

Der sanfte Weg



Selbstbewusstsein 1:

01. Ich respektiere mich und nehme mich, so wie ich bin, in Liebe an.
02. Ich schätze mich genau so hoch ein, wie jeden anderen Menschen auch.
03. Ich liebe alle Anteile meines Geistes.
04. Ich liebe jeden Teil meines Körpers.
05. Ich liebe all das, was mich ausmacht.
06. Ich liebe mich absolut.
07. Ich erkenne meine Anziehung an den Dingen und nutze sie.
08. Ich gebe zu jeder Zeit mein „Bestes“.
09. Mein „Bestes“ ist stets das, was es ist, und damit bin ich ausgesprochen zufrieden.
10. Ich bin jederzeit das „beste“ ICH, das ich sein kann.
11. Ich setze mich für mein Anrecht auf Liebe, Ehrlichkeit und Zufriedenheit ab sofort ein.
12. Ich nehme meine Liebe zu mir selbst mit Freude an.
13. Ich gebe meiner absoluten Liebe Ausdruck.
14. Ich bin frei, von anderen geliebt zu werden und nehme deren Liebe mit Freude an.
15. Ich lasse die Liebe anderer, in welcher Form auch immer, mit Freude zu.
16. Ich bin mein Freund und bin immer bei mir.
17. Ich freue mich über JEDE Aufmerksamkeit, die ich erhalte.
18. Ich bin voller Zuversicht, Liebe und Ehrlichkeit.
19. Ich freue mich über meine Einzigartigkeit.
20. Ich bin mir liebevoll bewusst, dass das Wesen, dem ich meine Aufmerksamkeit gebe, einzigartig ist.
21. Ich liebe meine Gesellschaft und nehme mir Zeit sie auch alleine zu genießen.
22. Ich vertraue mir, meinen Gefühlen, Gedanken und Handlungen.
23. Ich bin verantwortlich für alles, was ich fühle, denke und mache.
24. Ich bin frei zu fühlen (zu denken; zu machen), was, (wie, wo, wann) ich möchte.
25. Meine Gefühle und Gedanken erschaffen meine Realität; ich fühle und denke was ich will.
26. Ich bin stolz auf mich.
27. Ich bin stolz auf andere.
28. Ich bin ein göttliches Wesen und genieße jede Art von Wohlstand.
29. Alles, was existiert ist Göttlich und ich genieße dies absolut.
30. Ich bin stolz auf meine Erfahrung und fühle mich dank ihnen und mit ihnen wohl.
31. Ich empfinde jederzeit Liebe, Freude und Wohlstand.
32. Ich bin mir bewusst, dass ich immer wählen kann, was ich fühlen will.
33. Ich handle sozial, nachhaltig und ehrlich.
34. Ich bin Eins mit allem, was mich umgibt.
35. Ich bin Eins mit allem, was mir widerspricht.
36. Ich bin mit Freude das, was ich in mir sehe.
37. Ich freue mich, dass ich für andere das bin, was sie in mir sehen.
38. Ich vertraue meinen Gefühlen, Gedanken und Handlungen.
39. Ich erkenne die göttliche Hilfe, die ich empfangen und nehme sie mit Freude an.
40. Ich bin ein Geschenk für die Welt.

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

Der sanfte Weg



Selbstbewusstsein 2:

01. Die Gelegenheiten, die ich mir mit Veränderungen schaffe, nehme ich mit Freude an.
02. Ich nehme meine Göttlichkeit an und drücke sie mit aller Kraft aus.
03. Ich mache meine Träume wahr.
04. Ich spreche meine Träume und Gefühle mit Liebe, ehrlich und verbindlich aus.
05. Ich erkenne so genannte Fehler als wichtige Umwege des Lebens.
06. Voller Liebe und Freude und dank meiner Umwege verändere ich mich oder bleibe wer ich bin.
07. Es ist für mich hilfreich, dass andere Menschen andere Meinungen haben.
08. Ich verwende meine Zeit, wie es für mich angemessen ist; ich habe alle Zeit, die ich haben möchte.
09. Ich schaue hinter meine Ängste und erkenne womit ich sie anziehe.
10. Ich bin Herr meiner Ängste und erkenne sie als einen Ausdruck der Liebe.
11. Mit Freude übernehme ich alle Konsequenzen für mein Fühlen, Denken und Handeln.
12. Ich lebe mein Leben voller Lust und Liebe, selig und gelassen.
13. Ich erkenne mit absolutem Genuss und in Liebe meine Verantwortung für mich an.
14. Ich erkenne in Liebe, klar und freudig, dass ich alle Erfahrungen selbst erschaffe.
15. Ich erkenne den Wohlstand in dem ich lebe und mehre ihn so, wie es mir möglich ist.
16. Meine Realität resultiert aus meinen Gefühlen, Gedanken und Handlungen.
17. Ich erkenne an, dass ich in jedem Moment in jeder Realität parallel existiere.
18. Ich bin ein Geschenk für meine Mitmenschen und die Welt.
19. Ich tue immer das, was ich machen, weil ich es seiner selbst wegen mache.
20. Ich bin frei, wie die gesamte Natur, und es ist an mir, „aus dem Vollen zu schöpfen“.
21. Was und wie ich es annehme, bestimme ich selbst.
22. Ich erkenne in allem das Hilfreiche.
23. Meine Bedürfnisse sind dafür da, genossen zu werden und das mache ich maximal.
24. Ich erkenne die Botschaften des Universums und nehme sie mit Freude an.
25. Die Welt und alles in ihr ist mein Spiegel.
26. Ich habe all die Geduld, die ich haben möchte.
27. Ich nehme die göttliche Liebe an, wann, wo und wie ich es möchte.
28. Ich bin gelassen und offen; ich sammle mich im Sein.
29. Mit Freude und Liebe nehme ich an, was für mich in allem steckt.
30. Ich vertraue mir und anderen vollkommen.
31. Ich habe nur Stärken.
32. Ich bin ein Wunder der Natur.
33. Ich mache Dinge ganz oder gar nicht.
34. Ich empfinde jederzeit „so genannte negative“ Gefühle als hilfreich.
35. Ich bin ein perfektes Wesen aus Körper, Geist und Seele.
36. Mein Wesen ist wie ein Eisberg konstruiert. Ich sehe nur einen bestimmten Teil von mir.
37. Ich habe einen Körper
38. Ich bin absolute Energie.
39. Ich definiere mich über Körper, Geist und Seele.
40. Mit meinem Denken und Tun drücke ich aus, was möglich ist.

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