

Affirmationen für Wohlbefinden

- Ich habe es verdient, mich wohlzufühlen.
- Meine positiven Gedanken tragen dazu bei, mein Wohlbefinden zu stärken.
- Ich befreie mich jetzt von allem, was mir nicht mehr dient.
- Ich gebe jede Form von Widerstand in mir auf.
- Ich bin bereit, all die verdrängte Wut, all meine Sorgen und Ängste loszulassen.
- Ich lasse all meine schmerzlichen Erfahrungen aus der Vergangenheit los.
- Ich erlaube mir, all meinem Groll in Luft aufzulösen und Frieden zu finden.
- Ich bin frei von Schmerzen und vollkommen gelöst.
- Ich mache mich frei von der Meinung anderer.
- Ich lasse sämtliche Einschränkungen los. Ich erlaube mir, ich selbst zu sein.
- Jeden Tag komme ich mehr in meine innere Kraft.
- Ich bin offen und annahmefähig für alles Gute.
- Ich bin dankbar für meinen gesunden & starken Körper.
- Ich liebe und akzeptiere mich so wie ich bin.
- Für all die Selbstkritik vergebe ich mir selbst. Damit ist jetzt Schluss.
- Ich bin mit all meinen Gefühlen in Frieden.
- Ich vergebe mir liebevoll. Ich bin frei.
- Ich halte jeden Tag Ausschau nach neuen Möglichkeiten, meinem Körper meine Liebe zu beweisen.
- Schritt für Schritt entwickle ich neue, gesunde Gewohnheiten.
- Ich achte & wertschätze meinen Körper mit jeder Stunde mehr.
- Ich lebe ein erfülltes Leben in Dankbarkeit.
- Ich verdiene das Beste und nehme das ab sofort auch an.
- Ich befreie mich von jeglicher Spannung und begrüße Momente der Ruhe & Erholung.
- Ich fühle mich wohl in meinem wunderbaren Körper.
- Ich liebe alles an mir.
- Wohlbefinden ist mein natürlicher Zustand.
- Ich zeige mich frei & voller Freude.
- Ich bin in Frieden mit meinem Leben.