**IDENTIKIT DEL PARTNER 'PERFETTO'.**

**Diario Notturno.**

Per questo esercizio, procurati sette fogli di carta.

Su ogni foglio in alto scrivi uno di questi argomenti:

**Foglio 1- Cosa voglio nella persona amata dal punto di vista emotivo.**

**Foglio 2- Cosa voglio nella persona amata dal punto di vista spirituale.**

**Foglio 3- Cosa voglio nella persona amata dal punto di vista fisico.**

**- Cosa voglio nella persona amata dal punto di vista sessuale.**

**- Cosa voglio nella persona amata dal punto di vista intellettuale.**

**- Cosa voglio nella persona amata dal punto di vista finanziario.**

**- Cosa voglio nella persona amata dal punto di vista sociale e politico.**

Prima di ogni sessione serale, rilassati, chiudi gli occhi e fa' dei lunghi e profondi respiri dentro e fuori dal naso per calmare la mente e svuotarla di tutti i pensieri della giornata.

Puoi scrivere quanto vuoi e aggiungere nuovi pensieri ogni sera.

Puoi anche aggiungere altre pagine, se necessario.

Rileggi gli elenchi della sera prima, perfezionandoli, aggiungendo e togliendo, modificando… Mantieni ogni argomento separato.