



# Mein Sankalpa



MONAT: \_\_\_\_\_ JAHR: \_\_\_\_\_

## Ich bin so froh, dass ...

(Bitte formuliere Deine Absicht klar, detailliert, kurz und konkret, messbar, realistisch, inspirierend, in der 1. Person und in Präsens)

### LANGZEIT ZIELE

1. in 3 Jahren \_\_\_\_\_
2. in 5 Jahren \_\_\_\_\_
3. in 10 Jahren \_\_\_\_\_

### KURZZEIT

#### GESUNDHEIT

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

#### FAMILIE

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

#### BEZIEHUNGEN (Freundschaften, Partner, Soziales Umfeld)

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## FINANZIELLES

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## GESCHÄFTLICHES / KARRIERE

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## INTELLEKTUELLES

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## KREATIVES

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## SPIRITUELLES

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

