

Der sanfte Weg



Beziehungen :

01. Es ist leicht für mich, andere zu lieben und ich mache es so wie ich kann.
02. Es ist leicht für mich, von anderen geliebt zu werden; ich genieße jede Art.
03. Ich bin es wert, eine intime und lustvolle Beziehung zu haben.
04. Ich bin jetzt bereit für eine starke und intime Beziehung in meinem Leben.
05. Ich bin offen zu lieben und geliebt zu werden, wie immer ich es wünsche.
06. Ich fühle, was ich in einer Beziehung fühlen möchte.
07. Ich genieße meine Sexualität und fühle mich wohl, sie so zu leben, wie ich es will.
08. Ich behalte meine Eigenständigkeit in einer Beziehung bei und gehe in beidem freudig auf.
09. Ich lasse Veränderungen in einer Beziehung so zu, wie ich es möchte.
10. Ich nehme das Ende einer Beziehung mit Freude an.
11. Auch in Beziehungen setze ich meine Grenzen mit Freude und achtsam.
12. In all meinen Beziehungen erfahre ich Liebe.
13. Eine andere Meinung meines Partners nehme ich in Liebe zur Kenntnis und lasse sie ihm gerne.
14. Ich erkenne die Liebe meiner Partner in allen Worten und Handlungen.
15. Ich erkenne die ursprünglichen Gefühle meiner Partner hinter den Worten und Handlungen.
16. Ich erkenne meine ursprünglichen Gefühle hinter meinen Gefühlen, Gedanken und Handlungen.
17. Ich liebe meinen Partner und mich selbst absolut.
18. Ich freue mich über Veränderungen in meiner Beziehung.
19. Auch in meinen Beziehungen lebe ich meine Träume und Wahrheiten.
20. Ich liebe es, in einer Beziehung innerlich zu wachsen, mich zu verändern oder zu bleiben, wie ich bin.
21. Ich liebe es, dass mein Partner innerlich wächst, sich verändert oder er bleibt, wie er ist.
22. Anderen gegenüber drücke ich mich in Liebe klar und deutlich aus.
23. Auch in einer Beziehung bin ich ehrlich mit meinen Gefühlen und lebe sie mit Freude.
24. Ich nehme von anderen mit Freude an.
25. Ich gebe gern und mit Liebe.
26. Ich anerkenne und feiere meine Einzigartigkeit.
27. Ich feiere eines jeden anderen Einzigartigkeit.
28. Ich bin frei; mit und ohne Partner.
29. Ich bin in einer Beziehung all das, was ich sein möchte (liebevoll, verwundbar, etc.).
30. Ich erkenne mit Freude an, dass jeder Mensch auf seine Art lebt, lernt und fühlt.
31. Ich fühle in Beziehungen, was ich wichtig für mich ist.
32. Auch in meinen Beziehungen bin ich verantwortlich für meine Gefühle und mein Verhalten.
33. Auch in meinen Beziehungen lebe ich jeden Moment, als sei es der Letzte.
34. Ich bin frei, ich selbst zu sein.
35. Ich bin immer ich selbst.
36. Auch in Beziehungen wandle ich jede Aufgabe in Lösungen und bin bereit zu fühlen, was zu fühlen ist.
37. Auch in der Beziehungen hat jedes Gefühl seine Zeit und ich erkenne, wann es Zeit ist zu- bzw. loszulassen.
38. Liebe, Sex und Beziehungen sind so verbunden oder frei voneinander, wie ich es möchte.
39. Meinen Gefühlen gebe ich mit Freude Ausdruck.
40. Meine Gefühle drücke ich immer angemessen und deutlich aus.

Nutze diese Sätze, wie immer du das möchtest. Wandle sie, sei frei die „Gesetze“ und „Regeln“ zu schaffen, die DU für sinnvoll hältst.