

Пример Развернутой
Формулы Прощения
Мужа/Жены

- Я прошу прощения у Мужа за свое раздражение по отношению к нему
- Я прошу прощения у Жены за свое раздражение по отношению к ней
- Я прошу прощения у Мужа за свои обиды на него и упреки в его адрес
- Я прошу прощения у Жены за свои обиды на нее и упреки в ее адрес
- Я прошу прощения у Мужа за то, что недостаточно дорожила им
- Я прошу прощения у Жены за то, что недостаточно дорожил ею
- Я прошу прощения у Мужа за свои претензии и придирки к нему
- Я прошу прощения у Жены за свои претензии и придирки к ней

- Я прошу прощения у Мужа за свою неспособность «слышать» его
- Я прошу прощения у Жены за свою неспособность «слышать» ее
- Я прошу прощения у Мужа за свой контроль и недоверие к нему
- Я прошу прощения у Жены за свой контроль и недоверие к ней
- Я прошу прощения у Мужа за то, что недостаточно ценила наши отношения
- Я прошу прощения у Жены за то, что недостаточно ценил наши отношения
- Я прошу прощения у Мужа за то, что возможно, в недостаточной мере удовлетворяла потребности Мужа в сексе и нежности
- Я прошу прощения у Жены за то, что возможно, в недостаточной мере удовлетворял потребности Жены в сексе и нежности
- Я прошу прощения у своего Мужа за то, что искала причину проблем в нем
- Я прошу прощения у своего Жены за то, что искал причину проблем в ней

- Я прощаю Мужа за все наши ссоры и конфликты с ним
- Я прощаю Жену за все наши ссоры и конфликты с ней
- Я прощаю Мужа за всю ту боль, которую он причинил мне
- Я прощаю Жену за всю ту боль, которую она причинила мне
- Я прощаю Мужа за все грубые и обидные слова, которые он говорил в мой адрес
- Я прощаю Жену за все грубые и обидные слова, которые она говорила в мой адрес
- Я прощаю Мужа за то, что считала, что он не любит меня, за его холодность и безразличие
- Я прощаю Жену за то, что считал, что она не любит меня, за ее холодность и безразличие
- Я прощаю Мужа за то, что он не ценил меня
- Я прощаю Жену за то, что она не ценила меня

- Я прощаю Мужа за все его действия и поступки, которые заставляли меня чувствовать себя плохой и никчемной
- Я прощаю Жену за все ее действия и поступки, которые заставляли меня чувствовать себя плохим и никчемным
- Я прощаю своего Мужа за его желание контролировать меня
- Я прощаю свою Жену за ее желание контролировать меня

- Я стираю все воспоминания обо всех ссорах и конфликтах со своим Мужем и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ссорах и конфликтах со своей Женой и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда мне казалось, что мой Муж не любит меня и он безразличен ко мне, и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда мне казалось, что моя Жена не любит меня и она безразлична ко мне, и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я испытывала чувство вины по отношению к своему Мужу и не оправдывала его ожиданий, и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я испытывал чувство вины по отношению к своей Жене и не оправдывал ее ожиданий, и полностью забираю из них всю энергию

- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда мой Муж не соответствовал моим ожиданиям, и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда моя Жена не соответствовала моим ожиданиям, и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда мне было больно из-за критики моего Мужа, грубых и обидных слов в мой адрес, и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда мне было больно из-за критики моей Жены, грубых и обидных слов в мой адрес, и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я чувствовала себя плохой и никчемной в отношениях с моим Мужем, и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я чувствовал себя плохим и никчемным в отношениях с моей Женой, и полностью забираю из них всю энергию

- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я проявляла неуважение и недоверие к своему Мужу, и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я проявлял неуважение и недоверие к своей Жене, и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я испытывала страх одиночества и чувствовала свою зависимость от Мужа, и полностью забираю из них всю энергию
- Я стираю все воспоминания обо всех ситуациях, когда я испытывал страх одиночества и чувствовал свою зависимость от Жены, и полностью забираю из них всю энергию

- Отныне я с легкостью и удовольствием строю открытые и доверительные отношения со своим Мужем
- Отныне я с легкостью и удовольствием строю открытые и доверительные отношения со своей Женой
- Отныне я легко контролирую свои эмоции в отношениях с моим Мужем
- Отныне я легко контролирую свои эмоции в отношениях с моей Женой
- Впредь я обещаю себе перестать сравнивать моего Мужа с другими мужчинами, переделывать, контролировать его и лезть к нему со своими советами
- Впредь я обещаю себе перестать сравнивать мою Жену с другими женщинами, переделывать, контролировать ее и лезть к ней со своими советами

- Впредь я спокойно и доброжелательно отношусь к чертам характера моего Мужа и концентрирую свое внимание на его положительных качествах
- Впредь я спокойно и доброжелательно отношусь к чертам характера моей Жены и концентрирую свое внимание на ее положительных качествах
- Впредь я позволяю себе находиться в состоянии позитивной отстраненности по отношению к словам и поступкам моего Мужа
- Впредь я позволяю себе находиться в состоянии позитивной отстраненности по отношению к словам и поступкам моей Жены
- Отныне я не испытываю чувства вины по отношению к своему Мужу
- Отныне я не испытываю чувства вины по отношению к своей Жене
- Впредь я люблю и уважаю своего Мужа таким, каким его создал Бог
- Впредь я люблю и уважаю свою Жену такой, какой ее создал Бог

- Отныне я самая привлекательная и желанная женщина для своего Мужа
- Отныне я самый привлекательный и желанный мужчина для своего Жены
- Отныне я выбираю спокойную и радостную жизнь, наполненную счастьем с моим любимым Мужем
- Отныне я выбираю спокойную и радостную жизнь, наполненную счастьем с моей любимой Женой
- Впредь я знаю, что мой Муж любит меня, и я наслаждаюсь его вниманием и заботой обо мне
- Впредь я знаю, что моя Жена любит меня, и я наслаждаюсь ее вниманием и заботой обо мне