4. August 2019

Wenn der Körper Ruhe braucht

Meine Kinder, es kommt recht häufig vor, dass ihr körperlich bis an eure Grenzen gehen müßt und wo dann euer Körper zu einem bestimmten Zeitpunkt signalisiert: Bis hier hin und nicht weiter heute. Da solltet ihr auf euren Körper hören und ihm selbstverständlich auch immer wieder genügend Wasser zum Trinken geben, da er bei körperlichen Höchstleistungen auch sehr viel schwitzt. Sehr oft ist die Regeneration schon innerhalb einer Stunde gegeben, wenn ihr euch hinlegt und Mich um Schutz und Segen bittet und dann in einen Tiefschlaf fallt. Amen.