

21-Tage Selbstliebe-Programm

Tagesplaner

von
Dr. Joshua David Stone

Dieser 21-Tage-Selbstliebe-Tagesplaner ist für diejenigen, die dieses Programm machen wollen, aber vielleicht nicht genau wissen wie. Dieser Planer ist leicht durchzuführen und wird sich im Verlauf der 21 Tage steigern. Sei Dir versichert - es gibt kein Versagen, versuch es nur immer weiter und du wirst den Unterschied bald merken, mach einen Schritt nach dem anderen. Viel Spaß!

Tag 1

- ☉ Guten Morgen! Wach mit einem Lächeln im Gesicht auf und atme das Licht und die Liebe Gottes ein. Rufe deine mächtige ICH-BIN Gegenwart um dein Energiefeld mit einem goldenen Netz zu reinigen. Sprich dann das Seelenmantra:
Ich bin die Seele!
Ich bin die Monade!
Ich bin göttliches Licht!
Ich bin Liebe!
Ich bin Wille!
Ich bin die Bestimmung!
- ☉ Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH-BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum.
- ☉ Starte deinen „Motor“ mit folgenden „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten.
 - ☼ Ich habe bedingungslose Selbstliebe und Selbstwert weil Gott mich erschaffen hat!
 - ☼ Ich bin gesegnet als Sohn und Tochter Gottes!
 - ☼ Sei still und wisse ICH BIN Gott!
 - ☼ Ich bin Gottes Abbild und deshalb bin ich würdig und liebenswert!
 - ☼ Ich bin Gott und weiß es und deshalb verdiene ich völlige bedingungslose Selbstliebe und Selbstwert!
 - ☼ Ich bin in Wahrheit der Christus, der Buddha, das ewige Selbst und deshalb habe ich bedingungslose Selbstliebe und Selbstwert!
 - ☼ Ich bin wahrhaftig eine Inkarnation Gottes, und selbst wenn ich gelegentlich Fehler mache, beeinflusst das nicht meine angeborene bedingungslose Selbstliebe und Selbstwert!
- ☉ Beim Ankleiden bitte die Göttliche Mutter dass sie dir eine rote oder rosa Rose in dein Herz setzt, welche bedingungslose Selbstliebe und Liebe für andere symbolisiert.
- ☉ Du beginnst deinen Tag mit Freude, Liebe und Leichtigkeit in deinem Herzen. Sieh deine 3-flämmige Flamme aus Liebe, Kraft und Weisheit hell brennen. Dies sind die Flammen die deinen Tag erleuchten werden!
- ☉ Nimm die 3x pro Tag für 5-10 Minuten Zeit, um mit deiner persönlichen Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und spirituellen Affirmationen zu arbeiten. Die beste Zeit dafür ist vor oder nach den Mahlzeiten. Auf diese Weise wirst du

immer dran denken. (Affirmationen im Buch „Seelen-Psychologie“ von Dr. Stone)

- ⊗ Beginne dieses Selbstliebe-Programm indem du ein Erfolgs- und Dankes-Tagebuch startest (Wende dafür ca. 20 min. täglich auf – ein geringer Aufwand, wenn man bedenkt, dass der Tag 24 Stunden hat)!
- ⊗ Wenn du meditierst, sende ein besonderes Gebet zum Heiligen Geist um alle bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen aufzulösen und die Ursachen zu 100% zu entfernen. Rufe Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe an, um deine bedingungslose Selbstliebe und Selbstwert zu entwickeln.
- ⊗ Jederzeit, wenn du dich während des Tages unsicher, erschüttert oder nicht zentriert fühlst, visualisiere sofort die 3-flämmige Flamme völlig ausgeglichen und auch deine rote/rosa Rose aus bedingungsloser Liebe mitten in deinem Herzen.
- ⊗ Wenn du duschst, bitte Gott, Christus, den Heiligen Geist, deine mächtige ICH BIN Gegenwart, dein Höheres Selbst, die Aufgestiegenen Meister und die Engel um eine „Liebesdusche“. Damit hast du zwei Arten von Duschen zur gleichen Zeit! Fühle dich auf allen Ebenen deines Seins verjüngt und erfrischt.
- ⊗ Am Ende des Tages wird dir die Gegenwart deines inneren Kindes bewusst. Du gibst dir selbst eine Benotung über deine Fähigkeiten als innere Eltern.
- ⊗ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und rufe deine mächtige ICH BIN Gegenwart, die Meister Djwahl Khul und Sananda und deine Engel für das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst. Beschließe dass du das nur von deiner eigenen mächtigen ICH BIN Gegenwart akzeptierst, sowie von den Meistern des Lichtes Gottes!
- ⊗ Empfehlung: vielleicht möchtest du deine Affirmationen aufnehmen und sie im Hintergrund bei deinen Arbeiten, beim Schlafen oder bei deinen Tagesaufgaben hören. Nutze diese Selbsthypnose-Methode, da sie einfach anzuwenden ist.

Tag 2

- ⊗ Wenn du erwachst fühlst du dich wunderbar, weil du weißt dass die Arbeit zur Entfernung der Kern-Ängste gemacht worden ist! Du bittest nun deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Reinigung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Sprich dann das Seelenmantra.
- ⊗ Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH-BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum.
- ⊗ Starte deinen „Motor“ indem du deine „Essenz“-Affirmationen von gestern wiederum für 5 Minuten wiederholst.
- ⊗ Beim Ankleiden bitte die Göttliche Mutter dass sie dir eine rote oder rosa Rose in dein Herz setzt. Heute möchtest du vielleicht das blaue, flammende Schwert der Kraft in deine rechte Hand als ein Symbol für Motivation, Mut und persönliche Kraft hinzunehmen!
- ⊗ Lass deine drei-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit brennen. Dies sind die Flammen die dein Selbstliebe-Programm stärken.
- ⊗ Arbeite mit persönlicher Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und spirituellen Affirmationen je 5 Minuten vor oder nach den Mahlzeiten. (Affirmationen im Anhand bzw. im Buch „Seelen-Psychologie“ von Dr. Joshua Stone)
- ⊗ Schreibe wieder für ca. 20 Minuten in dein Erfolgs- und Dankbarkeits-Tagebuch. Eine wahrlich lohnenswerte Investition!
- ⊗ Bitte wieder den Heiligen Geist alle bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen aufzulösen und die Ursachen zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und Selbstwert zu entwickeln. Mache dies während Deiner Meditations- oder Gebetszeit!
- ⊗ Jederzeit, wenn du dich während des Tages unsicher, erschüttert oder nicht zentriert fühlst, visualisiere sofort die 3-flämmige Flamme völlig ausgeglichen und auch deine rote/rosa Rose aus bedingungsloser Liebe mitten in deinem Herzen.
- ⊗ Wenn du duscht bitte Gott, Christus, den Heiligen Geist, deine mächtige ICH BIN Gegenwart, dein höheres Selbst, die Aufgestiegenen Meister und deine Engel um eine „Liebesdusche“.
- ⊗ Am Ende des Tages gibst du dir wieder eine Note wie gut du als innere Eltern mit deinem inneren Kind umgegangen bist. Es ist eine gute Idee heute eine Dialogübung mit deinem inneren Kind zu starten – sieh was er/sie zu sagen hat!
- ⊗ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und rufe deine mächtige ICH BIN Gegenwart, die Meister Djwahl Khul und Sananda und deine Engel für das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst. Beschließe dass du das nur von deiner eigenen mächtigen ICH BIN Gegenwart akzeptierst, sowie von den Meistern des Lichtes Gottes!

Tag 3

- ⊗ Du nimmst wahr um wie viel leichter du dich schon nach 2 Tagen fühlst! Du wachst diesen Morgen auf, fühlst dich schon bereit durchzustarten und bittest nun deine mächtige ICH BIN Gegenwart dein Energiefeld mit einem goldenen Netz zu reinigen. Sprich dann das Seelenmantra.
- ⊗ Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH-BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum.
- ⊗ Verbinde dich mit dem Kern deines Seins und sprich für 5 Minuten deine „Essenz“-Affirmationen.
- ⊗ Das Ankleiden am Morgen wird zu einem lustigen Erlebnis! Du setzt nicht nur eine rote oder rosa Rose in dein Herz und nimmst dein flammendes blaues Schwert in die Hand, heute beschließt auch noch, dich in einer gold-weißen Robe zu sehen! Diese Robe steht für das Christus/Buddha Bewusstsein!
- ⊗ Deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit brennt hell!
- ⊗ Deine Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und spirituellen Affirmationen sind nun ein Teil deiner Gebete zu den Mahlzeiten!
- ⊗ Arbeite mit Deinem Erfolgs- und Dankbarkeits-Tagebuch. Füge diesen Tag als Erfolg hinzu.
- ⊗ Erbitte wiederum bei jeder Meditations- oder Gebetszeit beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
- ⊗ Wenn du dich während des Tages unsicher, erschüttert oder nicht zentriert fühlst, visualisiere sofort die 3-flämmige Flamme völlig ausgeglichen und auch deine rote/rosa Rose aus bedingungsloser Liebe mitten in deinem Herzen.
- ⊗ Erwinnere dich daran deine Liebes-Dusche zu nehmen!
- ⊗ Überprüfe deinen gestrigen Dialog mit deinem inneren Kind. Was hast du gelernt? Welche Änderungen kannst du vornehmen? Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern.
- ⊗ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und rufe deine mächtige ICH BIN Gegenwart, die Meister Djwahl Khul und Meister Sananda und deine Engel für das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst. Beschließe dass du das nur von deiner eigenen mächtigen ICH BIN Gegenwart akzeptierst, sowie von den Meistern des Lichtes Gottes!

Tag 4

- ⊗ Du wachst mit dem Gefühl tiefer Dankbarkeit zu Gott auf. Du sagst ein Dankesgebet um die Energie für diesen Tag zu bestimmen! Nun bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz und erbitte von Erzengel Michael sowie von deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
- ⊗ Dehne deine Essenz in dein physisches Sein aus. Tue dies mit den „Essenz-Affirmationen“ für 5 Minuten.
- ⊗ Mit deiner roten/rosa Rose in deinem Herzen, deinem feurigen blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe bist du für den heutigen Tag angezogen!
- ⊗ Deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit erleuchtet dir den Weg!
- ⊗ Deine Mahlzeiten sind nicht vollständig ohne deine Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität.
- ⊗ Die Eintragungen in dein Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch sind der Höhepunkt des Tages.
- ⊗ Meditations- und Gebetszeit ist die Zeit des heiligen Geistes - die auflösende Zeit. Bitte den heiligen Geist alle bedingten Liebe- und Selbstwert-Programmierungen aufzulösen und die Ursachen zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe zur Entwicklung deiner bedingungslosen Selbstliebe und deines Selbstwertes.
- ⊗ Die „Liebes-Dusche“ ist verjüngend!
- ⊗ Beginne eine Visualisierungsübung um dein inneres Kind spielen zu sehen und wie du in bedingungsloser Liebe mit ihm/ihr kommunizierst. Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern.
- ⊗ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und rufe deine mächtige ICH BIN Gegenwart, die Meister Djwahl Khul und Sananda und deine Engel für das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst. Beschließe dass du das nur von deiner eigenen mächtigen ICH BIN Gegenwart akzeptierst, sowie von den Meistern des Lichtes Gottes!

Tag 5

- ⊗ Alles sieht heute besonders hell und schön aus! Wie innen so auch außen! Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart dein Energiefeld mit einem goldenen Netz zu klären und bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
- ⊗ Du beginnst dich mehr und mehr in der Essenz deines wahren Seins zu fühlen. Mache die „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten.
- ⊗ Ganz angekleidet mit deiner roten/rosa Rose, deinem feurigen blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe bist du bereit für den Tag!
- ⊗ Deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit erleuchtet dir den Tag!
- ⊗ Meditationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität stärken deinen Geist und dein Herz!
- ⊗ Deine Eintragungen im Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch werden immer länger und du fragst dich, warum du das nicht schon früher gemacht hast. Du fühlst dich großartig.
- ⊗ Bitte den heiligen Geist alle bedingten Selbstliebe und Selbstwert-Programmierungen aufzulösen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe zur Entwicklung deiner bedingungslosen Selbstliebe und deines Selbstwertes
- ⊗ Mach die „Liebes-Dusche“ zu einem Fixpunkt deines Tages!
- ⊗ Heute geht es in deinem Dialog mit dem inneren Kind darum, stark und liebevoll zu sein. Sage einfach was du fühlst so wie wenn du als innerer Elternteil von Christus überleuchtet wirst. Gib dir wiederum eine Benotung wie gut du deinen inneren Elternpflichten nachkommst.
- ⊗ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und rufe deine mächtige ICH BIN Gegenwart, die Meister Djwahl Khul und Sananda und deine Engel für das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst. Beschließe dass du das nur von deiner eigenen mächtigen ICH BIN Gegenwart akzeptierst, sowie von den Meistern des Lichtes Gottes!

Tag 6

- ⊗ Der erste Gedanke wenn du aufwachst ist: ICH BIN wirklich ein Kind Gottes! Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
- ⊗ Du startest deinen Tag mit deinen „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten.
- ⊗ Du bist nicht ganz angekleidet solange du nicht deine rote/rosa Rose, dein feuriges blaues Schwert und deine gold-weiße Robe anhast.
- ⊗ Deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit erleuchtet dir den Weg!
- ⊗ Sage deine Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität mit Überzeugung!
- ⊗ Zeit für das Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch.
- ⊗ Erbitte beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
- ⊗ Dein Tag ist nicht vollständig ohne „Liebes-Dusche“.
- ⊗ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern und genieße die Visualisierungsübung in der du dich ganz mit deinem inneren Kind in einem wunderschönen Garten in deinem Unterbewusstsein verbindest.
- ⊗ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und rufe deine mächtige ICH BIN Gegenwart, die Meister Djwahl Khul und Sananda und deine Engel für das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst. Beschließe dass du das nur von deiner eigenen mächtigen ICH BIN Gegenwart akzeptierst, sowie von den Meistern des Lichtes Gottes!

Tag 7

- ☉ Gut gemacht! Du hast ein Drittel deines Programms absolviert. Du weißt jetzt schon gut Bescheid was täglich zu tun ist.
 - ☀ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☀ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☀ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe
 - ☀ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☀ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☀ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☀ Erbittle beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☀ „Liebes-Dusche“
 - ☀ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☀ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.

- ☉ Es ist Zeit für eine Rückschau! Sieh dir nochmals dein Erfolgstagebuch an, deine Dialoge und Visualisierungsübungen. Ersuche um Unterstützung von deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart für Vorschläge oder Änderungen.

Tag 8

- ☉ Du startest Tag 8 mit erneutem Enthusiasmus! Vieles wurde in der letzten Woche erreicht und du fühlst schon den Unterschied. Deine täglichen Übungen für heute sind:
 - ☀ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☀ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☀ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner goldweißen Robe
 - ☀ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☀ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☀ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☀ Erbittle beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☀ „Liebes-Dusche“
 - ☀ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☀ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Führe die Vorschläge deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart durch und mache deine Änderungen! Es ist wieder Zeit für einen Dialog - frage dieses Mal dein inneres Kind wie es sich fühlt und welche Änderungen du durchführen könntest. Besinne dich stark und liebend zu bleiben und dass es in Ordnung ist, auf eine liebevolle Art „Nein“ zu deinem inneren Kind zu sagen.
- ☉ Beginne eine Visualisierungsübung in der du dich als ein wahres göttliches Wesen, als Christus und Buddhas zu sehen. Benutze die Affirmation „ Ich bin eine Inkarnation Gottes und so verdiene ich natürlich zu 100 % bedingungslose Selbstliebe und Selbstwert!“

Tag 9

- ☉ Du fühlst in dir eine stärkere innere Eltern- inneres Kind Beziehung. Du kannst es nicht erwarten aufzustehen um dieses Verbindung mit folgenden Übungen weiter zu stärken:
 - ☀ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☀ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☀ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe
 - ☀ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☀ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☀ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☀ Erbitten beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☀ „Liebes-Dusche“
 - ☀ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☀ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Verbringe während deiner Visualisierungsübung etwas ruhige, entspannte Zeit mit deinem inneren Kind. Sieh dich selbst dein inneres Kind umarmen, es lieben und sag ihm dass du auf es aufpassen, schützen, stark und diszipliniert sein wirst, und ihm jederzeit 100%-ige bedingungslose Liebe und Vergebung gibst.
- ☉ Empfehlung: Solltest du anfangen dich bei diesem Programm gelangweilt zu fühlen und deinen Enthusiasmus zu verlieren, sei dir darüber im Klaren dass sich nur dein negatives Ego in deinen Prozess einmischt! Du machst Fortschritte – also hör bitte nicht auf! Halte durch, orientiere dich an deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart und du wirst dich wieder besser fühlen! Durch ein Zwiegespräch mit deinem inneren Kind wird sich das auch aufklären.

Tag 10

- ☉ Welch wunderbarer Tag um bedingungslose Liebe von Gott, dem Heiligen Geist, den Aufgestiegenen Meistern und deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart zu spüren! Das ist nur möglich da du dein Herz für bedingungslose Liebe und Selbstwert öffnest. Gut gemacht! Fahre mit folgendem fort:
 - ☉ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☉ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☉ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe
 - ☉ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☉ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☉ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☉ Erbittle beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☉ „Liebes-Dusche“
 - ☉ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☉ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Visualisierungsübungen mit Gott, Christus, dem Heiligen Geist und deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart erscheinen wie ein gigantisches gold-weißes Licht! Fühle sie um dich und deinem inneren Kind, verbunden durch eine Gruppenumarmung! Fühle und sieh den Liebessegen welcher vom Himmel auf dich herabströmt.

Tag 11

- ☉ Du erwachst, fühlst dich selbstsicher und weißt: "komme was wolle, ich bin ok!" Du weißt den Wert dieses Programms mehr und mehr zu schätzen. Fahre mit den folgenden täglichen Übungen fort:
 - ☀ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☀ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☀ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner goldweißen Robe
 - ☀ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☀ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☀ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☀ Erbitten beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☀ „Liebes-Dusche“
 - ☀ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☀ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Ein guter Tag um deine neuen spirituellen Einsichten über dein Befinden und deine Gefühle seit dem Beginn des 21-Tage-Programmes niederzuschreiben. Füge es auch deinem Dankbarkeits-Tagebuch hinzu.
- ☉ Es ist Zeit wieder mit deinem inneren Kind einen Dialog zu führen. Lade dieses Mal auch deine mächtige ICH BIN Gegenwart dazu ein und führe einen 3-weg Dialog!

Tag 12

- ☉ Ein Lachen auf deinem Gesicht, ein Herz gefüllt mit Liebe – du fühlst dich wie die Sonne wenn du dein Licht und Deine Liebe während des Tages ausstrahlst! Starte den Tag mit deinen täglichen Übungen:
 - ☉ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☉ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☉ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner goldweißen Robe
 - ☉ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☉ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☉ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☉ Erbitten beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☉ „Liebes-Dusche“
 - ☉ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☉ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Der Garten in deinem Unterbewusstsein, wo dein inneres Kind wohnt, wird immer schöner. Du bemerkst neue Blüten und mehr schöne Blumen im ganzen Garten. Das Unkraut stirbt auch und wird herausgerissen. Du möchtest vielleicht etwas in deinem Garten bauen was dein inneres Kind erfreut, wie z.B. ein kleines Kristallhaus, ein neues Blumenbeet, was immer dich inspiriert!

Tag 13

- ☉ Du merkst einen großen Unterschied wie du dich und andere wahrnimmst. Es ist viel mehr Harmonie und Einheit in dir und auch die Beziehungen zu anderen werden immer harmonischer! Deine täglichen Übungen machen dich starklar!
 - ☀ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☀ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☀ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe
 - ☀ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☀ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☀ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☀ Erbittle beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☀ „Liebes-Dusche“
 - ☀ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☀ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Du bemerkst heute dass deine spirituelle Robe noch schöner wird wenn du dich in der Meditation und den Visualisierungsübungen mit deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart verbindest. Du nimmst dich wirklich wahr, nicht nur in Gedanken, sondern dass du wahrhaftig ein Geschöpf Gottes bist!
- ☉ Teile diese Liebe, welche du in deinem Herzen spürst, mit anderen, wie deiner Familie, Freunden, deiner Gemeinde oder der ganzen Welt!

Tag 14

- ☉ Glückwunsch! Danke Gott und dir selbst für die gut getane Arbeit! Du hast 2/3 deines 21-Tages-Programms absolviert. Du hast bereits viel hinter dich gebracht und siehst/fühlst einen deutlichen Unterschied in dir. Motiviere dich weiterhin mit folgenden Übungen:
 - ☼ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☼ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☼ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe
 - ☼ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☼ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☼ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☼ Erbittle beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☼ „Liebes-Dusche“
 - ☼ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☼ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Es ist wieder Zeit für eine Rückschau! Sieh dir deine Tagebucheintragungen, Dialoge und Visualisierungsübungen an. Sei dir deiner Leistungen und der Änderungen, welche du machen musst, bewusst und sei dir klar, dass es ganz OK ist Fehler zu machen – das ist Teil des Lernprozesses.
- ☉ Mit nur einem Drittel des Programms übrig, findest du eine erneuerte Passion zum Leben und du willst dies mit allen teilen! Du hast wahrhaftig spirituelles Gold gefunden!

Tag 15

- ☉ Du wachst mit einem Gefühl von mentaler und emotionaler Klarheit auf. Du fühlst den spirituellen Fluss der Liebe in dir, der dich daran erinnert dass du ein Kind Gottes und somit liebenswert und wertvoll bist, egal was du sagst oder tust! Das Leben ist einfach nicht mehr dasselbe mit folgenden Übungen:
 - ☀ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☀ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☀ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe
 - ☀ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☀ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☀ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☀ Erbittle beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☀ „Liebes-Dusche“
 - ☀ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☀ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Führe eventuelle Änderungen entsprechend deiner gestrigen Auswertungen durch. Du merkst dass du in deiner Mitte bleibst, ohne jegliche Selbstbeurteilung und dennoch stark und liebend dir gegenüber sein!
- ☉ Deine Meditationserfahrungen und Verbindung zu deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart haben eine höhere Oktave erreicht! Du erkennst, dass deine Selbstliebe und dein Selbstwert eine wichtige Rolle in deinem Bewusstsein, und wie du die Welt wahrnimmst, spielen!

Tag 16

- ☼ Du merkst dass es leichter denn je ist, positiv zu bleiben. Das Gefühl von Wohlfühlen auf allen Ebenen deines Seins ist ein unschätzbare Erlebnis! Fahre mit diesen Übungen fort um deine Liebe zu verstärken!
 - ☼ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☼ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☼ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe
 - ☼ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☼ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☼ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☼ Erbitten beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☼ „Liebes-Dusche“
 - ☼ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☼ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepreßt werden, während du schläfst.
- ☼ Heute macht es richtig Freude mit deinem inneren Kind zu kommunizieren, da du spürst wie ausgeglichen, freudig und beschützt sich dein inneres Kind fühlt. Deine Visualisierungsübungen mit deinem inneren Kind fühlen sich großartig an und das Niederströmen von Liebe durch Gott, den Heiligen Geist und deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart ist berauschend!

Tag 17

- ☉ So viel Schwung und Eigendynamik wurde von diesem 21-Tage-Programm erzeugt dass dich nichts mehr aufhalten kann! Die positiven und verblüffenden Veränderungen sind eine wirkliche Belohnung und du weißt, dass die Dinge mit dieser Kraft noch besser werden können. Fahre mit den Übungen fort:
 - ☼ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☼ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☼ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe
 - ☼ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☼ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☼ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☼ Erbittle beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☼ „Liebes-Dusche“
 - ☼ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☼ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Dein Erfolgs- und Dankbarkeits-Tagebuch füllt sich zusehends. Mittlerweile hast du jegliche Vorbehalte aufgelöst, welche du vielleicht anfangs gefühlt hast wenn du dich selbst gelobt hast. Welch Fortschritt!
- ☉ Dialogs- und Visualisierungsübungen sind nun Teil deiner täglichen Routineübungen.

Tag 18

- ☉ Du siehst immer weniger von deinem „alten“ ICH. Dein „neues“ ICH ist nun der Kapitän deines Schiffes! Das beeinflusst auch die Sichtweise wie du die Welt siehst- sicherlich mit neuen Augen und aus der Perspektive der bedingungslosen Liebe!
 - ☀ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☀ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☀ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe
 - ☀ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☀ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☀ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☀ Erbittle beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☀ „Liebes-Dusche“
 - ☀ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☀ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Es ist wieder Zeit für eine Rückschau. Gibt es neue Änderungen? Neue Einsichten? Mache dir immer wieder bewusst dass Fehler positiv sind! Es geht nicht darum während des Programms perfekt zu sein. Du lernst, dass Fehler, Veränderungen und Anpassungen Teil des Wachstumsprozesses sind.

Tag 19

- ☉ Welch großartiges Gefühl jeden Morgen aufzuwachen und sich positiv und mit Liebe, Weisheit und Kraft erfüllt zu fühlen. Die 3-flämmige Flamme inmitten deines Herzens ist mittlerweile sicherlich ein permanenter Bestandteil deines Herzens. Gehe enthusiastisch mit folgenden Übungen in deinen Tag:
 - ☉ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☉ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☉ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe
 - ☉ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☉ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☉ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☉ Erbittle beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☉ „Liebes-Dusche“
 - ☉ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☉ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Dir wird heute bewusst, dass das Erinnern deines Wertgefühl und deines Gefühls von Selbstliebe ein Teil deines Weges ist um Christus / Buddha / Aufgestiegene Meister zu integrieren. Ohne dieses Bewusstsein kann kein wahres Dienen für Gott, deine Brüder und deine Schwestern auf eine ausgeglichene heilige Art auf Erden geschehen. Führe einen Dialog mit deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart wie du bisher deinen Selbstwert und deine Selbstliebe durch dein Dienen zum Ausdruck gebracht hast. Welche Änderungen sind notwendig? Was brauchst du um mit dem Christus-Bewusstsein verbunden zu bleiben?

Tag 20

- ☉ Du fühlst dich großartig! Du spürst das Bewusstsein deines inneren Kindes und die Verbindung zu Dir als innere Eltern. Sich in Harmonie, Offenheit und Einheit mit sich selbst zu fühlen ist die beste Art am Morgen aufzuwachen. Fahre mit folgenden Übungen fort um deine Einstellung zu bewahren!
 - ☼ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☼ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☼ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner gold-weißen Robe
 - ☼ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☼ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☼ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☼ Erbittle beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☼ „Liebes-Dusche“
 - ☼ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☼ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Lobe dich und dein inneres Kind! Lobe Gott! Dir wird bewusst wie weit du es seit Tag 1 gebracht hast. Was für ein Erfolg den du in deinem Tagebuch eintragen kannst. Sieh dir heute nochmals dein Tagebuch an und danke Gott und deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart für all die wundervollen Gelegenheiten für Wachstum, Lernen und Herausforderungen. Schreibe als Höhepunkt des heutigen Tages einen „Lieber Gott“ – Brief der Anerkennung!

Tag 21

- ☉ GLÜCKWUNSCH! Du kannst dir selbst auf die Schulter klopfen! Erlaube Gottes Segen auf dich niederzuströmen. Dein christliches/buddhistisches Lichtkleid war noch nie so schön und mit solchem Glanz erfüllt! Du hast in deinem Bewusstsein einen ganz neuen Weg entwickelt, dich und andere wahrzunehmen. Ein Liebes-Finder statt einem Fehler-Finder zu sein ist eine neue Gewohnheit welche du nie wieder aufgeben willst!
 - ☉ Bitte deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Klärung deines Energiefeldes mit einem goldenen Netz. Bitte Erzengel Michael und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um eine goldene Schutzkuppel um dich herum. Sprich dann das Seelenmantra.
 - ☉ „Essenz“-Affirmationen für 5 Minuten
 - ☉ Bekleide dich mit deiner roten/rosa Rose im Herzen, deinem flammenden blauen Schwert in deiner rechten Hand und deiner goldweißen Robe
 - ☉ Entzünde deine 3-flämmige Flamme der Liebe, Kraft und Weisheit!
 - ☉ Affirmationen für Kraft, Selbstliebe, Unverwundbarkeit und Spiritualität 3 x täglich für 5 Minuten.
 - ☉ Erfolgs- und Dankbarkeitstagebuch
 - ☉ Erbitte beim Heiligen Geist die Auflösung aller bedingten Selbstliebe- und Selbstwertprogrammierungen und die Ursache zu 100% zu entfernen. Bitte Gott, den Heiligen Geist, die Aufgestiegenen Meister und deine mächtige ICH BIN Gegenwart um Hilfe um deine bedingungslose Selbstliebe und deinen Selbstwert zu entwickeln.
 - ☉ „Liebes-Dusche“
 - ☉ Gib Dir wieder eine Note für Deine Fähigkeit als innere Eltern
 - ☉ Bevor du ins Bett gehst, reinige nochmals dein Energiefeld mit dem goldenen Netz. Sprich ein Gebet und bitte um das „Kern-Angst-Matrix-Entfernungsprogramm“ um alle innersten Angstprogrammierungen und bedingten Liebesprogrammierungen in deinem Unterbewusstsein, Bewusstsein und deinen Energiefeldern zu entfernen. Bitte um fortwährendes Arbeiten während du schläfst. Bitte auch um Programmierungen für Selbstlose Liebe und Selbstwert die in dein Unterbewusstsein eingepägt werden, während du schläfst.
- ☉ Mache nochmals eine Rückschau was du alles während dieses Programms vollbracht hast. Du siehst die wundervollen Verbesserungen die du gemacht hast und du wirst dir auch anderer Themen bewusst die Veränderungen benötigen. Das ist gut so, denn positive Veränderungen sind unvermeidlich! Dein inneres Kind ist mit Freude und Liebe erfüllt und fühlt über sich deinen starken Schutz. Du bist mit deiner mächtigen ICH BIN Gegenwart in Gebet und Meditation verbunden. Du überlegst dir, mit diesem Programm weiterzumachen, da die Übungen dir so gut gedient haben? Du weißt, dass das Beibehalten der neuen positiven Gewohnheiten der Schlüssel ist, dein Christus-Ideal zu leben!