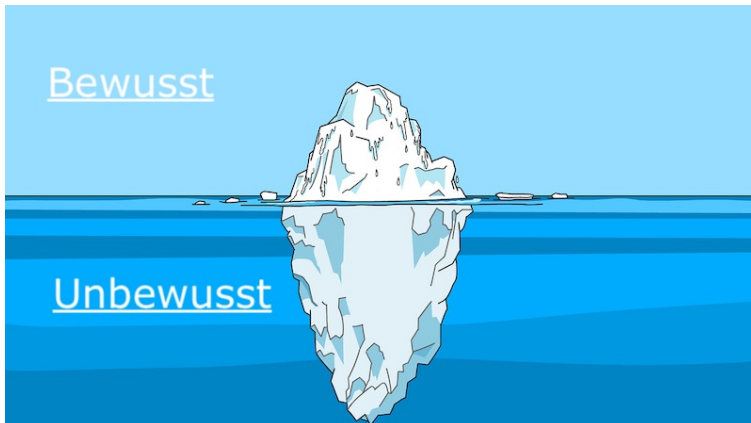




Was denkst du?



Wir denken ca. 70.000 Gedanken pro Tag. 95% davon sind unbewusst und meist negativ bzw. wirken entgegen unserer Wünsche. Negative Gedanken bleiben stärker verankert als positive Gedanken.

Selbst wenn wir 5% der bewussten Gedanken positiv beeinflussen, wirken die 95% noch dagegen. Daher ist es nun wichtig, dass du dir deiner unbewussten Gedanken bewusst wirst, die du zukünftig nicht mehr denken willst.

1. **Was denkst du über dich in Bezug auf deine Partnerschaft, was du nicht mehr denken willst?**
z.B.: Ich bin nicht liebenswert. Ich bin langweilig. Ich schaff das nicht. Usw.
2. **Was denkst du über deinen Partner, was du nicht mehr denken willst?**
Z.B. Er liebt mich nicht. Er wird mich verlassen. Er nutzt mich aus. Usw.

Schreibe dir eine Liste mit diesen Gedanken auf, damit du sie erkennst und sie aus deinem Unterbewusstsein löschst und zukünftig nicht mehr denkst.