

März

März, der dritte Monat im Kalenderjahr, erhielt seinen Namen vom römischen Gott Mars. Aus dem Bauerngott entwickelte sich mit der Zeit der Kriegsgott. Mars wurde jedoch, vor allem in frühromischer Zeit, auch als Vegetationsgott verehrt. Mars galt als Vater von Romulus und Remus und er schützte den römischen Staat.



Der Kriegsgott Mars galt als Vater von Romulus und Remus, welche Rom gründeten.

Im März ist bei uns [Frühlings-Tag-und-Nachtgleiche](#). Die Kelten feierten das Fest Ostara (20. – 23. März). Es ist ein Sonnenfest. Wie der Name erahnen lässt, entstand bei den Christen daraus das Osterfest. Da Ostern meistens im April

gefeiert wird, berichte ich im April über Ostern.

Das dritte Sternzeichen ist der Fisch (20. Februar bis 20. März). Er gehört zum Element Wasser. Der März gibt der Hilfsbereitschaft, der Sinnlichkeit, der Kreativität, der Harmonie und der Heilung viel Kraft.

Im März drängt es mich immer mehr nach draussen. Unsere [Ausflugszeit](#) beginnt.

Im März erwacht der Frühling für mich und das Neue beginnt sichtlich zu wachsen. Ich plane im März viele Aktivitäten im Jahr. Die grösseren Projekte nehmen immer handfestere Formen an. Auch wenn draussen noch Schnee liegt, gibt es in unserem Haus schon einige Frühlingsboten. Wir sähen Kresse oder andere Sprösslinge. Ein Weidenkätzchenzweig dekoriert unseren Esstisch.



Wir versorgen unsere Februar-Karte und wechseln so auf die März-Karten, die wir während unserem [Rauhnachtsritual](#) gezogen hatten. Auch den Kalender wechseln wir auf den März.

Im März beginnt für mich die Gartensaison. In Saatschalen sähen wir weiter an. Draussen stelle ich die Frühbeete für

unsere Hochbeete zusammen. Die letzten Vorräte wie Kartoffeln, Knoblauch, Zwiebeln oder Kürbis neigen sich definitiv dem Ende zu.



Die letzten Vorräte werden aufgebraucht.

Dafür spriessen oft schon die ersten Kräuter. Der Bärlauch erwacht. Vorfreudig begrüße ich ihn, denn er ist einer meiner

liebsten Kräuter.



Erste Bärlauchblätter in unserem Garten.

März-Übersicht

- 15. März mein Geburtstag und Ende meines Heilfastens
- 21. – 23. März Frühlings-Tag-und-Nachtgleiche

Ende des Heilfastens mit meinem

Geburtstag

Hätte ich nicht Geburtstag wäre der 3. Vollmond im Jahr das Ende meines Heilfastens. Mit meinem Geburtstag lasse ich das Heilfasten ausklingen. Mein Geburtstag war mir als Kind sehr wichtig. Auch heute noch genieße ich den Tag. Meistens feiere ich in kleinem Rahmen. Mit einem Fruchteteller beginnt mein Tag meistens. Am Mittag oder am Abend je nach Tag essen wir im Restaurant. Ich trinke zu meinem Geburtstag ein Glas Rotwein, Wasser mit Kohlensäure und einen Kaffee mit viel Genuss. Wenn ein runder Geburtstag oder eine andere Besonderheit gefeiert werden kann, organisiere ich auch ein grosses Fest.

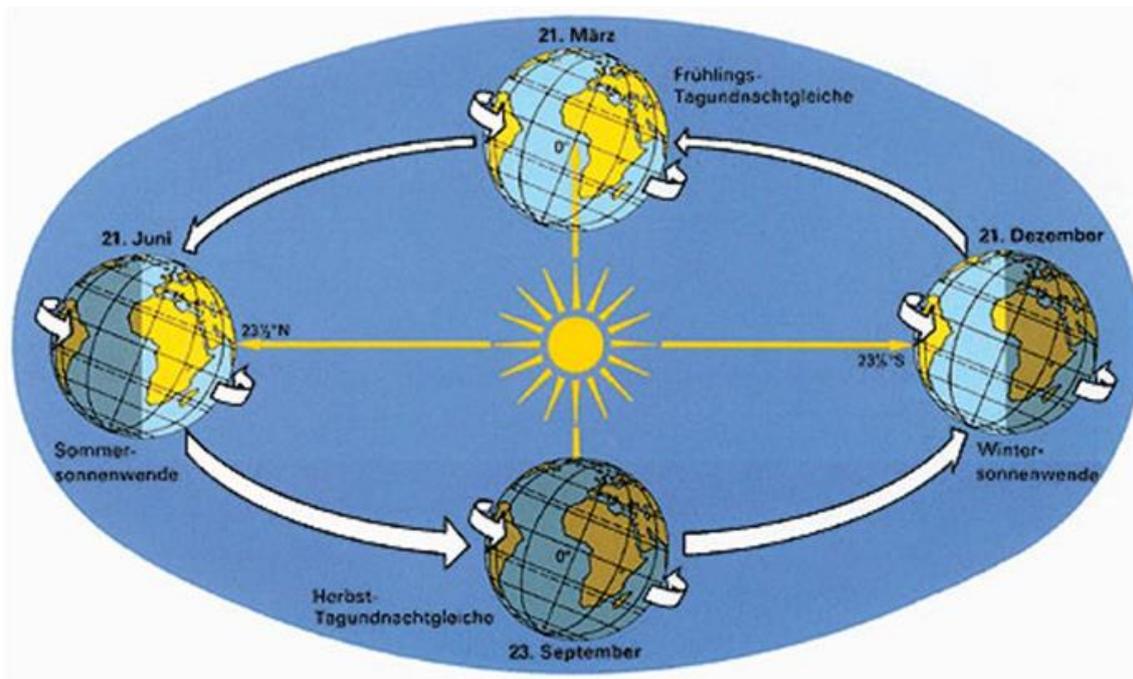
Frühlings-Tag-und-Nachtgleiche

Nacht und Tag und somit Licht und Dunkelheit sind an diesem Tag im Gleichgewicht. Die Tagen werden ab der Frühling-Tag-und-Nachtgleiche länger als die Nächte. Das Licht ist präsenter als die Dunkelheit bis zur Herbst-Tag-und-Nachtgleiche. Mit der Frühlings-Tag-und-Nachtgleiche beginnt der Frühling für mich und es ist die Zeit des erneuten Lebens, der Entwicklung und Ausdehnung. Pflanzen und Tiere erwachen aus ihrem Winterschlaf. Alles kommt ans Tageslicht. Die Wärme wird spürbar und damit auch mein Drang in das Freie. [Hier](#) klicken, um zu erfahren, wie ich die [Frühlings-Tag-und-Nachtgleiche](#) mit der Familie feiere und wie wir den Frühling erleben.

Dieser Artikel wurde am 07. März 2016 veröffentlicht.

Frühlingsbeginn mit der Frühlings-Tag-und-Nacht-Gleiche

Ich erkläre den Kindern, dass die Nacht an der Frühlings-Tag-und-Nacht-Gleiche gleich lang ist wie der Tag. Zudem werfen wir auch einen Blick in den Himmel. Am 20. März 2015 fand zum Beispiel gleichzeitig mit der Frühlings-Tag-und-Nachtgleiche eine Sonnenfinsternis statt und es war Neumond. Eine Tag-und-Nacht-Gleiche gibt es auch im Herbst. Im Frühling werden ab der Frühlings-Tag-und-Nacht-Gleiche die Tage wieder länger als die Nächte. Im **Herbst** ist dies umgekehrt. Ab der Herbst-Tag-und-Nachtgleiche werden die Tage kürzer und die Nächte länger.



Mit Bildern und Modellen erkläre ich ihnen die Jahreszeiten.

Unser Winterwimmelbuch macht dem Frühlingswimmelbuch Platz.



Das Frühlingswimmelbuch bekommt seinen Platz an der Frühlings-Tag-und-Nacht-Gleiche.

Gemeinsam spazieren wir durch unseren Garten, durch Feld und Wald. Wir entdecken die ersten Frühlingspflanzen und Frühlingsboten.



Aprikosenblüten



Nektarinenknospen



Ich staune jeweils über die Frühblüher. Trotz noch kühlen Temperaturen erwachen sie. Hier unsere erste Schneerose am 20.03.2015.

Auf dem Spaziergang sammeln wir Wildkräuter, Gartenkräuter und essbare Blüten wie Gänseblümchen oder Stiefmütterchen. Mit unseren gesammelten Frühlingsleckereien dekorieren und verfeinern wir unseren grünen Salat mit Radieschen und Frühlingszwiebeln aus dem Garten, den wir zur Frühlings-Tag-und-Nacht-Gleiche essen. Einen Frühlingsgruss gibt es auch noch in anderer kulinarischer Form. Dies kann z.B. ein Rezept mit Bärlauch sein oder manchmal kaufe ich Beeren oder Spargeln (auch wenn sie noch aus dem Ausland kommen). Wir erzählen uns, was wir mit Frühling assoziieren, worauf wir uns freuen und was wir in dieser Jahreszeit vermissen werden. Wir zählen die vielen bevorstehenden Frühlings-Feste auf z.B. Ostern, andere besondere Tage im Frühling und viele Geburtstage von Kindern, die wir gut kennen. Dabei befassen wir uns auch mit dem keltischen Fest Ostara.

Ostara: Mit Ostare wird der Frühlingsbeginn gefeiert. Die Kraft der Sonne und die Wachstumskraft nehmen an Stärke zu.

Ich teile meinen Kindern mit, dass es in meinen Augen kein Zufall ist, dass das christliche Osterfest auch im Frühling gefeiert wird. Wir dekorieren unsere Eingangstür neu, je nach dem, ob es noch Schnee hat oder schon die ersten Blumen blühen. Auch drinnen gestalten wir unsere Eingangstüre frühlingshaft.



Unsere Eingangstür ist geschmückt mit Frühlingsmandalas und Häkelanschlagblume meines Sohnes und Frühlingsfarbenstreifen meiner Tochter.

Wir erinnern uns an Frühlingslieder und singen diese. Wir

erlernen auch ein neues Lied. *I like the Flowers* (*Ich lieb den Frühling*) ist z.B. ein Frühlingslied von uns.

1. G Em Am D⁷
1. Ich lieb den Früh - ling, ich lieb den Son - nen - schein.
I like the flow - ers, I like the daf - fo - dils,

2. G Em Am D⁷
Wann wird es end - lich mal wie - der wär - mer sein?
I like the moun - tains, I like the rol - ling hills.

3. G Em Am D⁷
Schnee, Eis und Käl - te müs - sen bald ver - gehn.
I like the fire - place, when the light is low.

4. G (Ostinato) Em Am D⁷
Dum, di da, di dum, di da, di dum, di da, di dum, di da, di

I like the flowers / *Ich liebe den Frühling* ist eines meiner liebsten Kinderlieder

Im Frühling sind wir etwa gleichviel draussen wie drinnen. Skiausrüstung und Schlittschuhe räumen den Platz für Fahrräder und andere Aussenfahrzeuge. Freudig spielen die Kinder draussen auf der Strasse Fangspiele, Verstecken, mit Springseilen, Reifen, blasen Seifenblasen und malen mit Stassenkreide allerlei Bilder und Muster, Strassen mit Parkplätzen und Bushaltestellen oder Hüpfspiele auf die Strasse.



Seit vielen Jahren spielen meine Kinder mit Tageskindern und Nachbarskinder auf der Strasse vor unserem Haus.



Mit dem Fahrzeug aus der Ludothek malen die Kinder eine Strasse auf die Strasse. Meine Tochter hält die Kreide auf den Boden während mein Sohn fährt.



Meine Tochter mag das Eislaufen. Auf der Strasse fährt sie gerne Rollerblades.

Spontane Begegnungen finden wieder statt. Das Leben erwacht in allen Bereichen. Die wärmeren und helleren Tage wecken bei mir die Ausflugslust. Regelmässig unternehme ich mit meinen Kindern Ganz-, Halb- oder Mehrtagesausflüge. Ausflugsideen

sind in meinem Bewegungsangebot unter [Entdeckungsfreiraum](#) zu finden.

Ein fester Bestandteil im Frühling ist für uns das Bärlauch sammeln. Wir verarbeiten den Bärlauch zu Pesto, Kräuteröl und trocknen ihn für spätere [Kräutermischungen](#).

Im Frühling erwacht das Leben. Es zieht mich immer mehr nach draussen. Die Gartenarbeit hat Hochbetrieb mit Ansäen, Pflegen, Hegen, Giessen, Auspflanzen ...



Tomaten-, Zucchetti-, Gurken- und Kürbissetzlinge dürfen an warmen Tagen auf die Terrasse. In der Nacht sind sie im Wintergarten vor Frost geschützt.

Für mich bedeutet Frühling die Umsetzung von Vorhaben. Alte und verbrauchte Gedankenmuster ersetze ich durch frische. Diese lasse ich täglich in meine Meditation einfließen. Es ist schön zu beobachten, wie sie sich im Laufe des Frühlings manifestieren. Ich lasse Licht in meinen Körper und beleuchte, was im Schatten war und zu wachen beginnen möchte. Physisch geniesse ich in vollen Zügen die wärmenden Sonnenstrahlen, das Licht, die frischen Frühlingspflanzen, das helle Grün und die

Gartenarbeit. Jeden Frühling staune ich wie aus einem kleinen Samen eine wundervolle Pflanze erwächst. Alles beginnt zu wachsen, auch wenn nicht alles zur vollen Reife heranwachsen wird.

Ein grösseres Projekt, dessen Samen wir in der [Adventszeit](#) gesetzt haben, nimmt im Frühling Gestalt an. 2015 gestalteten wir das Kinderzimmer gross um. Bis zu den Sommerferien brachten wir es zur vollen Reife.

Frühling verbinde ich mit

- Osten
- Gelb, orange und hellgrüne Farbtöne
- Erde
- Körper
- Quelle
- Zulassen, Einlassen
- Energien gehen hinaus
- Hinaus
- Geboren werden
- Energieähnlich wie der zunehmende Mond
- Energieähnlich wie der Morgen
- Sprössling- Blüte
- kalt – warm
- VerWIRKLICHung
- Begrüssung
- Säen, pflegen, setzen
- Ostern, Wonnemonat Mai, viele Feiertage
- Bärlauch sammeln und blühende Wiesen
- Spargeln und Erdbeeren

Frühlingshafte Gartenpflanzen sind für mich

- Frühblüher, dessen Blüten essbar sind wie Gänseblümchen und Stiefmütterchen
- Bärlauch

- grüne Kräuter
- Pflücksalate und Kopfsalat
- Spargeln
- Radieschen
- Frühlingszwiebeln
- Erdbeeren



Stiefmütterchen



Dieser Artikel wurde am 20. März 2015 veröffentlicht.