

Affirmationen

Erfolg

1. Es ist leicht für mich Erfolg zu haben.
2. Es ist mir ein Bedürfnis, mein Leben nach meinen Vorstellungen und Ansprüchen frei zu gestalten.
3. Es ist mein Lebensrecht, erfolgreich zu sein.
4. Mein Erfolg sichert mir den Wohlstand, den ich für mich und meine Familie verdiene.
5. Erfolg bedeutet für mich Freude, Sicherheit und Versorgung.
6. Ich gehe an jedem Tag, in jedem Augenblick, einen weiteren Schritt in Richtung meines Erfolges.
7. Ich bin jetzt offen und bereit, Erfolg in mein Leben fließen zu lassen.
8. Erfolg strömt mir mit Leichtigkeit zu.
9. In Verbindung mit meiner Lebensaufgabe und meiner Berufung, ist Erfolg wie von alleine in meinem Leben.

Geld

1. Geld ist Energie, die mir unbegrenzt zur Verfügung steht.
2. Ich habe freien Zugang zu dieser Geld-Energie.
3. Ich erlaube es mir, in der absoluten Fülle zu leben und Reichtum zu empfangen.
4. Ich verdiene es, ganzheitlich und auf allen Ebenen versorgt zu sein.
5. Es ist mein göttliches Recht, reich zu sein.
6. Mein Reichtum ermöglicht es mir, ein freies Leben zu führen und andere Menschen zu unterstützen.
7. Ich gebe und ich empfangen. So bin ich am Kreislauf der Fülle angeschlossen.
8. Für mich ist es leicht und einfach, soviel Geld zu haben, wie ich brauche. Und sogar noch mehr.

Partnerschaft für Frauen

1. Ich bin eine schöne und begehrte Frau.
2. Ich bin eine tolle Frau.
3. Ich verdiene es, die Männer kennenzulernen, die ich gerne möchte.
4. Meine Ausstrahlung macht mich schön.
5. Ich liebe und ich akzeptiere mich so wie ich bin, auch wenn ich zur Zeit keinen Partner habe.
6. Männer die mich sehen, sind von mir fasziniert.
7. Es ist leicht für mich, den Mann kennenzulernen, den ich möchte und der zu mir passt.
8. Durch meine Offenheit und meine Ausstrahlung ziehe ich die wunderbare Liebesbeziehung in mein Leben, die ich verdiene.
9. Ich ziehe die Männer an, die mich mit Respekt behandeln.
10. Männer genießen meine Gegenwart.
11. Es ist einfach für mich, die Aufmerksamkeit der Männer auf mich zu ziehen, die ich begehre.
12. Ich verdiene einen liebevollen Mann.
13. Ich erlaube es mir, meine Sexualität auszuleben.

Partnerschaft für Männer

1. Ich bin ein toller Mann.
2. Es ist leicht für mich, die Aufmerksamkeit jeder Frau auf mich zu ziehen, die ich begehre.
3. Ich verdiene es, mit jeder Frau zu schlafen mit der ich gerne möchte.
4. Es ist einfach für mich, mit jeder Frau eine anregende, interessante Unterhaltung zu führen.
5. Ich bin ein begehrenswerter, interessanter Mann.
6. Jede Frau die mich sieht, möchte mich gerne kennen lernen.
7. Mein gutes Aussehen und meine Ausstrahlung machen mich für jede Frau interessant.
8. Durch mein gesundes Selbstvertrauen, ist es leicht für mich, die Frauen zu küssen, die ich begehre.
9. Frauen wollen in meiner Nähe sein und genießen meine Gegenwart.
10. Auch wenn ich zur Zeit keine Freundin habe, nehme ich mich so an wie ich bin.
11. Ich kann soviel Sex haben wie ich möchte.
12. Ich ziehe Frauen magisch in meinen Bann.
13. Es ist leicht für mich, Frauen zu verführen.

Idealgewicht

1. Ich liebe und ich akzeptiere mich, auch wenn ich mein Idealgewicht noch nicht erreicht habe.
2. Ich wähle es, mein Idealgewicht mit Leichtigkeit zu erreichen und zu halten.
3. Es ist leicht und einfach für mich, mich in meinem Körper wohl zu fühlen.
4. Andere Menschen schenken mir bewundernde Blicke wegen meiner guten Figur und meiner Schönheit.
5. Ich verdiene es, in Harmonie mit meinem Körper zu leben und erreiche mit Freude mein Idealgewicht.
6. Um glücklich und zufrieden zu sein, brauche ich keine Süßigkeiten und keine Schokolade. Ich bin aus mir selbst heraus glücklich und zufrieden.
7. Meine gute Gesundheit und mein Idealgewicht gehören zusammen.

Rauchfrei

1. Weil ich nicht mehr rauche, kann ich wieder frei atmen.
2. Trotzdem ich zur Zeit noch rauche, nehme ich mich so an wie ich bin.
3. Ich wähle es für mich, auch ohne Zigarette entspannt zu sein.
4. Es ist leicht für mich, auf das Rauchen zu verzichten.
5. Ein Leben ohne Zigaretten bedeutet für mich eine höhere Lebensqualität. Ich lebe gesund und habe mehr Geld für andere Dinge.
6. Nikotin ist Gift für meinen Körper. Ich brauche dieses Gift nicht.
7. Ich entscheide mich dafür, rauchfrei zu sein.

Alkoholfrei

1. Ich wähle es für mich, auch ohne Alkohol entspannt und fröhlich zu sein.
2. Es ist leicht für mich, auf Alkohol zu verzichten.
3. Der Alkohol bringt mich auf einen Weg auf dem es kein Ankommen gibt.
4. Ein Leben ohne Alkohol bedeutet für mich eine höhere Lebensqualität. Ich lebe gesund und habe mehr Geld für andere Dinge.
5. Auch wenn ich Alkoholiker bin, nehme ich mich vollkommen an.
6. Ich werde geliebt und akzeptiert, obwohl ich Alkoholiker bin.
7. Alkohol ist Gift für meinen Körper. Ich brauche dieses Gift nicht.

Selbstannahme

1. Ich liebe mich so wie ich bin.
2. Meine Lebensfreude ist ein Teil von mir.
3. Ich spüre die Liebe Gottes in mir und um mich.
4. In diesem wunderbaren Augenblick bin ganz und gar in meiner eigenen Vollkommenheit verankert.
5. Meine Seele ist schön und liebenswert und strahlt aus mir heraus.
6. Ich bin ein Wesen Gottes und bin daher mit Liebe und Erfüllung gesegnet.
7. Ich bin voller positiver Gedanken und bin jetzt bereit für gute Veränderungen in meinem Leben.

Menschen

1. Der Mensch ist ein göttliches Wesen.
2. Ich nehme jeden Menschen so an wie er ist und schenke ihm meine Liebe.
3. Ich bin dankbar für jede wahrhaftige Begegnung mit anderen Menschen.
4. Ich genieße die Gegenwart anderer Menschen und andere Menschen genießen die meine.
5. Es ist leicht und einfach für mich, mit den Menschen, die mich umgeben, in Harmonie zu leben.
6. Ich bin eins mit Allen und Allem im Universum und deshalb zu jeder Zeit verbunden.
7. Ich fühle mich sicher im Umgang mit Menschen und Menschen haben Vertrauen zu mir.

Lebensfreude

1. Heute ist ein wunderbarer Tag, und ich genieße jeden Augenblick
2. Ich lebe ganz im Hier und Jetzt. Und so denke ich Gutes und lade Gutes in mein Leben ein.
3. Ich bin dankbar für mein wunderbares Leben, denn alles ist gut so wie es ist. Das Universum sorgt für mich.
4. Ich blicke voller Vertrauen in meine Zukunft und weiß, dass meine Zukunft mir Gutes bringt.
5. Harmonie, Ruhe und Friede sind in mir. Freude erfüllt mein Herz an diesem und an allen Tagen.

Liebe

1. Liebe ist die Essenz des Lebens und strömt in mich hinein.
2. Ich empfang die Liebe mit offenem Herzen und in freudiger Erwartung.
3. Ich bewahre die Liebe in mir voller Dankbarkeit und Freude.
4. Die Liebe erfüllt mein ganzes Sein mit Sinn.
5. Im Einklang mit dieser Liebe in mir, bin ich bereit meiner wahren Liebe zu begegnen.
6. Im Gleichklang unserer Herzen stille ich meine Sehnsucht nach Verbundenheit. So bin ich glücklich.

Gesundheit

1. Gesundheit ist mein Lebensrecht, und ich verdiene es, vollkommene Gesundheit in Anspruch zu nehmen.
2. Ich wähle für mich ganzheitliche Gesundheit und erfreue mich an ihr.
3. Ich bin dankbar für meine gute Gesundheit und achte sie.
4. In meinem Gesundsein bin ich im Einklang mit der Energie des Lebens.
5. Meine Gesundheit ermöglicht mir ein Leben in Freiheit und Freude.

Vergebung

1. Vergebung macht mich frei und harmonisch.
2. Ich wähle Vergebung als meinen Beitrag zum Frieden für mich und andere.
3. Ich vergebe. Dadurch bin ich frei und bereit für Neues in meinem Leben.
4. Für mich ist es leicht zu vergeben, da ich im Einklang mit dem Universum lebe.
5. Vergebung ist gut für mein Seelenheil.

Allgemeine, kurze Affirmationen

1. Ich bin schön.
2. Ich bin liebenswert.
3. Ich bin begehrenswert.
4. Das Universum sorgt für mich.
5. Ich bin ein wunderbarer Mensch.
6. Ich bin voller Liebe.
7. Meine Seele ist schön.
8. Gutes ist in meinem Leben.
9. Ich erwarte Gutes.
10. Ich denke und sage nur Gutes.
11. Ich verdiene Gutes.
12. Ich bin dankbar.
13. Ich bin voller Vertrauen.
14. Ich bin voller Licht.
15. Ich genieße mein Leben.
16. Ich erlaube es mir, Spaß zu haben.
17. Ich sehe die Welt mit den Augen eines Kindes.
18. Ich erreiche alles was ich mir vorgenommen habe mit Leichtigkeit.

19. Ich bin göttlich.
20. Ich bin ein Wunder.
21. Ich bin authentisch.
22. Mein Lachen macht mich schön.
23. Ich mag mich.
24. Ich habe einen schönen Körper.
25. Ich liebe meinen Körper.
26. Ich sage ja zum Leben.
27. Ich bin offen und ehrlich.
28. Ich bin gelassen.
29. Ich bin glücklich.
30. Ich bin reich.
31. Ich bin stark.
32. Ich bin vollkommen.

Copyright: Affirmations-CD, Michael Carstensen