seelenmagie

DEINE WEGBEGLEITUNG

30-Tage-Selbstcoaching-Journal

Tägliche Impulse für Selbsterkenntnis, Beziehungen und innere Heilung

Dieses Journal begleitet dich 30 Tage lang durch zentrale Themen wie Archetypen, Trigger, Glaubenssätze, Beziehungen, Chakren und persönliche Entwicklung.

Tag 1

Mein heutiger Fokus:

_____

_____

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

_____

_____

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

_____

_____

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

_____

_____

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 2

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 3

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 4

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 5

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 6

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 7

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 8

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 9

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 10

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 11

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 12

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 13

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 14

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 15

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 16

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 17

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 18

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 19

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 20

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 21

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 22

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 23

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 24

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 25

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 26

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 27

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 28

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 29

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Tag 30

Mein heutiger Fokus:

Welche Gefühle sind heute besonders präsent?

Welche Archetypen zeigen sich aktuell?

Gab es Trigger oder besondere Reaktionen?

Welche Gedanken oder Glaubenssätze nehme ich wahr?

Was braucht mein inneres Kind heute?

Welche Erkenntnis nehme ich mit?

Mein nächster kleiner Schritt:

Meine Tagesaffirmation:

Seelenmagie – Deine Wegbegleitung

Dein Weg. Deine Wahrheit. Dein Licht.
Jeder kleine Schritt bringt dich näher zu dir selbst.