

Tělo dokáže,
čemu
mysl věří.



Brzy se setkám

se svým dítětem.



Věřím svému miminku
a ono věří mně.

Moje odvaha je silnější
než můj strach.



Cítím se bezpečně,
cítím se klidná,
cítím se silná.

Já a mé dítě jsme
v dokonalé harmonii a klidu.





Porod je bezpečný
a nádherný zážitek.



Můj porod proběhne
lehce a hladce.



Jsem uvolněná.



Každá kontrakce
posouvá mé dítě
blíže ke mně.



Věř svým instinktům.



Děje se to nejlepší
pro mne a moje dítě.



Mé mléko je
tekutou láskou.




Mé tělo má dostatek
mléka pro mé dítě.



Řizpůsobuji se
každodenním novým výzvám
s klidem a jistotou.



Mé dítě je moudré,
ví, kdy a kolik mléka
má vypít.



Cítím se bezpečně
při vyjadřování toho, co chci.



Jsem úžasná!