



**MACHEN SIE SICH GESUND SEIN ZUR GEWOHNHEIT,  
LEBEN SIE BEWUSST IN IHREM VOLLKOMMEN GESUNDEN, EWIG JUNGEN WAHREN KÖRPER.**

Ich gebe meinem Körper NUR noch wirkliche "Lebens-Mittel", esse und trinke NUR noch "Gesegnetes" und mache es mir zur Gewohnheit, GRÜNDLICH zu Kauen.

Aber ich Sorge auch für TÄGLICHE Bewegung, halte so mein Idealgewicht und habe eine Traumfigur.

Ich nutze vor allem das Treppenhaus als "Fitness-Studio", aber auch Trampolin schwingen und "Power-Walking" sind eine gute "Vorsorge-Medizin".

Ich fülle so STÄNDIG mein "Lebenserwartungs-Konto" wieder auf und erinnere meinen Körper an seine natürliche, vollkommene Gesundheit und Atemlosigkeit.

Mein Körper hat die natürliche Fähigkeit, sich immer wieder zu regenerieren und sein "innewohnendes Ideal" zu verwirklichen.

Ich trete ganz bewusst ein, in meinen WAHREN Energie-Körper, der immer vollkommen gesund ist und niemals altert.

Als dieser vollkommene Körper nehme ich meinen materiellen Körper in Besitz und erfülle JEDE ZELLE meines Körpers mit meinem WAHREN SEIN.

Ich atme, esse und trinke NUR noch Licht und werde so mit der Zeit immer lichtvoller.

Das ist mein "innerer Jungbrunnen", das Geheimnis vollkommener Gesundheit und Alterlosigkeit.

Ich halte damit meine "Altersuhr" nicht nur an, sondern stelle sie ein gutes Stück zurück und fühle mich in meinem Körper so richtig wohl.

Ich optimiere STÄNDIG meine Lebensqualität in ALLEN Bereichen meines Lebens, zelebriere mein Leben und mache aus JEDEM Alltag etwas ganz Besonderes.

Ich spiele wirklich die Hauptrolle in meinem Leben und nutze ALLES als "Chance zum Besseren".

Ich lasse ALLES los, was meinen Körper schneller altern lässt, wie: Das rauchen, das Ärgern, aber auch Stress und negatives Denken und genieße mein Leben.

Ich lebe als Bewusstsein im "ewigen JETZT". Das ist der Schritt vom Erwachsenen zum "Erwachten".

Ich BIN liebevolle Präsenz des SEINS -der der sieht und weiß, der der "IST", immer war und immer sein wird. und lebe bewusst in der "Weisheit des JETZT".

Ich lebe als "Beobachter" und schaue mir beim Leben zu. Ober mein weit geöffnetes Scheitelchakra atme ich STÄNDIG das Licht des EINEN SEINS.

Ich BIN vollkommenes, ewiges SEIN - ICH BIN.

KURT TEPPERWEIN

