– Fokus kalender –

ET ÅR MED PERSONLIG UDVIKLING

Jomfruen

23.AUGUST – 22.SEPTEMBER



LIVSREDSKABER

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)

Jomfruen som stjernetegn (Soltegn)

Jomfruen
23.AUGUST – 22.SEPTEMBER



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

Jomfruen er ansvarsfuld, detaljeorienteret, generøs og ordentlig, med en stærk evne til at se sammenhænge og skabe system.

Som Jomfru er du omsorgsfuld og går op i at vide hvordan alle omkring dig har det, så du kan hjælpe dem bedst muligt. Du trives med at hjælpe andre og gøre en praktisk forskel, og du er både ansvarsfuld, pålidelig og engageret i det, du laver.

Du sætter stor pris på orden, stabilitet og struktur i din hverdag.
Personer med stjernetegnet Jomfruen er detailorienterede, arbejdsomme og fantastisk dygtige til at organisere. Det gælder alt fra hverdagen, fester til hjemmet.

Jomfruen er detaljeorienteret. Og det detaljeorienterede med tendens til perfektionistisk er med i alt, hvad Jomfruen laver. Du stiller høje krav til dig selv og ønsker hele tiden at udvikle og forbedre dig. Det kan nogle gange gøre dig lidt selvkritisk, fordi du hurtigt får øje på det, der kan gøres bedre. Samtidig er det også en af dine styrker, da du er grundig, løsningsorienteret og god til at skabe struktur og få ting til at fungere.

Som Jomfru, er du vennen med alle de bedste råd! Du er analytisk og dedikeret, og det ses i de råd, du giver dine venner – de er altid velovervejede og empatiske. Derfor vil dine venner altid gerne have dine råd og din hjælp. Men udover at være vennegruppens psykolog, er du også en rigtig god ven.

Jomfruen er

- **Jordtegn** (som Stenbukken og Tyren) Har fødderne solidt plantet på jorden, og brug for jord kontakt.
- **Kvalitet** Bevægelig (som Fiskene, Tvillingerne og Skytten) hvilket gør dem fleksible og drømmende og giver en naturlig evne til at "flyde med livets strømmen"
- **Herskerplanet** Merkur, planeten for sprog, intelligens og formidling, hvilket giver en alsidighed og eminente kommunikationsevner.

Jomfruen har brug for

- Ro og stabilitet – Jomfruen trives bedst med orden og tryghed.
- Anerkendelse – At deres indsats og omsorg bliver lagt mærke til.
- Tid til sig selv – En pause fra overtænkning og ansvar.

Månen i Jomfruen

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

Har du Månen i Jomfruens tegn? Så har du brug for orden, struktur og sunde vaner i hverdagen. Du trives med at føle dig nyttig og hjælper gerne andre på en praktisk måde. Du elsker udvikling og har måske en tendens til hele tiden at ville forbedre dig selv og dine omgivelser. At være der for andre giver dig energi og næring, men husk at du selv fortjener at modtage den samme omsorg, som du giver til andre.

Dine følelser bearbejder du ofte ved at analysere dem, mærke efter i kroppen og finde fornuftige løsninger. Men pas på, at din stræben efter perfektion ikke bliver til selvkritik. Husk, at du er god nok – præcis som du er, lige nu.

Du føler dig tryg, når tingene giver mening, og du har en plan. Du manifesterer gennem bevidste, daglige ritualer og handlinger, der er strukturerede og målrettede. Små, konsekvente skridt skaber de største forandringer for dig.

Jomfru ascendant

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

Har du Jomfrue ascendant, møder du verden med en praktisk og analytisk tilgang. Du observerer og analyserer situationer og mennesker, før du handler, og har et naturligt talent for at formidle klart og hjælpsomt. Du er løsningsorienteret, praktisk anlagt og god til at finde ud af, hvordan ting kan gøres – og gøres godt.

Du har samtidig et stærkt fokus på forbedring og øje for selv de mindste detaljer. Det giver dig evnen til at skabe fantastiske resultater, men kan også gøre dig unødigt kritisk – især over for dig selv. Husk derfor at se det, der allerede fungerer, og anerkende dig selv for dine mange talenter og din hjælpsomme natur.

Du viser omsorg gennem dine handlinger og trives med at føle dig nyttig.

Fokus og øvelser i Jomfruens sæson

Jomfruens sæson handler om at skabe mere ro, klarhed og struktur i hverdagen.
Det er en god tid til at rydde op, skabe gode rutiner, prioritere det vigtigste og mærke efter, hvad der faktisk nærer dig. Fokus er på de små justeringer, der kan gøre hverdagen lettere og mere bæredygtig.

Samtidig inviterer Jomfruens energi til selvrefleksion og forfinelse – uden at det behøver blive til perfektionisme. Vær ærlig omkring, hvad der nærer dig, og hvad du har båret rundt på af skyldfølelse, pligt eller frygt. Brug sæsonen til at tage bedre vare på dig selv, lære noget nyt og slippe det, der ikke længere fungerer.
Det handler ikke om at slå sig selv oven i hovedet eller at gøre noget 'perfekt' men fordybelse og at mærke efter.

Afsæt tid på at fordybe dig og reflektere.
Skriv noter i dokumentet her, på et stykke papir eller i din yndlings notesbog.

Spørg dig selv:

- Hvad kan jeg justere, så jeg får mere plads til det, der virkelig betyder noget?

- Hvilke områder, skabe eller skuffer i hjemmet kunne trænge til en grundig oprydning?

- Hvad kunne være 3-4 ting som har ventet over sommeren og nu kunne være gode at få taget fat i?

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 deler til inspiration, blandt andet på instagram - følg endelig med på min profil hvis du ikke allerede gør: @trinehoest 🙂

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

Chris Corsini - Astrolog og Tarotkort læser med mange gode Instagram opslag og stories for både den aktuelle astrologi og for stjernetegn, helt kvit og frit. Også mulighed for at deltage i betalte workshops både online og i Lisabon - Portugal, here I come!!

Villa Lovis - Min yndlings krystalpusher! 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 Jomfru eller trænger til omsorgsfuld af Jomfru energi med på din vejen i livet så se lige det her skønne krystalsæt til Jomfruen

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!