

Reflektera kring året 2021 & kommande år 2022:

1. Är jag lycklig med livet jag lever nu?
2. Vad brinner jag för? Vad gör jag för att fullfölja mina innersta drömmar?
3. Vad &/eller vem tynger mig, vad &/eller vem måste jag släppa taget om?
4. Vad måste jag förlåta mig själv för?
5. När kände jag mig som mest levande & uppfylld 2021?
6. Hur kan jag praktisera min kärlek till mig själv, mitt liv & andra?
7. Vad vill jag släppa taget om helt?
(självkritik, negativa tankemönster etc...)
8. Vad vill jag hänge 2022 åt? Vad är absolut det viktigaste för mig, i mitt liv just nu?
9. Vad har jag lärt mig om mig själv 2021?
10. Vad har 2021 representerat? Vart har livet tagit mig & vart är jag på väg?