



Monatsreflexion

10 achtsame Fragen

Für deinen Monat voller Achtsamkeit,
Klarheit & kleiner Momente

Lune & Leaf Journals



Der Monatswechsel lädt dazu ein, innezuhalten,
zurückzublicken und bewusst weiterzugehen.

Diese Reflexionsfragen helfen dir dabei,
das Wesentliche zu erkennen – das,
was dich bewegt hat,
gewachsen ist und bleiben darf.
Nimm dir einen Moment für dich.
Mit Ruhe. Mit Herz. Mit Stift.

Lune & Leaf Journals



1. Was hat mich in diesem Monat besonders berührt?

2. Welche Herausforderungen habe ich gemeistert?

3. Was habe ich über mich selbst gelernt?

4. Wofür bin ich diesen Monat besonders dankbar?



5. Was hat mir Energie gegeben – was hat mich Kraft gekostet?

6. Welche kleinen Erfolge durfte ich feiern?

7. Was möchte ich im nächsten Monat loslassen?



8. Welche Erkenntnis möchte ich mitnehmen?

9. Was wünsche ich mir für den kommenden Monat?

10. Worauf freue ich mich ganz besonders?



Lust auf mehr?

Dieses Freebie war nur der Anfang.

Hol dir dein ganz persönliches Journal
und beginne deine Reise zu mehr Selbstfürsorge
und innerem Wachstum.

Jetzt entdecken auf
www.luneandleafjournals.shop

Lune & Leaf Journals