

Johanna Paungger & Thomas Poppe

MONDKALENDER

im MAI



1. Mai SO. Stier
Kiefer, Halsbereich • Wurzel • Salz
Was heute begonnen wird, hat eine größere Chance auf Erfolg. Das Vorhaben scheint zu Beginn mühselig, ist aber von Dauer.

2. Mai MO. Stier
Wer heute Huflattichblüten sammelt, gewinnt einen wunderbaren Tee gegen Halsschmerzen und Heiserkeit.

3. Mai DI. Zwillinge
Schultern, Arme • Blüte • Fett
Schokolade wirkt an Zwillinge belastend auf den Stoffwechsel. Das kann sich etwa in Form von Kopfschmerzen äußern.

4. Mai MI. Zwillinge
Wer heute Vormittag Petersilie sät oder pflanzt, wird bemerken, wie anders die Pflanze im Vergleich zu anderen Tagen gedeiht.

5. Mai DO. Zwillinge
Glashaus-Pflänzchen können langsam ans Freie gewöhnt werden.

6. Mai FR. Krebs
Brustbereich, Lunge • Blatt • Kohlenhydrate
Sind die Maifröste schon vorbei? Dann wäre heute ein idealer Zeitpunkt, um eine Kräuterspirale neu zu bepflanzen.

7. Mai SA. Krebs
Gegen Frühjahrsmüdigkeit helfen natürliche Vitamine, etwa in Form von Salaten.

8. Mai SO. Löwe
Herz, Kreislauf • Frucht • Eiweiß
Heute und morgen angesäte Gewürzpflanzen gedeihen gut. Zusätzlicher Vorteil: Nach der Ernte sind sie auch aromatischer.

9. Mai MO. Löwe
Die ideale Pflanzzeit für alle möglichen Nutzpflanzen kann ab morgen beginnen! Die Eisheiligen sind allerdings noch nicht vorbei.

Mondkalender zum Ausdrucken:
servus.com/mondkalender

10. Mai DI. Jungfrau
Verdauungsorgane • Wurzel • Salz
Ab morgen bis zum 3. Juni ist die Zeit gut, um anzufangen, was lange Zeit liegen geblieben ist.

11. Mai MI. Jungfrau
Jungfrau eignet sich ganzjährig als Fastentag. So manch ungesunde Gewohnheit lässt sich leichter in den Griff bekommen.

12. Mai DO. Jungfrau
Gelagertes Obst und Früchte an Jungfrau-Tagen nicht anrühren, sonst droht Fäulnis.

13. Mai FR. Waage
Hüftbereich • Blüte • Fett
Gelb in Kleidung und Lebensmitteln regt heute nicht nur die Inspiration an, sondern unterstützt auch Galle und Leber.

14. Mai SA. Waage
Wer schon Samen im Garten ausgesät hat, sollte die Erde gut feucht (aber nicht nass) halten, bis sich erste Keimblätter zeigen.

15. Mai SO. Skorpion
Geschlechtsorgane • Blatt • Kohlenhydrate
Die Datumszahlen haben eine besondere Kraft. Die zwei Fünfer heute machen es einfacher als sonst, innere Ruhe zu finden.

16. Mai MO. Skorpion
Vollmond 5.12 Uhr
Es ist Vollmond, eine kleine Erinnerung: heute einen Fastentag einlegen!

17. Mai DI. Schütze
Oberschenkel, Venen • Frucht • Eiweiß
Heute wäre ein idealer Tag, um eine Blutreinigungskur zu beginnen. Bis zum 30. Mai nimmt der Mond ab, und genau so lange sollte die Kur dauern.

18. Mai MI. Schütze
Wenn es zum Gartenplan für 2022 gehört, Bäume zu pflanzen, die später allein stehen sollen, wäre heute ein idealer Zeitpunkt dafür.

19. Mai DO. Steinbock
Knie • Wurzel • Salz
Steinbock im abnehmenden Mond bietet sich für die Arbeit mit Holz an – zum Basteln, Bauen und Renovieren.

20. Mai FR. Steinbock
Heute wäre ein idealer Zeitpunkt, um Beete und Steingärten von unerwünschten Pflanzen zu befreien.

21. Mai SA. Wassermann
Unterschenkel, Venen • Blüte • Fett
Heute die Gartenarbeit sein lassen und lieber in der Hängematte die Beine hochlagern. Dazu viel trinken wäre gesund!

22. Mai SO. Wassermann
Lymphdrainagen wirken besser bei abnehmendem Mond und Wassermann.

23. Mai MO. Wassermann
Am Gießtag Fische ein Tipp aus dem kleinen „Lexikon für Gartenutensilien“: Die Gießkanne sollte einen langen Schnabel haben, um auch kleine Pflänzchen zu erreichen.

24. Mai DI. Wassermann
Abnehmender Mond im Tierkreiszeichen Fische ist ein guter Zeitpunkt, um Kartoffeln zu setzen.

25. Mai MI. Widder
Kopfbereich • Frucht • Eiweiß
Ein Rat für die Arbeit im Garten: Heute ist ein guter Tag fürs Entfernen toter Äste und Pflanzen von Tomaten und Paprika.

26. Mai DO. Widder
Heute an Schönheitspflege denken: Bei abnehmendem Mond haben Reinigungsmasken eine intensivere und länger anhaltende Wirkung.

27. Mai FR. Widder
Widder ist leider ein „migräneanfälliger Tag“. Rechtzeitig viel Wasser oder Tee trinken hilft, ebenso aber auch Stress vermeiden!

28. Mai SA. Stier
Kiefer, Halsbereich • Wurzel • Salz
Probleme mit Maulwürfen? Werden heute oder morgen ihre Hügel eingeebnet, suchen sie sich ein anderes Feld. Bei zunehmendem Mond hilft die Maßnahme meist nicht.

29. Mai SO. Stier
Allergiker haben es an Stier-Tagen zwar besonders schwer, können dafür aber den Auslöser in der Ernährung leichter erkennen.

30. Mai MO. Zwillinge
Schultern, Arme • Blüte • Fett
Neumond 12.29 Uhr
Zwillinge regiert auch die Hände – daher ein Spezialtipp fürs Joggen: Beim Laufen nichts in den Händen halten. Das hat nämlich eine schwächende Wirkung.

31. Mai DI. Zwillinge
Jetzt kann es im Garten so richtig losgehen – pflanzen, setzen, veredeln, verjüngen, teilen etc. Nur zurückschneiden nicht!

GUT ZU WISSEN

Neben den **Mondphasen** spielen im Mondkalender die **Tierkreiszeichen** eine wichtige Rolle. Jedes davon regiert eine **Körperteilezone** (z. B. der Widder den Kopf), beeinflusst einen **Pflanzenteil** (z. B. Fische das Blatt) und besitzt eine spezielle **Nahrungsqualität** (z. B. Salz an Stier-Tagen). Je nach Mondstand wirken sich Tätigkeiten an bestimmten Tagen günstig oder eher ungünstig aus. Nähere Infos dazu in den Büchern der Autoren oder unter paungger-poppe.net Fragen zum Mondkalender? E-Mail an vrz@aon.at

- Vollmond
- ☾ abnehmender Mond
- Neumond
- ☽ zunehmender Mond