



Johanna Paungger Thomas Poppe  
FRAGEN AN DEN  
MOND

250 Antworten zu Gesundheit,  
Haushalt und Garten  
im Einklang mit dem Mond

DAS  
ORIGINAL

GOLDMANN

JOHANNA PAUNGER  
THOMAS POPPE

# Fragen an den Mond

250 Antworten zu Gesundheit,  
Haushalt und Garten  
im Einklang mit dem Mond

GOLDMANN

Der Inhalt dieses E-Books ist urheberrechtlich geschützt und enthält technische Sicherungsmaßnahmen gegen unbefugte Nutzung. Die Entfernung dieser Sicherung sowie die Nutzung durch unbefugte Verarbeitung, Vervielfältigung, Verbreitung oder öffentliche Zugänglichmachung, insbesondere in elektronischer Form, ist untersagt und kann straf- und zivilrechtliche Sanktionen nach sich ziehen.

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.

© 2010 Wilhelm Goldmann Verlag, München,  
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,  
Neumarkter Str. 28, 81673 München  
Fotos: Gerhard Eisenschink  
Redaktion: Manuela Knetsch  
Satz: Barbara Rabus  
Covergestaltung: UNO Werbeagentur  
Covermotiv: FinePic®, München  
CH · Herstellung: IH  
ISBN 978-3-641-05236-2  
V003

[www.mosaik-goldmann.de](http://www.mosaik-goldmann.de)  
[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# Inhaltsverzeichnis

[Vorwort](#)

[Mondwissen - Die Grundlagen](#)

[Fragen zur Gesundheit, zum Vorbeugen & Heilen](#)

[Eine Mondkur zum Abnehmen?](#)

[Gutes für die Füße](#)

[Übungen für die Sehkraft](#)

[Verschobene Operationen](#)

[Impfen im Mondrhythmus](#)

[Kaiserschnitt](#)

[Zum Essen Wasser trinken?](#)

[Volkskrankheit Migräne und die versteckten Auslöser](#)

[Umstellung auf gesundes Mehl](#)

[Altes und neues Wissen](#)

[Laufende Nase durch falsche Ernährung](#)

[Amalgamplomben austauschen](#)

[Der richtige Zeitpunkt für Operationen](#)

[Die Wirkung von Massagen](#)

[Der Umgang mit Narben](#)

[Homöopathie nach dem Mondrhythmus](#)

[Fußreflexzonenmassage zum richtigen Zeitpunkt](#)

[Erdbeeren und Ohrenschmerzen](#)

[Zahnsparren regulieren](#)

[Ist es schädlich, Kaltes zu trinken?](#)

[Behandlung von Sonnenbrand](#)

[Wissenschaft und Kräuterkunde](#)

[Akupunktur und Mondrhythmus](#)

[Hausstauballergie](#)

[Kieferimplantate](#)

[Aufwachsen ohne Milch](#)

[Knieumschläge und Eingriffe am Knie](#)  
[Besenreiser](#)  
[Die Ursache von Augenringen](#)  
[Tee kochen, aber richtig!](#)  
[Kälteempfinden beim Fasten](#)  
[Vom Umgang mit Quengelkindern](#)  
[Kaffee und Vollkornbrot](#)  
[Die Löwenzahnkur](#)  
[Weizenmehl und Rückenschmerzen](#)  
[Kuhmilch für Babys?](#)  
[Schuppenflechte behandeln](#)  
[Operationen im Tierkreiszeichen Löwe](#)  
[Mandeloperation zum richtigen Zeitpunkt](#)  
[Eisenmangel beheben](#)  
[Die liebgewordene Gewohnheit](#)  
[Warzen entfernen](#)  
[Rheuma und Farnkraut](#)  
[Abstillen zum richtigen Zeitpunkt](#)  
[Frühjahrskur mit Tee](#)  
[Migräne vorbeugen](#)  
[Die Kraft des Neumonds](#)  
[Die Schilddrüse und der Mond](#)  
[Eingewachsene Zehennägel](#)  
[Hühneraugen behandeln](#)  
[Probleme mit der Prostata](#)  
[Milch und Kaffee](#)  
[Süchtig nach Schokolade](#)  
[Die Bedeutung der Rachenmandeln](#)  
[Die unterschiedlichen Ernährungstypen](#)

#### [Fragen zu Körperpflege & Kosmetik](#)

[Haare entfernen](#)  
[Zahnfleischentzündungen behandeln](#)  
[Haare färben im Mondrhythmus](#)  
[Wo finde ich Buchenholzasche?](#)

[Nägel schneiden und massieren](#)  
[Zahnverfärbungen](#)  
[Permanent Make-up](#)  
[Haare nur bei zunehmendem Mond schneiden?](#)  
[Sonnenbaden](#)  
[Schwangerschaftsstreifen verhindern](#)  
[Tägliches Haarewaschen](#)  
[Gesichtspackungen zum richtigen Zeitpunkt](#)  
[Mit scharfer Klinge](#)  
[Der Saft der Birke](#)  
[Hilfe, ich nehme nicht zu!](#)  
[Rückkehr der Locken](#)  
[Das Geheimnis des Haarschneidens](#)  
[Fettweg-Spritzen im Mondrhythmus](#)  
[Cellulitis und Knochenschwund](#)  
[Die Pflege von Naturlocken](#)  
[Erfahrungen einer Friseurin](#)

#### [Fragen zu Haushalt & Alltag](#)

[Hausputz zum richtigen Zeitpunkt](#)  
[Do it yourself - Grundsätzliches](#)  
[Lebensmittel einfrieren](#)  
[Ostereier färben](#)  
[Die Herstellung von Sauerkraut](#)  
[Himalaja-Salz](#)  
[Der Magnetit im Wasserkrug](#)  
[Mondkalender und Tierhaltung](#)  
[Wollverarbeitung im Mondrhythmus](#)  
[Schafwolle auf Babyhaut?](#)  
[Mond und Wetterregeln](#)  
[Die Einstellung zum Kochen](#)  
[Wegräumen von Saisonkleidung](#)  
[Abbeizen und Restaurieren](#)  
[Haustiere kastrieren und sterilisieren](#)  
[Wäsche waschen nach dem Mond](#)

[»Ernten günstig« auch im Winter?](#)  
[Schuhkauf zum richtigen Zeitpunkt](#)  
[Umzug ins Kinderzimmer](#)  
[Hartnäckiger Rauchgeruch](#)  
[Plätzchen und Kekse](#)  
[Nähen und Sticken](#)  
[Die ganz kleinen Tierchen](#)  
[Fenster tauschen und Giebel streichen](#)  
[Die Pflege von Holzböden](#)  
[Mond und Maschinen](#)  
[Kräuter in der Wohnung](#)  
[Verspiegelte Kleidung retten](#)  
[Mit Tieren \(und Menschen\) umziehen](#)  
[Was tun bei einer Fliegenplage?](#)  
[Verfärbte Kleidung](#)  
[Fleckenentfernung zum richtigen Zeitpunkt](#)  
[Schutz vor Elektromog](#)  
[Holzterrasse in Planung](#)  
[Vom Umgang mit Erdstrahlen](#)  
[Wenn Katzen haaren](#)  
[Rezept für Beinwellsalbe](#)  
[Darf man Gemüse aufwärmen?](#)  
[Die Grundregeln des Bügelns](#)  
[Marmelade einkochen](#)  
[Entsaften zum richtigen Zeitpunkt](#)  
[Öko-Hausbau](#)  
[Joghurt herstellen](#)  
[Erdkeller errichten](#)  
[Schimmel in den Ecken](#)  
[Salat lagern](#)  
[Apfelessig ansetzen](#)  
[Marmeladen ohne Zucker herstellen](#)  
[Silber reinigen](#)  
[Wenn die Wolle riecht](#)  
[Teppichreinigung](#)  
[Brot backen](#)

Der Pulli ist eingegangen!  
Pflanzen im Schlafzimmer  
Ableger von Zimmerpflanzen  
Bonsaipflege

Fragen zum Garten, zur Land- & Waldwirtschaft

Gewinnung von Pflanzensamen  
Rasensprengen und Blumengießen  
Giersch, Löwenzahn und Spitzwegerich  
Mondregeln in der Holzwirtschaft  
Christbäume und der elfte Vollmond  
Weinbau und Mondrhythmus  
Mondrhythmus und Klimaerwärmung  
Sturmschäden im Wald  
Unkrautjäten  
Veredeln von Obstbäumen  
Industrielle Landwirtschaft  
Natürliches Düngen nach dem Mond  
Umstieg auf einen Naturgarten  
Kleintierställe ausmisten  
Zimmerpflanzen auf Reisen  
Warum funktioniert Düngen zum richtigen Zeitpunkt?  
Mond und Wasserbrunnen  
Geranien vor dem Winter  
Geranien mit neuen Trieben  
Umgang mit Geranien und anderen Kübelpflanzen  
Umbau eines Bauernhofs  
Gutes für die Bienen  
Blumenzwiebeln zum richtigen Zeitpunkt  
Drückende Wurzeln  
Vom richtigen Umgang mit Tomatensamen  
Vertikutieren eines Rasens  
Tipps für die Kräuterspirale  
Feine Pellets für die Hackschnitzelheizung  
Das Unkraut muss weg!

[Der 18. Juni und das Jäten](#)  
[Anlegen einer Blumenwiese](#)  
[Johanniskrauternte nach dem 24. Juni](#)  
[Hat Bio-Diesel eine Zukunft?](#)  
[Kompostieren ohne Mühe und ohne unangenehme Gerüche](#)

[Wenn Brennnesseln zur Plage werden](#)  
[Pflege von Hainbuchenhecken](#)  
[Brennholz einlagern](#)  
[Harter Boden - was tun?](#)  
[Obstbäume schneiden](#)  
[Kupfer im Garten](#)  
[Die gute Walnussernte](#)  
[Hochbeete und Bewässerung](#)  
[Rasenmähen](#)  
[Tomatenanbau](#)  
[Rückschnitt eines alten Baumes](#)  
[Die Hufpflege bei Pferd und Esel](#)  
[Letzter Termin für die Kartoffeln](#)  
[Steinplatten im Garten reinigen](#)  
[Vom Umgang mit Wühlmäusen](#)  
[Baumschnitt zum richtigen Zeitpunkt](#)  
[Das Märchen vom zehnten Bauern](#)

[Fragen zu allerlei Themen](#)

[Der Siegeszug des Mondkalenders](#)  
[Die Skepsis der Wissenschaft](#)  
[Mondkalender im Alltag eines Betriebes](#)  
[Berechnung des Mondkalenders](#)  
[Die Herkunft des Mondwissens](#)  
[Vom Umgang mit Skepsis](#)  
[Original und Kopie](#)  
[Sonnenzeichen und Mondkalender](#)  
[Der richtige Zeitpunkt für den Kindergarten](#)  
[Kinder mit Schlafstörungen](#)

[Das Tiroler Zahlenrad im Alltag](#)  
[Raus aus den Windeln!](#)  
[Mond und Schwangerschaft](#)  
[Das Rauchen aufgeben](#)  
[Das Tiroler Zahlenrad und talentierte Kinder](#)  
[Lernen im Biorhythmus](#)  
[Schnuller abgewöhnen](#)  
[Tipps für den Umgang mit Babys](#)  
[Halten Sie sich persönlich immer an den Mondkalender?  
Schade!](#)  
[Werbung im Abreißkalender - muss das sein?](#)  
[Wann genau herrscht Vollmond und Neumond?](#)  
[Der Mond und die Liebe](#)  
[Christen und der Mondkalender](#)  
[Die Farbe der Tierkreiszeichen-Symbole](#)  
[Heiraten zum richtigen Zeitpunkt](#)  
[Ist der Mondkalender überholt?](#)  
[Mondkalender und Wahlausgang](#)  
[Mondwissen und Astrologie](#)  
[Mädchen oder Junge - hat der Mond Einfluss auf die  
Zeugung?](#)  
[Verträge und Geldangelegenheiten zum richtigen  
Zeitpunkt?](#)  
[Das Mondwissen auf der Südhalbkugel](#)  
[Auf- und absteigender Mond](#)  
[Der Zeitpunkt der Berührung](#)  
[Vollmond und Weihnachtsstress](#)  
[Die geheimnisvolle Kraft des Vollmonds](#)  
[Biorhythmus in der Schule](#)  
[Mit Kindern reisen](#)  
[Die Adventszeit mit Kindern](#)  
[Kinder und Ernährung](#)  
[Wassergeheimnisse](#)  
[Die Genauigkeit des Mondkalenders](#)  
[Unterschiede zwischen den Mondkalendern](#)  
[Der Brief aus dem Gymnasium](#)

Fragen der Medien – Interviews der besonderen Art

Mann und Frau im Mond – Interview mit einem  
Literaturmagazin

Vor dem Vortrag – Interview mit einer Schweizer  
Tageszeitung

Schlüsselerlebnis in den Bergen – Interview mit einer TV-  
Zeitschrift

Erfahrungsberichte: Leben nach den Mondrhythmen

Anhang

Über die Autoren

Register

Copyright





# Vorwort

Es ist so angenehm, zugleich die Natur und sich selbst zu erforschen, weder ihr noch dem eigenen Geist Gewalt anzutun, sondern beide in sanfter Wechselwirkung miteinander ins Gleichgewicht zu bringen.

*J. W. von Goethe*

**JOURNALISTIN:** *»Haben Sie eigentlich gehnt, dass Sie eines Tages auf einen Berg von mehr als hunderttausend Zuschriften zurückblicken würden?«*

**JOHANNA PAUNGER:** »Geht sicher nicht, aber gehofft, dass wir viele Leser erreichen, die zum Experimentieren bereit sind und das Wissen und die Erfahrungen weitergeben! Ich habe gewusst, dass diese Informationen wichtig sind, aber so viele Leserbriefe habe ich natürlich nicht erahnt, geschweige denn mit ihnen gerechnet. In E-Mail-Zeiten ist es natürlich leichter geworden, schnell einmal zu schreiben und manchmal auch unüberlegt. Dafür kann die Antwort ebenfalls schnell und knapp ausfallen. Im Brief wirkt eine knappe Antwort in meinen Augen unhöflich, deshalb geben wir uns da mehr Mühe. Wichtig ist, dass es uns gelungen ist, die Menschen zu informieren und zum Experimentieren zu ermutigen. Der Einzelne verändert die Welt.«

**THOMAS POPPE:** »Dass es so viele Zuschriften werden würden, damit haben wir wirklich nicht gerechnet. Aber es ist ein schöner Vertrauensbeweis, der uns ermutigt

weiterzuschreiben. Es gibt ja noch so viel zu sagen, aber alles braucht seinen richtigen Zeitpunkt.«

Und der ist wieder einmal gekommen, liebe LeserInnen! Für das Vertrauen in unsere Arbeit möchten wir uns ganz herzlich bedanken. Die Dankbarkeit für alles, was wir bisher verwirklichen durften, sollte niemals zu kurz kommen. Diese gute Medizin stärkt uns jeden Tag. Alles wäre so einfach: Wenn wir uns alle öfter auf das besinnen, was in unserem Leben gut läuft, und für dieses Gute auch dankbar sind, dann wird das Leben zu meistern sein. Dann wird eine Zukunft voller Energie und Optimismus auf uns warten, unabhängig von der jeweiligen wirtschaftlichen Lage. Auch deshalb möchten wir uns mit großer Freude bei Ihnen bedanken, und gleichzeitig hoffen wir, dass wir auch in Zukunft für Sie da sein können. Zum Beispiel mit diesem Buch, das wir nicht nur für unsere Stammleser geschrieben haben, sondern auch für alle diejenigen, die sich noch nicht mit dem Thema vertraut gemacht haben.

Für die Prognose eines Wahlausgangs genügen wenige hundert Anrufe bei Wählern, um das Verhalten von Millionen bis auf wenige Prozent genau vorherzusagen. Wenn wir also davon ausgehen, dass hinter jeder Zuschrift Hunderte von Lesern dieselbe Frage stellen würden, aber den Gang zum Postkasten scheuen, dann bleibt uns gar keine andere Wahl, als Ihnen dieses Buch ans Herz zu legen. Es enthält die »Hitliste der Mondfragen« und beantwortet etwa 95 Prozent aller Fragen, die uns seit 1991, seit Erscheinen unseres ersten Buches *Vom richtigen Zeitpunkt*, erreicht haben. Auch wenn nur zwei oder drei dieser Themen Sie persönlich zu irgendeinem Zeitpunkt beschäftigt haben, sind wir sicher, dass Sie aus dem größten Teil des Frage-und-Antwort-Spiels dieses Buches viel Freude und Gewinn haben werden. Das gilt auch dann, wenn Sie hier zum ersten Mal von unserer Arbeit hören!

Nicht nur »bestellte« Antworten werden Sie finden. Manchmal kam es vor, dass wir Feedback zu unseren

eigenen Antwortbriefen erhielten und man uns ausführlich und manchmal rührend erzählte, was danach alles geschah und wie sich auswirkte, was wir empfohlen hatten. Auch für solche Berichte finden Sie einige Beispiele am Schluss des Buches. Besonders im Gedächtnis geblieben ist uns eine ältere Dame aus der Schweiz, die wegen eines Zahnarzttermins geschrieben hatte. In einem Nebensatz bat sie uns, ihre Handschrift zu entschuldigen, sie leide unter Arthritis. Wir gaben ihr die gewünschte Auskunft und erwähnten in einem PS, dass wir uns an ihrer Stelle vielleicht einmal vier Wochen lang ohne tierisches Eiweiß ernähren würden, einfach so, als Experiment. Ein halbes Jahr später kam ein Brief von der Dame, in dem sie uns schrieb, dass sie jetzt schon seit drei Monaten keine Medikamente mehr brauche. Mit sehr gut lesbarer Handschrift.

Wir hoffen, dass auch für Sie die eine oder andere Antwort dazu beiträgt, Ihr Leben ein wenig leichter, schöner, fröhlicher und erfüllter zu machen. Dafür schreiben wir unsere Bücher, dafür arbeiten wir.

*Johanna Paungger und Thomas Poppe*





# Mondwissen - Die Grundlagen

## Gestern und heute

Crashkurs - Schnellkurs - Blitzlektion: Damit Sie nicht das Gefühl haben, eines oder alle unsere Bücher zum Thema Mondwissen kaufen zu müssen, um voll und ganz von diesem Buch und der »Kunst des richtigen Zeitpunkts« profitieren zu können, haben wir in den folgenden Zeilen und jeweils am Anfang der folgenden Kapitel die Grundregeln für den jeweiligen Lebensbereich zusammengefasst. Viel Spaß beim Lesen!

In seinem klassischen Werk *Die Abstammung des Menschen* schreibt der Naturforscher Charles Darwin: »Der Mensch ist gleich den Säugetieren, Vögeln und sogar Insekten jenem geheimnisvollen Gesetz unterworfen, wonach gewisse normale Prozesse, wie Schwangerschaft, Pflanzenwachstum und Reife, Dauer verschiedener Krankheiten, von den Mondperioden abhängig sind.« Und Hippokrates bemerkt in seinen Tagebüchern unverblümt: »Wer Medizin betreibt, ohne den Nutzen der Bewegung der Sterne zu berücksichtigen, der ist ein Narr.« Dass an diesem Gesetz nichts Geheimnisvolles ist, dass seine Wiederentdeckung und Anwendung einen großen Beitrag zu unserer eigenen körperlichen und geistigen Ganzwerdung und Gesundheit (und damit automatisch zur Gesundheit unseres Planeten) leisten kann, diese Einsicht haben heute Millionen unserer Leser im Alltag gewonnen - in allen Lebensbereichen. Und das haben sie erfahren dürfen:

Mit der Anwendung von Darwins »geheimnisvollem Gesetz«

- erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass Operationen erfolgreich und Heilungsphasen schnell verlaufen und eine übermäßige Narbenbildung verhindert wird.
- erhöht sich die Wirksamkeit von Heilkräutern, besonders bei chronischen Krankheiten.
- verringert sich beim Gartenbau und in der Landwirtschaft die Menge der benötigten Düngemittel und Pestizide um ein Vielfaches – bei gleichen Erträgen und einer höheren Qualität der Erntefrüchte.
- gesunden kränkelnde Pflanzen, und chemische Holzbehandlung wird überflüssig, unabhängig von der Verwendung des Holzes.
- verringert sich der Waschmittelverbrauch im Haushalt um die Hälfte, und die Lagerfähigkeit von eingemachten Früchten, von Gemüse und Getreide wird erhöht. Gleichzeitig verringert sich die Anfälligkeit für Schimmel und Schädlinge.

Und das ist erst der Anfang der Liste mit positiven Auswirkungen dieses Gesetzes. Hunderte von Generationen vor uns haben es sorgsam geachtet und gepflegt und mit stets gleichbleibendem Erfolg angewandt. Sie haben es mit Liebe und Sorgfalt an die nachfolgende Generation weitergegeben, damit der Schatz niemals verloren geht. Dieser Schatz, das ist die Kunst, die Dinge zum richtigen Zeitpunkt zu tun.

## **Wache Augen**

Jahrtausendlang lebten Heilkundige, Jäger, Bauern und viele andere Menschen weitgehend in Harmonie mit den vielfältigen Rhythmen der Natur, um ihre Aufgaben zu erfüllen und ihr Überleben und das ihrer Angehörigen zu sichern. Sie beobachteten mit wachen Augen und gehorchten Notwendigkeiten, ohne sich sonderlich für das Warum zu interessieren. Priesterärzte, Schamanen und

Medizinmänner handelten und heilten im Bewusstsein, dass wir Menschen keine Maschinen sind. Dass wir mehr sind als ein schlecht und recht aufeinander eingespieltes Sammelsurium von Knochen, Nerven, Muskeln und Organen, zusammengeflickt vom Zufall der Evolution. Dass Körper, Geist und Seele in unauflöslicher Verbindung mit sich selbst stehen und mit allem, was uns umgibt – mit anderen Menschen, mit der Natur und mit den Sternen.

Nicht allein den Zustand und die Dynamik der Dinge beobachteten unsere Vorfahren genau, sondern auch, welche Wechselbeziehung zum Zeitpunkt des Beobachtens besteht – die Tages-, Monats- und Jahreszeit in Verbindung mit dem Stand von Sonne, Mond und Sternen – und welche Wirkung von einer Handlung zu einem bestimmten Zeitpunkt ausgeht. Viele archäologisch bedeutsame Gebäude aus alter Zeit bezeugen, welch hohen Stellenwert die Menschen damals der genauen Beobachtung der Gestirne und der Berechnung ihres Laufs beimaßen. Nicht aus wissenschaftlichem Interesse, sondern weil sie einen praktischen Nutzen aus der Kenntnis davon zogen, welche Einflüsse zur Zeit des jeweiligen Gestirnsstands vorherrschten.

## **Meister des richtigen Zeitpunkts**

Jeder Heilkundige, jeder Bauer wusste, dass er bei der Ausübung seiner Kunst oder seiner Arbeit diese rhythmisch wiederkehrenden Einflüsse nicht ungestraft ignorieren durfte. In Zeiten, in denen eine einzige fehlgeschlagene Heilbehandlung, eine erfolglose Jagd oder eine einzige Missernte den Hungertod der ganzen Familie, des ganzen Stammes bedeuten konnte, waren die Menschen gezwungen, ihre Sinne in einem viel höheren Maße zu schärfen, als es heute nötig erscheint. Die »Meister des richtigen Zeitpunkts« entdeckten nach und nach,

- dass zahlreiche Naturphänomene – Ebbe und Flut, Geburten, Wettergeschehen, der Zyklus der Frauen und vieles mehr – in rhythmischer Beziehung zur Mondwanderung stehen.
- dass sich viele Tiere in ihrem Tun nach dem Mondstand richten – Vögel sammeln beispielsweise das Nistmaterial immer nur an bestimmten Tagen, sodass die Nester nach einem Regen rasch trocknen.
- dass Wirkung und Erfolg zahlloser alltäglicher und weniger alltäglicher Aktivitäten – Holzschlagen, Kochen, Essen, Haareschneiden, Gartenarbeit, Düngen, Waschen, die Anwendung von Heilmitteln, Operationen und vieles mehr – den Rhythmen in der Natur unterworfen sind.
- dass manchmal Operationen und Medikamentengaben an bestimmten Tagen hilfreich sind, an anderen Tagen nutzlos oder gar schädlich – oft unabhängig von Dosis und Qualität der Medikamente oder der Kunst des Arztes.
- dass Pflanzen und ihre Teile von Tag zu Tag unterschiedlichen Energien ausgesetzt sind, deren Kenntnis ausschlaggebend für einen erfolgreichen Anbau und eine gute Ernte der Früchte ist, und dass Heilkräuter, die zu bestimmten Zeiten gesammelt wurden, ungleich wirksamer sind als die anderer Zeiten.

Mit einem Satz: Das »geheimnisvolle Gesetz« Darwins beruht auf der Tatsache, dass der Erfolg eines absichtsvollen Tuns nicht nur von den nötigen Fähigkeiten und Hilfsmitteln abhängt, sondern entscheidend auch von seinem Zeitpunkt.

## **System und Werkzeug**

Natürlich waren unsere Ahnen bestrebt, ihr Wissen und ihre Erfahrungen an ihre Söhne und Töchter weiterzugeben.

Dazu war es nötig, ein einfaches und einleuchtendes System zu entwerfen, das immer und überall die Beschreibung der Kräfte und vor allem die Vorausschau auf das Kommende ermöglicht - und damit die sorgfältige Planung des Tagwerks.

Sonne, Mond und Sterne waren es, die sich von Natur aus als äußerer Rahmen, sozusagen als »Zeiger« und »Zifferblatt« einer Himmelsuhr anboten. Aus einem sehr einfachen Grund: Wenn man beobachtet, dass die günstige Zeit zur Durchführung einer bestimmten Therapie oder zum Ansäen oder Beschneiden einer bestimmten Pflanze monatlich genau zwei bis drei Tage währt und der Mond dabei immer die gleichen Sterne durchwandert, dann liegt es nahe, diese Sterne zu einem »Bild« zusammenzufassen und der Sternkonstellation einen der jeweiligen Eigenart des Einflusses angemessenen und einleuchtenden Namen zu geben. Das Sternbild wird zur Ziffer auf dem Zifferblatt des Sternenhimmels.

Unsere Vorfahren isolierten unter anderem zwölf Kraftimpulse, die jeweils unterschiedliche Qualität und Färbung besitzen. Den von der Sonne (im Lauf eines Jahres) und vom Mond (im Laufe eines Monats) während einem dieser Impulse durchwanderten Sterne gaben sie zwölf verschiedene Namen: Widder, Stier, Zwillinge, Krebs, Löwe, Jungfrau, Waage, Skorpion, Schütze, Steinbock, Wassermann, Fische. Mit den Namen versuchten sie auch, die besondere Beschaffenheit der jeweiligen Kraft prägnant einzufangen - gemäß dem damals herrschenden Weltbild. So hatte sich der Mensch eine »Sternenuhr« geschaffen, ein Kalenderwerkzeug, mit dem er jetzt berechnen konnte, was die Zukunft an förderlichen und bremsenden Einflüssen für seine Vorhaben bringen würde. Noch bis kurz vor dem Ersten Weltkrieg enthielten weltweit fast alle Kalender die Angabe des Mondstandes im Tierkreis und die Mondphase - wie es auch heute noch viele Bauernkalender und Schreibkalender tun.

## Die kurze Unterbrechung

Gegen Ende des 19. Jahrhunderts geriet das Wissen um die besonderen Rhythmen der Natur fast über Nacht in Vergessenheit. Einer der Hauptgründe dafür war, dass uns die moderne Technik und Medizin schnellere »Lösungen« für alle Probleme des Alltags versprachen. In kürzester Zeit gelang es, den Menschen die Illusion zu geben, diese Versprechungen auch einlösen zu können – gegen »geringe Unkosten«. Politik und Wirtschaft entwickelten ein immer größeres Interesse, das Wissen um die Naturrhythmen zu diskreditieren, weil es keinen Geld- und Handelswert hatte. Die Beobachtung und Beachtung der Naturrhythmen schien mit einem Schlag überflüssig geworden zu sein und wurde als »Aberglauben« abgestempelt.

Im Bereich der Medizin festigten die Fortschritte in der Chemie und Pharmazie die Überzeugung, die Wellenbewegung und Ganzheit des Lebens ungestraft missachten zu können. Mit der Folge, dass heute die schnelle Schmerz- und Symptombeseitigung als ein mögliches Endergebnis der Therapie gilt. Vieles ging dabei verloren: die Einsicht, dass ein Arzt einem Menschen nur helfen kann, sich selbst zu heilen, schonende, aber längerfristige Heilweisen, die Ursachenforschung und Vorbeugung, die Geduld und Bereitschaft zu einem gleichberechtigten Miteinander von Arzt und Patient und vor allem die Selbstverantwortung des Menschen. Obendrein ist die Gültigkeit der Mondrhythmen mit den heutigen wissenschaftlichen Methoden zwar beweisbar, aber kaum zu begründen, die Frage nach dem »Warum« muss vorläufig unbeantwortet bleiben: im linearen Denken der meisten Wissenschaftler ein legitimer Grund, sie gänzlich zu ignorieren.

Junge Bauern, Forstwirte und Gärtner lachten über ihre Eltern und Großeltern und begannen, sich fast ausschließlich

auf den übertriebenen Einsatz von Maschinen und Instrumenten, Dünger und Pestiziden zu verlassen. Lange Zeit schienen ihnen die steigenden Erträge recht zu geben, die Nachteile ließen sich mühelos verschweigen oder ignorieren. So verloren viele unter ihnen den Kontakt zur Natur und begannen, anfangs unbewusst, den Raubbau an unserer Umwelt mit zu betreiben, immer unterstützt von der Industrie, die es verstand, das Vertrauen in ihre Fähigkeit, alle Probleme lösen zu können, aufrechtzuerhalten. Das Wissen vom »richtigen Zeitpunkt« überlebte nur in kleinen Oasen, die vom allgemeinen Tempo der Industrialisierung und vom Seziermesser der Wissenschaft fast unberührt blieben und in denen man Erfahrung und »inneres Gefühl« höher schätzte als die Schlafmittel der modernen Zeiten.

## **Neustart in eine gute Zukunft**

Heute steckt die industrielle Landwirtschaft in einem Teufelskreis der Abhängigkeiten, und kaum jemand kann die Augen vor dem hohen Preis verschließen, der für die Missachtung der Rhythmen und Naturgesetze und die Ausbeutung bezahlt werden muss. Erträge sinken, und Schädlinge bekommen leichtes Spiel, weil der Boden verarmt, ohne sich schützen und regenerieren zu können. Innerhalb weniger Jahrzehnte hat sich der Einsatz von Pestiziden und Düngemitteln vervielfacht – mit kurzlebigen Erfolg und langfristigen Folgeschäden. Die Qualität und der Gesundheitswert heutiger Erntefrüchte sprechen eine deutliche Sprache. Der Irrsinn der Genmanipulation an Kulturpflanzen ist nur ein weiterer Beweis dafür, wie sehr wir uns in eine Sackgasse manövriert haben. Glücklicherweise mehren sich die Anzeichen für eine Umkehr, sowohl aufseiten der Landwirtschaft als auch aufseiten aufgeklärter Kunden.

Sie, liebe Leserin und lieber Leser, gehören zu den Pionieren, die dieses Wissen zurückerobern wollen, langsam, nach und nach, ohne Hast und Eile. Denn es ist keineswegs zu spät, die alte Kunst wiederzubeleben. Sie wartet nur auf Menschen, die sich nicht damit entschuldigen, dass sie »allein ja doch nichts ausrichten können«. Jede noch so kleine Handlung zählt - und wirkt manchmal viel tiefgreifender und unmittelbarer als die großen Gesten und vor allem die großen, leeren Worte.

Vielleicht haben Sie es in Ihrem Alltag schon erfahren: Das Mondwissen kann dazu beitragen, der Weisheit und Vernunft in der Medizin, im eigenen Garten, in der Landwirtschaft und in der Natur wieder zu ihrem Recht zu verhelfen. Alle Regeln beziehen ihre Gültigkeit aus direkter Erfahrung und Wahrnehmung, nicht aus Willkür, Vermutung, Theorie oder Glauben. Der Mondstand letztlich ist nur ein Uhrzeiger - das Gefühl dafür, was er anzeigt, tragen wir in uns. Dieses Wissen soll auch dazu beitragen, die Wahrnehmung wieder zu wecken und Vertrauen zu ihr zu gewinnen, den Mut zu haben, auf sie zu horchen. Es ist überall auf der Erde gültig und aktuell, doch unsere Felder und Böden genau wie unsere Körper haben sich an sehr viel Negatives gewöhnen müssen, und die Rückkehr zum Natürlichen, zum Einklang mit den Rhythmen der Natur und zur Selbstverantwortung erfordert eine klare Absicht und Geduld. Die Natur arbeitet langsam, in ihrem eigenen Tempo. Sie lässt sich nicht drängen. Wenn Sie das stets im Auge behalten, wird sich Ihnen das Wissen um die Mondrhythmen von selbst erschließen - wie ein schönes Stück klassischer Musik, das, je öfter man es hört, immer mehr Farben, Tiefe und Sinn gewinnt.

## **Grundtabelle**

Tierkreiszeichen	Körperzone	Organ-system	Nahrungs-qualität	Pflanzen-teil	Tages-qualität	Element
Widder 	Kopf, Gehirn, Augen, Nase	Sinnesorgane	Eiweiß, Frucht	Frucht	Wärmetag	Feuer
Stier 	Kehlkopf, Schilddrüse, Zähne, Kiefer, Mandeln, Ohren	Blutkreislauf	Salz	Wurzel	Kältetag	Erde
Zwillinge 	Schulter, Arme, Hände (Lunge)	Drüsen-system	Fett	Blüte	Luft-/Lichttag	Luft
Krebs 	Brust, Lunge, Magen, Leber, Galle	Nerven-system	Kohlenhydrate	Blatt	Feuchtag	Wasser
Löwe 	Herz, Rücken, Zwerchfell, Blutkreislauf, Schlagader	Sinnesorgane	Eiweiß, Frucht	Frucht	Wärmetag	Feuer
Jungfrau 	Verdauungsorgane, Nerven, Milz, Bauchspeicheldrüse	Blutkreislauf	Salz	Wurzel	Kältetag	Erde
Waage 	Hüfte, Nieren, Blase	Drüsen-system	Fett	Blüte	Luft-/Lichttag	Luft
Skorpion 	Geschlechtsorgane, Harnleiter	Nerven-system	Kohlenhydrate	Blatt	Feuchtag	Wasser
Schütze 	Oberschenkel, Venen	Sinnesorgane	Eiweiß, Frucht	Frucht	Wärmetag	Feuer
Steinbock 	Knie, Knochen, Gelenke, Haut	Blutkreislauf	Salz	Wurzel	Kältetag	Erde
Wassermann 	Unterschenkel, Venen	Drüsen-system	Fett	Blüte	Luft-/Lichttag	Luft
Fische 	Füße, Zehen	Nerven-system	Kohlenhydrate	Blatt	Feuchtag	Wasser

**Die Grundtabelle** ist ein wichtiges Handwerkszeug und gibt einen Überblick über die unterschiedlichen Wirkungsimpulse des Mondstandes in den einzelnen Tierkreiszeichen – auf Körperzonen, Pflanzenteile, Nahrungsqualität und Ähnliches. Zur ausführlichen Erläuterung dieser Impulse eignen sich für den Anfang unsere Bücher *Aus eigener Kraft* und *Der lebendige Garten* am besten.





