



Vollmond im März in der Jungfrau

In den letzten Monaten oder so waren wir in das eingetaucht, was Astrologen als „Fische-Saison“ bezeichnen würden. Dann scheint sich die Sonne durch das Sternbild Fische zu „bewegen“, ein Wasserzeichen mit sensiblen, romantischen, spirituellen und ätherischen Qualitäten. In der Fische-Saison haben Sie sich vielleicht verträumt, einfallsreich, emotional sensibel oder übermäßig sympathisch für Ihre Mitmenschen gefühlt, und es ist ein großartiges Zeichen, dass Sie sich am Ende des Winters wiedergefunden haben. Der Winter war eine Jahreszeit zum Überwintern, Ausruhen, Träumen und Stellen Sie sich vor, was Sie im Frühling manifestieren möchten, perfekt abgestimmt auf die Energie der Fische. Bei Erreichen des …



In den letzten Monaten oder so waren wir in das eingetaucht, was Astrologen als „Fische-Saison“ bezeichnen würden. Dann

scheint sich die Sonne durch das Sternbild Fische zu „bewegen“, ein Wasserzeichen mit sensiblen, romantischen, spirituellen und ätherischen Qualitäten. In der Fische-Saison haben Sie sich vielleicht verträumt, einfallsreich, emotional sensibel oder übermäßig sympathisch für Ihre Mitmenschen gefühlt, und es ist ein großartiges Zeichen, dass Sie sich am Ende des Winters wiedergefunden haben. Der Winter war eine Jahreszeit zum Überwintern, Ausruhen, Träumen und Stellen Sie sich vor, was Sie im Frühling manifestieren möchten, perfekt abgestimmt auf die Energie der Fische. Bei Erreichen des 18th Im März 2022 bringt der Vollmond in Jungfrau jedoch eine praktischere, rationalere Energie, die uns ermutigt, Ideen in die Tat umzusetzen. Wenn Sie in dieser Saison den Drang verspüren, Änderungen vorzunehmen und Dinge zu erledigen, ist der Vollmond in der Jungfrau hier, um Ihnen zu helfen. Lesen Sie weiter für unsere Tipps, wie Sie diesen Vollmond optimal nutzen können!

Die Kraft der Jungfrau

Vollmond ist eine Zeit des Höhepunkts und Abschlusses, des Abschlusses von Projekten und des Nachdenkens darüber, woran Sie in dieser neuen Mondphase nicht mehr festhalten möchten. Sie sind auch eine Zeit, in der Emotionen verstärkt werden können, was auch immer Sie fühlen, Sie werden es wahrscheinlich bei Vollmond in größerem Ausmaß fühlen. Eine regelmäßige Meditationspraxis ist eine großartige Möglichkeit, Ihre Emotionen bewusst zu machen (insbesondere mit der Verwendung von Werkzeugen wie z (Link entfernt)), und Bücher wie (Link entfernt) geben wertvolle Einblicke, wie Sie Ihren Geisteszustand ändern können, damit Sie die Kraft des Vollmonds auf positive Weise nutzen können.

Jungfrau ist ein Erdzeichen. Wenn Sie sich also in letzter Zeit etwas ungeerdet oder ohne Fokus gefühlt haben, können die Eigenschaften dieses Zeichens Ihnen helfen, wieder auf die Beine zu kommen. Die Qualitäten der Jungfrau sind bescheiden, rational, praktisch und methodisch – diese Typen lieben es

normalerweise, sich auf die Details einer Aufgabe zu konzentrieren und gedeihen, wenn sie in der Lage sind, ihren Wert zu beweisen, indem sie anderen helfen, aber sie können leicht in die Gewohnheit verfallen, übermäßig zu sein kritisch, kontrollierend, obsessiv und halten sich an zu hohe Standards. Während es großartig ist, Ziele und Erfolge zu haben, ist es wichtig, sich daran zu erinnern, sanfter zu werden und Mitgefühl für sich selbst und andere zu haben und „Arbeit“ mit „Spaß“ in Einklang zu bringen. Die Energie der Jungfrau unterstützt die Umsetzung von Plänen, und während wir uns der Frühlings-Tagundnachtgleiche am Sonntag, dem 20th März, dies ist die perfekte Zeit, um die zu ergattern (Link entfernt), und schreibe auf, wie und wann du das manifestieren wirst, wovon du im Winter geträumt hast.

Die Erdenergie der Jungfrau bietet eine Zeit, um buchstäblich und metaphorisch neue Samen für das kommende Jahr zu säen. Es ist an der Zeit, sich zu behaupten und tief zu graben, um Ihre „Lass uns das tun“-Haltung an der Schwelle zum Frühling ans Licht zu bringen. Lesen Sie weiter für unsere Go-to-Praktiken an diesem Jungfrau-Vollmond!

Werde organisiert

Jungfrau ist ein sehr praktisches Zeichen und birgt eine Energie, die uns dazu bringen kann, uns in unserem Geist und in unserem eigenen Zuhause organisierter zu fühlen. Dieser Vollmond kurz vor dem Frühlingsäquinoktium ist eine großartige Zeit, um Ihr Zuhause neu zu organisieren und einen Frühjahrsputz durchzuführen. Ein vollgestopftes Zuhause oder ein Schrank voller Gegenstände, die nicht benötigt oder gewünscht werden, kann dazu führen, dass wir uns emotional schwer und gestresst fühlen. Das Feng Shui-System der chinesischen Medizin legt Wert auf einen gesunden Energiefluss durch das Haus und besagt, dass Unordnung den natürlichen Energiefluss verstopft. Laut Feng Shui bedeutet physische Unordnung, dass wir unser wahres Selbst von anderen „begraben“, aber „Unordnung“ bezieht sich auch auf alles

Unvollendete, Ungesagte, Ungelöste oder Desorganisierte. Da der Vollmond eine Zeit des Höhepunkts ist, nutzen Sie diesen Moment, um Ihren Raum zu entrümpeln *und* Ihr Zeitplan. Verwenden Sie die [\(Link entfernt\)](#) um Ihre Aufmerksamkeit zu nutzen, und das [\(Link entfernt\)](#) Planen Sie Ihre wöchentlichen Verpflichtungen ein (denken Sie daran, dass Entspannung und Spaß genauso wichtig sind wie die Arbeit!).

Verbinden Sie sich mit der Erde

Es ist Zeit, aus deinem Kopf heraus und in deinen Körper zu gehen. Wenn Sie zu viel nachgedacht, sich Sorgen gemacht oder einfach zu viel Zeit damit verbracht haben, über Dinge nachzudenken, nehmen Sie sich an diesem Vollmond Zeit, um sich wieder mit der Erde zu verbinden. Die Praxis des „Erdens“ (buchstäblich die Verbindung Ihrer nackten Haut mit der Erde, sei es mit Ihren Händen oder Füßen) soll helfen, Entzündungen, Schmerzen und Stress zu reduzieren und die Durchblutung, den Schlaf und die Vitalität zu verbessern. Neben dem Barfußlaufen auf der Erde ist dies eine großartige Zeit, um in Ihren Garten zu gehen, um Samen zu säen und Blumen zu pflanzen. Einige traditionelle Anbaumethoden verwenden den Mond als Leitfaden für ihren Pflanzkalender, und der Vollmond eignet sich am besten zum Anpflanzen von Hackfrüchten wie Kartoffeln, Rote Bete und Karotten. Ein Blumenkasten oder sogar eine Handvoll Zimmerpflanzen können auch Wunder für die psychische Gesundheit bewirken und uns dabei helfen, uns wieder mit der Erde zu verbinden, egal ob auf dem Boden oder in einem dekorativen Topf. Verwenden *Pflanzentherapie* von Dr. Katie Cooper als Ihr Leitfaden für die besten Zimmerpflanzen für Sie und lesen Sie [\(Link entfernt\)](#) für Inspiration zu 52 Möglichkeiten, sich wieder mit der Natur zu verbinden.

Nehmen Sie sich Zeit für die Selbstpflege

Inmitten der Hektik der ersten Monate des Jahres können diese erholsamen, langsameren Tage des Winters wie eine *sehr* vor langer Zeit. Jungfrau-Energie mag praktisch und bodenständig

sein, aber das bedeutet nicht, dass Sie Ihre Lieblings-Verwöhnprodukte vollständig aufgeben oder auf Ihre Selbstpflegezeit verzichten müssen. Diejenigen, die ein Jungfrau-Zeichen sind, genießen angeblich eine kleine Auszeit, um sich zu verschönern und sich von ihrer besten Seite zu fühlen. Wenn wir also den Abend des Jungfrau-Vollmonds erreichen, planen Sie einen Abend nur für Sie und Ihren Körper ein. Verwenden Sie die (Link entfernt) um abgestorbene Hautschüppchen zu entfernen und den Lymphfluss anzuregen, gefolgt von einem Vollbad Haeckels-Algen, das eine Fülle verjüngender Eigenschaften besitzt und seit Generationen zur Reparatur der Haut verwendet wird. Meeresalgen schützen auch vor Cellulite, Arthritis und Ekzemen und sind nach der Verwendung ein großartiger organischer Dünger für den Garten! Schluss mit *Tissearands* Total De-Stress Massage & Körperöl, mit 100 % natürlichen ätherischen Ölen von Süßorange, Geranie und Muskatnuss. Wenn Sie sich entspannt und bereit fürs Bett fühlen, werfen Sie einen letzten Blick aus dem Fenster auf den Vollmond dieses Monats in Jungfrau und denken Sie darüber nach, wie Sie diese Qualitäten der Praktikabilität, Demut und Erdung annehmen können, wenn Sie am nächsten Morgen aufwachen.

Aus der Feder von Yogamatters

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki