

# VEGANISMO - YAZHI SWARUU RESPONDE PREGUNTAS DEL PUBLICO

Published 9 October 2022 by Agencia Cósmica, Gosia

Originalmente en Español

Comentario de Aneeka (de conversaciones anteriores - 2021)

Anéeka: Luego está el asunto del karma. No comer animales por que te condenas tu alma, dicen muchos. Si bien esto es delicado, no es por karma, es por ética, por defender a los animales. El karma ya sea que te lo creas o te lo tomes o no. Como tal no hay karma, solo el que te echas encima tu.

Pero al estar en la Tierra ya sea que comas o te comen, de una u otra manera. Y no puedes escapar eso mientras estés vivo. Entonces a muchos animalitos se los comen, y es horrible, pero también te comen a ti de otras maneras, incluyendo la explotación financiera y energética-Lush constante. Mientras estés vivo no puedes escapar eso, inclusive no puedes caminar por la banqueta o sacar tu bicicleta sin matar una cantidad enorme de insectos, hormigas y similares.

Dicen que comen muerte con la carne. Eso es manipulación de nuevo, sentimental. Y va de la mano con las agendas modernas de despoblación y control de la gente, porque los veganos tienden a ser amorosos y pacíficos, por lo tanto ovejas manejables y manipulables con religiones de dar la otra mejilla, o de Nueva Era de "no mirar nada malo porque te echa a perder tu 'vibración'". Una población desnutrida y sin energía ni ánimos de lucha es fácil de manipular, más si está llena de fluoruro de sodio.

Es que nosotras de Taygeta nos sentimos muy fuertes físicamente. Hasta que llega una Swaruuneana chiquita y chaparrita pero super atlética (Athena Swaruu) y nos gana a todas en todos los deportes y por mucho. Y notamos que es altamente carnívora. Simplemente no podemos competir contra ella.

Octubre 2022

Yazhi: El tema de la dieta carnívora o el tema de la dieta vegana, o las dos, es un punto en extremo caliente y controversial en la Tierra y se presta hasta para peleas.

Además, quiero que la gente sepa que no es "información extraterrestre" en si. Eso se puede y deben ponerse a investigar ellos mismos cual dieta les conviene a ellos. Esto solo es lo que yo he visto y las conclusiones que los Taygeteanos han sacado ellos mismos. Responderé lo que puedo pero no tengo ni nadie tiene la última verdad en este tema. Cada quien debe investigar qué les conviene comer y cada quien debe responsabilizarse por lo que se lleva a la boca.

Pregunta:Cuál sería el inconveniente de que los hermanos Lyrianos puedan sembrar determinados vegetales no invasivos con propiedades alimenticias desconocidas en la Tierra?

Yazhi: Que no tienen las propiedades de la Tierra, el suelo, de la atmósfera y del ecosistema mismo para sustentar el cultivo de dichas plantas imposibilitando el que se puedan dar, el que puedan crecer en la Tierra.

Pregunta: El colesterol puede ser hereditario?

Yazhi: El colesterol no es un problema, el tener alto el colesterol no es indicativo de ningún problema físico y es necesario, esto ya está saliendo hasta en escritos médicos avanzados en la Tierra. Hereditario o no, para mí todo lo es y al mismo tiempo eso lo controla el individuo, así que no es ninguna víctima de sus genes.

Pregunta: ¿El pan de trigo sarraceno es más saludable al no contener gluten?

Yazhi: Entre menos gluten mejor. Sí, es mejor esa clase de trigo, como en un paso en la dirección correcta. Sin embargo, todas las variantes de trigo son altamente neurotóxicas para el ser humano.

Pregunta: ¿Podrían poner un ejemplo de un menú de un día completo saludable para nosotros?

Yazhi: Depende mucho de cada persona el informarse con cuidado sobre el metabolismo y los nutrientes en general y lo que le gusta de manera personal. Pero si insistiría en una dieta alta en grasas y proteína animal, pocas frutas, verduras y plantas verdes en forma moderada, y azúcares al mínimo o nulo.

Pregunta: ¿Qué verduras contienen menos azúcar al ser consumidas?

Yazhi: Siendo que todas las verduras se traducen en azúcar, las que menos causan esa reacción son las crucíferas, es decir brócoli y coliflor.

Pregunta: Sugerencia para mantener una dieta armonizada/equilibrada?

Yazhi: Depende de cada persona, pero básicamente una dieta altamente carnívora y solo una o dos veces al día, de preferencia una sería la que la evidencia científica firme dice acerca de la dieta humana ideal.

Pregunta: Sabes la cantidad de carne y grasas animales que nos aconsejan comer por día? Es cierto que comer más de un gramo por kilo de peso daña los riñones?

Yazhi: No daña los riñones ni nada del cuerpo el comer carne, eso es una mentira. Lo dicen por saturación de cadenas proteínicas. La evidencia demuestra que no es así, solo es una correlación que se ha dado en ciertos sujetos de estudio en unos experimentos con poco o nulo control científico.

La cantidad de carne a consumir diariamente es a saciedad personal. Solo eso.

Pregunta: Saben algo de la dieta de los grupos sanguíneos?

Yazhi: Dieta de los grupos sanguíneos como tal no lo sé, pero sí puedo ver que a algunas personas simplemente no les sienta bien la carne, pero el porqué es muy complejo y tiene que ver con el tipo y funcionamiento de cada organismo. Lo relaciono a que ya está condicionado ese organismo que rechaza las grasas animales, por costumbre de años, ya que también se ha comprobado que pueden perder enzimas y capacidades digestivas al paso del tiempo, esto por culpa de una dieta basada en carbohidratos y con una reacción de condicionamiento diabético o pre-diabético. Pero al insistir también podrían transferirse a una dieta más carnívora.

Y no, no causa canceres el comer carne ni tampoco es cancerígeno lo que es cocinado a las brasas o al carbón ya que por miles de años eso es como se cocinaba la carne en la Tierra.

Pregunta: Es verdad que tal vez tenemos que comer carne porque tenemos algo de genes Reptilianos después de sus interferencias en el pasado?

Yazhi: Hablando de razas, las Reptilianas están muy lejos de ser las únicas carnívoras y hay un sin número de razones para requerir carne en la dieta. No creo que existan datos en firme que ligue la necesidad de comer carne con genes estrictamente Reptilianos ya que lo que si se ha comprobado es que el ser humano es una mezcla de incontables razas (no solo 21 o 22, y esto ya se ha explicado porqué) en una u otra medida o cantidad, cantidades que también varían de individuo en individuo.

Para mí este argumento me parece más bien como parte de la manipulación sentimental de quienes desean imponer la dieta vegana. Desde aquí podemos ver claramente una agenda de imposición de dicha dieta vegana con miras a controlar la población, usando su empatía hacia los animales como un arma en contra de la salud de la humanidad. Estas personas que imponen dicha agenda son las que en cambio alegan que hay una agenda de los ganaderos para imponer la dieta carnívora, siendo que no se comparan las pingües campañas en pro de la carne con la masa mediática a favor del veganismo, lo que por sí solo es indicativo de qué está detrás.

Simplemente, desde el punto de vista de las grandes compañías de comida, les es más rentable todo lo referente a la industrialización de la comida basada en plantas, ya que es muy fácil para ellos cultivar grandes extensiones de terreno a nivel industrial que lograr lo mismo con ganadería. Esto solo a nivel rentabilidad y de ganancias monetarias.

Pregunta: En el video de veganismo Swaruu dijo que esta información causó mucho revuelo entre las razas arriba. Y que todo estaba en curso. Como está la situación ahora? Están abordando con el tema de veganismo?

Yazhi: Entiendo que en su momento causó algo de revuelo entre las razas que observan todo esto, pero de momento no hay ninguna reacción al respecto, más que la aceptación ante los datos nuevos.

Pregunta: Muchos que están en contra de esta información son vegetarianos y veganos que se dicen ser absolutamente sanos por décadas, y absolutamente en ninguna negación. Porque entonces? Pertenecen a este pequeño porcentaje de veganos a quienes no comer carne no afecta? Y porque no les afecta? Tiene que ver con tipo de sangre tal vez?

Yazhi: En primer lugar ninguna dieta es apta para toda la población. Algunos pueden ser veganos, otros no, y genuinamente NO pueden serlo porque se enferman gravemente. Aquí se trata de que cada quien se responsabilice de lo que se lleva a la boca y no tome esto como una excusa para pelearse entre sí. Se deben respetar mutuamente. Lo que he visto es que la comunidad vegana vegetariana resulta ser altamente agresiva en contra de los que no son vegano vegetarianos y aun más en contra de los carnívoros, lo que colapsa exactamente lo que alegan los veganos, que los carnívoros son agresivos.

Esos veganos no deben dar por hecho de que hay una sola dieta apta para todo el mundo. Cada quien tiene un metabolismo diferente que se ha desarrollado con requerimientos diferentes por una cantidad muy amplia de razones, que van desde lo cultural hasta los de índole de problemas metabólicos que ellos mismos se han provocado a través de su vida.

Otra cosa es que hemos visto que hay personas que toleran la dieta vegana más que otras, siendo que muchas de éstas personas que alegan ser sanas en realidad tienen problemas de salud muy fuertes y solo están en negación por sus apegos a sus razones éticas. Es decir, había que ver si realmente están sanas como dicen.

También acepto plenamente que pueda haber una población vegana sana, pero como he dicho arriba, esto no puede aplicarse a todo el mundo.

Otro punto importante aquí es que los veganos mismos dicen que "Hay que hacer la dieta vegana de manera correcta" y con esto quieren decir que deben llevar un itinerario de componentes de cada comida muy estricto, y ellos mismos dicen que es necesario consumir suplementos.

Sobre los suplementos, en el momento en el que hay que consumirlos indicaría que la dieta vegana NO es suficiente para el sano sustento del cuerpo humano. Y peor aún, muchos suplementos en el mercado están hechos con componentes de origen animal aunque en la cajita o botellita digan que son "vegan friendly" o que son completamente veganas. Como pasa todo el tiempo en la Tierra, lo que está en la lista de ingredientes de un producto no necesariamente es lo que está adentro. Y esto varía de marca en marca, y dentro de cada marca de "suplementos veganos." Siendo que, en la realidad, los veganos sanos que consumen suplementos para estar sanos están comiéndose sus cortes de carne de toda clase pero en forma de píldoras. Por lo cual su "veganismo" resulta ser una ilusión. De nuevo, esto varía mucho y no aplica a todos. Pero es lo que hemos encontrado.

No hemos encontrado que tenga nada que ver con el tipo de sangre. Para nosotros aquí no hay correlación que se pueda demostrar. Lo que si hemos visto que tiene que ver es con el tipo de metabolismo de cada persona. Qué tan eficiente es para metabolizar qué tipo de comida, y esto será algo particular y específico a cada persona. Por eso cada quien deberá investigar y responsabilizarse por lo que come.

No hay ninguna dieta perfecta para todos los seres humanos.

Mi último punto aquí es que al ser muy compleja de seguir "correctamente" la dieta vegana, ésto no es posible para la gran mayoría de las personas simplemente porque no tienen los recursos económicos para conseguir los componentes, los vegetales específicos y los suplementos que suelen ser muy costosos. Entonces la gran mayoría de las personas intentan ser vegano-vegetarianos consumiendo lo que pueden, acabando enfermando por el alto consumo de carbohidratos y por la desnutrición que con esto se asocia.

La verdad es que la dieta vegano-vegetariana solo es posible realizarse "de manera correcta" por quienes tienen muchos recursos económicos. Punto muy importante aquí. Con pocas excepciones.

Pregunta: Muchos comentan: "La carne esta plagada de toda clase de porquerias y

químicos, llenas de puras hormonas y antibióticos. Si comemos carne, vamos a llenarnos de esta porquería también, no?" Y que es mejor, comer carne pero con todo eso dentro, o sin carne pero solo pescado, por ejemplo?

Yazhi: Hablo sobre comer carne, no sobre comer carne contaminada. Lo que digo aquí es basado en carne en estado natural. El que tengan o no hormonas y antibióticos entre otras cosas es otro tipo de problema, el problema de la comida contaminada, y esto pasa también y en aun mayor grado con todos los productos vegetarianos.

Es verdad que los componentes de los contaminantes de cada uno son diferentes pero lo que se encuentra en las frutas y verduras, y más en los granos, es igual o más dañino que lo que se encuentra en las carnes. Solo para mencionar algunos contaminantes de vegetales, están los insecticidas como el infame Round-up que se encuentra virtualmente ya en todas las cosechas en todo el mundo. Pero la lista de contaminantes en fertilizantes es muy larga, siendo que el Round-up solo es uno de muchos.

También pasa que muchas compañías de fertilizantes dicen que han quitado uno u otro producto por ser dañino o controversial, cuando en realidad solo le cambian el nombre y alegan que es diferente, o solo le cambian algunas pingües cosas dentro de la fórmula.

Lo que han alegado muchos a favor de ser carnívoros es que a pesar de estos problemas de contaminantes en las carnes, aún es un paso en la dirección correcta si el metabolismo de la persona en cuestión no puede procesar tantas plantas, ya que el organismo solo tiene que lidiar con los contaminantes de la carne y no como en el caso de lo vegano, que el organismo tiene que lidiar con esos contaminantes propios de las plantas y también con los efectos nocivos inherentes a la planta misma y sus efectos adversos sobre sus cuerpos.

También debo mencionarles que las plantas y los granos están altamente contaminados y alterados por ser transgénicos y hoy en día es casi imposible escapar de el tener que consumir algo transgénico en las comidas base en plantas, y lo transgénico si afecta fuertemente al cuerpo humano y de forma muy negativa. Hay, o existe, carne transgénica, pero de nuevo esto es tema de comida contaminada, no de la carne en si.

Sobre el pescado, pasa lo mismo. Depende de qué pescado y si está o no contaminado. Claro que objetivamente el comer pescado es muy bueno, pero pasa lo mismo que con las plantas y las carnes, esta todo contaminado, aún pescado de altura con temas como contenido alto de mercurio en ellos y contaminación radioactiva por eventos como Fukushima, además de la cantidad grande de contaminantes químicos industriales vertidos en las costas provenientes de las industrias y de toda actividad humana.

Entonces no es que algo sea mejor que lo otro, sino qué es lo que cada quien puede encontrar y qué es lo que cada quien le sienta bien comer.

Pregunta: Dicen que el sistema digestivo humano no es apto para el consumo de animales. Es mas largo. Que opinas?

Yazhi: Los que defienden el consumo de carne aseguran que es todo lo contrario, el

sistema digestivo es comparativamente corto, y apto para el consumo de carne. Yo opino que es mixto para consumir mayormente carne pero también algunas frutas y verduras. No es que sea una cosa u otra. El ser humano es un "animal" diferente a los demás.

Otros alegan que no tienen colmillos característicos en los carnívoros, pero esto de nuevo para mí no aplica porque los humanos no necesitan cazas con sus bocas, usan sus cerebros, siendo los colmillos humanos sus cuchillos y tenedores de mesa. El ser humano es complejo y utiliza su ambiente y cultura no dependiendo de colmillos o no.

También la dentadura indica que es mixto el ser humano pero con tendencia a carnívoro por sus dientes cortadores frontales. El ser humano mastica la carne antes de tragar mientras que los animales tradicionalmente carnívoros se lo tragan en trozos. Los sistemas de procesamiento de la comida difieren pero llegan al mismo punto.

Pregunta: Pregunta mía. Lo que no me cuadra aun totalmente, y vi preguntas sobre esto, es como que después de siglos de estar cerca de la Tierra, examinando todo relacionado con los humanos, su ADN y toda su biología, no se ha visto esto antes, y solo se vio algo raro cuando Bill Gates empezó a promocionar el veganismo?

Yazhi: Por cientos y por miles de años el ser humano ha sido mayormente carnívoro, siendo que solo hacia la última mitad del siglo XX se ha extendido el veganismo por influencia del Cabal. El porqué no se ha visto esto antes, lo dudo, simplemente es que todo lo que ocurre se está concentrando en el ahora, en este momento histórico.

Pregunta: ¿Cuáles son las mejores frutas y cuántas piezas de fruta sería lo ideal para comer diariamente sin excederte por ingerir demasiado azúcar?

Yazhi: Las veo más o menos iguales a todas, siendo que realmente depende de cada quien buscar el índice de reacción glucógena de cada fruta. Muchos que defienden la dieta carnívora aseguran con datos fuertes que todas las vitaminas y minerales que se encuentran en las frutas se encuentran en las carnes rojas también, esto con incontables ejemplos de personas que solo han comido carne por décadas y están super sanas. (Contraparte de lo que dicen los veganos)

He visto muchos casos en donde el consumir una dieta netamente carnívora les ha revertido problemas graves de salud, como alergias, enfermedades autoinmunes como el Lupus, diabetes, problemas renales y problemas cardiovasculares, así como obesidad. Todo desaparece con el consumo de carne sin nada o poco más.

Las frutas en sí yo las relegaría a ser golosinas de origen natural. Muchos veganos alegan que la fructuosa en las frutas no se procesa en el cuerpo igual que el azúcar, y que es menos maligno o menos fuerte con menos reacción glucogénica, y esto es verdad. El problema es que todas las frutas contienen alta cantidad de azúcar refinada además de fructuosa. Lo que da lo mismo si tiene o no fructuosa.

Pregunta: ¿Es mejor comer casi todos los alimentos crudos, al vapor, a la plancha?

Yazhi: Por lo general si es mejor crudo o al vapor en cuanto a verduras. En cuanto a carnes, definitivamente recomiendo cocerlas bien ya que el calor si destruye contaminantes, por lo menos en parte, dependiendo de cuales, y también

destruye bacterias nocivas o algún parásito que esté por ahí dentro. Insisto que el azar carne al carbón o a las brazas o a la leña no produce cáncer y es la manera más sana de consumir la carne, siempre y cuando la cocinen bien.

Los datos sobre que la carne produce cáncer provienen de pseudo experimentos que no pueden ser corroborados ni pueden apegarse al método científico, siendo que son mayormente pagados por farmacéuticas y por personas con intereses en impulsar lo vegano.

Pregunta: Que pasa con las hormonas que se liberan cuando los animales son sacrificados? Quedan impregnando el musculo, dicen. Es cierto que al ingerir la carne tambien comemos esas hormonas que son dañinas a nuestro organismo?

Yazhi: No he visto ningún dato que sustente esto. Sin embargo, por lógica pura yo opino que si llegan al organismo de quienes los consumen. Sin embargo, el fuego durante el cocimiento si altera las hormonas presentes, destruyéndolas en alguna medida. Aún así el ser humano ha consumido carne en grandes cantidades por miles de años. No veo a estas hormonas como un factor que el cuerpo humano tome como contaminante. Es parte de la carne misma. No tengo más datos.

Sobre esto yo podría extender esto de las hormonas liberadas durante el sacrificio a las frecuencias de sufrimiento y de miedo que pasa el animal. Solo que aquí ya estamos entrando en el apartado de la ética y de lo espiritual, que también resulta en extremo complejo.

Pregunta: Que tal dieta alcalina, especialmente para los pacientes con cancer?

Yazhi: Hemos encontrado que esto de la dieta alcalina es totalmente falso causando deterioro del cuerpo de manera acelerada. El cuerpo necesita ser alcalino en algunos lugares y ácido en otros, con una dinámica de equilibrio muy delicada. El imponer una dieta alcalina lleva a la mayoría hacia problemas graves de desnutrición ya que a bajo índice de acidez el cuerpo no puede absorber nutrientes clave como las proteínas, especialmente se ve bloqueada la absorción de las proteínas y grasas animales. La dieta alcalina parece ser un acelerante para generar problemas metabólicos especialmente alrededor de la diabetes.

Pregunta: Mucha gente pregunta por la dieta Cetonica: "Cetogénico" es un término para una dieta baja en carbohidratos. La idea es que obtenga más calorías de las proteínas y las grasas y menos de los carbohidratos.

Yazhi: Conocemos bien esa dieta y la hemos estudiado. Va muy de la mano con el consumo de carnes. Si, la recomendamos ampliamente. Da buenos resultados en el organismo humano, y yo misma sin saberlo ni ponerle nombre la he seguido por siempre. Así como yo, con excepción de postres que rompen eso de vez en cuando. Pero eso es en mi caso. Para sanar el cuerpo deberán seguir esa dieta al pie de la letra o no funcionará. La clave es la paciencia y la persistencia.

Gosia: Y una pregunta mas super rapida. Swaruu de Erra dijo que la leche de almendras era mala. Anéeka y tu dices que no esta mala, no?

Yazhi: Tendria que ir a investigar eso mas, pero no veo porqué sea mala.

Gosia: Pregunta mia, algo que no comprendo bien. Se ha dicho que la dieta

vegetariana/vegana fue implementada en la India. Pero por quien? Andromedanos o el Cabal? Si son Andromedanos, porque la implementaron? Porque ellos mismos son veganos y pensaron que la dieta vegana tambien sirve a los humanos? O tenian una agenda? Y que agenda tenian para esa parte del mundo?

Yazhi: Solo podemos especular quienes, pero especular con datos. Se sabe que esa área tenía mucha influencia Andromedana y son veganos, pero no son humanos tampoco, así que la imposición de una dieta de una raza en otra no dará buenos resultados.

Podría haber venido esa agenda de control de terratenientes, reyes y gente con poder al darse cuenta de que la gente se volvía más dócil con el consumo de vegetales y nada de carnes. Como método de control local desarrollado en años posteriores a la intervención Andromedana y tal vez inspirado en las enseñanzas de ellos.