

Übung: Zwei Liebesbriefe



Es ist einfacher jemand anderes zu lieben als sich selbst, denn wir sind seit jeher darauf konditioniert dass Liebe verdient werden muss und nicht bedingungslos ist- wir versuchen so Anerkennung durch die richtige Kleidung, gute Noten oder Dinge die wir zu anderen sagen zu verdienen.

Nimm dir nun Zeit, um einen **kurzen Liebesbrief an dich** selbst zu schreiben. Was sind die Dinge, die du an dir liebst?

Nun schreibe einen **Liebesbrief an die Person, die du am meisten liebst**. Vergleiche diese beiden Briefe.

(Welcher Brief war einfacher zu schreiben?)