

Moonology – Die Magie des Mondes

Yasmin Boland



Moonology

Die Magie des Mondes

Wünsche verwirklichen und erfüllter leben
mit der Kraft der Mondphasen

Aus dem Englischen übertragen von
Diane von Weltzien

INTEGRAL

Die Originalausgabe erschien 2016 unter dem Titel
»Moonology. Working with the Magic of Lunar Cycles«
bei Hay House UK Ltd, London

Das vorliegende Buch ist sorgfältig erarbeitet worden.
Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autorin noch Verlag
können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch
gemachten praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

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.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

Zweite Auflage 2020

Copyright © 2016 by Yasmin Boland

Illustrations Copyright © 2016 by Hay House UK Ltd, London

Originally published in 2016 by Hay House UK Ltd, London

Copyright © der deutschsprachigen Ausgabe 2020

by Integral Verlag, München, in der Penguin Random House Verlagsgruppe

GmbH, Neumarkter Straße 28, 81673 München

Alle Rechte sind vorbehalten. Printed in Germany.

Redaktion: Ralf Lay

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München,

unter Verwendung des Originalcovers (Cover design: Leanne Siu Anastasi)

und eines Motivs von red-feniks/shutterstock

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

ISBN 978-3-7787-9302-2

www.integral-verlag.de

www.facebook.com/Integral.Lotos.Ansata

*Für Oliver und Louis –
Ich habe euch so lieb wie bis zum Mond und darüber
hinaus!*

Eine Veränderung im Leben gelingt dann, wenn man sie zutiefst wünscht, fest an sie glaubt, darauf vertraut, dass Erfolg möglich ist, im Kopf eine klare Vision von ihr und ihrer schrittweisen Umsetzung hat und keinen einzigen Zweifel. Das ist das Geheimnis.

Eileen Caddy, Gründerin der Findhorn-Gemeinschaft



Inhalt

Vorwort	11
---------------	----

Teil I:

Warum der Mond magisch ist

<i>Kapitel 1:</i> Stimm dich ein auf den Mond.	19
Wünschen auf Basis von Träumen	19
Die zehn wichtigsten Fakten zum Mond	22
Die Vorteile der Einstimmung auf den Mond	24
 <i>Kapitel 2:</i> Ein Leben im Einklang mit den Mondphasen ..	27
Der Mondmonat	27
Der Umgang mit den Mondphasen.	29
FAQs: Der Mond und seine Phasen	43

Teil II:

Erschaffe dein Traumleben mit dem Neumond

<i>Kapitel 3:</i> Manifestieren mit dem Neumond	53
Das Geheimnis des Neumond-Manifestierens	54
Neumondwünschen: Die goldenen Regeln	56
Neumondwünschen und wie es geht	67

Beispiele für Neumondwünschen	71
FAQs: Neumondwünschen.	77
<i>Kapitel 4: Plane dein Leben mit dem Neumond</i>	81
Wie die Zeichen den Neumond »würzen«.	81
Neumond in jedem Zeichen	83
<i>Kapitel 5: Schau mit dem Neumond in deine Zukunft</i>	107
Tierkreiszeichen, Aszendenten und die Häuser	108
FAQs: Der Neumond.	178

**Teil III:
Die Magie des Vollmonds nutzen**

<i>Kapitel 6: Vollmond – Vergebung und Dankbarkeit</i>	185
Warum Manifestieren zwingend Vergebung erfordert.	186
Die Bedeutung von Dankbarkeit.	191
<i>Kapitel 7: Lebensplanung mit dem Vollmond</i>	193
Der Vollmond in jedem Zeichen.	193
<i>Kapitel 8: Sieh mit dem Vollmond in deine Zukunft.</i>	209
Der Vollmond in jedem Haus	209
FAQs: Der Vollmond.	241

**Teil IV:
Lebe bewusst mit dem aktuellen Mond**

<i>Kapitel 9: Wo steht der Mond heute?</i>	245
Der aktuelle Mond in jedem Zeichen	246

<i>Kapitel 10: Der Mond hautnah und persönlich</i>	261
Der aktuelle Mond in jedem Haus	262
FAQs: Der aktuelle Mond	270
 Nachwort	 275
 <i>Anhang A: Vier fortgeschrittenere Vorhersagetechniken . .</i>	 277
Ein-Jahr-im-Voraus-Planer	277
Die Vorhersage über deinen kommenden Monat	280
Planeten und Grade	280
Die Mondknoten	281
 <i>Anhang B: Kurzanleitung für Häuser und Zeichen</i>	 285
Die zwölf Häuser und was sie repräsentieren	285
Die zwölf Tierkreiszeichen und was sie repräsentieren .	286
 <i>Anhang C: Kosmische Extras</i>	 289
Ätherische Öle	289
Die numerologische Energie des Neumonds	290
Die Chakras	290
Die Mantras	293
Die leitenden Göttinnen	294
Die leitenden Erzengel	294
Die zwölf universellen Gesetze	295
Die zwölf himmlischen Strahlen	295
 <i>Anhang D: Vollmondnamen</i>	 297
 <i>Anhang E: Zunehmender und abnehmender Halbmond . .</i>	 301

Literatur.....	307
Hilfsquellen.....	309
Genehmigungen.....	311
Die Autorin.....	313
Anmerkungen.....	315



Vorwort

*Der Mond ist der älteste irdische Tempel und trägt in sich die Macht
ungezählter Gebete, die seit Anbeginn der Zeit an ihn gerichtet
wurden ... eine Glocke, deren Klang uns auf das
Feld der Mutter führt, wo Körper und Seele ruhig trinken können.*

Dana Gerhardt, *Mooncircles*

Würdest du mir glauben, wenn ich dir sagte, dass du den Mond als hervorragenden kosmischen Zeitgeber nutzen kannst, der dir hilft, das Leben zu schaffen, von dem du träumst?

Nun, du kannst. Woher ich das weiß? Weil ich es ausprobiert habe und weil die Verwirklichung mit Unterstützung des Mondes bei mir und Hunderten, ja Tausenden meiner Leser im Laufe der zurückliegenden anderthalb Jahrzehnte funktioniert hat, worüber ich beispielsweise auf meiner Webseite www.moonology.com schreibe. Und jetzt, da du im Begriff bist, dieses Buch zu lesen und dir seine Praktiken und Informationen anzueignen, wirst du es ebenfalls erleben: Du kannst ein mächtiger »Mondmanifestierer« werden.

Um den Mond als Helfer bei der Gestaltung des Lebens zu nutzen, das du ersehnt, brauchst du dir einfach nur den Mondzyklus bewusst zu machen und die grundlegenden Prinzipien der Manifestation anzueignen. Dieses Buch wird dich in beidem unterstützen.

Falls du dich bereits darin versucht hast, sich bisher jedoch wenig materialisiert hat, dann könnten die Informationen in diesem Buch sehr wohl das fehlende Glied sein, das du benötigst. Sie zeigen dir, wie du deine Wünsche und Träume mit Mondenergie aufladen kannst.

Die Formulierung unserer Pläne im Einklang mit dem Mondzyklus als kosmischem Zeitgeber erhöht erheblich unsere Aussicht darauf, als fähiger und bewusster Schöpfer willentlich Wünsche zu manifestieren.

Hierzu brauchst du kein Astrologe zu sein. Ehrlich gesagt, musst du nicht einmal an die Astrologie »glauben«. Auch sind keineswegs vertiefte mathematische und astronomische Kenntnisse erforderlich. Es ist einfach, mit dem Mond zu arbeiten, ohne etwas über das Warum und Weshalb zu wissen. Wir können ihn fast jede Nacht am Himmel sehen. Wir sind mit ihm und er ist mit unserem Heimatplaneten verbunden. Tiefer brauchst du die Zusammenhänge am Anfang gar nicht zu durchschauen.

Das Geheimnis besteht darin, in Übereinstimmung mit dem Mondzyklus Wünsche zu äußern und Intentionen zu bestimmen. Im Lauf der Jahre habe ich Hunderte E-Mails von Menschen erhalten, die mir von ihrem Erfolg bei der Verwirklichung ihrer Ziele berichteten, weil sie sich an die Regeln des Neumondwünschens gehalten hatten. Und solche Erfolgsaussichten hoffe ich mit diesem Buch auch an dich weiterreichen zu können.

Du wirst erfahren, warum und wie das sogenannte Neumondwünschen funktioniert (das gelingt dir wirklich!) und wie der Vollmond sich in diesen Prozess einfügt, ihn unterstützt und verstärkt. (Ja, die Arbeit, die du an dir selbst während des Vollmonds leistest, ist genau das, was dir bei der Verwirklichung deiner Träume bei Neumond zwei Wochen später zugutekommt.)

Außerdem findest du heraus, wie du Neu- und Vollmond abhängig von den Tierkreiszeichen, in denen sie sich gerade befinden, für dich am besten nutzen kannst. Und du erfährst, wie du Rückschlüsse auf den Teil deines Horoskops ableitest, den Neu- und Vollmond beeinflussen. Diese Informationen kannst du dann nutzen, um vorherzusagen, was du in den folgenden Wochen erwarten magst.

Wie dieses Buch funktioniert

Ich habe dieses Buch in vier Abschnitte eingeteilt. *Teil I* ist eine Einführung zur Verbindungsaufnahme mit dem Mond und enthält einen Überblick über die acht wesentlichen Mondphasen. Jede dieser Mondphasen hat ihren eigenen Rhythmus. Sie zu verstehen und zu wissen, welche Zielsetzungen am besten zu jeder von ihnen passen, ist ein echter Segen für dein Leben. Sobald du lernst, zum Rhythmus des Mondes zu tanzen, wirst du feststellen, dass dein ganzes Dasein leichter in Fluss kommt. Es wird dir vorkommen, als hättest du einen Geheimcode geknackt.

Teil II handelt vom Neumond. Hier geht es um das Neumondwünschen – wie man es anstellt und wie es funktioniert. Ich werde dir erklären, warum du diese Praxis alle vier Wochen einplanen solltest und warum du es dein Leben lang gern tun wirst.

Außerdem erfährst du in diesem Teil, in welchem Zeichen des Tierkreises sich der Neumond gerade befindet. Ausgerüstet mit diesem Wissen, kannst du dich nun den Themen und Energien der jeweiligen Zeitspanne vom Neumond über den Vollmond bis zum nächsten Neumond widmen. Die Prozesse, die du dabei einbeziehst, sind äußerst wirkungsvoll; und wie gesagt brauchst du, um sie dir nutzbar zu machen, keine Vorkenntnisse in As-

trologie zu haben. Alles wird hier einfach und gut verständlich erklärt.

Im Abschnitt über den Neumond leite ich dich schließlich auch dazu an, wie du rasch und leicht herausfindest, wo sich der Neumond jeden Monat *in deinem eigenen Horoskop* befindet. Jeden Monat bringt der Neumond einen Teil deines Horoskops mit seinen Eigenschaften zum Tragen, den man als »Haus« bezeichnet, und ich zeige dir, welche Einflüsse du durch deine Häuser erwarten kannst.

Schließlich erfährst du, wie du den Neumond zur Optimierung deines Lebens nutzt, indem du dich mit Erzengeln und Göttinnen verbindest, wie du die feineren energetischen Zentren deines Körpers (Chakras) unterstützt, und noch vieles mehr.

Teil III widmet sich dem Vollmond. Er ist nicht nur wunderschön anzusehen und schickt uns seine numinosen Mondstrahlen, sondern er hat auch mit gesteigerten Emotionen, dem Tauziehen in unserem Leben, mit Höhepunkten und der Gelegenheit zum Abbau von Negativität zu tun. Ich erkläre dir, wie du die Energie des monatlichen Vollmonds auf seinem Weg durch die Tierkreiszeichen am gewinnbringendsten nutzt. Wir beschäftigen uns außerdem mit der Macht des Vollmonds im Hinblick auf Vergebung und Dankbarkeit und wie diese deine Neumondwünsche voranbringen.

Schließlich erfährst du, wie du das Zeichen, in dem sich der Vollmond gerade befindet, nutzen kannst, um deine Bemühungen darin, bewusst und in Einklang mit dem Universum zu leben, zu unterstützen. Du lernst herauszufinden, welchen Teil deines Horoskops der Vollmond von einem Monat zum nächsten durchläuft und welche Bedeutung das für dich hat.

Teil IV beschäftigt sich mit dem aktuellen Mond. Wenn du ein(e) hingebungsvolle(r) Mondanhänger(in) wirst, fragst du dich sicher häufig: »Wo steht der Mond denn gerade, und in wel-

cher Phase ist er?« Dieser Abschnitt hilft dir zu erkennen, was der Mond täglich für dich persönlich bedeutet. Nach und nach lernst du, die Energie des jeweils aktuellen Mondes zu erkennen und wie du sie für dich einsetzen kannst.

Auf dem Weg durch das Buch mache ich dich außerdem mit Mondfinsternissen bekannt, die im Einklang mit Neumond und Vollmond stattfinden, und mit den sogenannten Mondknoten. Wenn eine Mondfinsternis in deinem Horoskop auftaucht, dann kann sie dein Leben verändern (glaub mir: Ich habe es selbst erfahren)!

Schließlich erfährst du noch, wie du für dich einen Zwölf-Monate-Mondplaner erstellen kannst, damit du in Übereinstimmung mit den Mondphasen auf praktische und magische Weise an dir selbst arbeiten kannst. Innerhalb eines Jahres wirst du auf diese Weise so ziemlich jeden Aspekt deines Lebens, der der Aufmerksamkeit bedarf, einmal durchgearbeitet haben.

Alle diese Informationen stelle ich dir auf die einfachste Weise zur Verfügung. Als zusätzliche Anregung habe ich, wo es mir sinnvoll erschien, Links zu den Seiten meines (englischsprachigen) Webauftritts eingefügt, damit du Zugang zu noch weiteren vertiefenden Informationen findest und, wenn du möchtest, Arbeitsblätter herunterladen kannst.

Also steig ein, und brechen wir auf zum Mond!



Teil I

Warum der Mond magisch ist

Beim Manifestieren ist die Zusammenarbeit mit dem Mond der Schlüssel zum Erfolg. Theoretisch kannst du – die richtigen Intentionen und entsprechende Hingabe vorausgesetzt – deine Träume zwar jederzeit und überall verwirklichen, doch wenn dies in Übereinstimmung mit dem Mond geschieht, dann lädst du deine Träume noch zusätzlich energetisch auf.



Kapitel 1

Stimm dich ein auf den Mond

Ich beginne diesen Teil des Buches, indem ich dir meine Lieblingsgeschichte zum Neumondwünschen erzähle. Zu diesem Zweck muss ich zurückkehren in die Zeit, als ich dreizehn oder vierzehn war und in der Hauptstadt des australischen Bundesstaats Tasmanien, in Hobart, aufwuchs. Falls du noch nie etwas von Tasmanien gehört haben solltest, der Staat ist eine Insel südlich des australischen Festlands. Zwischen dieser Insel und der Antarktis ist nichts sonst als eine äußerst bewegte See und eisige Luft. Glaub mir, ich weiß es, denn ich bin dort gesehlt!

Wünschen auf Basis von Träumen

Damals hatte ich nur den einen Wunsch: Tasmanien den Rücken zu kehren und in Paris zu leben. Die Wände meines Schlafzimmers waren mit Bildern dieser Stadt übersät; ich las französische Gedichte und hörte französische Musik. Das allererste Gericht, das ich zuzubereiten lernte, war Quiche lorraine – allein deshalb, weil es ein französisches ist. Irgendwann gelang es mir sogar, ein Päckchen Gauloises zu erwischen – nicht etwa, um die Zigaretten zu rauchen, sondern um sie wie Räucherwerk in meinem

Zimmer zu verbrennen und mir dabei vorzustellen, ich sei eine schicke Pariserin, die in einem schummrigen Café im Quartier Latin sitzt und Jazzmusik hört. (Unglücklicherweise roch meine Mutter die Zigaretten, dachte sich ihren Teil, und schon hatte ich einen Haufen Ärger.)

Schneller Vorlauf in eine Zeit viele Jahre später: Ich war fertig ausgebildete Journalistin und hielt mich eine Woche lang in Paris auf, weil ein Freund, der in Australien Urlaub machte, mir die Schlüssel zu seiner Wohnung gegeben hatte. Das war nicht meine erste Reise in meine Traumstadt, nein, aber es war mein erster Paris-Besuch als Erwachsene und ohne Begleitung.

Zufällig kam ich in einer Neumondnacht in Paris an. Also schlug ich den direkten Weg zum Eiffelturm ein, um dort meinen Neumondwunsch zu äußern. Ich war der Meinung, dass die hohe Turmspitze ein ideales Leitmedium wäre, um meine Wünsche direkt in den Himmel zu führen. Und diese Überzeugung erwies sich als zutreffend. Mein Wunsch an jenem Tag besagte, dass ich viel länger in Paris bleiben wollte als nur die Woche, die ich gebucht hatte. Ich war eine ungebundene freischaffende Journalistin – das hieß, dass ich mit meinem Laptop praktisch überall arbeiten konnte, vorausgesetzt, ich verfügte über einen Internetanschluss –, und ich besaß den richtigen Pass. Nun, da ich endlich in Paris war und so viele ideale Voraussetzungen erfüllt waren, warum, um Himmels willen, sollte ich da bereits nach einer Woche wieder abreisen? Nachdem ich meinem Wunsch Ausdruck verliehen hatte, kehrte ich zurück in die Wohnung meines Freundes. Auf dem Weg durch die wunderschönen abendlichen Straßen von Paris hörte ich eine Stimme in meinem Kopf klar und deutlich sagen: »Ha, ich lebe jetzt hier!«

»Unglaublich«, dachte ich bei mir, »wie komme ich dazu, etwas so Merkwürdiges zu denken?« Und doch verhielt es sich genau so.

Am nächsten Tag fiel mir ein handgeschriebener Zettel ins Auge, auf dem unweit meines gegenwärtigen Aufenthaltsortes eine Wohnung in einem der schicksten Viertel von Paris angeboten wurde. Ich suchte die charmante Eigentümerin auf (die, wie ich später herausfand, eine europäische Prinzessin war), und sie zeigte mir die Wohnung. Sie war ideal! Der einzige Haken an der Sache war, dass der Mann der Eigentümerin sich ein Fotolabor neben der Küche eingerichtet hatte und dass das Paar es gelegentlich nutzen wollte. Aus diesem Grund war die Miete nur *halb* so hoch, wie sie es unter normalen Umständen in diesem Stadtteil gewesen wäre, der nur eine Nebenstraße vom Boulevard Saint-Michel entfernt ist.

Um mir die Sache noch leichter zu machen, sprachen die beiden perfekt Englisch, und die Kommunikation gelang mühelos (mein an der Uni erworbenes Französisch bedurfte noch des Aufpolierens). Sie boten mir die Wohnung an, und ich sagte natürlich sofort: »Oui!« So kam es, dass ich die nächsten zweieinhalb Jahre in Paris lebte.

Hat also mein Wunsch nach einem Leben in Paris meinen Traum verwirklicht? Nun ja, nicht nur. Vielmehr hatte ich den *Traum* und habe dann etwas *getan* (Französisch studiert und Paris besucht). Außerdem habe ich meinen Traum *verdichtet*, indem ich den Wunsch unter dem *Eiffelturm* formulierte. In Wirklichkeit sind wir ständig dabei, etwas zu manifestieren. Wir können gar nicht anders. Träumst du davon (also machst du dir darüber Sorgen), du könntest dein Leben verpfuschen? Dann könnte genau das geschehen. Träumst du davon, in Paris zu leben? Dann könnte auch genau das geschehen. Meine Träume von Paris haben jedenfalls meine Wirklichkeit erschaffen.

Ein paar Stunden nachdem ich den Vertrag unterschrieben hatte, bestätigte mir jemand, den ich in einem Café kennenlernte: »Vous avez faites un miracle!« – »Sie haben ein Wunder be-

wirkt!« Offensichtlich fällt es Neuankömmlingen in Paris normalerweise nicht so leicht, in der Stadt umherzulaufen und eine Wohnung zu finden, ganz zu schweigen von einer bezahlbaren im schicksten Viertel der Stadt.

Für mich ging alles nahtlos ineinander über: gradeso, als hätte ich es herbeigezaubert. Ich lebte meinen Traum, und es fühlte sich ganz natürlich an ... und wenn die Dinge sich natürlich anfühlen, dann kann Magie geschehen.

Die zehn wichtigsten Fakten zum Mond

Bevor wir mit dem Wünschen weitermachen, hier zunächst ein paar Schlüsselfakten – astrologischer und anderer Art –, deren Kenntnis nützlich ist, wenn man das Nachfolgende ins rechte Licht rücken will:

1. Der Mond ist 384 400 Kilometer von der Erde entfernt und hat einen Durchmesser von 3476 Kilometern.
2. Die Astronauten der Apollo-11-Mission (darunter Buzz Aldrin und Neil Armstrong) brauchten 1969 drei Tage zum Mond. Gleiches gilt für die nachfolgenden fünf Apollo-Missionen. Doch 2006 war die NASA-Sonde New Horizons, die auf ihrem Weg zu Pluto am Mond vorbeikam, nur mehr unter neun Stunden dafür unterwegs. Aber sie musste ja auch nicht für eine Landung abbremsen.
3. Das Alter des Mondes wird auf 4527 Milliarden Jahre geschätzt, er ist also etwa gleich alt wie die Erde.
4. Die bekannteste Theorie über den Ursprung des Mondes besagt, dass er aus dem im Orbit umherfliegenden Abfall aus einem Zusammenstoß zwischen der neugeborenen Erde und einem Planeten von der Größe des Mars entstand.

5. Der Mond umkreist die Erde, ähnlich wie die Erde die Sonne umkreist.
6. Der Mond braucht ungefähr dreißig Tage, um alle zwölf Zeichen im Tierkreis (Zodiak) zu durchlaufen, und hält sich dabei ungefähr zweieinhalb Tage in jedem Tierkreiszeichen auf.
7. Alle zwei Wochen ist entweder Neumond oder Vollmond. Dem Neumond folgt also zwei Wochen später der Vollmond, diesem folgt nach zwei weiteren Wochen wieder der Neumond und so fort.
8. Astrologen nutzen den Begriff »Lunation«,¹ um die Zeitspanne von Neu- über Voll- zu Neumond zu bezeichnen. Man könnte also beispielsweise sagen: In der nächsten Lunation gibt es einen Widder-Vollmond, wenn er auf dem Weg durch den Tierkreis dann dieses Zeichen passiert.
9. Nach astrologischer Auffassung »herrscht« der Mond insbesondere über Emotionen, Nahrung, Heim, Instinkte, Mütterlichkeit, Bedürfnisse, Brüste, Fürsorge, Weiblichkeit, Vergangenes, Wurzeln, Sicherheit und das Unbewusste.
10. Der Mond löst auf seinem Weg durch den Tierkreis die Zeichen aus und ist somit ein großartiger astrologischer Zeitgeber.

Doch für unsere Zwecke am wichtigsten ist die nachfolgende kleine Liste von Themen, mit denen der Mond in der Astrologie in Verbindung gebracht wird: mit Gefühlen, Emotionen, Mütterlichkeit, Elternschaft, Erinnerungen, Weiblichkeit, der Göttin, Hexen, Frauen, Kindheit, Zyklen, Nahrung, Erbe, Angewohnheiten, Einfühlungsvermögen, Stimmungen, Schwankungen, dem Unbewussten, Empfänglichkeit, Häuslichkeit, der Öffentlichkeit, Füttern, Nähren, Heim, Bedürfnissen und vielem mehr.

Die Vorteile der Einstimmung auf den Mond

Je vertrauter du mit den Praktiken in diesem Buch wirst, umso deutlicher erkennst du, wie vorteilhaft es ist, sich mit dem Mond zu verbinden, etwa indem du bei Neumond wünschst und bei Vollmond loslässt und vergibst (Ausführliches hierzu folgt in den weiteren Kapiteln). Außerdem wirst du feststellen, wie wunderbar es ist, mit den Tierkreiszeichen zu arbeiten, in denen sich der Neumond oder der Vollmond gerade zeigt, und wie viele Erkenntnisse du hinzugewinnst, wenn du weißt, an welcher Stelle ein Neumond oder Vollmond dein persönliches Horoskop beeinflusst. Mit der Zeit wirst du vermutlich die Zahl der Tage bis zum nächsten Neumond oder Vollmond voll im Blick haben.

Falls du dich auf einem spirituellen Weg befindest (und die Tatsache, dass du dieses Buch liest, legt diese Vermutung nahe), wird sich die Einstimmung auf den Mond für dich wie pure Magie anfühlen. Zum einen erinnert uns der Mond an sich daran, dass unser Leben mehr als nur Alltag ist. Ich meine, sieh ihn dir doch nur einfach mal bewusst an! Der Mond ist dieser das Sonnenlicht reflektierende Körper da oben am Himmel. Allein schon mit bloßem Auge betrachtet, sieht er einfach gewaltig aus. Falls du den Mond noch nie durch ein Teleskop betrachtet hast, empfehle ich dir dringend, dies einmal zu tun. *Es bietet sich dir ein atemberaubender Anblick!*

Den Mond Monat um Monat, Jahr um Jahr zu beobachten bringt dich in Kontakt mit seinem Zyklus, seinem Rhythmus – es wird dir helfen, dich daran zu erinnern, dass wir alle Bestandteile von etwas viel Größerem und Kinder des Universums sind. Wir sind so viel mehr als nur Menschen, die sich täglich im öffentlichen Nahverkehr abmühen, um zu unserem Arbeitsplatz

zu gelangen, an dem wir dann miteinander um die nächsten Beförderungen wetteifern. Wir sind Sternenstaub.

Wir sind Magier auf dem Weg zur Erleuchtung. Wir sind eins mit den Himmeln und allem, was sich jenseits von ihnen befindet. Auch wenn wir die Himmel nicht vollständig sehen und nicht zu viel Zeit in die Kontemplation über die Natur investieren können, die Rückbesinnung und Einstimmung auf den Mond verbindet uns dennoch mit dem Göttlichen – mit unserem göttlichen Selbst und mit dem Kosmos.

Indem du dich auf den Mondzyklus einstimmst, verbindest du dich mit dem Kosmos und mit unserem Planeten. Wir Menschen des 21. Jahrhunderts leben überwiegend recht abgeschnitten von der Natur. Natürlich wohnen wir nicht alle in Städten und verbringen nicht alle unsere Arbeitszeit bei künstlichem Licht in geschlossenen Räumen vor Computern. Dennoch trifft diese Beschreibung auf sehr viele von uns zu, nicht wahr? Vor die Tür zu kommen und sich durch die Beobachtung des geheimnisvollen Monds auf die Natur einzulassen ist da ein wirklich probates Gegenmittel.

Du kannst den Mond aus deinem örtlichen Park oder von deinem Garten aus beobachten. Falls du keinen eigenen Garten hast, versuch es mit dem Balkon oder mit der Einfahrt deines Zuhauses. Und falls dir weder das eine noch das andere zur Verfügung steht, dann probier es, indem du auf die Straße trittst oder aus dem Fenster schaust. Ich erinnere mich noch gut daran, wie es war, als ich zum ersten Mal die Gelegenheit hatte, dem Mond regelmäßig bei seiner fortschreitenden Zunahme Nacht für Nacht zuzusehen. Ich war in Thailand und befand mich in einer Strandhütte. Der Himmel war nachtschwarz, und der Mond bot ein echtes Spektakel.

An den Tagen, wenn der Mond fast schon voll ist, nehme ich gern ein »Mondbad«, indem ich mich hinaussetze und das

Leuchten der Mondstrahlen aufnehmen. Ich praktiziere das auch mit meinem Sohn, um ihm einen Zugang zur Magie des Mondes zu ermöglichen. Nebenbei bemerkt: Vollmondnächte eignen sich auch großartig, um Schmuck von aller angesammelten Negativität zu reinigen. Man braucht ihn einfach nur an einem sicheren Platz im Mondlicht liegen zu lassen.

Die Einstimmung auf den Mond ist eine ausgezeichnete Alltagsroutine, die man sich ruhig angewöhnen darf. Indem du bei Neumond deine Wünsche aussprichst, machst du den Weg frei, um deine Träume zu manifestieren. Das allein schon könnte dich wie mich zu der Überzeugung veranlassen, dass der Neumond etwas ausgesprochen Mächtiges an sich hat. Und was den Vollmond betrifft, der den zeitlichen Raum kennzeichnet, in dem wir uns von bestimmten Menschen, Dingen oder Verhaltensweisen lösen sollen, nun, das sagt uns ja eigentlich unser gesunder Menschenverstand, oder? Wir müssen vor allem unser ungesundes Kontrollverhalten bei allem und jedem aufgeben, und wir müssen es regelmäßig tun, um nicht in Verbitterung und Negativität zu enden.



Kapitel 2

Ein Leben im Einklang mit den Mondphasen

Der wichtigste Aspekt der Einstimmung auf den Mond ist, dass man sich bewusst macht, in welcher Phase seines Zyklus er sich gerade befindet. Also beginnen wir unsere Mondarbeit ganz allgemein, indem wir dem Trabanten durch alle seiner acht Phasen folgen. Diese Informationen könnten dein Leben tief greifend verändern!

Zwei von den acht Phasen sind dir mit Sicherheit bereits namentlich bekannt: Vollmond und Neumond. Und jetzt geht's weiter ...

Der Mondmonat

Obleich der Mond am Himmel auf dem Weg durch seine Phasen – vom Neumond zu zunehmendem Viertel, zum Halbmond, zum Vollmond und wieder zurück – seine Form zu verändern scheint, verändert sich doch lediglich seine Position in Relation zur Sonne und zur Erde.

Wie du weißt, umkreist der Mond die Erde, die Erde umkreist die Sonne, und die Mondphasen sind die Folge der sich dabei

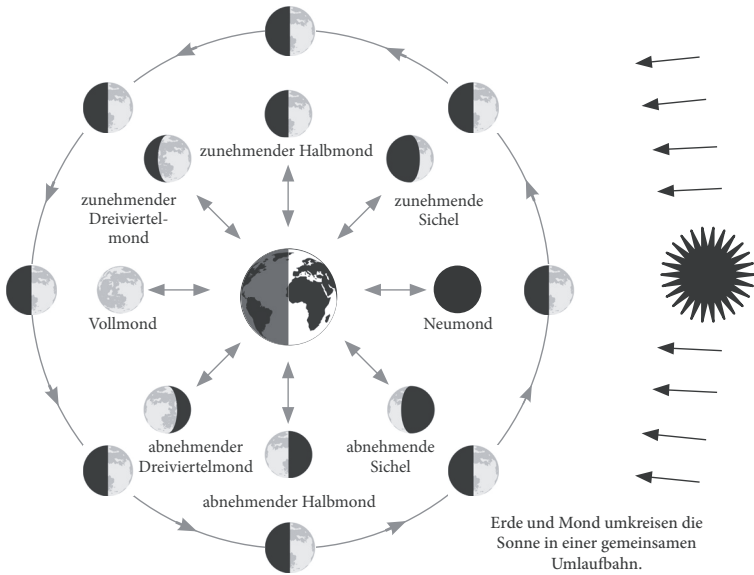
verändernden Winkel zwischen Erde, Mond und Sonne. Der Winkel zwischen Mond und Sonne, der zustande kommt, während die Erde die Sonne umkreist, sorgt dafür, dass der Mond, von der Erde aus betrachtet, in unterschiedlichem Maß angestrahlt wird. Deshalb sehen wir manchmal das Gesicht des Mondes vollständig und dann wieder nur die Hälfte oder ein Viertel von ihm.

Vor vielen, *vielen* Monden beobachteten die Menschen zum ersten Mal das sich wiederholende Lichtspiel des Mondzyklus und verliehen jeder Phase einen eigenen Namen. Außerdem studierten sie die Energien, mit denen die einzelnen Phasen Einfluss auf sie nahmen, und legten damit die Basis für die Weisheit der Astrologie.

Die Abbildung zeigt diese Phasen im Verlauf des 29½-tägigen Mondzyklus. Die Winkel werden ausgehend von je einer Linie gebildet, die wir uns zwischen Sonne und Erde sowie Erde und Mond denken. Damit bezeichnet 0 Grad den Neumond, und sobald der Mond die Erde zur Hälfte umkreist hat, sind 180 Grad und damit der Vollmond erreicht.

Als »zunehmend« wird bekanntlich die Phase zwischen Neumond und Vollmond bezeichnet, in der der Mond am Himmel größer zu werden scheint, als »abnehmend« die Phase zwischen Vollmond und Neumond, in der der Mond am Himmel kleiner zu werden scheint.

Wir können die Mondphasen ebenso unter dem Gesichtspunkt des chinesischen philosophischen Konzepts des Yin und Yang² betrachten. Der Neumond ist äußerst yin, doch wenn er mit den Tagen zunimmt, wird seine Energie immer mehr yang. Der Vollmond ist äußerst yang, doch je mehr er abnimmt, wird seine Energie immer mehr yin. Der Mond befindet sich somit, genauso wie wir selbst, auch in dieser Hinsicht ständig im Wandel.



Die acht Mondphasen

Der Umgang mit den Mondphasen

Seit Jahrhunderten besagen Tradition und Volksglaube, dass die einzelnen Mondphasen sich für bestimmte Aktivitäten besonders gut oder schlecht eignen. Im Jahr 1967 veröffentlichte der amerikanische Astrologe Dane Rudhyar sein bahnbrechendes Werk *The Lunation Circle*³, in dem er sich mit der Vorstellung beschäftigt, dass die Beziehung zwischen Sonne und Mond in unserem Geburtshoroskop ein Schlüssel zum Verständnis unserer Persönlichkeit ist.

Im Laufe der Jahre habe ich meinen eigenen Ansatz im Hinblick darauf entwickelt, wie man sich die Energien der einzelnen Mondphasen zunutze machen kann – insbesondere wenn

es um Entscheidungen über Tun und Lassen auf dem Weg zur Manifestation von Träumen geht. Über diesen Ansatz gebe ich im Folgenden einen Überblick. Meine Herangehensweise setzt sich zusammen aus Rudhyars Arbeiten, traditioneller Volksweisheit und meinen Erfahrungen.

Idealerweise würden wir uns zu jeder Zeit nach dem Mond mit seiner jeweiligen Phase richten. Doch die meisten Menschen denken erst dann daran, wenn sie sich vor irgendwelchen Schwierigkeiten sehen – etwa wenn sie auf ein holpriges Wegstück ihres Lebens geraten sind und sich nach kosmischer Hilfe sehnen. Das ist vollkommen in Ordnung so. Besser ist es jedoch zu verstehen, dass jede Mondphase für eine oder eine andere Sache gut ist. Vergiss nicht: Je besser du auf den Mond eingestimmt bist, umso leichter wird dein Leben fließen.

Du kannst dich über aktuelle Mondphasen orientieren, indem du beispielsweise meine Webseite besuchst: www.moonology.com. Du kannst dir auch meinen Newsletter zuschicken lassen: www.moonologybook.com/dailymessage. Oder du nutzt eine der zahlreichen anderen Informationsquellen im Internet.

Neumond

- Säe den Samen deiner Träume für die Zukunft.
- Diese Phase beginnt ein bis dreieinhalb Tage nach der abnehmenden Sichel.
- Ihre Schlüsselbegriffe lauten *reiner Tisch, Potenzial, Träume*.

Diese Phase ist wohl die aufregendste innerhalb des Mondzyklus. Möglicherweise empfindet man sie als ruhige Zeit, in der sich vielleicht höchstens etwas zusammenbraut, doch tatsächlich entscheidet sie darüber, ob du deine Träume manifestierst oder

nicht. Dieser Zeit darf man mit freudiger Erwartung entgegenblicken. Man darf sie fest einplanen und ihr Raum geben. Jeder Schöpfungsakt braucht Zeit. In dieser Phase das Mantra⁴ »Ich bin gesegnet« zu sprechen wird dir sehr helfen.

Während der Neumondphase kommen neue Ideen aus dem Äther zu uns, und wir müssen uns entscheiden, welche von ihnen wir umsetzen wollen. Wir müssen uns daran erinnern, dass im Grunde alles möglich ist. Jetzt ist wahrhaftig der richtige Zeitpunkt, um darüber nachzudenken, was du *willst* – was du *nicht* willst, zählt jetzt nicht. Meditiere über deine Träume. So kannst du dich auf dein höheres Selbst einstimmen. Und dir steht alle Führung zur Verfügung, die du nur brauchst, um dich auf deine Ziele zuzubewegen.

Empfehlenswert in dieser Zeit ist eine Massage oder auch heißer Sex oder wenigstens ein heißes Bad ... alles, was dich daran erinnert, dass du in deinem Körper lebendig bist. Was willst du aus deinen Erfahrungen als menschliches Wesen machen?

Falls es dir ernst damit ist, überlegt Wünsche zu manifestieren, dann solltest du dir während des Neumonds Zeit für dich nehmen und diese Wünsche festhalten, indem du sie aufschreibst oder Zeichnungen davon anfertigst. Die meisten machen gute Erfahrungen damit, ihre Wünsche schriftlich zu formulieren. Ich für meinen Teil halte das Zeichnen oder Malen für noch etwas wirkungsvoller, selbst wenn es nur etwas »Dahingekritzelt« sein sollte. Das ist wohl so, weil du beim Zeichnen deiner Wünsche zugleich ihre Verwirklichung visualisierst! Es zeigt, dass du wirklich an ihre Umsetzung glaubst, und das ist bereits der erste Schritt zu ihrer Manifestation. Was du dir vorstellen kannst, wirst du auch verwirklichen können. (In Teil II gehe ich noch tiefer auf diese Aussage ein.)

Machst du dir Sorgen, weil du nicht gut zeichnen kannst? Künstlerische Fähigkeiten spielen hier keine Rolle. Falls du dich

aber doch lieber für das Schreiben entscheidest, vergiss nicht, dir die Erfüllung deiner Wünsche vor deinem inneren Auge möglichst detailliert bildlich vorzustellen. Spüre sie. Empfinde, wie sich der erfüllte Wunsch anfühlt. Spüre es in deinem Körper. Empfinde das Hochgefühl. Wirkungsvoll ist es außerdem, wenn du deine Wünsche laut aussprichst.

Indem du diesen Teil des Mondzyklus richtig nutzt (mehr dazu findest du in Teil II), beschleunigst du den Manifestationsprozess in höchstem Maße.

Zunehmende Sichel

- Erforsche deine Träume.
- Diese Phase beginnt dreieinhalb bis sieben Tage nach dem Neumond.
- Ihre Schlüsselbegriffe lauten *Mut*, *Vorangehen*, *Vertrauen*.

Jetzt ist es an der Zeit, deine Träume gedeihen und blühen zu lassen. Falls es dir nicht zu schwülstig vorkommt, kannst du dir deine Träume als erblühende Blumen vorstellen. Vergiss nicht, der Mond verwandelt sich gerade von einem kaum erkennbaren Trabanten zu einem voll sichtbaren, mächtigen Gestirn; genauso verhält es sich mit deinen Träumen. Im Augenblick siehst du vielleicht noch nicht, was du manifestieren wirst, doch früher oder später wird es deutlicher hervortreten, so wie die zunehmende Sichel des Mondes ein ums andere Mal klarer auszumachen ist.

Denk weiterhin darüber nach, was du willst. Nimm dir die Zeit, dich mit der Wunschliste zu beschäftigen, die du in der Neumondphase erstellt hast (mehr hierzu in Teil II). Sprich deinen Wunsch laut aus. Beschäftige dich in deinen Gedanken mit