
12 liebevolle Erlaubnisse für das Jahr



HEUTE ERLAUBE ICH MIR..



- Hallo und schön dass du mich gefunden hast. 😊
 - Mit diesem E-Book möchte ich dich daran erinnern, dass du der Gestalter deines Lebens bist. Du darfst entscheiden, daß Gutes, Liebevollnes und Schönes in dein Leben kommen darf. Öffne dich für die 12 Erlaubnisse, lass dich inspirieren und genieße ihre wohltuende Wirkung in dem du dich mit ihrer Essenz verbindest. Fühle sie mit deinem ganzen Herzen und habe viel Freude mit ihnen.
 - Liebste Grüße, Maria
-

HEUTE ERLAUBE ICH MIR MAL NICHTS ZUTUN

- Wir leben in einer Welt in der wir dauergetrieben durch unser Alltag hetzen. Unsere eigenen Glaubenssätze und die Gesellschaft, in der wir leben, ziehen uns immer weiter von uns weg. **Doch das wirkliche Leben findet erst statt, wenn wir uns erlauben in die Stille zu gehen.** Dort wo es nichts zu tun gibt, dort wo wir unserer eigenen bedingungslosen Liebe begegnen dürfen. Dann erkennen wir den tieferen und wahren Sinn unseres Lebens.



HEUTE ERLAUBE ICH MIR, DIE DINGE EINFACH ZU MACHEN

- Unsere Welt ist kompliziert geworden. Wir müssen jeden Tag dazulernen um den Anschluss an das gesellschaftliche Leben nicht zu verlieren. Aus einer riesigen Flut an Informationen, die jeden Tag auf uns einprasselt sortieren und priorisieren wir ständig was für uns wichtig ist und was nicht. Es bleibt kaum Zeit wirklich zu leben, zu fühlen, zu riechen, zu schmecken, zu lieben, zu genießen. **Wenn wir uns erlauben die Dinge wieder einfach zu halten, kommen wir unserer eigenen Wahrheit wieder ein Stückchen näher.** Wir kommen wieder in Kontakt mit unserer inneren Kreativität und ureigenen Gestaltungsfreude.



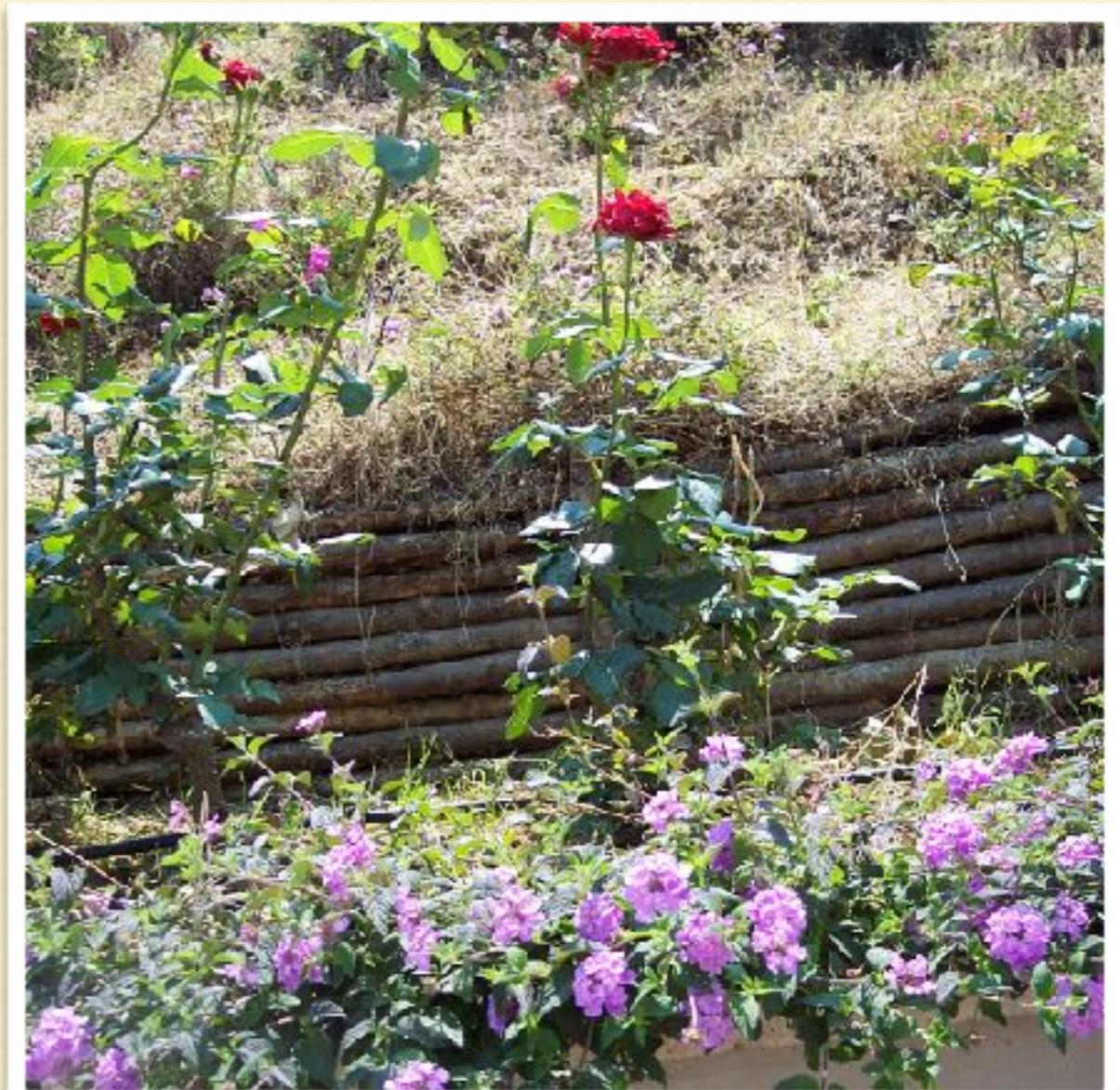
HEUTE ERLAUBE ICH MIR MICH ANZUNEHMEN WIE ICH BIN

- Du bist einzigartig bezaubernd wundervoll, ganz egal welche Eigenheiten von dir du nicht magst. :-)
In dem Moment in dem wir uns selbst gegenüber weich werden und uns selbst liebevoll annehmen verändert sich die Welt. Die Farben fangen an zu leuchten, wir entwickeln Mitgefühl für uns selbst und wir entdecken unser tieferes SEIN, welches mit allem und jedem in dieser Welt verbunden ist.
Dieser Moment ist die Manifestation von LIEBE.



HEUTE ERLAUBE ICH MIR MEINE ÄNGSTE DA SEIN ZU LASSEN

- Ich kenne keinen schnelleren Weg, um uns von unseren Ängsten zu befreien als sie anzunehmen, sie kennen zu lernen und mitten durch sie hindurch zu gehen. Leider hat uns niemand gezeigt wie das geht, aber wenn wir tief in uns selbst hinein spüren, werden wir eine Stimme hören, die uns einlädt uns liebevoll, um unsere Ängste zu kümmern. Unsere Ängste sind wie hilflose kleine Wesen, wie unsere inneren Babies die allein gelassen wurden und sich nicht selbst versorgen können. Sie brauchen unsere liebevolle Aufmerksamkeit. **Atme weich in deinen Körper, dort wo du die Angst spürst und nimm sie wahr ohne in den Verstand zu gehen.**



HEUTE ERLAUBE ICH MIR MEINE SCHWÄCHEN IN DIE ARME ZU NEHMEN

- Warum nur ist es so schwer zu uns zu stehen? Warum dürfen wir uns nicht so zeigen wie wir wirklich sind, sondern meinen immer perfekt, tadellos, erfolgreich da stehen zu müssen? Wer entscheidet darüber, wie wir zu sein haben? **Gerade unsere vermeintlichen Schwächen sind die liebenswerten Feinheiten, die uns besonders machen.** Selbst die Natur ist nicht perfekt aber sie ist vollkommen. So wie jeder von uns. Es ist unsere anerzogene Bewertung, die uns in Schubladen packt. Wir können von dort jederzeit wieder aussteigen, in dem wir es einfach entscheiden.



HEUTE ERLAUBE ICH MIR MICH AN DIE ERSTE STELLE IN MEINEM LEBEN ZU SETZEN

- Es ist paradox; auf der einen Seite sind wir in der heutigen Gesellschaft völlig dem Ego-Wahn verfallen, auf der anderen Seite schaffen wir es nicht uns selbst liebevoll als wichtigsten Menschen in unserem Leben anzuerkennen. Wir machen unsere Gefühle abhängig vom Verhalten und der Anerkennung anderer und leiden darunter. Es gibt jedoch eine andere Realität in die wir eintauchen können, in der wir die Macht über unser Leben zurück bekommen und zum Gestalter unseres eigenen Glückes werden können. **Wir dürfen uns erlauben uns als wichtig und wertvoll zu betrachten und uns mit unserer Wertschätzung uns selbst gegenüber zu verbinden.** Das wird uns heilen und frei von den Abhängigkeiten im Außen machen.



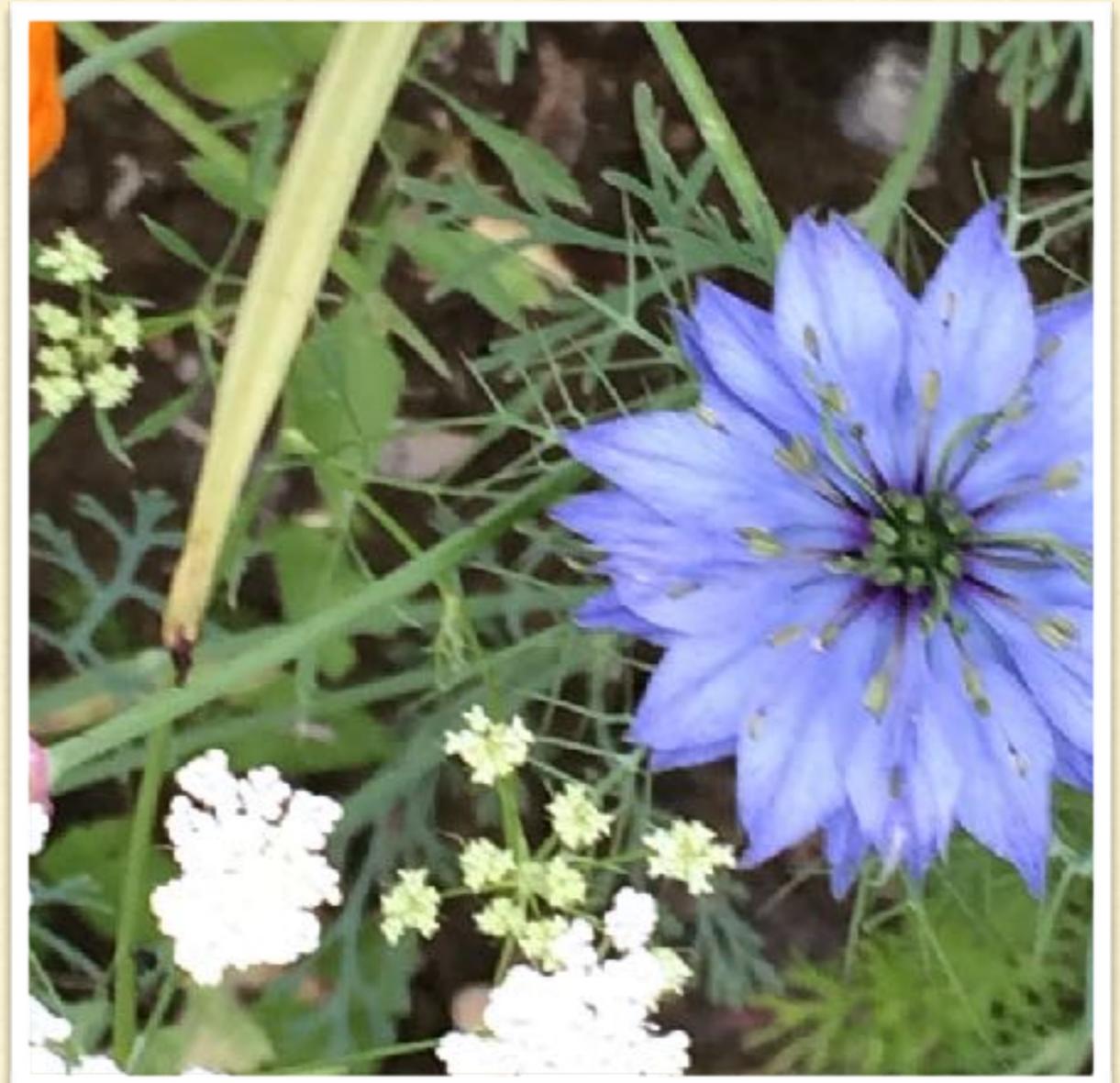
HEUTE ERLAUBE ICH MIR MICH SELBST ZU UNTERSTÜTZEN

- Wir geben unsere Energie her, um anderen zu helfen, die Erwartungen, die an uns gerichtet sind zu erfüllen, im Job, in Freundschaften, in unserer Familie. Manchmal kommen wir in die Situation, in der wir das Gefühl haben, es kommt nicht dasselbe zurück. Dann dürfen wir inne halten und uns fragen, warum wir dann weiter unsere Kräfte verschenken. Sind es alte Muster, die verhindern, dass wir zuerst für uns selbst sorgen? **Wir dürfen uns erlauben uns zu allererst selbst zu unterstützen, damit wir aus vollen Reserven auch wieder geben können.**



HEUTE ERLAUBE ICH MIR EINEN NEUEN WEG ZU GEHEN

- Manchmal wenn wir feststellen, daß wir irgendwo feststecken, nicht weiterkommen, immer wieder dieselben Muster erleben, wirkt es wie eine Erlösung sich die Erlaubnis zu geben einen NEUEN Weg zu gehen. Vielleicht wissen wir noch nicht wie wir das Neue anstellen sollen, aber in uns gibt es eine Kraft, die uns hilft im richtigen Moment die richtige Entscheidung zu treffen und uns über unser Komfortzone hinaus bringt, ganz einfach in dem der nächste kleine Schritt, den wir gehen NEU und ANDERS sein wird. **Hab Vertrauen in deine Intuition, sie kennt deinen Weg, auch wenn du ihn noch nicht sehen kannst.**



HEUTE ERLAUBE ICH MIR, MIR SELBST MUT ZU ZUSPRECHEN

- Immer wenn wir Neues wagen oder besonderen Herausforderungen begegnen, kann es passieren, dass wir uns verunsichert fühlen. Meistens verurteilen wir uns dafür und stehen uns somit selbst im Weg. **Welche Kraft und Ausdauer wir entwickeln können, wenn wir statt dessen liebevoll zu uns selbst stehen, uns trösten und uns selbst aufmuntern, erkennen wir erst wenn wir beginnen an uns selbst zu glauben.**



HEUTE ERLAUBE ICH MIR MICH ÜBER MEINE ERFOLGE ZU FREUEN

- Wenn unsere Freunde Erfolge feiern, freuen wir uns mit ihnen. Wir haben erlebt welchen Mut es gekostet hat, das zu erreichen was sie erreicht haben. Wir würdigen so den Einsatz, den sie auf sich genommen haben. Bei uns selbst passiert es, dass wir es für selbstverständlich halten wenn wir Erfolge erzielen. Das kann ja schließlich jeder. Doch das ist nicht die Wahrheit. Wir haben ebenso Mut und Einsatz erbracht, um dort zu sein wo wir angekommen sind. **Wir dürfen liebevoll zu uns sein und uns für unsere eigenen Leistungen loben. Wir dürfen stolz auf uns selbst sein.**



HEUTE ERLAUBE ICH MIR DANKBAR ZU SEIN

- Wofür bist du heute dankbar? Wir übersehen in unserem Leben oft die Kleinigkeiten, die einen enormen Einfluss auf die Schönheit unseres Lebens haben. Ein schönes Zuhause, liebe Freunde, die Blumen im Garten, ein unerwartetes Kompliment. **Oft sehen wir die wirklichen Schönheiten in unserem Leben gar nicht mehr, doch genau sie sind es, die uns die Fülle der Liebe zeigen, die uns umgibt.**



HEUTE ERLAUBE ICH MIR ZU VERTRAUEN

- Vertrauen ist wie ein Fluß, das dich durch alle Wirbeln des Lebens führt. Es ist wie eine warme Woge der Liebe, die dich auch im schlimmsten Chaos trägt.
- Vertrauen hilft dir dabei, die angstmachenden Gedanken deines Verstandes nicht zu ernst zu nehmen und statt dessen der tiefen klaren Kraft der Liebe zu vertrauen.
- Vertrauen erlaubt dir zu fühlen, dass du nicht alleine bist. Du bist angebunden an die liebevolle Schöpfung. Auch wenn du es vielleicht manchmal nicht fühlen kannst, du bist in jedem Moment getragen, gehalten und geliebt.



Maria Arconti

**entdecke
den
liebevollen
Weg zu dir**

www.bezauberndeaussichten.de

© Maria Arconti www.bezauberndeaussichten.de // Dieses E-Book steht dir zu freien privaten Verfügung

P.S. mehr von mir findest du auf FaceBook unter Maria Arconti - bezauberndeaussichten oder auf meiner Webseite www.bezauberndeaussichten.de