

DANKBARKEITS JOURNAL

ICH BIN DANKBAR FÜR

Notiere, wofür du dankbar bist und schreibe jeden Satz vollständig auf. Versuche, das was du notierst zu fühlen. Betrachte diese Übung wie eine Art Fühlübung und versuche wahrhaftig das zu fühlen was du notierst. Worüber bist du dankbar auf Herzesebene? Lass´dir Zeit, genieße und fühle.

Dankbarkeit ist eine hochschwingende Energie, die wie magnetisch noch mehr von dem in dein Leben bringt, wofür du dankbar sein kannst. Zudem fühlen wir uns automatisch besser, wenn wir unsere Ausrichtung der Fülle des Lebens schenken.



ÜBER MICH

INNERE WERTE & PERSÖNLICHE EIGENSCHAFTEN:

ÜBER MICH

ÄUSSERLICHKEITEN & KÖRPER:

ÜBER MICH

GESUNDHEIT:

ÜBER MICH

FREIZEIT, WOHN-SITUATION, HOBBY:



DANKBARKEITS JOURNAL

ICH BIN DANKBAR FÜR



ÜBER MICH
FAMILIE & FREUNDE:

ÜBER MICH
SCHÖNE MOMENTE AUS DEM ALLTAG, DIE MIR
BEGEGNET SIND:

ÜBER MICH
BERUF:

WEITERES, WOFÜR DU DANKBAR BIST:



