

Willkommen zu Tag 34!

Ich habe gerade über die Ereignisse und Gespräche meines Tages nachgedacht – einige waren angenehm, einige einfach nur ok und einige, die ich am liebsten zurücknehmen würde. Geht es dir genauso? Ja? Ich weiß es, es gut uns allen so, aber dann passiert etwas, ein Gedanke, eine neue Richtung, ein Gefühl, ein Wort eine Bewegung, ein Lächeln, ein Anruf, ein Abendspaziergang, etwas Lustiges oder vielleicht – eine überraschende E-Mail und dann: BAM! Die Stimmung verändert sich. Eine andere Ausrichtung. Die Aufmerksamkeit fließt in eine andere Richtung. Ich war müde, aber jetzt fühle ich mich fantastisch. Ich bin dankbar. Wow! Ich fühle mich so gut. Ich glaube, ich habe mehr Kontrolle über meine Gefühle, als ich vor 10 Minuten dachte. Du auch!!

Heutige Tagesperspektive

Deine Dankbarkeitsliste muss riesig sein. Schau sie dir mal an. Schreib noch 3 Dinge heute auf. Fühle es, wertschätze es und genieße es!

Hier sind noch ein paar Sachen, um dich gut zu fühlen.

- Ich bin es wert, geliebt zu werden.
- Ich bin eine liebende Person.
- Je mehr ich liebe, umso mehr Liebe kehrt zu mir zurück.
- Liebe ist ewig und nie endend.
- Ich nähre mein inneres Kind.
- Ich bin verantwortlich für mein Leben, ich treffe liebende Entscheidungen.
- Jeder Erfolg, den ich erreiche, verstärkt in mir den Wunsch nach mehr.
- Ich kann alles erreichen, was ich mir vorstelle.
- Ich habe die Fähigkeit, jeden Aspekt meines Erfolges zu visualisieren.
- Meine Fähigkeit ist größer als jede Herausforderung, der ich gegenüber stehe.
- Ich mache das Beste aus meinem Leben und aus jedem Tag.
- Ich setze mich dafür ein, mein Leben mit Leidenschaft zu leben.
- Ich nutze meine einzigartigen Fähigkeiten, um mich und andere zu bereichern.
- Ich glaube an die Zukunft der Menschheit.
- Ich bringe das Beste in andern zum Vorschein.
- Ich habe mich von der Gewohnheit zu kritisieren gelöst.
- Ich schaue auf das Gute in anderen, und sie reagieren auf mich.
- Ich liebe andere Menschen, und sie lieben mich wieder.
- Ich begrüße den Tag mit Liebe im Herzen.
- Ich suche Dinge, die ich an anderen mag und finde sie.
- Meine Liebe schafft heute Gelegenheiten für mich.
- Ich setze mir Ziele, die meine wirklichen Bedürfnisse und Wünsche widerspiegeln.
- Heute richte ich meinen Blick darauf zu definieren, was ich will.
- Ich bin bereit, Anstrengungen zu unternehmen, um meine Ziele zu erreichen.
- Ich genieße den Prozess, mir lohnenswerte Ziele zu setzen und sie zu erreichen.
- Ich setze meine Ziele auf die richtige Art und Weise.
- Ich suche an den richtigen Stellen Rat.
- Ich prüfe alle Optionen, wenn ich wichtige Entscheidungen treffe.
- Ich kann den Wert von Ratschlägen gut beurteilen.
- Ich bin ehrlich mit mir selbst in Bereichen, die Verbesserung bedürfen.
- Ich bleibe heute am Ball.

**Effortless Transformation by Heather Macauley –
dem Leben eine neue Richtung geben**

- Heute ist mein Tag, um Erfolg zu haben.
- Ich treffe jetzt die richtigen Entscheidungen.
- Ich genieße jeden meiner Erfolge, egal wie klein er ist.
- Ich habe unendliche Kraft zu leben.
- Ich bin ein leuchtendes Beispiel für Liebe in Bewegung.
- Liebe wächst in meinem Leben und dehnt sich aus.
- Andere fühlen sich zu mir hingezogen.
- Ich bin Liebe und Lob wert.
- Ich habe mich von aller Eifersucht in meinem Herzen gelöst.
- Ich erhalte all meine Belohnungen zur rechten Zeit.
- Ich bin in Frieden mit meinen Verpflichtungen.
- Ich bereite mich heute auf morgen vor.
- Ich bin dankbar für alles, was ich habe.
- Ich habe so viel, wofür ich dankbar bin in meinem Leben.
- Ich kann mich, wenn ich will, jederzeit großartig fühlen, wenn ich mich an das erinnere, womit ich gesegnet bin.
- Ich lasse negative Gedanken schnell ziehen, wenn sie drohen, mich zu überkommen.
- Mein Geist ist ein mächtiges Werkzeug, das ich jederzeit zur Verfügung habe.
- Ich stelle immer die richtigen Fragen zur rechten Zeit.
- Ich erhalte die richtigen Antworten, wenn ich die richtigen Fragen stelle.
- Ich werde durch die Antworten auf meine Fragen zu meinem höchsten Besten geführt.
- Ich vertraue meiner Intuition.
- Es ist leicht für mich, die Komik in jeder Situation zu sehen.
- Ich lächle die Leute an, die ich treffe, und sie lächeln zurück.
- Meine Stimmungen sind ausgeglichen, unabhängig davon, was um mich herum passiert.
- Ich suche und finde die Komik in allen Situationen.
- Ich löse mich von jeder Spannung und allen Sorgen in meinem Geist und meinem Körper.
- Spannung und Sorgen haben mich jetzt verlassen.
- Mein Humor verschafft anderen Leichtigkeit.
- Ich habe genügend Zeit, die Dinge zu machen, die ich will.
- Ich schaffe es, alles pünktlich zu tun.
- Ich sehe Zeit als ein wertvolles Geschenk, und ich nutze sie gut.
- Ich habe alle Frustration und Angst aus meinem Geist entlassen.
- Ich genieße es, Menschen zum Lächeln und Lachen zu bringen.
- Ich vergesse Probleme, wenn ich viel lächle und lache.
- Ich bin erfolgreich.
- Erfolg und ich sind eins.
- Ich lerne jeden Tag etwas Wertvolles, wenn ich meine Ziele verfolge.
- Ich liebe es herausfordernde Ziele zu erreichen.
- Ich kann es tun ... ich weiß, ich kann es.
- Ich sehe die alltäglichen Probleme als Herausforderungen.
- Ich sehe Hürden als Sprungbretter.
- Meine Herausforderungen helfen mir, zu wachsen und zu lernen.
- Ich habe mein Erfolgstagebuch immer bei mir.
- Wenn ich mein Erfolgstagebuch anschau, fühle ich mich kraftvoll.
- Meine Erfolge geben mir Vertrauen.
- Ich habe jeden Tag viele kleine Erfolge.
- Ich lobe mich, wenn ich etwas gut mache.

- Meine Ziele steigern meine Leidenschaft zu leben.
- Ich fühle mich beschwingt von meinen Zielen.
- Ich bin wirklich glücklich, am Leben zu sein.
- Ich kann durch jedes Bedrängnis gehen, egal, was es ist.
- Meine Fähigkeiten und mein Vertrauen wachsen jeden Tag.
- Heute konzentriere ich mich auf das, was gut ist.
- Ich bin jetzt lösungsorientiert.
- Ich helfe heute anderen, sich gut zu fühlen.
- Ich erlaube mir jetzt, grenzenlose Freude zu fühlen.

Heutige Meditation

Yep, du weißt, was du tust.

Heutige Energieanhebung

Teile deine Freude heute mit jemandem – einem Fremden, einem Freund oder einem Familienmitglied – du wirst wissen, mit wem – sei einfach offen.

Heutige Inspiration

„Ihr seid Erweiterungen der Quell-Energie hier in diesen physischen Körpern. Die erstaunliche Vielfalt eurer Raum-Zeit-Realität stellt die perfekte Balance zur Verfügung, von der aus ihr erschaffen und anziehen könnt. Es hat niemals eine bessere Zeit auf eurem Planeten dazu gegeben.“ (Abe)

“Vermeide, Übertreibungen oder Tatsachen umzudrehen mit der Absicht, andere zu beeindrucken: Das mag nett sein bei einem Kind, aber bei einem Erwachsenen ist es eine Art und Weise, auf dem Ego zu beharren, um Illusionen am Leben zu halten. Wenn du daran festhältst, bleibst du deinem höheren Selbst fern, das keine Übertreibungen braucht, um sich in den Augen anderer wichtig zu fühlen.“ (Wayne Dyer)

Genieße die Reise! Heather