



Seelenmagie – 30 Tage Reflexionsjournal

Dieses Journal lädt Dich ein, Dir selbst jeden Tag ein paar Minuten Zeit zu schenken.

Es geht nicht darum, perfekt zu sein oder alles sofort zu verändern.

Es geht darum, bewusster zu werden.

Bewusster für Deine Gedanken.

Bewusster für Deine Energie.

Bewusster für Deinen eigenen Weg.

Manchmal entstehen die größten Veränderungen durch kleine Momente der Ehrlichkeit mit sich selbst.

Nimm Dir täglich ein paar Minuten Zeit und beantworte die Fragen so ehrlich wie möglich.

Tagesreflexion

Tag _____

Wie fühle ich mich heute?

Welche Gedanken beschäftigen mich gerade besonders?

Welche Situation hat mich heute besonders berührt?

Welche Emotionen habe ich heute besonders wahrgenommen?

Was hat mir heute Energie gegeben?

Was hat mir heute Energie genommen?

Was habe ich heute über mich selbst gelernt?

Welche kleine Erkenntnis nehme ich heute mit?

Wofür bin ich heute dankbar?

Welchen Gedanken möchte ich morgen bewusst stärken?

✨ Diese Seite wird für 30 Tage wiederholt.

Zusatzseite (jede Woche)

Wochenreflexion

Was habe ich in dieser Woche über mich gelernt?

Welche Situation hat mich besonders geprägt?

Welche meiner Gedanken haben mich unterstützt?

Welche Gedanken haben mich eher zurückgehalten?

Welche Veränderung möchte ich in der kommenden Woche beginnen?



The graphic features a woman with long brown hair and a grey wolf's head against a starry, ethereal background. Several golden runic symbols are scattered around the wolf's head.

Seelenmagie –
Deine Wegbegleitung

Tanja Burmester
spirituelle Wegbegleiterin

 facebook.com/share/1Cenw1mj4f

 www.seelenmagie.de



Scannen & folger

