

22. Dezember bis 20. Januar: Steinbock-Zeit

*Die Steinbock-Zeit steht unter dem Leitsatz
„Erstelle einen Strukturplan!“*

- **Motto:** Struktur und Ordnung schaffen Klarheit!
- **Element:** Erde
- **Körperregionen:** Knieregion, Haut, Knochen, Zähne
- **Herrscherplanet:** Saturn, der Planet der Disziplin und Reife
- **10. Haus:** Karriere & Erfolg
- **Themen:** Pflicht, Verantwortung, Wahrheit, Ambition
- **Gute Eigenschaften:** loyal, familienorientiert, fleißig, strukturiert, ausdauernd, ehrlich, furchtlos
- **Schlechte Eigenschaften:** pessimistisch, unversöhnlich, kalt, materialistisch, snobistisch
- **Bevorzugte Dinge:** Ordnung und Überblick, das Sagen zu haben, „Beisportarten“ wie Fußball oder Leichtathletik, Motorräder, Leder, puristischer Stil
- **Unerwünschte Dinge:** aufzugeben, leichtsinnige Fehler, Reisen ohne Reiseplan, Dinge „einfach nur so“ zu tun
- **Heimlicher Wunsch:** einen Plan für jeden Lebensbereich zu haben

DIE STEINBOCK-ENERGIE

Steinbock ist das zehnte der 12 Tierkreiszeichen und beginnt seinen Zyklus jeden Winter während der Steinbock-Saison neu, zwischen dem 23. Dezember und dem 20. Januar. Unabhängig davon, ob du Steinbock bist oder nicht, ist es wichtig, die Energien dieser Wochen mit Bedacht zu nutzen.

Steinbock ist eines der drei Tierkreiszeichen, die vom Element Erde beherrscht werden. Die beiden anderen Erdzeichen sind Stier und Jungfrau. Da der Steinbock das dritte und letzte Erdzeichen ist, kombiniert er das felsene Fundament des Stiers und die geschickten Pläne der Jungfrau. Pläne, die jetzt manifestiert werden, haben eine enorm effektive Qualität.

Steinbock-Menschen sind die Meisterstrategen und CEOs des Tierkreises, die immer einen Fünfjahres- oder sogar Zehnjahresplan im Auge haben. Unter dem Einfluss eines Steinbock-Planetenzklus fühlen wir uns motivierter, unsere größten Ziele in Angriff zu nehmen und Strukturen in unserem Leben zu schaffen, die den Test der Zeit überdauern werden.

WENN DU STEINBOCK BIST

Geburtstage sind besondere Tage. Nicht nur das: Dein Geburtstag kennzeichnet deinen persönlichen Jahreswechsel. Die Sonne geht in ein neues Solar, und damit werden neue Jahresthemen für dich relevant.

Erstelle in diesem Monat dein persönliches Jahres-Visionboard, damit du deine Ziele für dein neues Lebensjahr vor Augen hast und fokussiert umsetzen kannst!

Steinböcke brauchen einen genauen Plan. Nutze deinen Geburtstagsmonat bewusst, um herauszufinden, was dir wirklich guttut!

Der Steinbock-Neumond

DEIN NEUER JAHRESPLAN

In diesen Tagen dreht sich alles um Planung und Neuanfänge. Nütze die Zeit, um darüber nachzudenken, was du im kommenden Jahr erreichen willst. Ja, in diesem Buch geht es um das Planen und Aufschreiben von Dingen, damit du dein Leben mit dem Neumond erfolgreich zu planen lernst – und Erwünschtes manifestieren kannst!

Der Steinbock weiß, dass man langsam und stetig auf seine Ziele zugehen muss. Überprüfe also, wie es insofern um deine ganz persönlichen Ziele steht!

DRAN BLEIBEN

Dies ist eine Zeit, in der du sehr ehrgeizig sein solltest. Verschiebe nichts auf morgen! Was ist dir besonders wichtig? Wie schauen deine Karrierepläne aus? Steinbock ist kein Faulpelz: Er weiß, dass harte Arbeit der Weg ist, um langfristige Ziele zu erreichen. Nütze den Neumond im Steinbock, um dir selbst zu versprechen, dass du starre Denkmuster durch strategisches Denken ersetzen wirst!

BEHALTE DIE KONTROLLE!

Du hast strukturiert, du hast ordentlich geplant, und jetzt geht es allmählich ans Umsetzen. Der erste Test wird kommen: Du wirst zu zweifeln beginnen und hinterfragen. Vertraue auch auf dein Bauchgefühl, und vermeide es, die

Kontrolle abzugeben! Gestalter(in) deines Lebens bist einzig und allein du selbst. Bewahre die Übersicht!

BLEIBE POSITIV!

Sei dir bewusst, dass die Steinbock-Energie auch sehr herausfordernd sein kann. Lasse dich nicht unterkriegen, und schreibe dir positive Affirmationen auf! Diese sollten dich das ganze Jahr über begleiten und dir immer wieder stärkende Impulse geben.

TRADITIONEN UND RITUALE

Es kann sehr wirkungsvoll sein, in dieser Zeit des Jahres eine neue Tradition zu beginnen oder ein Ritual in die täglichen Routinen einzubauen. Vielleicht startest du ein Raunacht-Tagebuch? Beobachte sehr genau, was sich in dieser Zeit zeigt! Nun ist auch eine besonders gute Zeit, um sich bei Menschen, die dir geholfen haben, zu bedanken. Du kannst auch für dich selbst eine Dankbarkeitsliste verfassen. Schreibe dir die Dinge auf, für die du in deinem Leben ganz besonders dankbar bist.

Der Krebs-Vollmond im Dezember/Januar

Bei Krebs-Vollmond befindet sich die Sonne im Tierkreiszeichen Steinbock, und der Mond steht im Zeichen Krebs.

Weihnachten und all die Feiertage haben sich natürlich perfekt dafür geeignet, dass wir wieder einmal mehr Zeit mit unseren Lieben und der Familie verbracht haben. möglicherweise hast du dabei genau erkannt, was dir guttut und was nicht. Nütze die nächsten Tage – und beginne auch hier mit Ausmisten und Grenzen setzen! Gestalte deine persönliche Umgebung so, dass sie eine Wohlfühloase für dich darstellt, damit du die Herausforderungen des kommenden Jahres auch richtig gut meistern kannst.

FRAGEN, DIE DU DIR ZUM ZUM KREBS-VOLLMOND STELLEN KÖNNTEST

Stelle dir diese Fragen rund um den Vollmond, und notiere die Antworten in deinem Journal! Alles, was du niederschreibst, bringt dich weiter.

Nimm dir Zeit und schreibe deine Gedanken auf!

FRAGE 1

Wie und wo fühle ich mich geborgen?

FRAGE 2

Wie haben meine Eltern, besonders meine Mutter, auf Gefühlsäußerungen reagiert?

FRAGE 3

Welche Kindheitserinnerungen kommen immer wieder hoch?

FRAGE 4

Was wurde von mir erwartet?

FRAGE 5

Welches Bild habe ich von meiner Mutter?

EINE KLEINE ÜBUNG FÜR DICH

Schaue in deinem Kalender nach, was du zum letzten Krebs-Neumond im Juni/Juli begonnen hast!

ÜBUNG 1 / Passt es noch zu dir?

ÜBUNG 2 / Wo stehst du damit?

ÜBUNG 3 / Solltest du hier mehr Energie investieren, oder gehört etwas beendet?

DEINE AUFGABE ZUM ZUM KREBS-VOLLMOND

Nimm dir viel Zeit für dich selbst: Gönn dir ein langes Bad, einen Wellnessstag oder ein schönes Essen! Kurzum: Verwöhne dich selbst!