



ONLINE KURS

*Endlich wieder Liebe!*

mit Sabine Minister-Hellmayr

Jetzt ist ER da!

**Bedanke Dich für den wunderbaren Mann an Deiner Seite!**

Deine Affirmation für heute:

*Ich öffne mein Herz für die Liebe!*

Nimm die Liste zur Hand, auf der Du alle Eigenschaften Deines Traumannes notiert hast, die Dir an ihm wichtig sind.

Nun wandle all diese Eigenschaften in Danke-Sätze um.

Du hast z.B. notiert: er soll zärtlich und liebevoll sein, mich gerne küssen und berühren...

Dann können Deine Dankesätze so lauten:

*Danke für diesen wunderbaren Mann, der mich von ganzem Herzen liebt, der mich gerne küsst und umarmt.*

*Danke, dass er mich gerne berührt, dass er zärtlich und liebevoll ist.*

Achte darauf, dass alles positiv formuliert ist (falsch: dass er nicht untreu ist/richtig: dass er treu ist) und schreib nichts auf, das Du selbst nicht zu geben bereit bist.

