



# Neumond Ritual

ANLEITUNG

SABINE AESCHT

Der Begriff „**Neumondritual**“ beschreibt eine bewusste Praxis, die rund um die Zeit des Neumonds durchgeführt wird. Der Neumond steht für Neuanfänge, Klarheit, innere Einkehr und die Möglichkeit, neue Absichten und Ziele zu formulieren. Ein Neumondritual dient dazu, den energetischen Neustart dieser Mondphase zu nutzen und bewusst frische Impulse in dein Leben einzuladen.

Hier ist eine vertiefte Erklärung mit einer erweiterten und detaillierten Version eines Neumondrituals:

### **Bedeutung des Neumonds:**

- Der Neumond symbolisiert **Neubeginn, Reflexion** und das **Setzen neuer Absichten**.
- Er repräsentiert energetisch den **Nullpunkt**, an dem Altes abgeschlossen wird und Raum entsteht für Neues.
- Diese Zeit eignet sich besonders gut, um bewusst Veränderungen anzustoßen und Visionen klar zu definieren.

### **Wirkung und Nutzen des Rituals:**

- **Klärung innerer Wünsche:** Hilft dir, deine wahren Bedürfnisse zu erkennen.
- **Energieausrichtung:** Deine Gedanken und Gefühle bewusst auf neue Ziele ausrichten.
- **Bewusstes Loslassen:** Altes bewusst verabschieden, um Raum für Neues zu schaffen.
- **Manifestation:** Deine Wünsche und Visionen gezielt manifestieren und unterstützen

### **Ein kraftvolles Neumondritual (Schritt für Schritt)**

#### **1. Vorbereitung:**

- Suche dir einen ruhigen Ort, an dem du ungestört bist.
- Richte den Raum schön her, z.B. mit einer Kerze, Kristallen, Räucherwerk (Salbei, Palo Santo, Weihrauch) oder Blumen, die für Erneuerung stehen.
- Papier und Stift bereithalten, um deine Gedanken und Absichten niederzuschreiben.

#### **2. Einstimmung:**

- Setze oder lege dich bequem hin.
- Atme bewusst und tief ein und aus, komme zur Ruhe und fühle dich im Hier und Jetzt verankert.
- Visualisiere den Neumond über dir als einen dunklen, klaren Himmel, der bereit ist, deine Wünsche und Intentionen aufzunehmen.

#### **3. Reflexion und Loslassen (optional, aber kraftvoll):**

- Schreibe auf ein Blatt Papier, was du hinter dir lassen möchtest:
  - Alte Gewohnheiten
  - Negative Glaubenssätze
  - Emotionale Blockaden oder belastende Erinnerungen
- Lies dies bewusst durch, spüre, wie du dich davon verabschiedest, und verbrenne oder zerreiße das Papier symbolisch als Zeichen des bewussten Loslassens.

#### 4. Absicht formulieren und manifestieren:

- Jetzt schreibe klar und konkret auf ein neues Blatt, was du in dein Leben einladen möchtest:
  - Neue Gewohnheiten
  - Emotionale Zustände (z.B. mehr Frieden, Liebe, Vertrauen)
  - Ziele, Träume, Projekte oder Beziehungen, die du manifestieren möchtest
- Formuliere jede Absicht positiv, präzise und möglichst im Präsens („Ich ziehe Freude in mein Leben“, „Ich öffne mich einer erfüllenden Partnerschaft“, „Ich erkenne meine Talente klar und lebe sie aus“).

#### 5. Energetisches Verstärken deiner Absicht:

- Lies deine formulierten Wünsche laut vor, spüre dabei Dankbarkeit und Freude darüber, dass sie sich bereits erfüllen.
- Halte das Papier an dein Herz und stelle dir vor, wie das Licht des Neumondes dich durchdringt, deine Absichten mit Kraft und Klarheit versorgt und deine Wünsche in die Welt hinausträgt.

#### 6. Meditation und Visualisierung (empfohlen):

- Setze dich bequem hin, schließe deine Augen und meditiere für etwa 10–20 Minuten.
- Visualisiere klar, wie deine Wünsche und Ziele Realität werden. Je stärker und intensiver du fühlst, dass sie bereits Wirklichkeit sind, desto kraftvoller wirkt dein Ritual.

#### 7. Abschluss und Dankbarkeit:

- Bedanke dich innerlich oder laut beim Universum oder deiner inneren Führung dafür, dass deine Wünsche gehört werden und bereits in Erfüllung gehen.
- Lösche die Kerze und beende bewusst dein Ritual.

#### 8. Integration deiner Absichten:

- Bewahre deine aufgeschriebenen Absichten gut sichtbar auf oder lege sie an einen geschützten Ort.
- Lies sie dir während des kommenden Mondzyklus regelmäßig durch, um die Verbindung zu deinen Zielen aktiv zu stärken.

#### Empfohlene Materialien und unterstützende Hilfsmittel (optional):

- **Kristalle:** Bergkristall (Klarheit), Mondstein (Intuition), Amethyst (Transformation).
- **Ätherische Öle:** Lavendel (Beruhigung), Weihrauch (Klärung), Orange oder Zitrone (positive Energie).
- **Musik oder Klänge:** Entspannende Frequenzen oder ruhige Musik, die dich bei deiner Konzentration unterstützen.

#### Die Wirkung verstärken:

- Wiederhole dein Neumondritual regelmäßig an jedem Neumond, um deine Wünsche und Ziele kontinuierlich klar auszurichten.

- Beobachte bewusst, welche Veränderungen sich in deinem Leben zeigen, und passe deine Absichten entsprechend deiner Entwicklung an.

Dieses tiefgehende Neumondritual kann dir helfen, deine Intentionen gezielt und kraftvoll zu manifestieren und dein Leben bewusst in die gewünschte Richtung zu lenken.

Du kannst auch mit diesen Intentionen ein Despacho machen, in den Anden wird dies jeden Monat zu Neumond und Vollmond durchgeführt.