

5. Tag Challenge 2022 ONLINE-COMMUNITY MIT SYLVIA KOLK

CHAT – Mein derzeit wichtigster Metta-Satz

- ♥ Möge die Welt gerechter werden und wir mehr teilen
- ♥ Möge ich mich willkommen und geliebt fühlen.
- ♥ möge ich geborgen und geschützt sein
- ♥ Möge ich sicher und geborgen sein
- ♥ Möge ich mich sicher und geborgen fühlen
- ♥ möge ich mich geliebt fühlen
- ♥ Möge ich mich, meine Unzulänglichkeiten und meine Zweifel annehmen.
- ♥ Möge ich gnädig sein (mit mir und anderen)
- ♥ Möge ich in Vertrauen gegründet sein.
- ♥ Mögen alle Menschen frei von Angst leben.
- ♥ Möge ich voll vertrauen sein
- ♥ Möge ich meine Lebendigkeit leben.
- ♥ Möge ich inneren Frieden finden
- ♥ Möge ich bei mir sein
- ♥ Möge ich in Sicherheit leben.
- ♥ Möge ich sicher und geborgen sein
- ♥ Möge ich weich und liebevoll mit mir sein
- ♥ Mögen alle Menschen in Frieden leben
- ♥ May your heart be light and unburdened.
- ♥ May your heart be filled with good hope and good cheer.
- ♥ May your heart be strong and healthy and overflow with loving kindness.
- ♥ Möge ich glücklich sein und Freude
- ♥ Möge ich meine Gefühle und Bedürfnisse akzeptieren.
- ♥ Möge ich zufrieden sein. mögen alle Menschen zufrieden sein.
- ♥ Mögen alle Wesen von liebevoller Güte umfassen sein ist mein Favorit
- ♥ möge ich heiter und leicht durchs Leben gehen
- ♥ ich nehme mich an, wie ich bin
- ♥ Möge ich meinem Herzen trauen.
- ♥ Möge ich leicht durchs Leben gehen
- ♥ Möge ich frei von innerem Groll und Bewertung sein !
- ♥ Möge ich mich geborgen und sicher fühlen.

- ♥ Möge ich leicht und mit Freude durchs Leben gehen. Möge ich voller Vertrauen und voller Zuversicht sein.
- ♥ Möge ich mit Leichtigkeit durch diesen Tag gehen
- ♥ Möge ich mit Leichtigkeit und Freude durch`s Leben gehen.
- ♥ Von Lissy an alle 07:07 PM
- ♥ Möge ich zufrieden und glücklich sein (sehr gut bei Ikea heute :-)
- ♥ Von Jay Kaufmann an alle 07:07 PM
- ♥ Ich mag sehr "ich tue genug, ich bin genug" Starke Medizin.
- ♥ "May I open into wonder.
- ♥ May I lean into love.
- ♥ May I relax into joy.
- ♥ May I fall into freedom."
- ♥ Möge ich dankbar und mit Leichtigkeit durch's Leben gehen
- ♥ "möge ich heiter und gelassen sein!" & "möge ich frei & leicht sein!"
- ♥ Möge ich fröhlich sein. Mögen wir alle gemeinsam fröhlich sein 🤗.
- ♥ mögen alle Wesen sicher und geborgen sein
- ♥ Möge ich in Vertrauen gegründet sein.
- ♥ Möge ich inneren Frieden finden
- ♥ Möge ich in Vertrauen gegründet sein
- ♥ Möge ich mit Leichtigkeit durch's Leben gehen!
- ♥ möge mein Herz weich werden, möge ich innen stark und außen weich sein, möge ich mir die beste Freundin sein
- ♥ Möge ich vertrauensvoll ins Leben gehen.
- ♥ Möge ich mich spüren beim Mitfühlen. Möge ich Frieden erfahren. Möge ich von Liebe umhüllt und erfüllt sein.
- ♥ Mögen alle fühlenden Wesen inneren Frieden finden
- ♥ Möge ich neue Kraftfelder finden
- ♥ möge ich mit sati die ANGST verlieren/verkleinern
- ♥ Möge ich gut für mich sorgen
- ♥ Möge ich voller Vertrauen und Leichtigkeit durchs Leben gehen
- ♥ Möge ich vertrauensvoll entspannen.
- ♥ Mögen wir vertrauen.
- ♥ möge alle Lebewesen inneren Frieden finden

- ♥ Heide: „Möge ich innere Ruhe und Frieden finden“, „Möge ich leicht durchs Leben gehen“, „Möge ich Vertrauen in mich, andere, das Leben haben“
- ♥ Möge ich leicht durchs Leben gehen
- ♥ Möge ich Trost und Heilung finden
- ♥ Möge ich Balance finden im Hier und Jetzt
- ♥ Möge ich barmherzig* zu mir sein. *Das beinhaltet für mich Güte, Geduld Herzöffnung Mitgefühl Frieden.
- ♥ Möge ich frei und verbunden sein.
- ♥ May every cell, every atom, every molecule in your body be healed. May your heart, your mind, your spirit be healed.
- ♥ möge ich Ruhe und Liebe sein
- ♥ Mögen wir liebevoll, freundlich und wertschätzend miteinander umgehen
- ♥ Möge ich freundlich sein. Mit mir und mit Anderen.
- ♥ Mögen wir einen bewohnbaren Planeten hinterlassen. Mögen alle Menschen die Kraft und Weisheit des Mitgefühls erfahren.
- ♥ Möge ich ruhig und gelassen sein!
- ♥ möge ich gegründet sein in Vertrauen und Zuversicht
- ♥ Möge ich innere Ruhe und inneren Frieden finden und möge es in der Welt mehr Frieden geben.
- ♥ Möge ich heiter und gelassen durch den Tag gehen
- ♥ möge ich mich selbst lieben...
- ♥ Möge ich Kraft und Energie durch meine Gegenwärtigkeit spüren
- ♥ Möge ich in meiner Mitte bleiben ... Mögest du glücklich sein ...
- ♥ Möge ich mich sicher und geborgen fühlen
- ♥ Möge ich Mitgefühl und Weisheit kultivieren
- ♥ Möge ich der(heilenden) Intelligenz meines Körpers vertrauen
- ♥ Möge ich mich liebevoll spüren
- ♥ Möge ich im Vertrauen sein.
- ♥ Möge ich mich annehmen wie ich bin. Möge ich im Vertrauen leben.
- ♥ möge ich Entschlusskraft entwickeln und stark werden, um glücklich zu sein
- ♥ Möge ich frei sein von Negativität und Angst. Möge ich mich lieb haben. :)
- ♥ Möge ich mich sicher und geborgen fühlen.
- ♥ Möge ich geschützt und sicher sein. Möge der Frieden in den Herzen aller Menschen anwachsen. Ich bitte zutiefst um Frieden in dieser Welt.

- ♥ Möge ich frei sein von Feindseligkeiten. Möge ich liebevoll mit mir und meinen Schattenseiten sein. Möge ich leicht und freudig durchs Leben gehen. Möge ich mich bedingungslos annehmen so wie ich bin.
- ♥ möge ich in diesem Konflikt meinen Frieden finden möge ich einen heilsamen weg aus dieser Verstrickung finden
- ♥ Möge ich im Vertrauen sein
- ♥ Möge ich leicht durchs Leben gehen.
- ♥ Mögen alle Menschen die Schönheit und Vollkommenheit des Lebens und der Natur erkennen und in Frieden miteinander leben.
- ♥ möge ich gesund und zufrieden sein
- ♥ Möge ich mit Leichtigkeit durchs Leben gehen
- ♥ möge ich in Vertrauen gegründet sein
- ♥ möge ich leicht leben
- ♥ Möge ich Heilung finden.
- ♥ Möge ich Vertrauen und in mich und meine Fähigkeiten haben
- ♥ möge ich heiter und vertrauensvoll durchs Leben gehen
- ♥ Möge ich von Herzen freundlich mit mir sein.
- ♥ Möge ich in Dankbarkeit gegründet sein
- ♥ Möge ich präsent sein.
- ♥ Möge sich meine Ängste und Sorgen auflösen
- ♥ Möge ich leicht durchs Leben gehen
- ♥ Möge ich inneren Frieden finden.
- ♥ möge ich frei von innerem Groll und Bewertung sei
- ♥ May your be your kind and loving best friend. May your life be easy. May you be showered with all blessings. May you live healthy and happy in harmony and peace.
- ♥ Möge ich zuversichtlich sein.
- ♥ Mögen alle Menschen inneren Frieden finden
- ♥ möge ich mich verbunden fühlen
- ♥ Mögen ich und alle Menschen Zuflucht in sich selbst finden, im Herzen.
- ♥ Möge ich achtsam und aufrecht durchs Leben gehen
- ♥ Möge ich fürsorglich sein mit mir.
- ♥ Möge ich mich mit ganzem Herzen freundlich annehmen so wie ich bin
- ♥ Mögen wir unsere Verbundenheit spüren und füreinander sorgen.
- ♥ Möge ich geborgen und geschützt sein. Möge ich heil sein

- ♥ Möge ich erkennen das alles miteinander verbunden ist
- ♥ May my heart be light. May my heart be unburdened. May my heart be filled with good hope and good cheer.
- ♥ Möge ich mich aus der Erstarrung lösen
- ♥ Mögen alle Menschen sich mit Respekt begegnen
- ♥ Möge ich inneren Frieden erlangen
- ♥ Möge ich mutig und frei durchs Leben gehen