

## **Ritual: Was schenke ich der Welt.**

Es ist gut, wenn man das Ritual zuerst innerlich und äusserlich vorbereitet.

**Was möchte ich loslassen, dem fließenden Gewässer übergeben?** Beispiele: Alte Erinnerungen, Schuldgefühle, Ängste, Verletzungen, Vorstellungen, die mir nicht dienen usw. Nicht zu viel auf einmal.

**Was möchte ich der Welt schenken?** Mein besonderes Talent (singen, tanzen, schreiben, malen usw) freudvolle Tätigkeiten oder Fähigkeiten. Da gibt es viele, viele Möglichkeiten. Es muss noch nicht 100% entwickelt sein, so wird es verstärkt und das Universum ist erfinderisch, wie wir mehr davon zur Verfügung haben.

Achtsam und sorgfältig wählen!

**Ich bin** (unsere Fähigkeiten entwickeln) wie:

Wahrheit  
Frieden  
Achtsamkeit  
Fröhlichkeit  
Liebe  
Freude

auch hier ist es besser sich auf eine Fähigkeit zu konzentrieren, als zu schnell zu vieles wollen. Das Ritual kann von Zeit zu Zeit wieder gemacht werden.

Maya Gabriel 2019