



## **Die Schritte der Verwandlung**

### **Verantwortung für seine Gefühle übernehmen**

Ich öffne mich jetzt dem Gedanken, dass ich selbst es war, der dies und jenes erschaffen hat. Ich öffne mich dem Gedanken, dass ich selbst es war, der diese unangenehmen Gefühle in mir oder auch alle Ereignisse in meinem Leben erschaffen hat. Ich weiß nicht genau, wie ich es erschaffen habe, aber ich bin neugierig und will es herausfinden. Ich will meine innere Haltung, mein Denken, Sprechen und Handeln daraufhin überprüfen, meine Einstellungen zum Leben, zu mir selbst und zu meinen Mitschöpfern. Ich bin Schöpfer! Ich bin kein Opfer und war nie Opfer. Ich war nur unbewusster Schöpfer. Ab jetzt will ich bewusster Schöpfer meines Lebens sein. Ich bin bereit hierzu und ich bitte meine innere Führung, mein wahres Selbst, mich auf diesem Weg zu führen.

### **Das annehmen, was ist.**

Alles in mir darf jetzt da sein

### **Vergebung wählen und die Urteile zurücknehmen**

Ich nehme alle Urteile zurück, die ich jemals über mich selbst gefällt habe in meinem Denken, Sprechen und Handeln. Alles Lieblose, Schlechte, schuldig Sprechende, allen Gram und Groll, allen Selbsthass, alle Unbarmherzigkeit, alles Antreiben, alle Selbstgeiselung, alle Scham, all das waren meine Schöpfungen. Ich nehme sie an. Ich erkenne und würdige sie als genau das, als meine Schöpfungen, und treffe eine neue Entscheidung. Ich wähle neu. Ich denke neu über mich. Ich öffne mich dem Gedanken, dass ich in Wirklichkeit ein göttliches Wesen bin mit großer Schöpferkraft und unendlicher Liebesfähigkeit, das sich selbst bisher noch nicht erinnert hat, wer es wirklich ist. Ich öffne mich dem Gedanken, dass ich ein vollkommen sündenloses, ja heiliges Wesen bin, auf einer Reise in einem menschlichen Körper durch eine Welt der Gegensätze, der Polarität.

Auf einer Reise aus dem Vergessen in das Erinnern, aus dem Unbewussten in das Bewusste, aus der Dunkelheit ins Licht, aus der Angst in die Liebe.

Und ich nehme alle bisherigen Gedanken über mich selbst zurück und denke ab jetzt neu. Und ich bitte mein wirkliches göttliches Selbst, das ICH BIN, mich jetzt zu führen in das Wachsein, in das ganze Bewusstsein meiner Göttlichkeit.

In die Liebe.

### **Das Gefühl fühlen (bejahend!)**

Ich kann dich jetzt fühlen und ich will dich fühlen. Du darfst jetzt da sein. Du bist doch schon so lange da