

Deine Notizen IN DEN RAUHNÄCHTEN



EIN REISETAGEBUCH DURCH EINE
GEHEIMNISVOLLE ZEIT.



DEINE NACHT

Datum:

Wie war deine Nacht?
Was hast du geträumt?

DEIN MORGEN

Datum:

Mit welchem
Gefühl bin ich aufgewacht?

Was war mein
erster Gedanke heute Morgen?

Wie geht es
mir jetzt gerade?

Was brauche ich?

Was ist mir
heute wichtig?

Welche innere
Haltung möchte ich heute
bewusst einnehmen?

DEIN TAG

Datum:

Wie war dein Tag?

Begegnungen | Unternehmungen | Besonderheiten | Erkenntnisse

DEIN ABEND

Datum:

Was war gut?

Und was habe
ich dazu beigetragen?

Wofür bin ich
dankbar?

Sonstiges:

Was möchte ich
vorm Schlafen noch loswerden?

Mit welchem
Gefühl schlafe ich ein?