



# Liebe JahresMotto-Schreiberin!

Dieses Workbook soll dich zur Textversion deines JahresMottos begleiten.

Nimm dir bitte heute irgendwann etwa eine halbe Stunde Zeit, oder gerne auch mehr. Entspanne dich (ohne Musik), atme ein paar Mal tief durch und lies bitte die Fragen (unten) laut vor, während du deine Stimme mit einem Aufnahmegerät (Handy) aufnimmst. Lasse zwischen den Fragen ein wenig Zeit, um sie in dir nachwirken zu lassen. Höre bitte die Aufnahme an und wolle die Fragen nicht unbedingt beantworten, lasse sie einfach in dein Feld eindringen.

Freue dich auf deine Stimme! Freue dich, sie hören zu können!

Wie wunderbar ist es denn, dass sie klingen kann und du es hören kannst?  
Wie wunderbar ist es denn, dass dir deine Stimme Fragen stellen kann, oder?

Höre bitte die Aufnahme noch mal (oder gerne mehrmals) mit geschlossenen Augen an. Vertraue deinem Selbst: Die Antworten sind bereits fertig in dir und sind alle genau richtig.

Vielleicht möchtest du noch irgendwann später am Tag zurückkehren, um dich mit deinen Fragen zu beschäftigen.

Vielleicht möchtest du alle Fragen einzeln schriftlich beantworten, bevor du dich entscheidest, dein JahresMotto aufzuschreiben.

Es kann aber auch sein, dass gleich nach dem ersten Anhören dein JahresMotto 2021 in Form eines Satzes in deiner wunderbaren inneren Welt erscheint.

Was auch passiert, es ist genau das Richtige.

Damit arbeiten wir dann morgen weiter.

Ich wünsche dir eine liebe- und wundervolle Zeit mir dir selbst!

Alles Liebe  
Zofia





# 2021 - Mein Geschenk-Jahr

Es ist alles **in** mir, es ist alles **vor** mir!  
Ich darf mir alles wünschen, ich kann alles erschaffen...

## Meine Fragen an mich:

Was würde ich machen, wenn ich wüsste, dass ich nur noch einen Monat zu leben hätte?

---

Was würde ich in meinem Leben sofort ändern, wenn Geld keine Rolle spielen würde, wenn ich wirklich alles, alles machen könnte?

---

Was war denn mein größter Traum als ich ein Kind war?

---

Wann vergesse ich die Zeit?

---

Worauf bin ich in meinem Leben am meisten stolz?

---

Wofür bin ich am meisten dankbar?

---

Welchen Tag in meinem bisherigen Leben möchte ich nochmal erleben?

---

Welcher Gedanke, Traum taucht in der letzten Zeit am häufigsten auf?

---

Was möchte ich in meinem Leben unbedingt lernen, können, beherrschen?

---



Welche Länder will ich unbedingt bereisen?

---

Welche 5 Personen spielen die größte Rolle in meinem jetzigen Leben?

---

Was vermisse ich in meinem Leben?

---

Wen vermisse ich in meinem Leben?

---

Welche neuen Gewohnheiten möchte ich in meinem Leben erlernen/einbetten?

---

Wann fühle ich mich am meisten geliebt?

---

Was wünsche ich mir für meinen Körper?

---

Was wünsche ich mir für meine Seele?

---

Was wünsche ich mir für mein Herz?

---

Was wünsche ich mir für meinen Verstand?

---



Was alles sollte passieren, damit ich am Ende des Jahres sagen kann: "Danke, liebes Universum, lieber Gott! Das war das beste Jahr meines Lebens!"

---

---

---

---

---

---

---

## Mein JahresMotto 2021

Ein Satz, der sich für mich stimmig anfühlt  
und der mich in den nächsten 365 Tagen begleiten,  
unterstützen und inspirieren darf.

**Mein JahresMotto für 2021 ist:**

---

---

---

---

