



**SUBLIMINALS**

## **wohlfühlen im körper.**

Unterschwellige Botschaften für den  
Alltag, um dein Wohlbefinden zu steigern

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

# **affirmationen.**

*"Tag für Tag liebe und akzeptiere ich meinen Körper mehr und mehr."*



**TRACK 2**

# **affirmationen.**

*"Ich lasse zu, dass Liebe alle Teile meines Körpers durchströmt, reinigt und heilt."*

*"Ich genieße meinen Anblick im Spiegel."*

*"Ich bin freundlich und liebevoll zu meinem Körper."*

*"Ich erkenne das großartige Potential meines Körpers und bin für ihn dankbar."*

*"Ich fühle mich wohl in meiner Haut."*



**TRACK 3**

**fragen.**

*"Warum fühle ich mich wohl in meiner Haut?"*

*"Warum habe ich einen schönen und gesunden Körper?"*

*"Warum ist mein Körper voller Energie und attraktiv?"*

*"Warum bin ich glücklich mit mir selbst?"*

*"Warum erreiche und halte ich ganz leicht mein Idealgewicht?"*



**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.