

- Fokus kalender -

ET ÅR MED PERSONLIG UDVIKLING

Løven

23. JULI - 22.AUGUST



LIVSREDSKABER

- Fokus kalender -

FOR PERSONLIG UDVIKLING

Intro

Astrologi har været en del af mit liv, så længe jeg kan huske.

At lære horoskoperne at kende, har givet mig bevidsthed om mine kerneværdier – først hos mig selv og siden hos andre.

Jeg nyder at følge med i den aktuelle astrologi og fordyber mig i stjernetegn og planeters betydning gennem apps, podcasts, bøger og sociale medier. Jeg deler løbende inspiration fra dygtige astrologer, som jeg selv værdsætter, samt links og anbefalinger sidst i hvert kapitel.

Min vinkel er opstået ud fra eget behov. Med al den viden og information, har jeg manglet redskaber til at få det ned på handlingsniveau, har manglet en struktureret tilgang til at kunne følge de aktuelle astrologiske sæsoner, deres værdier og fokusområder - Et **Livredskab** til at dykke ned i de månedlige temaer som stjernetegnene bringer, for på den måde at kunne bruge det som redskab i skiftene gennem året og sådan opstod **Fokus kalenderen**.

De 12 stjernetegn er nemlig ikke kun relevante for dig med det aktuelle tegn (fx Stenbuk), men kan også give indsigt, hvis du har tegnet som måne eller ascendant. At læse med kan samtidig give en bedre forståelse af mennesker omkring dig, der har fx Stenbuk tæt på. Stjernetegnet er dog kun én brik i et større puslespil – vi rummer alle kvaliteter fra de øvrige tegn og planeter, hvilket gør os unikke.

Tegnenes temaer påvirker desuden den fælles stemning, som vi alle kan bruge bevidst og som en styrke.

Tak fordi du læser med, håber at du finder det brugbart

<3 Rigtig god fornøjelse <3

Du er velkommen til at dele og printe kapitlerne, de kan med fordel printes med 2s pr. ark (A5)

- Fokus kalender -

FOR PERSONLIG UDVIKLING

Løven som stjernetegn (Soltegn)

Stjernetegnet kaldes også Soltegn, da det var her solen stod på fødselstidspunktet. Soltegn handler om den grundlæggende personlighed, kerneidentitet og livsenergi.

Løven

23. JULI - 22. AUGUST

Løven har en naturlig evne til at inspirere og løfte andre med sin energi, gavmildhed og selvtillid. Du nyder at være social, skabe gode oplevelser og bringe glæde til dem omkring dig og har en evne til at lyse op i et rum. Du trives, når du bliver set og anerkendt for den, du er.



Som Løve har du et naturligt ledertalent og motiveres af succes, udvikling og muligheden for at hjælpe andre med at udfolde deres potentiale. Løven går gerne forrest, tager ansvar og skaber trygge rammer, hvor andre kan vokse. Du har høje ambitioner, en stærk tro på dig selv og ønsker at skabe et liv præget af kvalitet, kreativitet og overskud.

Som Løve sætter du pris på skønhed, luksus og en livsstil, der afspejler værdighed og selvtillid. Samtidig kan ønsket om anerkendelse og status nogle gange fylde lidt for meget, og stoltheden kan gøre det svært at vise sårbarhed. Når du finder balancen mellem dit store hjerte og dit behov for at blive set, stråler du klare og inspirerer både dig selv og andre.

Løven er

- **Ildtegn** (Som Vædderen og Skytten) Igangsættende, viljestærk modig og optimistisk
- **Fast tegn** (som Tyren, Skorpionen og Vandbæreren) forbindes med stabilitet, vedholdenhed, loyalitet og beslutsomhed.
- **Herskerplanet:** Solen, karismatisk, kreativt og stolt tegn med et naturligt behov for at skinne.

Løven har brug for

- At føle sig oprigtigt værdsat, elsket og prioriteret. Selvom du ofte udstråler stor selvtillid og styrke, gemmer der sig et blødt og følsomt hjerte bag facaden.
- Mennesker, der viser deres kærlighed og anerkendelse gennem både ord og handling, og som loyalt bakker dig op – både privat og offentligt.
- En partner, der giver dig plads til at skinne, samtidig med at du bliver mødt med varme, tryghed og ægte omsorg, uden at du skal kæmpe for at føle dig set og værdsat

Månen i Løven

Månetegn kendetegner det indre følelsesliv, de intuitive reaktioner, og hvad der giver tryghed og følelsesmæssig balance.

Måne i Løven giver et stort følelsesliv fyldt med varme, kreativitet og livsglæde. Du har et dybt behov for at blive set, anerkendt og værdsat, samtidig med at du elsker at give af dig selv. Du trives, når du kan udtrykke dig kreativt, være social, skabe gode oplevelser og bringe glæde til andre. Leg, nydelse, luksus og muligheden for at være i centrum giver dig energi og får dig til at føle dig levende.

Du er en naturlig leder med masser af drive, mod og vitalitet, og du motiveres af nye muligheder og succeser. Når du får lov til at skabe, have det sjovt og bruge dine talenter, stråler du. Din store energi har brug for et kreativt og meningsfuldt udløb, hvor du både kan inspirere andre og være tro mod dig selv. Følelser bearbejder du bedst ved at udtrykke dem med det samme og handle på dem.

Løve ascendant

Ascendanten beskriver din umiddelbare adfærd og dit første indtryk på andre, din "maske". Kendetegn som fysisk fremtoning og hvordan du møder verden.

Er du Løve i ascendant, elsker du at være i centrum. Du er naturligt karismatisk, gavmild og fuld af energi, og du trives med at underholde, blive set og tage lederrollen. Din stærke drivkraft gør det samtidig nemt for dig at hjælpe andre og sprede positivitet.

Du kan have en stærk fornemmelse af værdighed og ønsker gerne at møde verden med mod og hjerte. En udfordring kan være at blive for optaget af andres anerkendelse eller at føle, at du altid skal være stærk. Når energien er i balance, handler det mere om at stråle indefra end at bevise noget udadtil.

Med Løve ascendant har du en naturlig evne til at inspirere andre og skabe opmærksomhed uden nødvendigvis at søge den. Du har en tydelig tilstedeværelse og en naturlig livskraft, som gør, at andre oplever dig som livsbekræftende og inspirerende.

Fokus og øvelser i Løvens sæson

Løvens sæson handler om at stå i sit eget lys, som den man er, mere end nogle andre tegn. At leve med hele hjertet, skabe og udtrykke sig selv.

Sæsonen bringer dig tilbage i kontakt med den del af dig selv, som har lyst til at lege, skabe, elske og nyde at være i live. Du vil måske opdage, hvor du har begrænset din glæde eller tilpasset dit udtryk, efter hvordan det ville blive modtaget af venner, et publikum eller menneskerne omkring dig.

Denne sæson opfordrer dig til at følge det, der får dig til at føle dig levende og glad, og samtidig lade din kreativitet blive til noget, du deler med andre, frem for noget, du gør for at få deres godkendelse. Vær mere tro mod dig selv, gør det, der giver dig glæde og lad være med at ændre eller holde dig selv tilbage for at tilfredsstille andres forventninger.

Du er hovedpersonen i dit eget liv, ikke statist. Det er tid til at øve sig på at tage sin plads og prioritere egne ønsker, eventyr og behov. Og husk, ingen blev verdensmester uden at øve sig og tage de første skridt. Løven er ikke optaget af perfektion, den er interesseret i det, der får øjnene til at lyse op

Livet bliver sjovere ved at have en mere legesyg, eventyrlig og finurlig tilgang, alt behøver ikke at være perfekt og være så alvorligt, og ikke alt behøver at have så stor betydning. På mange måder handler det om kunsten at give slip – evnen til at mærke ting dybt uden at lade dem definere alting, slippe ansvar, grine lidt mere, holde lidt lettere fast i tingene, og huske, at du har lov til at nyde livet...samtidig kan det være du inspirere andre omkring dig.

Afsæt lidt tid på at fordybe dig og reflektere.

Skriv noter i dokumentet her, på et stykke papir eller i din yndlings notesbog.

- Hvornår føler du dig levende?
- Hvor kunne du give slip og lege lidt mere eventyrligt?
- Hvad skal der til, for at du kan skinne dit lys?

Refleksion & noter

Hvilke 3 ting har rørt sig eller fyldt i denne periode?

-
-
-

Nyttige links og anbefalinger

Som altid slutter jeg af med at give dig mine varmeste anbefalinger, udelukkende på baggrund af fornøjelse. Der findes mange andre dygtige og inspirerende mennesker inden for feltet, som jeg nyder at følge og dele til inspiration, blandt andet på instagram - følg endelig med på min profil hvis du ikke allerede gør: @trinehoest 😊

Astrobella app er med virkelig mange gode og brugbare detaljer med både daglige og ugentlige horoskoper lavet ud fra præcis dit horoskop, og masser af gratis indhold. KÆMPE anbefaling herfra!

Astrosoul - Med flotte, dybdegående og altid spot on opslag, der giver indblik i aktuelle astrologiske skift og hvordan det påvirker de forskellige stjernetegn.

Villa Lovis - Min yndlings krystal pusher! Jeg elsker krystaller og den energi de bringer med sig. Om det er armbånd, lomme krystaller eller et tårn i hjemmet, elsker jeg at have deres energi med på min vej, hvad enten det er ved et boost af energi eller støtte og omsorg.

Er du Løve eller trænger til et boost af Løve energi med på vejen i livet så se lige det her skønne krystal armbånd til [Løven](#)

Bøger

Der findes så meget litteratur om emnet, lige til at låne og dykke ned i helt gratis fra biblioteket, disse var mine første bekendtskaber, og et godt sted at starte

Horoskopets 12 tegn af Claus Houlberg

Astrologiens univers af Karl Aage Jensen

God læselyst!

Tak fordi du læste med!