

ENERGY  
SHIFT  
AFFIRMATION



# ENERGY SHIFT

## (1/3)

Ich bin mehr als mein Verstand, mehr als meine Gedanken und Gefühle.

Für mich gibt es keine Rollen.

Ich bin kein Opfer, kein Held und auch kein Bösewicht.

Ich bin einzigartig.

Ich trete innerlich einen Schritt zurück.

Nehme Abstand vom Alltag und Gedankenkarussell.

Ich wende meinen Blick.

Schau hinauf zu den Sternen.

Das Universum ist unendlich.

Die Seele allumfassend.

Mein Geist ist frei.

Ich atme.

Ich bin.

Ich darf innehalten und mir mehr Raum nehmen.

Mich freimachen von Erwartungen.

Mich von der Vergangenheit lösen und auf die Zukunft freuen.

Meine Energie dehnt sich aus.

All meine Blockaden dürfen jetzt gehen.

All der Alltagsstress darf nun von mir abfallen.

Ich erlaube mir das.

Ich schüttele all das wie Staub von mir ab.

Ich stelle mir das bildlich vor.

Meine Energie wird gereinigt.

Meine Sicht wird plötzlich klarer.

Meine Ausstrahlung stärker.

# ENERGY SHIFT

## (2/3)

Unsichtbare Flügel breiten sich auf meinem Rücken aus.

Ich höre das Rascheln der Schwingen.

Ich richte mich auf.

Entfalte mich.

Werde groß.

Bin präsent.

Werde stark.

Ich bin da.

All meine Wünsche dürfen Realität werden.

Ich erlaube mir das.

Ich atme tief durch.

Jeder Atemzug verbindet mich mit meiner magischen Kraft.

Ich erschaffe mir mein Leben selbst.

Mit jedem Wimpernschlag kreiere ich mein Traumleben.

Klimper. Klimper.

Erfüllt. Erfüllt.

Ich darf jetzt sein, hier in dem Moment, in meinem Körper, der mich hält.

Ich erde mich, stehe fest auf dem Boden.

Ich fühle die Stabilität in meiner Mitte.

Ich bin hier.

Ich darf loslassen.

Ich vergebe dir.

Ich vergebe mir.

Ich darf es gut sein lassen.

Alles darf gut sein in diesem Moment.

Alles darf leichter sein.

# ENERGY SHIFT

## (3/3)

Ich öffne mich für Inspiration, neue Gedanken und neue Gefühle.

Ich öffne mich für Heilenergie und Wunder.

Ich öffne mein Herz.

Ich öffne mich.

Ich erlaube mir Fülle und Freude.

Ich erkenne die Schönheit im Farbenspiel des Winds.

Ich lasse alle Masken fallen und zeige, wer ich wirklich bin.

Erkenne mich im Spiegel wieder, ein Lächeln im Gesicht.

Ich bin Licht.

Mein inneres Kind ist sicher.

Meine Ahnen stehen hinter mir.

Spirits unterstützen mich.

Himmel und Erde segnen mich.

**Ich ehre mein Leben.**

Alles ist möglich.

Danke.

