

## *Botschaft zur Fastenzeit 2015*

*Liebe Seelen auf Erden,  
Friede sei mit euch und immerdar, denn Friede ist eure Freiheit.  
Lasst Frieden entstehen und heißt die Freiheit willkommen.*

*Seid ihr im Frieden mit euch und anderen, dann seid ihr frei, dass zu leben, was ihr seid.  
Diese Freiheit entsteht durch Klärung im Innen, wie im Außen.  
Körperliche Reinigung, seelische und geistige Klärung.*

*Die Fastenzeit, die Mitte Februar beginnt bietet eine wundervolle Möglichkeit,  
diese Reinigung auf allen Ebenen willkommen zu heißen,  
um Körper, Geist und Seele wieder in den Einklang zueinander bringen.*

*Werdet euch bewusst, was euch gut tut und was nicht.  
Welche Nahrungsmittel stärken euch, welche schwächen euch.  
Geht bewusst mit eurer Ernährung und eurem Körper um.*

*Doch meine ich damit nicht, den absoluten Verzicht,  
sondern die Bewusstwerdung, was für euch stimmig ist und was nicht.*

*Der Körper wird von der Nahrung genährt, wie auch von euren Gedanken und Gefühlen.*

*Es geht ums Ausprobieren, wie wirken bestimmte Nahrungsmittel auf mich,  
welche erhöhen meine Schwingung, welche lassen sie absinken.*

*Lasst einige weg und spürt die Veränderung.  
Nehmt Neue hinzu und spürt die Veränderung.*

*In dieser Phase der Fastenzeit, könnt ihr nutzen,  
um euch auf euch selbst zu konzentrieren und den Mut zu haben zu erkennen,  
welche Gedanken euch in eurem Sein schwächen und auch zur Gewohnheit geworden sind.  
Welche Gefühle und Gedanken stärken euch und welche schwächen euch.*

*Seht die Essenz in euch.  
Seht die Essenz eures Seins.  
Seht die Essenz eurer Seele.  
Seht die Essenz eures Lebens.  
Seht die Essenz warum ihr auf Erden seid.*

*Kommt zu euch zurück und nutzt die Energie der Fastenzeit, um Stille einkehren zu lassen.  
Lasst alte Gewohnheiten frei, damit ihr frei sein könnt.  
Genießt die Freiheit, den Frieden und die Stille in euch.*

*Ich segne euch in der Freiheit eures Seins auf Erden und überall.*

*Jesus Christus.*

