

17. Januar 2024

Wie gut Wasser trinken ist

Meine Kinder, Ich habe euch schon des Öfteren gesagt, dass es überaus wichtig ist, genügend gesegnetes Wasser zu trinken. Auf Grund verschiedener Fragen von euch über die innigen Gebete, gehe Ich heute noch einmal darauf ein. Ihr solltet das Wasser schluckweise einspeicheln und langsam trinken. Es sollte nicht kalt sein und beim Trinken solltet ihr euch nicht ablenken lassen. Viele Zipperlein und Wehwehchen gehen von alleine wieder, wenn ihr über den Tag verteilt regelmäßig gesegnetes Wasser trinkt, Meine Kinder. Die Menge, die ihr trinken solltet, hängt auch vom Gesamtgewicht des Einzelnen ab. Viele von euch trinken 6-8 Gläser Wasser am Tag und kommen damit gut zurecht. Solltet ihr einen trockenen Mund bekommen, ist das immer ein Zeichen von Wassermangel. Vor dem Schlafengehen ist es sinnvoll, einige Schluck gesegneten Wassers zu trinken. Alles wird gut! Amen.