



---

LIEBE

ANGST

---

hier abschneiden



Schneiden Sie den Pfeil aus. Mit einem Cutter öffnen Sie die obere Linie zwischen Liebe und Angst, so dass Sie den Pfeil von unten hineinschieben können. Knicken Sie ihn so um, dass die Pfeilspitze nach unten zeigt. Schauen Sie sich Ihr Problem an und fühlen Sie, ob Sie mit diesem Problem mehr in der Liebe oder in der Angst sind. Versuchen Sie den Pfeil in Richtung Liebe zu ziehen und achten Sie auf Ihre Gefühle. Wenn ein unangenehmes Gefühl erscheint, dann beobachten Sie es. Durch die BEOBACHTUNG kann es sich auflösen. Oder Sie sagen sich täglich: „Heute gehe ich der Liebe entgegen“.