



**Schutz
& Segen**

**Rauhnächte Worksheet
26. Dezember**

Worksheet: 26. Dezember

Schutz

Thema: **Schutz und Segen**

Der dritte Tag der Rauhnächte steht im Zeichen des Schutzes. Es geht um das Bewahren und Sichern sowohl Ihres spirituellen als auch Ihres physischen Raumes. Mit diesem Worksheet können Sie gezielt darüber nachdenken, wie Sie diesen Schutz für sich selbst verstärken können.

Anleitung:

1. Suchen Sie sich einen ruhigen Ort und zünden Sie eine blaue Kerze an – das **Symbol für Schutz und Ruhe**.
2. Atmen Sie tief ein und aus, konzentrieren Sie sich auf die Flammen und stellen Sie sich vor, wie deren Energie Ihren Raum umhüllt.
3. Beantworten Sie die folgenden Fragen mit Bedacht und bewusstem Fokus.

Bereiche meines Lebens, die Schutz benötigen:

- Persönlicher Bereich:

- _____

- Spiritueller Bereich:

- _____

- Physischer Bereich (Ihr Zuhause, Ihr Arbeitsplatz):

- _____

Tätigkeiten, die mein Gefühl von Sicherheit steigern:

- Was kann ich regelmäßig tun, um mich geschützt zu fühlen?

- _____

Personen, von denen ich mich beschützt fühle:

- Wer gibt mir ein Gefühl von Sicherheit und wie kann ich diese Beziehung pflegen?
- _____

Affirmation für Schutz:

- Schreiben Sie eine eigene Schutzaffirmation:
- _____
- Beispiel: "Ich bin umgeben von einem Schild des Lichts, der Liebe und der Ruhe, der mich in allen meinen Wegen begleitet und beschützt."

Schutz-Rituale:

- Notieren Sie ein Ritual oder eine Praxis, die Sie durchführen möchten, um Ihren Schutz zu stärken:
- _____

Zum Beispiel: Räuchern, ein Schutzamulett tragen, Segnungen sprechen, etc.

Reflexion:

Wie fühle ich mich, wenn ich über Schutz und Sicherheit in meinem Leben nachdenke?

Abschluss:

Stellen Sie sich vor, wie Ihr geschriebenes Wort und Ihre Intentionen Realität werden. Spüren Sie den Schutz bereits jetzt und ziehen Sie ihn mental in Ihr Leben. Blasen Sie die Kerze aus und **fühlen Sie sich sicher und geborgen.**

Bewahren Sie dieses Worksheet auf, um sich im Laufe des Jahres an Ihre Absichten zu erinnern und Ihre Schutzpraktiken fortzusetzen.

**Fühlen Sie sich sicher, umgeben von
Segen und Wohlgefühl! 🙏🌐**



www.guckstdu-hier.de

Affiliate Link

<https://guckstdu-hier.de/>

©Marion Schanné whatsapp +49 (0)151 11153614

www.guckstdu-hier.de