

# Leseprobe

Yasmin Boland

## **Moonology – Die Magie des Mondes**

Wünsche verwirklichen und erfüllter leben mit der Kraft der Mondphasen

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 12,00 €



---

Seiten: 320

Erscheinungstermin: 26. April 2023

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

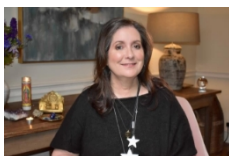
# Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

Noch nie war es so einfach, die machtvolle Energie des Mondes für unsere Wünsche und Ziele zu nutzen – Get in Tune with the Moon! Kein anderer Himmelskörper ist uns so nah wie der Mond. Seine Anziehungskraft beeinflusst nicht nur Ebbe und Flut, sondern auch unsere Stimmung, Lebenskraft und Gesundheit. Wenn wir zum richtigen Zeitpunkt seine verborgene Energie nutzen, kann der Mond wahre Wunder für uns bewirken: ob wir uns einen Partner wünschen, finanzielle Sicherheit oder mehr Erfolg im Job – alles, was wir uns erhoffen, ist möglich! Die Anleitung dafür liefert Yasmin Boland: Sie zeigt, wie wir im Rhythmus der acht magischen Mondphasen erfolgreich Wünsche realisieren und Erfüllung in allen Lebensbereichen finden. Das Praxisbuch für Einsteiger und Mondsüchtige – mit vielen einfachen Übungen, Ritualen und Meditationen.



### Autor

## Yasmin Boland

---

Yasmin Boland ist Journalistin, TV-Produzentin und Astrologin. Ihre große Leidenschaft: der Mond und seine magischen Kräfte. Seit fast 20 Jahren beschäftigt sie sich mit dem Sternenhimmel, mittlerweile zählt sie zu den bekanntesten Astrologinnen weltweit. Auf ihrer international populären Webseite veröffentlicht sie tägliche Moon-Messages und informiert Menschen über ihr Wochen-, Monats- und Jahreshoroskop. Sie wird regelmäßig im Fernsehen als Expertin herangezogen, gibt Workshops und bildet Astrologen aus. Yasmin Boland

## DAS BUCH

Noch nie war es so einfach, die machtvolle Energie des Mondes für unsere Wünsche und Ziele zu nutzen – Get in Tune with the Moon! Kein anderer Himmelskörper ist uns so nah wie der Mond. Seine Anziehungskraft beeinflusst nicht nur Ebbe und Flut, sondern auch unsere Stimmung, Lebenskraft und Gesundheit. Wenn wir zum richtigen Zeitpunkt seine verborgene Energie nutzen, kann der Mond wahre Wunder für uns bewirken: ob wir uns einen Partner wünschen, finanzielle Sicherheit oder mehr Erfolg im Job – alles, was wir uns erhoffen, ist möglich! Die Anleitung dafür liefert Yasmin Boland: Sie zeigt, wie wir im Rhythmus der acht magischen Mondphasen erfolgreich Wünsche realisieren und Erfüllung in allen Lebensbereichen finden. Das Praxisbuch für Einsteiger und Mondsüchtige – mit vielen einfachen Übungen, Ritualen und Meditationen.

## DIE AUTORIN

Yasmin Boland ist Journalistin, TV-Produzentin und Astrologin. Ihre große Leidenschaft: der Mond und seine magischen Kräfte. Seit fast 20 Jahren beschäftigt sie sich mit dem Sternenhimmel, mittlerweile zählt sie zu den bekanntesten Astrologinnen weltweit. Auf ihrer international populären Webseite veröffentlicht sie tägliche Moon-Messages und informiert Menschen über ihr Wochen-, Monats- und Jahreshoroskop. Sie wird regelmäßig im Fernsehen als Expertin herangezogen, gibt Workshops und bildet Astrologen aus. Yasmin Boland ist in Deutschland geboren, in Tasmanien aufgewachsen und lebt in Großbritannien. [www.yasminboland.com](http://www.yasminboland.com)

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

WILHELM HEYNE VERLAG  
MÜNCHEN

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

Die in diesem Buch vorgestellten Informationen und Empfehlungen sind nach bestem Wissen und Gewissen geprüft. Dennoch übernehmen der Autor und der Verlag keinerlei Haftung für Schäden irgendwelcher Art, die sich direkt oder indirekt aus dem Gebrauch der hier beschriebenen Anwendungen ergeben. Bitte nehmen Sie im Zweifelsfall bzw. bei ernsthaften Beschwerden immer professionelle Diagnose und Therapie durch ärztliche oder naturheilkundliche Hilfe in Anspruch.

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.



Verlagsgruppe Penguin Random House FSC® N001967

Deutsche Erstausgabe 03/2023  
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 Verlagsgruppe Penguin Random House GmbH,  
Neumarkter Straße 28, 81673 München  
© dieser Ausgabe 2023 by Wilhelm Heyne Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Penguin Random House 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: GGP Media GmbH, Pößneck  
ISBN: 978-3-453-70458-9

[www.heyne.de](http://www.heyne.de)

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

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



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!

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: geradeso, 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«,<sup>1</sup> 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 Mondes 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

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](http://www.moonology.com). Du kannst dir auch meinen Newsletter zuschicken lassen: [www.moonologybook.com/dailymessage](http://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 Mantra<sup>4</sup> »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

ihm. Visualisiere ihn. Fängt er schon an, sich real anzufühlen? Wenn nicht, dann trag ihn dir noch einmal laut vor, und visualisiere ihn erneut. Spüre, wie es sich anfühlt, wenn dein Wunsch verwirklicht ist. Wünsche zu formulieren und Intentionen zu bestimmen ist ein mächtiger Anfang. Falls du dein Leben wirklich transformieren möchtest, dann musst du an deiner Vision festhalten.

Die Mondphase der zunehmenden Sichel bezeichnet die Zeit, in der du Vertrauen und Mut aufbringen solltest. Wenn es dir um Erfolg geht, dann musst du dranbleiben. Manchmal ist echter Mumm verlangt, wenn du etwas ernstlich verwirklichen möchtest. Angst vor dem Scheitern kann eine Begleiterscheinung sein. Wenn dir bereits bewusst ist, dass du mit solchen Schwierigkeiten zu ringen haben wirst, dann wird dir sogar noch mehr Einsatz während der zunehmenden Sichel abverlangt – damit du nicht aufgibst, bevor du überhaupt richtig angefangen hast.

### Zunehmender Halbmond

- Es ist an der Zeit, eine Verpflichtung einzugehen.
- Diese Phase beginnt sieben bis zehneinhalb Tage nach dem Neumond.
- Ihre Schlüsselbegriffe lauten *Herausforderungen*, *Vertrauen*, *Hingabe*.

Wir befinden uns mitten zwischen Neu- und Vollmond, und unser Erdtrabant sieht aus wie in der Mitte durchgeschnitten. In dieser Zyklusphase haben sich bei dir möglicherweise erste Zweifel daran eingeschlichen, ob deine Fähigkeiten ausreichen, deinen Traum zu verwirklichen. Vielleicht wird deine Entschlossenheit oder deine Hingabe hart auf die Probe gestellt. Falls du

dir im Herzen im Klaren darüber bist, dass dir deine alten Träume nicht mehr so wichtig sind, dann tu dir den Gefallen, und verabschiede dich von ihnen.

Dein Ego mag sich an ihnen festhalten, doch du kannst sie loslassen. Sollte dich das, woran auch immer du gerade arbeitest, aber auch weiterhin antreiben, dann ist jetzt die Zeit für eine Intensivierung deiner Hingabe gekommen. Gelegentlich helfen uns kleine Hindernisse sogar, unsere Ernsthaftigkeit noch zu steigern. Jetzt ist es wirklich wichtig, immer wieder zu der Wunschliste zurückzukehren, die du in der Neumondphase angefertigt hast. Spüre, wie sich die Erfüllung deiner Wünsche anfühlt. Visualisiere sie. Male dir ihre Erfüllung in aller Deutlichkeit aus.

Außerdem könnte es sein, dass sich dir jetzt irgendwelche Krisen oder Probleme in den Weg stellen – nimm sie als Ansporn, um noch etwas konsequenter an der Verwirklichung deiner Träume zu arbeiten. Die astrologische Ursache für solche Ereignisse ist der Abstand zwischen Mond und Sonne. Man sagt, sie bilden ein Quadrat zueinander – ein Winkelverhältnis oder einen »Aspekt« (dazu später mehr), der wie ein Insektenstich wirkt, an dem man kratzen muss. Anders gesagt, jetzt auftretende Schwierigkeiten verlangen von dir, dass du tätig wirst.

### Zunehmender Dreiviertelmond

- Bleib auf Kurs.
- Diese Phase beginnt zehneinhalb bis fünfzehn Tage nach dem Neumond.
- Ihre Schlüsselbegriffe lauten *optimieren, verfeinern, anpassen*.

