



Ritual der Dankbarkeit

Überlege dir ein Ritual der Dankbarkeit für DICH
Beziehe die Elemente mit ein: Feuer, Wasser, Luft und Erde.
Wenn du magst geh in die Natur, an einem Fluss. Suche dir einen ungestörten Platz und lass das Ritual aus deinem Herzen entstehen.

