

# Der Kalender, der nach dem Mond geht

Mit Kunst, Muße und Natur durch das Mondjahr



Der Kalender,  
der nach dem Mond geht

Almut Imura & Nana Mara

## **Impressum**

Copyright: Almut Imura Schnelle/Nana Mara

Jahr: 2023 Kalenderbeginn / Samhain – Oktober 2024

ISBN: 9789403684659

Lektorat/ Korrektorat: Almut Imura / Nana Mara

Illustrationen: Almut Imura / Nana Mara

Covergestaltung: Almut Imura / Nana Mara

Weitere Mitwirkende: der Mond, die Erde, das Himmelszelt

Verlagsportal: [www.bookmundo.de](http://www.bookmundo.de)

Gedruckt in Deutschland

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie (*falls zwei Pflichtexemplare an die DNB geschickt werden!*).

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung und Verbreitung ist ohne Zustimmung der Verfasser unzulässig.

## Einführung - Herzlichen Glückwunsch

Du hältst den ersten Kalender, der wahrhaftig nach dem Mond geht, in Deinen Händen. Er beginnt mit dem Vollmond-Fest Samhain am 28. Oktober 2023 und endet am 16. Oktober 2024. Darin liegen vier Mond- und vier Sonnenfeste. Die Sonnenfeste sind fixe Feiertage, die Mondfeste hingegen richten sich nach der Mondin. Doch halt, Moment - da fehlen doch glatt zwölf ganze Tage! So sieht es aus. - Die Sonne hat einen anderen kalendarischen Umlauf als die Mondin. Es ist wie im Leben, die beiden kommen nicht so recht zusammen und dennoch sind sie miteinander auf fast magische Weise verbunden. Diese zwölf verbleibenden Tage tauchen als sogenannte Rauh Nächte wieder auf und führen galant wie eine Brücke über die 'scheinbare' Lücke zwischen den Mond- und den Sonnenmonaten.

**Warum wir einen Kalender, der ausgerechnet nach dem Mond geht, kreiern haben, ist, wie immer, ganz einfach.** Die biologischen Rhythmen einer Frau sind eng mit der Mondin verknüpft. Jeden Monat durchleben wir einen kurzen zyklischen Verlauf und einen langen, der unsere gesamte Lebenszeit umfasst. In beiden hat die Mondin einen immensen Einfluss auf unser Er. Leben. Dieser Kalender schenkt Dir bewussten Raum dafür, Dich an Deinen ureigenen weiblichen Rhythmus zu erinnern. Webe Dich wieder in ihn hinein. Du bist rhythmisches Da. Sein. - Wir geben Dir dazu zwölf Kräuterpflanzen zur Seite, zwölf Herzbilder zum meditativen Ausmalen und lassen Dir Raum für Deine Wahrnehmung. In die Kalenderzeilen schreibe gern, was Du beobachtetest an diesen Tagen in Bezug auf Deine ureigenen Rhythmen. Wir laden Dich zudem zum Austausch mit uns ein.



**Nana Mara ist die Künstlerseele, die aus mir heraus spricht.  
Ich bin: Inspiratöse. Poetin in Wort & Bild. Seelen.Botanikerin.**

## Was soll ich sagen über mich?

Ich bin eine, die besticht  
mit ihrer Poesie in Wort und Bild.

Kraftvoll, zart und wild  
bring' ich's auf den Punkt,  
was wahrlich war und ist.

Ich liebe die Natur,  
die Dir und mir ur-eigen ist.

Und fasse gern die Welt in ein Gedicht  
oder male sie mir bunt.

Ich lebe gern auf diesem Erdenrund.

Ich liebe beseelte Wesen.

Das wär's dann auch schon mal gewesen  
über mich -

Wär' da nicht noch diese andere Seite:  
mit der begleite

ich Menschen durch ihre HöllenLebensStürme  
und unterstütze sie, sich in der Welt zu zeigen,  
mit dem,

was ihrer urNatur wahrhaftig eigen:  
Ihre ganz persönliche kreative Ausdruckskraft.

Mehr über mich und was ich so tue, findest Du hier ganz prosaisch auf:

<https://www.leichtleben.org/nana-mara/>



**Almut Imura** - Autorin. Kreative. Kräutermagierin. Ur-Kraft-Hüterin

Etwas Persönliches soll her - damit Du mich besser kennenlernen darfst. Es gibt so viel, dass ich Dir sagen will. Und doch sind hier der vielen Worte zu viel. Daher hier ein kleiner Einblick in meine so vielfältige Persönlichkeit. Näheres Hinsehen und Fragen direkt an mich sind jederzeit willkommen.

Ich möchte einfach leben. Ich möchte am Fenster sitzen, wenn es regnet und Bücher lesen, zu denen ich nie abgefragt werde. Ich mag dem Geplapper der Pflanzen zuhören und ihren Geschichten lauschen. Ich möchte malen, weil ich es will, nicht, um etwas zu beweisen. Ich möchte auf meinen Körper hören, schlafen, wenn der Mond hoch am Himmel steht und langsam aufwachen, ohne zu einem Ort eilen zu müssen. Ich möchte nicht beherrscht werden von Geld oder Uhren oder einer dieser künstlichen Beschränkungen, die die Menschheit sich selbst auferlegt. Ich möchte einfach sein, unbegrenzt und unendlich.

Und so bin ich - mal hier - mal dort - immer offen für dieses spannende Leben - für die Menschen , die in meinen Lebensbus einsteigen, für die Umleitungen, die ich manchmal nehmen darf, für die unwirtlichen und die sonnigen Tage, durch die mein Weg mich führt. Wo die Reise hinget, fragst Du mich? Es ist eine Rundreise - ich komme von zu Hause - und ich fahre nach Hause. Ich freue mich darauf, Dir einen Platz in meinem Lebensbus anbieten zu dürfen.

**Alles weitere findest Du hier: <https://www.almutschnelle.de>**

## Besonderheiten in diesem Kalender:

Der Mond nimmt nicht nur ab bis zum Neumond und wird dann wieder runder bis zum Vollmond - er durchläuft während jeder dieser Phasen von ca. 29 Tagen auch alle zwölf Tierkreiszeichen. Du kennst sie sicherlich. Diese durchläuft die Erde auf ihrer Bahn um die Sonne herum. Die Erde braucht dafür 365 Tage. Auch Deinem Geburtstag ist die Energie eines bestimmten Sternzeichens zugeordnet, das die Erde an diesem Tag durchläuft. Und weil auch der Mond die Erde umrundet, durchläuft er dabei die Tierkreiszeichen. Zwei bis drei Tage steht der Mond in jeweils einem der zwölf Sternzeichen. An Neumond steht er immer im selben Sternzeichen, das auch dem Monat zugeordnet ist.

Jedes Tierkreiszeichen hat seine eigene Energie und Auswirkungen auf bestimmte Körperregionen des Menschen, auf das Wachstum der Pflanzen, auf die Heilwirkung der Kräuter, auf den Erfolg vieler Tätigkeiten rund um Haus und Garten und einiges mehr. Eine Tabelle zur Übersicht findest Du am Ende des Kalenders. Wann der Mond in welchem Tierkreiszeichen unterwegs ist, haben wir für Dich an jedem Tag vermerkt. Eine tägliche Inspiration für ein Leben nach dem Mond kannst Du auf unserem YouTube-Kanal abrufen. Hier geht es lang:

**MondArt&weiseTV - Der Kanal mit Erlebnischarakter**

**[https://youtube.com/@MondART\\_und\\_weiseTV](https://youtube.com/@MondART_und_weiseTV).**

Wir sind an den jeweiligen Mondfesten gerne für Dich da und freuen uns über Dein Erleben. Du hast Fragen und/oder Anmerkungen? Melde Dich direkt bei uns unter: **[almutschnelle@imurarumi.com](mailto:almutschnelle@imurarumi.com)** oder **[unschlagbar.einzigartig@gmail.com](mailto:unschlagbar.einzigartig@gmail.com)**

Dieses alte überlieferte Wissen ist ein Erfahrungswissen, das Du für Dich ausprobieren und erforschen darfst. Teste einfach mal mit ein bis zwei Anwendungsbeispielen und nimm wahr, was Du beobachtest. Bleibe achtsam und werde Dir dabei bewusst über die Zusammenhänge in der Natur.

Du wirst da sicher auch noch andere Bezeichnungen und Namen für die unterschiedlichen Mond-Monate finden. Das ist ganz normal. Daher sei an dieser Stelle einmal angemerkt, dass die Mondnamen in diesem Kalender von uns ausgewählt wurden. Sie sind nicht in Stein gemeißelt und wir laden Dich ein, in die Energie eines jeden Mondes selbst hinein zu spüren und sie wahrzunehmen. Vielleicht ergibt sich ja für Dich eine ganz andere Reihenfolge und /oder sogar ganz andere Namen für die Monde. Fühl' Dich so frei, Deine Bezeichnungen in Deinem Kalender abzuändern und dann die jeweilige Mondphase in der von Dir erforschten Energie zu erleben.

Im weiteren Verlauf dieses Kalenders findest Du unsere Feiern zu den Vollmonden, den Mond- und den Sonnenfesten. Wir feiern immer in der zunehmenden Energie, einen Kalendertag vor dem Ereignis, das auf den "normalen" Kalendern ausgewiesen ist.

So kannst Du Dir die Freiheit nehmen, in Deinem Rhythmus sein zu dürfen. Auch hast Du so die Möglichkeit an einer der vielen interessanten anderen Veranstaltungen, die direkt auf den Tag fallen, teilzunehmen. Hab also Verständnis statt Verwirrung...

Du erfährst die Termine der Feste und Feiern immer auf unserem telegram Kanal, über den YoutubeKanal und die Webseite. Demnächst wollen wir Dich ebenso mit besonderen Inhalten inspirieren. Wenn Du dies magst, schwenke uns hier Deine Emailadresse schenkst: <https://www.mondartundweise.com/newsletter>

Nun wird es aber Zeit in Deinen Kalender hineinzuspüren. Tauche in die Mondenergien, fühle Deinen eigenen weiblichen Rhythmus im Zusammenspiel mit der jeweiligen Mondin?

## Die Kräuterpflanzen, die wir für Dich ausgesucht haben.

Alle Pflanzen sind sogenannte Frauenkräuter. Seit vielen hundert Jahren werden sie in der Frauenheilkunde erfolgreich eingesetzt. Sie haben den Namen Frauenkräuter aufgrund ihrer jeweiligen spezifischen Heilwirkung auf die Beschwerden und Leiden der Frauen im Zusammenhang mit dem Mondzyklus. Manche wirken auf die Phase vor der Menstruation, manche auf die Phase danach und wieder andere helfen Dir, weniger Beschwerde behaftet durch die Mondblutung hindurch. Es gibt auch viele Kräuter, die den Lebenszyklus der Frauen stärken, sei es in der Phase der jugendlichen Frau vor der Empfängnis, im Zeitraum von Schwangerschaft und Geburt, in den Stillzeiten und in der Zeit der Kinderbegleitung und natürlich während der Wechseljahre und der Zeit danach.

Das wunderbare Sprichwort "Gegen jedes Zipperlein ist ein Kraut gewachsen" bekommt hier noch einmal eine ganz besondere Bedeutung.

Auch mögen wir Dir mit auf den Weg geben, dass es ein wahres Geschenk ist, als Frau durch dieses Leben gehen zu dürfen. Die Schöpferkraft, die Du wahrlich in Dir trägst, darf von Dir erkannt werden und mit ihr Deine Größe in Deinem Da.Sein. Hab also Spaß und Freude an den Pflanzen, die wir Dir prosaisch und poetisch vorstellen und dann gehe in die Natur: suche sie, sammle sie, rieche sie, spüre sie. Und dann bleib im Vertrauen in das wunderbare Leben - im Allgemeinen und im Besonderen - als Frau.

## Jäger-Mond - Samhain

Früher ging es im November auf die Jagd. Die Ernten in Feld und Flur hatte man hinter sich und auch den Wein in die Kelter gebracht. Nun wurde es langsam auch kälter. Die wärmende Sonne nahm spürbar und sichtbar Abschied.

Bei uns heute geht eine ganz andere Jagd los, die auf Weihnachtsgeschenke. Die Ersten beginnen mit der Geschenkejagd, um anderen eine Freude zu machen.

STOPP. Ehe Du resümiert, dass Du hier definitiv raus bist.

Erinnere Dich: Letzten Monat hast Du bereits Deine Ernte integriert. Es ist also durchaus Platz für Neues, was sich aus Deinem Inneren heraus zeigen möchte. Du kannst jetzt Deine wohlwollenden Ahnen unterstützend einladen, Dir zu zeigen, was Dir und anderen im nächsten Jahr Freude bereitet und von wertvollem Nutzen ist.

Viele Unternehmerinnen bereiten jetzt den Acker vor für die Aussaat im kommenden Jahr und sichten auch, welche der Vorräte so gut gediehen sind, dass sie als Aussaat für die neue Ernte dienlich sind. Wenn Du magst und es für Dich sinnvoll ist, so halte in einer Innenschau Ausschau nach Deinem wertvollsten Saatgut und nimm Dir Deine Zeit in dieser Mondzeit, was Du auswerfen möchtest. Nimm diese Samenkörner, die Du in Betracht ziehst und lege sie, Dir notierend, zur Seite in dem Wissen, dass die Zeit der Aussaat noch nicht da ist.

Trage sie derweil in Deinem Herz und wärme sie, halte sie trocken, dass sie Dir nicht verderben. Mehr ist gerade nicht zu tun.