Dankbarkeit

Nicht die Glücklichen sind Danbar.
Es sind die Dankbaren, die glücklich sind...

Datum _____

Nimm dir jeden Tag wenigstens 5 Minuten Zeit, den Tag zu reflektieren und aufzuarbeiten...

Für welche drei/vier Dinge bin ich heute dankbar ?

_____

_____

_____

_____

Haben sich Beziehungen weiter entwickelt (10) - oder bestehen wie nur fort (0) ?

0 — 10

Konnte ich mich entfalten (10), oder habe ichs einfach nur überstanden (0) ?

0 — 10

Wie ist meine emotionale Verfassung? (10=sehr gut)

0 — 10

Wie ist meine körperliche Verfassung? (10=sehr gut)

0 — 10

Wie ist meine geistige Verfassung? (10=sehr gut)

0 — 10

Was gab mir heute Energie und Hoffnung ?

_____

Was habe ich heute gelernt ?

_____

_____