

Wissenswertes zu den Mondphasen



Nutze die Kraft der 8 Mondphasen, um das Leben zu erschaffen, das du dir aus tiefstem Herzen wünschst. Jede Mondphase kann man einer Energie zuordnen, nämlich entweder der Yang-Energie oder der Yin-Energie. Die Yang-Energie ist die männliche Energie und Yin-Energie ist die weibliche Energie. Die Yang-Energie ist eher dazu geeignet, in die Aktion zu treten, also in die Umsetzung zu kommen. Wohingegen die Yin-Energie eher passiv ist. Die Energie ist besser geeignet für die Innen-Arbeit, also zu meditieren und zu empfangen. Und wenn wir mit dieser Energie nicht konform sind, dann spüren wir einen Widerstand. Das Leben fühlt sich dann wie ein Kampf an, weil wir entgegen unserer wahren Natur handeln und nicht im Einklang sind.

Die *erste Phase* ist die **Neumondphase**. Es ist die Phase, in der der Mond von der Erde aus nicht zu erkennen ist. Doch obwohl man den Mond nicht sieht, beeinflusst er unser Leben in dieser Phase dennoch energetisch. Hier ist die Yang-Energie aktiv, also die männliche Energie. Der Neumond ist dazu geeignet, um etwas Neues zu manifestieren. Also triff bitte in dieser Zeit eine Absicht (Intention) und verschriftliche sie am besten, weil in dem Moment, wo du etwas aufschreibst, es schon zur Materie wird. Du holst dir deine Gedanken aus dem Kopf auf das Blatt Papier, indem du einen Stift in die Hand nimmst und das Ganze aufschreibst. Idealerweise ist der Neumond der Zeitpunkt der Menstruation.

Die *zweite Phase* nennt man **zunehmender Sichelmond**. Der Mond rückt nun langsam aus der Linie zwischen der Sonne und der Erde. Die Energie ist weiblich geprägt. Die Phase des Wachstums beginnt. Jetzt dürfen neue Projekte und Manifestationen wachsen. In dieser Zeit ist es wichtig, dass du in die Entspannung gehst und nicht verbissen versuchst, in die Umsetzung zu gehen. Hier ist Geduld gefragt. Das kannst du dir wie einen Luftballon vorstellen, den du mit einer Hand festhältst und nicht loslassen willst, weil du nicht vertraust, dass er in die Luft steigen wird. Der Luftballon steht metaphorisch für deinen Wunsch, der hoch ins Universum fliegen soll. Wenn du aber nicht loslässt, dann kann der Luftballon nicht fliegen. Du hältst also krampfhaft an etwas fest, was dir nicht dienlich ist.

Die *dritte Phase* ist der **zunehmende Halbmond**. Hier ist wieder die Yang-Energie aktiv und das bedeutet für dich, dass du jetzt die ersten Schritte einleiten darfst. Du könntest diese Zeit nutzen, um jemanden anzurufen, der dir weiterhelfen könnte, wenn du bspw. einen neuen Job suchst. Oder du könntest aktiv eine Anzeige schalten oder mit Freunden darüber reden.

Die *vierte Phase* bezeichnet man als **zunehmender Dreiviertel – Mond**. Da geht es wieder in die Yin-Phase. Du hast dich jetzt bspw. in einem Job-Portal eingetragen und jetzt ist es wichtig, Vertrauen zu entwickeln, vor allem in dich selbst, dass du den perfekten Job finden wirst.

Die *fünfte Phase* heißt **Vollmond** und ist von der männlichen Energie geprägt. Der Vollmond unterstützt dich dabei, Altes loszulassen und Blockaden zu lösen. Die Vollmondenergie hilft uns zusätzlich dabei, aktiv in die Problemlösung zu gehen und den Ballast loszuwerden, der dich gerade noch davon abhält, deine Träume Wirklichkeit werden zu lassen.

Die *sechste Phase* heißt **abnehmender Dreiviertel-Mond** (mit der Yin-Energie). In dieser Phase solltest du dich mit deinem Zielzustand verbinden. Sei schon jetzt dankbar dafür, dass der Wunsch sich erfüllen wird. Sei zuversichtlich, dass alles so geschehen wird, wie du es dir wünschst.

Die *siebte Phase* heißt **abnehmender Halbmond**. Diese ist wieder von der männlichen Energie geprägt. In dieser Phase geht es darum, Unstimmigkeiten bezüglich deines Wunsches zu entlarven. Was blockiert dich? Welche negativen Gedanken tauchen wiederholt auf? Jetzt darfst du noch einmal gezielt blockierende Glaubenssätze auflösen.

Die *achte Phase* und somit die letzte Phase nennt man **abnehmender Sichelmond** (Yin-Energie). Diese Zeit solltest du für die Reflektion nutzen. Du betrachtest rückblickend die letzten Mondphasen und analysiert, was gut und was schlecht gelaufen ist. So kannst du dir überlegen, ob du den Wunsch zu nächsten Neumond erneut formulierst oder dir eine neue Intention setzt.