

3268-2 .....K.53..... 13/1 -44

Fråga 4. Är jag allergisk mot vissa födoämnen?

Svar 4. Om du inbillar dig det kan du vara allergisk mot det mesta, om du vill!  
Men de nuvarande förhållandena kommer från streptokocker i blodet.

3556-1 .....K.20..... 12/1 -44

Det är inte lust att kritisera men om personen ska få bättre hjälp måste hon ta några bestämda beslut beträffande sina känslor. (Detta borde hon förstå).

Det finns fysiska störningar. Dessa har kommit fram genom dålig samverkan mellan de sympatiska och cerebrospinala nervsystemen. Detta orsakar störningen i kroppens körtlar och kroppen blir i detta superkänsliga tillstånd allergisk mot många skiftande tillstånd. De förändringar som skulle inträffa genom att använda läkemedel har inte helt förverkligats hittills.

Vi finner, att det finns bättre sätt än att använda injektioner. Dessa är tidvis bra. Men varför ska man tillföra mer gift [till systemet] för att få andra tillstånd som senare blir svåra att bekämpa när det har orsakat - som det skulle i den här kroppen om man fortsätter - störningar i de mjuka vävnaderna i såväl buken som i lungorna.

Beträffande allergin finns det för närvarande irritationer både i bihålornas slemhin-  
nor och emellanåt även uttalade störningar i vårtuskottet bakom örat.

När dessa irritationer ökar orsakar de nysningar, blossande rodnad, feber och en allmän känsla av matthet i kroppen.

De områden där det uppstår dålig samordning är fjärde ländkotan, nionde ryggko-  
tan och tredje halskotan. Det är de områden där alla lymfcentra och deras förbindelser  
med cerebrospinalnerv och blodcirkulation stör kroppen.

Körtlarna i halsen och delar av ansiktet vid kindbenet och hakbenet är områden  
som är känsliga för störningar.

Naturligtvis medför detta reflexstillstånd i lungor, hjärta, lever och njurar att akti-  
viteterna både genom inbillning och av allt slags damm (som i städning) blir tråkiga  
eller slavgöra för personen som blir irriterad till vanvett emellanåt. Men detta är mer  
inbillning än organiska tillstånd. Emellertid kan det vara lika allvarligt som om per-  
sonen sticker näsan i dammpåsen eller soptunnan! För detta är störningar i det senso-  
riska systemet och i kroppens körtlar.

Som vi ser det, skulle det vara bra för personen att få miljöombyte där det finns  
utomhusaktiviteter, som vid Floridas västkust.

Där skulle hon få nervstärkande behandlingar för att samordna alla centra i de  
angivna områdena, både i den främre delen av kroppen vid bröstbenet eller vid mag-  
gropen omkring naveln och blygden. Dessa områden skulle bli behandlade på nerv-  
stärkande sätt. Massagebehandlingar bör tas omkring tre gånger i veckan. Efteråt

används den låga värmen från diatermin i området kring den sjätte ryggkotan och över gallgångscentrat - omkring tre minuter i början med gradvis ökning. Men behåll en mycket låg voltspänning.

Gör detta så rättas förhållandena till. Men låt först och främst förändringen börja i den mentala attityden. Om personen fortsätter att oro sig över förhållanden som uppkommit eller kanske kan uppkomma förhindras behandlingen att hjälpa kroppen.

Kontrollera känslorna! Vet vad du vill göra och gå ditåt i enlighet med lagen om den gudomliga naturen, inte utifrån personliga känslor.

Redo för frågor.

Fråga 1. Vad är jag allergisk mot?

Svar 1. Det skulle bli en lista härifrån till Egypten! Om du [på listan] bara skulle lägga till det som förvärrar mest som det för närvarande visar sig, så är det damm! Särskilt damm som finns i hemmet.

Fråga 2. Vad är det som orsakar besvären i huvudet - i öron, näsa, hals och speciellt i ögonen?

Svar 2. Läs bara vad som angetts beträffande hur de olika centren i kroppen påverkas av den bristande samverkan mellan de sympatiska och de cerebrosпинаla nerverna och beträffande hur och varför omsorgsfull massage skulle ges för att samordna centren och upprätta direkt samverkan genom elektroterapi. Och vi ska lösa upp eller så att säga ha direkt samordning och inte korta kretsgångar genom kroppen. Men mycket av detta har att göra med känslorna.

Detta innebär inte att kroppen är mentalt obalanserad, inte alls. Problemet är, att den är alltför överspänd, den är alltför känslig för suggestion.

Vi är färdiga med denna reading.

**2755-2 .....M.8..... 10/7 -42**

Fråga 1. Finns det någonting i sovrummet som utlöser astmaanfallen eftersom de tycks inträffa varje natt mellan kl. 3 och 7 på morgonen?

Svar 1. Det är inte det som ibland kallas för allergi. Det ligger mer på det mentala planet och kommer från medvetna tankar snarare än fysiska saker.

Fråga 2. Finns det något speciellt som han är allergisk mot?

Svar 2. Mest mot sig själv och sin familj! Men, som vi sagt, det är inte saker han är allergisk mot - utan tillstånd!

**3172-2 .....K.21 mån..... 15/5 -44**

Fråga 3. Finns det något sådant som allergi?

Svar 3. Detta är snarare en nyck. Naturligtvis kan individer bli allergiska mot vissa

## Attityder och känslor

2096-1 .....K.22..... 17/2 -31

I de mentala attityderna i det fysiska hos [2096] finner vi - även om personen är full av förståelse till sin natur, med en tendens till det som kan kallas kärleksfull - att dessa varit motstridiga inom personen, som vänt sig mer till de förhållanden som gör henne mera kallhamrad - om vi väljer att kalla det så. Detta skänker ingen tillfredsställelse utan skapar ett stänk av missnöje.

Kom underfund med detta och slösa sedan tillgivenheten på något som är värt det; inte hundar, katter, fiskar eller grisar utan någonting som är besjälad med en uppbyggande kraft inom jaget, som vill se känslan och ge den kärlek personen sökt inom sig så länge.

Bli intresserad av något som uppskattas i livet hos någon eller några individer och som gör livet mera värdefullt; för om vi själva ska få glädje måste vi skapa den atmosfären hos någon annan och det vi ger ut får vi tillbaka; för som vi fått veta: så som Du kan, men Du skördar det Du sår.

Gud låter sig inte gäckas och varken man eller kvinna kan lura sig själv till att tro att det inte finns det som återgäldas många, många gånger för den möda över vad det än är som har gjorts; för det som getts bort återvänder till den som ger av sig själv.

Om vi vill ha liv, ge det. Om vi vill ha kärlek, måste vi själva bli kärleksfulla. Om vi vill ha skönhet i livet, måste vi göra livet vackert. Om vi vill ha skönhet i kroppen, sinnet eller själen måste vi skapa en sådan atmosfär och det som framkallar själva livet för med sig de krafterna; ty anden är villig, kroppen är motsatsen - och dessutom svag.

I anden finns styrka. Ge den styrkan möjlighet att manifesteras i Ditt liv! liksom den är manifesterad i deras liv som väsendet kontakter, för ett vänligt ord vänder bort vreden, precis som en överlägsen blick eller ett ovänligt ord upprör och orsakar besvär i mångas liv.

Gör Ditt liv vackert och det blir mer värdefullt.

1523-4 .....K.29..... 28/1 -38

... känslorna [kommer] från vistelserna på jorden och det naturliga inflytandet från vistelserna i omgivningarna runt jorden i perioderna mellan inkarnationerna på jorden.

1599-1 .....K.54..... 29/5 -38

Och den påverkan på känslorna, såvida den inte bestäms av ett ideal, kan ofta bli en stötesten.

906-2 .....K.54..... 1/5 -36

Behåll den mentala attityden när det gäller de skapande krafter som ger dig insikt om

att kroppen inte bara är bra, utan bra till någonting. Och inrikta dig på de vägar och de sätt som är kända för den mentala kroppen och vi kommer att finna att de fysiska krafterna och de mentala reaktionerna ständigt hjälper till.

#### 4083-1 .....M.55..... 12/4 -44

Fråga 1. Vilka är skälen till att väsendet så ofta har känt att han varit oförmögen att använda sina mentala och känslomässiga krafter fullt ut?

Svar 1. Avsaknaden av att ha funnit sitt eget ideal eller att sätta sitt eget jag som det som måste tillfredsställas ...

Fråga 6. Finns det någon känslomässig orsak till att väsendet ofta måste ”klara strupen”?

Svar 6. Läs det som har påpekats för Dig beträffande behovet av den fullkomliga harmonin mellan Fadern, Sonen och Den Helige Anden. Det måste råda fullkomlig harmoni mellan kropp, medvetande och själ om det fysiska tillståndet ska vara i samklang.

Som Du vet måste det vara perfekt samstämmighet mellan det centrala nervsystemet, det sympatiska nervsystemet och det sensoriska nervsystemet om det ska bli fullständig harmoni.

Det är ett under att du inte kastar upp oftare än du gör!

#### 3637-1 .....K.35..... 5/1 -44

... väsendet må spela på andras känslor eller använda dem som språngbrädor eller stötestenar. Hon kan använda möjligheterna för att lyfta andra till en nivå av längtan eller till en punkt där de skulle offra sin själ för henne; antingen använda dem som uppbyggare eller som ormar och skorpioner ... Hon kan älska mycket högt, antingen det universella medvetandet eller för att tillfredsställa enbart sig själv eller de fysiska känslorna.

Vidare kan hon uttrycka varje känslas motsvarighet - som tålmod, tålmodighet, broderlig kärlek, vänlighet, mildhet. Hon kan också vara åskådare och hata enormt! Hon kan titta på och le och älska i den utsträckning att hon är villig att ge allt för den saken eller det syftet.

Detta är förmågor som är dolda och manifesterade i väsendet. Bruka dem, men missbruka dem inte ... Använd dem till Ditt ideals ära och låt det idealet bli satt i Korsets tecken.

Visa Du i Ditt nuvarande liv liksom andra så fint har utvisat - för du har uppvisat alla stadierna i andra: låt andra göra det de ska, men för mig gäller att jag vill tjäna den levande Guden ...

Fördela sedan dina själsgåvor i barmhärtighet, rättrådighet och kärlek till dina

3374-1 .....K.35..... 23/11 -43

Väsendet fanns tidigare i England under de perioder när det pågick förberedelser för handlingar där övernit ofta, som det gjorde i forna tider, ledde människan till att göra underliga saker i sin Skapares namn.

Väsendet var då bland dem som blev kvar; lämnades av sällskapet för att se efter och ta hand om de sakerna under egendomliga omständigheter. I väsendet har detta skapat en orubblig tro på sig själv och i utfrågningen av dem som ger meningslösa löften.

Här finner du förhållandet med din nuvarande partner och det kommer att bli nödvändigt för er båda att arbeta er igenom de områden där ni misstror varandra. Håll det oantastligt, för tiden att lösa dem är nu - genom tillit till det som präglar det centrala i ditt liv [den öppna boken, den Heliga Bibeln].

Låt inte sådant som skvaller hindra Dig för det är bättre att lita på en själ och bli utfrågad än att tvivla på denna själ som om Du hade trott på den skulle välsignat Ditt liv med sann mening.

165-26 .....M.60..... 8/11 -37

... Vill Du, på grund av svårigheter, misslyckanden, hjärtesorg och sådant som gör människorna rädda, vända ryggen mot de möjligheter som ligger framför Dig nu? Vad är då det verkliga problemet?

Håll fast vid det som Du har föresatt Dig i Ditt hjärta så det finns möjligheter för dem som genom egna brister förlorar eller har förlorat, sina relationer ur sikte.

Sätt dessutom snarast på dig hela rustningen. Titta först inom Dig. Klara ut tvivlet angående Din förbindelse, Ditt samband med den gudomliga källan, med den Du kan erövra allt; och utan den skulle inte ens all berömmelse eller ett helt livsöde kunna framkalla det som Du har föresatt Dig att göra ens i en själs erfarenhet ...

Men de som Herren vill upphöja, förödmjucar Han först så att de förstår att kraften kommer från Honom - och inte i mängder utan som en stilla liten röst som bär vittnesbörd till din själ, Din ande, att Du går den raka och smala stigen som leder till förståelse. Och genom att rätta till Dina egna fel finner Du att Du har blivit upplyft.

1599-1 .....K. 54..... 29/5 -38

... Du tillåter att många materiella saker blir stötestenar i Din andliga och Din själsliga utveckling.

... i hjärta, tanke och själ hos varje väsen måste det finnas, som är dess ideal, dess Gud, dess tillit och dess hopp! Och de som bara tror på sig själva är inte visa!

Försök hellre ta reda på vem som är upphovet till Din visdom och som tar hand om Dina förhoppningar? Vem sätter Du Din tilltro till?

5108-1 .....K.30..... 15/5 -44

Låt den sanna tron och den förtröstan som håller Dig uppe nu, bevara Dig från fruktan av alla slag ... Ha tillit till Herren ...

602-7 .....K.49..... 8/1 -42

Fyll platsen bättre där du är och Herren kommer att öppna vägen! Är inte det att hålla sig till Hans liv och Hans lära? Detta förtjänar att bli allmänt erkänt. Detta är värt att lita på och att leva efter.

## **Attityder och känslor: Vrede**

2-14 .....M.49..... 16/6 -30

Detta är en varning till alla människor: Ilska är otvivelaktigt gift i systemet.

3621-1 .....K.8..... 7/1 -44

Var arg men synda inte. Du kommer att lära dig det endast genom tålmod och självbehärskning.

1551-2 .....K.37..... 15/3 -38

Den som ofta inom sig finner att en fnurra på tråden eller ett ovänligt ord växer, förstoras och tas som personlig förolämpning kommer att bli åtskild från dem mot vilka man inte bara har skyldigheter och förpliktelser på grund av umgänge och relationer. Men låt inte ilskan bli en nedbrytande beståndsdel i Dig! Bli förbaskad, ja - men synda inte!

3645-1 .....K.36..... 15/1 -44

En verklig stackare är den som inte någonsin visar vrede, men ännu värre är det för den som inte inom sig kan kontrollera den. Och där misslyckas de flesta. Fast de som ofta flammar upp fort förlåter också snabbt - om de förblir som små barn och ber, söker och lever i: "Led Du mig O Gud, i de steg jag tar och i de ord jag dagligen säger."

1402-2 .....K.59..... 20/11 -37

... medan det som kan kallas karmiska tillstånd finns och ska bearbetas, låt inte det störa Dig ...

Dessa kan endast bemötas på det sätt som Han upplyste om: "Om Din broder sårar Dig och slår Dig på den högra kinden, vänd den andra till."

Det blir under sådana omständigheter plågsamt för många. Men vet, att bara genom att inta samma attityd och handla på samma sätt som Han mötte sådana avisanden och sådana handlingar, kan Du i Din gottgörelse när Du bringar frid och

Svar 10. Där du är – var du än är! För som vi redan sagt är den plats Du står på helig mark.

2094-2 .....M.70..... 3/5 -40

Som vi ofta påpekat när en person är allergisk mot någon viss påverkan, grönsaker, aktiviteter eller någon form av föda som innehåller olika kalorier, proteiner och vitaminer – finner man att dessa varierar i olika områden. Men anpassa dig till det som odlas mest i det område där du bor för tillfället – det är bästa sättet om man ska vara praktisk.

### **Kost: Drycker: Grönsaksjuice**

243-33 .....K.60..... 29/4 -40

Drick cirka tre cl rå morotsjuice minst en gång om dagen. Använd en juiceapparat för att pressa ut juicen från färska, råa morötter. Ät mycket grönsaker.

1968-3 .....K.29..... 14/3 -40

En eller två gånger i veckan ska du dricka grönsaksjuicer som du gör genom att använda en juicepress för grönsaker, men använd bara de grönsaker som går bra att kombinera. Kombinera eller använd var för sig juicer från sådant som salladshuvud, selleri, rödbetor, spenat, senap, morötter, rädisor och en liten bit purjolök eller lök – bara en mycket liten lök om du vill blanda den i juicen. Alla dessa kan kombineras eller användas efter kroppens behov.

### **Kost: Drycker: Kaffe**

303-2 .....K.45..... 5/8 -32

Kaffe är en maträtt om man dricker det på rätt sätt d v s utan grädde eller mjölk.

1568-2 .....M.51..... 20/4 -38

Fråga 2. Kan kaffe skada kroppen?

Svar 2. Kaffe utan grädde eller mjölk är inte så skadligt. Washington Coffee är bäst på grund av sättet att brygga kaffe.

404-6 .....K.46..... 15/1 -36

Fråga 8. Är kaffe bra för mig? Hur ofta kan jag i så fall dricka det?

Svar 8. Kaffe som man dricker på rätt sätt har ett värde som föda. För många [olika fysiska] tillstånd som finns i den här kroppen är koffeinet ansträngande för matsmältningen; speciellt när det finns tendenser till för mycket blod i den nedre delen av magen.

Därför är det bättre att dricka kaffe eller cikoria som födoämnesvärde vilket bildas