

dein Workbook

Spüre die Kraft
der
Dankbarkeit



ALUNA

Herzlich Willkommen

Mein Name ist Kassandra und ich
freue mich von Herzen dir mit
diesem Dankbarkeitsworkbook ein
Geschenk machen zu dürfen.
Die kommenden Wochen wirst du
selber die Magie der Dankbarkeit
kennen lernen.

Ich freue mich sehr dich dabei
begleite zu dürfen

Kassandra



Inner Peace

“

Sobald du deinen Geist auf das positive fokussierst wirst du merken, dass deine Lebensweis sich verändern wird.

Dankbarkeit ist eine der höchsten Frequenzen und bereichert das Leben auf verschiedene physische, psychische und zwischenmenschliche Dimensionen.

Ich lade dich ein, jeden Abend vor dem Schlafen gehen dein Workbook zur Hand zu nehmen und drei bis fünf Dinge aufzuschreiben für die du heute dankbar bist.

Dieses Workbook ist für 4 Wochen ausgelegt und begleitet dich so einen Monat dabei wie du dein Leben transformieren wirst.

”



Today I am grateful for



Montag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Dienstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Mittwoch

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Donnerstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Freitag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Samstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____



Sonntag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

meine schönsten Momente

meine "Learnings"



Meine Gedanken und Notizen





Today I am grateful for



Montag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Dienstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Mittwoch

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Donnerstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Freitag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Samstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____



Sonntag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

meine schönsten Momente

meine "Learnings"



Meine Gedanken und Notizen





ALUNA

„Fühle Dankbarkeit. - erlebe Fülle“

Dankbarkeit verbindet sich
mit einer hohen
Schwingungsfrequenz,

indem sie positive
Energien freisetzt und das
Bewusstsein auf das Gute
im Leben lenkt



ALUNA

Today I am grateful for



Montag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Dienstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Mittwoch

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Donnerstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Freitag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Samstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____



Sonntag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

meine schönsten Momente

meine "Learnings"



Meine Gedanken und Notizen





Today I am grateful for



Montag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Dienstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Mittwoch

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Donnerstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Freitag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

Samstag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____



Sonntag

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

meine schönsten Momente

meine "Learnings"



ALUNA

Meine Gedanken und Notizen





Dein erster Monat voller bewusster
Dankbarkeit liegt nun hinter dir.

Wie fühlst du dich?

Reflektiere deine Aufzeichnungen noch
einmal mit einem bewussten, liebevollen
Blick und spüre die Dankbarkeit der letzten
Wochen; für so viele Dinge die es in
deinem Leben gibt.

Drucke dir sehr gerne das Workbook direkt
noch einmal aus und integriere deine
persönlichen Dankbarkeitsmomente in
deinem Alltag

soulful greetings

Kassandra



ALUNA