

Mein Jahr 2022

Was will mein Herz gedeihen lassen?



- Werde ruhig, lies den Impuls und atme.
- Fühle.
- Was bewegt das Thema in Dir? Wie stehst Du dazu? Welche Gefühle löst es in Dir aus? Was möchtest Du in diesem Bereich?
- Schreibe auf.

Gesundheit

Wie fühlt sich mein Körper an? Geht es ihm gut?

Was braucht er? Was nicht mehr?

Was möchte ich gesundheitlich erreichen?

Emotionen

Wie möchte ich mich fühlen?

Was kann ich dafür tun?

Beziehung

Wie fühle ich mich in den verschiedenen Beziehungen?

Wie möchte ich mich fühlen?

Wie kann ich das erreichen?

Beruf

Wie fühle ich mich in meinem Beruf, in meiner Arbeit?

Was möchte ich erreichen?

Finanzen

Wie fühlt sich das Thema Geld an für mich?

Was möchte ich erreichen?

Spiritualität

Was bedeutet für mich Spiritualität?

Wie fühlt sich das an für mich?

Was möchte ich erreichen?