

Der sanfte Weg



Gefühle :

01. Ich lasse alles in Liebe los und weiß, dass ich erschaffe, was ich erlebe.
02. Ich lasse die Liebe in mir wirken und sich ausweiten.
03. Ich erlebe auch Unangenehmes als hilfreich.
04. Ich bin voller Vertrauen, dass ich mich mit göttlicher Hilfe zu meinem nächsten Schritt leite.
05. Ich nehme alles, was ich erlebe, als einen Teil von mir an.
06. Ich schaffe Platz, um ihn mit Neuem auszufüllen.
07. Ich nutze die neuen Türen in meinem Leben, wenn es so weit ist.
08. Ich bin bereit durch neue Türen zu gehen.
09. Mein Weg entsteht dadurch, dass ich ihn begehe, er ist mein Ziel.
10. Je öfter ich einen Weg gehe, desto einfacher ist er begehbar.
11. Ich wähle freudig und flexibel andere Wege, wenn ich glaube, dass sie für mich angemessen sind.
12. Ich genieße das Gefühl der Liebe.
13. Ich genieße das Gefühl der Freiheit.
14. Ich genieße...
15. Ich genieße die Trauer.
16. Ich genieße meine Wut.
17. Ich genieße...
18. Ich lasse von meinem Verstand ab, wenn es an der Zeit ist zu fühlen.
19. Ich kenne die Qualität meiner Gefühle und wende mich denen zu, welche die Liebe maximal ausdrücken.
20. Ich bin bereit für Neues.
21. Ich nehme Neues mit Freuden an.
22. Ich nehme all jene, die mir „Leid“ antun, als die Engel an, die sie sind.
23. Ich freue mich über alles, was ich erlebe.
24. Es ist in Ordnung, dass ich vor lauter Wut und Ärger nicht die maximale Liebe lebe, denn alles, was ich mache, mache ich so gut ich kann.
25. Ich erkenne die Größe meiner Eltern an und erkenne die Engel in ihnen.
26. Ich erkenne die Absichten hinter den Taten an.
27. Ich erkenne an, dass jeder immer sein Bestes ICH ist und sein Bestes gibt; auch ich.
28. Ich erkenne in jedem, auch in mir, die Liebe, Ehrlichkeit und den Geist, die in uns wohnen.
29. Ich bin Göttlich.
30. Alles um mich herum, was ist und alles, was nicht ist, ist Göttlich.
31. Ich empfinde es als sehr schön, wenn eine Beziehung endet.
32. Ich erkenne, dass jede Beziehung, gleich welcher Art, als wertvoll an.
33. Ich fühle, was ich fühle, mit Genuss und absoluter Hingabe.
34. Jedes Gefühl hat seine Zeit, und ich erkenne, wann es Zeit ist zu- bzw. loszulassen.
35. Ich lasse los oder zu, wie es für mich und andere zum höchsten und besten Wohle ist.
36. Ich nehme den Tod einer Person oder Beziehung als einen natürlichen Teil des Lebens mit Freude an.
37. Ich genieße alles, weil ich es genießen kann.
38. Ich fülle meinen Geist mit belebenden, heilenden und liebevollen Gefühlen und Gedanken.
39. Ich vertraue, weil ich glaube, dass alles zu meinem „Besten“ ist.
40. Ich bin auf der Welt, um zu fühlen.

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