

Årets Fuldmåner

Hver fuldmåne har et navn, energi og er tilknyttet en måned i vores kalender. Oversigten er lavet til dig, så du kan blive inspireret til, at lave ritualer ved fuldmåne, og give dig et indblik i hvordan man tidligere har anvendt månen.

Vores forfædre og formødre, brugte månens faser, til at navigere i tid. Man har fundet sten og stave som påviser, at månen har haft en stor betydning for menneskets tidsfølelse.

Fuldmånen har været en terskel, lige så vel som d. 1. i hver måned er for os i dag, med den gregorianske kalender. Terskler som sammen med naturen, landskabet og solen har vist årets gang. Bønderne har ikke kun observeret moder jord, men også set op på månen og brugt den til at planlægge årets afgrøder, hvornår der skulle såes, høstes og fejres højtider.

På de følgende sider finder du en oversigt over årets fuldmåner. Dette er lavet med udgangspunkt i Amerikas oprindelige folketro, overleveret igennem generationer. Man har set lignende måde at definere fuldmånerne i den keltiske tro, og jeg synes det meget godt viser en synkronisitet, som har været over hele verden. Hver fuldmåne har et "hovednavn" som er det mest brugte, men der er stammer, steder og perioder, hvor man har brugt andre navne for fuldmånerne – her har jeg udvalgt nogle, som jeg mener giver mening for os, og lægger op af den nordiske folketro.

Fuldmånenerne her er lagt ind i vores moderne gregorianske kalender, men oprindeligt vil fuldmånerne have ligget sig op ad højtiderne som f.eks. solhverv og jævndøgn. Der er 13 fuldmåner på 1 år, så denne oversigt er naturligvis kun vejledende, da vi kun har 12 måneder at fordele fuldmånerne over.

Håber at du får en fantastisk år, fyldt med skønne fuldmåner!

Kærlig Hilsen

Helle Luna Koed

**Note til side 4*

Ifølge traditionen er Høst Fuldmånen altid den som er tættest på septembers jævndøgn. Ofte falder den i september, men hver 3. år i oktober. Hvis Høst Fuldmånen falder i oktober er September Fuldmåne's navn Korn Fuldmåne. På samme måde er Jægerens Fuldmåne altid efter Høst Fuldmåne.

Arets Fuldmåner

Januar	Februar	Marts	April
Ulve Fuldmåne	Sne Fuldmåne	Orme Fuldmåne	Pink Fuldmåne
Tidligere mente man, at ulve hylede pga. sult. Derfor hørtes ulvens hyl i januar, hvor det er småt med bytte. Nu ved vi, at de hyl for at kommunikere med hinanden på lange afstande. Ulve hyl ikke mod månen, men myten er opstået ved, at ulve hyl oftere før parrings-sæsonen for at finde en mage. Dette er i vinter sæsonen og her ses månen tydeligt på den mørke himmel.	Tiden er stille, kold og afventende. Her må vi finde udholdenheden, da vinterreserverne er snart brugt – det er småt med mad, energi og tålmodigheden sættes på prøve.	Nu er det forår og regnormene kommer for at hjælpe os med at forberede jorden til forårets spirer og afgrøder. Dette lille ellers ubetydelige væsen, gør en kæmpe forskel for os – så vi kan få mad på bordet. Tidligere har ravnens lyde været tegn på at vinteren var slut.	Månen bliver ikke pink, men navnet kommer fra Lyngfloks (Phlox subulata) som blomstrer nu. Vi ryster vinteren af os, og foråret spirer for alvor. Nu må vi holde fuld fokus, på nuet og vores retning. Implementere de ting vi har sat os for at arbejde med i år.
Andre navne Birk Måne Kold Måne	Andre navne Bjørne Måne Sulten Måne	Andre navne Vind Måne Ravne Måne	Andre navne Æg Måne Vind Måne
Energien Ny begyndelse. Beskyttelse af dig selv og dine nærmeste. Vinterhi og hule.	Energien Stilhed. Tålmodighed. Kreativitet. At være i nuet.	Energien Lys. Lethed. Dans. Nærring.	Energien Optimisme. Fokus. Tilpasning. Balance
Fejring af Fuldmånen Bind en krans af birkegrene. Birk repræsenterer den nye begyndelse, renselse og renhed. Tænd et hvidt lys, og hidkald lyset og solen. Send god energi til dine nærmeste – små hilsner, beskeder og i dine tanker.	Fejring af Fuldmånen Brug tiden på at lære at være i nuet og tilstede i det som du gør. Brug sneen til at lave dit Månevand – til at drikke, vande planter og vaske dig med. Lav et ritual, hvor du ærer mørket, siger tak for at det har været her og hils lyset velkommen.	Fejring af Fuldmånen Dyrk jorden og så dine yndlings grøntsager. Hvis ikke du har din egen køkkenhave, så kan du lave en urtepotte med frø, som symbol på fuldmånen. Sæt pris på de små ting i hverdagen. Giv tak til de små væsner i jorden, over jorden og omkring dig. Lav taknemmelighedsliste i din månedsbog.	Fejring af Fuldmånen Mal æg lyserøde – gerne med plantemateriale. Dekorér dit hjem, sæt æggene på dit alter, som symbol på foråret og denne fuldmåne. Meditér med rosenkvart krystal. Tænd lys, som har den lyserøde farve, for lethed, optimisme og balance i din feminie kraft.

Årets Fuldmåner

Maj	Juni	Juli	August
Blomster Fuldmåne	Jordbær Fuldmåne	Hjort Fuldmåne	Stør Fuldmåne
<p>I maj springer blomsterne ud. De gror og danser i natten og spreder lys, glæde og transformation.</p> <p>Tiden er healende og fertil. Den er ekstra udadvendt og sanselig – det som fuldmånen normalt kommer med, får et ekstra boost under Blomster Fuldmånen.</p>	<p>Sidste fuldmåne i foråret og den første sommer fuldmåne.</p> <p>Navnet er brugt af flere stammer fra det oprindelige folk i Amerika samt Europa.</p> <p>Nu begynder vi at høste de saftige, vitaminrige bær, og derfor handler denne fuldmåne om overflod!</p>	<p>Hjortens gevir er fuldt udvokset i juli, heraf navnet.</p> <p>Hjorten står for styrke, maskulinitet og ambition. Det er også hvad denne fuldmåne kommer med.</p> <p>Tiden er til at føre drømme ud i virkeligheden, tage de små og store skidt for at det vil lykkes.</p>	<p>Da der levede stør i Danmark, var det på denne tid, at den blev fanget. Denne gamle art lever fortsat i nordamerika og bliver op til 100 år gammel.</p> <p>Støren er modig, stærk og robust!</p> <p>Færdiggørelse af mål og intentioner, men tillad også fejl da ingen er perfekte.</p>
Andre navne Mælke Måne Hare Måne	Andre navne Honning Måne Kød Måne	Andre navne Torden Måne Urte Måne	Andre navne Høst Måne Varm Måne
Energien Ny tid. Ny energi og retning. Healing. Fertilitet.	Energien Stilhed. Tålmodighed. Kreativitet. At være.	Energien Styrke. Maskulinitet. Ambitioner. Udadvendthed.	Energien Mod. Styrke. Robust. Udholdende.
Fejring af Fuldmånen Bind en krans og buketter af blomster, sæt dem på dit alter. Saml de blomstrende urter, bla. Ramsløg står flot lige nu. <p>Offer mælk til moder jord.</p> <p>Tag lange karbade med blomster blade i vandet.</p> <p>Lav egne blomsterolier.</p> <p>Dyrk sex</p>	Fejring af Fuldmånen Forbind dig til din maskuline kraft og din kriger i din feminine krop. Kniven er symbolet herpå. <p>Lav et ritual, hvor du med kniven skærer et bånd over. Lad båndet være symbolet på det, som forhindrer dig i at være hele dig, fuldt ud.</p> <p>Hvem er du? Hvornår er du dit autentiske jeg?</p>	Fejring af Fuldmånen Dans, slip dig selv fri og dans med bare fødder på jorden – for at mærke din krop, forbinde dig med jorden og fejre dig selv. <p>Luk lyset ind i dit hjerte; inviter dine nære, til bål, hygge og sang.</p> <p>Til refleksion; Hvad kan du gøre for at få fyldt din energi op til efteråret? Hvad skal der til for at du opnår dine drømme?</p>	Fejring af Fuldmånen Svømmeture i havet eller søen. Lad dig flyde med vandet, svøm som støren. <p>Lav et vandritual, for at ære vandet, som holder dig hydreret, giver liv og føde.</p> <p>Lav månevand af havets, søens eller åens vand – hæld vandet på glas og anvend det i ritualer og badevandet, når du har brug for mod, styrke og udholdenhed.</p>

Årets Fuldmåner

September	Oktober	November	December
Høst Fuldmåne	Jægerens Fuldmåne*	Bæver Fuldmåne	Kolde Fuldmåne
Høstmånen ses mod øst efter solnedgang. Måneopgangen kan finde sted 10-20 minutter senere end aftenen i forvejen. Derfor står månen lysende på himlen lige efter solnedgang mange aftener i træk. Det har igennem tiden hjulpet bønder med at få afgrøder i hus.	Tiden er til at lave forråd og, konservere madvarer så det kan holde vinteren over. Jægerne kommer hjem med kødet, dyret æres og offres for guderne i håbet om, at de vil bringe mild vinter. Det er nu at vinteren må planlægges og forberedes.	Bæveren har lavet sine huler færdig og samlet forrådet her. Nu trækker den sig tilbage i hulen og drossler ned i aktivitet, lige som vi gør det. Projekter, opgaver, intentioner må afsluttes inden vinteren.	Året går på held, ringen sluttet og månen lyser op i det mørke landskab. Det er bidende koldt og vi finder os selv under tæpper omkringet af stearinlys. Nu må vi lære at være i nuet, uden at have skyldfølelse over det vi "burde gøre".
Andre navne Efterårs Måne Sang Måne	Andre navne Blod Måne Døende Måne	Andre navne Frost Måne Sorgfuld Måne	Andre navne Egetræ Måne Lang nat Måne
Energien Refleksion. Taknemmelighed. Indadvendthed. Forberedelse.	Energien Afvikling. Planlægning. Fejring af forfædre og formødre.	Energien Stilhed. Afslutning. Hule. Indadvendthed.	Energien Hvile. Fornyelse. Håb. Langsommelighed.
Fejring af Fuldmånen Bind en krans af korn, hæng det op til fugle og andre små væsner. Lav liste over det du er taknemmelig for, både de små og store ting. Lav et personligt mantra, fyldt med glæde, som du kan anvende hen over efteråret. Syng! Sange som gør dig glad og fyldt med positiv energi!	Fejring af Fuldmånen Planlæg din vinter - hvad vil du gerne sætte i kalenderen, så du husker at nære din sjæl og krop hen over vinteren. Mindes dine forfædre og formødre, som vi gør det til Samhain, find billeder frem, sæt dem på dit alter. Gå ture i skoven, meditativt og alene. Kram træerne, saml svampene og send tanker til dyr der lever her.	Fejring af Fuldmånen Slip det, som du ikke ønsker at tage med ind i vinteren og næste år. Skriv dem ned på papir og brænd dem af. Slip også genstande, som du ikke længere føler glæde ved at eje, og give dem videre. Syslerier hører vinteren til. Gå på opdagelse i nye som gamle hobbyer, find dine kreative evner frem, og noget som du kan finde ro med at lave i løbet af vinteren!	Fejring af Fuldmånen Lav en spiral udendørs, af naturens materialer for at fejre, at fuldmånen har guidede os igennem året. Sæt et lys i midten. Forbered det kommende år; Hvordan ønsker du at udvikle din forbindelse til månen i det kommende år? Hvad er din intention for det næste år?