



ANDREA LUTZENBERGER

extra:
Leser-Hotline

Mond- kalender

2023

Lutzi's
Taschen-
kalender

Besser leben mit
der Kraft des Mondes

G|U

Name

Straße

Ort

PLZ

Telefon

Mobil

Telefax

E-Mail

Notarzt

Hausarzt

Zahnarzt

Ärztliche Hinweise

Allergien

Blutgruppe

Im Notfall

benachrichtigen

Reisepass-Nr.

Personalausweis-Nr.

Führerschein-Nr.

Liebe Freundinnen und Freunde des Mondes,

als ich 19 Jahre alt war, lebte ich auf einem Bauernhof in der Nähe von Kempten im Allgäu. Zu dieser Zeit beobachtete ich, wie die Hofbäuerin, die alle liebevoll die »Jörg-Oma« nannten, ihre ganz persönlichen Gartenrituale pflegte. Sie gärtnerete nicht, wenn auch alle anderen ihr Saatgut oder ihre Pflänzchen ausbrachten. Im Gegenteil: Gerade dann, wenn wir nicht einmal im Traum daran dachten, eine Harke oder einen Spaten in die Hand zu nehmen, war sie emsig.

Ich dagegen befolgte die »allgemein gültigen« Gartenregeln und pflanzte zum Beispiel Kohlrabi nach den Eisheiligen. Es wäre mir nie in den Sinn gekommen, einen anderen Zeitpunkt für diese Tätigkeit zu wählen. Unsere Jörg-Oma setzte ihre zarten Pflänzchen dagegen beharrlich später – manchmal gar erst im Juni. Trotzdem erntete sie jedes Jahr früher als ich. Und damit nicht genug: Sie erntete auch größere, saftigere und weniger holzige Früchte als ich, obwohl ihr Gemüse im selben Garten, bei derselben Sonne und denselben Niederschlägen wuchs – und bei ihr mit Sicherheit ebenso viele Schnecken unterwegs waren.

Nachdem ich die alte Frau ein paar Jahre verwundert beobachtet hatte, nahm ich mir ein Herz und fragte, warum sie ihre Gartenarbeit zu den »unmöglichsten Zeiten« verrichtete und nicht dann, wenn es alle taten. Die Jörg-Oma antwortete damals nur: »Weisch, Mädla, du muasch auf des richtige Zeicha achta, i gang halt noch'm Mond.« Diese scheinbar rätselhafte Erklärung machte mich natürlich noch neugieriger. Deshalb bat ich sie, mich in die »Geheimnisse« der Arbeit mit dem Mond einzuführen.

Faszination Mond

Kaum einem Himmelskörper kommt in der Mythologie der Völker ein größerer Stellenwert zu als dem Mond. Denn die Mondgöttinnen wurden schon zu Urzeiten verehrt. Ob die griechische Selene, die römische Luna oder die Göttin der Azteken Coyolxauhqui: Sie alle spielten in der Sagenwelt eine zentrale Rolle. Während die Sonne in den meisten Kulturen das Kraftvoll-Männliche symbolisiert, steht der Mond für das weibliche, mütterliche Prinzip, für Fruchtbarkeit, Wachsen und Werden in der Natur. In den südlichen Gefilden, der Wiege unserer westlichen Kultur, wird das – anders als beispielsweise im deutschsprachigen Raum – auch im Sprachgebrauch durch den weiblichen Artikel deutlich, etwa beim italienischen »la luna«.

Der Mondzyklus

28 Tage dauert es, bis der Mond die Erde einmal ganz umrundet hat. Da der Trabant selbst nicht leuchtet, sondern nur das Licht der Sonne widerspiegelt, erscheint er dabei einmal als strahlende Scheibe, mal als Sichel oder ist gar völlig unsichtbar. Die jeweilige Mondphase hängt dabei von der Position des Himmelskörpers am Firmament ab.

Steht der Mond auf seiner Reise um die Erde zwischen Erde und Sonne, können wir ihn nicht sehen, da die uns zugewandte Seite im Dunkeln liegt. Diese Phase nennt man Neumond. Es dauert jedoch nur wenige Stunden, bis der Mond die Linie zwischen Erde und Sonne verlässt und sich weiter nach rechts bewegt. Nun ist eine schmale, nach links geöffnete Sichel zu sehen. Nach rund sechs Tagen sehen wir den Mond als Halbmond. Immer breiter wird die Sichel, bis der Mond nach etwa 13 Tagen seinen Weg um die Erde

zur Hälfte hinter sich hat und als Vollmond am Himmel steht. Die Erde liegt jetzt zwischen Sonne und Mond, weshalb er als hell erleuchtete Scheibe erscheint. Doch der Mond bleibt nicht stehen, sondern wandert stetig weiter – die wiederum rund 13 Tage dauernde Phase des abnehmenden Mondes beginnt. Da sich der Mond nun auf der anderen Seite der Sonne befindet, wirft er den Schatten in die entgegengesetzte Richtung: Die Sichel ist nach rechts geöffnet.

Die Mondkräfte

Die Kräfte des Mondes sind gewaltig. Er bestimmt den Rhythmus der Gezeiten ebenso wie den Fruchtbarkeitszyklus der Frau. Selbst auf das menschliche Seelenleben soll er Einfluss nehmen, was vor allem bei Vollmond deutlich wird. Gerade Frauen, die oftmals extremen hormonellen Schwankungen unterliegen, neigen dann zu wahren Gefühlsausbrüchen – nicht immer nur positiver Gestalt. Die Geburtenrate steigt bei zunehmendem Mond und erreicht an Vollmond ihren Höhepunkt, genauso wie die Kriminalitätsrate. Medikamente, Alkohol und sonstige Stoffe wirken schneller und stärker.

Heute besinnen sich immer mehr Menschen auf die Bedeutung des Mondes für unser Leben. Sie beobachten und beachten wieder den Ablauf der Natur, und der Mondrhythmus dient ihnen dabei als ein hilfreiches »Werkzeug«.

Selbst christliche Feiertage richten sich nach dem Stand des Mondes. So feiert man beispielsweise Ostern immer am ersten Sonntag nach dem ersten Vollmond nach Frühlingsbeginn (20. März).



Blütentage

Blütentage nennt man auch Luft-, Licht- und Fetttag. An ihnen wirkt alles heller und lichtintensiver. Die Sonnenbrille sollte deshalb immer dabei sein, auch wenn die Sonne nicht direkt durch die Wolken blitzt.

Luftzeichen:	Zwillinge, Waage, Wassermann
Element:	Luft
Pflanzenteil:	Blüte
Nahrungsqualität:	Fett

- **Für Körper und Seele heißt dies:** Meiden Sie alle fettigen Speisen, denn der Körper verwertet sie gerade ausgesprochen gut, was durch zunehmenden Mond noch begünstigt wird. An Wassermanntagen auf Venen, Unterschenkel und Sprunggelenke achten. An Waagetagen sollte man zwischen 15 und 19 Uhr viel trinken, um Nieren und Blase gut durchzuspülen. Nährende Hautwirkstoffe werden besonders gut aufgenommen. An Zwillingentagen wirken pflegende Packungen wahre Wunder.
- **Für das Haus heißt dies:** Maler-, Lackier- und Imprägnierarbeiten sowie Klebearbeiten gehen an diesen Tagen leicht von der Hand. Blütentage sind außerdem ideal zum Fensterputzen – vorzugsweise bei abnehmendem Mond.
- **Für den Garten heißt dies:** Alle Blühpflanzen, die an Blütentagen gesät, gedüngt und gesetzt werden, wachsen gut. Dazu zählen auch Blütengemüse wie Brokkoli, Blumenkohl und Rosenkohl. An Wassermanntagen sollten Sie sich auf das Jäten von Unkraut beschränken.



Fruchttage

Auch Feuer-, Wärme- oder Eiweißtag genannt, lädt ein Fruchttag in der Regel zu einem längeren Aufenthalt im Freien ein, selbst wenn die Wetterlage im Allgemeinen gerade eher schlecht ist.

Feuerzeichen:	Widder, Löwe, Schütze
Element:	Feuer
Pflanzenteil:	Frucht
Nahrungsqualität:	Eiweiß

INFO

- **Für Körper und Seele heißt dies:** Da der Körper an diesen Tagen Eiweiß besonders gut verwertet, sollten gerade Allergiker Fisch, Geflügel, Milchprodukte und Hülsenfrüchte (die sehr viel Eiweiß enthalten) mit Vorsicht genießen. Der Kreislauf ist an diesen Tagen dagegen besonders gut – ideale Tage also für Ausdauersport oder einen Saunabesuch. Fruchttage eignen sich zudem sehr gut, um die Haare zu färben oder einzelne Strähnchen machen zu lassen. Denn die Farbe muss jetzt weniger lang einwirken, behält dafür aber umso länger ihre intensive Leuchtkraft.
- **Für das Haus heißt dies:** Holzdielen und Parkettböden sowie die Fenster werden an Fruchttagen besonders sauber, solange Sie bei abnehmendem Mond arbeiten.
- **Für den Garten heißt dies:** Fruchtgemüse (wie Tomaten, Kürbis und Zucchini) und Beerensträucher, die an einem Fruchttag gesät oder gepflanzt werden, tragen besonders reich. Bei abnehmendem Mond im Widder Obstbäume ausschneiden.

JANUAR

montag

9



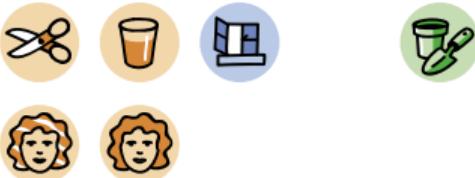
dienstag

10



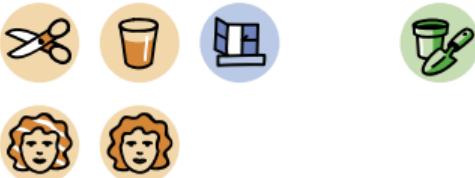
mittwoch

11



donnerstag

12



freitag

13



samstag

14



sonntag

15



Obstbäume und Sträucher
schneiden
Rote-Bete-Saft trinken



Obstbäume und Sträucher
schneiden
Rote-Bete-Saft trinken



bis
16.16 h



Warzen und Hühneraugen
entfernen bis 20.1.
Umtopfen und umpflanzen



Umtopfen und umpflanzen
Nervenstärkende Tees trinken



Viel trinken zwischen
15 und 19 Uhr
Preiselbeersaft trinken



ab
3.58 h



Viel trinken zwischen
15 und 19 Uhr
Preiselbeersaft trinken



Abnehmender Mond 3.11 Uhr
Viel trinken zwischen
15 und 19 Uhr
Preiselbeersaft trinken



bis
13.09 h



MÄRZ/APRIL

montag

27



dienstag

28



mittwoch

29



donnerstag

30



freitag

31



samstag

1



sonntag

Palmsonntag

2



Blumen säen und setzen
Rankende Gewächse säen und
pflanzen



Entspannende Spaziergänge
im Wald
Rosen veredeln



bis
12.23 h



Zunehmender Mond 4.34 Uhr
Blattgemüse säen, setzen und
pikieren, das nicht kopfen soll



Nährbäder und Feuchtigkeits-
pflege
Meditationen



Rasen ansäen
Rote-Bete-Saft trinken



ab
0.32 h



Kräuter sammeln, die
herzstärkend wirken
Haarkuren machen

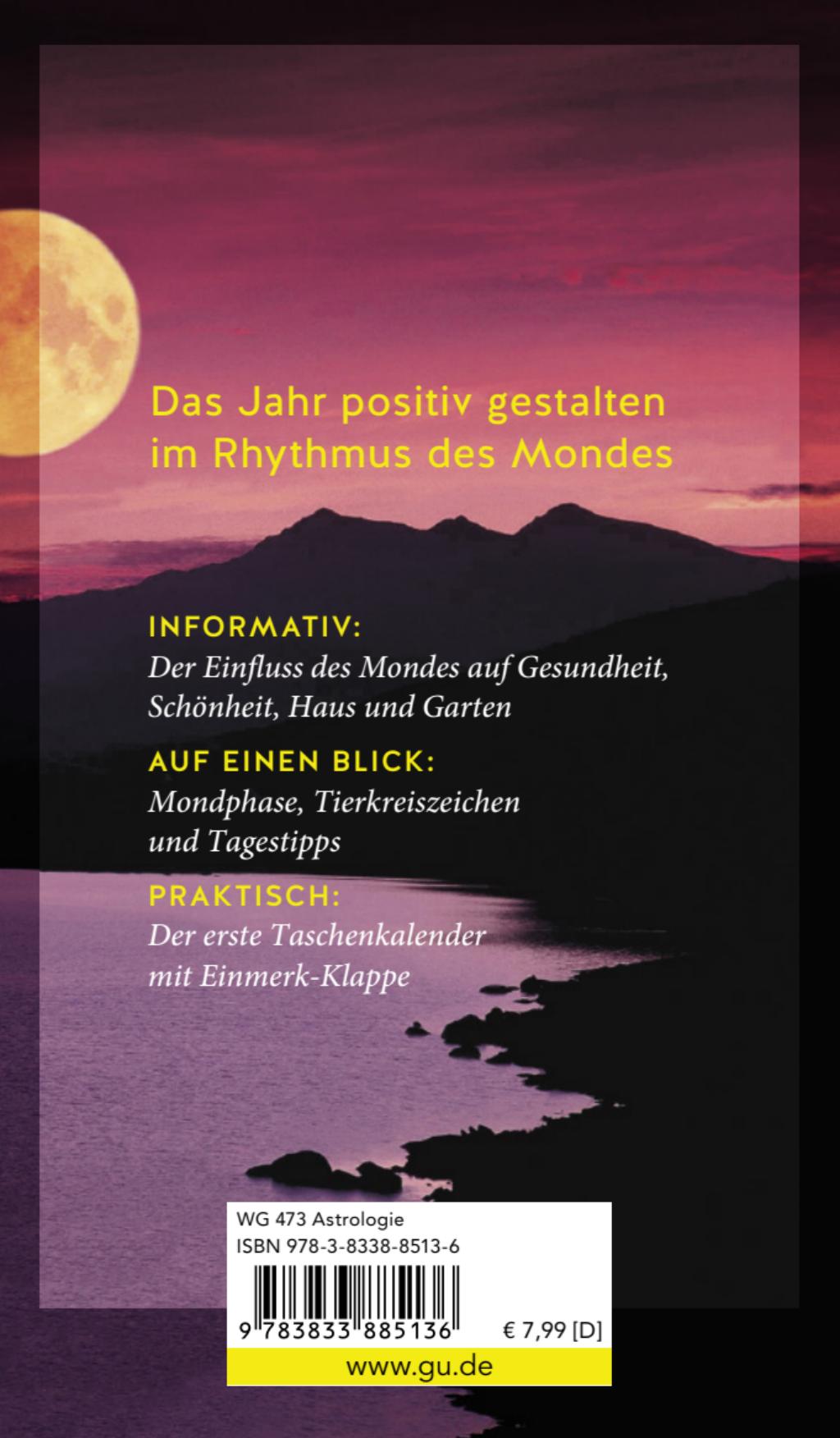


Tomaten und Fruchtgemüse
pikieren
Aphrodisierende Bäder



bis
12.58 h





Das Jahr positiv gestalten im Rhythmus des Mondes

INFORMATIV:

*Der Einfluss des Mondes auf Gesundheit,
Schönheit, Haus und Garten*

AUF EINEN BLICK:

*Mondphase, Tierkreiszeichen
und Tagestipps*

PRAKTISCH:

*Der erste Taschenkalender
mit Einmerk-Klappe*

WG 473 Astrologie

ISBN 978-3-8338-8513-6



9 783833 885136

€ 7,99 [D]

www.gu.de