



EFT (Emotional Freedom Technique) PER UN BUONO INIZIO DI GIORNATA

Oggi abbraccio nuove opportunità con entusiasmo.
Sono grato/a per le esperienze che mi attendono.
Mi sento energico/a e pronto/a ad affrontare la giornata.
Confido nelle mie capacità e nel mio potenziale.
Attiro positività e prosperità nella mia vita.
Scelgo di essere felice e sereno/a oggi.
Ogni sfida è un'opportunità di crescita.
Mi circondo di amore e armonia.
Il mio cuore è aperto a nuove esperienze.
Sono in pace con me stesso/a e con gli altri.
La mia mente è chiara lucida e sostiene le scelte della mia Anima
Merito tutto il successo che raggiungo.
Oggi scelgo di vedere il buono in ogni situazione.
Il mio corpo è sano, la mia mente è brillante, la mia Anima è tranquilla.
Sono artefice del mio destino e creo la mia realtà.
Ogni respiro mi riempie di energia e vitalità.
Mi fido del processo della vita e so che tutto accade per il mio bene.
Il mio cuore è colmo di gratitudine per tutto ciò che ho.
Oggi scelgo di essere felice e di diffondere gioia intorno a me.
Sono grato/a per le opportunità che questo nuovo giorno mi offre.
Affronto le sfide con coraggio e determinazione.
Il mio cuore è aperto all'amore e alla comprensione.
Mi concentro sulle soluzioni e trovo il meglio in ogni situazione.
Sono in pace con me stesso/a e con il mondo che mi circonda.
La mia mente è chiara, il mio cuore è sereno, il mio spirito è forte.
Attiro abbondanza e prosperità in tutte le aree della mia vita.
Mi merito tutto il successo e la felicità che la vita ha da offrirmi.
Oggi scelgo di vedere il buono in ogni persona che incontro.
Sono un magnete per esperienze positive e arricchenti.
Il mio potenziale è illimitato e lo realizzo ogni giorno di più.
Mi libero di ogni dubbio e abbraccio la fiducia in me stesso/a.
La mia energia positiva attrae persone e situazioni favorevoli.
Oggi scelgo di essere gentile con me stesso e con gli altri.
Mi circondo di amore, luce e positività.
Sono il creatore della mia realtà e scelgo di creare una vita che amo.
Oggi è un nuovo inizio, pieno di possibilità infinite.