

DANKBARKEITS-TAGEBUCH

S M D M D F S

DATUM:

HEUTE DANKE ICH MEINEM KÖRPER FÜR

1

2

3

ZEIT FÜR MICH

<input type="checkbox"/>	

MEINE AFFIRMATION

NOTIZEN:



DARAUF BIN ICH STOLZ

AFFIRMATIONEN

Hier sind 10 Affirmationen für ein gutes Körpergefühl und um sich in den eigenen Körper zu verlieben:

1. Ich liebe und akzeptiere meinen Körper genauso, wie er ist. ❤️
2. Mein Körper ist stark, schön und einzigartig. 💪 ✨
3. Ich vertraue meinem Körper und seiner natürlichen Weisheit. 🧠
4. Jeden Tag werde ich dankbarer für meinen wunderbaren Körper. ☀️
5. Mein Körper verdient Liebe und Fürsorge, und ich gebe sie ihm. 🌸
6. Ich bin stolz auf die Fortschritte, die mein Körper macht, und feiere jeden Schritt. 🎉
7. Ich ehre meinen Körper als das Zuhause meiner Seele. 🏠 ❤️
8. Mein Körper gibt mir die Kraft, alles zu tun, was ich im Leben erreichen möchte. 🚀
9. Ich nähre meinen Körper mit gesunden, liebevollen Entscheidungen. 🥗 ❤️
10. Ich entscheide mich jeden Tag dafür, meinen Körper zu lieben und zu respektieren. ❤️

NOTIZEN:



A large, empty rectangular box with a light beige background, intended for writing notes.