



**Der November gehört zu den Herbstmonaten und unterliegt dem übergeordneten Thema:**

■ **Sterben und Wiedergeburt, das Alte verabschieden und das Neue zulassen.**

Die dunkle Zeit hat begonnen. Wir sind nun aufgefordert, das Alte zu verabschieden, damit das Neue in unser Leben treten kann.

Wir tauchen in die tiefsten Bereiche des Seins ab und verarbeiten dort alle Eindrücke, die wir bisher gemacht haben. Wir machen eine innere Bilanz um zu ergründen, wo wir stehen. Je nachdem, wie das Ergebnis ausfällt, drückt sich dies in unserem Befinden aus. Das ist eine sehr tiefe Zeit, denn in diesem Monat können wir zu den dunkelsten Bereichen unseres Seins hinab tauchen und zu längst vergessenen oder verdrängten Anteilen und Schätzen Kontakt aufnehmen.

**Jeder Monat hat eine bestimmte Qualität und Aufgabe für uns**

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



### **1. Die Themen für November sind:**

Mit dem November beginnen die grauen, trüben Tage und die Landschaft wird von Nebelschwaben verdeckt. Die letzten Blätter werden durch teils heftige Stürme von den Bäumen gefegt. Es ist der Monat der Vergänglichkeit, des Sterbens und der Rückbesinnung.

Wir folgen der Natur und begeben uns nach innen. So wie die Natur sich mehr zurückzieht, können wir in die tiefsten Bereiche unseres Seins hinabsteigen. Dinge, die wir tief in unserem inneren vergraben oder geheim gehalten haben, kommen jetzt zum Vorschein. Es ist eine Zeit in der wir besonders guten Kontakt zu unseren Unbewussten aufnehmen können.

Die Themen für November sind: Verslossenheit, Unbewusstes und Geheimnisse, die Geheimnisse des Lebens mit einschließend. Es ist eine Zeit des ewigen Stirb und Werde. Aus dem Inneren können sich jetzt gewaltige Energien freisetzen und wir haben einen guten Zugang zu unserem Machtpotential. Diese Energien können - wie ein gewaltiger Herbststurm die Blätter- den Geist und die Herzen unserer Mitmenschen durcheinanderwirbeln.



## **2. November - Herkunft:**

Der November ist der elfte Monat des Jahres im Gregorianischen Kalender. Im römischen Kalender war der November ursprünglich der neunte Monat (lat. novem = neun). Im Jahr 153 v. Chr. wurde der Jahresbeginn allerdings um zwei Monate vorverlegt, so dass die direkte Namens- und Zählbeziehung entfiel.

Alte deutsche Namen für den November sind Windmond (eingeführt von Karl dem Großen im 8. Jahrhundert), Wintermonat und Nebelung. In den Niederlanden wurde der Monat auch Schlachtmond oder Schlachtemonat genannt, da zu dieser Zeit das Schlachten der Schweine üblich war. Aufgrund der zahlreichen Anlässe des Totengedenkens trägt der November auch die Bezeichnung Trauermonat.

Im Kirchenjahr gilt der November als ein Monat der Besinnung und des Gedenkens. Allerheiligen gedenkt die römisch-katholische Kirche aller ihrer Heiligen, dieser Gedenktag wird immer am 1. November begangen. Darauf folgt am 2. November Allerseelen, an dem die römisch-katholische Kirche der Verstorbenen gedenkt. Der 11. November ist der sog. Martinstag, ein Festtag der römisch-katholischen Kirche zu Ehren ihres Heiligen Martin von Tours. Der Volkstrauertag fällt immer zwei Sonntage vor dem 1. Advent und ist der Gedenktag für die gefallenen deutschen Soldaten der beiden Weltkriege. Am Mittwoch zwischen Volkstrauertag und Totensonntag liegt der Buß- und Betttag, ein Feiertag der evangelischen Kirche, an welchem man sich wieder mehr Gott zuwenden soll. Einen Sonntag vor dem 1. Advent liegt der Totensonntag, an dem die evangelische Kirche der Verstorbenen gedenkt.



## **3. Der Schutzengel für November**

Der Schutzengel für November ist der Erzengel Barbiel. Er ist als Schutzengel für den besonderen Schutz sowie für die innere Gelassenheit und die Weisheit zuständig. Barbiel ist ein Engel der Unabhängigkeit, Gerechtigkeit und des Wandels. Wenn wir im Dunkeln tappen, uns im Kreise drehen, können wir ihn bitten uns Licht zu schicken, um wieder klarer zu werden. Wir können ihn ebenfalls bei allen Transformationen um Unterstützung und ebenfalls um die geistigen Gaben der Unabhängigkeit, Ehrlichkeit und Offenheit bitten.

Seine Lichtkraft hilft uns wieder in unsere Mitte zu kommen, bewusst zu sein und die Dinge klarer zu sehen. Der Engel der Erneuerung, des großen Wandels lenkt uns mit seiner sanften Stimme auf einen Weg der Vernunft.

Barbiel ist außerdem der Schutzengel der Kinder.

Seine Botschaft lautet: „Du bist ein Lichtträger und du bist vollkommen. Trage dein Licht nach draußen. Je purer du bist, desto stärker strahlt dein Licht.“



#### 4. Der November aus astrologischer Sicht betrachtet

Im November dominiert das Tierkreiszeichen bzw. Sternzeichen des Skorpions. Es beginnt am 24.10. und endet am 22.11. Vor dem Skorpion hatten wir es mit dem Lufterelement (Waage) zu tun. Die Waage geht nach außen und sucht die Geselligkeit. Der Skorpion geht nach innen, und taucht in die tiefsten Bereiche des Seins ab. Er verarbeitet dort alle Eindrücke, die bisher gemacht wurden. Es wird eine innere Bilanz gemacht und ergründet, was einer Transformation oder Erneuerung bedarf. Das ist eine sehr tiefe Zeit, denn je nachdem wie diese Bilanz ausfällt, drückt sich dies in unserer Stimmung aus.

Der November bringt dadurch folgende Themen zum Vorschein:

- **Vollkommenheit**
- **Sein oder Nichtsein**
- **Hingabe**
- **Loslassen**
- **Transformation**
- **Stirb- und Werdeprozess**
- **Extreme loslassen**
- **Geheimnisse lüften**
- **Sich pur und offen zeigen**
- **Sich in die Karten schauen lassen**
- **Offen für Begegnung im außen zu sein**
- **Beurteilungen und Verurteilungen loslassen**
- **Sich im Spiegel des Umfeldes ehrlich anschauen**
- **Emotionen zulassen**
- **Harmonie in sich finden**
- **Inneren Frieden herstellen**
- **Perfektion und Kontrolle loslassen**
- **Lebenskrisen und Wandlungen**
- **Das Sein leben**

**Die Schwäche** kann sich in einer zu starken Beurteilung oder Verurteilung zeigen. Wenn wir uns zu stark nach „richtig oder falsch“ richten, sind wir nicht in der Ganzheit. Wir sehen die Dinge zu einseitig und lassen keine weiteren Schattierungen zu. Ebenso besteht die Gefahr, dass das Leben von Macht und Ohnmacht bestimmt wird.

**Zum 23.11.** haben wir es mit der Feuerenergie zu tun, die Sonne wechselt dann in den Schützen. Es ist die Zeit, die Erkenntnisse, die wir bisher erfahren haben, nach außen zu bringen. Wir verspüren den Drang zu wachsen und zu expandieren.

#### 5. Wie wir im November die Mondphasen für Ziele-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 07.11. um ca. 17:02**

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 November-Neumond folgende Energien loslassen:

- |                               |   |
|-------------------------------|---|
| ✘ <b>Machtgehab</b>           | ✘ <b>Sticheleien</b>                      |
| ✘ <b>Ohnmacht</b>             | ✘ <b>Kritik</b>                           |
| ✘ <b>Kontrolle</b>            | ✘ <b>Minderwert</b>                       |
| ✘ <b>Leid</b>                 | ✘ <b>Eifersucht</b>                       |
| ✘ <b>Im Sumpf wühlen Sich</b> | ✘ <b>Angst vor intensiven Gefühlen</b>    |
| ✘ <b>nicht zeigen</b>         | ✘ <b>Unduldsam</b>                        |
| ✘ <b>Perfektion</b>           | ✘ <b>Alles oder Nichts-Verhalten</b>      |
| ✘ <b>Rechthaberisch</b>       | ✘ <b>Negatives Denken</b>                 |
| ✘ <b>Dominanz</b>             | ✘ <b>Besitzergreifend</b>                 |
| ✘ <b>Selbsterstörung</b>      | ✘ <b>Zwänge</b>                           |
| ✘ <b>Festhalten, Klammern</b> | ✘ <b>Zweifel</b>                          |
| ✘ <b>Extremes Verhalten</b>   | ✘ <b>Mistrauen</b>                        |
| ✘ <b>Angriffslust</b>         | ✘ <b>Angst nicht angenommen zu werden</b> |
| ✘ <b>Zügellos</b>             | ✘ <b>Andere entlarven und bloßstellen</b> |
| ✘ <b>Rücksichtslosigkeit</b>  | ✘ <b>Unterdrückung</b>                    |
| ✘ <b>Zu stark im Kopf</b>     | ✘ <b>Fanatismus</b>                       |
| ✘ <b>Beherrschend</b>         | ✘ <b>Verlustängste</b>                    |
| ✘ <b>Manipulation</b>         | ✘ <b>Nicht verzeihen können</b>           |
| ✘ <b>Hinterlistig</b>         | ✘ <b>Rache</b>                            |
| ✘ <b>Minderwert</b>           | ✘ <b>Angst nicht genug zu sein</b>        |



### **Zunehmender Mond**

In der Phase nach dem Neumond ernten wir die Samen, die wir gesetzt haben. Wir sind, wie der Mond in der Aufnahme phase und empfangen. 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, das 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: Freitag, den 23.11. um ca. 06:39**

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, hellsichtige 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 November-Vollmond folgende Energien aufnehmen oder realisieren:

- |                          |                                       |
|--------------------------|---------------------------------------|
| ✘ Durchsetzungskraft     | ✘ Starke Regenerationskraft           |
| ✘ Starkes Machtpotential | ✘ Inneren Frieden schließen           |
| ✘ Höchste Transformation | ✘ Kompromisse eingehen                |
| ✘ Wandel                 | ✘ Andersartigkeit anerkennen          |
| ✘ Durchsetzungskraft     | ✘ Hingabe                             |
| ✘ Meinungsstärke         | ✘ Loslassen                           |
| ✘ Zäh und ausdauernd     | ✘ Intuition folgen                    |
| ✘ Mut                    | ✘ Selbstachtung                       |
| ✘ Powervoll              | ✘ Lebensfreude                        |
| ✘ Hoher Idealismus       | ✘ Leichtigkeit                        |
| ✘ Vollkommen             | ✘ Bewusstheit                         |
| ✘ Krisenbewältigung      | ✘ Klarheit                            |
| ✘ Konsequent             | ✘ Entschlossenheit                    |
| ✘ Verschwiegen           | ✘ Zielstrebigkeit                     |
| ✘ Vitalität              | ✘ Selbstliebe                         |
| ✘ Innere Harmonie        | ✘ Volles Energiepotential nutzen      |
| ✘ Diplomatie             | ✘ Selbstannahme                       |
| ✘ Wahres Sein            | ✘ Mit Tatenkraft Dinge in Gang setzen |
| ✘ Offenheit              |                                       |



### **6. Kleine November-Meditation**

Es folgt jetzt eine Meditation, mit der du deine innere Stimmung aufhellen kannst. Diese Lichtmeditation wirkt sich günstig auf die Grundstimmung aus. Suche die Farbe aus der nachfolgenden Farbtabelle aus, die du für deinen momentanen Gemütszustand benötigst. Du kannst die Übung natürlich auch mit mehreren Farben machen oder dir intuitiv eine Farbe wählen oder sie dir von deinem Höheren Selbst geben lassen.

Mache diese Übung immer, wenn du das Gefühl hast, dass du einen „Stimmungsaufheller“ benötigst, oder wenn du dich minderwertig, klein und ohnmächtig fühlst.

Schließe dazu bitte deine Augen und entspanne dich. Nimm deinen Atem wahr und spüre wie du gleichmäßig ein- und ausatmest. Atme mehrmals tief ein und aus und spüre, wie du immer mehr entspannst. Atme weiter tief ein und tief aus.

Verbinde dich jetzt mit deinem Höheren Selbst. Bitte dein höheres Selbst dir ein Licht in der Farbe zu schicken, oder wähle die Farbe, die du dir vorher ausgesucht hast. Schau dir das Licht an und stell dir nun vor, dass das Licht auf dich herabfließt.

Stell dir dazu vor, dass du unter einem Wasserfall aus purem Licht stehst. Das Licht des Wasserfalls fließt erfrischend auf dich herab und strömt in jede Zelle deines Körpers. Du nimmst die Kraft des Licht-Wasserfalles wahr. Obwohl du dich unter einem Lichtwasserfall befindest, fällt das Licht angenehm kraftvoll auf dich herab und hüllt dich wunderbar ein.

Lasse das Licht solange auf dich herabfallen, bis du wahrnimmst, dass sich jede Zelle deines Körpers mit diesem Licht aufgefüllt hat und dein gesamter Körper aus purem Licht besteht. Stelle dir dabei immer die genau die Farbe vor, die dir von deinem Höheren Selbst gegeben wurde oder, die du dir selber ausgesucht hast.

Falls du eine weitere Lichtfarbe benötigst, nehme ein weiteres Lichtbad mit der neuen Farbe und stelle dich erneut unter den Wasserfall.

Wenn du das Gefühl hast, dass du genug Licht getankt hast und sich dein Körper angenehm und wohligh fühlt, lasse die Bilder verblassen. Begebe dich mit deinem Bewusstsein wieder ins Hier und Jetzt und spüre nach. Du nimmst deinen Körper wahr und beginnst ihn zu strecken und zu recken. Öffne langsam und in deinem Tempo wieder deine Augen und verweile noch einen Moment.

Du kannst die kurze Lichtmeditation immer machen, wenn du das Gefühl hast, du brauchst eine kleine Aufhellung für deine Stimmung oder eine Stärkung. Du kannst dir auch morgens oder abends beim Duschen vorstellen, dass das Wasser, das über deinen Körper hinabfließt, eine bestimmte Farbe hat und jede Zelle deines Körpers auffüllt.

➡ **Im Anhang befindet sich ein kurzer Überblick über die Farben und die jeweilige Wirkung:**



**Hinweis:**

Wer eine weitere Unterstützung im November benötigt, erhält diese vom himmlischen Lichtwesen der „Verantwortung und Macht“

<http://www.united-spirit-center.com/17.3.php>

Autorin

Sylvia Reifegerste

Lange Heide 5

21444 Vierhöfen

[www.united-spirit-center.com](http://www.united-spirit-center.com)

Email: [info@united-spirit-center.com](mailto:info@united-spirit-center.com)

# Anhang: Farben und was sie bedeuten

Farbe	Anwenden bei:	Ergebnis nach Meditation
<b>Gelb -Gold</b>	Energieelos, Täuschung, Rachsucht, Pessimismus, Egoismus, Geiz und Neid, Mangelgefühl, sich arm fühlen	Energie, Licht, Heiterkeit und Freude. Sie steht auch für Wissen, Weisheit, Vernunft und Logik, Reichtum, Wohlstand.
<b>Orange</b>	Falsche Fülle, Zuviel des Guten, Unermesslich, Lebensfrust, Überdruß	Lebensfreude, Selbstvertrauen, Gesundheit, Öffnung, Glück, Kommunikation,
<b>Rot</b>	Aggressiv, aufgewühlt, Wut, Zorn, cholerisch, Unruhe, Gewalt, aufbrausend,	Lebenskraft, Vitalität, Power, Kraft, Mut, Liebe, Sexualität, Handlungskraft, Risikobereitschaft
<b>Grün</b>	Müdigkeit, Erschöpft, Stagnation, Stillstand, Gleichgültigkeit, ängstlich, unsicher,	Sicherheit, Wachstum, Harmonie, Heilung, Hoffnung, Großzügig, Neuanfang,
<b>Türkis</b>	Kühl, distanziert, reserviert, innerlich leer und ausgelaugt, keinen Kontakt zu sich (und anderen), Angst vor Nähe	Klarheit, Bewusstheit, Achtsamkeit, Offenheit, Freiheit, Wachheit, innere Frische und Reinigung
<b>Blau</b>	Depressiv, blauäugig, unrealistisch, kühl, unnahbar, melancholisch, nachlässig	Ruhe, Geduld, Kühle, Treue, Vertrauen, Schönheit, denkt Blutdruck, stillt Blutungen,
<b>Violett/ Lila</b>	Stolz, Arroganz, unmoralisch, schwarze Magie, Machtmissbrauch, ohnmächtig	Intuition, Inspiration, Magie, Sensitivität, Hell- Sehen, Fühlen, -Hören, Spiritualität, geistige Öffnung
<b>Pink /Fuchsia</b>	Snobismus, Undankbarkeit, Selbstaufgabe, Mitleid,	Sanftmut, Dankbarkeit, Mitgefühl, Toleranz, Hingabe
<b>Weiß</b>	Überempfindlich, reserviert, Opfer, schuldig fühlen	Unschuld, Reinheit, Klarheit,
<b>Schwarz</b>	Trauer, Bedrohung, Machtmissbrauch, Schock, Verlustangst,	Macht, Würde, Autorität, Charakterstärke, Verantwortung
<b>Grau</b>	Betrübt, innere Leere, eintönig, Lebensangst, Langeweile, unsicher, vorsichtig, zaghaft	Neutral, Kompromissbereitschaft, Anpassung, Zurückhaltung

