

*Erinnere dich, Mensch, wer du wirklich bist.*

*Kehre zurück in deine Kraft.*

Schenke dir selbst und damit auch anderen

- eine positive Erwartungshaltung
- Liebe
- Vergebung
- Wahrhaftigkeit
- Freiheit
- Frieden & Harmonie
- Freude
- Licht & Sonne
- Leichtigkeit & Lachen
- Schlaf & Erholung
- Bewegung: Spiel, Sport, Spaß, Spazieren, ...
- Wasser & Nahrung, die dich stark macht
- Gemeinschaft mit lieben Menschen
- und alles was dich glücklich macht ...

**WENN DIE DUNKELHEIT ANGREIFT**  
*einfach das Licht anmachen.*