

Ganz Frau Sein

Erlaube Dir alles

PERMISSION

Gib Dir die Erlaubnis alles tun zu dürfen!

Vieles im Leben tun wir einfach nicht, weil wir unbewusst denken, wir dürfen das nicht.

Oft fehlt uns schlichtweg die Erlaubnis...

- alles tun zu dürfen
- alles denken zu dürfen
- alles machen zu dürfen
- Nein zu sagen
- **Für was auch immer**

Die Erlaubnis von...

- unseren Eltern
- der Gesellschaft
- einem selbst
- Gott oder dem Leben
- **Von wem auch immer**

Heute und hier hast Du jetzt die Möglichkeit, die Erlaubnis für ALLES zu erhalten.



Übung

Horche in dich hinein und finde all die selbst gewählten Begrenzungen, die darauf warten, dass du endlich ALLES darfst.

Für WAS im Leben brauchst Du die Erlaubnis?

Und von WEM?

Für WAS im Leben brauchst Du die Erlaubnis? Und von WEM?

Dann lies jeden einzelnen Punkt vor und sage zu dir selbst:
"Alle Erlaubnis ist jetzt da!"

Dies wiederhole, bis Du damit alle Punkte von der inneren Begrenzung in die Erlaubnis geholt hast.

Was hat diese Übung mit Dir gemacht?

FAZIT:

Niemand verbietet Dir im Leben wirklich etwas - das bist nur Du alleine, der sich im Erwachsenenleben etwas verbietet und innerlich begrenzt.

Mache diese Übung, wann immer Du bemerkst, dass Du Dich etwas nicht zutraust oder wo Du Dich klein hältst!