

# NEW MOON JOURNAL

So schön, dass du da bist und dir das NEW MOON JOURNAL abonniert hast.

Ich freue mich wirklich von ganzem Herzen!

LASS DICH VON DIESEM JOURNAL TÄGLICH BEGLEITEN UND UNTERSTÜTZEN.

ALLES IST MÖGLICH UND WUNDERE DICH NICHT WENN DU DICH VERÄNDERST.

DIE KRAFT DER ÄTHERISCHEN ÖLE IST NICHT ZU UNTERSCHÄTZEN.

DIESES NEW MOON JOURNAL NIMMT DICH AUF EINE EMOTIONALE DUFT REISE,

WIE DU ES VIELLEICHT NOCH NIE ERLEBT HAST. MIR LIEGT ES AM HERZEN, DASS AUCH DU  
DIR

EIGENE ÄTHERISCH ÖL MISCHUNGEN KREIEREN KANNST, DIE DICH BEGLEITEN IN DEINEM  
ALLTAG. DIE ÖLE SIND KRAFTVOLL UND WENN DU NOCH KEINE HAST, KANNST DU GERNE  
EINE

KUNDIN WERDEN UND DICH BEI MIR EINSCHREIBEN.

JA, ICH MÖCHTE doTERRA KUNDIN ODER BERATERIN SEIN

UND MIT DEM AROMA TOUCH

STARTER SET BEGINNEN.

(Wenn du etwas anderes als Start möchtest, kannst du das im Warenkorb anpassen)

# NEW MOON JOURNAL 15.09.2023

Die Neumondphase ist eine Zeit der Magie und des Staunens, eine Zeit, in der du deiner Fantasie freien Lauf lassen und grosse Träume verwirklichen kannst. Da der Mond am Nachthimmel verborgen bleibt, steht er für die unendlichen Möglichkeiten, die vor uns liegen und nur darauf warten, entdeckt zu werden.

In dieser Phase ist die Energie reif für die Manifestation und die Verwirklichung unserer tiefsten Wünsche. Es ist eine Zeit, in der wir uns auf das konzentrieren, was wir in unserem Leben wirklich erschaffen wollen, und in der wir Vorsätze fassen, die mit unserem Herzen und unserer Seele übereinstimmen. Lass dich von deinen Leidenschaften leiten und vertraue auf die Kraft deiner Träume.

Es ist wichtig, dass du diese Tage nutzen kannst, um dich auf dich selbst, dein Wohlbefinden und deine inneren Gedanken zu konzentrieren. Nutze diese Phase zur Selbstreflexion, Selbstfürsorge und Selbstbeobachtung. Verbinde dich mit deiner Intuition, schreibe deine Gedanken auf und meditiere über deine Wünsche. Setze deine Vorsätze für die Zukunft und visualisiere deine Träume.

Wenn der Mond die Jungfrau passiert, gibt es dir das Gefühl von Stabilität und Unwiderruflichkeit, sodass du die Welt um dich herum analysieren und erforschen möchtest. Du kannst etwas langsamer und entspannt sein. Du wirst dich selbst verstehen wollen, jeden Gedanken, den du hast, und jede Aktion, die du ausführst, analysieren. Dies ist die Zeit, in der der Mond deine Kritik verstärkt, und wenn du diese Charaktereigenschaft bereits entwickelt hast, solltest du Freunde und Kollegen von dir fern halten. Ein weiterer Aspekt deiner Persönlichkeit, der in dieser Zeit aufblüht, ist die Neugier – Sie möchten alles wissen, unangemessene Fragen stellen und dich danach sehnen, die Antworten zu hören. Verlangsamen Sie, filtere deine Fragen und deine Partner werden sich über dein aufrichtiges Interesse an ihnen freuen. Im Allgemeinen ist dieser Zeitraum recht positiv. Möglicherweise verspürst du den Drang zu arbeiten und alle unerledigten Aufgaben zu erledigen. Deine Intuition hilft dir, Antworten auf unbeantwortete Fragen zu finden. Du achtest heute sehr auf Details und der Mond wird dich durch alle Informationen führen, die du erhaltest. Dein rationales Denken wird für deine romantischen Beziehungen von Vorteil sein, Sie werden klar und ehrlich miteinander sein und deine Intuition wird dir alle erforderlichen Hinweise geben. Du kannst dich ein wenig erschöpft fühlen, wenn du die letzten Tage aktiv und unruhig verbracht hast. Nimm dir diese Zeit, um deine Einstellung zu überdenken und die Lektion des nächsten Monats zu lernen. Diese Tage sind ideal für intellektuelle Aktivitäten wie Schach, Kreuzworträtsel oder Wissenschaften. Deine Logik wird in dieser Zeit deine Haupttugend sein, also verwende sie mit Bedacht. Es wird dir auch helfen, eine bessere Kommunikation mit deinen Kollegen, Kolleginnen aufzubauen, insbesondere wenn man bedenkt, dass bei der Arbeit in Bezug auf die Karriereentwicklung nicht viel passiert.

# ZEREMONIE

## NEUMOND-ZEREMONIE

### Neumond-Zeremonie

Der Neumond steht für Neuanfang. Vom spirituellen Standpunkt aus ist es die perfekte Zeit, um ein neues Projekt zu beginnen, dich neu auszurichten oder einen Wandel in deinem Leben einzuleiten. Du kannst deine Aufmerksamkeit darauf lenken, deinen Erfolg auf ein neues Niveau zu bringen. Zünde eine Kerze an setze dich ein paar Minuten hin, um dich zu zentrieren und bewusst zu atmen. Statt daran zu denken, was dich in deinem Leben stört, nutze die Kraft des Neumondes, um deine Absichten und Visionen in Bewegung zu bringen. Denke dabei grenzenlos, erlaube dir Gänsehaut und gehe ganz in deinen Zielen auf Alles sollte positiv formuliert sein, um die neue Energie, die du willkommen heißen möchtest, einzuladen.

Schliesse dann die Augen und stelle dir innerlich vor, dass deine Vision ins Universum fließt. Es ist alles im Äther, du musst es nur anrufen.

## ÄTHERISCHE ÖLE

**Grapefruit** Dieses ätherische Öl wird mit Reinigung und Läuterung assoziiert. Du solltest bei Neumond unbedingt die Energie um dich herum reinigen, wenn du neue Pläne schmieden und generell Neues einladen möchtest.

**Bergamotte** Bergamotte steht für Stärke und Erfolg; es verschafft den Vorsätzen, die du bei Neumond fasst, einen magischen Schub.

**Ingwer** Dieses scharfe, würzige Öl fördert neben Erfolg und Kraft vor allem Wohlstand, was es perfekt macht, um deine Absichten bei Neumond zu bekräftigen.

**Rosmarin** Rosmarinöl eignet sich hervorragend um dir mehr Klarheit und mentale Schärfe zu schenken. Es hilft dir, deinen Geist zu klären, sodass du deine Absichten konkretisieren kannst, die mit deinen wahren Bedürfnissen übereinstimmen.

**Patchouli** Dieses ätherische Öl hilft dir, deine Visionen zu erden und auf die körperliche Ebene zu bringen. Du holst sie sozusagen auf den Boden und gibst ihnen einen Schub nach vorn, sodass du ganz praktisch in die Gänge kommst.

## Was dir zum Neumond gut tut

(Hör dir den Song an....always love)

Nimm ein Bad mit Lavendel und Tea Tree Öl um zu entspannen und den Geist zu klären

Fülle deinen Körper mit physischer Energie, Sport, Yoga, Zeit in der Natur

Schreibe auf, zeichne oder sei kreativ in irgend einer Weise.

Sei dir bewusst was du dir wünschst, deine Träume dürfen sehr gross und unrealistisch sein.

Geh deiner Freude nach

Alles was dir passiert  
ist eine Einladung zum wachsen

## ROLLER MISCHUNG BEI ÄNGSTEN

(just breath.....ein Lieblingssong von mir der mich erdet)

Möglicherweise hast du Schwierigkeiten, dich vorwärts zu bewegen und Veränderungen anzunehmen. Diese Ängste sind nicht erklärbar und könnten von einem Kindheitstrauma verwurzelt worden sein. All diese Ängste können dich daran hindern, dein Leben vollständig zu leben und in dein Licht zu gehen.

Sich selbst zu sagen, dass du aufhören sollst Angst zu haben, wird das Muster nicht brechen. Es ist eine energetische Schwingung, die in deiner Seele gefangen ist. Die Verwendung von der Mischung Ängste aufzulösen wird dieses energetische Muster verschieben und es in

eine höhere Schwingung verwandeln

Die Öle in einem 10ml Roller mit fraktioniertem Kokosöl mischen und auf den Pulspunkten und im Nacken einige male am Tag anwenden. Um Ängste zu lösen kann diese Mischung natürlich jeder Zeit angewendet werden. Was dir auch bewusst sein muss, natürlich reicht es nicht 'nur' die Ölmischung aufzutragen. Es ist eine Möglichkeit deine Therapie oder deine Meditation damit zu unterstützen.

**Tea Tree** stoppt dein Gedankenkarussell und klärt deinen Geist damit neues, besseres platz hat.

**Cardamom** gibt dir einen Blick aus der Vogelperspektive auf die aktuellen Umstände. Wenn du deine Ängste aus der Ferne betrachtest und das Gesamtbild anschaut ist es meistens gar nicht so schlimm. Cardamom bietet Lösungen für das vorliegende Problem, wenn du deine Situation aus einer anderen Perspektive betrachtest.

**Juniper Berry** hilft Ängste im Allgemeinen zu lösen. Es bringt die Angst aus seinen Verstecken und hilft dir sie als das zu sehen, was sie wirklich ist. Meistens machen wir einen grossen Berg aus einem Maulwurfshügel.

**Lemon** reinigt die Ängste kraftvoll und reinigt diese geringe Schwingungsenergie.

**Basil** füllt die Seele auf und bringt deine Vitalität zurück. Angst zu haben ist anstrengend und verbraucht Lebensenergie.

**Black Pepper** ist das beste Öl, um Süchte zu brechen. In einem ständigen Zustand der Angst zu sein, ist auch eine Art emotionale Sucht.

**Lime** verbindet dich mit den tiefsten Teilen deiner Seele, wo dein Herz mit Mut und Entschlossenheit strahlt. Lime bringt den inneren Krieger zum Vorschein und macht dich stark.

**Cinnamon** führt dich dazu, in deiner Macht zu stehen. Es ist ein stärkendes und erhebendes Öl.

**Cedarwood** stärkt die Lunge und verbessert die Atemmuster. Das Leben in Angst verursacht flaches Atmen. Dies führt zu weniger Sauerstoff im Gehirn, was dann zu mehr ängstlichen Gefühlen führt. Cedarwood bricht den Teufelskreis, um die Atmung zu verbessern und das Gefühl der Ruhe zu erhöhen.

**Hawaiian Sandalwood** beruhigt den Geist, so dass du dich mit deinem Körper verbinden kannst. Dieses Öl bringt dich in dein Herz und ermöglicht dir, auf deine innere Stimme zu hören.

**Vertraue dem Timing deiner Reise,  
alles kommt zur richtigen Zeit**

Fragen die du dir jeden Morgen stellen kannst:

Wie soll mein perfekter Tag aussehen?

Für wen möchte ich mir heute Zeit nehmen?

Für was bin ich heute dankbar?

## Deine Öl-Agenda für die tägliche Unterstützung

### ätherische Öle & ihre Botschaft

15.09.2023

4er Tag

FRANKINSENCE Weihrauch enthüllt Täuschungen und falsche Wahrheiten. Es lädt Einzelpersonen ein, niedrigere Schwingungen, Lügen, Täuschungen und Negativität loszulassen. Dieses Öl hilft, neue Perspektiven zu schaffen, die auf Licht und Wahrheit basieren.

<p><b>Neumond in der Jungfrau</b></p>	<p>Weihrauch erinnert an spirituelles Verständnis, Gaben, Weisheit und Wissen, das die Seele in die Welt gebracht hat.</p> <p>BEWAHRE ALLE INFORMATIONEN DIE DU HEUTE ERHÄLTST GUT AUF, SIE WERDEN NÜTZLICH SEIN. FÜLLE HEUTE EINE WUNSCHKARTE AUS UND HÖRE AUF DEINE INTUITION. FRANKINSENCE IST DAS ÖL DER WAHRHEIT UND</p>
<p><b>16.09.2023</b> <b>5er Tag</b> <b>Mond in der Waage</b></p>	<p><b>Spanish Sage</b> hilft in vielen Bereichen des Körpers und insbesondere in allen kognitiven Bereichen. Er unterstützt deine Gehirnfunktionen und dein Erinnerungsvermögen.</p> <p>Stell Dir selbst die Fragen zur Selbsteinschätzung: Wird dein Verstand derzeit von positiver oder negativer Energie angetrieben? Machst du dir oft Sorgen, zweifelst du und/oder stresst du dich? Diese negativen mentalen Muster verursachen oft Gefühle der Überforderung, der Angst, der Verwirrung und des Kontrollverlusts. Diese negativen Gefühle beeinträchtigen deine Gehirnfunktionen und dein Erinnerungsvermögen.</p> <p>HEUTE IST EIN TAG UM AUFZURÄUMEN, IN DER MATERIELLEN UND GEISTIGEN WELT UND WENN DU DAS BEDÜRFNIS HAST, RUFE JEMANDEN AN UND TEILE DIESER PERSON MIT WIE ES DIR GEHT. SPANISCH SAGE EIGNET SICH UNTERSTÜTZEND UM IN DIE VERGANGENHEIT ZU SCHAUEN UND ZU DEHEN WAS DU ALLES SCHON GELERNT HAST.</p>
<p><b>17.09.2023</b> <b>6er Tag</b> <b>Mond in der Waage</b></p>	<p><b>Cassia</b> bringt Freude und Mut in Herz und Seele. Es ist ein wunderbares unterstützendes Öl für die Schüchternen. Es hilft denen, die sich zurückhalten und versuchen, sich zu verstecken. Wenn eine Person vermeidet, im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit zu stehen, kann Cassia ihr Selbstvertrauen wiederherstellen.</p> <p>HEUTE IST EIN AKTIVER, ENERGISCHER TAG. DIE ENERGIE VON HEUTE WIRD DIR HELFEN DEIN BESTES ZU GEBEN UM DEINE ZIELE ZU ERREICHEN. CASSIA HOHLT DICH AUS DEINEN RESERVEN UND STÄRKT DICH HEUTE BESONDERS. SPORT IST AUCH IMMER EINE LÖSUNG, ODER DER TAG HEUTE LADET DICH AUCH DAZU EIN ETWAS NEUES ZU TUN, WAS DU NOCH NIE GETAN HAST.</p>

18.09.2023

7er Tag

Mond im  
Skorpion

**BLACK SPRUCE** Dieses ätherische Öl wurde über Jahrzehnte von den Ureinwohnern Amerikas als Teil ihrer spirituellen Heilungs- und Reinigungspraktiken verwendet. Es gibt ein Gefühl der Verbundenheit zur Natur und hilft bei seelischen Tiefen. Es richtet uns wieder auf und schenkt neuen Mut. Stressgeplagte Menschen finden bei Black Spruce Entspannung, es kann auch seelische Blockaden lösen, es erdet und verhilft uns zu geistiger Klarheit. Bei Erschöpfungszuständen gibt es seelischen Halt und hilft uns wieder zur inneren Balance. Black Spruce fördert das hormonelle Gleichgewicht in deinem Körper. Wenn dein Körper in einem hormonellen Gleichgewicht ist, siehst du viel gesünder aus und fühlst dich auch so. Deine wichtigsten Körpersysteme können effizienter arbeiten, und du spürst nicht die negativen Auswirkungen eines unausgeglichene Hormonspiegels, der deine Haut und deine geistigen Fähigkeiten beeinträchtigen und zu allgemeiner Müdigkeit führen kann.

VERSUCHE HEUTE KONFLIKTE ZU VERMEIDEN UND LASS DICH NICHT VOM ALLTAG BELASTEN. MIT BLACK SPRUCE BLEIBST DU HEUTE STANDHAFT UND DIR SELBER TREU. HEUTE IST DER RICHTIGE TAG UM HAUSARBEITEN ZU ERLEDIGEN. ERSTELLE EIN VISIONS BOARD, MACH EINE COLLAGE VON DEINEN WÜNSCHEN UND ZIELEN.

19.09.2023

8er Tag

Mond im  
Skorpion

doTERRA **Whisper** Mischung für Frauen ist eine komplexe und vielfältige Mischung, die sich mit der Chemie jeder einzelnen Frau zu einem einzigartigen persönlichen Duft verbindet.

Jedes ätherische Öl in der Mischung hat sein ganz eigenes, einladendes Aroma. Kombiniert verströmen diese Öle einen unverwechselbaren Duft, der die Sinne sowohl der Trägerin als auch ihrer Mitmenschen betört. Die euphorischen Aromen von Jasmin und Ylang Ylang, die als die wertvollsten Blumen in der Parfüm- und Aromatherapieindustrie gelten, verbinden sich mit den warmen und würzigen Düften von Patchouli, Vanille, Zimt und Kakao und geben dieser Mischung unübertroffene Komplexität und aromatischen Einfluss.

WERDE DIR HEUTE BEWUSST WER DU BIST, WAS DEINE BESTIMMUNG IST, DU SOLLST MUTIG SEIN UND STOLZ AUF ALLES WAS DU SCHON ERREICHT HAST. MIT DEM DUFT VON WHISPER FÄLLT ES DIR LEICHTER DICH ANZUNEHMEN SO WIE DU BIST BIST DU GENAU RICHTIG.

20.09.2023

**Sandelholz** gilt als heiliges Öl und hilft auf spiritueller Ebene, den Geist



9er Tag

Mond im  
Skorpion

mit den Sinnen wieder zu vereinen. Es beruhigt die Emotionen und erhöht die geistige Klarheit. Das Aroma des Sandelholzes wirkt wie ein Aphrodisiakum und wirkt sehr stimmungsaufhellend. Sandelholz stimuliert die Zirbeldrüse, die Melatonin produziert, ein Hormon, das den Schlafzyklus reguliert. Dieses weiche, holzige und erdige Öl ist sinnlich, aber dennoch tief beruhigend. Es wirkt auf uns ausgleichend, entspannend, und stimulierend zugleich und es hilft somit die Stimmung aufzuhellen, Stress und Gereiztheit, sowie gegen negative Gefühle wie Wut, Zorn und Traurigkeit abzubauen. Sandalwood hebt deine Schwingung und bringt deine Herzensenergie auf trab, mit deinem Herzen kannst du gutes und schlechtes am besten erkennen.

Sandelholzöl gilt als heiliges Öl und hilft auf spiritueller Ebene, den Geist mit den Sinnen wieder zu vereinen. Es beruhigt die Emotionen und erhöht die geistige Klarheit. Das Aroma des Sandelholzes wirkt wie ein Aphrodisiakum und wirkt sehr stimmungsaufhellend. Sandelholz stimuliert die Zirbeldrüse, die Melatonin produziert, ein Hormon, das den Schlafzyklus reguliert.

HEUTE IST EIN GLÜCKSTAG. VERBRINGE DEN TAG EINFACH GLÜCKLICH.

HEUTE IST EIN TAG FÜR ROMANTISCHE DATES. SANDELHOLZ UNTERSTÜTZ DICH IN DEINER MITTE ZU SEIN UND ALLES ALS GESCHENK DES UNIVERSUMS ZU BETRACHTEN UND ANZUNEHMEN.

21.09.2023

ier tag

Mond im  
Schütze

**Green Mandarin** hilft dir dich zu fokussieren auf deine Ziele, du kannst es wunderbar in deine Meditation einbringen und deine Träume manifestieren. Green Mandarin ist eines meiner Lieblingsöle. Cardamom hilft emotionale Verschiebungen loszulassen, die dich dazu bringen, anderen Menschen die Schuld zu zuweisen. Es kann helfen, in einer bestimmten Situation zurückzutreten, um alles aus der Vogelperspektive klarer zu sehen. Crary Sage ist ein solches natürliches Mittel, das uns nicht nur in bessere Laune versetzt, sondern auch motivieren, inspirieren und gesund halten kann.

ES IST EINE GROSSARTIGE ZEIT DEINE GEDANKEN UND WORTE HABEN HEUTE EINE STARKE KRAFT. NUTZE DIESE ENERGIE UM MIT GREEN MANDARIN DEINEN FOKUS NICHT ZU VERLIEREN.

<p><b>22.09.2023</b></p> <p><b>2er Tag</b></p> <p><b>Mond im Schütze</b></p>	<p><b>Fennel</b> entfacht deine Leidenschaft die Verantwortung für dein Leben in die Hand zu nehmen, Fennel ermutigt deine Seele die volle Verantwortung zu übernehmen.</p> <p>Alle können sich von der Verantwortung des Lebens besiegt fühlen und wenig oder gar keinen Wunsch haben, seine Situation zu verbessern. Fenchel entfacht eine Leidenschaft für das Leben. Es ermutigt die Seele, die volle Verantwortung und Verantwortung für ihre Entscheidungen zu übernehmen. Fenchel lehrt, dass das Leben nicht zu viel oder zu groß ist, um damit umzugehen.</p> <p>HEUTE BAUT SICH DEIN KÖRPER AUF UND BEGINNT SICH MIT ENERGIE ZU FÜLLEN. MIT FENNEL KANNST DU DIE LEIDENSCHAFT ZU DEINEM LEBEN ENTFACHEN.</p>
<p><b>23.09.2023</b></p> <p><b>3er Tag</b></p> <p><b>Mond im Steinbock</b></p>	<p><b>Melissa</b> weckt die Seele zur Wahrheit und dem Licht. Es erinnert die Menschen daran, wer sie wirklich sind und warum sie auf diese Erde gekommen sind. Melissa lädt dich ein, alles freizugeben, was dich davon abhält, dein volles Potenzial zu erreichen.</p> <p>VERMEIDE HEUTE JEGLICHES, EMOTIONALES UNGLEICHGEWICHT. MEDITIERE, GEH IN DIE NATUR UND VERMEIDE AUSEINANDERSETZUNGEN. MELISSA ZÜNDET IN JEDEM DAS WAHRE LICHT UND BRINGT DIE WAHRHEIT AN DIE OBERFLÄCHE.</p>
<p><b>24.09.2023</b></p> <p><b>4er Tag</b></p> <p><b>Mond im Steinbock</b></p>	<p><b>Douglas Fir</b>, Es erhöht die positive Energie und verhindert weiterhin von Themen anderer belastet zu werden. Es kann helfen Familienmuster zu lösen und hilft bei der Generationsheilung. Alles was nicht deins ist kannst du mit der Unterstützung von Douglas Fir transformieren. Douglas Fir hilft auch aus der Vergangenheit zu lernen und nach deinem Willen und Vorstellungen, nach deinem eigenen Gewissen und eigenen Werten zu leben, indem du schädliche und untaugliche Muster loslassen kannst.</p> <p>VERBRINGE DEN TAG HEUTE MIT DEINER FAMILIE. DEINE FAMILIE MUSS NICHT BLUTSVERWANDT SEIN, ES SOLL DEINE GEWÄHLTE FAMILIE SEIN. DOUGLAS FIR UNTERSTÜTZT DICH HEUTE BESONDERS IM FAMILIENKREIS.</p>

<p>25.09.2023</p> <p>5er Tag</p> <p>Mond im Steinbock</p>	<p><b>Ravintsara</b> ist das Öl der Stärke und Klarheit. Dieses Öl hilft uns dabei, innere Stärke und Klarheit zu finden. Ravintsara lädt uns alle ein, zu wissen, wer wir wirklich sind, und in unsere persönliche Kraft zu treten. Sei stark, aufrecht und standhaft. Um standhaft zu bleiben, müssen wir viele Dinge finden, die uns tief verankern und verwurzeln können.</p> <p>HEUTE KANN DER TAG ANSTRENGEND SEIN, VIEL ENERGIE HAT SICH GESAMMELT. NUTZE DIE ENERGIE SINNVOLL . RAVINTASA ERFRISCHT UND BELEBT DICH.</p>
<p>26.09.2023</p> <p>6er Tag</p> <p>Mond im Wassermann</p>	<p><b>Black Pepper</b> enthüllt die Masken und Fassaden, die verwendet werden, um Aspekte des Selbst zu verbergen. Seit der Kindheit wurde den meisten Menschen beigebracht, dass einige Gefühle und Verhaltensweisen gut sind, während andere es nicht sind. Anstatt also zu versuchen, scheinbar unangemessene Gefühle und Verhaltensweisen zu verstehen, beurteilen, verurteilen und unterdrücken sie sie normalerweise. Ein klärendes Gespräch würde gut tun.</p> <p>IN DIESER ZEIT WIRST DU MIT ALLEN BEFREUNDET SEIN, HILFSBEREIT SEIN UND KOMMUNIKATIV. BLACK PEPPER UNTERSTÜTZT DICH HEUTE ZU ERKENNEN WENN JEMAND EINE MASKE TRÄGT UND NICHT EHRLICH IST ZU DIR.</p>
<p>27.09.2023</p> <p>7er Tag</p> <p>Mond im Wassermann</p>	<p><b>Tangerine</b> oder Mandarine hat in der chinesischen Kräuterheilkunde eine lange Tradition. Sie verfügt über ein süßlich-herbes Aroma, das erhebend und anregend wirkt. Ätherisches Mandarinenöl kann zum Abbau von Angstgefühlen und Stress eingesetzt werden. Mancher verwendet es auch, um das Loslassen ängstlicher Gefühle zu unterstützen und Stress zu bewältigen. Zudem ist das Mandarinen-Öl eine beliebte und würzige Ergänzung zu Desserts und Getränken – vom Wasser bis hin zu Frucht-Smoothies. Das Mandarinen-Öl kann in jedem Rezept für Zitrusfrüchte verwendet werden. Mandarinenöl macht heiter und lustig, es wirkt sehr beruhigend auf den Körper und ist vor allem bei Stress, nervösen Anspannungen, Aufgeregtheit und kindlichen Ängsten, eins der besten Wahlen.</p> <p>ES IST EIN SCHÖNER TAG UM SICH MIT DER VERGANGENHEIT ZU BESCHÄFTIGEN, BEGEGNE DEINEN ALTEN SORGEN MIT LEICHTIGKEIT UND VIELLEICHT LÖST DICH DAS EINE UND ANDERE HEUTE LEICHT AUF. TANGERINE BRINGT DIE LEICHTIGKEIT UND DIE NÖTIGE FRISCHE, DAMIT NICHTS ZU SCHWER WIRD.</p>

<p><b>28.09.2023</b></p> <p><b>8er Tag</b></p> <p><b>Mond in den Fischen</b></p>	<p><b>ZenGest</b> wurde entwickelt, um das Verdauungssystem des Körpers zu unterstützen. Es hat auch eine starke emotionale Qualität, um Personen zu unterstützen, die kein Interesse am Leben und an der physischen Welt haben. Es erhöht die Fähigkeit, neue Informationen, neue Beziehungen und neue Erfahrungen zu erhalten und offen für neue Möglichkeiten zu sein. Diese Mischung hilft Einzelpersonen, die vielen Erfahrungen des Lebens zu verdauen.</p> <p>HEUTE HAST DU EINE STARKE INTUITION, DEINE INNERE STIMME WIRD DICH HEUTE VERSTÄRKT FÜHREN. DARUM PASST ZEN GEST OPTIMAL, UM DEINE BAUCHGEGEND ZU STÄRKEN.</p>
<p><b>29.09.2023</b></p> <p><b>9er Tag</b></p> <p><b>VOLLMOND</b></p> <p><b>Mond in den Fischen / Widder</b></p>	<p><b>Geranium</b> Wie die Geranie auf uns wirkt, ist wie eine rosa Brille, oder die Wolke 7. Sie öffnet dich für die rosarote Seite des Lebens. Du darfst mit der Geranie, die Dinge „einfach“ annehmen wie sie sind. So sind sie genau richtig. Die Geranie gibt uns seelischen Schutz. Der Duftmantel der dich einhüllt, hilft dir geduldiger zu sein, mit dir und deinem Umfeld. Besonders wenn du dich sehr viel um die Anderen kümmerst. Es unterstützt dich deine Mitte zu finden. Stimmungsschwankungen, egal welcher Herkunft, werden ausgeglichen damit dein System in die Ruhe kommt. Die Geranie ist sehr friedlich und lieblich.</p> <p>HEUTE IST DER MONDEINFLUSS STARK, SO WIE FÜR DAS POSITIVE ABER AUCH DAS NEGATIVE. ZUM VOLLMOND HABE ICH NOCH EIN EXTRA KAPITEL GESCHRIEBEN WEITER UNTEN. GERANIUM GIBT DIE LIEBE UND VERTRAUEN, EIGNET SICH FÜR JEDES VOLLMOND RITUAL.</p>
<p><b>30.09.2023</b></p> <p><b>10er Tag</b></p> <p><b>Mond im Widder</b></p>	<p><b>Blue Lotus</b>, die energetische Medizin dieses Krauts besteht darin, stagnierende emotionale Energien zu bewegen, shiften, transformieren und es kann ein wirksames Mittel gegen festgefahrene Bedrücktheit und Angstgefühle sein. Wie die Mythologie, die ihn inspiriert hat, ist der Blaue Lotus ein wunderbares Mittel für alle Arten von Erneuerung.</p> <p>HEUTE WERDEN RUHIGE BEZIEHUNGEN VOR LEIDENSCHAFT BRENNEN, AUCH EIN GEEIGNETER TAG UM SICH ZU VERSÖHNEN FALLS NÖTIG. BLUE LOTUS KANN DAS PERFEKTE PARFUM SEIN FÜR HEUTE.</p>
<p><b>01.10.2023</b></p>	<p><b>Madagascar Vanille</b> das Öl der Entfaltung mit seinem reichen, süßen, balsamischen Duft und ihren aphrodisierenden Eigenschaften ruft</p>

<p><b>9er Tag</b></p> <p><b>Mond im Widder</b></p>	<p>Sinnlichkeit, Sexualität und Romantik hervor. Die magischen Eigenschaften der Vanille ruft Liebe, Sinnlichkeit, Sexualität und Romantik hervor, fördert das emotionale Wachstum und zieht das Glück an. Tatsächlich war die Vanille in früheren Zeiten als hochwirksames Aphrodisiakum sehr begehrt. Auch heute noch halten viele Heiler sie für ein starkes Aphrodisiakum, das die Nerven entspannt und die Sinne anregt.</p> <p>ES IST DIE ZEIT DER FREUDE, PERFEKT UM FESTE ZU FEIERN, FREUNDE TREFFEN. EIN TAG MIT LEICHTIGKEIT UND ZWANGLOSIGKEIT. UM DIE FREUDE ZU INTENSIVIEREN EIGNET SICH MADAGASCAR VANILLA UNGLAUBLICH GUT.</p>
<p><b>02.10.2023</b></p> <p><b>1er Tag</b></p> <p><b>Mond im Stier</b></p>	<p><b>Forgive</b> (Mischung) Diese Mischung wurde formuliert, um Personen zu helfen, die vergeben möchten. Es ist wichtig zu verstehen, dass das Vergeben anderer tatsächlich einen befreit. Vergeben heisst nicht nachgeben oder sich übergeben, sondern von Herzen vergeben. Die Wut den Hass überwinden und vergeben. Diese Mischung ist besonders hilfreich, wenn sich Menschen zynisch fühlen oder beginnen, das Schlimmste von anderen Menschen zu erwarten. An stelle immer vom Besten aus zu gehen.</p> <p>HEUTE IST EIN GEEIGNETER TAG UM ZU VERGEBEN. DIE ENERGIEN HEUTE SIND GEDULDIG UND RUHIG, ACHE DARAUF, DASS DU BEI DIR BLEIBST, VERGEBUNG AUSÜBST UND PROJEKTE ABSCHLIESST.</p>
<p><b>03.10.2023</b></p> <p><b>2er Tag</b></p> <p><b>Mond im Stier</b></p>	<p><b>Tea Tree</b>, Teebaumöl ist erfrischend und reinigend. Es hat einen starken krautigen und holzigen Duft. Teebaumöl fördert mentale Ausgeglichenheit und reinigt Geist und Körper von emotionalen Wunden und lässt dein Gedankenkarussell ruhen. Der Duft unterstützt diejenigen, die etwas ruhiger und selbständiger sein möchten. Hilft, negative Aggressionen und unnötigen Einfluss zu vermeiden. Sobald alte Wunden gelöst sind, kann der Körper die Verhaltensmuster, die zu der Wunde geführt haben, ändern.</p> <p>ALLES WAS PASSIERT KANN SICH ZU EINER BELASTUNGSPROBE ENTWICKELN, JETZT IST ES AN DER ZEIT DEINE BELASTBARKEIT UND DEIN DURCHHALTEVERMÖGEN ZU ZEIGEN. UM DEINE BELASTBARKEIT ZU STÄRKEN HILFT IMMER EINEN KÜHLEN KOPF ZU BEWAHREN MIT TEA TREE GEGEN DAS GEDANKENKARUSSELL.</p>

<p><b>04.10.2023</b></p> <p><b>3er Tag</b></p> <p><b>Mond in den Zwillingen</b></p>	<p><b>Lime</b> reinigt das Herz, besonders wenn es aufgrund von Vermeidung oder Unterdrückung eine Ansammlung von emotionalen Toxinen gegeben hat. Dieses Öl revitalisiert den Herzraum und gibt Raum für Licht und Freude. Es klärt Entmutigung und Gedanken und Gefühle im Zusammenhang mit dem Verlust des Lebenswillens. Lime beleuchtet die inneren Motive, die im Herzen verborgen sind, und fördert emotionale Ehrlichkeit.</p> <p>WENN ES EINE LÄNGST ÜBERFÄLLIGE ENTSCHEIDUNG GIBT, IST ES HEUTE DER TAG UM SIE ZU TREFFEN. HEUTE DREHT SICH ALLES UM DAS EIGENE WACHSTUM, DAS EIGENE LEBEN UND DER FREUDE IM LEBEN. LIME RIECHT NACH PURER LEBENSFREUDE, ICH VERBINDE ES GLEICH MIT BRASILLEN.</p>
<p><b>05.10.2023</b></p> <p><b>4er Tag</b></p> <p><b>Mond im Zwilling ab 14.33 im Krebs</b></p>	<p><b>Blue Tansy</b> unterstützt diejenigen, die sich weigern, Maßnahmen zu ergreifen, um ihre Umstände zu ändern oder zu verändern. Es ist besonders hilfreich, wenn Menschen in ihrem Fortschritt stagniert sind. Blue Tansy erfordert, dass du dich dafür entscheidest, das Ruder deines Lebens zu übernehmen. Es ermutigt dich, im Einklang mit dem Flüstern deiner inneren Stimme zu leben, was dich dazu veranlasst, notwendige Änderungen vorzunehmen. Wenn du diese Botschaften unterdrückst, fühlst du dich oft lethargisch, ausgelaugt, apathisch, träge und erschöpft. Blue Tansy lädt dich ein, die Initiative zu ergreifen, um das Leben zurückzugewinnen, von dem du träumst. Blue Tansy lädt Einzelpersonen ein, ihre Leidenschaft zum Handeln zu bringen.</p> <p>HEUTE IST EIN KRAFTVOLLER TAG ES IST WICHTIG SICH AUF DIE RICHTIGE SPUR ZU BEGEBEN UND MIT EINEM KLEINEN ANSCHUPPSER ALLES INS ROLLEN BRINGEN. BLUE TANSY GIBT DIR DEN NÖTIGEN ANSCHUPPSER. HEUTE IST GERECHTIGKEIT WICHTIG.</p>
<p><b>06.10.2023</b></p> <p><b>5er Tag Mond im Krebs</b></p>	<p><b>Anchor</b> (Mischung) ist eine Mischung von doTERRA. Wie der Namen schon verät ist es ein Ankeröl. Es kann helfen, das Gleichgewicht und die Ruhe in deinem Leben wiederherzustellen. Anchor fördert das tiefe Vertrauen in sich selbst, unterstützt dabei, wahre Prioritäten zu erkennen und tiefere Verbindung zu sich selbst und anderen schaffen. Anchor besteht aus Lavendel, Zedernholz, Sandelholz, Zimt, Weihrauch, schwarzem Pfeffer und Patchouli in einer Basis aus fraktioniertem Kokosöl.</p> <p>HEUTE BRINGT DIR EINE ACHTERBAHN DER GEFÜHLE, ACHE DARAUF DICH ZU ERDEN UND HALT ZU FINDEN. ALL</p>

	<p>DEINE EMOTIONEN WERDEN HEUTE VERSTÄRKT SEIN. UMSO WICHTIGER SICH MIT DEM ANCHOR ÖL ZU ERDEN.</p>
<p><b>07.10.2023</b> <b>6er Tag</b> <b>Mond im Krebs</b></p>	<p><b>Patchouli</b> unterstützt Menschen dabei, in ihrem physischen Körper voll präsent zu werden. Dieses Öl hilft bei Körperbildverzerrungen und allgemeiner Körperabneigung. Patchouli bringt Vertrauen in den Körper sowie Anmut, Gelassenheit und körperliche Stärke.</p> <p>BEWAHRE AUCH HEUTE DEINE INNERE RUHE UND ERINNERE DICH DARAN DASS DU NICHT IMMER AN ALLEM SCHULD BIST. ERDE DICH HEUTE GUT, SEI LIEBEVOLL MIT DIR. PATCHOULI GIBT DIR DAS GEFÜHL DASS ALLES GUT IST SO WIE ES IST.</p>
<p><b>08.10.2023</b> <b>7er Tag</b> <b>Mond im Krebs</b></p>	<p><b>Spikenard</b>, Nardenöl wirkt wie alle Öle, die aus der Familie der Baldriangewächse stammen, sehr stark beruhigend. Es riecht streng und ist etwas gewöhnungsbedürftig, wie auch der Baldrian/ Valerian. Das kann man sich bei alltäglichem Stress und allgemeiner Nervosität zu Nutze machen. Die beruhigende Wirkung von Nardenöl ist so stark, dass es sich sehr positiv auf einen ruhigen, erholsamen Schlaf auswirkt. Eine weitere sehr ausgeprägte Eigenschaft des Öls ist seine angstlösende Wirkung.</p> <p>DIESER TAG IST VOLLER ENERGIE, ER IST JEDOCH NICHT SO EINFACH. ENTSPANNE DICH UND VERTRAUE.</p>
<p><b>09.10.2023</b> <b>8er Tag</b> <b>Mond im Löwen</b></p>	<p><b>On Guard</b> Diese Kombination von Ölen wird im Allgemeinen verwendet, um Einzelpersonen vor Bakterien, Schimmel und Viren zu schützen. Die schützenden Eigenschaften dieser Mischung gehen jedoch über die körperliche Ebene hinaus, indem sie Einzelpersonen dabei hilft, energetische Parasiten, dominante Persönlichkeiten und andere negative Einflüsse abzuwehren. On Guard stärkt das Immunsystem, das die Fähigkeit bestimmt, sich gegen Angriffe von physischen Krankheitserregern und negativen Energien zu verteidigen.</p> <p>LASS HEUTE KEINE NEGATIVITÄT ZU, DIESER HEITERE UND HELLE TAG ERMÖGLICHT DIR FÜR ZUKÜNFTIGE PROJEKTE DEN WEG ZU EBENEN.</p>
<p><b>10.10.2023</b> <b>9er Tag</b></p>	<p><b>Pink Pepper</b> fordert Menschen heraus, ihre Urteile über sich selbst und andere, die durch ihre Vergleiche erzeugt werden, anzuerkennen. Sie erkennen nicht, dass sie externe Faktoren als Maßstab für das</p>

<p><b>Mond im Löwen</b></p>	<p>Selbstwertgefühl verwenden. Pink Pepper lehrt, dass der Vergleich nie zum Glück führt, sondern vielmehr die Trauer erhöht.</p> <p>DER TAG HEUTE IST EIN TAG ZUM FAULENZEN, LEBE DEN TAG OHNE EILE UND HEKTIK. VERGLEICHE DICH NICHT MIT</p>
<p><b>11.10.2023</b> <b>1er Tag</b> <b>Mond in der Jungfrau</b></p>	<p><b>Motivate</b> (Mischung) Bist du zynisch weil dein Vertrauen missbraucht wurde? Dann halte an, hole tief Luft und fang neu an mit doTERRA Motivate (Ermutigende Mischung) aus Minze- und Zitrusölen. Motivate wird helfen, deine kreativen Kräfte zu entfesseln und den Mut wieder zu finden, der aus deinem tiefen Selbstvertrauen stammt.</p> <p>AUFGEPASST, LASS DICH NICHT VON ANDEREN RUNTERZIEHEN, BLEIB IN DEINER MOTIVATION, LASS DICH NICHT IN KONFLIKTE VERWICKELN. VERSCHWENDE KEINE ENRGIE.</p>
<p><b>12.10.2023</b> <b>2er Tag</b> <b>Mond in der Jungfrau</b></p>	<p><b>Align</b> (Mischung) ruft die Seele zurück in die Ausrichtung. Es reicht sanft in den Herzraum, um schwere Energien zu verschieben, die den Fortschritt hemmen und die Stille stören. Während der Arbeit am Herzzentrum kalibriert es die inhärente Integrität eines Individuums neu und macht sich der Kosten der Fehlausrichtung bewusst. Es erleichtert die Entstehung von Selbstakzeptanz, Offenheit und Vertrauen. Die Ausrichtung stellt das emotionale Gleichgewicht wieder her, indem sie das Herz wieder auf seinen wahren Zweck ausrichtet: die Liebe.</p> <p>HEUTE MÖCHTEST DU DICH SELBST VERSTEHEN UND VIELLEICHT AUCH DEIN UMFELD ANALYSIEREN. BLEIBE ENTSPANNT UND IN DEINEM GLEICHGEWICHT. ALIGN KANN DICH OPTIMAL UNTERSTÜTZEN DABEI.</p>
<p><b>13.10.2023</b> <b>3er Tag</b> <b>Mond in der Jungfrau</b></p>	<p><b>Jasmine</b>, viele Menschen bezeichnen Jasminöl als natürliches Aphrodisiakum, weil es einen "verführerischen" Duft hat, der die Sinnlichkeit fördern kann. Tatsächlich wird Jasminöl manchmal als "Königin der Nacht" bezeichnet.</p> <p>HEUTE IST EIN TAG AN DEM DU ES RUHIG NEHMEN SOLLTEST. DIE ENERGIE IST STARK UND NICHT ALLE KÖNNEN GUT DAMIT UMGEHEN. UMSO SCHÖNER SEINEN GEFÜHLEN FREIEN LAUF ZU LASSEN UND IN EINE POSITIVE STIMMUNG ZU SHIFTEN MIT JASMINE.</p>





# FULL MOON

## VOLLMOND In den Fischen / Widder

Treffe dich mit Freunden und denke daran allen ein kleines Geschenk mit zu bringen

Heute wirst du die Mondenergie in vollen Zügen spüren und solltest das Beste daraus machen. Jedes Unternehmen wird erfolgreich sein, jedes Argument wird zum Sieg führen und der Weg, den du beschreitest, wird dir Vorteile bringen. Stelle nur sicher, dass du dich nicht von der Fülle der Möglichkeiten in Versuchung führen lässt, bleib konzentriert und geniess die Ergebnisse. Heute kannst du auch analysieren, was du in den letzten Wochen erreicht hast und entscheiden, ob du weitermachen oder etwas ändern möchtest.

Immer wenn der Mond den Widder kreuzt, erhält jeder Mensch eine erstaunliche Energie vom Zeichen. Es kann positiv oder auch negative Auswirkungen haben. Je nach dem wie gut deine Wahrnehmung ist.

Dieser Vollmond kann anstrengend sein, daher ist es ratsam, sich zum Beispiel mit Mandalas zu entspannen. Das malen oder ausmalen eines Mandala schafft die nötige Voraussetzung zu Aktivierung der Selbstheilungskräfte der Psyche.

## Finde deine Realität

Realität, was ist deine Realität? Es ist so wichtig zu verstehen, dass unsere Gedanken unsere Realität formen. Schon als Kind werden uns durch die Erziehung und dem Familien Leben ganz viele Glaubenssätze mit gegeben. Aber sind das den uns entsprechende Sätze? Glauben wir wirklich so? Oder sind es Sätze aus den Köpfen unserer Vorfahren, manchmal schon über Generationen und immer noch sind sie da. Die limitierenden Glaubenssätze. Jetzt versuche ich dir meine Realität zu erklären und was Spiritualität zu einem Grossteil für mich bedeutet. Unsere

Wahrheit zu erkennen. Zu verstehen, dass es verschiedene Wahrheiten gibt. Zu akzeptieren, dass das so ist. Und mit dieser Einstellung eins zu sein. So eins, dass es keine Einstellung unserer Persönlichkeit mehr ist. So eins, dass es kein mentales Konzept mehr ist. So selbstverständlich wie eine zweite Haut. Wie unser Leben. Spiritualität heisst aber auch, die menschliche Messlatte hochzulegen. Uns immer wieder zu hinterfragen und zu entscheiden:

Daran kann und will ich arbeiten. Bis wir sehen, dass diese vermeintliche Arbeit ein ständiger Prozess ist. Der Prozess des Lebens, der niemals aufhört. Wenn wir aufhören, werden wir sterben, auch wenn wir noch am Leben sind. Lasst weitermachen dein Motto sein.

Zumindest für die heutige Reflektion:

- » Wo machst du dich manchmal kleiner als du bist?
- » Womit gibst du dich zufrieden, obwohl du es nicht müsstest?
- » Hast du dich deinem persönlichen Wachstum ohne Attachment verschrieben und akzeptierst du vermeintliche Rückschläge auf dem Weg dorthin?
- » Was bedeutet Wahrheit für dich?
- » Und was hält dich davon ab, dich in Einklang mit ihr zu bringen?

## Passende ätherische Öle um deine Wahrheit und Realität zu finden und zu leben

Die Öle kannst du dir als Roller mischen mit fraktioniertem Kokosöl verdünnt, oder im Diffuser anwenden, damit dein ganzer Raum mit diesen Informationen Beduftet wird. Natürlich kannst du auch von einzelnen Ölen einige Tropfen in der Handfläche verreiben und direkt aus den Händen inhalieren.

**Frankincense das Öl der Wahrheit, es enthüllt Täuschungen und ladet dich in eine höhere Frequenz/Schwingung ein.**

**Melissa weckt die Seele zur Wahrheit und dem Licht. Es erinnert dich daran, wer du wirklich bist und was deine Lebensaufgabe ist. Melissa ladet ein alles freizugeben, was dich davon abhält dein volles Potenzial zu erreichen.**

**Cypress öffnet deinen Geist und erzeugt einen kraftvollen Fluss kreativer Energie. Cypress erinnert dich auch daran, dass deine Vergangenheit nicht deiner Zukunft entspricht.**

Wild Orange vermittelt den Glauben dass du deine Welt verändern kannst, deine Träume verwirklichen. Es ist das Öl der Fülle und der Grosszügigkeit.

Wir verschieben so viel auf später...  
Später muss grandios werden

Werde dir klar für was dein Herz brennt.

- Warum machst du das was du tust?
- Was sind deine Träume?
- Was willst du im Leben?
- Was lässt dich kribbelig werden?
- Von was kommst du ins schwärmen?
- Was löst Herzklopfen aus? Was sind deine Träume und Wünsche?

Manchmal stehen wir im dunklen Tal wo die Sonne nicht runter scheint und haben gefühlt 7 Bergen vor uns die wir erst besteigen müssen um einen Sonnenstrahl zu erhaschen.

In solchen Situationen hilft es mir los zu lassen. Ballast los lassen damit es um mich und in mir leichter wird damit ich die Perspektive ändern kann und dann meistens erkenne dass alles gar nicht so schlimm ist wie gedacht oder gefühlt. Schnapp dir das Öl deiner Wahl, meins wäre green Mandarin oder die Mischung Super Mint.

Fang an auszumisten. Trenn dich von allem was dir nicht gut tut oder deine Energie raubt. Als erstes den Keller ausmisten, aufräumen, entsorgen. Der Keller fühlt sich für mich an wie mein Unterbewusstsein. Wenn dort Ordnung herrscht, geht es mir schon viel besser. Kleider die du nur aus Gewohnheit hast ausmisten entsorgen, weiter geben. Gegenstände die dir nicht mehr gefallen

oder die du geschenkt bekommen hast und gar nicht magst oder schlechte Erinnerungen auslösen, weitergeben oder entsorgen. Weniger ist mehr. Beende sinnlose Beschäftigungen. Such dir neue Beschäftigungen die dich nähren, wo die Zeit im nu vorbei geht und nie Langeweile entsteht. Geh noch einen Schritt weiter und räum dein social media account auf, entfolge accounts und Personen die nicht in deine Energie passen , die du nicht inspirierend findest. Auch im echten Leben, verbringe deine Zeit mit nährenden Menschen. Menschen die dir gut tun, die dich lieb haben, dich unterstützen. Verbringe Zeit mit denjenigen wo du DU sein kannst. In deinem vollen Potenzial.

Jetzt ist die perfekte Zeit für  
Mutausbrüche  
Ich liebe das Wort Mutausbruch

SEPTEMBER

Goldrute

SOLIDAGO VIRGAUREA

“soilidum” und “agiere” bedeuten gesund machen, heilen, “Vergeh aurera” ist die goldene Rute, Heidnisch Wundkraut. Die Goldrute wird nicht nur wegen ihrer Blütenpracht, sondern auch als Heilpflanze geschätzt.

**Astrologische Zuordnung:**

**Sonne, Markus, Venus**

**Sonne:**

- gelbe Blüten

- Flavonoide
- ätherische Öle
- Standort: sonnig
- antibiotisch (Bakterien mögen die Sonne nicht)

### **Merkur:**

- Aufrechte Gestalt
- Elliptisch, lanzettlich, schmale Blätter
- Windsamer
- Entgiftet von Schwermetallen, Blutreiniger

### **Venus:**

- Nierenheilmittel

### **Element:**

Luft, Wasser (für Leiden, die in der Nase entstehen und sich durch Feuchtigkeit verschlimmern)

### **Wirkung anatomisch:**

- Universalheilmittel für die Niere, entgiftend, harntreibend
- Blase, Prostata, Ödeme
- Rheuma
- Leberentlastend (Cholesterin)
- Chronische Ekzeme
- gute Wirkung bei Heuschnupfen
- Schultergelenk, verspannter Nacken
- krampflösend
- Candida (entzieht dem Pilz die notwendige Feuchtigkeit)
- entzündungswidrig, schleimlösend, wassertreibend, antibiotisch
- verbessert die Aufnahme von Natrium
- harmonisiert Ying/Yang

### **Wirkung für die Seele:**

- Schocklöser (allgemeine Wirkung auf Mond und Venusprobleme)
- schenkt seelische Durchhaltekraft
- hilft bei Angst vor enger Bindung

- stimmungsaufhellend
- Wirkung auf das Unbewusste
- Beruhigend (umhüllt mit der rosa Decke)
- Ich-liebe-mich-Mittel

## Wirkung für den Geist:

- bei Unsicherheit, wenn man den glauben an sich selbst verloren hat
- alle anderen können es besser

## Magie:

- Abwehrzauber gegen finstere Magie
- traditionell als Wundheilkraut
- eine der Lieblingspflanzen von Martin Luther

Goldrute/ *Solidago virgaurea* kannst du als Urtinktur in deiner Drogerie kaufen.

(Text aus dem Buch der himmlische Heilpflanzenführer)

# Sei gut zu dir in kleinen Schritten

Schluss, aus, vorbei. Wir haben nur dieses eine Leben. Und wir haben es bekommen, um der Mensch zu sein, der wir sind. Nicht, um uns zu verstellen. Nicht, um uns anzupassen. Nicht, um anderen zu gefallen. Nicht, um unsere Grenzen zu missachten und uns easy von unserem Weg abbringen zu lassen. Und schon gar nicht, um uns zu bestrafen.

Wir sind hier, um die Person zu lieben, die wir sind. Und den Weg zu gehen, der sich ganz allein für uns richtig anfühlt. Ich weiss, wie laut die Stimmen im Aussen sein können. Ich weiss, wie schwierig es sein kann, uns ausschließlich auf unsere Intuition zu besinnen. Ich weiss. Aber es nützt nichts. Wenn wir kein Leben entlang von Ausreden führen wollen, liegt es ganz allein an uns, damit aufzuhören. Wir sind hier, um gut zu uns zu sein. Wir sind hier, um Liebe zu lernen.

## **Dinge die ich nicht mehr tue:**

- Mich für Fehler verurteilen, Fehler sind learnings
- angst vor Veränderung haben, jede Veränderung könnte ja auch eine Verbesserung sein
- meine Grenzen übersehen und missachten, damit andere sich geliebt und gut fühlen.
- Ausreden für meine Unsicherheiten suchen
- mich von den zweifeln anderer aus der Bahn werfen lassen
- meine Verletzlichkeit verstecken, verheimlichen
- Andere für mein Leid verantwortlich machen
- an Menschen festhalten die vor mir weglaufen, akzeptieren, dass nicht alles für die Ewigkeit ist

Finde für dich,  
deine Dinge  
die du nicht mehr tun möchtest

## **WAS AUCH EINE TOLLE SACHE IST.....**

FINDE NEUE HOBBYS! NEUE DINGE DIE DU TUN MÖCHTEST UM DEN ALTEN MUSTERN ZU ENTKOMMEN. STUDIERE WENIGER UND MACH MEHR KREATIVES MIT DEN HÄNDEN. DAS ERDET DICH UND MACHT GLÜCKLICH. ES GIBT SO VIELES WAS DU KREATIV TUN KANNST UM DEINE ZEIT ZU VERSCHÖNERN UND NICHT MIT WARTEN ZU VERBRINGEN. WIR WARTEN IMMER AUF BESSERE ZEITEN, MOMENTE DIE UNS GLÜCKLICHER MACHEN. BESSERE TAGE.

MACH JEDEN TAG, JEDEN MOMENT ZU EINEM BESSEREN.

- töpfern
- malen mit Ölfarben
- oder Aquarell
- Mandalas malen oder auch ausmalen

- Holz brennen
- Bücher falten
- Origami
- Upcycling von alten Gegenständen
- Körperpflege selber herstellen
- stricken
- nähen
- im Sommer Kräuter sammeln
- neue Gerichte kochen
- lesen
- Sport

ätherisch Öl Mischungen für den Diffuser  
im September und Oktober

## Ruhe und Pause

**BERGAMOTTE, LAVENDEL, CLARY SAGE**

## Im Fluss sein

**BLUE TANSY, VETIVER, SIBERIAN FIR**

## Herbstlich

**EUCALYPTUS, CASSIA, ROSMARY**



# Kopf hoch

**LEMONGRAS, WINTERGREEN, JUNIPER BERRY**

# Freude

**BERGAMOTTE, INGWER, YLANG-YLANG**

# Meine Gedanken.....

Wenn Freude und Liebe der einzige Grund für jede Handlung sind,  
wird Fülle wieder fließen.

Als ich diesen Satz vor ein paar Jahren zum ersten Mal las, schrieb ich ihn sofort auf ein Stück Papier und hängte ihn an die Wand an meinem Schreibtisch, damit ich ihn jeden Tag sehen konnte. Diese Worte stimmen wirklich mit meiner Sicht auf diese Realität überein, in der wir leben, auch wenn ich sie heute noch so leicht vergesse und daran erinnert werden muss. Also wollte ich es mit dir teilen. Vielleicht können diese Worte jemandem da draussen etwas bringen, genau wie sie es für mich getan haben.

Es ist eine schöne Erinnerung, diesem Funken in uns zu folgen. Sich auf diese Dinge zu konzentrieren, die uns tiefe Freude bereiten. Wunder geschehen, wenn wir es tun. Neue Türen öffnen sich und gleichzeitig nimmt es auf die magischste Weise Form an. Aber genau wie bei Magie, Wetter, ob du es glaubst oder nicht, hast du recht.

So schön dass du mein NEW MOON JOURNAL gelesen hast. Ich hoffe du konntest einiges daraus mitnehmen.

Ich freue mich schon auf den nächsten Abschnitt zum nächsten Neumond.

Alles liebe Liza