

**18. November 2022**

**Innere Reinigung**

Meine Kinder, es ist sinnvoll, jetzt wieder einmal eine innere Reinigung zu vollziehen. So etwas kann auf zweierlei Arten geschehen: Durch Fasten und bewusste Ernährung oder aber auch auf geistige Weise über das innige Gebet. Beides ist wirksam und tut eurem Körper gut. Die meisten von euch bevorzugen jetzt in dieser kälteren Jahreszeit die geistige Reinigung. Gebt Mir alles im innigen Gebet zur Reinigung und Wandlung wieder einmal ab, was euch belastet und bedrückt. Ich helfe euch, wenn es innig genug geschieht. Alles wird gut! Amen.