

Ich befreie ...

„Ich befreie meine Eltern von dem Gefühl, mir zu wenig gegeben zu haben, und von dem Glauben, bei mir versagt zu haben.

Ich befreie meine Kinder von der Notwendigkeit, mich stolz machen zu müssen. Mögen sie ihre eigenen Wege gehen, je nachdem, was ihnen ihr Herz immerzu zuflüstert.

Ich befreie meinen Partner / meine Partnerin von der Verpflichtung, mich zu vervollständigen. Mir fehlt nichts, ich lerne die ganze Zeit mit allen Wesen.

Ich danke meinen Großeltern und meinen Vorfahren, die zusammengekommen sind, sodass ich heute das Leben atmen kann.

Ich befreie sie von den Misserfolgen der Vergangenheit und unerfüllten Wünschen, wissend, dass sie ihr Bestes getan haben, ihr Leben zu bewältigen, in dem Bewusstsein, das sie damals hatten.

Ich achte sie, liebe sie und erkenne sie als unschuldig an.

Ich entblöße meine Seele vor ihren Augen, deshalb wissen sie, dass ich nichts verberge oder schulde, als mir selbst und meiner eigenen Existenz treu zu sein. Indem ich der Weisheit meines Herzens folge, bin ich mir dessen bewusst, dass ich meinen Lebensplan erfülle – frei von sichtbaren und unsichtbaren familiären Loyalitäten.

Mein Friede und mein Glück liegen in meiner eigenen Verantwortung.

Ich verzichte auf die Rolle des Retters, ich verzichte darauf, die Erwartungen anderer zu erfüllen.

Ich lerne durch die Liebe und nur durch sie, achte meine Essenz und segne mein Wesen und meine Art mich auszudrücken, auch wenn mich einige vielleicht nicht verstehen.

Ich verstehe mich selbst, denn nur ich habe meine Geschichte gelebt und erlebt. Weil ich mich selbst kenne, weiß ich, wer ich bin, was ich fühle, was ich tue und warum ich es tue.

Ich achte mich und nehme mich an.

Ich ehre das Göttliche in mir und in dir.

Wir sind frei ...“