



## Suggestionen

Mein Herz vergibt und lässt los.

Liebe, Friede, Ruhe und Harmonie breiten sich in meinen ganzen Körper aus.

Liebevoll lasse ich meine Vergangenheit los und vergebe allen Mitmenschen und mir selber aus tiefstem Herzen all das, was je bewusst oder unbewusst geschadet worden ist. Es ist alles vergeben, dadurch sind ich und alle anderen Menschen frei von Schuld.

Ja, ich bin im Reinen mit mir bis in mein tiefstes Herzen.

Es darf mir gut gehen und ich bin bereit, dass anzunehmen.

Wenn möglich Hand aufs Herz und bei Lust und Laune wiederholen. Ideal vor dem Einschlafen.

Viel Erfolg.