

**14. August 2018**

### **Die Heilkraft des Barfußlaufens**

Meine Kinder, wenn ihr wissen wollt, was instinktiv richtig ist, dann schaut auf die Menschen, die permanent gesund sind - schaut aber auch auf eure Mitmenschen, die in Regionen wohnen, welche noch nicht von der Zivilisation eingenommen wurden. Auch eure Kleinkinder zeigen euch vieles, was gut für den Körper ist, aber sich nicht als Erwachsener "gehört". Ein Beispiel dafür ist das Barfußlaufen. Die meisten Menschen bewegen sich falsch, was das Gehen betrifft. Sie setzen ihre Füße zuerst mit den Versen auf, anstatt mit den Zehen zu beginnen. Schaut euch Menschen an, die viel barfuß gehen und auch über Steine und Kies. Sie haben keine Schmerzen, denn durch die richtige Laufweise, werden alle Punkte unter euren Füßen optimal stimuliert, wie ihr das von einer guten Fußreflexzonenmassage kennt. Die Wirbelsäule richtet sich wieder auf, alle Organe und auch alle anderen Teile im Körper werden optimal stimuliert, besser durchblutet, das Gehirn besser mit Sauerstoff versorgt und die Widerstandsfähigkeit des ganzen Körpers gegen Eindringlinge jeglicher Art sehr stark verstärkt, so dass das Immunsystem keine Schwierigkeiten hat, den Körper gesund zu halten, bzw. gesunden zu lassen. Wer natürlich über viele Jahre und Jahrzehnte seinen Körper schlecht behandelt hat oder aufgrund von karmischen Abtragungen vieles gut zu machen hat, braucht länger, um auf diese Weise eine Gesundung zu erfahren, aber es geht - Schritt für Schritt sozusagen, wenn der Mensch bereit ist, jeden Tag an sich und seinem Heilwerden zu arbeiten. Der ideale Untergrund ist Sand am Strand. Wer jetzt in einer solchen Lage ist, dieses täglich für mindestens 30 Minuten zu nutzen, wird sehr schnell merken, was da alles in seinem Körper an positiven Dingen geschieht. Mein Schreibkanal hier fragte Mich, ob es denn auch mit einem Kinder-Sandkasten funktionieren würde. Die ist Antwort ist ein Ja, wenn denn der Sand nicht durch Fäkalien von Hunden z.B. verschmutzt ist. Aber ein großer Kinderspielplatz hat ausreichend Sand, um dort 30 Minuten barfuß zu gehen. Die andere Alternative ist ein eigener kleiner Sandkasten auf dem Grundstück mit Deckel zum Abdecken oder aber auch eine große Kiste aus Holz, die ihr in Meinem Namen segnen und reinigen dürft und diese dann mit Quarzsand, Spielsand und feinem Lehm in etwa gleichgroßen Mengen befüllt und dort eure Füße, täglich vorher gewaschen, für 30 Minuten hineingebt. Ihr könnt sicherlich auch größere Gefäße benutzen, aber die Mischung ist wichtig, Meine Kinder. Wer mag, kann auch andere Mineralien mit hineingeben. Es hilft z.B. im Herbst und Winter gut als Alternative für das Barfußlaufen draußen. Wer eine Badewanne übrig hat und diese nicht benutzt, kann auch dort das Barfußlaufen im angegebenen Sand zelebrieren. Einige Meiner, Mir treuen Kinder, leben dort, wo andere Urlaub machen und auf den Kanaren beispielsweise kann natürlich auch der schwarze Sand verwendet werden. Probiert es aus, Meine Kinder und ihr werdet sehen, was sich denn da alles tut. Ich möchte euch noch an ein früheres VATERWORT erinnern, dass mit Sand auch Wehwehchen an anderen Körperstellen geheilt werden kann, wenn diese komplett mit Sand bedeckt werden. Die Wärme der Sonne ist dabei natürlich heilsam. Menschen mit Rheuma, Arthritis und vielen anderen Wehwehchen sind durch den Umzug in eine warme Gegend, die am Meer lag und durch konsequentes Barfußlaufen wieder schmerzfrei geworden. Die Verbindung Wasser, Sand und angenehme Wärme, die auch im Schatten wohlgemerkt funktioniert, ist psychisch ein wichtiger Faktor, Meine Kinder. Deshalb haben auch so viele Menschen Sehnsucht nach dem Meer und dem Sandstrand. Wer die Hitze, so wie einige Meiner Mir treuen Kinder, nicht so sehr aushält, kann dieses natürlich auch an der Nordsee beispielsweise praktizieren. Euer VATER, der sich freut, wenn seine Kinder

seine gutgemeinten Ratschläge auch in die Tat umsetzen, um ihrem Körper etwas Gutes zukommen zu lassen. Amen.