

by Katrin Wiedmaier



Ein Moment der inneren Kraft – für mehr Mut, Klarheit
und Vertrauen in deine eigene Stärke.

Ich vertraue meiner inneren Kraft

Deine Notizen



Setze dich in die Sonne (oder richtete dein Gesicht Richtung Licht). Spüre Wärme auf deinem Bauch und lade dich bewusst mit Lichtkraft auf.



Ich vertraue mir.
Ich bin kraftvoll.
Ich darf meinen Weg mutig gehen.



Lege eine Hand auf deinen Solarplexus. Visualisiere ein strahlendes gelbes Licht, das in dir aufsteigt wie die Sonne. Spüre Stärke, Klarheit und Willenskraft.

Lass deine innere Sonne strahlen.

Folge deiner Energie - <https://momentsofenergy.de>