

**15. Januar 2021**

**Was heilsam ist**

Meine Kinder, ihr fragt Mich immer wieder im innigen Gebet, wie gerade jetzt, in dieser für viele Menschen schweren und einschneidenden Zeit, der Körper gesund und fit bleiben kann. Nun, das Vertrauen in Mich und Meine Heilkräfte ist ein wichtiger Stützfeiler eures Lebens – verbunden mit dem Wissen, dass ihr für eure Gesundheit und alles, was in, an und um euch herum geschieht, viel tun könnt. Seid hilfreich, denkt an andere Menschen die in Not sind, seid großzügig zu euch selber und auch zu anderen, wenn es möglich ist, denkt immer positiv, seid fröhlich, lacht, wenn es von Herzen kommt, meidet stärkere Kontakte zu Menschen, die euch nicht gut tun und ggf. auch immer versuchen, eure Lebensenergie zu rauben, ernährt euch gesund und möglichst vegan, trinkt überwiegend gesegnetes Wasser, welches ihr regelmäßig von Mir über das innige Gebet gesegnet bekommt oder segnet es in Meinem Namen gesprochen in inniger Vertiefung, lasst gute Gedanken zu euch kommen und schickt alles Destruktive und Energieraubende weg- z.B. könnt ihr dieses im innigen Gebet mit Mir zur Wandlung übergeben, meidet extreme Situationen und schaut euch auch nicht solche Filme an, geht in die Natur hinaus und erfreut euch an dieser, lest gute Bücher die eurer Seele gut tun, führt anregende oder aufbauende Gespräche, helft Menschen in der Not – z.B. über das Telefon oder das Internet, betet für Menschen, die euch bitten, ihnen zu helfen und vieles mehr, Meine Kinder. Diese Ratschläge sind stets Empfehlungen von Mir. Dazu kommen eure täglichen, freiwilligen Arbeiten in Meinem Weinberg... Alles wird gut! Amen.