

Heute bin ich voller Energie und Freude.

Ich nehme mich so an, wie ich bin.

Ich bin stolz auf mich und alles,  
was ich erreicht habe.

Ich entscheide mich heute  
glücklich zu sein.

Ich bin offen und empfänglich  
für alles Gute.

Ich verfüge über genug Energie, um  
alles, was ich plane, zu erreichen.

Ich schätze mich für alles, was ich bin.

Ich achte mich und Sorge für  
meine Gesundheit.

Ich bin jeder Herausforderung gewachsen.

Ich bin eine unaufhaltsame Kraft  
und zu allem fähig.

Ich bin in Frieden mit allem, was  
passiert ist und passieren wird.

Ich bin voller Talente und Fähigkeiten.

Ich vertraue mir selbst und meinem Körper.

Ich bin zu mehr fähig, als ich denke.

Alles, was ich brauche,  
trage ich bereits in mir.

Mein Leben ist voller Möglichkeiten.

Ich werde geliebt und respektiert.

Ich glaube an mich und meine Fähigkeiten.

Ich achte auf meine Bedürfnisse.

Jeden Tag fällt es mir leichter,  
mich so zu akzeptieren, wie ich bin.

Ich finde mein  
persönliches Glück.

Ich bin mutig, mich meinen  
Angsten zu stellen.

Mein Wert ist nicht von  
anderen abhängig.

Ich erkenne und entferne das aus  
meinem Leben, was mir nicht gut tut.