



Arbeitsblatt – Täglicher Seelen-Check-in

Was möchte meine Seele mir heute sagen?

Manchmal sind es nur kleine Momente der Stille,
in denen wir wieder spüren können, was in uns lebt.

Dieses Arbeitsblatt hilft Dir, jeden Tag kurz bei Dir selbst
anzukommen
und Deiner Seele zuzuhören.

✨ 1. Ankommen im heutigen Moment

Atme einige Male ruhig ein und aus.

Spüre kurz in Dich hinein.

Wie fühle ich mich heute?



.....

.....

.....

🌿 2. Mein innerer Zustand

Manchmal zeigt uns unser Körper oder unsere Stimmung, was gerade wichtig ist.

Welche Gedanken oder Gefühle sind heute besonders präsent?



.....

.....

.....

3. Was meine Seele mir heute sagen möchte

Lege eine Hand auf Dein Herz.

Atme ruhig und frage Dich:

Welche Botschaft könnte meine Seele heute für mich haben?



.....

.....

.....

4. Ein achtsamer Impuls für den Tag

Manchmal zeigt sich eine kleine Richtung.

Was könnte mir heute guttun?



.....

.....

.....

5. Dankbarkeit

Dankbarkeit öffnet den Blick für das Gute im Leben.

Wofür bin ich heute dankbar?



.....

.....

.....

Abschlussimpuls

Deine Seele spricht nicht immer laut.

Doch wenn Du Dir regelmäßig Zeit nimmst zuzuhören,
kann ihre Weisheit immer klarer werden.

© Seelenmagie – Deine Wegbegleitung

Dieses Arbeitsblatt darf für den persönlichen Gebrauch genutzt werden.



Seelenmagie –
Deine Wegbegleitung

Tanja Burmester
spirituelle Wegbegleiterin

 facebook.com/share/1Cenw1mj4f

 www.seelenmagie.de



Scannen & folgen