

Sidos Academy

KUUKAUSIKIRJA

Heinäkuu 2026

Pysähdy
hetkeksi

SIDOS
ACADEMY

Hei ihana Sidosnainen

Heinäkuu on alkamassa ja vuosi on puolivälissä. Millainen oli sinun alkuvuotesi? Oliko se sellainen kuin toivoit?

Muista, että tärkeintä ei ole se mitä on takanapäin, vaan se, mitä kohti olet menossa.

Tämän kuukausikirjan ei ole tarkoitus kasvattaa tehtävälistaasi, vaan auttaa sinua pysähtymään hetkeksi.

Toivon, että löydät näiltä sivuilta ajatuksia, oivalluksia ja ennen kaikkea tilaa itsellesi.

Krista



Tämä voi olla vuoden tärkein kuukausi

On aika elää tämä vuosi todeksi

Joskus suurimmat muutokset alkavat silloin, kun lakkaamme katsomassa taaksepäin ja valitsemme rakentaa elämää eteenpäin.

♡ Mitä kaipaen juuri nyt enemmän elämäni?

♡ Mistä haluan päästää hieman irti tämän kuukauden aikana?

♡ Jos tämän kuukauden loppuksi voisin sanoa yhden asian muuttuneen parempaan suuntaan, minkä haluaisin sen olevan?

♡ Tämän kuukauden tärkein muistutus itselleni

Sinun ei tarvitse muuttaa kaikkea. Joskus yksi tietoisesti eletty kuukausi voi muuttaa enemmän kuin kokonainen vuosi ilman minkäänlaisia suuntia.



Puolivuotiskatsaus

Heinäkuu jakaa vuoden kahtia. Pysähdy hetkeksi sen äärelle, mitä tämä vuosi on jo sinulle opettanut



Mistä voin olla itsessäni ylpeä?



Mikä on vienyt energiaani enemmän kuin olisi pitänyt?



Mikä on tuonut minulle iloa, rauhaa tai merkitystä?



Mitä haluan jättää taakseni loppuvuoden ajaksi? Entä mitä haluan kutsua elämäni enemmän?

*Ei ole tarve aloittaa taas alusta.
Jatketaan matkaa vain siitä, mihin jäimme.*



Jos mikään ei muutu

Jos jatkat seuraavat kuusi kuukautta täsmälleen samalla tavalla kuin nyt, miltä elämäsi näyttää vuoden lopussa?

♡ Mikä silloin on hyvin?

♡ Mikä huolestuttaa minua?

♡ Minkä haluaisin olevan toisin?

♡ Mikä pieni asia voisi muuttaa suuntaa jo tämän kuukauden aikana?

Jos mikään ei muutu, niin mikään ei muutu.



