

# 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 Fußreflexzonenmassage 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

☾ = Zunehmender Mond

○ = Vollmond

☾ = Abnehmender Mond
2. Die Tierkreiszeichen

♈ = Widder

♉ = Stier

♊ = Zwillinge

♋ = Krebs

♌ = Löwe

♍ = Jungfrau

♎ = Waage

♏ = Skorpion

♐ = Schütze

♑ = Steinbock

♒ = Wassermann

♓ = 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  
produkt.sicherheit@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





## Erklärung der Tagesaktivitäten

**günstig** **ungünstig**

- |   |                       |   |
|---|-----------------------|---|
|  | Fußreflexzonenmassage |  |
|  | Haare schneiden       |  |
|  | Hautpflege            |  |
|  | Nagelpflege           |  |
|  | Geldangelegenheiten   |  |
|  | Liebe, Partnerschaft  |  |
|  | Pflanzen gießen       |  |

## Tagestipp:

# Dezember 2025

**29** Montag

Sorgfältig abwägen, nicht spontan reagieren.

**30** Dienstag

Für heute einen ganz genauen Zeitplan machen.

**31** Mittwoch

Silvester

Das alte Jahr ohne Hektik ausklingen lassen.

# Januar 2026

**1** Donnerstag

Neujahr

Die Privatsphäre der anderen akzeptieren.

**2** Freitag

Den momentanen Weg konsequent fortsetzen.

**3** Samstag

Dazu beitragen, ein ruhiges Wochenende einzuläuten.

**4** Sonntag

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

Erste Ziele fürs kommende Jahr festlegen.

# 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

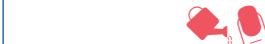
Silvester



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



### Erklärung der Tagesaktivitäten

- günstig

ungünstig
-  Fußreflexzonenmassage

 Haare schneiden

 Hautpflege

 Nagelpflege

 Geldangelegenheiten

 Liebe, Partnerschaft

 Pflanzen gießen
- 













**Tagestipp:**

# Januar 2026

5 Montag

6 Dienstag  
Heilige Drei Könige

7 Mittwoch

8 Donnerstag

9 Freitag

10 Samstag

11 Sonntag

Sich keinesfalls in den Vordergrund drängen.

Ehrlichkeit und Zuverlässigkeit beweisen.

Auch andere Auffassungen akzeptieren.

Versuchen, offen, aber nicht verletzend zu sein.

Mit seiner Energie richtig haushalten.

Seine diplomatischen Fähigkeiten einsetzen.

Nur versprechen, was man auch halten möchte.

### 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

2. Woche

Halbmond:  
10.01., 16.50 Uhr

22.12. bis 20.01.



5 Montag	6 Dienstag	7 Mittwoch	8 Donnerstag	9 Freitag	10 Samstag	11 Sonntag
<div></div>	<div>Heilige Drei Könige <span>17.58</span></div>	<div></div>	<div></div>	<div><span>01.07</span></div>	<div></div>	<div><span>11.56</span></div>
7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20

Januar 2026

# Januar 2026

## Erklärung der Tagesaktivitäten

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

## Tagestipp:

**12** Montag

Nicht heucheln, aber sich um Takt bemühen.

**13** Dienstag

Versuchen, jede Art von Eskalation zu verhindern.

**14** Mittwoch

Über seinen Freiraum verfügen und aktiv werden.

**15** Donnerstag

Den nötigen Sinn für das richtige Maß beweisen.

**16** Freitag

Sich auch mal aus der Reserve locken lassen.

**17** Samstag

Spontaneität zulassen und notfalls umdenken.

**18** Sonntag

### Januar

Mo	6	○	20	27
Di	›	14	◀	28
Mi	1	8	15	22 ●
Do	2	9	16	23 30
Fr	3	10	17	24 31
Sa	4	11	18	25
So	5	12	19	26

Zur partnerschaftlichen Harmonie beitragen.

# 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
 Fußreflexzonenmassage	
 Haare schneiden	
 Hautpflege	
 Nagelpflege	
 Geldangelegenheiten	
 Liebe, Partnerschaft	
 Pflanzen gießen	

## Tagestipp:

**19** Montag

Unbedingt Kompromissbereitschaft signalisieren.

**20** Dienstag

Einen ganz genauen Zeitplan machen.

**21** Mittwoch

Nicht zögern, sondern einen Vorstoß wagen.

**22** Donnerstag

Sich nicht unnötig sorgen, sondern anpacken.

**23** Freitag

Distanz und Nähe ausbalancieren.

**24** Samstag

Versuchen, immer die passenden Worte zu finden.

**25** Sonntag

Keinen verpassten Chancen nachtrauern.

### 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

# 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

Erklärung der Tagesaktivitäten

- günstig

ungünstig
-  Fußreflexzonenmassage

 Haare schneiden

 Hautpflege

 Nagelpflege

 Geldangelegenheiten

 Liebe, Partnerschaft

 Pflanzen gießen
- 













Tagestipp:

Januar 2026

26 Montag	27 Dienstag	28 Mittwoch	29 Donnerstag	30 Freitag	31 Samstag
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.

Februar

1 Sonntag	
Februar	
Mo	2 3 16 23
Di	3 10 17 24
Mi	4 11 18 25
Do	5 12 19 26
Fr	6 13 20 27
Sa	7 14 21 28
So	8 15 22
Im Jetzt leben und das Heute genießen.	

## 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

Fußreflexzonenmassage

Haare schneiden

Hautpflege

Nagelpflege

Geldangelegenheiten

Liebe, Partnerschaft

Pflanzen gießen


- Tagestipp:
- 2 Montag
- Mariä Lichtmess
- Neugier und Neid in den Griff bekommen.
- 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 | ☾  | 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 |
- Seine zwischenmenschlichen Beziehungen ausbauen.
- 9783453239616\_1.0\_INH\_Foeger\_MondTischkalender2026\_CC24.indd 12
- 11.02.2025 09:57:04