

Nieuwe Maan
Zet je Intentie
Akka - Magie van Moeder Aarde



INHOUD

Intentie zetten met Nieuwe Maan	3
De Cyclus van de Maan.....	3
Nieuwe maan fase	4
Intentie zetten.....	4
Zo zet je je intentie:.....	4
Jouw Intentie:.....	6

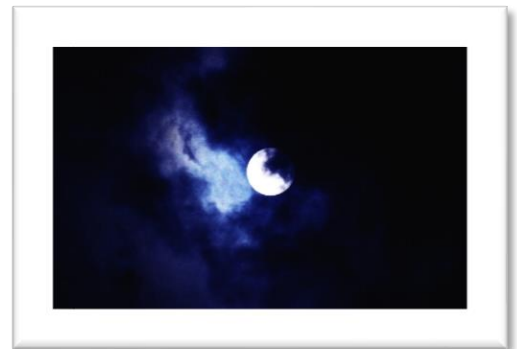


INTENTIE ZETTEN MET NIEUWE MAAN

Met nieuw maan is de energie van de maan, de energie op aarde en de energie in jou optimaal om je intentie te zetten, of wel om plannen te maken. Wanneer je tijdens deze maanfase plannen maakt en ze goed visualiseert dan heb je grote kans dat ze uitkomen. Voorwaarde hierbij is dat jij geloofd in je intentie, dat je geloofd dat jij het waard bent en je plannen niet ten koste gaan van een ander.

De Cyclus van de Maan

Een maancyclus beslaat ongeveer 28 dagen en tijdens deze cyclus zien wij steeds alleen deel van de maan dat door de zon verlicht wordt. In de oudheid vormden het leven van de mensen zich naar deze cyclus. Op volle maan dagen was er 's avonds licht en kon er wat gedaan worden, maar bij nieuwe maan was het donker en ging men vroeg naar bed. Zo ontstonden in die tijd de maan kalenders, gebaseerd op de maan cyclus en de seizoenen, de zon, deelde men het jaar in. Iedere maan kreeg zijn eigen naam, gerelateerd aan de periode van het jaar. Per dorp of stad konden deze namen verschillen. Helaas is deze kennis in de loop der tijden verloren gegaan.



De cyclus van de maan komen we in veel dingen tegen. Alles in het leven heeft te maken met een begin, groei, voltooiing, afname en rust, net als de cyclus van de maan. De maan vormt daardoor een spiegel van het leven.

De maan heeft veel invloed op het leven op aarde. De ritmes van de natuur, zoals eb en vloed, bewegen zich onder invloed van de maan. Maar ook het kiemen van zaden, de sapstromen in planten en de neerslag staan allemaal onder de invloed van de maan. Omdat de mens voor 65% uit water bestaat, heeft de maan ook invloed op de sapstromen van de mens.

Maar de maan is ook verbonden met ons onderbewuste en met ons verleden. Ze is verbonden met onze natuurlijke levensbron, de manier waarop we reageren vanuit ons instinct en onze intuïtie. Onbewust zijn we bij nieuwe maan wat depressiever en negatiever van gedachten. We zien dan meer beren op de weg.

Bij volle maan is het leven voller, onze gevoelens zijn sterker en onze energie is optimaal. We zitten dan vol positieve kracht, maar ook negatieve kracht kan zich dan sterker uiten. Kinderen zijn ook altijd drukker op volle maan dagen en veel mensen slapen slechter tijdens volle maan.

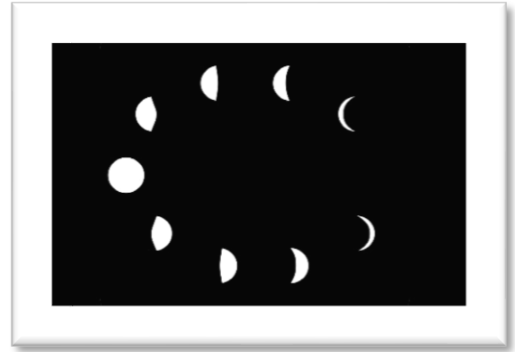
In de oudheid werd de maan verbonden aan godinnen. De oude Grieken verbonden de maan aan Artemis en de Romeinen verbonden haar aan Diana. Dat maakt dat de maan symbool staat voor de vrouwelijke energie, de goddelijke vrouwelijke energie.



Nieuwe maan fase

De maan doorloopt 8 fasen, namelijk nieuwe maan, wassende maan, eerste kwartier, verder wassende maan, volle maan, afnemende maan, laatste kwartier en verder afnemende maan.

Bij de nieuwe maan fase is se maan niet zichtbaar aan de hemel. Het is buiten donder, er is geen licht van de maan om je bij te schijnen. En misschien heb je het al gemerkt, met nieuwe maan heb je minder behoefte aan mensen om je heen. Je hebt meer behoefte aan stilte en rust. Dat komt doordat de energie van de maan op haar laagst is en daarmee ook jouw energie. Je bent gevoeliger voor negatieve gedachten.



Daarom is het met nieuwe maan verstandig om de stilte om je heen en in jezelf op te zoeken. Een goede dag om de natuur in te gaan of om eens (extra) te mediteren. Luister met nieuwe maan naar je innerlijke stem en voel wat je echt wilt, waar je naar verlangt.

Het is ook de perfecte dag om te vasten om zo je lichaam en geest te reinigen. Eet op die dag bijvoorbeeld alleen groente en fruit en laat brood, vlees en zoetigheden even liggen. Zo belast je je lichaam minder en geeft je je darmen de kans om even tot rust te komen.

Intentie zetten

Nieuwe maan is ook de periode om je intenties voor de komende periode te zetten en zo je plannen waar te maken. Daarmee geef je jezelf een doel om te bereiken en iets om naartoe te leven. Je zet iets krachtig neer waar je naartoe gaat werken.

Zo zet je je intentie:

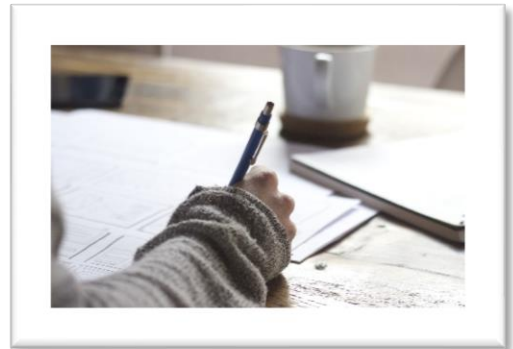
1. Zorg dat je de tijd hebt en dat je niet gestoord kan worden. Je moet je je kunnen ontspannen en even niet aan andere mensen en dingen (hoeven) denken. Zoek een fijne plek waar je een poosje ongestoord kan zitten.
2. Pak pen en een mooi vel papier en wat lekkers te drinken. Ga ontspannen zitten, steek nog een kaars en wierook aan of zet een fijn muziekje op. Maak het gezellig en fijn voor jezelf.
3. Doe een ontspanningsoefening of mediteer. Zorg dat je je lichamelijk en geestelijk ontspant. Je gaat je alleen focussen op het zetten van je intentie en al het andere laat je los totdat je helemaal klaar bent met het zetten van je intentie.
4. Sluit je ogen en ga voelen wat je de komende weken of het komende jaar echt wil bereiken en schrijf dat op. Wees gedetailleerd, want details zijn in dit proces heel belangrijk. Schrijf ook op hoe je je zou voelen wanneer je dat bereikt heb. Je mag beginnen met iets kleins om het te proberen. Volgende nieuwe maan kan je het proces herhalen. Is schrijven niet jou ding, ga dan tekenen. Kies een manier die bij je past.
5. Bedenk welke stappen er nodig zijn om dit te bereiken. Schrijf ze op en voel met elke stap wat het met je doet. Wat kan je de komende week al doen en wat later?



6. Lees voor jezelf hardop (als dat kan) voor wat je hebt opgeschreven en ga echt voelen welke gevoelens het in je losmaakt Geef deze gevoelens de ruimte. Sta jezelf toe ze echt te voelen
7. Nu ga je het loslaten en weg leggen op een plek waar je het de komende tijd niet gaat zien. Geef het over aan het universum en ga ervaren wat er gaat gebeuren. Wees alert op wat er op je pad komt.

Je hebt het proces in werking gezet en nu moet je erop vertrouwen dat het goed gaat komen. Hoe meer je hierin vertrouwd, hoe groter de kans dat het uitkomt.

Is de uitkomst niet zoals je verwacht? Misschien ben je dan niet gedetailleerd genoeg geweest. Het kan ook zijn dat het iets is wat je eigenlijk helemaal niet wil of dat de intentie niet goed was. En dan is er nog de mogelijkheid dat je iets wil dat ten koste gaat van een ander. Ga maar eens bij jezelf wilde je het echt of wilde je het omdat het zo leuk leek of omdat die ander het ook heeft?



Wanneer alles klopt en de intentie helemaal uit jouw komt en recht uit je hart, dan heb je het vertrouwen dat gaat komen wat komen moet. Dan komt wat komen moet. Misschien niet in de vorm die jij voor ogen had, soms komt het namelijk in een andere vorm die beter bij jou past. Wees je daar ook bewust van.

Heb vertrouwen dat komen gaat wat komen moet.

Veel plezier met het zetten van jouw , mooie intentie.

Liefs,

Sachig



© Akka Sacha's Wereld vol Magie 2019

Sacha Franke

www.akka-natuurvoeding.nl

Info@akka-natuurvoeding.nl

