



Seelenmagie Auratagebuch

Unsere Aura ist unser energetisches Feld.

Sie reagiert auf unsere Gedanken, Emotionen, Erfahrungen und auf die Menschen und Situationen, mit denen wir in Kontakt kommen.

Manchmal fühlen wir uns klar, kraftvoll und geschützt.

An anderen Tagen vielleicht empfindlicher oder schneller erschöpft.

Ein Auratagebuch hilft Dir dabei, Deine eigene Energie bewusster wahrzunehmen und zu verstehen, was Dein Energiefeld stärkt oder schwächt.

Nimm Dir jeden Tag ein paar Minuten Zeit für diese Reflexion.

Mein Auratag

Datum:

Mein energetischer Zustand heute

Wie nehme ich meine Energie heute wahr?

- ☐ sehr kraftvoll
- ☐ stabil
- ☐ ausgeglichen
- ☐ etwas erschöpft
- ☐ sensibel / empfindlich

Mein innerer Zustand

Wie fühle ich mich heute emotional?

Körperliche Wahrnehmung

Wie fühlt sich mein Körper heute an?

Energie im Umfeld

Gab es heute Menschen oder Situationen, die meine Energie beeinflusst haben?

Stärkende Einflüsse

Was hat meine Aura heute gestärkt?

Schwächende Einflüsse

Was hat meine Energie heute geschwächt?

Meine Energiepflege

Was habe ich heute getan, um meine Energie zu stärken?

Meine wichtigste Erkenntnis

Was habe ich heute über meine Energie gelernt?

Meine Energieausrichtung für morgen

Welche Energie möchte ich morgen bewusst in mein Leben bringen?

Freiraum für Gedanken



Seelenmagie –
Deine Wegbegleitung

Tanja Burmester
spirituelle Wegbegleiterin

 facebook.com/share/1Cenw1mj4f

 www.seelenmagie.de



Scannen & folgen