



BELIEVE IN YOURSELF!

MODUL 2 GEDANKENPFADE

BEISPIELSÄTZE FÜR AFFIRMATIONEN

Diese Affirmationen aus den verschiedenen Lebensbereichen sollen dir nicht als Vorgabe, sondern vielmehr als Inspiration für deine eigenen Glaubenssätze dienen. Zögere nicht, sie nach deinem Empfinden und deinen individuellen Zielen umzuformulieren.

AFFIRMATIONEN ZUR MOTIVATION, DIESE REGELMÄßIG ZU SPRECHEN

Mithilfe meiner Affirmationen erreiche ich meine Ziele extrem schnell.

Meine Affirmationen sind immer wirksamer und effektiver.

Meine Affirmationen helfen mir, noch erfolgreicher zu sein.

Jeden Tag mache ich meine Affirmationen.

Ich vertraue darauf, beim Affirmationstraining alles richtig zu machen.

Die Verbindung zu meinem Unterbewusstsein wird immer besser und intensiver.

Voller Vorfreude lenke ich meine Gedanken täglich in eine glückliche und erfolgreiche Zukunft.

Meine Affirmationen helfen mir, meine Ziele spielend leicht zu erreichen.

Ich bemerke im Alltag immer öfter, was sich durch meine Affirmationen verändert.

SELBSTBEWUSSTSEIN, SELBSTLIEBE, LOSLASSEN UND POSITIVES DENKEN

MODUL 2 GEDANKENPFADE



BELIEVE IN YOURSELF!

Ich bin wertvoll und liebe mich, wie ich bin.

Liebe und Harmonie erfüllen mein Leben.

Ich habe eine positive Ausstrahlung.

Ich bin umgeben von Menschen, die mich lieben und respektieren.

Ich bin immer in Sicherheit und geschützt.

Ich bin in Frieden mit mir und meiner Umwelt.

Ich bin es wert, geliebt zu werden.

Ich bin ein fröhlicher Mensch.

Ich bin attraktiv und sexy.

Ich vertraue auf mich und das Universum.

Ich lebe gesund und glücklich.

Ich bin unabhängig von der Meinung anderer Menschen.

Ich liebe und akzeptiere mich, so wie ich bin.

Ich verdiene es, gut behandelt zu werden.

Ich erlaube mir, für meine Bedürfnisse einzustehen.

Die Meinung fremder Menschen ist mit egal.

Ich mache nur das, was ich wirklich möchte.

Meine Zeit ist kostbar.

Ich nehme mir Zeit für mich selbst.

Ich stehe für mich ein.



BELIEVE IN YOURSELF!

Meine Meinung zählt.

Ich bin wichtig.

Ich verdiene nur das Allerbeste.

Es ist mein Leben.

Ich entscheide über meine Zukunft.

Mein Leben liegt in meiner Hand.

Ich lebe mein Leben so, wie ich es für richtig halte.

Ich werde immer selbstbewusster.

Ich bin selbstbewusst, souverän und gelassen.

Ich verzeihe X.

Ich verzeihe mir selbst.

Ich lasse los.

Ich erlaube mir loszulassen.

Ich verabschiede alles, was überflüssig geworden ist.

Ich kann meine Gefühle beherrschen.

Immer wenn ich mich schlecht fühle, frage ich mich „Für was auf dieser Welt bin ich dankbar?“

Immer wenn ich eine Niederlage erlebe, frage ich mich, was ich ab jetzt anders machen kann, damit ich aus ihr gestärkt hervorgehe.

Ich denke stets positiv und förderlich.

Ich bin glücklich.



BELIEVE IN YOURSELF!

Ich habe alles, was ich brauche.

Ich bekomme immer genau das, was ich gerade brauche.

Alles was ich wirklich will, kann ich erreichen.

Ich schaffe das.

Ich vertraue auf meine Intuition.

LIEBE, PARTNERSCHAFT, FAMILIE UND FREUNDSCHAFTEN

Liebe und Harmonie erfüllen mein Leben.

Ich lebe in Einklang und Harmonie mit meinen Bedürfnissen und meiner Umwelt.

Ich werde geliebt.

Ich bin umgeben von positiven Menschen.

Andere Menschen sind mir freundlich gesinnt.

Ich habe viele erfüllende Freundschaften.

Ich lerne viele interessante Menschen kennen und mache Sie zu meinen Freunden.

Mein Freundeskreis wächst immer weiter.

Ich bin eine interessante Person.

Ich bin ein sehr guter Zuhörer.

Ich bin immer pünktlich.

Ich habe Charisma.

Mir fällt immer etwas Lustiges oder Interessantes zu erzählen ein.

Die Menschen mögen und respektieren mich.

Ich habe eine positive Ausstrahlung.



BELIEVE IN YOURSELF!

Ich verbreite immer gute Laune.

Ich bin locker und offen.

Ich lerne jede Menge interessante Menschen kennen.

Ich ziehe immer mehr attraktive Persönlichkeiten in mein Leben.

Ich lerne einfach und schnell viele hübsche Frauen/Männer kennen.

Ich traue mich, fremde Männer/Frauen anzusprechen.

Ich habe eine starke männliche/weibliche Ausstrahlung und bin sehr attraktiv.

Ich erlaube mir, mich schön zu finden.

Ich stehe zu meiner Sexualität.

Ich habe immer besseren Sex.

Ich habe eine/n Frau/Mann, die/der in jeder Hinsicht perfekt zu mir passt.

Ich habe eine/n Frau/Mann, die/der mich emotional mitreißt.

Ich bin bereit, meine/n Seelenverwandte/n kennenzulernen.

Ich lebe in Liebe und Harmonie zusammen mit meiner/m Traumfrau/Traummann/Familie.

Meine Beziehung zu X wird immer positiver und harmonischer.

Ich bin glücklich verheiratet.

In mir sprudelt eine unendliche Quelle der Liebe.

Ich habe eine positive Beziehung zu meinen Kindern.

Meiner Familie geht es jeden Tag besser.

Ich kann sehr gut mit Menschen umgehen.

Ich erkenne die treibenden Kräfte hinter den Menschen.

Ich verstehe immer besser, was in anderen Menschen vorgeht.

Ich bin sehr empathisch.



BELIEVE IN YOURSELF!

FITNESS, GESUNDHEIT UND AUSSEHEN

Mein Körper ist mein Tempel und ich achte gut auf ihn.

Ich achte auf meine Gesundheit.

Ich bemerke die Signale meines Körpers und erkenne, was gut für mich ist.

Mir geht es mit jedem Tag in jeder Hinsicht besser und besser.

Mit jedem Atemzug befreit sich mein Körper und wird gesund und heil.

Mein Magen entspannt sich.

Jeder Zelle meines Körpers geht es gut.

Ich bin gesund.

Ich erfreue mich bester Gesundheit.

Ich habe ein langes, gutes, gesundes und glückliches Leben.

Ich achte auf gesunde und frische Luft.

Ich habe endgültig aufgehört zu rauchen.

Ich setze meine Vorhaben konsequent in die Tat um.

Mit Disziplin und Fleiß erreiche ich alle meine Ziele.

Ich bin motiviert und diszipliniert.

Sobald der Wecker klingelt, bin ich hellwach und stehe sofort auf.

Ich arbeite kontinuierlich an mir selbst und meinen Zielen.

Ich arbeite jeden Tag x Stunden daran, meine Ziele zu verwirklichen.

Voller Energie verfolge ich meine Ziele.

Ich führe ein gesundes Leben.

Mein Körper ist mir sehr wichtig.

Sport tut mir gut.

Ich habe immer mehr Spaß am Sport.

Immer wenn ich ins Fitness-Studio gehe, fühle ich mich gut.



BELIEVE IN YOURSELF!

Ich mache täglich ein bisschen Sport.

Ich gehe gerne spazieren.

Täglich bewege und trainiere ich meinen Körper.

Ich bin fit, gesund und durchtrainiert.

Ich verfüge über herausragende Fitness, Kraft und Ausdauer.

Ich habe einen schönen Körper.

Ich bin schön.

Ich bin attraktiv und sexy.

Ich erlaube mir, mich schön zu finden.

Ich bin schlank.

Ich wiege x kg.

Ich esse nur, wenn ich Hunger habe.

Ich achte auf meine Ernährung.

Ich ernähre mich ausgewogen und gesund.

Ich koche gerne frisch und gesund.

Ich liebe frische und gesunde Lebensmittel.

Ich esse immer mehr Obst und Gemüse.

Wenn ich durstig bin, bemerke ich es sofort.

Ich trinke immer genug Wasser.

GELD, REICHTUM, BERUF UND ERFOLG

Ich bin eine erfolgreiche Geschäftsfrau und habe Spaß an meiner Arbeit.

Ich habe Wohlstand und ein glückliches Leben verdient.

Ich mache immer mehr Umsatz.

Geld fließt aus allen Kanälen zu mir.



BELIEVE IN YOURSELF!

Ich bin kreativ und erfolgreich mit meinen Ideen.

Geld ist gut.

Mit Geld kann ich viel Positives bewirken.

Mein Leben ist reich und erfüllt.

Ich bin reich.

Ich verdiene immer mehr Geld.

Ich bekomme jede Menge Geld.

Ich habe so viel Geld, dass ich alles kaufen kann, was ich will.

Ich gehöre zu den X besten Prozent meines Studiengangs.

Ich schaffe den perfekten Berufseinstieg.

Ich bekomme meinen Traumjob.

Ich gehe einer Tätigkeit nach, die mich voll und ganz erfüllt.

Ich genieße den Respekt meiner Mitarbeiter, Kollegen und Vorgesetzten.

Immer mehr Menschen erkennen den Wert meiner Arbeit.

Alle meine Mitarbeiter unterstützen mich bei meiner Vision.

Wir sind ein effektives und harmonisches Team.

Ich bin der/die Top-Manager(in) bei Firma X.

Ich bin der/die beste Mitarbeiter(in)/ Vorgesetzte/ Chef(in) aller Zeiten.

Ich stelle (ab jetzt) immer Mitarbeiter ein, die genau richtig sind.

Ich werde immer effizienter und produktiver.

Ich setze meine Vorhaben konsequent in die Tat um.

Mit Disziplin und Fleiß erreiche ich alle meine Ziele.

Ich bin motiviert und diszipliniert.

Ich arbeite kontinuierlich an mir selbst und meinen Zielen.

Ich arbeite jeden Tag x Stunden daran, meine Ziele zu verwirklichen.



BELIEVE IN YOURSELF!

Voller Energie verfolge ich meine Ziele.

Ich leiste stets exzellente Arbeit.

Ich lerne täglich Neues und wachse über mich hinaus.

Ich werde immer verhandlungssicherer.

Meine Werbung schlägt ein wie eine Bombe.

Ich komme auf immer neue Verkaufsstrategien.

Ich bin der/die erfolgreichste Verkäufer/in unserer Unternehmensgeschichte.

EXPLIZITE WÜNSCHE UND TRÄUME

Ich bin Millionär/in.

Ich lebe glücklich in meiner Traumvilla.

Ich reise mit Leichtigkeit und vollkommen sicher um die Welt.

Ich bin mutig und wandere alleine auf dem Pilgerpfad X.

Ich fahre mein Traumauto.

Ich gewinne bei Wettbewerb X.

Bevor ich x Jahre alt bin, habe ich die Welt umsegelt/ den Mount Everest bestiegen/ den Taj Mahal besucht.

usw.