

RAUNÄCHTE 20-21.22

TIEFE – STILLE - NÄHE

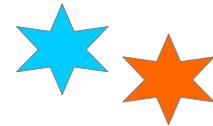


Bevor du heute Abend ins neue Jahr startest, halte noch einmal inne betrachte **Dein 3 x 3**. Es geht darum, was vor einem Jahr war, was heute ist, und was du dir für die Zukunft wünschst.

Halte die Nr. 1 ganz offen mit der Frage „Wer bin ich?“. Wiederhole die drei Fragen dann aus einem engeren Blickwinkel. Zum Beispiel könntest du fragen: „Wer bin ich als Freundin / Partnerin / Kollegin / Chefin?“. Eine andere Möglichkeit zu fragen wäre „Wer bin ich in Bezug auf Geld / Nachhaltigkeit / Spiritualität / Bewegung?“

Spiele mit den Fragen und beantworte sie mindestens 3x – und mache gerne ein Spiel daraus und beantwortet die Fragen in einer größeren (Familien- oder Freundes-) Runde.

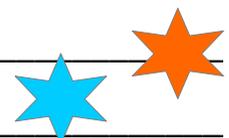
Nr. 1 **WER BIN ICH?!** _____



Wer war ich an Silvester 2020?

Wer bin ich heute, Silvester 2021?

Wer werde ich Silvester 2022 sein?



RAUNÄCHTE 20-21.22
TIEFE – STILLE - NÄHE



Du bist die wichtigste Person in deinem Leben und je besser du dich kennst, desto bewusster kannst du mit dir und deiner Umwelt umgehen.

Es gibt viele verschiedene Bereiche in deinem Leben und du kennst deine Themen am besten. Was sind/waren für dich Herausforderungen, wo hast du im letzten Jahr eine Entwicklung durchlaufen, in welchen Lebensbereichen möchtest du nachhaltig etwas verändern.

Wähle selbst und bearbeite die Fragen entsprechend.

Nr. 2 (Beispiel): **WER BIN ICH ALS FREUNDIN?!**

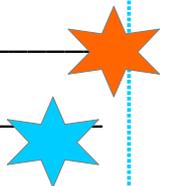


Wer war ich als Freundin Silvester 2020?



Wer bin ich als Freundin heute, Silvester 2021?

Wer werde ich als Freundin Silvester 2022 sein?



RAUNÄCHTE 20-21.22
TIEFE – STILLE - NÄHE



Super! Wie wäre es, wenn du für die letzte Runde an einem anderen Punkt beginnst?! Wenn du also die ersten beiden in der chronologischen Reihenfolge gemacht hast (2020 → 2021 → 2022), dann starte doch jetzt mal anders herum (2022 → 2021 → 2020). Macht das einen Unterschied?

Bei einem Ziel anzufangen und dann von hinten die Schritte zu beschreiben, die nötig sind, um genau dorthin zu gelangen, heißt „reverse engineering“, also „rückwärts erschaffen“. Du kannst es auf alles mögliche anwenden, um dir selbst mehr Klarheit zu verschaffen und deine nächsten Schritte mit mehr Leichtigkeit zu gehen. Denn du weißt schon, was als nächstes dran ist...



Nr. 3 (Beispiel) _____ **WER BIN ICH IN BEZUG AUF GELD?!** _____

Wer war ich in Bezug auf Geld an Silvester 2020?



Wer bin ich heute in Bezug auf Geld an Silvester 2021?



Wer werde ich in Bezug auf Geld an Silvester 2022 sein?
