

# RAUNÄCHTE 2022 - 2023

## Rückschau – Reflexion - Richtung



Halte einen Moment inne und erkenne dich dafür an, dass du in den letzten Wochen immer wieder Zeit für dich geschaffen hast. Danke dir selbst, dass du diesen Jahreswechsel ganz bewusst durchschritten hast. Denke noch einmal mit einem Lächeln an die Zeit zurück – an ihre Herausforderungen und ihre Geschenke.

**Wie / womit hast du dich selbst beeindruckt?  
Welche Wunder sind geschehen?  
Was möchtest du mitnehmen?**

Lasse die Raunächte in Ruhe nachwirken! Gönn dir in den nächsten Tagen immer wieder Auszeiten, nimm die langsamere Geschwindigkeit mit in deinen Alltag und erinnere dich an die Momente, die du alleine mit dir genossen hast – **und schenke sie dir in diesem Jahr immer wieder.**

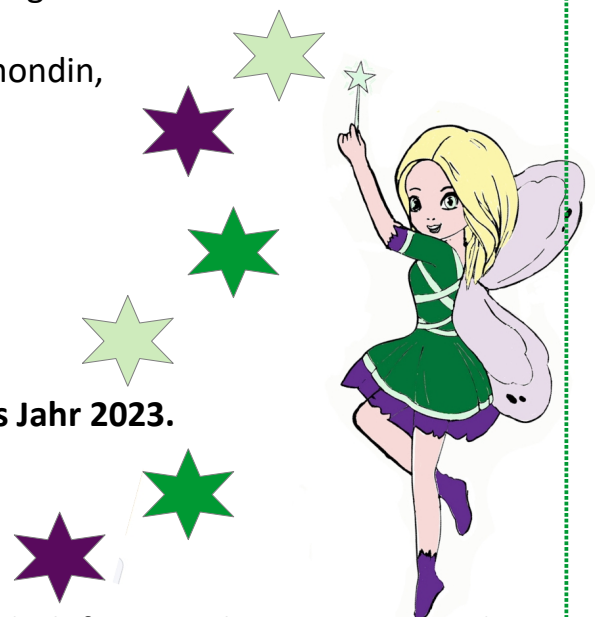
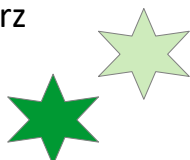
Das bewusste Nachspüren hilft dem, was in dir in den Raunächten in Bewegung gekommen ist, sich zu setzen und zu verfestigen. Natürlich haben wir nicht nur emotional und energetisch gearbeitet und vielleicht gehörst du zu den Menschen, die gerne auch mit dem Kopf „begreifen“ und ihre Aufzeichnungen lieben. Dann setze dich irgendwann in den nächsten Wochen hin und bastle ein wenig mit den folgenden Seiten. Du kannst dir eine zauberhafte Übersicht über **DEIN JAHR** schaffen – natürlich kannst du auch ein Moodboard oder Visionboard gestalten, ein Bild malen, einen Kalender entwerfen – oder einfach zu jedem Monatsbeginn deine Unterlagen anschauen und dich erinnern und inspirieren lassen.

Das Jahr liegt vor dir! **DEIN JAHR!** Frei, offen, erwartungsvoll ... Fülle es mit deinen Wünschen, Träumen, Vorstellungen und Zielen. Es will be-lebt und ge-lebt zu werden. Nutze jeden einzelnen Monat des Jahres, jeden Tag des Monats und jede Stunde des Tages. Vertraue auf die Grundlage, die du in den letzten Wochen geschaffen hast.

Nutze die Monatswechsel und/oder jede Voll- und Neumondin, um dich zu erinnern: **Ich bin eine tolle Frau!**

Ich danke dir von Herzen für dein Vertrauen,  
unsere gemeinsame Zeit  
und dein einzigartiges Sein.  
Du bist so wichtig und wundervoll!

Ich wünsche dir ein **glückliches, entspanntes, friedvolles Jahr 2023.**  
Von Herz zu Herz  
Sabine



P.S. Die Signal-Gruppe bleibt das ganze Jahr bestehen und ich freue mich, wenn wir uns dort weiter sehen und hören. Auf die Webseiten kannst du bis Ende März zugreifen.

**RAUNÄCHTE 2022 - 2023**  
**Rückschau – Reflexion – Richtung**

Januar

Februar

März

April

Mai

Juni

Juli

August

September

Oktober

November

Dezember



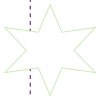
**RAUNÄCHTE 2022 - 2023**  
**Rückschau – Reflexion - Richtung**



**Meine wichtigste Erkenntnis aus der RÜCKSCHAU ist:**



**Ich REFLEKTIERE immer wieder folgendes:**



**Die größte Hilfe, um meine RICHTUNG beizubehalten, ist:**

