Lösen von Glaubenssätzen

1. Vorbereitung

Um Glaubenssätze (GS) aufzuspüren ist es nötig deine Gedanken im Alltag zu beobachten. Hinter jedem „Ergebnis“, das du in deinem Leben siehst, stehen immer deine Gedanken, die genau das erschaffen haben. DU bist immer Schöpfer gewesen (wenn auch meist unbewußt). Wenn du dies als Wahrheit anerkennen kannst UND die Verantwortung wieder zu dir zurückholst, dann holst du dir gleichzeitig auch deine Macht zurück. Wenn DU es warst, der das alles erschaffen hat – dann hast auch DU selbst die Macht alles zu verändern und ab JETZT neu zu erschaffen! ☺

Bücher von **Eckhardt Tolle** oder **Byron Katie** können Unterstützung sein, die verborgenen GS aufzuspüren.

2. Bewusstwerdung Glaubenssatz

Nimm dir mindestens eine Stunde Zeit in der du ungestört bist. Schalte alle technischen Gerätschaften aus, damit du nur in deiner eigenen Energie bist.
Setze dich bequem hin und gehe in einen meditativen Zustand.

Mache dir deinen GS **bewußt** und schau, ob es ein **Symbol oder Bild** gibt, das den GS für dich symbolisiert (nimm einfach das Erste was kommt).

Atme tief in den ganzen Körper hinein und fühle, wo im Körper du den GS spüren kannst.
Werde dir bewusst, welche **Emotionen** mit dem physischen Gefühl des GS verbunden sind. FÜHLE diese Emotionen.
Jetzt ist der GS sowohl physisch, als auch emotional und mental in das Bewusstsein gebracht, und kann gelöst werden.

3. Lösen und transformieren des Glaubenssatzes

Werde dir klar, dass dieser Glaubenssatz nicht die Realität ist, nicht die göttliche Wahrheit, sondern nur eine Illusion. Danke für alle Erfahrungen die du dadurch gemacht hast.
Sprich nun (aus deinem Bewußtsein als Schöpfer deiner eigenen Realität heraus):
„Ich löse JETZT folgenden GS auf .....“
„Ich beende mit dem Auflösen auch alle Auswirkungen, die dieser GS auf mein Leben hat, wenn sie nicht mehr meinem höchsten Wohl dienen.“
Intuitiv weißt du, ob du diese Anweisung zum Auflösen mehrmals geben möchtest (z.B. 3mal).
(Dazu mußt du den GS nicht noch einmal benennen - um ihm keine Energie mehr zuzuführen)

Spüre deine Körperreaktionen und **Atme** ganz bewußt in die Stellen wo „es arbeitet“.
Dann fühle, was sich im Körper verändert hat, und ob sich ggf. noch ein neuer GS zeigt, den du auch lösen möchtest.

Ist es ein starker Glaubenssatz, der Dich sehr bewegt, löse ihn täglich, bis er keine Ladung mehr für Dich hat.
Manchmal zeigen sich auch in der nächsten Zeit noch verschiedene andere Aspekte von schon gelösten GS – dann löse auch diese ☺.

Wenn du möchtest, visualisiere dir eine **violette Flamme** in der alle gelöste Energie transformiert wird – in reine göttliche Liebe verwandelt.

Dann sprich:
„Ich fülle alle freigewordenen Stellen in meinem physischen Körper und in allen meinen feinstofflichen Körpern mit Liebe und meiner eigenen Seelenenergie.“

4. Neue Glaubenssätze

An dieser Stelle kannst **du einen neuen GS integrieren** ☺.
Es ist ausreichend den neuen GS mit starker Intention auszusprechen – gern auch mehrmals hintereinander: z.B. **„Ich bin Liebe!“ – „Ich akzeptiere alles was ist!“ – „Ich liebe das Leben!“**

5. Dankbarkeit

Bedanke dich bei dir selbst, daß du diese Heilung und Veränderung in deinem Leben bewirkt hast.
Die Energie der Dankbarkeit wird deine Absicht auf positive Weise unterstützen.