



Prayer reeks van de Helende woorden

DAG 14 | IDEALE LICHAAMSBOWW, -VORM EN -GEWICHT

Prayer 145

Iedereen heeft een ideale lichaamsbouw, een ideale vorm en een ideaal gewicht, die passend zijn bij een optimale gezondheid. Jezelf uithongeren of te veel eten is niet bevorderlijk voor je gezondheid en je welzijn.

*Dit lichaam is het lichaam van mijn Goddelijk Zelf
en ik behandel het als een heilig voertuig.
IK BEN nu vrij van alle ogenschijnlijke noodzaak
om over- of ondergewicht te hebben.
Welke vervormde overtuigingen mij er ook toe aan hebben gezet
om te veel te eten
of om mezelf uit te hongeren,
of ik me hier nu bewust van was of niet,
zijn nu opgetild, geheeld, vrijgelaten en losgelaten.
Ik sta mijn lichaam nu toe om Volmaakt in balans te zijn.
Mijn lichaam behoudt nu de ideale bouw, vorm en gewicht
voor mijn optimale Volmaakte gezondheid.
Dank U, I AM, en ZO IS HET.*

© 2013 Susan Shumsky

© 2020 Uitgeverij AnkhHermes, onderdeel van VBK|media, Utrecht