



AFIRMĀCIJAS VEIKSMĪGAI DZĪVEI

(versija 02.03.21.)

Pašvērtējumam un sevis pozitīvam skatījumam

Es mīlu un cienu sevi

Es esmu mīlestības vērts

Es kļūstu par veiksmīgu un dzīvespriecīgu cilvēku

Man patīk mans ķermenis - es patīku sev.

Es jūtos pārliecināts par sevi citu cilvēku klātbūtnē

Es vienmēr esmu mīlēts un aicināts ... (kur?)

Es esmu vērtība un cilvēki ciena manu klātesamību.

Mana dzīve ir viegla un baudāma

Es piedodu sev visus trūkumus - es mīlu sevi un es priecājos, ka es esmu!

Es esmu perfekts tāds, kāds esmu!

Sevis lielākai iemīlēšanai un iepatīkšanai

Mana sievišķība ir piepildīta un mirdzoša esība. Es to piedzīvoju, izbaudu un staroju (sievietēm).

Es pieredzu savu Augstākā spēka vīrišķību (vīriešiem).

Es esmu bagāta, mana bagātība ir daļa, kas man pienākās no neizsmeļamām Visuma bagātībām.

Es ar savām jūtām, domām, vārdiem un darbiem sēju un pļaušu tikai to, kas man nāk par labu.

Es piedodu sev un atsvabinos no ķēdēm, kas traucē man dzīvot saskaņā ar sevi.

Es arvien vairāk un vairāk mīlu ar sirdi.

Es zinu, ka man pieder un es sevī glabāju neizsmeļamas Dievišķas bagātības, un ņemu no tām visu, ko man vajag, jebkurā laikā un vietā.

Es arvien labāk apzinos savas Dievišķās enerģijas spēku un mācos to likt lietā saprātīgi, arvien vairāk mīlot sevi pašu.

Es pati esmu vienīgā savas dzīves saimniece. Es apzinos, ka esmu radītāja un radu ar savām domām. Es esmu tas, ko es domāju un kam es ticu, tāpēc mana laime, mana labklājība, mīlestība un harmonija ir atkarīga no manām domām, kas piesātīnātas ar mīlestību pret sevi.

Es esmu dievišķa izpausme, es esmu Dievs un varu radīt visu, ko vēlos. To apzinoties, es jūtu milzīgu iekšēju spēku un lielu iekšēju mieru.

Es uzskatu savu ķermeni par savu labāko draugu un pavadoni uz Zemes. Es mācos pienācīgi cienīt, pieņemt un mīlēt savu ķermeni.

Es un tikai es esmu atbildīgs par savu dzīvi un ļauju saviem tuvākajiem tieši tā pat atbildēt par viņu dzīvi.

Es cienu un pieņemu citu cilvēku vēlmes un viedokļus, pat ja neesmu ar viņiem vienisprātis vai viņus nesaprotu. Tādējādi es saņemu arvien vairāk mīlestības.

Es sāku labāk apzināties savus paradumus un spēju noteikt, kuri no tiem veicina manu evolūciju un iekšējo harmoniju. Es pastāvīgi sev atgādinu, ka nav ne laba, ne ļauna un visa dzīve ir viena vienīga izvēle.

Personalitāte un raksturs

Šodien es esmu ļoti pacietīgs.

Es pārvaldu savu raksturu.

Empātija un taisnīgums vienmēr palīdz man pieņemt pareizus lēmumus.

Es pastāvu par cieņu pret sevi un citiem.

Jo vairāk es atveros nezināmajam, jo vairāk drosmīgāks es kļūstu.

Tā ir bauda konstanti augt un mācīties jaunas lietas.

Garīgā izaugsme

Es izstaroju mīlestību, prieku un atvērtību pret visām būtnēm.

Es esmu dvēsele un es dzirdu sevi.

Es esmu un ar to pietiek.

Dievs / Visums / Radītājs palīdz man visos iespējamajos veidos.

Visas problēmas ir mana prāta ilūzija - es dzīvoju viegli!

Es zinu, kas es esmu un viegli eju savu dvēseles ceļu.

Es izvēlos dzīvot mīlestībā un vienotībā.

Viss, kas ar mani notiek ir manis paša radīts.

Partnerattiecības

Es pieņemu/mīlu sevi tieši tādu, kāds esmu.

Es esmu pelnījis mīlošas attiecības

Esmu mīlestības cienīgs un pelnījis saņemt mīlestības pārpilnību

Jo vairāk es mīlu sevi, jo vairāk partneris mīl mani

Es jūtos droši savās attiecībās

Manas attiecības ir mīlošas un pilnīgas

Sajūtas un emocijas

Es pārvaldu savas emocijas

Man piemīt spēks un intelīģence viegli kontrolēt savas emocijas

Es jūtu savas emocijas

Es esmu pastāvīgi apzinātībā par savām emocijām

Man ir droši just savas emocijas

Man ir spēja pārlicinoši paust un izskaidrot savas sajūtas

Sajūtas ir mans spēks, jo vairāk es jūtu - jo stiprāks es kļūstu

Es esmu drosmīgs un ļauju sev just emocijas

Es esmu imūns pret satraukumu

Justies (sajūta) ir mans jaunais normāli

Jo vairāk es iedziļinos savās sajūtās, jo dzīvāks es jūtos

Es nekavējoties pamanu savas negatīvās emocijas un mainu uz pozitīvajām.

Es vairs neizvēlos sēdēt nepatīkamās sajūtās

Es jūtos lieliski, tāpēc manas vēlmes piepildās viegli
Es pieņemu visas savas emocijas, taču atstāju tikai patīkamās
Es kļūstu jutīgāks ar katru dienu
Es pamanu savas emocijas pirms atbildu.
Es piesaistu prieku savā dzīvē

Veselība

Esmu vesels, laimīgs un starojošs.
Es mīlu un novērtēju savu ķermeni.
Es pārvaldu savu ķeremēni un veselības stāvokli.
Mans ķermenis ir dziedināts, atjaunots un piepildīts ar enerģiju.
Mans ķermenis ir pilns ar dzīvību!

Vieglākai dzīves plūsmai

Es atļauju sev dzīvot viegli un harmoniski
Mana dzīve ir (kļūst) viegla un plūstoša
Tagad man pats svarīgākais ir dzīves mīlestība un prieks. Es droši peldu pa dzīves straumi un manā dvēselē valda miers.
Man ir spēks un iedvesma radīt tādu dzīvi, kādu es vēlos.
Es ļauju Dievam runāt caur sevi.
Es ieklausos sevī un rīkojos saskaņā ar sevi.
Es ļauju Radītājam radīt caur mani.
Es pilnībā piedodu sev par pagātnē izdarītajām kļūdām.
Es augu caur zināšanām un mīlestību.

Nauda un Finances

Es izvēlos būt bagāts. (vēlāk) Es apņemos būt bagāts.
Nauda brīvi plūst caur mani un paturu savām personīgajām vajadzībām (...)€
Man ir izlīgums un es esmu attaisnota (par parādiem).
Mana pelnošā nodarbošanās aizrauj un iedvesmo.

Nauda mani atbalsta, mīl un lutina.
Mana naudas plūsma ir viegla.
Es piesaistu naudu / Es piesaistu pārticību
Es aicinu naudu savā dzīvē
Es esmu pelnījis būt bagāts un pārticīgs
Būt bagātam un finasiāli turīgam ir droši
Nauda pie manis nonāk janos, negaidītos veidos
Es esmu tā vērts, lai pelnītu vairāk (Es esmu vērtība)
Es esmu atvērts visām bagātībām, kuras dzīve man piedāvā
Es esmu pateicīgs par jauniem ienākumu avotiem
Katra mana rīcība ir pelnoša
Es konstanti piesaistu jaunas iespējas, kas nes lielāku peļņu
Es pātraucu savu vecāku (dzimtas) negatīvās naudas programmas
Manas finanses progresē apbrīnojamā ātrumā
Nauda un garīgums ir lielisks salikums
Nauda man kalpo un es zinu, kā tai pavēlēt
Es viegli tieku galā ar lielām naudas summām
Bagātība ir mans jaunais dabiskais stāvoklis
Nauda atbalsta manu dzīves redzējumu
Es ar katru dienu kļūstu turīgāks
Katrs eiro, ko iztērēju man atgriežas dubultā
Man vienmēr ir vairāk naudas, kā man vajadzīgs
Es esmu atvērts visiem pelnošiem un ētiskiem naudas veidiem
Es arvien atrodu jaunus un ētiskus veidus kā nopelnīt, nevis kā taupīt
Es izstaroju turību un piesaistu turīgus cilvēkus sev apkārt
Visums cenšas mani padarīt finasiāli bagātu
Esmu uzmanīgs, jo nauda man var uzkrīst uz galvas
Es atrodu naudu un nauda atrod mani
Es esmu kā naudas magnēts - es pievelku visu vērtīgo

Man apnīka cīnīties - es atdodos bagātībai

Nauda nāk pie manis visbrīnumainākajos veidos.

Mani ģimenes ienākumi nemitīgi pieaug.

Es esmu bagāta, mana bagātība ir daļa, kas man pienākās no neizsmeļamām Visuma bagātībām.

Es zinu, ka man pieder un es sevī glabāju neizsmeļamas Dievišķas bagātības, un ņemu no tām visu, ko man vajag, jebkurā laikā un vietā.

Prāts un intelekts

Es pilnībā pārvaldu savu prātu.

Visas manas domas ir pozitīvas un iedvesmojošas.

Kopš brīža, kad pamostos, esmu iedvesmojošu domu pilna.

Mans prāts ir inteligents un radošs.

Katru dienu es attīstu jaunas un radošas idejas (kas nes peļņu).

Mani ir potenciāls mainīt savu dzīvi - mainot savas domas.

Dzimšanas traumas afirmācijas

Negribēta grūtniecība

Visums mani mīl un es izvēlējos piedzimt

Es esmu vienmēr mīlēts un gaidīts

Es iederos un man ir tiesības būt šeit

Es esmu pelnījis pašu labāko šajā pasaulē

Es pilnībā piedodu saviem vecākiem

Man ir droši būt tādām, kāds esmu (mans autentiskums ir spēks)

Es vienmēr esmu īstajā vietā, īstajā laikā un daru savu lietu

Mammas stress un bailes (dusmas) grūtniecības laikā

Šī pasaule ir droša vieta

Es pilnībā atdalos no mammas prāta un emocijām

Man ir droši ļauties un es esmu pelnījis, lai par mani parūpējas

Šī pasaule ir bagātāka ar manu esamību tajā

Ķeizargrieziens

Es vienmēr izdaru pareizās izvēles

Es piesaistu cilvēkus, kuri respektē manu procesu

Es varu darīt lietas tā, kā ES vēlos

Es piedodu savai mammai

Es vienmēr esmu atbalstīts

Stagnējošas un mokošas dzemdības

Es varu visu darīt savā ritmā

Cilvēki man ir gatavi

Cilvēki mani atbalsta un dod brīvības sajūtu

Es varu saņemt visu, ko vēlos pilnā apmērā

Es izbaudu plūsmu savā dzīvē

Nabas saite ap kaklu (vai ķermeni)

Mana dzīve ir viegla un baudpilna

Man vairs nevajag radīt instensīvas situācijas, lai justos dzīvs

Manas attiecības veicina manu brīvību

Just ir droši

Jo vairāk es ļaujos dzīves plūsmai, jo brīvāk es jūtos

Cianotiskais (trūka skābekļa)

Man ir droši un baudāmi būt savā ķermenī

Es izvēlos dzīvi. Dzīve ir viegla un baudāma

Cilvēki pret mani izturas mīļi un rūpīgi

Man vienmēr pietiek ... (kas trūkst)

Priekšlaicīgas vai novēlotas (sākot no 2+/- nedēļām)

Man visam pietiek laika, tāpēc varu («darīt») savā ātrumā

Man ir droši izbaudīt procesu

Es esmu gatavs, pat ja man tā neliekas

Es esmu savā spēkā

Esmu pelnījis (Man ir droši) saņemt citu cilvēku atbalstu

Es vienmēr ierodos īstajā laikā

Inkubators

Mani ieskauj mīloši cilvēki

Esmu mīlēts un atbalstīts šajā pasaulē

Es esmu savā spēkā – man ir viss vajadzīgais piepildītai dzīvei.

Saņemt pieskārienus ir droši un baudpilni

Stimulācija

Esmu pelnījis būt cienīts un respektēts

Es piedodu cilvēkiem, kuri mani steidzināja

Man ir droši pašam uzņemties iniciatīvu

Visas manas izvēles kalpo manai labsajūtai

Es izvēlos laiku, kad uzsākt dzīves svarīgās lietas

Ātrās dzemdības (zem 4h)

Esmu vienmēr ierodos īstajā vietā un īstajā laikā

Es varu atslābt un izbaudīt procesu

Varu visu darīt lēnām un ar baudu

Man vairs nav jāizpatīk citiem cilvēkiem, lai saņemtu mīlestību.

Dvīņi

Man pietiek telpas

Es jau tagad esmu savā pilnībā un veselumā

Man ir droši dalīt telpu ar citiem

Es esmu pirmajā vietā (attiecas uz otro)

Sadarbība ir labākais veids, kā uzvarēt

Atsāpinātāji / narkozes

Man vairs nevajag apreibināties, lai justos dzīvs

Dzīvības enerģijas spēcīgi plūst manā ķermenī

Man ir droši saskarties ar savām sajūtām – sajūtas ir mans spēks

Es jūtos stabili šeit un tagad (sazemēšanās prakses)

Garas dzemdības (16+ stundas)

Mana dzīve ir viegla un baudpilna

Man vairs nevajag mokas, lai baudītu dzīvi un jaukas attiecības.

Es izbaudu dzīvi un attiecību vieglumu

Es esmu vienmēr aicināts un gaidīts

Tēvs nav klāt dzemdībās

Vīriešiem patīk mani atbalstīt

Man vairs nav vajadzīga tēva atdzīšana. Es sevi atzīstu

Iepriekšēji aborti

Dzīvot ir droši

Es esmu pelnījis šeit būt.

Es esmu gaidīts un mīlēts šajā pasaulē

Es esmu īstais cilvēks (atspoguļojas darba intervijās un projektos)

Es esmu atbildīgs tikai par savām sajūtām – tāpat citi cilvēki ir atbildīgi par savējām.