

# Der 6 Schritte Prozess des Inner Bonding

<https://innerbonding-community.de/ch/at>  
[info@innerbonding-community.de](mailto:info@innerbonding-community.de)

## Schritt 1

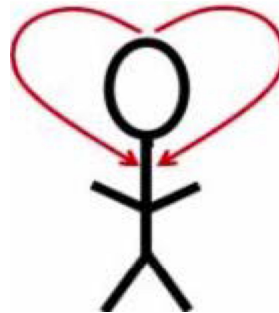
Ich nehme meinen Körper wahr.  
Wenn ich etwas anderes wahrnehme als Frieden



Ich übernehme die Verantwortung für meine Gefühle

## Schritt 2

Ich gehe in die Absicht, mich selbst und andere lieben zu lernen



Ich verbinde mich mit meiner..... spirituellen Führung

Ich bringe Liebe und Mitgefühl zu meinen Gefühlen

## Schritt 3

Dialog mit meinem Inneren Kind und meinem verwundeten Selbst



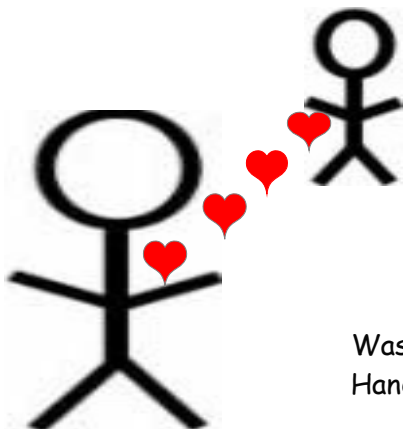
Was versuche ich zu kontrollieren oder zu vermeiden?

Was tue ich, was diese Gefühle verursacht?

Identifiziere deine Glaubenssätze !

## Schritt 4

Dialog mit meiner Höheren Führung, meiner Intuition



Was ist hier die Wahrheit?

Was ist die liebevolle Handlung für mein Inneres Kind ?

## Schritt 5

Ich führe die liebevolle Handlung aus



## Schritt 6

Ich evaluiere die liebevolle Handlung



Wie fühle ich mich?  
Fühle ich mich sicherer?  
Habe ich mehr Vertrauen?  
Fühle ich mich mehr geliebt von mir selbst?