

Plus je m'aime, plus j'ai de l'amour à offrir aux autres

Je mérite ce qu'il y a de mieux dans la vie

J'ai déjà en moi tout ce dont j'ai besoin

Jour après jour, et en tous points de vue, je vais de mieux en mieux

Je suis un être radieux, plein d'amour et de lumière

Je choisis la liberté et la santé

Je déborde de santé et rayonne de beauté

Je peux jouir de la vie dans la bonne humeur et je le fais

Je m'aime et j'attire naturellement des relations pleines d'amour

J'ai facilement accès aux réponses que je porte en moi

Je suis détendu et équilibré. J'ai tout mon temps pour chaque chose

J'aime faire ce qui me permet de me sentir bien

Chaque expérience m'apporte son enseignement

Je suis une source intarissable d'énergie créatrice