

## Der Spiegel

**Stelle Dich ab sofort täglich für ca. 3 Minuten vor einen Spiegel.  
Schau Dir dabei tief in die Augen.  
Nimm bewusst wahr, wohin Deine Gedanken und Dein Fühlen gehen.  
Wie siehst Du Dich?  
Was nimmst Du alles wahr?**

*Nun beginne Dir den Suggestiv Text zu sagen.  
Du wirst nach ca. 3 Wochen eine spürbare Veränderung merken.*

Immer, wenn Du an einem Spiegel vorbeikommst, schau rein und sage Dir selbst im vorbei gehen etwas Nettes.

**Du darfst erkennen, wie großartig Du wirklich bist!**

**Bitte gebe Dir hier Zeit, das ist eine Entwicklung, ein Weg.  
Auch wenn es sich anfangs so verdammt fremd anfühlt.  
Es wird besser Du Liebe!**

## **Suggestiv-KRAFT**

*Da die Welt voller Möglichkeiten ist, bin ich fest entschlossen, die Chancen meines Lebens zu nutzen.*

*Meine Brust weitet sich und Lebensfreude durchströmt mein ganzes Wesen.*

*Alle Kräfte und Fähigkeiten meines Unterbewusstseins warten nur darauf, meine Wünsche zu erfüllen.*

*Täglich werde ich mein Unterbewusstsein konzentriert und suggestiv ansprechen, um ihm zu sagen, was ich von ihm erwarte.*

*So wächst mein Glaube und die Kraft meine Wünsche zu verwirklichen.*

*Meine Begeisterung drängt mich zum Handeln.*

*Leidenschaft und Ausdauer machen das Unmögliche möglich.*

*Ja, ich bin glücklich, denn ich habe den Mut, aus mir und meinem Leben das Beste zu machen.*