

A woman with dark skin is shown in profile, looking thoughtful with her hand to her chin. She is wearing a white top. In the background, there is a large, green, multi-stemmed plant with small leaves. The overall scene is brightly lit, suggesting an indoor setting with natural light.

# Workbook i livskunst

Lever du et liv med  
passion og formål?

## W O R K B O O K I Livskunst

Hej og velkommen!

Det lader til, at du overvejer, hvordan du kan begynde at leve dit liv med mere passion og formål.

Du er kommet til det rigtige sted.

Her er nogle spørgsmål, som kan hjælpe dig i den rigtige retning.

Så tag dig selv en kop..., find et roligt sted og giv dig selv 20-30 minutter til at overveje disse spørgsmål.

Og vær ærlig over for dig selv.

På den måde får du de mest brugbare og muligvis overraskende indsigter.

1: Har du en personlig vision - Hvad er det?

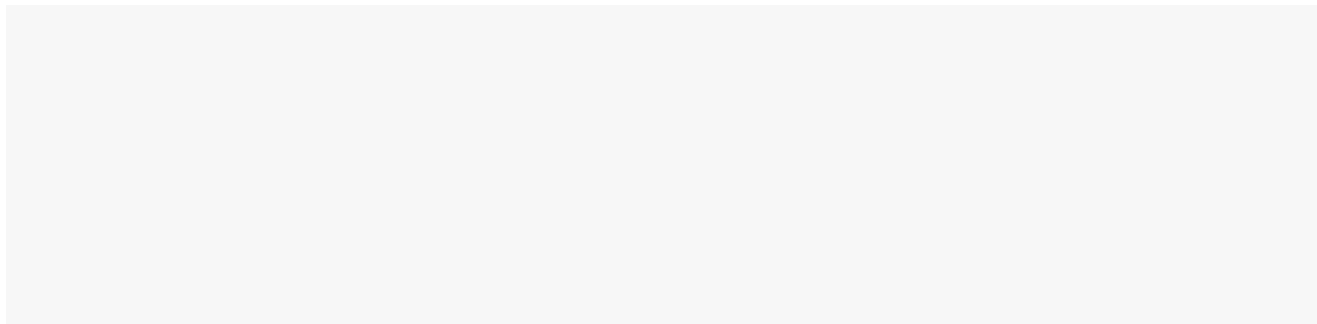
---

2: Hvad betyder mest for dig; Penge, berømmelse eller fred I sindet...?

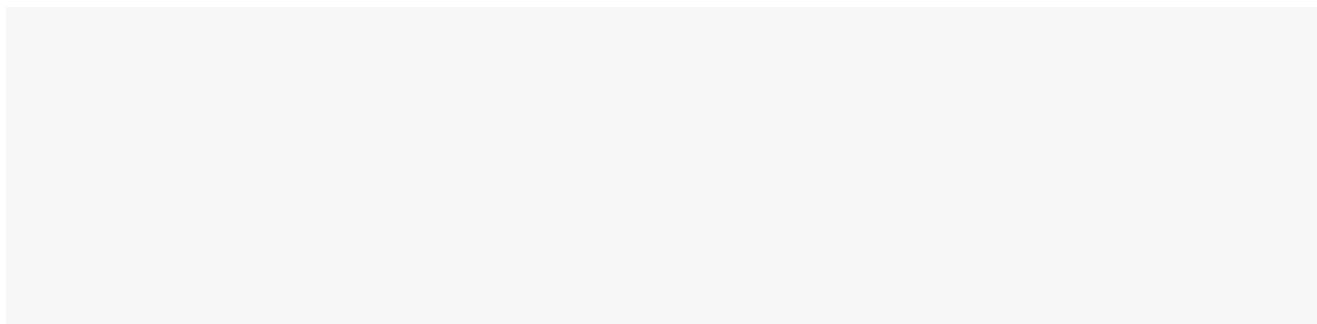
3: Hvad er du naturligt god til - Nævn gerne alt du kan komme i tanke om?

4: Hvis du skulle undervise i en ting, hvad skulle det så være?

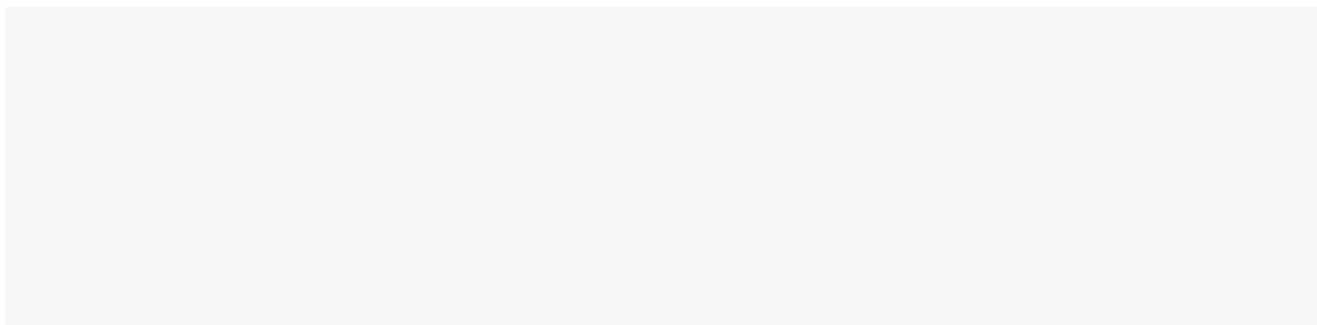
5: Hvad får dig til at glemme tid og sted?



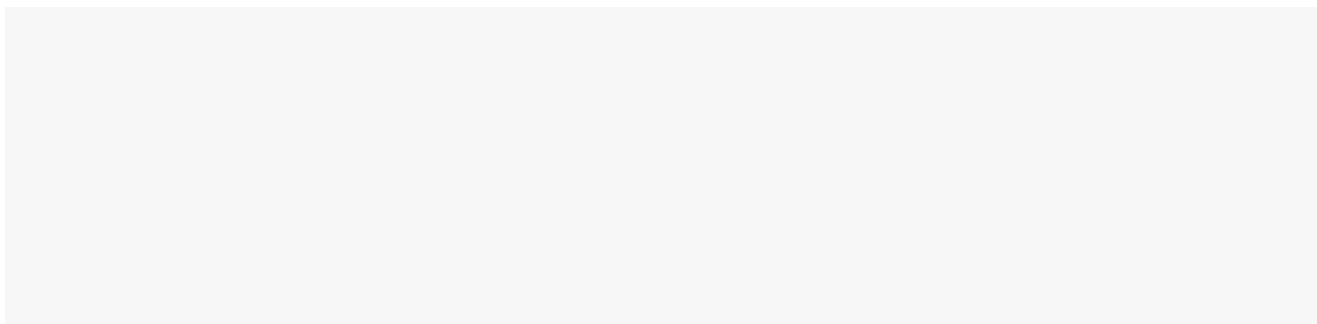
6: I hvilke situationer føler du dig mest som dig selv?



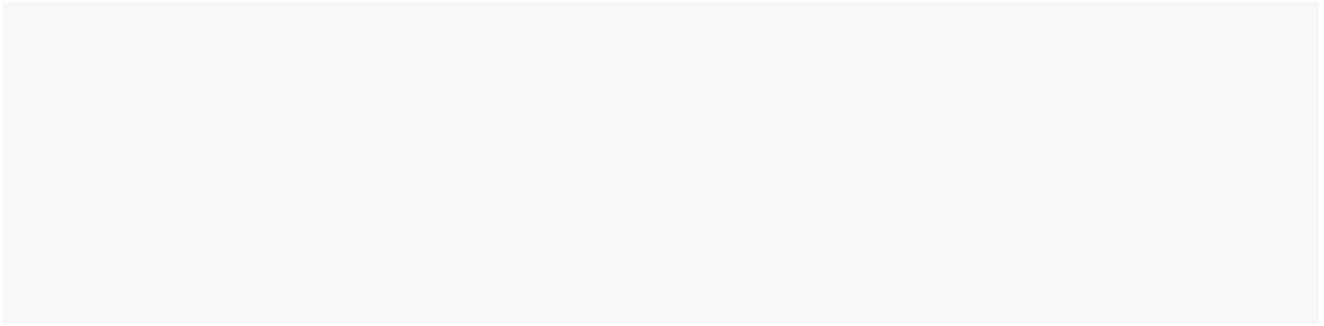
7: Hvad er virkelig vigtigt for dig - Mål og værdier?



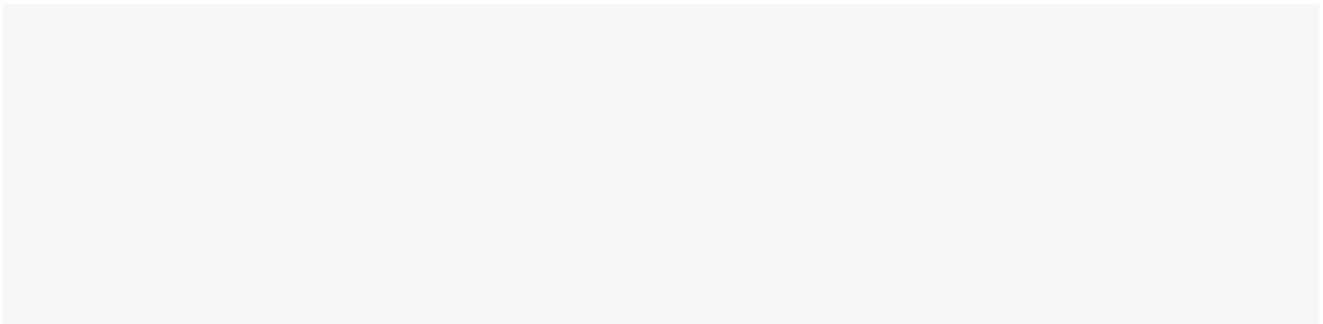
8: Hvis penge ikke havde nogen betydning - Hvad ville du så lave?



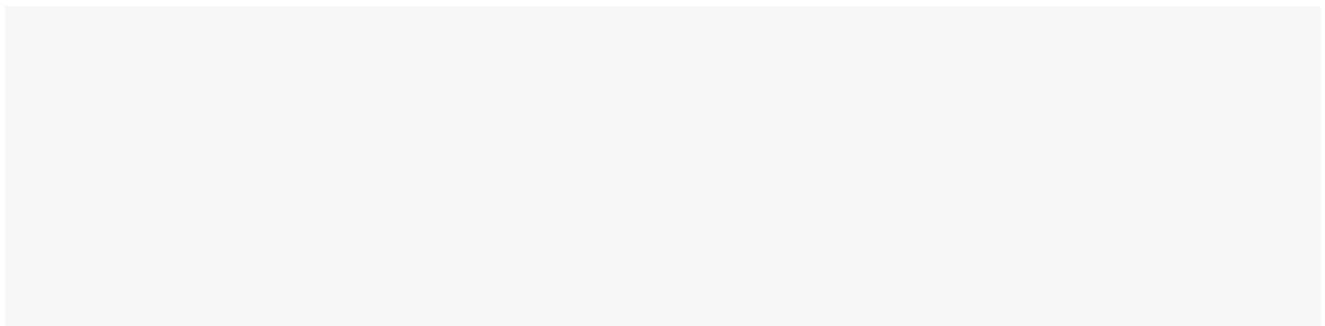
9: Hvad ville du lave / skabe, selvom du ingen penge fik ud af det?



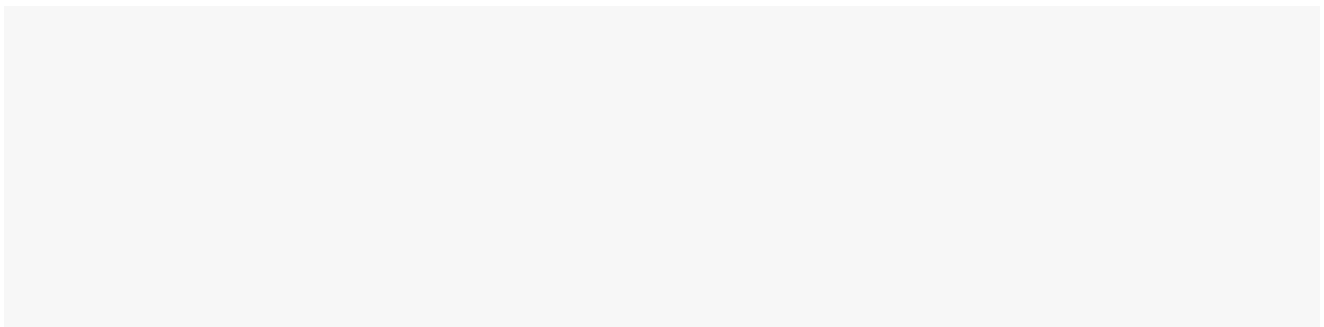
10: Hvis du vidst du ikke kunne fejle, hvad ville du så handle på?



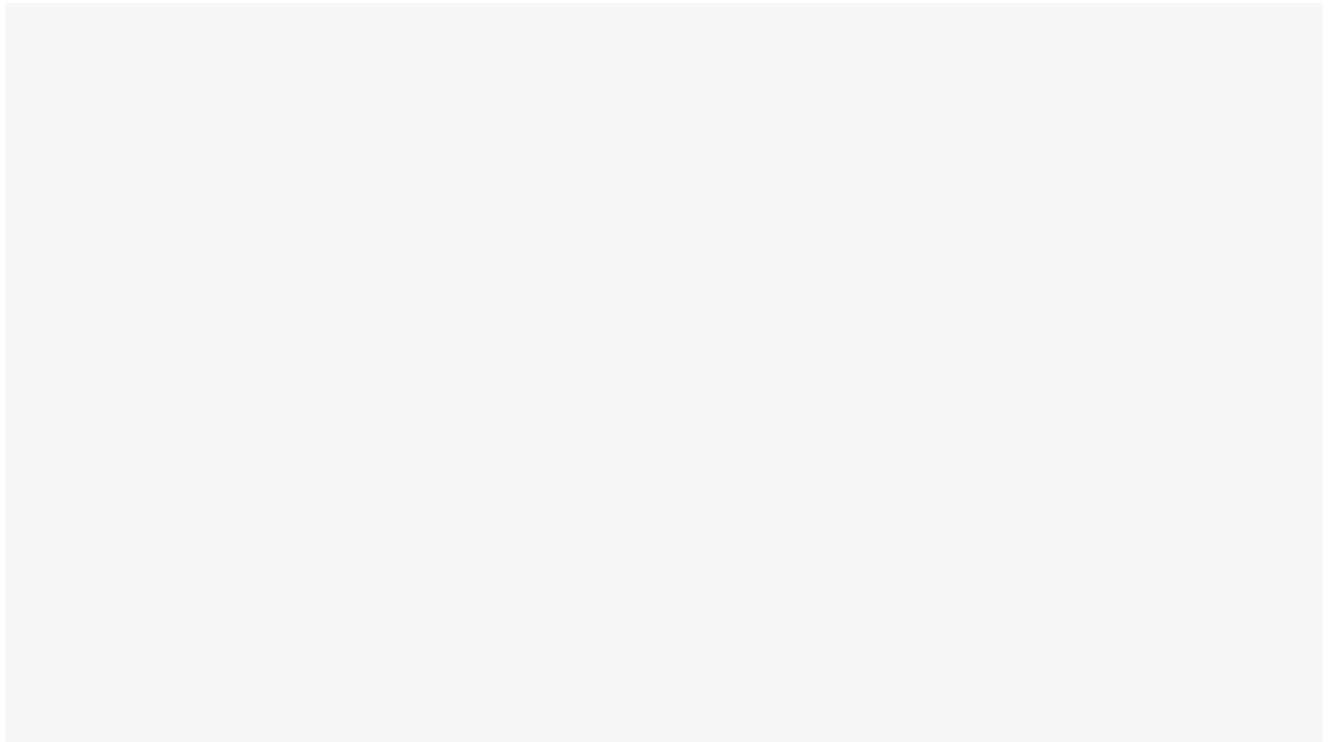
11: Hvordan kan du få penge for at lave noget du virkelig elsker?



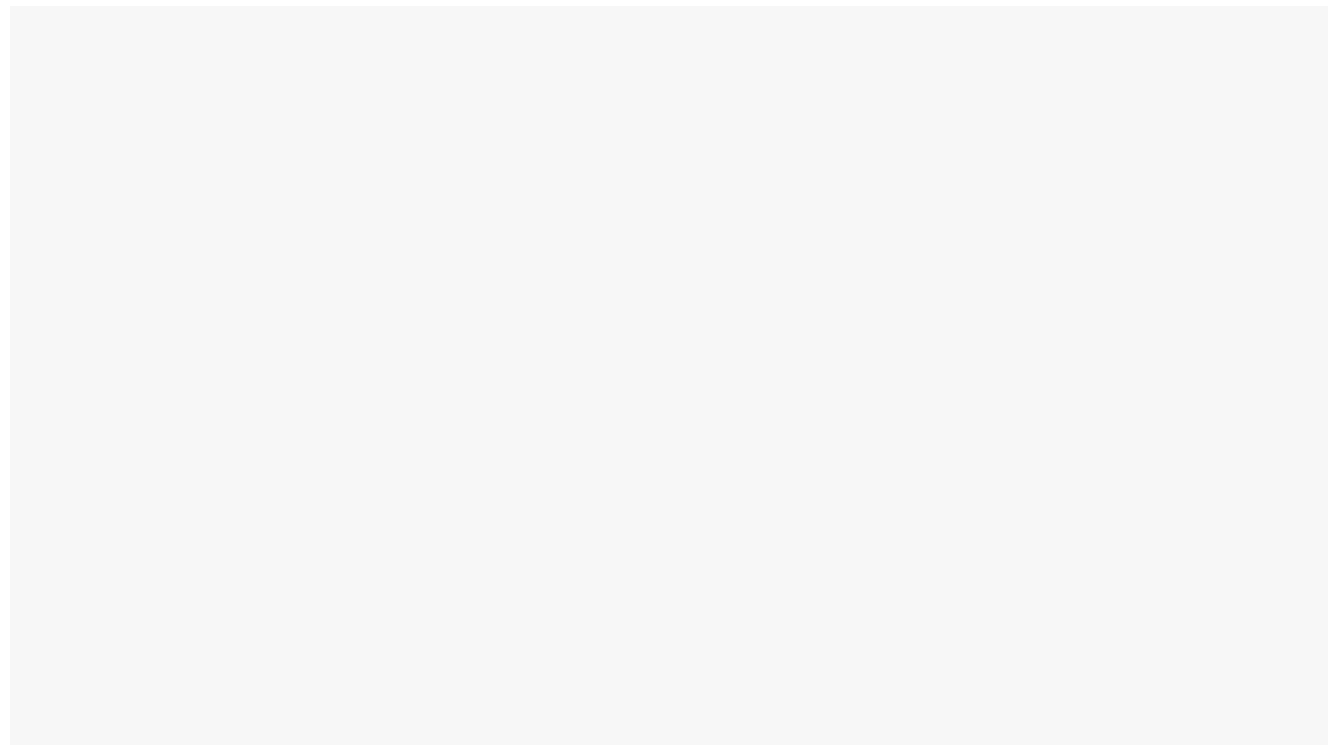
12: Hvad vil du fortryde IKKE at handle på i dit liv?



13: Beskriv din perfekte dag!



14: Forestil dig selv, som 90-årig. Hvad ser du tilbage på med stolthed og glæde, hvad ville du ønske du havde brugt mere eller mindre tid på, hvad fortryder du at du ikke gjorde?



## Denne øvelse er kun begyndelsen...

Jeg hedder Sara Agnete Roland, og jeg er livskunstner, billedkunstner, fotograf og iværksætter.

Vil du også være livskunstner?

En der lever livet på en kreativ måde. Der er meget mere end en måde at leve livet på, og du er kokken i dit livs køkken - Ingredienserne har du måske ikke selv valgt, men hvordan du tilbereder dem og sammensætter dem, er HELT dit valg.

Evaluer dit liv, som det er nu, design hvordan du forestiller dig dit drømmeliv, og læg derefter realistiske planer for at nå målet om at leve livet med passion og formål.

[www.sararolandcreative.com](http://www.sararolandcreative.com)