

SUBLIMINALS



liebe dich selbst.

Unterschwellige Botschaften für mehr
Selbstliebe im Alltag

b e . e n d o f s t o r y .

affirmationen.

*"Ich liebe und akzeptiere mich Tag für Tag
immer mehr und mehr."*



TRACK 2

affirmationen.

"Ich liebe und akzeptiere mich voll und ganz."

"Ich bin perfekt, so wie ich bin."

"Ich bin gut genug."

"Ich bin wertvoll."

"Ich werde geliebt."

"Ich bin einzigartig."



TRACK 3

fragen.

"Warum liebe und akzeptiere ich mich voll und ganz?"

"Warum werde ich geliebt?"

"Warum bin ich perfekt, so wie ich bin?"

"Warum bin ich gut genug?"

"Warum bin ich wertvoll?"



TRACK 4

tipps.

- Höre dir den gleichen Track 3 Wochen am Stück an, damit dein Unterbewusstsein die Suggestionen verinnerlicht
- Höre sie dir täglich min. 3x 1h an
- Geniesse den Prozess ohne Erwartungen
- Dreh die Lautstärke nie voll auf! Auch, wenn du die Tracks nicht hörst, im hochfrequenten Bereich sind sie sehr laut



be.