

## RAUNÄCHTE 2022 - 2023

### Rückschau – Reflexion – Richtung

Du hast dich in den letzten Tagen intensiv damit beschäftigt, was im letzten Jahre gewesen bist. Du hast deine Erfolge gefeiert und erkannt, an welchen Stellen du etwas ändern möchtest. Sicher sind dir Eigenschaften, Gewohnheiten oder Verhaltensmuster aufgefallen, die du so nicht beibehalten möchtest.

Schau noch einmal zurück und verabschiede dich ganz liebevoll von den Teilen deiner selbst, die dir nicht mehr dienlich sind. Bitte sie, zu gehen und danke ihnen für all das, was sie im Laufe der Jahre für dich getan haben. Sie haben ihren Dienst erfüllt und dürfen sich nun in den Ruhestand verabschieden.

Folge deinem Impuls, wenn einer kommt, ob du vielleicht ein Ritual zelebrieren, einen Abschiedsbrief schreiben oder sie in die Wolken schicken möchtest.

Und dann frage dich:

**Was möchtest ich stattdessen?**  
**Wer will ich sein?**  
**Wie ist die Frau, die ich tief in mir schon kenne?**  
**Was macht sie aus?**

Triff heute die Entscheidung darüber, wer und wie du sein möchtest.  
Werde zu der Frau, die du tief in einem Innern, in deinem Kern längst bist.

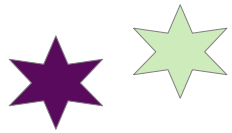
Erträume dir die Heldin deines (Lebens-) Filmes, für den 2023 der Auftakt ist!  
Wie agiert sie; was macht sie; wie sieht sie aus; wie tritt sie auf; welche Menschen begleiten sie; was erreicht sie; wie feiert sie ihre Erfolge; wen trifft sie; was ist ihr wichtig; welche langfristigen Ziele hat sie; wo will sie noch eine oder mehrere Schüppen drauf packen ...

**Wen siehst du?**

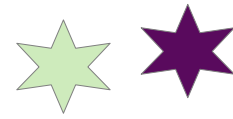
Manchmal ist es etwas leichter, sich an jemand anderem zu orientieren. Wenn du also ein oder mehrere Vorbilder oder role models hast, nutze das für dich. Wer inspiriert dich; wen bewunderst du; was hast du dir bisher selbst nicht erlaubt, findest es bei anderen aber toll...

**Alles,  
was du dir vorstellen kannst,  
ist in dir,  
bist du!  
Lasse es leuchten!**

Notiere dir auf der nächsten Seite, wer du bist oder sein möchtest (wenn dir das leichter fällt). Das hier ist für dich – nur für dich! Sei frei und offen und hab' Spaß daran, diese tolle Frau zu erschaffen, die du schon längst bist.



# ICH BIN 2023 +



ICH BIN \_\_\_\_\_

ICH BIN \_\_\_\_\_

ICH BIN \_\_\_\_\_

ICH BIN \_\_\_\_\_

ICH BIN \_\_\_\_\_

ICH BIN \_\_\_\_\_

ICH BIN \_\_\_\_\_

ICH BIN \_\_\_\_\_

ICH BIN \_\_\_\_\_

ICH BIN

wundervoll, schön, mutig, wichtig, ein  
Geschenk für diese Welt → ready for 2023!

