



AFIRMACJE NA KAŻDY DZIEŃ

Odkryjmy razem MOC, którą od zawsze miałaś w sobie

1.

Jestem
zdrowa

2.

Jestem
bezpieczna

3.

Jestem
kochana

4.

Jestem
wartościowa

5.

Jestem
zrelaksowana

6.

Jestem pełna
mocy

7.

Jestem
uważna

8.

Jestem
wolna

9.

Jestem
dorosła

10.

Jestem
wdzięczna

11.

Jestem tutaj
teraz

12.

Wierzę
w siebie

13.

Ufam swoim
uczuciom

14.

Zawsze
sobie poradzę

15.

Jestem dla
siebie dobra

16.

Idę za swoją
Prawdą

17.

Mam wiele
talentów

18.

Mogę
na siebie liczyć

19.

Oddycham
głęboko

20.

Obserwuję
swoje myśli

21.

Skupiam się
na tu i teraz

22.

Wybaczam
sobie wszystko

23.

Obserwuję
swoje emocje

24.

Dziękuję
za moje życie

25.

Kocham
siebie

26.

Jestem obecna
dla siebie

27.

Jestem obecna
dla bliskich

28.

Jestem wolna
od oczekiwań

29.

Ufam
Życiu

30.

Zgadzam się
na siebie



patigarg.pl

KWIECIEŃ 2021