

## Vergebung

Ich, \_\_\_\_\_\*, aus dem tiefsten Grunde meines Seins,  
vergebe jetzt allen Wesen, die mir jemals Schmerzen zugefügt haben,  
auf allen Ebenen, auf alle möglichen Arten und Weisen,  
bis hin zum Anfang aller Zeiten.  
Ich vergebe ihnen hier und jetzt!

Ich, \_\_\_\_\_\*, aus dem tiefsten Grunde meines Seins,  
vergebe jetzt mir selbst, dass ich anderen Schmerz zugefügt habe,  
auf allen Ebenen, auf alle möglichen Arten und Weisen,  
bis hin zum Anfang aller Zeiten.  
Ich vergebe mir hier und jetzt!

Ich, \_\_\_\_\_\*, aus dem tiefsten Grunde meines Seins,  
vergebe jetzt mir selbst, dass ich mir all die Schmerzen und das Leid  
zugefügt habe,  
auf allen Ebenen, auf alle möglichen Arten und Weisen,  
bis hin zum Anfang aller Zeiten.  
Ich vergebe mir hier und jetzt!

Ich, \_\_\_\_\_\*, befreie mich jetzt selbst auf allen Ebenen  
und auf alle möglichen Arten und Weisen  
und erteile mir jetzt die absolute und uneingeschränkte Erlaubnis,  
dem eigenen wahren Pfad meiner Seele zu folgen.

So ist es. Danke.

\* Vor- und Nachname (wie im Pass)