

Abschluss  
& Neuanfang

Rauhnächte Worksheet  
31. Dezember

**Worksheet: 31. Dezember**

**Neuordnung**

Thema: **Abschluss und Neuanfang**

31. Dezember

Thema: Abschluss und Neuanfang

Die Rauhnächte gelten als mystische Zeit zwischen den Jahren, in der die Schleier zwischen den Welten dünn sind und wir Gelegenheit haben, uns von Altem zu lösen und die Weichen für das Neue zu stellen.

Dieses Arbeitsblatt soll dir dabei helfen, dein vergangenes Jahr zu reflektieren und deine Ziele und Wünsche für das nächste Jahr zu definieren und zu organisieren.

*Einleitung:*

Die Rauhnächte sind eine Zeit tiefgreifender Transformation und Besinnung. Nutze diese kraftvollen Nächte, um Bilanz zu ziehen und frische Impulse für dein zukünftiges Selbst zu setzen.

Lass uns zunächst Vergangenes würdigen und dann den Blick nach vorne richten.

*Anleitung:*

1. Suche dir einen ruhigen Ort, wo du ungestört nachdenken kannst.
2. Nimm dir ein paar Minuten Zeit, um zu meditieren oder tief zu atmen, damit du in die richtige Stimmung kommst.
3. Folge den untenstehenden Fragen und Anregungen und halte deine Gedanken und Antworten schriftlich fest.

**Abschied vom Alten:**

Was möchte ich aus dem vergangenen Jahr hinter mir lassen?

**Erkenntnisse sammeln:**

Welche wichtigen Lektionen habe ich in diesem Jahr gelernt?

**Dankbarkeit ausdrücken:**

Für welche Erlebnisse, Menschen oder Erfolge bin ich besonders dankbar?

**Wünsche für das neue Jahr:**

Was sind meine wichtigsten Wünsche und Ziele für das neue Jahr?

**Kleine Schritte:**

Welche konkreten Schritte kann ich unternehmen, um meinen Zielen näherzukommen?

**Visualisierung:**

Stelle dir vor, wie dein Leben aussieht, wenn du deine Ziele erreicht hast.  
Wie fühlt es sich an?

## **Affirmation:**

- Erstelle eine positive Affirmation für dein kommendes Jahr.
- „Ich öffne mich für Wachstum und Erfolg und begrüße das Neue mit offenen Armen.“

## *Reflexion und Planung:*

Wie werde ich im neuen Jahr proaktiv auf meine Ziele hinarbeiten und welche Ressourcen brauche ich dafür?

## *Abschluss:*

Lass diese Reflektion ein Fundament für deine nächsten Schritte sein und erinnere dich daran, dass jeder Moment eine neue Chance für Veränderung und Wachstum bietet.

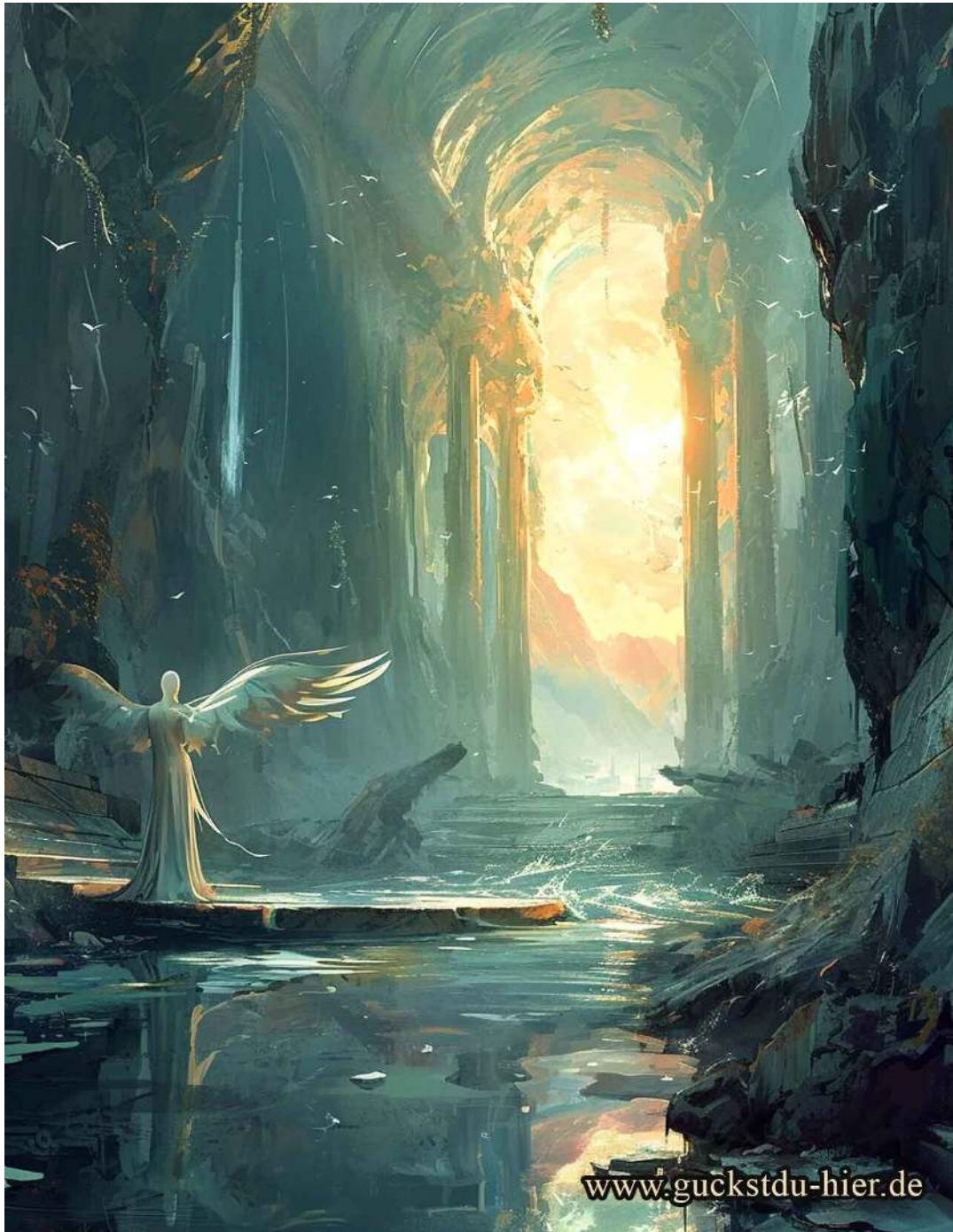
**Mache diese Rauhnächte zu deinem Ankerpunkt für einen strahlenden Neubeginn! ✨**

# Rauhnächte - Worksheets - Tagebuch

Affiliate Link

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

Wellness-Produkte online shop



©Marion Schanné whatsapp +49 (0)151 11153614

[www.guckstdu-hier.de](http://www.guckstdu-hier.de)