

Tages-Journal



Morgenstunden

Mein erster Gedanke nach dem Aufwachen

Heute nehme ich mir fünf Minuten Zeit für

Darauf freue ich mich

Etwas Neues, dass ich heute ausprobieren möchte

Am Tag

Positive Selbstbekräftigung

Ich bin dankbar für

Deine Werte im Leben

Dein Schatz im Alltag

Abendstunden

Großartige Dinge, die ich heute erlebt habe

Ein Gefühl, das ich heute loslassen möchte

Der schönste Moment des Tages

Ich freu mich auf morgen, weil

Das habe ich heute gelernt

Und nun das Wichtigste:

Drei Dinge, die ich an mir mag
