

Meine Notizen IN DEN RAUHNÄCHTEN



EIN REISETAGEBUCH DURCH EINE
GEHEIMNISVOLLE ZEIT.



MEINE NACHT

Datum:

Wie war deine Nacht?
Was hast du geträumt?

MEIN MORGEN

Datum:

Mit welchem
Gefühl bist du aufgewacht?

Was war dein
erster Gedanke heute Morgen?

Wie geht es
dir jetzt gerade?

Was brauchst du?

Was ist dir
heute wichtig?

Welche innere
Haltung möchtest du heute
bewusst einnehmen?

MEIN TAG

Datum:

Wie war dein Tag?

Begegnungen | Unternehmungen | Besonderheiten | Erkenntnisse

MEIN ABEND

Datum:

Was war gut?

Und was hast
du dazu beigetragen?

Wofür bist du
dankbar?

Sonstiges:

Was möchtest du
vorm Schlafen noch loswerden?

Mit welchem
Gefühl schläfst du ein?