

7. April 2025

Die täglichen Ruhepausen

Meine Kinder, es ist wichtig, dass ihr jeden Tag in euch hineinfühlt und dann auch spürt, was euer Körper euch sagt. Tägliche Ruhepausen sind sehr wichtig und sollten auch möglichst stattfinden. Wenn ihr die Möglichkeit habt, selber zu bestimmen, wann ihr eine Ruhepause nehmen könnt, so solltet ihr auch immer auf euren Körper hören, denn er weiß ganz genau, wann er eine Pause bzw. eine Auszeit benötigt. Denkt auch daran, Meine Kinder, dass ihr genügend Wasser trinkt und ihr auch mit Mir in inniger Stille kommunizieren könnt, ohne laut zu sprechen, denn manchmal ist es auch einfacher, dieses so zu tätigen. Wer jetzt in der Pause in sich geht, und mit Mir verbunden ist, wird über das innige Gebet automatisch mit Energie versorgt. Wie stark diese ist, hängt davon ab, wie weit ihr die feinstoffliche Energie, die zu euch fließt, einerseits zulässt und andererseits auch in grobstoffliche Energie umwandelt. Alles wird gut! Amen.