

I slutet av året...



Hur känns mitt liv just nu - känslomässigt, mentalt och fysiskt?

Vad bär jag på som jag vill lämna bakom mig?
Vilka eventuella förväntningar, åtaganden eller annat vill jag lämna bakom mig?

Vilka händelser, vanor, personer gav mig energi detta år?

Till vad vill jag rikta ett extra stort "TACK"?

Vad önskar jag bjuda in under det nya året?

Vilket ledord, vilken känsla eller intention önskar jag ska vägleda mig nästa år?

Vad är det första bästa enkla jag kan göra för mig själv i början av det nya året?