

223 Glaubenssätze

OM dich gesund



POSITIVE GLAUBENSsätze/AFFIRMATIONEN

1. Ich bin gesund, glücklich und voller Energie.
2. Ich fühle mich jeden Tag stärker und gesünder.
3. Ich fühle mich in meinem Körper wohl.
4. Mein Immunsystem ist stark und schützt mich.
5. Ich liebe und akzeptiere mich so, wie ich bin.
6. Ich achte und höre auf die Signale meines Körpers.
7. Ich fühle, wie sich mein Körper selbst heilt und erneuert.
8. Ich atme immer tief, frei und ruhig.
9. Ich liebe jede Zelle meines Körpers
10. Ich fühle mich in diesem Körper wohl
11. Ich behandle meinen Körper liebevoll und achtsam
12. Ich gebe meinem Körper alles, was er braucht
13. Jeder Atemzug gibt mir Kraft und Heilung
14. Ich bin vollständig gesund und tue alles dafür
15. Mein Körper wird geheilt und ich nehme diese Heilung an
16. Meine Gesundheit ist vollkommen
17. Ich liebe mich und bin vollkommen gesund.
18. Jeder Zelle meines Körpers ist vollkommen gesund.
19. Ich liebe meinen Körper und tue gut für ihn.
20. Ich habe ein langes, gesundes, liebevolles und glückliches Leben.
21. Ich fühle mich von Tag zu Tag in jeder Hinsicht immer besser und besser.
22. Der Fluss des Lebens fließt frei in mir.
23. Ich lasse zu, dass Liebe alle Teile meines Körpers durchströmt, reinigt und heilt.
24. Ich erkenne das wunderbare und grossartige Potential meines Körpers und empfinde es als Privileg, in ihm leben zu dürfen.
25. Ich bemerke die Signale meines Körpers und erkenne, was gut für mich ist.
26. Mit jedem Atemzug befreit sich mein Körper und wird gesund und heil.
27. Meine Knochen sind hart und stabil.
28. Jeder Zelle meines Körpers geht es gut.
29. Ich bin gesund.
30. Ich erfreue mich bester Gesundheit.
31. Ich lebe ein langes, gesundes und glückliches Leben.
32. Ich erreiche alle meine gesundheitlichen Ziele.
33. Ich führe ein gesundes Leben.
34. Mein Körper ist mir sehr wichtig.

35. Mein Körper ist mein Tempel.
36. Bewegung tut mir gut.
37. Ich habe immer mehr Spass am Sport.
38. Ich bin fit, gesund und durchtrainiert.
39. Ich bin stark und gesund.
40. Ich habe einen schönen Körper.
41. Ich achte auf meine Ernährung.
42. Ich ernähre mich ausgewogen und gesund.
43. Ich esse immer mehr Obst und Gemüse.
44. Ich trinke immer genug Wasser.
45. Ich bin heil und gesund.
46. Ich bin gesund und schlank.
47. Ich bin dankbar für alles Gute in meinem Leben.
48. Ich liebe mich und deshalb Sorge ich für meinen Körper.
49. Ich liebe meinen Körper.
50. Ich liebe jede Zelle meines Körpers.
51. Ich spüre meinen Körper als harmonisches Ganzes.
52. Ich achte auf die Botschaft meines Körpers.
53. Grenzenlose Energie strömt durch meinen Körper.
54. Ich atme tief, ruhig und entspannt.
55. Jeder Atemzug schenkt mir Kraft.
56. Ich bin kraftvoll und lebendig.
57. Ich bin körperlich und geistig flexibel.
58. Ich bin im Fluss mit dem Rhythmus meines Körpers.
59. Ich bin jederzeit jung und dynamisch.
60. Ich spüre und genieße meine Gesundheit.
61. Ich bin pures Leben.
62. Alle Zellen meines Körpers sind jederzeit auf Heilung ausgerichtet.
63. Alle meine Körperzellen sind glücklich und gesund.
64. Mein Körper ist gesund und schön.
65. Ich liebe jede Zelle meines Körpers.
66. Heilende Energie strömt durch meinen Körper.
67. Ich achte auf mein Denken und wähle bewusst gesunde Gedanken.
68. Ich bin kraftvoll, beweglich und ausdauernd.
69. Ich bin körperlich, seelisch und geistig flexibel.
70. Ich achte auf die Signale meines Körpers.

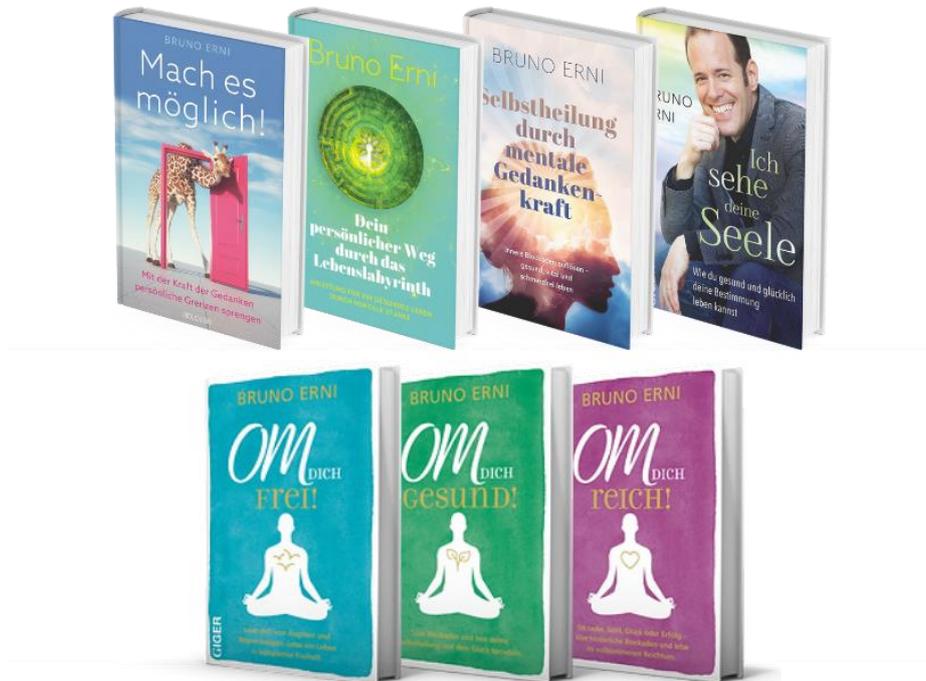
71. Ich lebe im Rhythmus meines Körpers.
72. Ich bin strahlende Lebenskraft
73. Ich liebe mich so, wie ich bin.
74. Ich liebe meinen Körper so, wie er ist.
75. Ich akzeptiere und liebe mich so, wie ich bin.
76. Ich bin dankbar, dass mein Körper mir so gut dient.
77. Meine glücklichen Gedanken tragen dazu bei, meinen gesunden Körper zu erschaffen.
78. Mein Körper weiss, wie er sich heilt.
79. Ich bin zuhause in meinem Körper. Alles ist gut.
80. Jede Zelle in meinem Körper ist gesund und strahlt Gesundheit aus.
81. Meine Gesundheit ist vollkommen.
82. Ich bin gesund, heil und mit Freude erfüllt.
83. Ich bin dankbar für meinen gesunden Körper.
84. Ich bin vollkommen, ich bin ganz, ich bin gesund.
85. Mein Körper ist stark, beweglich und kraftvoll.
86. Ich bin freundlich und liebevoll zu meinem Körper.
87. Ich kann mich sicher fühlen mit meiner perfekten Gesundheit.
88. Ich habe einen schönen, gesunden, glücklichen Körper.
89. Ich fühle mich gut und das strahle ich auch aus.
90. Ich bin stark.
91. Ich bin gesund, stark, fit und voller Energie.
92. Jeden Tag wird mein Körper stärker und gesünder.
93. Mein Körper ist mein Tempel.
94. Ich nehme mir Zeit für mein Essen und genieße es.
95. Ich bin mein Erschaffer. Ich bin mein Ein und Alles.
96. Ich liebe mich selbst und bin kerngesund.
97. Jede Zelle meines Körpers ist glücklich. Jede Körperzelle fühlt sich gut. Ich bin glücklich und gesund.
98. Jeden Tag lebe ich gesünder und gesünder und fühle mich besser und besser.
99. Ich bin geheilt, erholt und voller Vitalität.
100. Ich bin ganz gesund.
101. Ich liebe und wertschätze meinen Körper.
102. Ich bin voller Liebe, Energie und Kraft.
103. Ich fühle eine Welle positiver Energie in meinem Körper, Kopf und Geist.
104. Ich liebe mein Leben. Mein Leben ist gut.
105. Ich bin dankbar für mein Leben.

106. Ich bin es wert, komplett gesund zu sein. Es steht mir zu, glücklich und gesund zu sein.
107. Ich bleibe den Rest meines Lebens gesund.
108. Ich kann mein Leben jederzeit anpassen, um zu voller Gesundheit zu kommen.
109. Ich danke jedem Atom in meinem Körper dafür, dass es meinen fantastischen, gesunden Körper unterstützt.
110. Ich freue mich darauf, meinen Körper zu unterstützen. Mein Körper ist perfekt.
111. Heute ist ein guter Tag.
112. Je älter ich werde, desto gesünder werde ich.
113. Ich strahle positive Energie aus. Das macht mich gesund.
114. Ich bin ruhig und zufrieden. Ich bin im Einklang mit mir selbst.
115. Ich gönne mir den Schlaf, den ich brauche.
116. Ich habe positive Gedanken, die meine Heilung fördern.
117. Ich entscheide mich für Gesundheit und Wohlbefinden.
118. Ich bin glücklich und gesund.
119. Mein Immunsystem ist ein starker, intelligenter und engagierter Beschützer meines Körpers.
120. Ich bin frei und fühle mich gesund.
121. Mein Körper ist ein Haus des Wohlbefindens.
122. Ich atme tief durch und jeder Atemzug gibt mir Kraft.
123. Ich habe Vertrauen in meine Heilung.
124. Je mehr ich mich entspanne, desto gesünder werde ich.
125. Mein Geist ist klar und harmonisch.
126. Ich glaube an die Heilkraft in mir, die jede Wunde heilt.
127. Ich bin immer und überall ganz, heil und vollkommen geschützt.
128. Ich behandle meinen Körper mit Respekt und achte seine Grenzen.
129. Ich empfinde meinen Körper als harmonisches Ganzes.
130. Mein Körper produziert jede Minute eines jeden Tages neue gesunde Zellen.
131. Ich bin voller Energie, Freunde und Lebenskraft in allem, was ich tue.
132. Ich habe Kraft, in Gesundheit und Vitalität zu gedeihen.
133. Jeder Teil meines Körpers erfüllt seine Aufgaben leicht und natürlich.
134. Ich vertraue mir und meinen Selbstheilungskräften.
135. Jede Zelle meines Körpers strahlt Vitalität aus.
136. Ich behandle meinen Körper behutsam und liebevoll.
137. Ich bin kraftvoll, lebendig und ausdauernd.
138. Meine Chakren sind in perfekter Harmonie.
139. Ich bin in vollkommener Harmonie.
140. Mein Körper weiss, wie er sich heilt.

141. Ein Leben in Gesundheit steht mir zu.
142. Mein Immunsystem ist stark.
143. Mein Körper ist von heilender Kraft erfüllt.
144. Ich bin umgeben von gesunder, heilender und positiver Energie.
145. Ich lasse alles los.
146. Meinen Körper durchströmt eine heilende Energie.
147. Ich bin stark.
148. Ich liebe es zu fühlen, wie mein Körper auf einem optimalen Niveau funktioniert.
149. Ich liebe mich.
150. Ich habe mich entschieden, gut und gesund zu leben.
151. Ich bin zu 100% gesund in meinem Körper.
152. Ich fühle herrliche, dynamische Energie. Ich bin aktiv und lebendig.
153. Licht leuchtet aus jeder Zelle meines Körpers, mit jedem Schritt bin ich vollkommen.
154. Mein Körper kennt den Heilungsweg, ich folge diesem Weg.
155. Meine Gesundheit ist vollkommen.
156. Mein Geist und mein Körper sind in perfekter Balance. Ich bin ein harmonisches Wesen.
157. Ich entspanne mich und vertraue meinen Selbstheilungskräften.
158. Alle Zellen meines Körpers werden mit jedem Atemzug gesünder und vitaler.
159. Ich erhalte meine Gesundheit durch positive Gedanken.
160. Mein Körper ist der Tempel meiner Seele, ich finde Ruhe in mir.
161. Mein Körper ist ausgeglichen, gesund und gedeiht.
162. Ich werde ein langes und gesundes Leben zu führen.
163. Ich behandle meinen Körper wie einen reinen Tempel.
164. Ich bin bereit, heilende Energie zu erhalten.
165. Ich bin vollkommen gesund.
166. Ich bin stark und gesund.
167. Mein Körper weiss am besten, was ich brauche und ich gebe ihm das gerne.
168. Ich bin der lebendige Ausdruck göttlicher Vollkommenheit.
169. Ich liebe meinen Körper und Sorge gut für ihn.
170. Ich werde auf völlig neue Weise gesund.
171. Mein Körper ist auf die Weisheit des Universums abgestimmt.
172. Ich bin stark.
173. Ich liebe jede Zelle meines Körpers.
174. Ich bin bereit, an meine Fähigkeit zu glauben, Heilung und Glück zu schaffen.
175. Ich habe durch meine Geburt ein Recht auf bedingungslose Gesundheit.

176. Ich bin voller Vertrauen. Mein Körper weiss alles was er wissen muss und er hat alle Mittel um Gesundheit zu erschaffen.
177. Ich genieße strahlende Energie von innen.
178. Ich besitze natürliche, strahlende Heilkraft, die jetzt in mir arbeitet.
179. Mir geht es gut.
180. Ich schaffe eine positive, mentale Einstellung.
181. Ich höre auf meinen Körper und helfe seinen Bedürfnissen.
182. Meine Gesundheit ist mein kostbarstes Gut, und ich pflege sie mit Liebe und Achtsamkeit.
183. Ich bin dankbar für meinen gesunden Körper und gehe sorgsam damit um.
184. Ich Sorge für ausreichend Ruhe und Schlaf, um meinen Körper und Geist zu regenerieren.
185. Ich wähle positive Gedanken, um mein emotionales Wohlbefinden zu fördern.
186. Ich gebe meinem Körper die nötige Aufmerksamkeit und liebevolle Pflege, die er verdient.
187. Meine Selbstfürsorge ist von grosser Bedeutung, und ich nehme mir regelmässig Zeit für mich selbst.
188. Ich vertraue meinem Körper und weiss, dass er die Fähigkeit zur Selbstheilung besitzt.
189. Ich erkenne, dass Gesundheit ein ganzheitlicher Zustand ist und pflege deshalb auch meinen Geist und meine Seele.
190. Ich bin geduldig mit mir selbst und erlaube mir, Fortschritte in meinem eigenen Tempo zu machen.
191. Ich bin kreativ und finde innovative Wege, um meine Gesundheit zu verbessern.
192. Ich wähle positive Affirmationen, um mein Unterbewusstsein auf Gesundheit und Wohlbefinden zu programmieren.
193. Ich bin stolz auf meine Fortschritte in Richtung einer gesünderen Lebensweise.
194. Ich erkenne die Kraft der Selbstheilung in mir und vertraue darauf, dass mein Körper sich selbst regenerieren kann.
195. Ich nehme mir Zeit, um in der Natur zu sein und mich mit ihrer heilenden Energie zu verbinden.
196. Ich bin verantwortungsbewusst und kümmere mich um meine Gesundheit in allen Lebensbereichen.
197. Ich bin achtsam und höre auf die Bedürfnisse meines Körpers, um ihm das zu geben, was es braucht.
198. Ich umgebe mich mit inspirierenden Büchern, Artikeln und Informationen, die meine Gesundheit unterstützen.
199. Ich gebe meinem Geist regelmässig Ruhe und Sorge für mentale Entspannung.
200. Ich erlaube mir, Spass zu haben und Freude zu empfinden, da dies ebenfalls zur Gesundheit beiträgt.

201. Ich bin flexibel und offen für neue Erkenntnisse und Ansätze, um meine Gesundheit zu verbessern.
202. Ich pflege positive Beziehungen, die mir Freude bereiten und mich unterstützen.
203. Ich wähle bewusst gesunde Lebensmittel, um meinen Körper mit allen wichtigen Nährstoffen zu versorgen.
204. Ich höre auf meinen Körper und erkenne die Zeichen, die er mir gibt.
205. Ich bin dankbar für die kleinen Dinge, die meine Gesundheit jeden Tag verbessern.
206. Ich schaffe mir einen harmonischen Lebensraum, der meine geistige Gesundheit unterstützt.
207. Ich erkenne meine eigenen Bedürfnisse und setze sie in Bezug auf meine geistige Gesundheit an erste Stelle.
208. Ich habe die Fähigkeit, meine Gedanken zu lenken und positive Denkmuster zu kultivieren.
209. Ich öffne mich für neue Ideen und Perspektiven, um meinen geistigen Horizont zu erweitern.
210. Ich glaube an meine geistige Stärke und habe das Vertrauen, dass ich alle mentalen Herausforderungen meistern kann.
211. Ich vertraue auf meine Intuition und lasse sie mich auf meinem geistigen Weg führen.
212. Ich wähle bewusst positive und unterstützende Worte, um mein geistiges Wohlbefinden zu fördern.
213. Ich verbinde mich mit meiner inneren Weisheit und lasse sie mich auf meinem geistigen Weg leiten.
214. Ich bin bereit, meine geistige Gesundheit aktiv zu pflegen.
215. Ich glaube fest daran, dass ich über alle notwendigen Fähigkeiten verfüge, um geistig gesund und stark zu sein.
216. Ich bin mir meiner inneren Stärke bewusst und vertraue darauf, dass ich geistige Herausforderungen meistern kann.
217. Ich lebe im Hier und Jetzt und konzentriere mich auf meine geistige Gesundheit in diesem Moment.
218. Ich achte auf meine geistige Energie und pflege sie durch positive Gedanken und Handlungen.
219. Ich vertraue auf meine geistige Führung und erlaube ihr, mich auf meinem Weg zu unterstützen.
220. Ich schaffe mir einen geistigen Raum, der Kreativität und Inspiration fördert.
221. Ich bin dankbar für meinen geistigen Reichtum und entwickle ihn kontinuierlich weiter.
222. Ich erkenne meine geistige Kraft und nutze sie, um mein volles Potenzial zu entfalten.
223. Ich pflege eine positive Einstellung und wähle bewusst optimistische Gedanken, um meine geistige Gesundheit zu fördern.



Du möchtest an Deinen Glaubenssätzen arbeiten? Deine persönlichen Grenzen sprengen? Gesund und glücklich deine Bestimmung leben? Dann sind diese Bücher genau das Richtige für Dich!

Viel Spass beim Lesen!

Dein Bruno



shop.brunoerni.com