



Ik **bepaal** zelf hoe ik over
confronterende zaken denk.
Ik ben de **kapitein** van mijn
eigen schip. Ik bepaal zelf hoe
ik omga met wat er **gebeurt**.



Ik **leef** mijn **mooiste** leven.
Ik **lach** en ik **geniet** van al het
moois wat er is. Ja, ik ben intens
dankbaar. Iedere **dag** weer.



Ik **geloof** in **mezelf**.
Ik zit aan het **stuur** van
mijn leven. Ik ben de
auteur van **mijn verhaal**.



Ik ontvang de **liefdevolle
complimenten** van anderen.

Ik ben **dankbaar** voor alle
uitingen van **waardering** die
ik ontvang. **Hartverwarmend.**



Ik **verzorg** mijn **lichaam**
met **liefde** en **respect**.
Mijn **gezondheid** is mijn
prioriteit. Ik **train** mijn lijf.
Ik eet, drink en **leef** gezond.