

Die Wirkung des Mondes auf das irdische Leben

Als ständiger Begleiter umkreist der Mond die Erde in etwa 27 Tagen. Während dieses Umlaufs dreht sich der Mond auch einmal um seine eigene Achse. Deshalb ist von der Erde aus immer nur eine Seite des von der Sonne beleuchteten Erdtrabanten zu sehen. Da zudem die Stellung der Erde zur Sonne wechselt, ist der Mond manchmal gar nicht, als unterschiedlich große Sichel oder als kreisrunde, leuchtende Scheibe zu sehen. Man spricht daher von vier grundsätzlich verschiedenen Mondphasen, durch die der Mond direkt auf Mensch und Natur Einfluss nimmt.

Die Mondphasen

Wenn der Mond für zwei bis drei Tage ziemlich genau zwischen Sonne und Erde steht, ist er fast völlig verdunkelt. Man spricht dann vom **Neumond**. Neumond ist eine Zeit des Beginns und der Neuorientierung. Die Erde fängt nun an abzugeben, die Pflanzensäfte regen sich langsam. Für den menschlichen Organismus ist die Befähigung zur Entgiftung besonders groß. Der Versuch, ungesunde Gewohnheiten aufzugeben, ist jetzt sehr begünstigt.

Bei **zunehmendem Mond** kann man den Erdbegleiter (der im Halbmondstadium der Erde am nächsten ist) als nach links geöffnete Sichel sehen. In dieser Phase steht alles im Zeichen der Aufnahme und Kräftigung. In der Natur dominiert das oberirdische Wachstum. Der menschliche Körper kann alles, was ihn kräftigt und heilt, besonders gut verwerten.

Wenn der Mond für ein bis zwei Tage der Sonne direkt gegenübersteht, bezeichnet man ihn als **Vollmond**. Zu dieser Zeit sind die Mondimpulse am stärksten zu spüren. Der Richtungswechsel von Aufnahme zu Abgabe setzt nun ein. Natur und Mensch sind gleichermaßen sensibilisiert. Viele reagieren auf die Vollmondenergien mit Nervosität, Schlafstörungen, intensiven Träumen oder Aggressionen.

Bei **abnehmendem Mond** (als Halbmond der Erde wieder am nächsten) wird seine beleuchtete Oberfläche von rechts nach links immer geringer, bis abermals der Neumond erreicht ist. Während dieser Phase sind die Mondimpulse auf das Freisetzen von Energien gerichtet. In der Natur ist vor allem das unterirdische Wachstum begünstigt. Der Körper reagiert auf Entgiftungs- und Entschlackungsmethoden besonders positiv. Physische und geistige Höchstleistungen sind leichter zu erreichen als sonst.

Der Mond und die Tierkreiszeichen

Bei seinem Erdumlauf durchwandert der Mond alle zwölf Tierkreiszeichen, in denen er jeweils zwei bis drei Tage verbringt.

Als Beurteilungskriterium dafür, von welchem Sternzeichen ein Tag dominiert wird (ob er z.B. noch ein Krebs- oder schon ein Löwetag ist), gilt in diesem Kalender nicht das Zeichen, in dem der Mond bei Tagesbeginn steht, sondern das, in dem er die längste Zeit des Tages verweilt. Denn je größer dieser Zeitraum ist, desto intensiver verleiht das betreffende Tierkreiszeichen den durch die jeweilige Phase bestimmten Mondimpulsen zusätzlich noch eine ganz bestimmte Qualität. Hinzu kommt, dass dem Einfluss der Sternzeichen verschiedene Bereiche in der Natur und beim Menschen unterliegen,

wie z.B. Pflanzenteile und Körperregionen. Somit können sich die Mondimpulse – je nach den Gegebenheiten – z.B. völlig unterschiedlich auf Pflanzenwuchs oder menschliche Organe auswirken.

Der Kalender

Wertet man das Zusammenwirken der durch die Phasen bedingten direkten und der durch die Tierkreiszeichen bedingten eher indirekten Mondimpulse aus, ergeben sich Tage, an denen gewisse Aktivitäten positiv, andere negativ sind.

Die Tagesaktivitäten

Sie finden in diesem Kalender die günstigen bzw. ungünstigen Termine für die von uns ausgewählten Tätigkeiten bereits genau eingezeichnet. Zu beachten sind allerdings folgende Unterscheidungen: Eine regenerierende Fußreflexzonennassage sollte bei zunehmendem, eine ausleitende bei abnehmendem Mond vorgenommen werden. Wenn Sie Ihre Haare bei zunehmendem Mond schneiden, werden sie schneller nachwachsen – und bei abnehmendem dichter. Pflege, die die Haut ernährt, ist bei zunehmendem Mond begünstigt, eine Tiefenreinigung bei abnehmendem.

Für die Aktivitäten »Geldangelegenheiten« und »Liebe, Partnerschaft« gilt: Der Mond macht aus uns keine besseren Geschäftsleute oder Beziehungspartner. Er beeinflusst aber in gewisser Weise unseren Charakter. Mit diesem Wissen kann man an kritischen Tagen vorsichtiger sein und vielleicht übereilte Entscheidungen und unnötige Partnerschaftskonflikte vermeiden.

Die verwendeten Zeichen und Symbole

1. Die Mondphasen

- = Neumond
- = Vollmond
- ☽ = Zunehmender Mond
- ☾ = Abnehmender Mond

2. Die Tierkreiszeichen

- | | | |
|---------------|--------------|----------------|
| ♈ = Widder | ♉ = Löwe | ♊ = Schütze |
| ♉ = Stier | ♊ = Jungfrau | ♋ = Steinbock |
| ♊ = Zwillinge | ♌ = Waage | ♌ = Wassermann |
| ♋ = Krebs | ♍ = Skorpion | ♎ = Fische |

Bei den Zeitangaben ist die Sommerzeit berücksichtigt.

Impressum

2025 © by Wilhelm Heyne Verlag, München
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
produktsicherheit@penguinrandomhouse.de
(Vorstehende Angaben sind zugleich Pflichtinformationen nach GPSR)

Layout und Satz: Buch-Werkstatt GmbH,
Bad Aibling/Kim Winzen
Coverfoto: © Shutterstock/
muratart
Gesamtherstellung: Longo SPA, Bozen
Printed in Italy
ISBN: 978-3-453-23961-6



		Dezember 2025			Januar 2026			
Erklärung der Tagesaktivitäten		29 Montag	30 Dienstag	31 Mittwoch	1 Donnerstag	2 Freitag	3 Samstag	4 Sonntag
günstig	ungünstig							
		Fußreflexzonemannage						
		Haare schneiden						
		Hautpflege						
		Nagelpflege						
		Geldangelegenheiten						
		Liebe, Partnerschaft						
		Pflanzen gießen						
Tagestipp:		Sorgfältig abwägen, nicht spontan reagieren.	Für heute einen ganz genauen Zeitplan machen.	Das alte Jahr ohne Hektik ausklingen lassen.	Die Privatsphäre der anderen akzeptieren.	Den momentanen Weg konsequent fortsetzen.	Dazu beitragen, ein ruhiges Wochenende einzuläuten.	Erste Ziele fürs kommende Jahr festlegen.
Januar Mo 5 12 19 ⚡ Di 6 13 20 27 Mi 7 14 21 28 Do 1 8 15 22 29 Fr 2 9 16 23 30 Sa ○ ◉ 17 24 31 So 4 11 ● 25								

1. Woche

Vollmond:
03.01., 11.04 Uhr

22.12. bis 20.01.



29 Montag



- 7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

30 Dienstag



- 7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

31 Mittwoch

Silvester



- 7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

1 Donnerstag

Neujahr



- 7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

2 Freitag



- 7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

3 Samstag



- 7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

4 Sonntag



- 7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

Dezember 2025

Januar 2026

Januar 2026

Erklärung der Tagesaktivitäten

günstig	ungünstig
Fußreflexzonenmassage	
Haare schneiden	
Hautpflege	
Nagelpflege	
Geldangelegenheiten	
Liebe, Partnerschaft	
Pflanzen gießen	

Tagestipp:

Sich keinesfalls in den Vordergrund drängen.

5 Montag

6 Dienstag

Heilige Drei Könige

7 Mittwoch

8 Donnerstag

9 Freitag

10 Samstag

11 Sonntag

Januar

Mo	5	12	19	▷
Di	6	13	20	27
Mi	7	14	21	28
Do	1	8	15	22
Fr	2	9	16	23
Sa	○	○	17	24
So	4	11	●	25

2. Woche

Halbmond:
10.01., 16.50 Uhr

22.12. bis 20.01.



5 Montag



- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20

6 Dienstag

Heilige Drei Könige



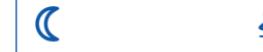
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20

7 Mittwoch



- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20

8 Donnerstag



- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20

9 Freitag



- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20

10 Samstag



- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20

11 Sonntag



- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20

Januar 2026

Januar 2026

Erklärung der Tagesaktivitäten

günstig ungünstig



Tagestipp:

Nicht heucheln, aber sich um Takt bemühen.

12 Montag

13 Dienstag

14 Mittwoch

15 Donnerstag

16 Freitag

17 Samstag

18 Sonntag

Januar

Mo	6	○	20	27
Di	7	○	14	28
Mi	1	8	15	22
Do	2	9	16	23
Fr	3	10	17	24
Sa	4	11	18	25
So	5	12	19	26

3. Woche

Neumond:
18.01., 20.53 Uhr

22.12. bis 20.01.



12 Montag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

13 Dienstag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

14 Mittwoch



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

15 Donnerstag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

16 Freitag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

17 Samstag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

18 Sonntag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

Januar 2026

Januar 2026

Erklärung der Tagesaktivitäten

günstig ungünstig



Tagestipp:

Unbedingt Kompromissbereitschaft signalisieren.

19 Montag

20 Dienstag

21 Mittwoch

22 Donnerstag

23 Freitag

24 Samstag

25 Sonntag

Januar

Mo	5	12	19	▷
Di	6	13	20	27
Mi	7	14	21	28
Do	1	8	15	22
Fr	2	9	16	23
Sa	○	○	17	24
So	4	11	●	25

4. Woche

21.01. bis 19.02.



19 Montag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

20 Dienstag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

21 Mittwoch



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

22 Donnerstag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

23 Freitag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

24 Samstag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

25 Sonntag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

Januar 2026

Januar 2026							Februar	
Erklärung der Tagesaktivitäten		26 Montag	27 Dienstag	28 Mittwoch	29 Donnerstag	30 Freitag	31 Samstag	1 Sonntag
günstig	ungünstig							
		Fußreflexzonenmassage						
		Haare schneiden						
		Hautpflege						
		Nagelpflege						
		Geldangelegenheiten						
		Liebe, Partnerschaft						
		Pflanzen gießen						
Tagestipp:		Keinesfalls den Bogen überspannen.	Flexibel bleiben und kein Spielverderber sein.	Notfalls um den Frieden kämpfen.	Um Zurückhaltung bemüht sein.	Nicht nur aus dem Bauch heraus entscheiden.	Keine unnötigen Alleingänge wagen.	Im Jetzt leben und das Heute genießen.
							Februar	
							Februar	
							Mo 2 ⚡ 16 23	
							Di 3 10 ⚡	
							Mi 4 11 18 25	
							Do 5 12 19 26	
							Fr 6 13 20 27	
							Sa 7 14 21 28	
							So ⚡ 8 15 22	

5. Woche

Halbmond:

26.01., 05.49 Uhr

Vollmond:

01.02., 23.10 Uhr

21.01. bis 19.02.



26 Montag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

27 Dienstag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

28 Mittwoch



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

29 Donnerstag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

30 Freitag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

31 Samstag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

1 Sonntag



7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20

Januar 2026

Februar

Februar 2026

Erklärung der Tagesaktivitäten

günstig ungünstig



Tagestipp:

Neugier und Neid in den Griff bekommen.

2 Montag

Mariä Lichtmess

3 Dienstag

Jegliche Art von Sturheit vermeiden.

4 Mittwoch

Nicht Trübsal blasen, sondern etwas unternehmen.

5 Donnerstag

Mit dem Kopf, nicht mit dem Herzen entscheiden.

6 Freitag

Einfach mal stolz sein auf das, was man erreicht hat.

7 Samstag

Versuchen, sich ohne viele Worte zu verständigen.

8 Sonntag

Februar

Mo	2	3	4	11	12	13	16	18	19	20	21	22	23
Di		3	10										
Mi		4		11	18	25							
Do		5		12	19	26							
Fr		6		13	20	27							
Sa		7		14	21	28							
So	○	8	15	22									