

Willkommen im Neujahrscamp

Auf geht die Reise ins Jahr 2024



Die drei Lichtstrahlen

Was ist dir heute Leuchtendes,
Glänzendes widerfahren?

Was oder wie hast du jemand
anderem einen Lichtstrahl
geschenkt?

Welchen Lichtstrahl wünschst du dir
zu Weihnachten?

Schreib deine
Antworten gern
in den Chat



Wünsche in Worte - Workshop

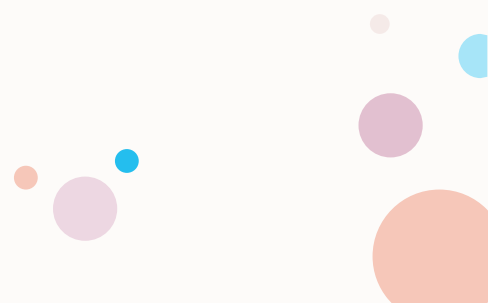
„Es war einmal ...“





Rückblick

- **In der ersten Etappe** lassen wir das alte Jahr Revue passieren, ernten Erkenntnisse und Freuden, lassen Ballast los, finden heraus, was weitergehen soll und wachsen darf.





Einblick

- **In der zweiten Etappe** setzen wir die Reise ins neue Jahr gut ausgestattet mit Lernerfahrungen aus 2023 fort und erkunden unsere Wünsche für die vor uns liegenden neuen Monate.
- Diesmal beschäftigen wir uns außerdem mit der Frage:

Wie finde und schaffe ich Frieden für mich und darüber hinaus?

Unsere individuellen Antworten darauf können unser Jahr 2024 um vieles erleichtern und bereichern.



Ausblick

- **In der dritten Etappe** formulieren und gestalten wir unsere Wünsche, Ziele, Visionen und füllen sie mit Energie.
- So werden sie zu Anziehungspunkten, die uns wie Leuchttürme auf den richtigen Weg bringen können.
- Wir formulieren Leitsterne, das sind Werte, Überzeugungen und Qualitäten, die uns stärken, wohltun und auf unsere Spur zurückbringen.

Höhepunkte – Was waren einige der größten Erfolge, Freuden und speziellen Momente dieses Jahres? Schreib auf, was dir einfällt.

Herausforderungen – Mache auch eine Liste der Tiefpunkte oder Herausforderungen. Womit hast du gerungen? Was hat es dir schwer gemacht zu erreichen oder tun, was du dir vorgenommen hast? Notiere wieder kleine und große Aspekte, die dir einfallen.

Geschenke – Welche unerwarteten und ungeahnten Geschenke gab es für dich im Jahr 2023? Was hat es für dich bedeutet, dieses Geschenk zu bekommen? Warst du auch ein Geschenk für andere in diesem Jahr?

Lernen - Was hast du in diesem Jahr gelernt? Was war dabei besonders nachhaltig, tiefgehend? Wie hat das Gelernte dich verändert? Was ist anders und besser? Was hat das mit deiner persönlichen Geschichte zu tun?

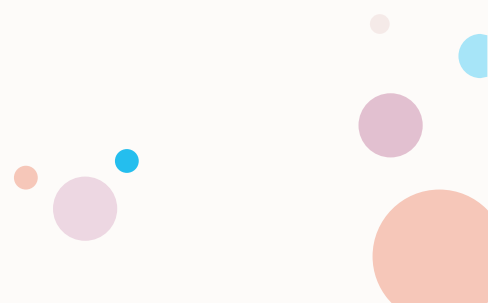
Visionen und Intentionen - Welche Ziele und Wünsche hast du vor einem Jahr formuliert? Hat sich etwas bewegt? Was ist Wirklichkeit geworden? Was ist in den Hintergrund getreten? Wie geht es dir damit?

Das Große-Ganze – Wie haben die Ereignisse in der Welt dich dieses Jahr beeinflusst? Wie hast du auf die lokalen, nationalen, internationalen Herausforderungen, Erfolge, Grausamkeiten und Fortschritte reagiert?



Ernte

- Wenn du deine Notizen anschaust und zurückfühlst: Welches Thema überwog für dich im Jahr 2023?
- Was soll weiter gehen? Was weiter wachsen?



Eine Liste für den Frieden

Schreibe die Ordnungszahlen an den linken Seitenrand.

Dann schreibe eine Liste.

Notiere alles, was für dich zum Frieden, wie du ihn verstehst, gehört und beiträgt

1. Meine Ansprüche an mich und andere überprüfen
2. Zufrieden sein, mit dem was ist ...
3. Nach meinen Werten leben ...
4. Morgens als erstes alle anlächeln
5. Wenn ich nach Hause kommen, nicht gleich die Küche aufräumen

