



# Self-love



## CODZIENNE ZAKLĘCIA

11 afirmacji, które wzmacniają  
miłość własną

.....

Jestem wystarczająca. taka jaka jestem.

Wierzę w siebie i swoje możliwości.

Pozwalam sobie podążać własną drogą  
i podejować decyzje w zgodzie  
z podpowiedziami intuicji.

Uwalniam negatywne myśli i zawsze  
siebie wspieram.

W pełni akceptuję i respektuję moje ciało -  
słucham sygnałów, które mi wysyła.

Opinie innych na mój temat nie wpływają  
na mój nastrój - znam swoją wartość.

Konsekwentnie buduję życie moich  
marzeń.

Wiem, że mam swoje wyjątkowe miejsce w  
tym świecie. Wyrażam siebie bez obaw.

Zawsze znajduję dla siebie czas i na bieżąco  
przyglądam się emocjom, które się we  
mnie pojawiają.

Z każdym dniem staję się silniejsza i wiem,  
że poradzę sobie z każdym wyzwaniem.

Mam prawo do miłości, szczęścia i  
szacunku - moje zdanie jest ważne.

