

Einführung in die Mondastrologie

Diese kurze Einführung soll Ihnen einige Fragen zur Mondastrologie beantworten. Sie ist für die Anwendung und das Verständnis des Kalenders selbstverständlich nicht notwendig, aber sie bietet eine Hilfestellung, wenn Sie sich schnell einen Einblick und Überblick verschaffen wollen. Am Ende habe ich meine Favoriten unter den praktischen Tipps zusammengestellt, die Ihnen eine grobe Orientierung für eine längerfristige Planung ermöglichen.

Was ist eigentlich Mondastrologie?

Die Mondastrologie ist der Teil unserer klassischen westlichen Astrologie, der sich mit den praktischen Auswirkungen der Mondkräfte im Alltag beschäftigt.

Der genau berechnete Stand des Mondes im Tierkreis ist die Grundlage sowohl für die Astrologie wie für die Mondastrologie, hier besteht kein Unterschied. Nur betrifft die Deutung der Astrologen meist ein individuelles Horoskop, während die Mondastrologie ganz allgemein darüber informiert, welche Tätigkeiten an welchem Tag besonders begünstigt sind und was man lieber verschieben sollte. Es spielt daher keine Rolle, wie Ihr persönliches Geburtshoroskop aussieht, in welchem Zeichen der Mond zum Zeitpunkt Ihrer Geburt stand und was Ihr Sternzeichen ist: Der Mondkalender gilt für alles und jeden.

Während die Astrologie ursprünglich zusammen mit der Astronomie als Wissenschaft an den Universitäten gelehrt wurde, wurde das Wissen um die Wirkung des Mondes eher im Volk bewahrt und weitergegeben. So findet man in vielen alten Kalendern noch die besten Termine zum Haareschneiden, um Holz zu fällen oder für den Aderlass angegeben. Vielleicht gibt es auch in Ihrer Familie eine Oma oder einen Opa, die bzw. der sich noch ein wenig damit auskennt? Das erneute Aufleben des Mondwissens in der heutigen Zeit verdanken wir vor allem Johanna Paungger, die ihre Kenntnisse noch aus einer ungebrochenen Familientradition schöpfen konnte.

Warum stehen in manchen Mondkalendern andere Angaben?

Die Angaben in der Mondastrologie richten sich traditionell nach dem Stand des Mondes um 0 Uhr, diese Systematik hat sich seit Jahrhunderten bewährt. Abweichungen ergeben sich zu Mondkalendern, die die genauen Zeiten des Mondwechsels angeben oder sich nach dem Mondstand um 12 Uhr mittags richten. Es kann dadurch sogar zu Unterschieden an Vollmond- und Neumondtagen kommen: Die Astrologen sehen vielleicht einen Krebs-Vollmond, während hier aufgrund der 0-Uhr-Systematik noch Zwillinge-Kräfte angegeben sind. Diese 0-Uhr-Regel hat aber durchaus ihren Sinn: Streng genommen beginnt jeder neue Tag eben für uns um diese Zeit, und das Zeichen, unter dem etwas begonnen wird, prägt diese Unternehmung oder eben den Tag entsprechend.

Nun kann man einwenden, dass die Zeiten schließlich sekundengenau feststehen, zu denen der Mond das Zeichen wechselt; warum nimmt man also überhaupt Abweichungen in Kauf und gibt nicht einfach immer den genauen Zeitpunkt des Wechsels an? Für mich persönlich gibt es neben der etablierten Tradition und meinen eigenen über zehnjährigen

positiven Erfahrungen noch einen weiteren Grund, in meinem Mondkalender auf allzu genaue Angaben zu verzichten: Wir neigen nach meiner Erfahrung einfach dazu, uns damit zu viel Druck zu machen, was uns wiederum von unserem intuitiven Wissen abschneidet. Oft ist es schon kompliziert genug, z.B. einen Friseurtermin auf einen günstigen Tag zu legen. Was wird daraus, wenn uns der Kalender nun mitteilt, dass an dem Tag im Grunde nur der Vormittag („bis 11.27 Uhr“) so richtig günstig ist? Wenn auch nicht unbedingt bewusst, aber insgeheim bekommen wir dann doch den Eindruck, dass ein Friseurbesuch am Nachmittag irgendwie nicht so „wertvoll“ sei wie der empfohlene Vormittagstermin. Und womöglich nagt an uns unterschwellig dann auch noch ein Gefühl der Unzulänglichkeit. Dabei geht es doch vor allem darum, die Dinge voller Unbefangenheit anzugehen und sich die freundlichen Mondkräfte zur Unterstützung zu holen, statt sich mit Terminen und noch mehr Pflichtgefühl zu stressen. Es gibt ohnehin immer mehrere günstige Termine und oft reicht es schon, die ungünstigsten zu vermeiden, um bei den empfohlenen Tätigkeiten Freude und Erfolg zu erleben.

Wenn nun etwa der Mond um 5 Uhr morgens ins nächste Zeichen des Tierkreises wechselt, sagen wir vom Krebs in den Löwen, dann wird im Lauf dieses Tages bereits die Wirkung des neuen Zeichens (Löwe) spürbar, obwohl im Kalender noch das vorige (Krebs) angegeben ist. Davon sollte man sich aber nicht verrückt machen lassen. Schließlich sind die Übergänge immer fließend, und gerade wenn der Mond sich laut Kalender drei Tage im gleichen Zeichen aufhält, spielt am ersten und am letzten Tag immer das vorige bzw. folgende Zeichen mit hinein. Ein einprägsames Erlebnis machte mir das deutlich: Als ich einmal spät nachts am Schreibtisch saß und unter hohem Zeitdruck noch eine Arbeit fertig stellen wollte, die mir schon seit Tagen nicht leicht fiel, spürte ich plötzlich ganz deutlich, wie sich auf einmal die Spannung und der Druck in meinem Kopf lösten und ich wieder freier durchatmen konnte, obwohl sich äußerlich nichts verändert hatte. Was war passiert? Die Mondkräfte des Widder-Mondes, die mir und meinem Kopf tagelang zu schaffen gemacht hatten, hatten sich verändert, der Einfluss des Stier-Mondes hatte sich durchgesetzt und der Druck der geistigen Anspannung konnte von mir abfallen. Als ich dies genauer überprüfen wollte, fand ich heraus, dass dieser Wechsel, so fühlbar er in diesen wenigen Minuten für mich war, keineswegs zu dem Zeitpunkt stattgefunden hatte, an dem er astronomisch errechnet worden war. Die Wirkung setzt also nicht unbedingt genau dann ein, wenn der Mond astronomisch in ein neues Zeichen wechselt.

Hier noch eine Anmerkung für Leserinnen und Leser, die z.B. in wärmeren Gefilden überwintern und den Mondkalender mitnehmen möchten: Astrologisch macht es praktisch keinen Unterschied, ob Sie sich nun weiter nördlich oder südlich befinden; nur bei Reisen in ostwestlicher Richtung können Verschiebungen auftreten, denn der Mondkalender ist ja nach den Mondständen in Mitteleuropa berechnet. Eine substanzielle Zeitverschiebung kann sich also durchaus auf die Termine auswirken. Ich empfehle Ihnen aber, sich nicht mit minutengenauen Umrechnungen zu plagen: Wenn es sich nur um wenige Stunden handelt, werden Sie den passenden Zeitpunkt für Ihre Aktivitäten schon nicht versäumen; in einer Zeitzone, die uns acht, neun

oder mehr Stunden voraus oder hinterher ist, sollten Sie diese Verschiebung allerdings berücksichtigen.

Die Mondkräfte sind jedenfalls die gleichen, ob Sie sich auf der Nord- oder Südhalbkugel befinden, solange Sie etwa auf dem gleichen Längengrad bleiben – nur gibt es im einen Fall eben im Dezember keinen Rasen zu mähen und im anderen keinen Schnee zu räumen ...

Die Mondphasen

Die vier Mondphasen unterteilen den etwa 28-tägigen Zeitraum, in dem der Mond einmal seinen gesamten Zyklus durchläuft. Sie können dieses Phänomen am Himmel beobachten: Es gibt den Neumond, an dem der Mond von der Erde aus nicht zu sehen ist, dann folgen zwei Wochen, in denen der Mond zunimmt, und zwar von rechts nach links. Am Anfang sieht die Sichel dabei wie ein umgedrehtes C aus. Dann ist bei klarem Himmel eine Nacht lang der Vollmond zu sehen, auf den zwei Wochen des abnehmenden Mondes folgen; in dieser Zeit sieht die Mondsichel wie ein C aus, der Mond nimmt also von rechts nach links ab. Um sich zu merken, ob die Mondsichel, die Sie gerade am Himmel sehen, nun die zu- oder abnehmende Phase anzeigt, gibt es eine Eselsbrücke: Denken Sie einfach an die Buchstabenfolge ABC, denn bei AB-nehmendem Mond ist die Mondsichel wie ein C geformt.

Neumond

Diese Mondphase dauert nur einen Tag lang, hat aber dennoch eine ganz eigene Energie, die geprägt ist vom Wechsel der abnehmenden zur zunehmenden Mondphase. Die Reduktion auf das Wesentliche ist jetzt ein wichtiges Thema, ob sie darin besteht, dass Sie durch einen Fastentag überflüssige oder gar schädliche Stoffe und Schlacken aus dem Körper spülen, oder ob Sie kümmerliche oder kranke Pflanzen durch einen radikalen Rückschnitt zu neuem, gesundem Wachstum anregen. Dies schadet nun den Pflanzen nicht, da fast die gesamte Wachstumsenergie und die Kraft in den Pflanzensäften sich in die Wurzeln und unterirdischen Teile der Pflanze zurückgezogen haben.

Zunehmender Mond

Jetzt sammeln sich etwa zwei Wochen lang die Säfte und die Energie mehr und mehr in den oberen Teilen der Pflanzen, und auch wir Menschen können in der Zeit vor dem Vollmond feststellen, dass der Körper mehr Wasser einlagert, wir fühlen uns dann ein wenig aufgeschwemmt und schwerfälliger als sonst. Die Wirkung ist jetzt aufnehmend, empfangend; heilende und stärkende Mittel wirken besser, weil sie intensiver aufgenommen werden. Auch Nahrung nehmen wir besser auf in dieser Phase, deshalb ist es bei Übergewicht keine schlechte Idee, speziell bei zunehmendem Mond die Kalorienmenge etwas im Blick zu behalten.

Ist Ihnen schon einmal aufgefallen, dass bei manchen Festen einfach keine fröhliche und ausgelassene Stimmung aufkommt? Wenn es geht, achten Sie beim Termin doch einmal auf den zunehmenden Mond, die besten Erfahrungen habe ich an Stier und Zwillinge gemacht.

Wollen Sie Ihren Pflanzen Nahrung, also Kompost und Dünger geben, dann wählen Sie besser *nicht* den zunehmenden Mond, denn die Nährstoffe werden dann von der Erde so schnell aufgenommen und in

tiefere Schichten geleitet, dass die Pflanzen nicht viel davon haben. Bei Topf- und Kübelpflanzen spielt das natürlich keine Rolle.

Vollmond

Wie der Neumond dauert diese Mondphase nur einen Tag. Sie haben es sicher alle schon bemerkt: Der starke Energieumschwung an Vollmond macht uns manchmal recht zu schaffen, am Tag stehen wir neben uns und in der Nacht schlafen wir nicht oder schlecht. Gleich danach aber, wenn die abnehmende Phase begonnen hat, fühlen wir uns entspannt, als ob wir über den Berg wären, und die Dinge fallen jetzt wieder leichter. Das liegt daran, dass der Vollmond eine kurze, aber intensive Phase der Fülle ist, während derer Pflanzen und Früchte strotzen vor Saft und Energie und wir selbst auch aufgefordert sind, uns mit den Themen Fülle und Reichtum auseinanderzusetzen. Dass wir die Fülle fast nur im äußeren Leben erkennen und anerkennen und unseren inneren Reichtum gerne übersehen, ist meiner Meinung nach mit ein Grund, warum wir mit dieser Mondenergie oft nicht gut zurechtkommen. Sie erinnert uns monatlich daran, dankbar für das zu sein, was wir von der Natur bekommen, statt immer mehr zu verlangen.

Abnehmender Mond

In dieser zweiwöchigen Phase können wir manchmal tatsächlich spüren, wie das Leben leichter und weniger anstrengend wird, denn die Kraft des abnehmenden Mondes bringt Angestautes wieder in Fluss, sie leitet aus und unterstützt Entschlackung und Entgiftung. Sie wirkt mit einem Wort verschlankend, auch im wörtlichen Sinn: Nahrung wird nicht so gründlich aufgenommen wie bei zunehmendem Mond. Wir nehmen nicht so leicht zu in dieser Phase, und das nicht nur, weil der Körper weniger Wasser im Gewebe speichert. Achten Sie einmal darauf, wie viel leichter Ihnen jetzt alle Tätigkeiten fallen, die beispielsweise mit der Schmutzentfernung zu tun haben. Operationen, deren Termin Sie beeinflussen können, sollten während dieser Mondphase geplant werden, weil ein Eingriff den Körper jetzt weniger belastet und alles besser heilt. Auch bei der Körperpflege können Sie feststellen, dass beispielsweise die Entfernung kleinerer Hautunreinheiten besser gelingt und Maßnahmen wie Reflexzonenmassagen und Lymphdrainagen wirkungsvoller sind als bei zunehmendem Mond, weil sie darauf abzielen, die Energieströme bzw. Lymphflüssigkeit im Körper auf harmonische Weise zum Fließen anzuregen.

Der Zyklus des auf- und absteigenden Mondes

Bei den auf- und absteigenden Mondkräften handelt es sich um eine völlig andere Einteilung. Sie ist unabhängig von den vier Mondphasen und bezieht sich ausschließlich auf den Stand des Mondes im Tierkreis. Auch hierbei handelt es sich um einen Zyklus, den der Mond etwa während vier Wochen durchläuft, allerdings ist hiervon am Himmel nichts zu erkennen!

Die aufsteigenden Mond-Zeichen vom Schützen bis zum Stier stehen vor allem für das oberirdische Wachstum. Das bedeutet für Sie: Obst und Gemüse, das in dieser Zeit geerntet wird, ist saftiger und „kraftvoller“ als sonst. Vielleicht merken Sie sich, dass das Symbol des aufsteigenden Mondes wie eine Obstschale aussieht, was an die Ernte erinnert. An Schütze, Steinbock, Wassermann, Fische, Widder und Stier können Sie

sich also halten, wenn Sie eine grobe Orientierung brauchen, welcher Zeitpunkt zum Ernten gut geeignet ist.

Der absteigende Mond, das heißt die Zeit, in der der Mond die Zeichen Zwillinge, Krebs, Löwe, Jungfrau, Waage und Skorpion durchläuft, begünstigt dagegen die Wurzelbildung der Pflanzen nach dem Säen, Setzen oder Umtopfen und stärkt so ihr Wachstum. Ich präge mir immer ein, dass die Spitzen des absteigenden Mondsymbols nach unten zeigen und auf die Erde, also das Pflanzen hinweisen.

Ob der Mond also auf- oder absteigend ist, spielt im Grunde nur für die (Hobby-)Gärtnerinnen und Gärtner unter Ihnen eine Rolle, denn dadurch stehen Ihnen weitere günstige Termine zum Pflanzen bzw. Ernten zur Verfügung, etwa wenn Ihnen das Wetter zum idealen Zeitpunkt einmal einen Strich durch die Rechnung macht.

Was sind Frucht-, Feuer-, Wärme-, Eiweißtage usw.?

Diese Systematik kann Ihnen helfen, sich besser zu merken, welche Eigenschaften ein Tag hat. Man hat den Tierkreis, den der Mond durchläuft, in der Astrologie zu vier Elementgruppen geordnet: Es gibt je drei Feuer-, Luft-, Wasser- und Erdzeichen, nämlich Widder, Löwe und Schütze (Feuer); Stier, Jungfrau und Steinbock (Erde); Zwillinge, Waage und Wassermann (Luft); Krebs, Skorpion und Fische (Wasser).

Jeder Tag, an dem der Mond in einem *Feuerzeichen* steht, ist immer gleichzeitig auch ein Wärmetag, ein Fruchttag und ein Eiweißtag – und bei den anderen Elementen ist es ebenso. Das heißt, die Tagesqualität ist beispielsweise an Widder etwas feuriger und temperamentvoller als sonst und man kann die fruchttragenden Pflanzen und Bäume jetzt entsprechend der Mondphasen pflanzen, indem man sie sät, setzt und erntet (zunehmend) oder zurückschneidet (abnehmend). An diesen Tagen hat man auch nicht so schnell mit Unterkühlung zu rechnen, und der Körper ist jetzt besonders auf die Verwertung von Eiweiß eingestellt. Das kann jedoch auch bedeuten, dass Ihnen gerade an diesen Tagen eiweißhaltige Nahrung wie Fleisch und Fisch nicht gut bekommt; hier gibt es so viele unterschiedliche Beobachtungen, dass Sie sich auf Ihre eigenen Erfahrungen verlassen müssen. Schließlich hat jeder Mensch eine ganz eigene Ernährungsweise und auch eine ganz individuelle Art, sich die aufgenommene Nahrung anzueignen und zu verdauen. Vielleicht fällt Ihnen ja an einem Krebs-Mond-Tag einmal auf, dass Ihnen beispielsweise kohlenhydrathaltige Speisen ganz besonders gut schmecken. Versuchen Sie dann einmal, am nächsten Kohlenhydrattag verstärkt Kartoffeln, Nudeln, Hülsenfrüchte oder Reis auf den Speiseplan zu setzen – worauf Sie eben Lust haben. Wenn Ihnen das gut bekommt, haben Sie einen Schritt hin zu einer gesünderen Ernährung gemacht, weil der Körper die Speisen, die gern und mit Genuss gegessen werden, leichter verdauen und besser aufnehmen kann. Entsprechendes gilt natürlich für die Fett- und Mineralientage.

Zur zweiten Gruppe gehören die *Erdzeichen* Stier, Jungfrau und Steinbock, deren Themen Struktur, Ordnung und Sicherheit sind. Als Wurzeltage sind sie besonders geeignet zum Pflanzen, Pflegen und Ernten von allem, das unterirdisch wächst, also beispielsweise Kartoffeln und Wurzelgemüse, aber auch Heilpflanzen, deren Wurzel verwendet wird. Solche Gemüse sät und setzt man bevorzugt an einem Erdtag bei abnehmendem Mond. Die Jungfrau-Tage möchte ich Ihnen besonders ans Herz legen – sie sind für praktisch jede Arbeit mit Pflanzen bestens

geeignet. Wenn Sie einmal den Schwung erlebt haben, mit dem einem die Gartenarbeit an diesen Tagen von der Hand geht, wissen Sie, dass es sich lohnt, den Mondrhythmus zu berücksichtigen.

Die Erdtage heißen außerdem Kältetage, weil die Natur alles viel schneller auskühlen lässt; mehr als sonst sollten wir jetzt darauf achten, uns nicht zu erkälten, und das eben nicht nur bei feuchtkaltem Wetter.

Als Mineralien- oder Salztage begünstigen sie die Aufnahme dieser Stoffe in unserem Körper, das sollten Sie auch berücksichtigen, wenn Sie sich salzarm ernähren. Ähnlich wie mit dem Alkohol an Fische-Tagen können jetzt schon kleine Mengen schaden.

Die dritte Gruppe sind die *Luftzeichen*: Zwillinge, Waage und Wassermann. Beim Luftelement steht vor allem unser Intellekt und dessen Leistung im Vordergrund, wir wollen möglichst viele Dinge begreifen, Informationen aufnehmen, verarbeiten und durch Kommunikation weitergeben. Geistige Beweglichkeit ist jetzt angesagt. Das spiegelt sich auch darin wider, dass es gleichzeitig Lichttage sind, deren Name ja auch auf Erhellung hinweist. Man nimmt jetzt das Licht als besonders leuchtend, manchmal direkt stechend wahr, sogar wenn die Sonne hinter einer Wolkenschicht verborgen ist. Um Glas, also Spiegel und Fenster zu reinigen, ist dies ein sehr guter Zeitpunkt, sofern Sie auf den abnehmenden Mond achten, und außerdem, um frischen Wind beim ausgiebigen Lüften auch in die hintersten Ecken Ihrer Räume zu lassen.

Als Blütentage sind sie zwar sehr geeignet für die Pflege Ihrer Blumen, allerdings sollten Sie möglichst auf das Gießen der Balkonblumen verzichten, weil Sie sonst leicht Probleme mit oberirdischen Schädlingen, vor allem Läusen bekommen. Achten Sie auch einmal darauf, ob Sie jetzt fettes und öliges Essen besonders gut oder eher schlecht vertragen.

Zur letzten Kategorie: Krebs, Skorpion und Fische sind *Wasserzeichen*, die Tagesqualität ist meist geprägt vom Thema Abgrenzung, also ob man im Leben zu viele oder zu wenig Grenzen zieht, und wie man „im Fluss“ bleibt. Unser Gefühlsleben spielt dabei eine zentrale Rolle.

Auch auf der praktischen Ebene sind dies Wassertage, was nun nicht bedeutet, dass es unbedingt öfter regnet, sondern dass die Feuchtigkeit alles besonders gut durchdringt, egal, ob es nun regnet oder nicht. Daher ist dies kein guter Zeitpunkt, um beispielsweise Obst einzulagern, weil es schneller fault oder schimmelt als sonst. Auch um Kleidung „einzumotten“, beispielsweise im Frühjahr die Winterkleidung, gibt es bessere Termine. Äußerst günstig ist es dagegen, jetzt die Zimmer- und Balkonpflanzen zu gießen. Ich habe fast alle meine Pflanzen langsam auf diesen Rhythmus umgestellt und gieße nur noch gründlich an diesen Tagen, bis die Erde durchtränkt ist, sodass es bis zum nächsten Wassertag reicht.

Immer sind diese Tage auch Kohlenhydrat- und Blatttage, das heißt, alle Pflanzen, bei denen es auf das Laub ankommt, und Blattgemüse wie Kohl und Salat sollten am besten an diesen Tagen gepflanzt und gepflegt werden. Zur Kohlenhydratverwertung gilt das gleiche wie das zu den Eiweißtagen Gesagte.

Die besten Tipps

Bitte halten Sie sich nicht strikt und ausschließlich an die folgenden Empfehlungen; manchmal sagt Ihnen Ihr Instinkt vielleicht, dass Sie mit

einer Sache lieber noch ein wenig warten sollten. Dies hat meist einen guten Grund, manchmal nimmt Ihre innere Stimme beispielsweise einen kommenden Wetterumschwung wahr, der Ihre geplante Arbeit zunichte machen kann. Der beste Weg, für die Arbeiten einen – *einen*, nicht *den!* – richtigen Zeitpunkt zu finden, ist nach meiner Erfahrung, mit wachem Bewusstsein verschiedene Möglichkeiten auszuprobieren und sich dann anhand der eigenen Beobachtungen zu entscheiden, wie man es in Zukunft machen möchte. Ich habe mir zum Beispiel eine Zeit lang notiert, welche Ergebnisse die Friseurbesuche bei verschiedenen Mondständen gebracht haben, sodass ich jetzt mehrere zur Auswahl habe, die sehr gut oder gut für mich sind, und einige, die ich absolut vermeide. Und am liebsten putze ich die Fenster bei abnehmendem Mond an Lufttagen, also bei Waage-, Wassermann- oder Zwillinge-Mond, obwohl auch die Feuerzeichen Widder, Löwe und Schütze gut geeignet sind. Probieren Sie aus, was Ihnen die meiste Freude macht – ja, Freude, denn es ist doch ein schönes Erlebnis, wenn die Arbeit so leicht fällt, oder?

Es gibt für alles mehrere Lösungen bzw. günstige Momente. Manchmal reicht es wie gesagt schon, den ungünstigsten zu vermeiden, um beispielsweise bei der Pflanzenpflege erfolgreich zu sein.

- Wenn Sie die Möglichkeit haben, den Termin für eine Operation selbst zu bestimmen, wählen Sie möglichst die Zeit des abnehmenden Mondes. Warten Sie aber bitte nicht wochenlang auf einen günstigen Termin, wenn es sinnvoller ist, möglichst bald zu operieren – und schon gar nicht in Notfällen! Ich stelle in meinem Umfeld seit über zehn Jahren Beobachtungen dazu an und mir fiel eine klare Tendenz auf, dass es seltener zu Komplikationen kommt und der Heilungsprozess zügig voranschreitet. Das gleiche gilt auch für Verletzungen, die bei abnehmendem Mond passieren. Außerdem sollten Sie Tage vermeiden, an denen der Mond in demjenigen Zeichen steht, das mit der entsprechenden Körperregion verbunden ist. Sie finden diese Körperregion im Kalender in der linken Spalte genannt und in der Grafik hervorgehoben. Also keine Venenverödung an Wassermann-Tagen, keine Eingriffe am Herzen an Löwe-Tagen und kein Zahnarztbesuch an Stier. Das bezieht sich auch auf kleinere „Eingriffe“, die Sie zu Hause vornehmen, von der Nagelpflege bis zur Entfernung von Mitessern.

Das alles gilt selbstverständlich *nicht* für Notfälle, akute Schmerzen oder Operationen, die nicht warten können; sondern vor allem für vorbeugende Maßnahmen, bei denen es auf ein paar Tage früher oder später nicht ankommt!

- Wäschewaschen bringt die besten Resultate bei abnehmendem Mond an einem Wassertag, optimal ist das Zeichen Fische. Die Flecken gehen tatsächlich leichter raus.
- Fast alle anderen Hausarbeiten unterstützt ebenfalls der abnehmende Mond mit seiner Energie; man kommt flott voran, muss sich nicht übermäßig plagen und benötigt weniger Reinigungsmittel. Ob Sie etwas zusammenfügen, das lange halten soll, also zum Beispiel einen Dübel setzen, Wandfarbe auftragen oder Tapeten verkleben, die sich ja gut mit dem Untergrund verbinden sollen, oder ob Sie Maßnahmen zum Ausschwemmen und Entfernen unerwünschter Stoffe ergreifen, sei es äußerlich beim Putzen oder innerlich bei Blutreinigungs- und Entgiftungskuren: Lassen Sie sich bei alledem möglichst von der Kraft des abnehmenden Mondes unterstützen. Es mag auf den ersten Blick paradox erscheinen, dass die Mondkraft auch günstig ist, um etwas zusammenzufügen, aber das kommt daher, dass die Sachen eben nicht so viel Feuchtigkeit speichern wie bei zunehmendem Mond: Ein Dübel z.B., der sich später noch etwas zusammenzieht, sitzt eben mit der Zeit locker. Das gilt natürlich vor allem für Holzdübel oder eingegipste Dübel.
- Haare lässt man am besten an den Löwe-Tagen schneiden oder, wenn man kräftiges Haar hat, an Jungfrau. Vermeiden Sie Krebs- und Fische-Tage, sonst sind Sie wahrscheinlich mit Ihrer Frisur so unzufrieden, dass Sie gleich noch einmal zum Friseur wollen.
- Unkrautjäten empfiehlt sich ebenso wie die Entfernung von unerwünschten Körperhaaren und von Zahnstein an Steinbock-Tagen bei abnehmendem Mond.
- Wenn Sie Rasen zu mähen haben, umgehen Sie die Löwe-Tage, sonst kann der Rasen austrocknen. Optimal sind hier die Tage, an denen der Mond in einem Wasserzeichen steht, also Fische, Krebs und Skorpion.
- Düngen muss man Balkon- und Zimmerpflanzen im Grunde gar nicht, denn die fertige Blumenerde enthält bereits so viel Dünger, dass Ihre Pflanzen über Monate versorgt sind. Wenn Sie einen Garten haben und Kunstdünger oder noch besser Kompost ausbringen wollen, ist hierfür die abnehmende Mondphase empfehlenswert, am besten sollten Sie ein Zeichen wählen, das zu den Pflanzen passt, also einen Fruchttag, wenn Sie Obstbäume oder Tomatenpflanzen düngen, einen Wurzeltag für Kartoffeln und Rüben usw. Vermeiden Sie aber lieber die Löwe-Tage, sie trocknen manchmal zu stark aus.
- In modernen Wohnungen ist die Vorratshaltung meist kaum möglich, weil die Keller viel zu warm sind und man im Reihenhausgarten nicht so ohne Weiteres Wurzelgemüse für den Winter eingraben möchte. Sollten Sie dennoch ein wenig Vorratshaltung mit Nahrungsmitteln betreiben, sie z. B. einfrieren oder zu Marmelade verkochen, dann achten Sie am besten auf den abnehmenden Widder-, Löwe- und Schütze-Mond. Generell ist der abnehmende Mond hier gut geeignet.

- Ganz besonders möchte ich Ihnen die wundervolle Fußreflexzonenmassage ans Herz legen: Wenn Sie gelenkig genug sind, Ihre Füße selbst „in die Hand zu nehmen“, sollten Sie die Sohlen regelmäßig an Fische gründlich massieren. Dadurch können Sie kleinere Beschwerden lindern und größeren Gesundheitsproblemen vorbeugen. Massieren Sie jeden Quadratzentimeter Ihrer Fußsohlen, dadurch stärken Sie reflektorisch den gesamten Organismus. Wenn Sie sich zu sehr anstrengen müssten, besorgen Sie sich einen Fußmassageroller mit möglichst verschieden großen Rollen. Aber auch hier gilt natürlich: Von nichts kommt nichts, Sie müssen sich schon regelmäßig damit verwöhnen!

Zum Schluss möchte ich Sie noch einmal daran erinnern, dass die Mondastrologie – wie jedes andere Orientierungssystem – nur Anhaltspunkte liefern kann, welcher Zeitpunkt nun günstig für welche Vorhaben und Tätigkeiten ist. Um in der jeweiligen Situation den für Sie besten Zeitpunkt zu finden, sollten Sie *immer* auch auf Ihre Intuition hören und die Erfahrungen, die Ihnen bereits zuteil wurden, nicht ignorieren, sondern ernst nehmen und ebenfalls berücksichtigen. Bedenken Sie bitte, dass dieser Mondkalender über ein Jahr im Voraus geschrieben wurde und dass niemand Großwetterlagen oder Regenfälle prognostizieren kann, die so weit in der Zukunft liegen. Genauso wenig weiß ich, ob Sie auf einem Berg, an der Küste oder auf einer Höhe dazwischen leben.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Experimentieren mit der Mondkraft und möchte ich mich an dieser Stelle von Herzen für Ihr Interesse an meinem Mondkalender bedanken!

Ihre

Susanne Janschitz