

Affirmationen für gesunde Haut

- Ich schätze mich und meine Fähigkeiten.
- Ich erkenne mich selbst an.
- Ich liebe & akzeptiere mich genauso wie ich bin.
- Ich löse mich von allen Situationen der Vergangenheit, die Scham in mir hervorgerufen haben.
- Ich lassen jetzt den Ärger los, an dem ich lange festgehalten habe.
- Ich respektiere die Meinung anderer. Mehr aber auch nicht.
- Ich lasse meine Sorgen los, wie meine Mitmenschen über mich denken oder urteilen könnten.
- Ich löse mich von dem Gedanken, allen gefallen zu wollen.
- Ich befreie mich von jeglicher Anspannung. Ich bin frei.
- Ich hole mir meine Power zurück.
- Ich Sorge gut für mich, indem ich meinen Bedürfnissen nachkomme.
- Ich schenke der Stärke in mir meine volle Aufmerksamkeit.
- Mit jedem Sonnenaufgang schätze ich meine positiven Eigenschaften mehr.
- Ich nehme Herausforderungen mit Freude & Leichtigkeit an.
- Mit jedem neuen Tag fühle ich mich wohler in meiner Haut.
- Ich befreie mich von Beziehungen, die nicht meinem Wohle dienen.
- Ich ziehe nur liebevolle & wohlgesonnene Menschen in mein Leben.
- Ich glaube an meine Möglichkeiten.
- Mein Leben entwickelt sich zu meinem Besten.
- Ich nehme mir Zeit für die Dinge, die mir wichtig und gut für mich sind.
- Ich habe alle Zeit, die ich brauche.
- Ich befreie mich von meinen Zweifeln & Ängsten und genieße die dadurch gewonnene Leichtigkeit in meinem Herzen.
- Meine Welt ist sicher und freundlich.
- Ich entscheide mich jetzt, mich zu lieben und dem Leben zu vertrauen.
- Wundervolle Erfahrungen erwarten mich, die ich mit Freude erlebe.
- In jeder Lebenssituation bewahre ich Ruhe & Zuversicht.
- Ich nehme mein Recht von nun an stärker wahr, mich in aller Freiheit auszudrücken.
- Ich äußere meine Wünsche und Gefühle offen.