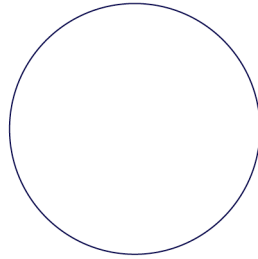


---



## Modul 5 – Fülle



### Der Vollmond

Dies ist die dritte Woche des Mondmonats, in der der Mond am sichtbarsten und leuchtendsten ist. Er hat seine volle Ausbreitung erlangt; sein Leuchten, seine Kraft und sein Einfluss stehen am Höhepunkt. Seine präsente Energie ist drei Tage vor Vollmond und zwei Tage danach spürbar.

Emotionen neigen nun jetzt dazu, hoch zu laufen, und es kann eine Herausforderung sein, energisch geerdet zu bleiben und einen ruhigen Schlaf zu finden. Dies ist die ideale Zeit, um das Leben mit einer Party oder einem gemeinsamen Essen zu feiern, da wir späte Nächte leichter überstehen können. Es gibt auch den angeborenen Drang, unsere weiblichen Wünsche nach Verbindung, Gemeinschaft und sinnlichem Vergnügen zu erfüllen.

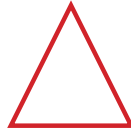
Die **Mutter** und der Vollmond repräsentieren die Phase zur Zeit des Eisprungs. Die Energien der Mutterschaft und der Mutter-Phase ähneln einander in ihrer Kraft und Fähigkeit zu nähren, zu erhalten und zu befähigen. Die inneren schöpferischen Energien der Muttergestalt steigen auf, um neues Leben zu schaffen. Wir sind die Hüterinnen des Zenits, dem der Sommer und das Element Feuer angehören. Es ist die Zeit des Leuchtens, wir stecken voller Kraft und unsere eigenen Energien sind stark genug, damit wir uns nach aussen wenden können. Wir können anderen Liebe, Zärtlichkeit und Verständnis schenken.

Die Mutterphase balanciert den nach aussen gerichteten Ausdruck von Energie mit dem inneren Ausdruck von Liebe aus.

---

# Deine Superwoman-Kräfte

## MUTTER



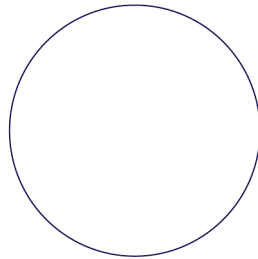
- △ Beim Eisprung kannst du in jeder Situation total fesselnd sein :)
- △ Die Dinge laufen natürlich in deine Richtung. Kein Drama, nur fantastische Ergebnisse.
- △ Du bist in der Lage, Verantwortung auf dich zu nehmen, zu nähren und neue Projekte und Ideen zur Welt zu bringen und die, die bereits existieren, zu erhalten und zu unterstützen.
- △ Während des Eisprungs hast du die Power, dein Traumjob, deine ideale Kunden oder vielleicht sogar ein heisses Date herbeizuzaubern. In der Tat, was auch immer du dir wirklich wünschst, es besteht kein Zweifel, dass du es während des Eisprungs wahr machen kannst.

### **Nutze die Energie der Mutter-Phase**

Du kannst dir die Mutter-Energie zu nutzen machen, indem du deine kreativen Energien zur Produktion von etwas Physischem einsetzt. Das kann zum Beispiel Malen, Entwerfen, Handwerk, Schreiben usw. sein. Vielleicht stellst du fest, dass du in dieser Zeit für die Ideen anderer Menschen empfänglicher bist und auch du neue Einsichten oder eine andere Perspektive vermittelst. Du hast jetzt die Kraft und Energie andere zu unterstützen, zu ermuntern und deine Hilfe anzubieten.



# Reflexion



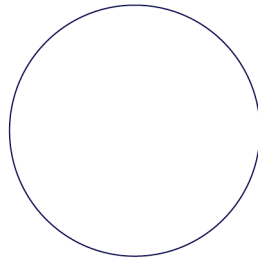
## Deine Mutter-Energie

1. Wie würdest du die Beziehung zu deine Gefühlen, Empfindungen und Emotionen beschreiben?
2. Wie offen fühlst du dich für den Aspekt der Fülle und des Wohlstandes auf allen Ebenen in deinem Leben?
3. Wie geht es dir in er Zeit rund um den Eisprung?
4. Wie fühlst du dich mit deiner Weiblichkeit verbunden?
5. Nimmst du wahr, dass es Zeiten gibt, in denen du mehr Lust und Leidenschaft verpürst?

---



## Kleines Dankbarkeitsritual



1.  
Schreibe 5 Dinge auf, die dir in letzter Zeit ganz besonders gut gelungen sind.
2.  
Schreibe 5 Dinge (und sehr gern auch mehr) auf, für die du gerade wirklich dankbar bist.
3.  
Schicke dann Dankbarkeit in jeden der einzelnen Punkte, die du eben aufgeschrieben hast, und spüre, wie es sich anfühlt.
4.  
Lege diesen Zettel dann in deine Schale. Lass dich von dieser Dankbarkeit nähren und bade deine Schale in dieser nährenden Energie.

*Erkenne die Fülle in deinem Leben,  
nehme sie an und lass sie zu!*