17. März 2021

Teilt eure Kraft gut ein

Meine Kinder, einige von euch übertreiben es manchmal und machen sehr viel an einem Tag, was man auch auf mehrere Tage aufteilen könnte. Das bedeutet, dass eure Körper sich ggf. verausgaben müssen, weil sie es schon längere Zeit nicht mehr gewohnt sind, viel zu arbeiten oder viel zu tun. Auch beim Einkaufen ist es äußerst anstrengend, mehrere Stunden die Maske zu tragen und von einem Laden in den Nächsten zu gehen. Eure Körper signalisieren euch, wenn sie erschöpft sind. Hört bitte auf sie, soweit es möglich ist. Amen.