

Irene Lauretti

Gesundheit in deiner Hand

Der besondere Mondkalender

2022

Hinweis

Die in diesem Kalender vorgestellte Heilmethode stellt keinen Ersatz für medizinischen Rat dar. Jeder ist für das eigene Tun und Lassen auch weiterhin selbst verantwortlich. Die Autorin und der Verlag übernehmen keine Haftung für eventuelle Schäden oder Nachteile, die durch unterlassene Arztbesuche entstehen.



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

© Copyright Verlag »Die Silberschnur« GmbH

© Copyright Text, Grafiken und Fotos: Irene Lauretti

ISBN: 978-3-96933-007-4

1. Auflage 2021

Gestaltung & Satz: XPresentation, Göllesheim; unter Verwendung der Grafiken von

© Adrian Niederhäuser, www.fotolia.com; © Eucalyp, www.shutterstock.com

Illustrationen: Christiane Hahn (Seite 6, 13-15)

Umschlaggestaltung: XPresentation, Göllesheim; unter Verwendung der Motive von

© Aaron Amat, © hamara, stock.adobe.com; © Denis Belitsky, shutterstock.com

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstr. 1 · 56593 Göllesheim

www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

PERSÖNLICHE DATEN

Name

Vorname

Adresse

Telefon

Fax

Mobil

E-Mail

Hinweis

Die Informationen in diesem Mondkalender sind dem Buch »Der Mond und der kosmische Code der Schöpfung« (ISBN 9783000433122) von Irene Lauretti entnommen.

»Gesundheit in deiner Hand – Der besondere Mondkalender« zeigt die Zuordnungen der Hand und Finger zu den Emotionen und Organen des Körpers. Die ausführlichen Informationen hierzu, ebenso wie die Aktivierungssequenzen und Informationen zu den in diesem Kalender angegebenen Organenergien und zum Lebensstrom, dem wichtigsten Energiestrom des Menschen, findest du in dem oben genannten Buch von Irene Lauretti.

Besuche auch die Youtube-Seite von Irene Lauretti mit Kurzfilmen zur Aktivierung der Organströme sowie die Webseite der Autorin:




www.irenelauretti.com

Symbolerläuterungen

Tierkreiszeichen

 Schütze (6. Tiefe)	 Zwillinge (1. Tiefe)
 Steinbock (6. Tiefe)	 Krebs (1. Tiefe)
 Wassermann (3. Tiefe)	 Löwe (5. Tiefe)
 Fische (3. Tiefe)	 Jungfrau (5. Tiefe)
 Widder (2. Tiefe)	 Waage (4. Tiefe)
 Stier (2. Tiefe)	 Skorpion (4. Tiefe)

Die Mondphasen

 Neumond	 zunehmender Halbmond
 Vollmond	 abnehmender Halbmond

Siehe auch Kapitel »Die Bedeutung der Mondphasen« auf Seite 23.

Auf- und Absteigen des Mondes

 aufsteigender Mond	 absteigender Mond
--	---

Siehe auch Kapitel »Das Auf und Ab des Mondes und die Entfaltung meines Sterns« auf Seite 22.

Energetisierungsfinger

Es wird empfohlen, den zum Mondstand passenden Tagesfinger (Energetisierungsfinger) so oft wie möglich zu halten, indem du ihn mit den Fingern der anderen Hand leicht umfasst (siehe Seite 19). Das Halten des Energetisierungsfingers harmonisiert die Emotionen, belebt die Vitalität, kurbelt das Immunsystem an und verbessert die Gesundheit!



Der tägliche Energetisierungsfinger (oder Handinnenfläche) ist im Kalender jeweils farblich hervorgehoben.

Siehe auch Kapitel »Wie nutze ich meine Hand und Finger zur täglichen Einstimmung und Energetisierung?« auf Seite 17.

Inhaltsverzeichnis

Einführung	8
Die Reise des Mondes durch die 6 Tiefen und die 12 Tore des Zodiaks	11
Die Reise des Mondes und der Fluss der Emotionen	12
Wie nutze ich meine Hand und Finger zur täglichen Einstimmung und Energetisierung?	17
Die 6 Tiefenfarben und das entsprechende Tagesthema	20
Das AUF ☺ und AB ☹ des Mondes und die Entfaltung meines Sterns	22
Die Bedeutung der Mondphasen	23
Das Tagesthema	28
Wenn der Mond von einer Tiefe zur nächsten wandert ...	32
Sternzeichen, Organe und Tonarten – Du bist MUSIK!	34
Zusammenfassende Anmerkungen und Tipps zur Ernährung	35
Kalendarium	40
Jahresübersicht 2022	148
Jahresübersicht 2023	149
Ferienkalender 2022	150
Über die Autorin	152
Adressverzeichnis	156
Notizen	164

Einführung

WAS unterscheidet diesen Mondkalender von anderen, herkömmlichen Mondkalendern?

DEINE GESUNDHEIT!

Ja, die Antwort ist ganz einfach, denn in diesem Kalender geht es um DICH und deine Beziehung zum MOND!

Tatsächlich bist nämlich DU es, der den Mond „in der Hand“ hat und nicht der Mond, der die »Macht« hat über dich, wie es oftmals behauptet wird.

DU erschaffst deinen Körper, deine Realität, ja alles, was du fühlst und denkst durch die Schwingungen des Mondes ... jeden Tag neu ... du regenerierst dich kontinuierlich, dein Körper ist schon jetzt nicht mehr das, was er vor 5 Minuten war ... Es ist kontinuierlicher Fluss der Neuerschaffung ... und genau DAS ist der entscheidende Punkt:

DU hast es in der Hand, WIE und ob du dein Leben, deine Gesundheit und deinen Körper veränderst, verjüngst, erstrahlen und erblühen lässt, und dein Verbündeter in dieser Erschaffung ist ... DER MOND!

Dieser Kalender basiert auf jahrtausendealtem Heilwissen – erstmals präsentiert in einem kompakten Mondkalender, damit du dieses Wissen täglich für dich nutzen kannst! Alles, was du dazu neben diesem Kalender benötigst, sind deine Hand und deine Finger!

Täglich gibt dir der Mond eine bestimmte Schwingungsebene und eine Schlüssel-Organkraft vor. Durch einfaches Umfassen eines bestimmten Energetisierungsfingers aktivierst du in dir diese Schwingungsebene und Organkraft und bist so durch die Mondschwingung mit der Quelle der Lebenskraft verbunden.

Wohlbefinden kann tatsächlich nur durch das Halten eines bestimmten Fingers erreicht werden und das Visualisieren des zugeordneten Organs in der Energetisierungsfarbe, die du in diesem Kalender ebenfalls für jeden Tag gleich mit angegeben findest!

Umfasse also einfach täglich den angegebenen Finger, z. B. wenn du den grünen Mittelfinger siehst, dann umfasse den Mittelfinger und visualisiere das ebenfalls für jeden Tag angegebene Organe in dieser leuchtenden, strahlenden Farbe.

Damit tust du mehr für deine Gesundheit, als es eine Stunde anstrengendes Fitnesstraining könnte, und du kannst diese einfache Heilübung überall und immer wieder zwischendurch anwenden – wo und wann auch immer!

Beginne gleich JETZT, den heutigen Energetisierungsfinger zu halten, und wenn du genauer verstehen willst, welche Bedeutung der Mond für DICH hat, dann lies den Eingangsteil dieses Kalenders durch. Für detaillierte Informationen gibt es mein Buch „Der Mond und der kosmische Code der Schöpfung“.

Tatsächlich ist der **MOND** für die Menschheit und für den Planeten Erde weit wichtiger als bislang vermutet. Als **Vermittler** zwischen **Wahrheit** und »**Wirkung der Wahrheit**« (Wirklichkeit) ist der Mond für den Menschen der **SCHLÜSSEL** zu vollkommener Gesundheit, der jedem Einzelnen von uns die Möglichkeit gibt, sich seine Wirklichkeit selbstbestimmend zu formen und eventuelle Disharmonien wie Krankheit oder Misserfolg zu transformieren in strahlende Gesundheit und Erfüllung des eigenen Lebenspotenzials!

»**Gesundheit in deiner Hand – Der besondere Mondkalender**« basiert auf dem Buch »Der Mond und der kosmische Code der Schöpfung«, welches den MOND als SCHLÜSSEL zur bewussten Erschaffung der Realität und zur Heilung offenbart. Als solches ist dieser Mondkalender der erste und bislang einzige Mondkalender,

der auf die wahre Bedeutung des Mondes für die Menschheit eingeht und nicht nur zeigt, wann der Mond bestimmte Tätigkeiten unterstützt. Er ermöglicht es dir vielmehr, den Mond gezielt für deine **Gesundheit** und dein **emotionales Wohlbefinden** zu nutzen.

Wie? Durch tägliches Halten des der **Mondstellung** entsprechenden **Fingers**, denn:

Indem du dir täglich den auf den einzelnen Kalendertagen in diesem Kalender angegebenen Finger »hältst« (indem du ihn leicht mit den Fingern der anderen Hand umfasst), aktivierst und harmonisierst du in deinem Körper genau jene Organfunktionen, deren kosmische Entsprechung der Mond auf seiner Wanderung durch den Zodiak (= Tierkreis) gerade aktiviert.

Dadurch bewirkst du nicht nur eine deutliche **Energiesteigerung** und **Verbesserung deines Allgemeinbefindens**, sondern harmonisierst vor allem auch »negative« **Emotionen** wie Angst, Panik, Sorgen, Wut, Trauer etc.

Tatsächlich ist es nämlich so, dass Menschen an gewissen Mondstellungen vermehrt Ängste und Panikattacken haben oder zu Wut neigen oder auch vermehrt unter bestimmten körperlichen Beschwerden wie Herzrasen, Nieren- und Blasenproblemen leiden.

Du wirst dich nun vielleicht fragen, wie es sein kann, dass das einfache Halten eines Fingers so großen Einfluss sowohl auf die Psyche als auch auf dein körperliches Befinden haben kann?

Um dies zu verstehen, betrachten wir nun die monatliche Reise des Mondes durch den Zodiak ...



Die Reise des Mondes durch die 6 Tiefen und die 12 Tore des Zodiaks

Während der Mond im Laufe etwa eines Monats die Erde umkreist, durchwandert er nacheinander **6** Schwingungsfelder oder **Tiefen (T.)**, in denen jeweils **2 Tore** liegen bzw. aus denen jeweils **2** Tierkreiszeichen oder **kosmische Kräfte** hervorgehen, deren mikrokosmisch-menschliche Entsprechung die **12 Organenergien** des Menschen sind (siehe Abb. 1, Seite 13).

Während der Mond die **12 Tore** in den **6 Tiefen** (erkennbar durch die 6 Tiefenfarben, s. Abb. 1) nacheinander durchwandert, transformiert er durch seinen Aufenthalt bei den einzelnen Toren bzw. durch die Aktivierung der einzelnen kosmischen Kräfte das den 6 Tiefen irdischen Seins übergeordnete **geistige Urlicht**, die Substanz aller Materie, in die Physis. So gibt er dem Menschen die Möglichkeit, sich durch die **Harmonie** (Einklang) mit der vom Mond aktuell durchwanderten Schwingungsebene und kosmischen Kraft an jener **Quelle allen Lebens** zu laben, deren Licht die Bedingung allen physischen Seins und damit auch die Bedingung zu vollkommener Gesundheit, zu Heilung und Erfüllung des Lebenspotenzials jedes einzelnen Menschen ist!

Für dich bedeutet dies: Indem du durch einfaches »Halten« bzw. Umfassen (siehe Seite 19) des Fingers, der der vom Mond durchwanderten Tiefe entspricht, die entsprechende Schwingungsebene in deinem Energiekörper harmonisierst, verbindest du dich durch die vom Mond aktivierte Schwingung mit der der Physis übergeordneten **Lichtquelle**, dem **Elixier ewiger Jugend**. Dadurch energetisierst und heilst du deinen Körper und transformierst negative Emotionen, wie Angst, Wut, Trauer etc., in strahlende **Lebensfreude!**

Der Grund hierfür ist die mit den menschlichen Emotionen in direkter Verbindung stehende Reise des Mondes durch die 6 Tiefen des Zodiaks.



Die Reise des Mondes und der Fluss der Emotionen

Die Emotionen sind der Spiegel unserer Seele und die 6 Tiefen /Ebenen unseres Seins sind die Heimat unserer Emotionen.

Indem der Mond als kosmisches Pendant zur Seele Monat für Monat wieder die kosmische Entsprechung unserer 6 Seinsebenen durchwandert, lässt er uns im wahrsten Sinne des Wortes *durch* unsere Emotionen erkennen, ob wir mit der ursprünglichen Quelle vitaler Lebenskraft verbunden sind (positive Emotion) oder nicht (negative Emotion) bzw. ob wir unsere **Wahrheit sind** (positive Emotion) oder ob wir diese durch Blockaden in unseren Tiefen nicht erreichen oder leugnen und uns dadurch immer weiter entfernen von jener Quelle allen Lebens, welche doch die Grundvoraussetzung für Gesundheit und Erfüllung ist!

Ein erfülltes, harmonisches SEIN entspricht dem Einklang des Menschen mit der Mondreise durch die 6 Tiefen irdischen Seins und damit dem **freien Fluss der Emotionen**, welcher sich ausdrückt durch die »positiven« Emotionen oder Aspekte der Tiefen, wie z. B. **Freude** als positiver Ausdruck der **5. Tiefe (5. T.)**, **Gelassenheit** als positiver Ausdruck der **4. Tiefe** und **Kreativität** und **Großzügigkeit** als Ausdruck einer harmonisch schwingenden **3. Tiefe**.

»Negative« Emotionen hingegen, wie **Sorge**, die der Disharmonie der **1. Tiefe** und den aus der **1. Tiefe** hervorgehenden Organenergien

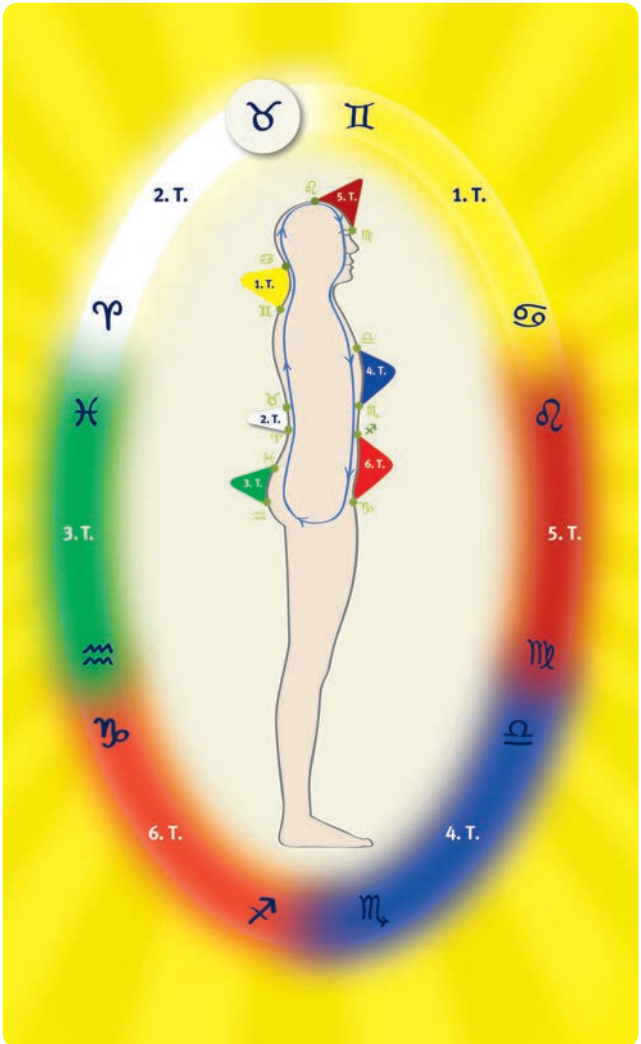


Abb. 1: Kleiner und großer Himmelszyklus – der Zodiak im Menschen

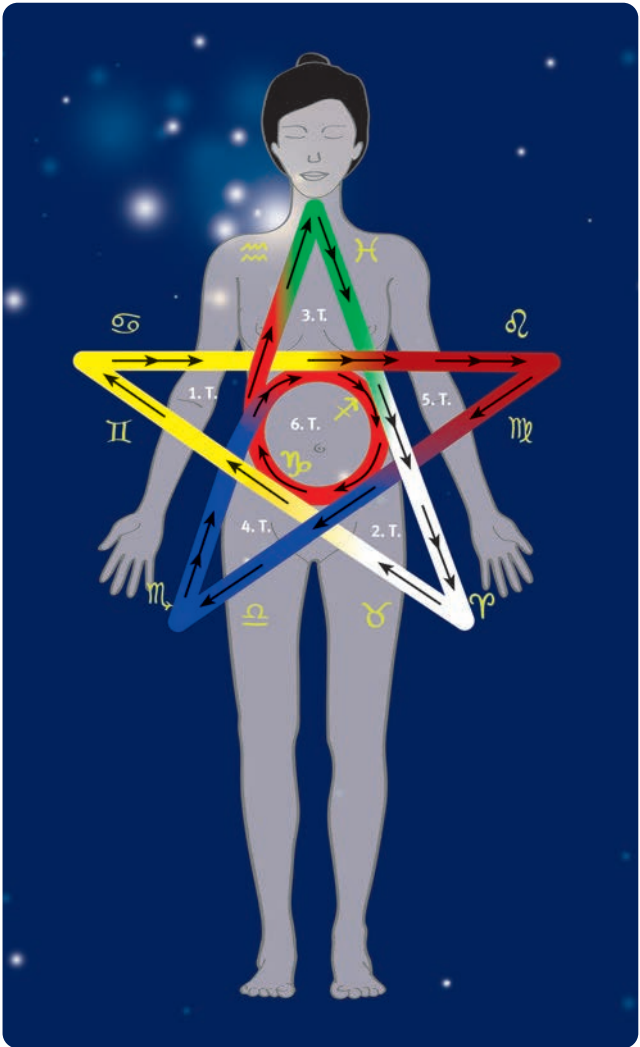


Abb. 2: Der Fünfstern im Menschen

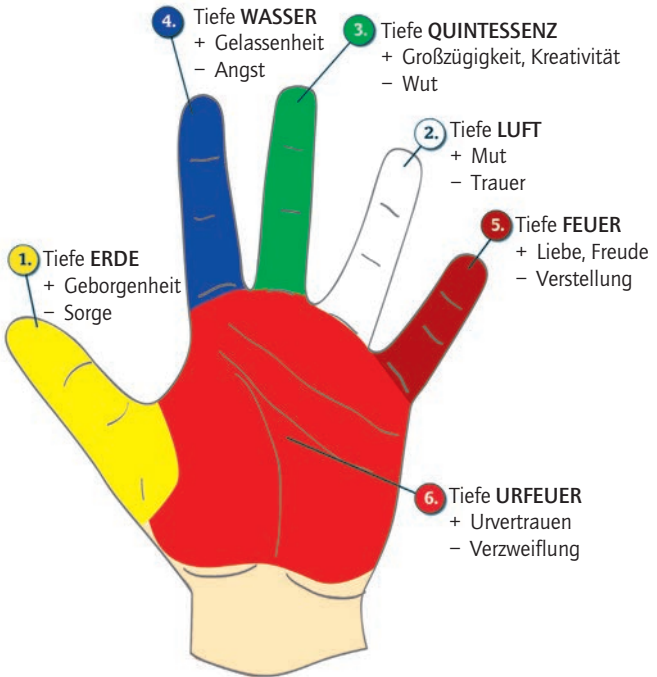


Abb. 3: Die Finger und die Tiefen

Magen und Milz entspricht, oder **Angst** als Ausdruck einer Blockade der 4. Tiefe sind in Wahrheit nichts anderes als der »**Schrei**« der **Seele nach Einstimmung** auf die vom Mond aktuell durchwanderte Tiefe – einfach zu erreichen durch das Halten des entsprechenden Tiefeningers (siehe Abb. 3 »Die Finger und die Tiefen«).

Nicht der Mond – wie fälschlicherweise oftmals angenommen –, sondern vielmehr unsere **Disharmonie** mit dem MOND ist es, welche uns »leiden« lässt bzw. welche uns durch – nicht zu Unrecht mit dem Mond in Verbindung gebrachte – negative Emotionen und Befindlichkeiten aufmerksam macht auf das Einstimmungsbedürfnis unserer Melodie der Seele auf die vom Mond vorgegebene kosmische Symphonie der Schöpfung!

Diese Tatsache lässt uns auch erkennen, warum manche Menschen regelmäßig an bestimmten Tagen von Kopfschmerzen heimgesucht werden, gereizt sind (3. Tiefe) oder mehr Ängste (4. Tiefe) haben als an anderen Tagen.

Der Grund liegt im wahrsten Sinne des Wortes »in der Tiefe«, oder genauer: in der **Disharmonie mit der vom Mond durchwanderten Tiefe und kosmischen Kraft**.

Durch unsere Bewusstwerdung des aktuellen Mondstandes und der organisch-emotionalen Entsprechung haben wir nicht nur die Möglichkeit, die *tieferen* (von Tiefe/Seinsebene!) Ursachen unseres Unwohlseins zu erkennen, sondern wir können dieses Wissen vielmehr auch gezielt nutzen, um bewusst und durch einfaches Fingerhalten Blockaden in unserem Energie- und emotionalen Körper aufzulösen und dadurch unsere Vitalität und Gesundheit entscheidend zu verbessern!

»Gesundheit in deiner Hand – Der besondere Mondkalender« gibt dir täglich die Organentsprechung zum Mondstand an und ermöglicht es dir dadurch, die Zusammenhänge zwischen plötzlich

auf tretenden körperlichen Beschwerden und eventuellen, tiefer liegenden energetischen Ursachen zu erkennen. Durch sanftes Umfassen des entsprechenden Tiefenfinders, kannst du sie leicht lösen.



Wie nutze ich meine Hand und Finger zur täglichen Einstimmung und Energetisierung?

Auf Grund der Zuordnungen deiner Handinnenfläche und deiner 5 Finger zu den vom Mond durchwanderten 6 Seinsebenen ist deine **Hand** dein persönlicher Zugang und **Schlüssel** zum (Einklang mit dem) **Kosmos** und damit zu Wohlbefinden und Vitalität!

Deine **6 Seinsebenen**/Tiefen, und damit die den einzelnen Tiefen zugeordneten **Emotionen**, liegen – im wahrsten Sinne des Wortes – in deiner **Hand**, denn wie aus der Abbildung 3 (s. S. 15) ersichtlich, entspricht jeder deiner 5 Finger sowie die Handinnenfläche einer deiner 6 Seinsebenen bzw. Tiefen. Dies bedeutet, dass du deine der aktuell vom Mond durchwanderten Tiefe entsprechenden **Organfunktionen** (täglich angegeben in diesem Kalender) und **Emotionen** (s. S. 15) harmonisierst, indem du den der Tiefe zugeordneten Finger sanft für einige Minuten mit den Fingern der anderen Hand umfasst (siehe Abb. 4) bzw. – zur Harmonisierung der **6. Tiefe (Schütze und Steinbock)**, welche der **Handinnenfläche** entspricht – diese sanft mit den Fingern deiner anderen Hand berührst (siehe Abb. 5). Der in den einzelnen Tagesspalten dieses Kalenders täglich angegebene (Tiefen-)Finger ist – mit anderen Worten – dein der Mondschwingung entsprechender **Energetisierungsfinger**. Wie lange genau du deinen Energetisierungsfinger »hältst«, hängt davon ab, wie harmonisierungs- und energiebedürftig dein Körper ist. Als generelle Faustregel gilt jedoch:

Je öfter und länger du deinen aktuellen Energetisierungsfinger umfasst, desto intensiver die Wirkung, desto ausgeglichener, vitaler, schöner und jugendlicher fühlst du dich!

Nach Möglichkeit solltest du täglich sowohl deinen rechten als auch deinen linken aktuellen Energetisierungsfinger für einige Minuten halten (mindestens 5 Minuten pro Finger), wobei es keine Rolle spielt, ob du mit dem rechten oder linken Finger beginnst. Vielleicht interessiert es dich jedoch zu wissen, dass du mit dem Halten des **rechten** Tiefenfingers gezielter auf **akute** Themen und Gesundheitsprojekte (wie z. B. plötzlich auftretende Kopfschmerzen) eingehst, während der Schwerpunkt beim Halten deines **linken** Tiefenfingers auf der Harmonisierung der **Vergangenheit** und damit in der Heilung **chronischer Projekte** liegt.

Da du deine Finger immer »bei dir« hast, solltest du es dir zur Gewohnheit machen, deinen der Mondreise entsprechenden Tiefenfinger immer wieder zwischendurch zu halten, wobei es egal ist, ob du dir diese einfache und doch so wirksame Energiespritze als Beifahrer im Auto, bei der Fahrt in öffentlichen Verkehrsmitteln, beim Lesen, beim Fernsehen, bei Besprechungen oder beim Entspannen in Arbeitspausen gönnst. Indem du deinen Energetisierungsfinger sanft mit den Fingern der anderen Hand umfasst, **harmonisierst/aktivierst du in wenigen Minuten 14.400 Körperfunktionen** und schwingst im Einklang mit dem vom Mond durchwanderten Schwingungsfeld!



27 Montag

☹️ Blasenenergie
D-Dur



03:24 abnehmender Halbmond

28 Dienstag

☹️ Blasenenergie
D-Dur



ab 22:16 ☾

29 Mittwoch

☾ Nierenenergie
E-Dur



04:29 Vollmond

30 Donnerstag

☾ Nierenenergie
E-Dur



31 Freitag

Silvester

♄ Zwirchfellenergie ab 00:08
F-Dur



1 Samstag

Neujahr

♄ Zwirchfellenergie
F-Dur



2 Sonntag

♃ Nabelenergie ab 00:02
G-Dur



19:33 Neumond

3 Montag

♎ Nabelenergie

G-Dur*ab 23:44* ☉**4 Dienstag**

♋ Gallenblasenenergie

A-Dur**5 Mittwoch**

♋ Gallenblasenenergie

A-Dur**6 Donnerstag** *Heilige Drei Könige*♌ Leberenergie *ab 01:16**H-Dur*

7 Freitag

♃ Leberenergie

H-Dur



8 Samstag

♃ Lungenenergie *ab 06:26*

Des-Dur



9 Sonntag

♃ Lungenenergie

Des-Dur



19:12 zunehmender Halbmond

10 Montag

♈ Lungenenergie
Des-Dur



ab 15:46 ♈

11 Dienstag

♉ Dickdarmenergie
Es-Dur

**12 Mittwoch**

♉ Dickdarmenergie
Es-Dur

**13 Donnerstag**

♊ Magenenergie ab 04:08
Fis-Dur



14 Freitag

II Magenenergie

Fis-Dur



15 Samstag

II Magenenergie

Fis-Dur



ab 17:10 ☾

16 Sonntag

☾ Milzenergie

Gis-Dur



17 Montag

☾ Milzenergie
Gis-Dur



18 Dienstag

☽ Herzenergie ab 05:03
Ais-Dur



00:49 Vollmond

19 Mittwoch

☽ Herzenergie
Ais-Dur



20 Donnerstag

☽ Herzenergie
Ais-Dur



ab 15:02 ♍

21 Freitag

♃ Dünndarmenergie
C-Dur



22 Samstag

♃ Dünndarmenergie
C-Dur



ab 23:02 ♄

23 Sonntag

♄ Blasenenergie
D-Dur



24 Montag

♃ Blasenenergie

D-Dur

25 Dienstag

♋ Nierenenergie *ab 04:57**E-Dur**14:41 abnehmender Halbmond*

26 Mittwoch

♋ Nierenenergie

E-Dur

27 Donnerstag

♄ Zwerchfellenergie *ab 08:34**F-Dur*

28 Freitag

♄ Zwerchfellenergie
F-Dur



29 Samstag

♃ Nabelenergie *ab 10:09*
G-Dur



30 Sonntag

♃ Nabelenergie
G-Dur