



zunehmender Mond in Zwillinge - aufsteigend

im Zeichen seit Di., 19.01.2016, 10:13



Der zunehmende Zwillingemond ist geprägt von Kurzweiligkeit und Sprunghaftigkeit. Spontane Unternehmungen, Gespräche über Gott und die Welt empfinden Sie als angenehme Impulse. Schwermütigkeit und Beständigkeit hingegen sind dieser Tage ein Grauel.



Nächster Vollmond
So., 24.01.2016, 02:47



Wechsel in Krebs
Do., 21.01.2016, 14:28

Mondpause
ab Do., 21.01.2016, 09:00

Tagesmerkmale

Element



Luft

Heute steht der Mond in einem Luftzeichen (Mond in Zwillinge, Wassermann oder Waage). Ihr Geist läuft an Lufttagen auf Hochtouren, Sie sind geselliger Natur und suchen das Gespräch. Lufttage sind auch Licht- und Blütentage.

Qualität



Licht

An Luft- oder auch Lichttagen scheint es heller zu sein als sonst, und auch der Wind weht an diesen Tagen öfter einmal kräftig. Wäsche und Farbe trocknet schneller und die frische Luft tut uns besonders gut.

Pflanzenteil



Blüten

An Lichttagen dankt uns unser Körper vor allem den Verzehr von Blüten-Früchten wie Blumenkohl, Brokkoli, Artischocken. Aber auch Kräutertees und Holunder, Hagebutten, Brombeeren werden besonders leicht angenommen. Beim Gärtnern sollten Sie sich heute auf alle Blütenpflanzen konzentrieren.

Essen



Fett

Vor allem auf Fett reagiert der Körper heute besonders. Vermeiden Sie grundsätzlich tierische Fette, diese setzen schneller an als sonst und werden schwerer verwertet. Es entsteht leicht Völlegefühl bei fettreicher Ernährung. Wählen Sie besser pflanzliche Fette.

Körper, Geist und Seele



Organe

Drüsensystem

Körperzonen

Schultern, Lungen, Arme

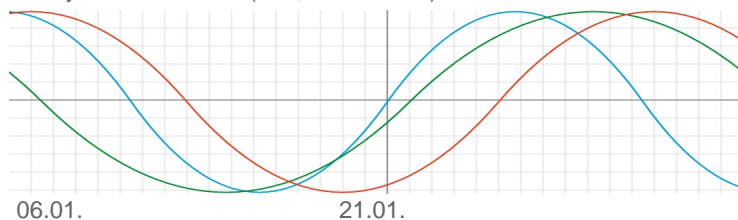
Der Körper freut sich über:

Atemübungen, Gibberish-Meditation

Yogaübungen:

Kriegerposition 1,
Ellenbogenschwung, Kamel,
zusammengerolltes Blatt

Biorhythmus von Susi (Mo., 02.04.1984)



0 Körper

Heute verfügen Sie über eingeschränkte körperliche Energiereserven. Die eine oder andere körperliche Betätigung könnte Ihnen schwerer fallen.

-18 Geist

Geistig nicht auf der Höhe. Es fällt Ihnen heute schwerer als sonst, die richtigen Worte zu finden. Wichtige Entscheidungen sollten Sie besser verschieben. Ihr Verstand könnte sich heute etwas "von der Rolle" zeigen, er ist in einem instabilen Zustand.

-90 Seele

Emotionales Tief. Ihre Gefühle sind zwar stabil aber nur sehr gering vorhanden. Sie sind in sich gekehrt und fühlen sich möglicherweise einsam. Ihren Mitmenschen gegenüber nehmen Sie vermehrt eine passive Haltung ein.

Ernährung

Tagesqualität

Vermeiden Sie fette Nahrungsprodukte, bei zunehmendem Mond werden diese besonders gut aufgenommen (und behalten). Auch Süßigkeiten und übermäßiger Genuß erschweren den Stoffwechsel

Diät

Schlecht geeignet für eine Diät, der Körper nimmt Nährstoffe vermehrt auf

Garten

Pflanzen ernten (baldiger Verzehr)

Ernten Sie heute Blütenpflanzen und Gemüse zum baldigen Verzehr.

Pflanzen pikieren

Dieser Tag eignet sich gut, um Pflanzen zu pikieren

Pflanzen säen

Säen Sie jetzt Blütenpflanzen. Dazu gehören sämtliche Blumen und Blumenzwiebel, außerdem Brokkoli, Artischocken, Blumenkohl, Raps etc.

Pflanzen düngen

Bei zunehmendem Mond sollten Sie generell nicht düngen

Pflanzen gießen

Gießen Sie heute keine Pflanzen, Schädlingsgefahr!

Pflanzen umtopfen

Sie sollten heute keine Pflanzen umtopfen

Pflanzen zuschneiden (normal)

Bei zunehmendem Mond sollten Sie generell keine Pflanzen zurückschneiden

Unkraut jäten/Schädlingsbekämpfung

Der zunehmende Mond ist zum Unkraut jäten generell ungeeignet

Gesundheit

Sport (Allgemein)

Egal was Sie heute machen, verlegen Sie Ihr Sportprogramm heute an die Frische Luft. Ihre Lungen werden es Ihnen danken.

Sport (Krafttraining)

Bei zunehmendem Mond ist der Muskelaufbau begünstigt. Den Zwillingen sind die Lungen, Brust und Arme zugeordnet, trainieren Sie heute diese Bereiche, Sie werden von den positiven Ergebnissen begeistert sein.

Sport (Ausdauertraining)

Dies ist ein geeigneter Tag um Fitnesssport zu machen. Der Körper hat viel Energie und Kraft.

Operationen

Vermeiden Sie unbedingt Operationen, besonders an Lungen oder Brust

Haarpflege

Haare färben/tönen

Farbe hält lange, wächst aber schneller heraus

Haare schneiden (schnell wachsend)

Haare wachsen schneller, werden dünner und glatter

Haushalt

Lüften

Diese Tage sind günstig, um die Wohnung lange zu durchlüften

Allgemein

Verschieben Sie Ihre Arbeiten im Haus besser auf abnehmenden Mond

Haustierkäfig reinigen

Reinigen Sie heute den Haustierkäfig, es geht leichter von der Hand

Abwasch

Verschieben Sie den Abwasch besser auf einen Feuchtigkeitstag (Mond in Krebs, Skorpion oder Fische)

Schimmel entfernen

Entfernen Sie heute auf keinen Fall Schimmel. Dieser kehrt schnell wieder zurück

Körperpflege

Allgemein

Guter Tag für Körperpflege, besonders die Haut nimmt Pflegestoffe gut auf

Hautpflege (aufbauend)

Bei zunehmendem Mond nimmt die Haut aufbauende Pflegestoffe gut auf.

Enthaarung

Bei zunehmendem Mond wachsen Haare schnell nach. Verschieben Sie die Enthaarung am besten auf einen Neumond oder abnehmenden Mond in Stier oder Steinbock

Hautpflege (Unreinheiten, Warzen)

Verschieben Sie die Behandlung von Hautunreinheiten, Hautstörungen oder Warzen auf abnehmenden Mond

Sonnenbaden/Sonnenschutz

Vermeiden Sie bei zunehmendem Mond Sonnenbäder, sorgen Sie für Sonnenschutz. Vorsicht vor Sonnenbrand.