, de plus en plus cristalline, partout dans votre Terre. Les habitudes que vous avez vont changer. Tout d'un coup vous vous rendrez compte que vous n'avez plus envie de faire comme avant. Vous vous rendrez compte que vous pensez différemment, plus rapidement, Vous obtiendrez le résultat de votre pensée avant d'avoir pu la penser jusqu'à la fin. Cela peut paraître perturbant au départ, mais vous allez vous y habituer et y trouver un certain confort.

Vos habitudes alimentaires vont changer également. Vous aurez de plus en plus de peine à manger des nourritures lourdes à digérer comme les grosses entrecôtes/frites ou les fondues au fromage. Le monde devient cristallin, subtil, plus léger, la densité de tout ce qui est change. Vos besoins alimentaires doivent être adaptés.

En 2155, quand la nouvelle Terre sera effective pour tous, la nourriture sera entièrement spirituelle. Vous ne mangerez plus de la même façon les produits de la terre. Mais les champs de pommes de terre seront toujours là. Vous pourrez consommer ces pommes de terre, car elles se seront elles-mêmes adaptées au changement cristallin. Vous pourrez donc toujours avoir le plaisir de manger.

Mais tous ces changements se font progressivement. Tous les champs de pommes de terre ne vont pas changer en même temps, comme vous humains, vous ne vous transformez pas tous au même rythme, de la même manière. Certains humains, comme certains champs de pommes de terre, n'arriveront pas à se transformer sans « mourir » et ensuite renaître. Certains d'entre vous devront donc se réincarner pour être un Être de la nouvelle terre. C'est pareil pour les végétaux, les minéraux et les animaux. C'est pourquoi selon où vous vivez sur la planète, selon d'où vient la nourriture que vous consommez, elle sera adaptée ou non à vos besoins.



Les personnes qui se transformeront de leur vivant, devront, pour être bien, consommer également cette nourriture légère et cristalline. Je vous invite donc à suivre vos intuitions, à suivre vos envies, lorsque vous faites vos courses. Prenez le paquet de pomme de terres dans vos mains, imaginez -vous les manger, voyez le ressenti qui vient en vous. Cela vous donne-t-il de l'appétit ? Avez-vous envie de les manger ?

Faites l'essai dans plusieurs magasins, avec des pommes de terre venant d'endroits différents, Car comme je vous l'ai dit, certaines de ces pommes de terres sont cristallines et d'autres pas. Si une personne non cristalline mange des pommes de terre cristallines, elle n'aura pas une impression de satiété. Par contre ce ne sera en aucun cas mauvais pour elle. Par contre si une personne est en train de se transformer et mange une nourriture qui ne l'est pas, elle aura non seulement un peu de peine à digérer, mais cela



# L'Équilibre



## La nourriture de l'Âge d'Or et Aujourd'hui - Métatron

va baisser ses vibrations, Elle va donc se retrouver dans un état de colère, frustration, énervement, alors qu'il n'y a aucune raison qu'elle le soit.

Vous pouvez aussi faire le test de la nourriture au pendule. Posez simplement la question :

**Est-ce que cet aliment correspond à mes besoins de mon corps cristallin, de mes énergies cristallines, de mon corps de lumière ?**

Je vous conseille donc de faire ce test avant de cuisiner vos mets. Les aliments légers à la base comme les fruits, légumes, salades, noix, ont de meilleures chances de passer le test que votre paquet de chips et votre steak, qui sont eux mêmes assez lourds à l'origine (l'huile pour les chips). Dans les graines germées que vous faites pousser vous même, c'est l'idéal car la graine pour germer prends l'énergie qui est autour d'elle, et comme vous êtes près d'elle, elle prends votre énergie, donc sera adaptée naturellement à vos besoins.

Vous pouvez également magnétiser l'eau ou les aliments avant de les consommer. Mettre l'intention de les cristalliser, de la purifier.

Le champ de pommes de terres qui devient cristallin, se crée selon le sol, selon la proximité de cristaux de roches et de quartz qui s'y trouve, et également d'après l'énergie qui a été transmise dans les plantons, avant d'être mis dans le sol, énergies transmises par l'homme qui a manipulé les pommes de terres. L'endroit où se trouve le champ, joue aussi un rôle par rapport aux grilles cristallines qui entourent la terre. C'est le même principe que les grilles du temps, ou des sphères, pour la circulation de l'énergie cristalline. A certains endroits de la planète, le travail est plus avancé et cela se ressent également dans la récolte des légumes, des pomme de terre, du café, ou de tout autre aliment qui pousse dans la terre.

Évidemment tous les agents conservateurs, pesticides, engrais, qui sont créés chimiquement, ne sont pas cristallins. Ils sont donc à éviter. Tout comme le micro onde détruit ces réseaux cristallins subtils qui peuvent être dans vos aliments. Un rinçage et nettoyage de votre vaisselle à la main, à l'eau chaude, sans produit vaisselle quand il n'y a pas la nécessité, sera également bénéfique. Cela gardera de bonnes énergies dans vos assiettes, qui diffuseront vers le contenu.

Merci de votre attention et bon appétit,

Métatron, Seigneur de lumière,

en compagnie de Martine, de l'Équilibre, sur la Terre et dans le Ciel.

Nous vous saluons et vous envoyons tout notre amour.