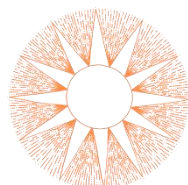


WORKBOOK

TAG 7

Ganzheitliche Transformation und Verbundenheit



CHAKRA FESTIVAL

Einführende Worte:

Es ist wunderbar, dass du hier bist!

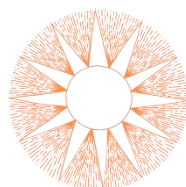
Wir möchten es dir mit diesem Workbook ermöglichen, das meiste aus dem Festival mitzunehmen und in deine nachhaltige Transformation zu kommen.

So nehme dir gerne Zeit und schreibe für dich Notizen von den Impulsen auf, die dein Herz berühren oder wo du *Aha*-Momente für dich erlebst.

Wir werden in diesen 7 Tagen verschiedene Lebensbereiche durchforschen und du wirst für dich auch lebensverändernde Impulse bekommen, die dich auf neue Pfade bringen.

So auch hier eine Bitte, dass du für dich ein Versprechen mit dir selbst eingehst, dass du die Impulse in diesen 7 Tagen für dich mitnimmst und es in deinem Alltag umsetzt. Denn die größte Transformation erlebst du in deinem Alltag.

Dein Chakra Festival Team ❤️



Was ist heute zu tun?

Du darfst gerne hier für dich aufschreiben, was für dich wichtig ist.

Thema ganzheitliche Transformation

Wo stehst du in deiner emotionalen Entwicklung?

Was brauchst du, um deine Emotionen mehr ausdrücken zu können?

Was brauchst du, um deine Emotionen mehr anzunehmen?

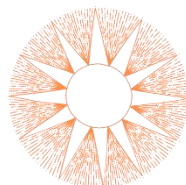
Wo stehst du mit deiner Gedankenwelt? Hängst du sehr in Gedanken oder unterstützen sie dich eher im Alltag?

Welchen negativen Gedanken hast du oft im Alltag?

Wie kannst du sie diese Gedanken umformulieren?

Welchen positiven Gedanken hast du im Alltag, die dich unterstützen?

Welchen Glaubenssatz willst du in dir bewusst integrieren für die nächsten 21 Tage?



Thema **ganzheitliche Transformation**

Wie gesund bist du körperlich?

Was braucht es an einer Veränderung in deinem Lebensstil, damit sich deine Gesundheit verbessert?

Kannst du es für dich umsetzen?

Was brauchst du, um den ersten Schritt zu machen?

Welche Gedanken hast du, wenn du deine Ideen umsetzen willst?

Was für nächste Schritte brauchst du allgemein für deine ganzheitliche Veränderung?

Hast du eine passende Umgebung, die dich darin unterstützt?

Wo könntest du diese finden, neben der Chakra-Festival-Community?

