

# Herzenswünsche

## *Selbstbestimmt leben*

---

Wenn du heute einen Film von deinem Leben drehen würdest, was wünschst du dir, dass du in diesem Leben lebst? Zentriere dich zuerst, atme 3 Atemzüge bewusst und komme bei dir an und stelle dir die Frage, wie du am liebsten leben möchtest - es darf ruhig ein buntes Bild sein - mach dir hier deine Notizen dazu:

