



Lichtkoppler Licht - Energetik

Tägliche Affirmationen

Thymusdrüse

Ich liebe
Ich glaube
Ich vertraue
Ich bin dankbar und mutig

Lunge

Ich bin tolerant
Ich bin bescheiden

Leber

Ich bin aus tiefsten Herzen froh und glücklich
Ich mache auch andere glücklich

Gallenblase

Ich nehme jeden Menschen so an wie er ist
Ich wende mich auch anderen voller Liebe zu
Ich bin ausgeglichen und friedlich

Milzpankreas

Ich bin voller Sicherheit und Selbstvertrauen
Ich glaube und vertraue auf meine Zukunft

Niere

Ich wende mich, voller liebe meinem Partner zu
Meine Sexuellen Energien sind ausgeglichen

Dickdarm

Ich lasse los was nicht mehr zu mir gehört
Ich bin von Grund auf rein und gut
Ich bin es wert geliebt zu werden
Alles ist gut so wie es ist

Kreislauf

Die Vergangenheit ist vorbei und kommt nie wieder
Gelassen und harmonisch gehe ich durch mein Leben
Ich bin großzügig und tolerant

Herz

Ich verzeihe mir und anderen
Ich liebe mich selbst so wie ich bin
Ich wende mich anderen voller Liebe zu

Magen

Ich nehme das Leben so wie es ist
Ruhig und gelassen gehe ich durch mein Leben
Ich bin zu frieden

Schilddrüse

Ich bin leicht und beschwingt
Ich bin hoffnungsfroh



Lichtkoppler Licht - Energetik

Dünndarm

Ich denke wirklich positiv
Ich weiß, alles will mir nur dienen und helfen
Mein Herz hüpft vor Freude
Ich bin aus tiefstem Herzen froh und dankbar

Blase

Ruhig und gelassen gehe ich durch mein Leben
Ich bin ausgeglichen und friedlich
Es geht mir gut

Thymusdrüse

Ich liebe
Ich glaube
Ich vertraue
Ich bin mutig und dankbar

Ich bin die Liebe und das Licht
Ich lebe im Licht
Ich lache im Licht
Ich bin das Licht
ich bin

Vor jeder Übung tief ein und aus atmen, dann drei mal hintereinander aufsagen