

**5. Februar 2022**

**Körper, Geist und Seele in den Einklang bringen**

Meine Kinder, die Woche die hinter euch liegt, war sehr ergebnisreich und wenn ihr die Möglichkeit habt, solltet ihr versuchen, euren Körper, euren Geist und auch eure Seele in den Einklang zu bekommen. Das geht z.B. über bewusste Ruhephasen, bis hin zu innigen Gebeten mit Mir oder auch durch kurze Schlafpausen, z.B. nach dem innigen Gebet. Ihr braucht Ruhephasen, um eure eigenen „Akkus“ wieder aufzuladen, Meine Kinder. Alles wird gut! Amen.