

# 50 Positive Affirmationen für den Tag

## Gelassenheit & innere Ruhe

1. Ich bin bereit für diesen Tag und nehme ihn mit Leichtigkeit an.
2. Mit jedem Atemzug finde ich mehr innere Ruhe.
3. Ich lasse alle Sorgen los und erlaube mir, im Hier und Jetzt zu leben.
4. Ich entscheide mich, heute gelassen zu bleiben.
5. Ich bin ruhig, stark und ausgeglichen.
6. Ich nehme Herausforderungen gelassen und stark an.
7. Ich lasse Zweifel los und vertraue auf meinen Weg.
8. Mit jedem Atemzug lasse ich Anspannung los.
9. Ich entscheide mich, heute glücklich und friedlich zu sein.

## Selbstliebe & Selbstwert

10. Ich bin genug, so wie ich bin.
11. Ich erlaube mir, Liebe und Fülle in mein Leben zu lassen.
12. Ich bin stolz auf das, was ich heute erreicht habe.
13. Ich bin liebevoll zu mir selbst und anderen.
14. Ich lasse alte Muster los und öffne mich für das Neue.
15. Ich bin in Frieden mit mir selbst und meiner Vergangenheit.
16. Ich erlaube mir, Fehler zu machen und daraus zu lernen.
17. Alles, was ich brauche, ist bereits in mir.
18. Ich verdiene es, glücklich und erfolgreich zu sein.

## Vertrauen & Zuversicht

19. Ich vertraue dem Fluss des Lebens.
20. Ich verdiene all das Gute, was mir begegnet.
21. Ich bin voller Vertrauen und Selbstsicherheit.
22. Alles, was ich brauche, kommt zur richtigen Zeit zu mir.
23. Ich vertraue auf meine innere Weisheit.
24. Ich erlaube mir, in meinem eigenen Tempo zu wachsen.
25. Ich vertraue, dass alles im Leben zu meinem Besten geschieht.

## Fülle & Erfolg

26. Jeder Tag bringt neue Chancen und Möglichkeiten.
27. Ich bin bereit, mein volles Potenzial zu entfalten.
28. Ich bin kreativ und voller Ideen.
29. Ich ziehe positive Menschen und Erlebnisse in mein Leben.
30. Ich bin ein Magnet für positive und liebevolle Beziehungen.
31. Mein Leben ist erfüllt von Freude und Dankbarkeit.
32. Jeder Moment bietet mir neue Möglichkeiten.
33. Ich erlaube mir, glücklich und frei zu sein.

## Heilung & Loslassen

- 34. Ich lasse alle negativen Gedanken los und öffne mich für das Positive.
- 35. Ich bin in Frieden mit meinen Gefühlen.
- 36. Ich erlaube mir, meine Wahrheit zu sprechen.
- 37. Ich nehme mir die Zeit, mich um mich selbst zu kümmern.
- 38. Ich bin dankbar für die kleinen Freuden des Lebens.
- 39. Ich lasse alte Muster los und öffne mich für das Neue.
- 40. Ich bin in Frieden mit mir selbst und lasse alles los, was mir nicht dient.

## 6. Dankbarkeit & Positivität

- 41. Ich bin dankbar für die Fülle in meinem Leben.
- 42. Ich bin dankbar für die kleinen Freuden des Lebens.
- 43. Jeder Tag ist eine neue Chance für Wachstum und Erfolg.
- 44. Ich entscheide mich, heute glücklich und friedlich zu sein.
- 45. Ich erlaube mir, im Einklang mit mir selbst zu sein.
- 46. Ich öffne mich für die Schönheit, die mich umgibt.
- 47. Mein Leben ist erfüllt von Freude und Dankbarkeit.
- 48. Ich bin voller Hoffnung und Zuversicht für die Zukunft.

## 7. Achtsamkeit & Präsenz

- 49. Ich bin sicher, geschützt und geborgen.
- 50. Ich bin umgeben von positiver Energie.