

LA SEKVA JARO

MI KREDAS, KE ĈIO EBLAS EN TIU ĈI JARO.

Dato:

subskribo

Farite per amo de internacia temo en Budapeŝto, Hungario.

<https://yearcompass.com/eo>

Ĉu vi ŝatas JarKompason? Diskonigu ĝin inter viaj amikoj! Helpu al ni helpi tiom da homoj kiom ni povas.

Ni estas denaske hungaroj kaj tiu ĉi libreto estas traduko de nia originala laboro.
Se vi rimarkas ajnan mistajpon, fuŝojn pri la gramatiko aŭ neekzistantajn
esprimojn tiam ni petas vin skribi tion al ni tra la retpaĝo.

Ĉi tiu verko estas disponebla laŭ la permesilo de la
Creative Commons Atribuite-Nekomerce-Samkondiĉe 4.0 Tutmonda.



YEARCOMPASS



2024 « | » 2025

BONVENON

KIO ESTAS TIO?

Estas JarKompaso—via tute propra JarKompaso, por esti preciza.

Ĝi estas libreto kiu helpas al vi pripensi vian pasintan jaron kaj plani la venontan. Ĝi enhavas aron da atenteme elektitaj demandoj kaj taskoj. JarKompaso helpas al vi malkovri viajn kutimojn kaj plani bonegan sekvan jaron por vi.

La libreto havas du specifajn partojn. La unua duono helpas al vi reregardi al la pasinta jaro: lerni de la okazaĵoj kaj festi la sukcesojn kiujn vi lasas malantaŭ vi. La dua duono temas pri la estonteco. Vi revos, planos kaj prepariĝos por ĉerpi la plej multon kiel eble de la venonta jaro.

KIAL MI DEVAS PLENIGI TIUN ĈI LIBRETON?

Skribilo aŭ krajono, kelkaj horoj da neinterrompata fokusiĝo kun malferma kaj honesta menso.

ĈU MI POVAS TION FARI EN GRUPO?

Kompreneble vi povas! Prenu viajn amikojn, printu libreton por ĉiu kaj trovu komfortan lokon. Ĉiu plenigu sian propran JarKompason. Vi povas fari paŭzojn por pridiskuti la taskojn kaj preparoli viajn pensojn kaj sentojn rilate al ili.

Se vi faras tion, bonvolu atenti pri la limoj de viaj kunuloj. Ĉiu kunhavigu nur spertojn pri kiuj ili komfortas paroli.

LA SEKVA JARO

MIA VORTO POR LA SEKVA JARO ESTAS

Elektu vorton por via sekva jaro. Ĝi donos al vi forton ne rezigni pri viaj revoj, ĝi estos via helpilo, se vi bezonas iom da forto. Tiu ĉi vorto karakterizos vian venontan jaron.

MIA SEKRETA DEZIRO

Pensu senlime! Kio estas via sekreta deziro por la sekva jaro?

ELKORAJN GRATULOJN, VI ĴUS FINIS PLANI VIAN JARON!

Fotu kaj diskonigu ĝin kun ni uzante la #yearcompass kradvorton.

LA SEKVA JARO

SES FRAZOJ PRI MIA SEKVA JARO

Ĉi jare mi ne plu prokrastos...

Ĉi-jare mi estos plej forta pri...

Tiun ĉi jaron mi estos la plej brava, kiam mi...

Ĉi jare mi diros jes, se...

Mi konsilos al mi ĉi-jare...

Tiu ĉi jaro estos speciala por mi, ĉar...

PREPARU VIN

Alvenu.
Preparu viajn ilojn kaj la spacon ĉrikaŭ vi.
Fermu viajn okulojn kaj enspiru profunde kvin foje.

Liberigu vin de viaj atendoj.

Komencu kiam vi sentas vin preta.

LA PASINTA JARO

TRARIGARDO EN VIA KALENDARO

Rerigardu vian lastjaran kalendaron semajno post semajno. Se vi vidas gravan eventon, familian kunvenon, renkontiĝon kun amikoj aŭ gravan projekton kiun vi partprenis, notu ĝin ĉi tien.

LA SEKVA JARO

MAGIAJ TRIOPOJ POR LA SEKVA JARO

Mi igos mian ĉirkaŭaĵon pli komforta per tiuj tri aferoj/aĵoj.

Tiujn tri aferojn mi faros ĉiumatene.

Mi dorlotos min regule per tiuj tri aferoj.

Mi vizitos tiujn tri lokojn.

Mi proksimiĝos al miaj amataj personoj per tiuj tri manieroj.

Per tiuj tri donacoj mi premios miajn sukcesojn.

LA SEKVA JARO

MAGIAJ TRIPOJ POR LA SEKVA JARO

Pro tiuj tri aferoj mi amos min.

De tiuj tri aferoj (ekz. okazaĵoj, memoroj) mi pretas liberiĝi.

Tiujn tri aferojn mi volas pleje atingi.

Tiuj tri personoj pleje subtenos min dum la malfacilaj tempoj.

Mi kuraĝos malkovri tiujn tri aferojn.

Tiujn tri aferojn mi kuraĝos nei.

LA PASINTA JARO

PRI TIO TEMIS MIA PASINTA JARO

Ni vivas niajn vivojn tra apartaj, sed interligitaj aspektoj. Rigardu la ĉi subajn kategoriojn kaj pripensu kiuj estis la plej gravaj eventoj en ĉiu de ili. Notu viajn respondojn.

PERSONA VIVO, FAMILIO

KARIERO, STUDOJ

AMIKOJ, KOMUNUMO

RIPOZADO, ŜATOKUPOJ, KREATIVECO

FIZIKA SANO, BONFARTO

MENSA SANO, MEMKONO

KUTIMOJ KIUJ DIFINAS VIN

PLI BONA MORGAŬ*

* Kion vi faris ĉi jare por lasi la mondon en pli bona stato ol vi trovis ĝin?

LA PASINTA JARO

SES FRAZOJ PRI MIA PASINTA JARO

Mia plej saĝa decido estis...

La plej grava afero, kion mi lernis...

Mia plej granda risko estis...

Mia plej granda surprizo estis...

Mia plej bonkora ago estis...

La plej granda afero, kiun mi plenumis en mia jaro...

LA SEKVA JARO

PRI TIO TEMOS MIA SEKVA JARO

Rigardu la diversajn terenojn de via vivo, kaj decidu kiajn celojn vi havas por ili dum la venonta jaro. Notu viajn celojn ĉi tien—tio estas la unua paŝo por realigi ilin.

PERSONA VIVO, FAMILIO

KARIERO, STUDOJ

AMIKOJ, KOMUNUMO

RIPOZADO, ŜATOKUPOJ, KREATIVECO

FIZIKA SANO, BONFARTO

MENSA SANO, MEMKONO

KUTIMOJ KIUJ DIFINAS VIN

PLI BONA MORGAŬ*

* Kion vi faros la sekvan jaron por lasi la mondon en pli bona stato ol vi trovis ĝin?

LA SEKVA JARO

KURAĜU REVI SENLIME

Kiel aspektos via sekva jaro? En la ideala kazo kio okazos al vi? Kial ĝi estos bonega? Skribu, desegnu, liberiĝu de viaj zorgoj kaj kuraĝu revii.

LA PASINTA JARO

SES DEMANDOJ PRI MIA PASINTA JARO

Pri kio vi fieras pleje?

Kiuj tri homoj influis vin pleje?

Kiujn tri homojn vi influis pleje?

Kion vi ne sukcesis plenumi?

Kio estas la plej bona afero, kion vi malkovris pri vi mem?

Pro kio vi estas la plej dankema?

LA PASINTA JARO

LA PLEJ BELAJ MOMENTOJ

Rememoru viajn plej belajn, ĝojplenajn kaj memorindajn momentojn de la pasinta jaro. Desegnu ilin sur tiun ĉi paperon. Kion vi sentis? Kiu estis kun vi dum tiuj momentoj? Kion vi faris? Kiajn odorojn vi rememoras?

LA SEKVA JARO

2025

LA PASINTA JARO

MIA PASINTA JARO EN TRI VORTOJ

Elektu tri vortojn por via pasinta jaro.

LA LIBRO DE MIA PASINTA JARO

Libro aŭ filmo estis farita pri via pasinta jaro. Kiun titolon vi donus al ĝi?

ADIAŬU VIAN PASINTAN JARON

Se estas ankoraŭ io, kion vi nepre volas skribi, aŭ estas iu kiun volas adiaŭi tiam faru tion nun.

RESUMO DE VIA PASINTA JARO PRETAS.

Vi pretigis la unuan parton.
Spiru profunde.

Ripozu iomete.

Ĉu vi ŝatas JarKompason? Diskonigu ĝin inter viaj amikoj! Helpu al ni helpi tiom da homoj kiom ni povas.

<https://yearcompass.com>

LA PASINTA JARO

MIAJ TRI PLEJ GRANDAJ SUKCESOJ

Listigu ĉi tie viajn tri plej grandajn sukcesojn de la pasinta jaro.

Kion vi mem faris, por atingi tiujn sukcesojn?

Kiuj kaj kiel helpis vin pleje atingi tiujn sukcesojn?

MIAJ TRI PLEJ GRANDAJ DEFIOJ

Skribu ĉi tien la tri plej grandajn defiojn de via pasinta jaro.

Kio aŭ kiu helpis vin venki tiujn defiojn?

Kion vi lernis pri vi mem, venkante tiujn defiojn?

LA PASINTA JARO

PARDONADO

Ĉu okazis io dum la pasinta jaro, kio daŭre pardonindas? Ajna ago aŭ vortoj pro kio vi malbonfartis? Aŭ ĉu vi koleras kontraŭ vi ial? Skribu ĉion ĉi tien, poste faru bonon al vi mem, kaj pardonu ĉion.*

* Se vi ankoraŭ ne sentas vin preta pardoni, ankaŭ skribu tion ĉi tien. Tio ofte povas mirakle funkcii.

LA PASINTA JARO

LIBERIĜO

Kion vi devas ankoraŭ noti pri via pasinta jaro? De kia pasinta afero vi devas liberiĝi, por povi bone komenci la sekvan jaron? Desegnu aŭ skribu ĉi tien, poste pritasku ilin kaj liberiĝu de ili.