

Montag

1. Januar

Hinweis: Am Ende dieses Kalenders finden Sie eine Einführung in die Mondastrologie und die Erklärung der Symbole.



Zunehmender
Mond



Zwillinge

Lufttag
Blütentag
Lichttag



Schultern,
Arme, Hände,
Lunge

Tagestipp

Alle Jahre wieder: Die allerbesten Vorsätze. Überfrachten Sie sich nicht mit pauschalen Erwartungen à la „im neuen Jahr wird alles besser“. Nehmen Sie sich nur ein Ziel vor, das Sie erreichen wollen, das behält man leichter im Blick. Und lassen Sie sich von einem Rückfall nicht entmutigen – zu praktisch jeder Suchtentwöhnung gehört das dazu. Kein Grund, deswegen gleich wieder aufzugeben!

Tagestimmung

Unsere Aufmerksamkeit huscht voller Neugierde von Thema zu Thema. Man nimmt das Leben leicht, ist aufgeschlossen für Neues, die Stimmung ist heiter und kommunikativ. Gönnen Sie sich Ihr Bedürfnis nach Abwechslung, telefonieren Sie beispielsweise mal wieder nach Herzenslust herum. Planen Sie aber nicht ausgerechnet jetzt Aufgaben ein, die Disziplin und stundenlange Konzentration erfordern – dafür sind Jungfrau- und Steinbock-Tage da.

Gesundheit und Schönheit

Wetterumschwünge können speziell Rheumatiker belasten. Handmassagen und Schultergymnastik tun Ihnen gut. Wenn Sie eine Hand mit der anderen massieren, z. B. mit etwas Creme, dann konzentrieren Sie sich darauf, die massierte ganz locker zu lassen. Auch in den Händen liegen Reflexzonen für den ganzen Körper, und Sie können dadurch gut Ihre Gesundheit stärken. Sie sollten an Zwillinge nicht Ihre Fingernägel schneiden oder feilen.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Dienstag

2. Januar



Vollmond



Krebs

*Wassertag
Blatttag*



Magen, Leber,
Gallenblase,
Lunge

Tagestipp zum Vollmond

Heute ist ein besonderer Vollmond: So einfühlsam, fürsorglich und emotional sind wir selten; leider reagieren wir auch leicht beleidigt. Seien wir dankbar, dass uns Menschen und Ereignisse überhaupt berühren können – Gefühle sind ein Bestandteil unserer Menschlichkeit, und sie können uns den Weg zum richtigen Handeln weisen. Nehmen Sie sich Zeit, Ihre Seele zu nähren und sich ergreifen zu lassen: Eingesuschelt auf der Couch oder bei einem Essen, bei dem Sie sich wieder wie ein unbeschwertes Kind fühlen. Da funktioniert natürlich bei jedem etwas anderes, aber meist ist es doch eher eine sanfte Erbsensuppe als ein Rohkostteller.

Tagesstimmung

Achten Sie jetzt auf Ihre eigenen Bedürfnisse und sprechen Sie Probleme gleich an, statt Ihren Ärger herunterzuschlucken.

Gesundheit und Schönheit

Fette Speisen am Abend und Alkohol strapazieren die Leber. Verschieben Sie das Haarewaschen und vor allem -schneiden möglichst auf die kommenden Löwe- und Jungfrau-Tage.

Garten und Pflanzen

An Krebs sollten Sie Ihre Zimmerpflanzen ausgiebig gießen.

Haushalt

Übertreiben Sie es jetzt nicht mit dem Lüften und hängen Sie kein Bettzeug nach draußen: Alle Sachen ziehen stark Feuchtigkeit.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Mittwoch

3. Januar



Abnehmender
Mond



Krebs

Wassertag
Blatttag

Tagestipp für Hamsternaturen

Wenn Sie sich schwer von altem Kram trennen können, fragen Sie sich bei jedem Ding „Verwende ich das überhaupt noch?“ statt „Könnte ich das womöglich irgendwann noch einmal brauchen?“. Was seit einem Jahr kaputt ist, benützen Sie ja wohl nicht mehr.

Tagesstimmung

Die Stimmung ist weiterhin ausgesprochen emotional. Mit Vernunft allein kommt man nicht weit – ohne sie allerdings auch nicht! Der Krebs-Mond bringt unsere fürsorgliche Seite zum Vorschein, sorgt aber auch dafür, dass wir leicht beleidigt reagieren.

Gesundheit und Schönheit

Achten Sie auf leichte Kost und schlucken Sie keinen Ärger hinunter. Schlechte Psychohygiene schlägt jetzt schnell auf den Magen. Wenn Sie zum Friseur wollen, warten Sie unbedingt auf Löwe oder Jungfrau. An Krebs quellen die Haare oft so auf, dass man am nächsten Tag am liebsten gleich noch einmal zum Haarschneiden gehen möchte.

Garten und Pflanzen

Krebs-Tage sind ideal zum ausgiebigen Gießen der Zimmerpflanzen.

Haushalt

Putzen und Wäschewaschen fallen uns ab jetzt wieder leichter, der Schmutz lässt sich gut entfernen.



Magen, Leber,
Gallenblase,
Lunge

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Donnerstag, Freitag

4., 5. Januar



*Abnehmender
Mond*



Löwe

Feuertag

Fruchttag

Wärmetag



*Herz,
Kreislauf*

Tagestipp für Schreibtischtäter

Allen Kopfarbeitern (Schulkinder sind hier ganz vorne mit dabei!) empfehle ich Brain-Gym®-Übungen. Sie verbessern in Sekunden das Zusammenspiel der Gehirnhälften sowie die Arbeit des Gehirns generell. Dazu gehören beispielsweise das Abfahren einer liegenden Acht mit einem Stift (oder einem Arm in der Luft), das sanfte Dehnen der Nackenmuskeln und der Achillesfersen oder verschiedene Über-Kreuz-Bewegungen. Einen leichten Einstieg bieten Brain-Gym®-Bücher (bei YouTube findet man leider auch allerhand Fragwürdiges).

Tagesstimmung

Die Tagesqualität wirkt dynamisierend. Der Löwe-Mond bringt unsere Chefqualitäten und unseren inneren Helden hervor. Man fühlt sich so richtig großartig – teilen Sie Ihre Freude!

Gesundheit und Schönheit

Herz und Kreislauf danken es Ihnen, wenn Sie bei aller Aktivität auch an die nötige Entspannung denken und Pausen einlegen: Rom wurde schließlich auch nicht an einem Tag erbaut. Feines Haar sollten Sie regelmäßig an Löwe schneiden lassen. Das Entfernen unerwünschter Körperhaare verschiebt man besser.

Haushalt

Fürs Malern und Lackieren ist die Tagesqualität ungünstig; beim Waschen, Putzen usw. unterstützt Sie die Mondkraft.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Samstag, Sonntag

6., 7. Januar

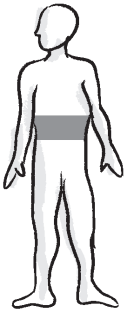


Abnehmender
Mond



Jungfrau

*Erddtag
Wurzeltag
Kältetag*



Verdauungs-
organe,
Nerven

Tagesmotto

Politik ist der Streit der Interessen, der sich als Streit der Prinzipien maskiert hat. (*Ambrose Bierce*)

Tagesstimmung

Zuverlässigkeit und Ordnungssinn sind an diesen Tagen angesprochen. Überraschungen können uns schnell überfordern, Routineaufgaben geben uns Sicherheit. Besinnen Sie sich auf Ihre Herzlichkeit und lassen Sie sich kleinliche Rechthaberei nicht durchgehen.

Gesundheit und Schönheit

Der Jungfrau-Mond fördert unser Gesundheitsbewusstsein – Sie werden wahrscheinlich von selbst auf leichte Kost achten. Zum Haarschneiden sind diese Tage fast so gut geeignet wie der Löwe-Mond. Besonders bei kräftigem oder krausem Haar oder wenn Sie eine Dauerwelle machen lassen wollen, ist der Jungfrau-Mond ideal.

Garten und Pflanzen

In mildem Klima könnten Sie schon Sträucher oder Hecken zurückschneiden; wo noch starke Fröste drohen, wartet man natürlich damit.

Haushalt

Alles, was Ordnung schafft, geht uns ganz hervorragend von der Hand. Sie können sich an diesem Wochenende gut ein größeres Projekt vornehmen, Fotos sortieren oder Schubladen ausmisten usw.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Montag, Dienstag

8., 9. Januar



Abnehmender
Mond

Tagesmotto

Man lässt sich gewöhnlich lieber durch Gründe überzeugen, die man selbst gefunden hat, als durch solche, die andern zu Sinn gekommen sind. (Blaise Pascal)



Waage

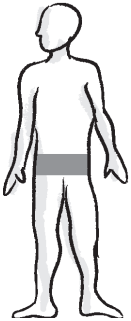
Tagesstimmung

Es geht um Ausgewogenheit und Harmonie an den Waage-Tagen. Wir versuchen Konflikte zu umgehen und treffen nicht gerne Entscheidungen – es fällt jetzt einfach schwer, sich festzulegen. Übersehen Sie vor lauter Bemühung um Harmonie in Ihrem Umfeld nicht, dass Sie auch dafür verantwortlich sind, Ihre eigenen Ansprüche zu vertreten. Und es darf Ihnen sogar dann gut gehen, wenn jemand anders unzufrieden ist.

Lufttag
Blütentag
Lichttag

Gesundheit und Schönheit

Unterkühlung des Unterleibs führt schneller als sonst zu Blasen- und Nierenentzündung. Achten Sie vorbeugend darauf, reichlich zu trinken, wenn Sie zu Harnwegsinfekten neigen. Massagen mit einem entschlackenden Hautöl gegen Cellulite sind jetzt ebenfalls hilfreich. Für eine nachhaltige Wirkung müssen sie aber mit passenden Übungen kombiniert werden, z. B. Pilates oder Aquagymnastik.



Nieren, Blase,
Hüfte

Haushalt

Verschönern Sie Ihr Heim mit geschmackvollen Dingen. Allein Lüften und Staubwischen hebt schon die Energie und verbessert die Atmosphäre in einem Raum.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Mittwoch, Donnerstag, Freitag

10., 11., 12. Januar

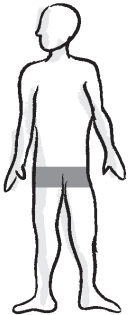


Abnehmender
Mond



Skorpion

Wassertag
Blatttag



Geschlechts-
organe

Tagesmotto

Um tolerant zu sein, muss man die Grenzen dessen, was nicht tolerierbar ist, festlegen. (Umberto Eco)

Tagesstimmung

Oberflächliches erscheint uninteressant, weil wir die Wahrheit und den tieferen Sinn hinter allem suchen. Das Thema Macht und Ohnmacht steht oft im Vordergrund, Manipulationen liegen nahe; man ist versucht, es mit der Ehrlichkeit nicht so genau zu nehmen. Vertrauen Sie etwas mehr auf den Fluss des Lebens, statt alles kontrollieren zu wollen.

Gesundheit und Schönheit

Hüten Sie sich jetzt vor Unterkühlung: Der Körper ist etwas anfällig für Unterleibsinfektionen. Sitzbäder mit Kräuterauszügen wirken jetzt optimal. Die gute Beckenbodengymnastik ist ebenfalls angesagt. Bei abnehmendem Mond können Sie Ihre Haut gut durch ein Peeling klären und verwöhnen sowie kleine Unreinheiten beseitigen.

Garten und Pflanzen

Fürs gründliche Gießen sowie die Pflege Ihrer Kräuter auf der Fensterbank ist die Zeitqualität sehr gut geeignet.

Haushalt

Beim Waschen und Putzen unterstützt Sie die Mondkraft an diesen Tagen hervorragend.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Samstag, Sonntag

13., 14. Januar



*Abnehmender
Mond*



Schütze

*Feuertag
Fruchttag
Wärmetag*



Oberschenkel

Tagesmotto

Sich sorgen nimmt dem Morgen nichts von dem Leid, aber es raubt dem Heute die Kraft. (*Corrie ten Boom*)

Tagesstimmung

Die Stimmung ist positiv, man schöpft aus dem Vollen und hat Lust auf Reisen und eine Horizonterweiterung, etwa durch einen Sprachkurs. Optimismus und Zuversicht prägen diese Tage. Lassen Sie sich begeistern oder reißen Sie selbst andere mit.

Gesundheit und Schönheit

Schenken Sie Ihren Bewegungen spezielle Aufmerksamkeit, wenn Sie zu Ischias neigen: Vermeiden Sie unbedingt ruckartiges Aufstehen oder Heben sowie alle Strapazen für Hüften und Oberschenkel. Bei Wetterfühligkeit helfen Spaziergänge, Atemübungen, Wohlfühlbäder und Massagen.

Garten und Pflanzen

Diese Tage wären günstig für den Rückschnitt Ihrer Obstbäume und Beerensträucher, wenn es nicht zu frostig ist.

Haushalt

Dank der Mondkraft gehen praktisch alle Hausarbeiten gut von der Hand, man muss sich weniger anstrengen und benötigt bei Reinigungsarbeiten auch weniger Putzmittel als bei zunehmendem Mond.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Montag, Dienstag, Mittwoch

15., 16., 17. Januar



Abnehmender
Mond und
Neumond

Tagestipp zur Systematik

Da sich die Tipps für abnehmenden Mond und Neumond oft nur wenig unterscheiden, sind diese Mondstände auf einer Seite zusammengefasst, wo es sinnvoll ist. Ebenso bei zunehmendem Mond und Vollmond. Sie müssen bitte nur im Hinterkopf behalten: Auf solchen Seiten (wie hier) ist immer das letzte Datum der Neumond- bzw. Vollmondtag.



Steinbock

Tagesstimmung

Pflichtbewusstsein, Verantwortung und Konzentration auf das Wesentliche prägen die Stimmung an Steinbock. Mit unnachgiebiger Strenge oder übersteigerten Ansprüchen machen wir uns aber keine Freunde; abgesehen davon tut es uns selbst ja auch nicht gut, wenn wir uns laufend Höchstleistungen abverlangen.

Erddag
Wurzeltag
Kältetag

Gesundheit und Schönheit

Alles, was die Gelenke (vor allem die Knie) angreift, schadet jetzt besonders. Steinbock ist der beste Termin für die Haut- und Nagelpflege und abnehmend auch für alle Enthaarungsmaßnahmen, vor allem solche, die das Übel an der Wurzel packen (Wachsen, Epilieren).



Knie, Knochen,
Haut

Haushalt

Zum Steinbock-Mond passt alles, was mit Disziplin zu tun hat, etwa Geduldsarbeiten wie das Abstauben kleinblättriger Pflanzen und das Putzen von angelaufenem Silberschmuck.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Donnerstag, Freitag

18., 19. Januar



Zunehmender
Mond



Wassermann

*Lufttag
Blütentag
Lichttag*



Unterschenkel

Tagestipp zur Stärkung des Selbstbewusstseins

Wenn Ihr Selbstwertgefühl mal darniederliegt, versuchen Sie diese Übung von Stacy und John Eldredge, um sich Ihre Einzigartigkeit bewusst zu machen: Lassen Sie Ihren Blick über die Erde schweifen und sagen sie sich: „Diese ganze weite Welt ist unvollkommen ohne mich.“

Sie müssen sich nicht „noch mehr anstrengen“, nichts „aus sich machen“, niemandem „etwas recht machen“. Wie und wer Sie jetzt und hier sind, reicht vollkommen und ist für uns, den Rest der Welt, eine Bereicherung – ob Sie's (schon) glauben (können) oder nicht!

Tagesstimmung

Wir streben nach größtmöglicher Freiheit. Die Alltagsroutine geht uns schnell auf die Nerven. Sorgen Sie wenigstens für kleine Fluchten, bauen Sie kreative Pausen ein und gestehen Sie sich etwas Narrenfreiheit zu.

Gesundheit und Schönheit

Wenn Sie längere Zeit stehen müssen, gehen Sie doch zwischendurch öfters mal auf die Zehenspitzen, das freut die Waden. Alles, was pflegt, aufbaut und stärkt, nimmt der Körper bei zunehmendem Mond gut auf – vom Kräutertee bis zur Nachtcreme.

Haushalt

Die wirbelnde Wassermann-Energie nutzen Sie am besten beim ausgiebigen Lüften, außer natürlich es regnet gerade in Strömen.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Samstag, Sonntag, Montag

20., 21., 22. Januar



*Zunehmender
Mond*

Tagesmotto

Lügen und Intrigen hat es schon immer gegeben, aber heute haben es die Rattenfänger besonders leicht, große Gruppen mit Fake News, manipulierten Bildern oder Verschwörungstheorien auf ihre Seite zu ziehen. (Barbara Goldmuth)



Fische

Tagesstimmung

Wir neigen zum Schwärmen, Tagträume liegen in der Luft. Hilfsbereitschaft und soziale Themen stehen im Vordergrund. Man verliert aber schnell die Grenzen aus dem Blick und macht sich leicht Illusionen über die eigene Leistungsfähigkeit. Achten Sie darauf, sich nicht zu viel zuzumuten.

*Wassertag
Blatttag*

Gesundheit und Schönheit

Die Füße spielen jetzt die Hauptrolle. Wer seine Füße in zu engen oder zu hohen Schuhen quält, leidet viel mehr und länger als an anderen Tagen. Und bitte denken Sie daran: Man verträgt bei diesem Mondstand nicht so viel Alkohol wie sonst! Aufs Schneiden der Fußnägel und auch aufs Haarschneiden (und möglichst sogar schon aufs Haarewaschen) verzichten Sie besser.



Füße

Garten und Pflanzen

Zimmerpflanzen sollten Sie bei diesem Mondstand gründlich gießen.

Haushalt

Bei zunehmendem Mond sind groß angelegte Putzaktionen nicht angesagt. Erledigen Sie nur das Nötigste.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Dienstag, Mittwoch

23., 24. Januar



Zunehmender
Mond

Tagesmotto

Einmal wird uns jeder Mensch verlassen, und wir trauern um diesen Menschen, und das ist in Ordnung. Wir können das Verlassen akzeptieren und wir können die Trauer akzeptieren, weil beides Natur ist. (Moritz Boerner)



Widder

Tagesstimmung

Wir fangen bevorzugt neue Projekte an und widmen uns am liebsten Aufgaben, die nicht viel Geduld oder Durchhaltevermögen erfordern; notfalls bricht man auch mal etwas übers Knie. Diplomatie und Einfühlungsvermögen sind rar gesät. Verschwenden Sie Ihre Energie nicht in Trotzreaktionen und Kurzschlusshandlungen.

*Feuertag
Fruchttag
Wärmetag*

Gesundheit und Schönheit

Was die Augen anstrengt, schadet jetzt mehr als sonst. Legen Sie ausgiebige Pausen ein, wenn Sie länger am Computer arbeiten, und lassen Sie beim Fernsehen öfters die Blicke durchs Zimmer schweifen. Wenn möglich sollten Sie auch Nase und Ohren nicht durch Qualm und Lärm strapazieren. Eine Kopfmassage hilft, sich zu entspannen: Bewegen Sie Ihre Kopfhaut mit den Fingerkuppen sanft in kleinen Kreisen und lassen Sie keine Stelle aus. Massieren Sie anschließend die Ohrmuscheln von oben nach unten.



Kopf,
Augen

Garten und Pflanzen

In manchen Gegenden kann man (im Gewächshaus) bereits beispielsweise Tomaten, Gurken und Bohnen säen: Die Mondkraft passt zu allem, was oberirdisch Früchte tragen soll.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Donnerstag, Freitag

25., 26. Januar



*Zunehmender
Mond*



Stier

*Erdrtag
Wurzeltag
Kältetag*



*Kiefer, Ohren,
Hals*

Tagestipp für Süchtige und Gewohnheitstiere (1)

Jede echte Veränderung hat ihren Preis: Man muss etwas zurücklassen, etwas dafür aufgeben – und man weiß auch nie so genau, was sich dadurch im Gefüge unseres Lebens womöglich noch so alles verändert. Es steht immer viel mehr auf dem Spiel, als wir überblicken können! Ist der erste Schritt getan, gibt es kein Zurück mehr und wir müssen die Konsequenzen tragen, wie weitreichend sie in der Folge auch sein mögen. Das macht uns instinktiv eine Riesenangst, und deshalb klammern wir uns auch so an das, was wir kennen, egal wie viel Leiden und Unzufriedenheit es bedeutet.

Tagesstimmung

Realismus und die stiertypische Hartnäckigkeit, aber auch Genuss und Sinnenfreude beherrschen diese Tage. Oft geht es um Sicherheit, Besitz, Werte und materiellen Wohlstand. Wir lieben es gemütlich und bequem.

Gesundheit und Schönheit

Achten Sie auf Ihren Hals und Ihre Ohren; sie sind jetzt empfindlich. An den lustvollen Stier-Tagen können Sie Massagen, aber auch andere Sinnenfreuden wie Streicheln und Kuscheln intensiv genießen.

Haushalt

Wahrscheinlich sind Sie damit beschäftigt, leckere Mahlzeiten für Ihre Gäste zu zaubern. Doch auch gelungene Entscheidungen in Geldfragen und lohnende Schnäppchenkäufe sind Stier-Themen.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Samstag, Sonntag

27., 28. Januar



Zunehmender
Mond



Zwillinge

Lufttag

Blütentag

Lichttag



Schultern,
Arme, Hände,
Lunge

Tagestipp für Süchtige und Gewohnheitstiere (2)

Wenn man innerlich wirklich bereit für etwas Neues ist, es herbeisehnt und sich ganz klar dafür entschieden hat, dann ist man auch bereit, den Preis dafür zu bezahlen, weil es darauf gar nicht mehr ankommt. Finden Sie heraus, was Sie wirklich motiviert, welche Begeisterung in Ihnen brennt, womit Sie sich belohnen wollen! Seien Sie ehrlich und quälen Sie sich gar nicht erst mit frustrierenden, fruchtlosen Versuchen, wenn Sie genau spüren, dass Sie noch nicht bereit für eine nachhaltige, bleibende Veränderung sind!

Tagesstimmung

Wir sind neugierig, kommunikativ und gehen die Dinge eher rational an. Unsere Aufmerksamkeit huscht von Thema zu Thema wie ein Schmetterling auf einer Blumenwiese. Gönnen Sie sich Ihr Bedürfnis nach Abwechslung und planen Sie nicht ausgerechnet bei diesem Mondstand Aufgaben ein, die übermenschliche Disziplin oder stundenlange Konzentration erfordern!

Gesundheit und Schönheit

Handmassagen, Schultergymnastik und Atemübungen tun Ihnen jetzt gut. Belasten Sie Ihre Arme nicht mit schweren Lasten oder monotonen Tätigkeiten wie stundenlangem Bügeln. Bei zunehmendem Mond nehmen Haut und Körper Wirkstoffe besser auf; Pflegelotionen wie auch Kräutertees sind zu empfehlen. Sie sollten an Zwillinge nicht Ihre Fingernägel schneiden oder feilen.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Montag, Dienstag

29., 30. Januar



Zunehmender
Mond



Krebs

Wassertag
Blatttag



Magen, Leber,
Gallenblase,
Lunge

Tagestipp für Besorgte

Obwohl wir ganz genau wissen, dass es nichts bringt, machen wir uns doch immer wieder Sorgen. Die Gedanken zu kontrollieren ist schwer; sogar Zen-Mönche, die nun wirklich wenig Ablenkung haben, müssen es jahrelang viele Stunden täglich üben. Statt sich dem Gedankenkarussell ohne Gegenwehr auszuliefern, unternehmen Sie etwas, werden Sie energisch, beschäftigen Sie sich mit etwas Anspruchsvollem – womöglich sogar mit Ihrem Handlungsspielraum und Ihren Verbesserungsmöglichkeiten in der Angelegenheit, um die es geht.

Tagesstimmung

Achten Sie auf Ihre Bedürfnisse und lassen Sie sich nicht verunsichern. Meist ist die Stimmung an den Krebs-Tagen ausgesprochen emotional. Wer besonnen bleibt und die Dinge auch nüchtern betrachtet, muss nicht so schnell beleidigt reagieren.

Gesundheit und Schönheit

Essen Sie leichte Kost. Schwer verdauliches Essen und Alkohol am späten Abend belasten die Leber mehr als sonst. Für Atemübungen ist der Zeitpunkt günstig. Wenn irgend möglich sollten Sie das Haarewaschen und vor allem das Haarschneiden auf den kommenden Löwe- oder Jungfrau-Mond verschieben.

Garten und Pflanzen

Krebs-Tage sind hervorragend geeignet zum Gießen.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Mittwoch

31. Januar



Vollmond



Löwe

Feuertag

Fruchttag

Wärmetag

Tagestipp bei Selbstwertproblemen

Viele Menschen lernen in ihrer Kindheit nicht, ihre Einzigartigkeit zu würdigen und sich selbst zu schätzen. Das ist schade, aber auch unsere Eltern wurden oft nicht so wertgeschätzt, wie man sich das idealerweise vorstellt. Man kann es sich aber durchaus auch als Erwachsener noch beibringen: Achten Sie genau darauf, wie Sie über sich denken und sprechen, und trainieren Sie sich jede Negativität ab.

Tagesstimmung

Diese dynamischen Tage bringen unsere Chefqualitäten und unseren inneren Helden hervor. Freuen Sie sich an Ihrer Großartigkeit!

Gesundheit und Schönheit

Teilen Sie sich Ihre Kräfte etwas ein, auch wenn Sie vor Energie und Lebensfreude nicht zu bremsen sind. Wenn Sie feines Haar haben, können Sie es jetzt sehr gut schneiden lassen; nur bei kräftigem Haar sind Jungfrau-Tage noch besser geeignet. Entfernen Sie unerwünschte Körperhaare besser bei einem anderen Mondstand – Sie wollen ja nicht deren Wachstum anregen!

Haushalt

Malern und Lackieren sowie größere Putzaktionen sind nicht zu empfehlen. Mir geht das Bügeln an Löwe immer gut von der Hand, aber nur wenn die Wäsche nicht zu trocken ist.



Herz,
Kreislauf

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

1.1. – Neujahr; 6.1. – Heilige Drei Könige

Donnerstag

1. Februar

Hinweis: Am Ende dieses Kalenders finden Sie eine Einführung in die Mondastrologie und die Erklärung der Symbole.



Abnehmender
Mond



Löwe

Feuertag

Fruchttag

Wärmetag

Tagestipp für mental Hyperaktive

Wie sehr tut in der heutigen Zeit tiefe Entspannung Not! Bestenfalls entspannen wir uns im Schlaf, aber dadurch verlernt unser Organismus nicht den Dauerstress im Wachzustand. Finden Sie für sich etwas, wodurch bzw. wobei Sie völlig abschalten und loslassen können, und gönnen Sie es sich regelmäßig. Ob Spaziergänge in der Natur, Yoga, Tanzen, stundenlanges Baden oder autogenes Training: Hauptsache, es entspannt Sie gründlich und zaubert ein Lächeln in Ihr Gesicht!

Tagesstimmung

Die Tagesqualität wirkt weiterhin dynamisierend. Der Löwe-Mond bringt unseren inneren Helden hervor. Man fühlt sich so richtig großartig – teilen Sie Ihre Freude!

Gesundheit und Schönheit

Herz und Kreislauf danken es Ihnen, wenn Sie bei aller Aktivität auch an die nötige Entspannung denken und Pausen einlegen: Rom wurde schließlich auch nicht an einem Tag erbaut. Feines Haar sollten Sie regelmäßig an Löwe schneiden lassen. Das Entfernen unerwünschter Körperhaare verschieben Sie aber lieber – deren Wachstum will man schließlich auf keinen Fall anregen!

Haushalt

Fürs Malern und Lackieren ist die Tagesqualität ungünstig; beim Waschen, Putzen usw. unterstützt Sie die Mondkraft jetzt wieder.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28

Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi

14.2. – Aschermittwoch

Freitag, Samstag

2., 3. Februar

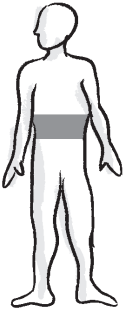


Abnehmender
Mond



Jungfrau

*Ernttag
Wurzeltag
Kältetag*



Verdauungs-
organe,
Nerven

Tagesmotto

Wir sollten vom Menschen, wie vom Wetter, das Beste und das Schlechteste erwarten. (Marquis de Vauvenargues)

Tagesstimmung

Wir neigen zu Pedanterie und halten uns gerne an Praktisches und Bewährtes; Überraschungen irritieren uns leicht. Versuchen Sie, gegenüber anderen nicht allzu kritisch zu sein.

Gesundheit und Schönheit

Achten Sie beim Essen verstärkt auf die Bekömmlichkeit und kauen Sie besonders Rohkost jetzt übergründlich – die Verdauungsorgane danken es Ihnen. Zum Haareschneiden bei kräftigem Haar und für Dauerwellen ist der Zeitpunkt ideal. Der Jungfrau-Mond sorgt dafür, dass die Frisur gut sitzt und richtig lange hält.

Garten und Pflanzen

Die Mondkraft unterstützt Sie bei praktisch allen Arbeiten; besonders günstig wären der Rückschnitt und das Entfernen welker Blätter an den Zimmerpflanzen sowie die Aussaat von Wurzelgemüse.

Haushalt

Konzentrieren Sie Ihre Kräfte vor allem auf die Pflanzenpflege. Die Mondkraft unterstützt sie außerdem weiterhin bei allen Reinigungsarbeiten, auch beim Wäschewaschen.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28

Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi Do Fr Sa So Mo Di Mi



Susanne Janschitz

Mondkalender 2018

ORIGINALAUSGABE

Kalender, Abreißkalender, 368 Seiten, 14,0x19,5
ISBN: 978-3-8094-3759-8

Bassermann

Erscheinungstermin: Mai 2017

Leben im Einklang mit den Mondphasen

Wie Sie sich jeden Tag von der Mondkraft unterstützen lassen können, zeigt dieser Kalender: Er informiert über die günstigen Tage für Hausarbeiten, Friseurbesuche oder die Pflanzenpflege. Sie erfahren, wie die Gesundheit gestärkt werden kann, in welche Richtung das zwischenmenschliche Klima tendiert, wann eine Wellness-Massage gut tut und vieles mehr.

Ein spezieller Tagestipp oder ein Tagesmotto ergänzt jede Seite und stimmt positiv auf den Tag ein. Wer sich genauer über die Mondastronomie informieren möchte, findet auf den ersten Seiten eine Einführung in das Thema.

 [Der Titel im Katalog](#)