

PRŮVODCE ROSTLINNOU ŘÍŠÍ

LEDEN

ENERGIE A POSELSTVÍ MĚSÍCE LEDNA

hluboké vyživení, odpočinek a regenerace
vědomý prázdný prostor pro to, co chce být letos ukázáno světu
péče o domov
péče o vztahy
péče o sebe

"věci neuspěchat a na sebe nespěchat".



PRŮVODCE ROSTLINNOU ŘÍŠÍ

LEDEN

ENERGIE A POSELSTVÍ MĚSÍCE LEDNA

osobní deník

Co v mém životě stále zůstává a na co si nacházím čas, energii
nehledě na zimu a chlad, který je všude venku?

K čemu se (na)vracím, když cítím nejistotu, chlad?

Jaké jsou to aktivity?

Jaké jsou to rituály?

Jaký je to rytmus dnů?

PRŮVODCE ROSTLINNOU ŘÍŠÍ

LEDEN

ENERGIE A POSELSTVÍ MĚSÍCE LEDNA

osobní deník

Jaké činnosti mi přináší světlo, vřelost do všedních dnů?

Jak vnímám svůj domov?

Potřebuji něco změnit, abych mohl/a více odpočívat, relaxovat?

Jak by vypadal jeden ideální zimní den doma?

Co je potřeba doma připravit/změnit, aby se takový den mohl stát?
