

Heilung des Inneren Kindes - Die Botschaften der guten Eltern - von Vatika Jacob

Die gute Mutter

- Ich liebe Dich.
- Ich liebe Dich so, wie Du bist.
- Ich will Dich, Du bist mir wichtig.
- Du bist etwas ganz Besonderes für mich.
- Ich sehe und ich höre Dich.
- Ich nehme Dich wahr.
- Ich achte Deine Gefühle und Bedürfnisse.
- Du brauchst nicht mehr alleine zu sein, ich Sorge für Dich.
- Ich gebe, was Du brauchst, damit es Dir gut geht.
- Ich beschütze Dich, Du kannst Dich sicher fühlen.
- Meine Liebe erhält Dich gesund.
- Ich liebe für das, was Du bist, unabhängig davon, was Du tust.
- Ich liebe Dich und Du darfst auch anderes sein als ich.
- Du bist richtig, so wie Du bist.
- Ich freue mich an Deiner Lebendigkeit.
- Ich bin für Dich da, wenn Du mich brauchst.
- Ich bin selbst dann für Dich da, wenn Du stirbst.
- Du kannst mir vertrauen.
- Du kannst Deiner Inneren Stimme vertrauen,
Du kannst dem, was Du denkst und fühlst, einfach vertrauen.
- Manchmal werde ich Dir Grenzen setzen und nein sagen
und auch das tue ich aus Liebe zu Dir.
- Du bist schön und ich erlaube Dir ein sexuelles Wesen zu sein.
- Ich spüre Deine Liebe und nehme sie an.

Der gute Vater

- Ich bin für Dich da.
- Ich sehe und ich höre Dich, Du bist mir wichtig.
- Ich bin stolz auf Dich,
Du bist etwas ganz Besonderes für mich.
- Ich freue mich an Deiner Lebendigkeit.
- Ich liebe für das, was Du bist, unabhängig davon, was Du tust.
- Ich beschütze Dich, bei mir bist Du sicher.
- Du kannst in jeder Situation zuversichtlich sein.
- Ich zeig Dir die Welt, ich freue mich mit Dir auf Entdeckungsreisen zu gehen.
- Ich vertraue Dir, ich bin sicher Du gehst Deinen Weg, Du schaffst es.
- Ich werde manchmal Grenzen setzen, um Dir zu helfen, Dich zurecht zu finden.
- Wenn Du umfällst, helfe ich Dir wieder auf.
- Du bist schön, ich erlaube Dir ein sexuelles Wesen zu sein.
- Ich gebe Dir die Erlaubnis, so zu sein wie ich,
aber ebenso erlaube ich Dir, auch besser (mehr) oder weniger zu sein als ich.
- Ich nehme Deine Liebe an und schätze sie.