



ONLINE KURS

*Endlich wieder Liebe!*

mit Sabine Minister-Hellmayr

## Der Mann Deiner Träume

**Heute ist alles möglich – erschaffe Deinen Traummann!**

Deine Affirmation für heute:

**Mein Herzenspartner ist schon ganz nahe und freut sich auf mich!**

Deine heutige Aufgabe ist schnell beschrieben, aber Du wirst eine Zeit damit beschäftigt sein.

**Schreib auf, wie Du Dir Deinen Traummann vorstellst – und zwar alles!**

Heute gibt es keine Begrenzungen, alles ist erlaubt, alles ist möglich in Deiner Vorstellung, in Deinem Traum.

Fang an mit den Äußerlichkeiten: wie soll er aussehen? Wie wohnt er? Welches Auto fährt er? Denke nicht: ach, das ist nicht wichtig oder: das ist unverschämt von mir. Nein, heute nimm Dir Zeit und schreibe alles auf, was Dir zu Deinem Herzblatt einfällt.

Dann notiere bitte alle Charaktereigenschaften, die Du Dir an ihm wünschst und auch, was er gerne tut, also: ein Instrument spielen, Wandern, Einkaufen...

Heute, aber nur heute, gibt es keine Begrenzungen. Deshalb nutze dies und male ihn Dir genau aus. Du brauchst das nicht an einem Stück herunter zu schreiben, lass Dir Zeit, hör vielleicht „Deine“ Musik und notiere immer wieder etwas, wenn es Dir einfällt. Du kannst diese Aufgabe auch über den Tag verteilt machen.

