



Der große Jahreskalender - Monat für Monat gezielt die Energien nutzen

Monat: Januar

1. Die Themen für Januar
2. Januar Herkunft
3. Der Schutzengel für Januar
4. Januar aus astrologischer Sicht
5. Mondphasen im Januar
6. Kleine Januar-Mediation

Jeder Monat hat eine bestimmte Qualität und Aufgaben für uns

Diese Qualitäten und Aufgaben wirken unbewusst und sind für uns nicht unbedingt immer deutlich sichtbar.

Der Januar gehört zu den Wintermonaten und unterliegt dem übergeordneten Thema:

- **Ruhezeit, nach innen gehen und soziale Kontakte pflegen**



1. Die Themen für Januar sind:

Nach innen gehen und Erfahrungen des vergangenen Jahres verarbeiten. Die Essenz, die daraus resultiert, ist die Nahrung und Basis für das kommende Jahr, mit der wir unsere Zukunft gestalten. Ist die Essenz positiv, beginnen wir das Jahr zielorientiert, voller Elan und steuern sicher auf neue Ziele zu. Ist sie negativ, gehen wir ohne Schwung in das neue Jahr, wir sind mehr am Hadern und am Zweifeln.



2. Januar - Herkunft:

Der Ursprung für Januar bedeutet viel Schnee, Eis und Kälte. Der Januar wird auch Hartung (Jänner), Hartmond, Eismond, Wolfsmond genannt.

Der Januar ist aus dem lateinischen abgeleitet (lateinisch ianua) und bedeutet so viel wie „Tür oder Zugang“. Er ist der erste Monat in unserem Gregorianischen Kalender.

Im römischen Kalender war der Januar ursprünglich der elfte Monat. Mit der Umstellung des Jahresbeginns vom 1. März auf den 1. Januar im Jahre 153 v. Chr. wurde der Ianuarius nach dem Gott Janus, einen altrömischen Gott benannt. Er war der Beschützer der Stadttore, der Gott des Aus- und Einganges. Im übertragenen Sinne des Anfangs und des Endes. Der Gott Janus wurde dargestellt mit zwei Gesichtern, das nach zwei Seiten blickt, nämlich vorwärts und rückwärts. Eines blickt in Richtung Vergangenheit und eines mit Blick auf die Zukunft.



3. Der Schutzengel für Januar

Der Schutzengel für Januar ist Haniel. Seine Themen sind Anmut und Gelassenheit. Haniel bringt Schönheit und Harmonie in unser Leben. Er gibt uns innere Kraft, stärkt die innere Ruhe und hilft bei öffentlichen Auftritten. Er hilft uns ebenfalls, das Wesentliche zu erkennen. Diese Hilfe geht soweit, dass sich Hellsichtigkeit in uns entwickeln kann. Er vermittelt uns auch die Kräfte von vergessenen Heilmitteln, insbesondere derer, die durch Mondenergie wirken.



4. Der Januar aus astrologischer Sicht betrachtet

Im Januar dominiert das Tierkreiszeichen bzw. Sternzeichen des Steinbocks. Es beginnt am 21.12. und endet am 20.01. Vor dem Steinbock war das Sternzeichen des Schützens. Das bedeutet, wir hatten es vorher mit einer Feuerenergie zu tun. Der Schütze geht nach außen und sucht nach neuen Erfahrungen, um sich weiter zu entwickeln und zu wachsen. Er sucht nach Expansion. Der Steinbock dagegen geht nach Innen und verarbeitet die Erfahrungen und nährt sich über seine innere Fülle. Der Januar bringt dadurch folgende Themen zum Vorschein:

- **Nach innen gehen**
- **Hingabefähigkeit**
- **Zuhören und Aufnehmen**
- **Konzentriert vorgehen**
- **Innere Stabilität stärken durch Selbstanerkennung**
- **Eigenen Maßstäben folgen**
- **Verbissenheit loslassen und innerer Weisheit folgen**
- **Mit Geduld und Ausdauer Ziele angehen**
- **Übergeordnete Ziele anstreben**
- **über das Materielle hinausdenken**
- **Sich am Leben und an kleinen Dingen erfreuen**

Die Schwäche kann sich in einer allzu großen Passivität zeigen und darin, Schwierigkeiten mit Veränderungen zu haben bzw. diese zuzulassen. Im Januar können uns in Bezug auf das Neue vermehrt Gedanken aufsuchen, die mit Zweifeln und Ängsten zu tun haben. Dies geschieht, weil das Neue seinen Wert noch nicht erwiesen hat. Die Lebensfreude kann sehr stark beeinträchtigt werden, wenn wir zu sehr klammern, festhalten, unflexibel oder nicht spontan sind. Ebenso, wenn wir zu hart mit uns oder mit anderen umgehen. Dadurch verlieren wir nicht nur die Freude, sondern wir entziehen unserer Seele auch jede Form von Nahrung.

Zum 21.01. sind nach dem inneren Rückzug das Handeln und Machen wieder wichtig. Wenn wir dem folgen, können wir große Freude aus den Möglichkeiten schöpfen. Die Aufgabe besteht dann wieder darin, die Dinge in Gang zu setzen und umzusetzen, also etwas zur Entfaltung zu bringen.

5. Wie wir im Januar die Mondphasen für Ziele und Wünsche nutzen können



Abnehmender Mond

Er steht für das Loslassen, für Trennung, Abschied, Vergänglichkeit, Entfernen, Verlassen usw. Die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit sind erhöht. Das wirkt sich auf unser Gelingen aus, denn vieles gelingt einfacher und besser, als sonst. Die Zeit eignet sich, um Ordnung zu schaffen, loszulassen und sich zu reinigen. In der Phase nach dem Vollmond bis zum Neumond kommt viel Unbewusstes hoch. Dies geschieht im positiven aber auch im herausfordernden Sinne. Wir können uns in dieser Zeit bewusst machen, was wir zum Neumond loslassen möchten. Zum Neumond hin können wir viel leichter loslassen, uns reinigen und Neuanfänge ins Leben rufen und unsere innere Visionen leben!

- **Neumond: Mittwoch, den 17.01. um ca. 03:17**

Er steht für den Neuanfang, für aufbrechendes Wachstum und für den Start von Zielen und unserer Pläne. Ideen, können in dieser Zeit sehr gut umgesetzt und verwirklicht werden. Wir können Neues wagen, neue Menschen kennenlernen, Bewerbungen starten, Vorstellungsgespräche führen usw.

Besonders gut lassen sich mit dem Januar-Neumond folgende Energien loslassen:

- | | |
|------------------|-------------------------------------|
| ✗ Misstrauen | ✗ Leistungsdruck |
| ✗ Zweifel | ✗ Unentschlossenheit |
| ✗ Inflexibilität | ✗ Ängste zu versagen |
| ✗ Unspontanität | ✗ Schwerfälligkeit |
| ✗ Starrheit | ✗ negative und destruktive Gedanken |
| ✗ Gefühlskälte | ✗ Dominanz oder Herrschsucht |
| ✗ Pedanterie | ✗ Berechnung |
| ✗ Härte | ✗ Zwänge |
| ✗ Verbissenheit | ✗ Perfektionismus |



Zunehmender Mond

In der Phase nach dem Neumond ernten wir die Samen, die wir gesetzt haben. Wir sind, wie der Mond in der Aufnahme- und Empfangsphase. Diese Zeit bringt alle Samen zum Erblühen, die wir gesetzt haben. Es kann aber auch sein, dass die Ernte noch einen weiteren Mondlauf benötigt. In der Zeit bis zum Vollmond sind wir in einer erhöhten Sensibilität und wir haben zu lernen, bei uns zu bleiben. Das heißt, durch unsere Empfangsbereitschaft sind wir offen für Vieles und wenn wir nicht in unserer Kraft sind, kann es sein, dass wir Dinge aufnehmen, die uns nicht gut tun und uns am Weitergehen hindern.

Der Vollmond steht für die Entwicklung, für das Wachstum, die Aufnahme, die Planung und Veränderung. Alles was zu Neumond entschieden oder begonnen wurde, kann sich jetzt entfalten und langsam zur Reife kommen. Es ist eine sehr kraftvolle Phase. Sie stärkt, ist aufbauend und macht uns widerstandsfähig. Es ist daher auch eine sehr gute Zeit für Verträge, Geldgeschäfte oder Verhandlungen.

Die Zeit eignet sich ebenfalls für Menschen, die krank sind oder Beschwerden haben, denn in dieser Zeit lassen sich unsere Selbstheilungskräfte viel leichter als sonst aktivieren.

- **Vollmond: Dienstag, den 02.01. um ca. 03:24**

Er steht für das vollendete Wachstum, also für Reife und für die Verwirklichung. Alles, was wir verdrängt und nicht ausgelebt haben, bricht jetzt hervor. Daher gibt es oft zu Vollmond viele Menschen, die aggressiv oder stimmungsgeladen sind. Viele verspüren Aggressionen in sich oder fühlen ihre Sexualität besonders stark. Andere haben verstärkt Zugang zu anderen Sphären, helllichtige Träume oder Visionen. Die Zeit des Vollmondes bietet eine gute Chance, um seelische Konflikte und psychosomatische Störungen zu erkennen und zu bewältigen.

Besonders gut lassen sich mit dem Januar-Vollmond folgende Energien aufnehmen oder realisieren:

- | | |
|-----------------------|---------------------------------|
| ✘ Ausdauer | ✘ Übergeordnete Sichtweise |
| ✘ Geduld | ✘ Verantwortungsbewusstsein |
| ✘ Ziele | ✘ Grenzen setzen |
| ✘ Motivation | ✘ Seriosität |
| ✘ Ernsthaftigkeit | ✘ Ruhm und Erfolg |
| ✘ Einsatzbereitschaft | ✘ Struktur |
| ✘ Respekt | ✘ Organisation |
| ✘ Achtung | ✘ Selbstannahme und Anerkennung |



6. Kleine Januar-Mediation

Setze oder lege dich bequem hin. Schließe deine Augen und werde dir der Dunkelheit bewusst. Nimm deinen Atem wahr und spüre wie du gleichmäßig ein- und ausatmest. Atme mehrmals tief ein und aus und lasse alles los, was dir Gedanken oder Sorgen macht.

Richte deine Aufmerksamkeit nach innen und höre in deinen Körper hinein. Was nimmst du wahr? Nehme deine Empfindungen wahr. Und während du das machst, wirst du immer ruhiger und entspannter.

Richte jetzt deine Aufmerksamkeit in dein Herz und nehme deinen Herzschlag wahr. Dein Herz ist dein Zentrum, deine Heimat. In deinem Herzen existieren alle Zyklen der Jahreszeiten. Dein Herz schlägt im Rhythmus der Natur. Genau wie die Natur im Winter still und leiser wird, passt auch dein Herz sich an diesen Rhythmus der Stille und Ruhe an. In der Natur ist der Boden von Mutter Erde hart und kalt. Dennoch liegen in dieser dunklen Wintererde viele Geheimnisse und Wunder verborgen. Tief unten befinden sich viele Samen, die nur auf das Frühjahr warten und darauf, von der warmen Sonne geweckt zu werden.

Auch in deinem Herzen befinden sich viele solcher Samen. Es sind Samen, die du vor langer Zeit gesetzt hast und die noch ins Licht möchten. Du hast jetzt die Gelegenheit, dir die Samen im Einzelnen anzuschauen. Betrachte dazu jeden einzelnen Samen. Mache dir bewusst, um welche Saat es sich handelt und wie es sein wird, wenn die Samen aufgehen, wachsen und gedeihen. Was wird die Sonne ans Licht bringen und wie wird deine Ernte sein?

Du hast auch die Möglichkeit jetzt noch weitere Samen in dein Herz zu setzen. Überprüfe, welche Samen du noch in dein Herz setzen möchtest und pflanze sie liebevoll in dein Herz hinein. Liebevolle Gedanken nähren die Saat in deinem Herzen und lassen sie wachsen und reifen. Aufmerksamkeit und Annahme geben deinen Samen den Dünger, den sie brauchen, um kräftig und stark ins Leben zu treten. Nähre deine Saat mit deiner Liebe und deinem Licht und freue dich auf deine künftige Ernte.

Löse dich jetzt bitte von den inneren Bildern und kehre mit deinem Bewusstsein wieder zurück. Nimm deinen Körper bewusst wahr und nimm Kontakt zu deinem Atem auf. Spüre deinen Körper und bewege ihn. Recke und strecke dich und öffne ganz behutsam und in deinem Tempo deine Augen und sei wieder im Hier und Jetzt.

Audio-Link auf Webseite: <http://www.united-spirit-center.com/15.0.php>



Hinweis:

Wer eine weitere Unterstützung im Januar benötigt, erhält diese vom himmlischen Lichtwesen „der Ziele und Wünsche“ <http://www.united-spirit-center.com/17.3.php>

Autorin

Sylvia Reifegerste

Lange Heide 5

21444 Vierhöfen

www.united-spirit-center.com

Email: info@united-spirit-center.com