

# SpeedPriming

## Selbstfürsorge Aktivieren



Mit diesem Anker wiederholt dein Unterbewusstsein die in diesem Silent Subliminal enthaltenen Suggestionen durchgehend und prägt sie sich immer tiefer ein.



Mit diesem Anker gelangen die in diesem Silent Subliminal enthaltenen Suggestionen mit jedem Atemzug tiefer in dein Unterbewusstsein.



Die zwei zuvor erwähnten Anker sind durchgehend wirksam, bis du dein gewünschtes Ziel erreicht hast.



Du öffnest dich jetzt dafür, dich selbst wertzuschätzen und liebevoll für dich da zu sein.



Du bist hier-jetzt-immer bereit, dich jederzeit fürsorglich um dich selbst zu kümmern.



Du hast den Willen, dich bedingungslos zu lieben und vollständig anzunehmen.



Du wendest dich deinem inneren Gleichgewicht und deinem persönlichen Wohlbefinden zu.



Du bist bereit, deine eigenen Bedürfnisse klar und achtsam wahrzunehmen.



Du spürst den Impuls, dich selbst zu respektieren und verständnisvoll mit dir umzugehen.



Du bist offen dafür, dich selbst ganz bewusst an erste Stelle zu setzen.



Du entscheidest dich dafür, deine eigene Energie wirksam und sicher zu schützen.



Du erlaubst dir, vollkommen im Einklang mit deinem inneren Rhythmus zu leben.



Dir ist zutiefst bewusst, dass deine Selbstfürsorge die Basis für dein gesamtes Wohlbefinden darstellt.





Du weißt, dass du es wert bist, dich liebevoll an die erste Stelle zu setzen.



Du aktivierst jetzt deine bewusste Selbstzuwendung und stärkst die Verbindung zu dir selbst.



Du lässt jeden potenziellen Stress und Druck vollständig und dauerhaft los.



Du visualisierst regelmäßig deinen respektvollen und aufmerksamen Umgang mit dir selbst.



Du bist fähig, dir mit tiefem Mitgefühl und echtem Verständnis zu begegnen.



In tiefem Vertrauen lässt du dich von deiner inneren Stimme leiten und kommst immer mehr bei dir selbst an.



Du richtest dich gezielt darauf aus, dich selbst stets wohlwollend zu behandeln.



Du entfaltest deine volle Kraft dank deiner liebevollen und konsequenten Selbstfürsorge.



Du förderst deine innere Stabilität durch tägliche kleine Akte der Selbstliebe.



Deine Mitmenschen bewundern, wie sicher und selbstverständlich du zu dir und deinen Werten stehst.



Du erkennst, wann du Ruhe und Erholung brauchst.



Du befreist dich hier-jetzt-immer vollständig von den potenziellen Erwartungen deines Umfelds.



Durch den achtsamen Umgang mit dir selbst steigert du deine Lebensqualität enorm.



Du liebst es, dir regelmäßig Zeit für dich zu nehmen und dir Gutes zu tun.



Du erlaubst dir, Nein zu sagen, um dein inneres Gleichgewicht zu bewahren.



Du verdienst es, bedingungslose Selbstliebe und eine tiefe Verbindung zu dir selbst zu erfahren.



In jedem Moment bist du dir deiner Bedürfnisse bewusst und spürst deine Grenzen.



Du weißt, dass Selbstfürsorge ein wichtiger Teil deines gesunden Lebens ist.



Du bist frei von potenziellen inneren Widerständen und fühlst deine innere Ruhe.



Du schaffst dir bewusst Raum für Entspannung, Regeneration und liebevolle Selbstzuwendung.



Du erkennst hier-jetzt-immer deinen Wert und behandelst dich respektvoll und fürsorglich.





Deine Mitmenschen bewundern, wie aufmerksam du dich um dich selbst kümmerst.



Du stärkst dich selbst durch liebevolle Gedanken und wohltuende Gewohnheiten.



Du nimmst die Signale deines Körpers ernst und gehst achtsam mit ihnen um.



Du festigst durch deine Selbstfürsorge deine innere Balance und emotionale Ausgeglichenheit.



Du respektierst deinen persönlichen Rhythmus und lebst in vollkommenem Einklang mit ihm.



Voll Freude gönnst du dir bewusste Pausen und erholsame Momente.



Du schenkst dir hier-jetzt-immer deine volle Aufmerksamkeit und aufrichtige Wertschätzung.



Du kommunizierst deine Bedürfnisse und nimmst Unterstützung bei Bedarf an.



Du kümmerst dich achtsam um deinen Körper, deinen Geist und deine Seele.



Du hörst deine innere Stimme deutlich und folgst vertrauensvoll ihren Botschaften.



Dank deiner liebevollen Selbstfürsorge stärkst du dein ganzheitliches Wohlbefinden.



Du setzt klare gesunde Grenzen und wahrst dadurch deinen tiefen inneren Frieden.



Du schützt und lenkst deine Energie ganz bewusst.



Du hast alle negativen Glaubenssätze, die die Aktivierung deiner Selbstfürsorge potenziell verhindern, hier-jetzt und für immer aufgelöst und vollständig transformiert.



Du genießt es, vollkommen eins mit deinem natürlichen gesunden Lebensrhythmus zu sein.



Voll Freude integrierst du deine tägliche Selbstfürsorge mit Leichtigkeit in deinen Alltag.



Du begegnest dir selbst mit ehrlichem Mitgefühl und aufrichtigem Verständnis.



Du nimmst dir Zeit für Dinge, die dir Freude, Ruhe und Energie schenken.





Du verdienst es, deine liebevolle Selbstfürsorge in deinem Leben zu verankern.



Du spürst hier-jetzt-immer die ehrliche Wertschätzung für dich selbst in dir.



Du nimmst hier-jetzt-immer deine Bedürfnisse und Grenzen in dir wahr.



Voll Leichtigkeit, Freude, Dankbarkeit, Entspannung, Vertrauen und Hingabe führen die Glaubenssätze deines Unterbewusstseins zu deiner liebevollen Selbstfürsorge.



Voll Leichtigkeit, Freude, Dankbarkeit, Entspannung, Vertrauen und Hingabe spürst du die tiefe Verbindung zu dir selbst.



Voll Leichtigkeit, Freude, Dankbarkeit, Entspannung, Vertrauen und Hingabe stehst du jederzeit zu dir.



Dein Unterbewusstsein geht mit einer Realität in Resonanz, in der du hier-jetzt-immer im Einklang mit deinem Rhythmus lebst.



Dein Geist manifestiert eine Realität, in der du hier-jetzt-immer fürsorglich mit dir umgehst.

