



Buch

Natur- und Mondrhythmen helfen bei der Wahl des günstigsten Zeitpunkts, wenn man die Wohnung renovieren, ein Haus bauen oder mit Holz arbeiten will. Dieses Buch macht es leicht, das Wissen im Alltag umzusetzen. Das erfolgreiche Autoren-Ehepaar, Johanna Paungger und Thomas Poppe, bereitet jahrtausendealtes Mondwissen aktuell und praktisch auf, um Chemiegifte und Konservierungsmittel beim Bauen und Renovieren entbehrlich zu machen. Jede Tätigkeit beim Hausbau und beim Heimwerken hat mehr Erfolg, mehr Gesundheit und Wohlbefinden sind der Lohn.

Autoren

Johanna Paungger und Thomas Poppe haben als Erste das Wissen um den Einfluss des Mondes wiederentdeckt. Ihre Bücher und Kalender sind Bestseller und dienen immer mehr Menschen Jahr für Jahr als verlässliche Wegweiser.

JOHANNA PAUNGGER wuchs in engster Vertrautheit mit den Mond- und Naturrhythmen auf. Ihr Großvater ließ sie teilhaben an seinem immensen Wissen um eine gesunde Lebensführung und Vitalität bis ins hohe Alter.

THOMAS POPPE, Autor und Übersetzer, beschäftigt sich seit vielen Jahren mit den Einflüssen der Mondrhythmen auf den Alltag.

Von den Autoren außerdem im Programm:

Der lebendige Garten (• auch als E-Book erhältlich) • Die Mondgymnastik (• auch als E-Book erhältlich) • Alles erlaubt (• auch als E-Book erhältlich) • Aus eigener Kraft (• auch als E-Book erhältlich) • Das Mondlexikon (• auch als E-Book erhältlich) • Fragen an den Mond (• auch als E-Book erhältlich) • Moon Power (• auch als E-Book erhältlich) • Das Tiroler Zahlenrad • Lebenschance Tiroler Zahlenrad • Mondkalender.

Die Jahresübersichten 2019–2029

Jährlich neu erscheinend:

DAS MONDJAHR: Taschenkalender (farbig und schwarzweiß) • Foto-Wandkalender • Wochenkalender • Tagesabreißkalender • Wand-Spiralkalender • Garten-Spiralkalender • Garten-Wandkalender
• Familienkalender • Zeit für mich

Johanna Paungger
Thomas Poppe

Bauen mit dem Mond



Zum richtigen Zeitpunkt –
Renovierung, Hausbau,
Holzverarbeitung

GOLDMANN

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Dieses Buch ist in ähnlicher Form bereits erschienen unter dem Titel »Der Mond im Haus« (16278).



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

 Dieses Buch ist auch als E-Book erhältlich.

6. Auflage

Überarbeitete und ergänzte Neuausgabe Juli 2018
Copyright © Wilhelm Goldmann Verlag, München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München

Umschlag: Uno Werbeagentur, München
Umschlagmotiv: Foto: gettyimages/Konrad Wothe/
LOOK-foto; Mondzyklus: FinePic®, München
Satz und Layout: Buch-Werkstatt GmbH, Bad Aibling
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
CH · Herstellung: IH
Printed in Germany
ISBN 978-3-442-17744-8
www.goldmann-verlag.de

Besuchen Sie den Goldmann Verlag im Netz



Inhalt

| | |
|--|----|
| Vorwort zur Neuausgabe | 9 |
| Vorwort der Erstausgabe | 11 |
| | |
| Grundregeln und erste Schritte | 15 |
| | |
| <i>Mond und Erde – Teil 1</i> | |
| Erde ausheben zum Hausbau | 20 |
| | |
| <i>Mond und Erde – Teil 2</i> | |
| Erde ausheben mit sofortiger Dränage | 28 |
| | |
| <i>Flüssiger Stein</i> | |
| Beton und Estrich gießen | 32 |
| | |
| <i>In Harmonie mit dem Wasser</i> | |
| Dränagieren | 38 |
| | |
| <i>Ein Geschenk des Himmels – Teil 1</i> | |
| Türen, Fenster und Wintergärten fertigen | 42 |
| | |
| <i>Aus klaren Augen</i> | |
| Fenster verglasen und einsetzen | 55 |

| | |
|--|-----|
| <i>Ein Geschenk des Himmels – Teil 2</i> | |
| Holztreppen und Dachstühle fertigen und aufstellen..... | 61 |
| <i>Wandeln wie auf Wolken</i> | |
| Bodenbeläge verlegen..... | 69 |
| <i>Schutz für die »dritte Haut«</i> | |
| Verputzen und Ausbessern | 73 |
| <i>Ein Geschenk des Himmels – Teil 3</i> | |
| Holzdecken und Holzböden anbringen | 77 |
| <i>Schöne Flächen, saubere Linien</i> | |
| Malerarbeiten | 83 |
| <i>Trockener Fuß, trockene Luft</i> | |
| Feuchtigkeit beseitigen | 90 |
| <i>Die Außenanlagen</i> | |
| Zäune, Pflaster und Naturwege anlegen..... | 94 |
| <i>Vom Umgang mit dem Wasser</i> | |
| Quellen fassen und Brunnen bohren..... | 109 |

| | |
|---|-----|
| Gut geplant ist halb gebaut | 123 |
| Die Wissenschaft vom guten Platz..... | 124 |
| Tipps für Ihren Alltag – Quer durchs Haus..... | 126 |
| Keller und Lagerung..... | 129 |
| Wirtschaftsraum | 130 |
| Speisekammer..... | 131 |
| Küche | 132 |
| Diele | 134 |
| Wohnzimmer..... | 135 |
| Heizungssystem und Elektroinstallation..... | 135 |
| Schlafzimmer..... | 140 |
| Kinder- und Jugendzimmer..... | 141 |
| Bad | 142 |
| Dachboden | 142 |
| Sommer/Winter | 143 |
| Büro..... | 144 |
| Gartenanlage..... | 144 |
| Holz gewinnen – zum richtigen Zeitpunkt | 146 |
| Welches Holz für welchen Zweck? | 163 |
| Was uns noch am Herzen liegt..... | 172 |
| Ein rundes Mondkalender-Programm..... | 174 |
| Mondwochen mit Johanna Paungger-Poppe | 176 |
| Mond im Internet | 177 |
| Der Mondversand – Gute Dinge »vom richtigen Zeitpunkt« | 178 |
| Alpha/Omega und Biorhythmus – noch ein Leserservice | 179 |

Inhalt

| | |
|-------------------------------------|-----|
| Ein Dank an unsere Leser | 181 |
| Die Grundregeln im Überblick | 184 |
| Mondkalender von 2018 bis 2021..... | 189 |
| Register | 206 |

Vorwort zur Neuausgabe

Dieses Buch lüftet ein Geheimnis! Es gibt Antwort auf die Frage: Warum hält das Holz alter Bauernhäuser, teilweise über 300 Jahre alt, besser als das »neue« Holz aus dem Baumarkt, das oft schon nach wenigen Jahren reißt, sich dreht, fault und aufwändig ausgetauscht werden muss? Die Antwort gibt ein uraltes Regelwerk zum richtigen Zeitpunkt des Holzfällens, das wir für Sie in diese Neuausgabe integriert haben.

Im Herbst 1991 hat alles angefangen. »Vom richtigen Zeitpunkt« erschien – das Buch, das der Wiederentdeckung des Wissens um die Mondrhythmen den Weg ebnete und das heute in 30 Sprachen übersetzt vorliegt. Nur wenig später haben wir das Buch veröffentlicht, das Sie in Händen halten – damals noch mit dem Titel »Der Mond im Haus«.

So aktuell wie eh und je haben nicht nur HeimwerkerInnen, BauherrInnen, SchreinerInnen und Waldbauern von diesem Wissen profitiert. Millionen Leserinnen und Leser haben seither erleben dürfen, wie sehr der Mondkalender den Alltag erleichtern hilft. Auch Heilpraktiker, Ärzte und Zahnärzte erlebten, wie das Achten auf den Mondstand zum Segen für viele Patienten geriet und viele merkwürdige Umstände bei Therapie und Heilungsverlauf erklären half.

Waldbauern und SchreinerInnen, die den richtigen Zeit-

punkt beachten, haben ihrerseits entdeckt, dass zum richtigen Zeitpunkt geschlagenes »Mondholz« umweltverträgliches Arbeiten erleichtert und biologische Holzprodukte erst möglich macht, im Innen- wie im Außenbereich. Keine Gifte verwandeln das Holz mehr in Sondermüll und belasten die Gesundheit der Menschen. Es kann bleiben, was es ist: der schönste Werkstoff, den uns die Natur schenkt. Und auch was seine Dauerhaftigkeit betrifft, tritt es endlich wieder erfolgreich in Konkurrenz zu den naturfernen Werkstoffen Beton, Stahl, Glas oder Plastik.

Wenn Sie unsere Arbeit noch nicht kennen und mit diesem Buch erstmals mit ihr in Berührung kommen, dann ist unser Wunsch, dass es Sie ein langes Stück Weg begleitet und für Sie nützlich wird. Vielleicht macht es neugierig auf die genaueren Zusammenhänge und noch viel mehr Wissen, das wir in unseren Büchern festgehalten haben. Neulingen wie »alten Hasen« versprechen wir, auch in Zukunft für sie da zu sein – mit aufrichtiger Information über in Vergessenheit geratene Zusammenhänge, deren Kenntnis für die Gegenwart und Zukunft unseres kleinen Planeten von größter Bedeutung ist. Die Natur sollte uns nicht erst zwingen müssen, das Wissen vom »richtigen Zeitpunkt« wieder lebendig werden zu lassen. Gemeinsam mit Ihnen möchten wir die ersten Schritte aus freiem Willen gehen. Das Echte hat Zukunft!

Johanna Paungger & Thomas Poppe

Vorwort der Erstausgabe

Das Wissen um die Mondrhythmen ist dabei, sich wieder einen Platz im Alltag vieler Berufe zurückzuerobern – nicht als kurzlebige Modeerscheinung, sondern als unverzichtbares Element. Mit diesem Buch wollen wir unseren Lesern nun ein weiteres Werkzeug an die Hand geben, das sich viele von ihnen schon lange gewünscht haben. Jahrtausendealtes Wissen kommt Ihnen zu Hilfe, um Chemiegifte und Konservierungsmittel entbehrllich zu machen und zahlreichen Krankheiten den Boden zu entziehen. Giftfrei, natur- und menschenfreundlich zu bauen und zu renovieren wird durch dieses Werkzeug zur Freude.

Was tun, wenn der Baubeginn eines Hauses feststeht, wenn Bauherr und ausführende Firmen den »richtigen Zeitpunkt« beachten wollen, aber nur der Bauherr schon Erfahrung mit den Mond- und Naturrhythmen gesammelt hat?

Was tun, wenn Sie eine Malerfirma mit der Renovierung Ihrer Wohnung oder Ihres Büros beauftragt haben und die Firma nun zum ersten Mal vom richtigen Zeitpunkt hört?

Der Baufirma und den Handwerkern fehlt die Zeit, um sich in die Materie einzuarbeiten, selbst wenn sie besten Willens sind, die Regeln zu befolgen. Dieses Buch soll hier Abhilfe schaffen und Menschen mit den nötigen Informationen versorgen, die aus verschiedensten Gründen keine Zeit haben,

sich über Monate und Jahre hinweg Erfahrungswissen anzueignen.

Das Buch ist auch Ergebnis einer Summe von eigenen Erfahrungen in der Zusammenarbeit mit Architekten und Gartenfachleuten, mit Landwirten und Holzhandwerkern. Wer sich anhand unserer Bücher im Laufe von Monaten und Jahren langsam mit dem Wissen vertraut macht, braucht schließlich nur noch ein kleines Stück Papier mit Mondphasen und Mondstand im Tierkreis – einen jährlichen Mondkalender.

Andererseits gibt es viele Menschen, die von Anfang an unserer Arbeit Vertrauen entgegenbringen und das Wissen anwenden wollen, ohne die Zeit zu haben, sich intensiv damit zu befassen.

Gerade den *guten* Architekten, Heilberuflern, Holzhandwerkern lässt der Erfolg oftmals nicht die Zeit, zuerst unsere Bücher zu studieren und dann im Laufe von Jahren das Wissen in ihre Arbeit und ihr Leben zu integrieren. Ihr Erfolg bedeutet aber auch, dass sie offen sind und bereit zu lernen. »Ich spüre, dass an der Sache mit den Mondrhythmen was dran ist, weil ich schon viele Erfahrungen gemacht habe, die anders nicht zu erklären sind, aber bitte gebt mir etwas an die Hand, damit ich das Wissen gleich umsetzen kann« – so oder so ähnlich lautete der Satz, den wir oft zu lesen oder zu hören bekamen.

Gerade im Bereich von Hausbau, Renovieren und Heimwerken wäre es sinnvoll, ohne »Studierpause« in die Kunst

des richtigen Zeitpunkts einzusteigen, weil man vom ersten Tag an Unmengen von Umweltgiften und umständliches und teures Nacharbeiten vermeiden kann.

Entscheidend ist nämlich: Die Anwendung natürlicher Produkte (Naturharze, Holz, Schafwolle, Kalkfarben etc.) bedarf unbedingt der Wahl eines passenden Termins, erst dann sind sie Chemiegiften und umweltbelastenden Industrieprodukten in fast jeder Hinsicht überlegen – und um vieles gesünder und menschenfreundlicher! Beeindruckende Belege für die Dauerhaftigkeit, Zähigkeit und Langlebigkeit solcher Produkte findet man beim Besuch eines Museumsdorfes, etwa Kramsach in Tirol, wo jahrhundertealte Holzbauwerke Geschichten erzählen, die man von keinem Stahlbetonbauwerk zu hören bekommen wird.

Auch wer sich nicht zuerst Schritt für Schritt mit Hilfe unserer bisherigen Bücher in das Wissen um die Mondrhythmen einarbeitet, wird durch die Ratschläge in diesem Buch allmählich die *persönliche Erfahrung* machen, um wie viel einfacher alles wird, wie sehr die Natur ihm unter die Arme greift, wenn er mit ihren Wellen schwingt. Nach und nach wird er auch in unseren Büchern nachlesen und erfassen können, welche Zusammenhänge es sind, die ihm da zu Hilfe gekommen sind.

Zu den wichtigsten Tätigkeiten im Bereich von Hausbau, Renovieren und Holzverarbeitung finden Sie die guten und schlechten Zeitpunkte in Harmonie mit dem Mondlauf. Und

wenn Sie eine Tätigkeit im Buch vermissen, dann gehört sie entweder zu denjenigen, die vom richtigen Zeitpunkt nur wenig profitieren (etwa die Elektroinstallation), oder sie lässt sich problemlos einer im Buch vorkommenden Tätigkeit zuordnen.

Unsere Leser wissen, dass sie hiermit über ein Büchlein verfügen, das sie Tischlern, Architekten, Zimmerern usw. in die Hand drücken können. Wenn Sie zu unseren »neuen« Lesern gehören, die mit diesem Buch zum ersten Mal in Berührung mit den Natur- und Mondrhythmen kommen, wünschen wir Ihnen Mut und Pioniergeist beim Ausprobieren, dazu viel Abenteuerlust und Freude beim Sammeln von Erfahrungen aus eigener Kraft mit dem »richtigen Zeitpunkt« – mit dem alten Wissen um die Natur- und Mondrhythmen.

Johanna Paungger-Poppe und Thomas Poppe
www.paungger-poppe.com



Grundregeln und erste Schritte

Bauen und Renovieren in Harmonie mit Naturgesetzen und im Wellenschlag der Mondrhythmen ist leichter und angenehmer auszuführen, ist kurz- und langfristig billiger und bringt Sie der Absicht, die Natur nicht auszubeuten und gesund zu wohnen, einen gewaltigen Schritt näher, selbst wenn Sie nur eine einzige Regel kennen und beherzigen! Allein durch das Befolgen dieser Regel können Sie sich selbst und uns allen einen großen Dienst erweisen. Sie lautet:

Zwei unterschiedliche Stoffe, die dauerhaft verbunden werden sollen, sollten bei abnehmendem Mond zusammengefügt werden – gleichgültig ob durch Kleben, Mischen, Verschmelzen, Zusammenschieben, Verschränken, Pressen, Zinken etc.

Nachdem dies für fast alle Tätigkeiten bei Hausbau und Renovieren gilt, mag sich jetzt natürlich für Sie die Frage aufdrängen: Wie soll es denn möglich sein, nur 14 Tage lang zu arbeiten und 14 Tage die Handwerker nach Hause zu schicken oder die Hände in den Schoß zu legen?

Bei der Antwort können wir Ihnen helfen.

Haben Sie schon Geschichten vom »Pfusch am Bau« gehört? Oder davon, dass die meisten Häuslbauer kurz vor

Vollendung des Bauwerks »keine Zeit, kein Geld und keine Nerven« mehr haben? Bitte glauben Sie all diesen Geschichten und gehen Sie davon aus, dass die Wirklichkeit noch viel schlimmer aussieht. Falscher Stolz verhindert oft, dass das Ausmaß der schlechten Erfahrungen ans Licht kommt. Kaum jemand gibt gern zu, die Handwerker, die Baufirma, die Bank usw. falsch gewählt zu haben.

Das Gegenmittel ist *weise Planung* (und niemals Rechnungen voll bezahlen, bevor die Arbeit nicht mängelfrei beendet worden ist!).

Wenn Sie von der großen Kraft des richtigen Zeitpunkts profitieren wollen, bleibt Ihnen nicht erspart, die genaue Reihenfolge der auszuführenden Schritte für Ihr Vorhaben zu planen, vielleicht mit Hilfe fachkundiger Berater, Bauleiter, Architekten. Erst nach dieser Festlegung folgt die Abstimmung mit dem Mondkalender.

Ein Beispiel: Sie entscheiden sich für den Kelleraushub als ersten Schritt bei zunehmendem Mond. In diesem Fall müssen Sie dafür sorgen, dass die Dränage unverzüglich nach dem Aushub erfolgt (siehe Seite 28f.) und spätestens bei Vollmond abgeschlossen ist. Bei einem Aushub bei abnehmendem Mond entfällt die Dränage vorerst, sollte aber dann ebenfalls bei zunehmendem Mond erfolgen.

Ja, und dann geht's weiter in der Baureihenfolge. Sie werden bei der Lektüre des Buches erkennen, dass tatsächlich die meisten Arbeiten bei abnehmendem Mond erfolgen sollten. Das verpflichtet nicht nur zur genauen Einteilung der Hand-

werker, sondern schenkt Ihnen auch etwas sehr Wertvolles, nämlich Muße und Ruhe bei Planung und Auswahl.

Bei zunehmendem Mond können Sie in Ruhe Fliesen aussuchen, die neue Küche, die passende Beleuchtung begutachten, Fußböden und Gardinen wählen. Nur wenn Sie zum Schluss alles auf einmal erledigen müssen, weil der Fliesenleger wartet, kommt es zu Ärgernissen und zu »Rosarot« statt »Blau« im Bad – ein ewiger kleiner Dorn im Auge nach dem Einzug.

Wie oft in Ihrem Leben werden Sie bauen?

Nehmen Sie sich deshalb *Zeit!* Und bedenken Sie wohl, welcher Schritt als nächster folgt. Und dann kombinieren Sie mit dem Mondkalender.

Vierzehn Tage bauen, vierzehn Tage lang planen und organisieren. Abnehmender Mond, zunehmender Mond. Das ist ein natürlicher Rhythmus, dem früher alle folgten. Ohne Stress, ohne Hast und Eile.

Als einen wichtigen Anhaltspunkt möchten wir Ihnen die Reihenfolge der Tätigkeiten beim Hausbau nahebringen. Profis mögen darüber lächeln, weil man ja »immer die Socken vor den Schuhen anzieht«. Andererseits ist es unsere durchgehende Erfahrung, dass viele Häuslbauer über diese Information glücklich sind, weil sie ihnen niemand gibt.

Gut geplant? Ist halb gewonnen! Nehmen wir nun die Schaufel in die Hand und machen den ersten Spatenstich – zum richtigen Zeitpunkt!

Reihenfolge der Tätigkeiten beim Hausbau

| | | |
|---|----|---|
| ✓ | 🌙 | Erdarbeiten/Ausheben |
| ✓ | 🌙 | Bodenplatte |
| ✓ | 🌙 | Kellermauern und Decke |
| ✓ | 🌙! | Kellerisolation |
| ✓ | 🌙 | Hinterfüllen des Kellers |
| ✓ | 🌙! | Aufbau Rohbau/Fertighaus aufstellen |
| ✓ | 🌙! | Geschossdecken |
| ✓ | 🌙! | Dachstuhl/Dacheindeckung |
| ✓ | 🌙! | Holzfenster/Türen außen |
| ✓ | | Installationen Wasser/Strom/Gas/Heizung |
| ✓ | 🌙! | Estrich |
| ✓ | 🌙! | Außen- und Innenverputze |
| ✓ | 🌙 | Außenwandverkleidungen |
| ✓ | 🌙! | Holztreppen/Steintreppen |
| ✓ | 🌙 | Innentüren |
| ✓ | 🌙 | Bodenbeläge |
| ✓ | 🌙! | Holzböden |
| ✓ | 🌙 | Holzdecken/Paneele |
| ✓ | 🌙! | Malerarbeiten/Lackieren |
| ✓ | 🌙 | Fliesen für Wand und Boden |
| ✓ | 🌙! | Pfosten setzen |
| ✓ | 🌙 | Platten/Veranden |
| ✓ | 🌙! | Wege |

Bemerkung

Bei zunehmendem Mond. Dränage sofort vornehmen!

Am besten bei abnehmendem Mond

Am besten bei abnehmendem Mond

Abnehmender Mond wichtig!

Am besten bei abnehmendem Mond

Abnehmender Mond wichtig! Fertighaus bei abnehmendem Mond im Werk produzieren lassen!

Abnehmender Mond wichtig!

Abnehmender Mond wichtig!

Abnehmender Mond wichtig!

Für diese Arbeiten ist der Mondstand unwichtig.

Abnehmender Mond wichtig! Estrichhöhe mit Tischler und Fliesenleger diskutieren!

Abnehmender Mond wichtig!

Am besten bei abnehmendem Mond

Abnehmender Mond wichtig! Holztreppen während der Bauzeit mit Auflage schützen!

Am besten bei abnehmendem Mond

Am besten bei abnehmendem Mond

Abnehmender Mond wichtig!

Am besten bei abnehmendem Mond

Abnehmender Mond wichtig, besonders bei Fertighäusern!

Am besten bei abnehmendem Mond

Abnehmender Mond wichtig!

Am besten bei abnehmendem Mond

Abnehmender Mond wichtig!

Mond und Erde – Teil 1

Erde ausheben zum Hausbau

Wie oft in Ihrem Leben werden Sie ein Haus für sich selbst, für Ihre Familie bauen?

Es ist sehr seltsam, aber nach unserer Erfahrung gibt es viele Menschen, die sich an Planung und Bau eines Eigenheims machen mit derselben Einstellung, wie sie an die Planung einer Spazierfahrt gehen würden – Butter vergessen? Macht nichts, kaufen wir an der Tankstelle. Heizungskeller vergessen? Ist ja nicht schlimm, lässt sich nachträglich einbauen ...

Wie oft in Ihrem Leben werden Sie ein Haus für sich selbst, für Ihre Familie bauen? Und wie lange werden Sie es bewohnen?

Wenn Sie sich Zeit und Muße gönnen, kann das Entwerfen, Planen und Gestalten wirklich viel Freude machen. Allzu starre Zeitpläne sind von Nachteil, weil sie zu Hektik und Fehlern einladen, die später nur noch schwer zu korrigieren sind. In diesem Buch lesen Sie, welche Schritte beim Bauen und Innenausbau heikel sind und unbedingt ein wachsames Auge erfordern. Und auf Seite 18 f. haben wir kurz zusammengefasst, worauf Sie in der Planungsphase achten sollten. Das Kapitel soll Ihnen helfen, einige Dinge