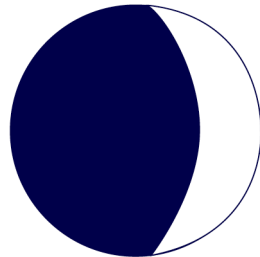

Modul 2 – Jungfrauen Phase



Die monatlichen Menstruationszyklen wiederholen in ununterbrochener Abfolge Geburt, Leben und Tod und reflektieren das grosse Lebensprinzip, den Zyklus von Tod und Wiedergeburt.

Der zunehmende Mond

Der Mond erscheint im wunderschönen Bild der feinen Sichel am Himmelszelt. Langsam kommt das Licht wieder zum Vorschein. Die Energie ist aufbauend und wird nun bis zum Vollmond Yang geprägt sein.

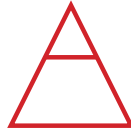
Das **Mädchen** oder die **Jungfrau** und der zunehmende Mond repräsentierten die Phase vom Ende der Menstruationsblutung bis etwa zum Eisprung. Die Energien dieser Phase ähneln denen eines jungen Mädchens, sie sind dynamisch, inspirierend und von ausstrahlendem Wesen. In dieser Phase ist die Frau nicht dem Zeugungszyklus unterworfen und gehört nur sich selbst. Sie entwickelt Selbstvertrauen, ist gesellig und fühlt sich in dieser Zeit robuster, entschluskräftiger. Die Konzentrationsfähigkeit ist gesteigert und sie kann in ihrer Arbeit mehr leisten.

Die Jahreszeit ist der Frühling und das Element ist Luft. Es ist Blütezeit. Die Blume ist das Symbol der Jungfrau, die sich mit Potenzial erfüllt fühlt. Wenn wir uns bewusst dieser Phase annehmen, gibt uns die Jungfrau einen Hauch von Unbeschwertheit und den Glauben an das Streben nach Träumen. Die Jungfrau-Phase beinhaltet einen Aufstieg ins Licht, einen nach aussen manifestierten Aspekt der Wesensnatur der Frau.



Deine Superwoman-Kräfte

JUNGFRAU



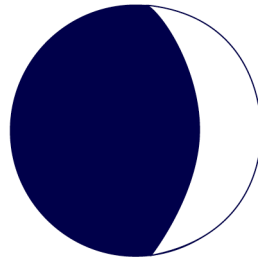
- △ In dieser Phase laufen Gedächtnis, dein analytisches und logische Denken auf Hochtouren. Du hast den Überblick und den Antrieb Projekte mit einer Entschlossenheit anzugehen und sie zu verwirklichen.
- △ Deine körperliche Energie ist jetzt sehr männlich, was bedeutet, dass du mehr Ausdauer besitzt. Du bist aktiv und engagiert im Leben, sei dies auf der Tanzfläche, im Fitnessstudio oder im Schlafzimmer.
- △ Du bist ein Kraftwerk der Kreativität. Du kannst länger arbeiten und mehr Dinge erledigen. Das ist die Zeit des Anpackens.
- △ Du willst gesehen und gehört werden.
- △ Du bist furchtlos, selbstbewusst und voller Selbstvertrauen.

Nutze die Energie der Jungfrauen-Phase

Du kannst dir die Jungfrau-Energie zu nutzen machen, in dem du Dinge erledigst, neue Projekte beginnst, analysierst, organisierst und Prioritäten setzt. Die zusätzliche Energie dieser Phase steht dir jetzt zur Verfügung, um mit Arbeiten aufzuholen, die während der Menstruation vernachlässigt worden sind.



Reflexion



Deine Jungfrauen-Energie

1. Wie stark ist dein Intellekt ausgeprägt und weisst du ihn gezielt einzusetzen oder musst du alles in dir gedanklich hinterfragen?
2. Wie erlebst du die Phase nach der Menstruation? Wie drückt sich diese Phase bei dir aus?
3. Wie hast du dich als junges Mädchen gefühlt? Welche Sehnsüchte hattest du?
4. Wie achtsam und wertschätzend würdest du sagen bist du im Umgang mit dir selbst?
5. Nimmst du wahr, dass es Zeiten gibt, in denen du dich figurbetonter und farbenfroher kleidest?