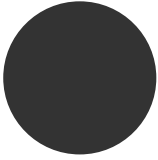


Mondphasen

und ihre Beutung



Neumond

Neuanfang · Intention · Reinigung

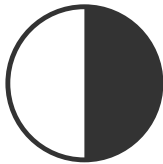
Routinen: Ziele aufschreiben, Reinigungsritual, Früh schlafen



Zunehmende Mondsichel

Umsetzung · Strategie · Selbstvertrauen

Routinen: Vision Board, Wochenplan, Visualisierung



Zunehmender Halbmond

Handlung · Balance · Flow

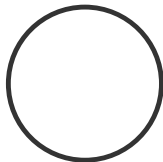
Routinen: Produktiver Arbeitstag, Balance-Check, Entscheidungen treffen



Zunehmender Dreiviertelmond

Feinschliff · Fokus · Loslassen

Routinen: Ziele priorisieren, Fortschritt bewerten, Loslassen



Vollmond

Manifestation · Energie · Transformation

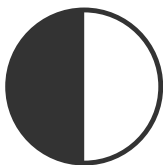
Routinen: Feuerritual, Erfolge feiern, Loslassen-Liste



Abnehmender Dreiviertelmond

Dankbarkeit · Reflexion · Teilen

Routinen: Dankbarkeitsjournal, Anderen helfen, Selbstreflexio



Abnehmender Halbmond

Balance · Blockaden lösen · Innenschau

Routinen: Entrümpeln, Glaubenssätze hinterfragen, Balance-Ritual



Abnehmende Mondsichel

Ruhe · Selbstpflege · Vertrauen

Routinen: Meditation, Tagebuch, Frühzeitig ruhen