

**5. Januar 2020**

**Tägliche Bewegung**

Meine Kinder, es ist wichtig, dass ihr euch täglich im Rahmen dessen, was möglich ist, bewegt und auch kreativ seid, wie und wo es geht. Kreativität beginnt schon beim Aufstehen und den Gedanken, was ihr am Tage machen möchtet. Es geht z.B. in der Küche weiter oder auch beim Aufräumen etc. Lasst euch etwas einfallen, Meine Kinder. Jeder Tag hat eine besondere Schwingung und die könnt ihr produktiv und positiv nutzen, Meine Kinder. Amen.