



Тамара ЗЮРНЯЕВА

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ

ЗДОРОВЬЯ И ДЕНЕГ

**2015
ГОД**



Тамара Зюрняева
Лунный календарь здоровья и денег. 2015 год
Серия «Книги-календари (АСТ)»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=7375565
Лунный календарь здоровья и денег. 2015 год / Тамара Зюрняева.: АСТ; Москва; 2014
ISBN 978-5-17-086044-9

Аннотация

Деньги и здоровье – как правило, зависят друг от друга. Больше здоровья и энергии – значит, больше идей, больше усилий и напора, а значит, больше денег!

Но если все силы бросить на зарабатывание денег, то очень скоро могут возникнуть проблемы со здоровьем. А забота о здоровье требует времени, которое так нужно для работы... Замкнутый круг? Нет! Можно быть здоровым и богатым. Если прислушаться к советам лунного календаря – намечать дела и процедуры на подходящие дни и выполнять небольшие ритуалы. В этой книге авторитетный российский астролог Тамара Зюрняева дает краткие, но очень ценные советы, которые помогут вам спланировать важные дела, связанные с деньгами и здоровьем: переход на новую работу, операции с деньгами, походы к врачу, время медицинских процедур.

Сверяйтесь с луной! Действуйте в соответствии с ее ритмами, и вы избежите многих проблем, сможете без лишних усилий получить достойный доход, сохранив свое здоровье!

Календари составлены максимально просто и кратко, ими легко и удобно пользоваться даже человеку, который никогда не слышал о лунных ритмах.

Содержание

Лунный календарь в нашей жизни	4
Что важно знать о Луне	5
Влияние Луны на здоровье	7
Как Луна влияет на приход денег в нашу жизнь	8
Как пользоваться лунным календарем	9
Лунный календарь здоровья на 2015 год	11
Январь	11
Февраль	16
Март	20
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Тамара Николаевна Зюрняева

Лунный календарь

здоровья и денег. 2015 год

Лунный календарь в нашей жизни



Луна притягивает внимание людей уже не одну тысячу лет. Это небесное тело расположено ближе всего к Земле, не нужно ни современных телескопов, ни даже бинокля, чтобы увидеть смену фаз или лунное затмение. Также не нужно обладать специальными знаниями или выдающимся интеллектом, чтобы заметить, что приливы и отливы связаны со сменой лунных фаз. Но человек не остановился на этом простом открытии, он двинулся дальше, выявляя закономерности влияния Луны на растения, человека и даже существование целых государств. Древний полководец, назначая дату военного похода, обязательно советовался с астрологом, так же как и правитель, и медик, и землепашец.

Сегодня человеку помогает техника, но, как и тысячи лет назад, он продолжает обращаться за советом к лунному календарю. Астрология помогает нам заглянуть в будущее, выбрать благоприятный день для того или иного дела, избежать опасностей. Кто-то, может быть, не верит в лунный календарь, считает астрологию заблуждением, но нельзя не верить своим глазам – вода подчиняется движению Луны, по лунным ритмам развиваются растения, и человек, являющийся частью природы, не может не испытывать на себе влияние Луны. Это касается и нашего самочувствия, здоровья, и взаимоотношений с другими людьми, и даже движения материальных энергий.

Все нюансы и тонкости влияния Луны на человека отражены в лунных календарях. У вас в руках сейчас особый лунный календарь, который состоит из двух частей и помогает заручиться поддержкой Луны в самых важных вопросах:

Здоровье

Деньги

Каждый день года может принести вам хорошее самочувствие и финансовое благополучие. Но при условии, что вы будете сверять свои планы с календарем, и если возможно, переносить дела на удачные для них дни. Подберите удачный день для похода к врачу, проведения той или иной медицинской процедуры или подачи заявления для устройства на новую работу, и Луна поможет вам добиться успеха.

Что важно знать о Луне

Лунный год обычно состоит из двенадцати месяцев. Длительность лунного года – примерно 354 дня, что на 11 дней меньше солнечного года. Чтобы уравнять циклы этих двух календарей, один раз в 3 года лунный год состоит не из 12, а из 13 месяцев. Этот дополнительный месяц называется «вставным».

Лунный месяц продолжается от новолуния до новолуния и состоит, как правило, из 30 дней. Однако примерно половина лунных месяцев года имеет незаконченный цикл и состоит из 29 дней.

Лунные дни (в книге сокращены – л. д.) считаются от восхода до восхода Луны. Обычный лунный день всегда длиннее по времени солнечного дня почти на час: восход Луны на следующий день происходит несколько позже, чем в предыдущий.

У каждого лунного дня своя энергетика.

9, 15, 19, 23, 29-й лунные дни считаются критическими и опасными. Лучше сдерживать свои эмоции, не подписывать никаких важных документов, договоров, не ввязываться в новые проекты и не устраиваться на новую работу.

14-й лунный день, не пропустите его, исключительно важен для начала любого важного дела. Все начатое в эти лунные сутки с блеском удаётся.

Первый лунный день может быть очень коротким (от нескольких минут). Это связано с тем, что начало лунного месяца (новолуние) может происходить в любое время солнечных суток – утром, днем, вечером или ночью. Если момент новолуния случается ночью или утром до восхода Луны, первый лунный день будет коротким. **Но чем короче первый лунный день, тем больше энергии он несет, тем интенсивней процессы, происходящие в этот день.**

Тридцатый лунный день бывает не в каждый лунный месяц (продолжается от восхода Луны до новолуния). Этот день также подарок небес, который дает возможность скорректировать жизнь к лучшему.

Количество лунных дней в месяце разное. Может быть 29 и 30. Полноценный лунный месяц, включающий 30 лунных дней, считается совершенным. В неполноценный лунный месяц, содержащий 29 дней, людей подстерегает больше испытаний.

У каждого лунного дня своя энергетика. Так, существуют благоприятные дни, несущие светлые энергии, силу, очищение или исцеление. Это – 6, 7, 12, 16, 24, 28-й лунные дни (при наличии 30-го дня). Критическими днями считают 9, 15, 23 и 29-й.

Луна проходит четыре фазы (обозначены римскими цифрами) – новолуния, первой четверти (полностью видна правая половина лунного диска), полнолуния и третьей четверти (полностью видна левая половина диска). На энергетическом уровне разные фазы Луны представляют собой разные способы передачи солнечной жизненной энергии.

От новолуния до полнолуния Луна называется **растущей**, а после полнолуния – **убывающей**.

Фазы Луны определяют приливы и отливы, а также гравитационное поле человека: мы становимся то легче (I и III фазы), то тяжелее (II и IV фазы).

Когда Солнце, Земля и Луна оказываются на одной линии (Земля ровно посередине), происходит **лунное затмение**. Оно происходит в полнолуние, но не в каждое. За год обычно

происходят 1–2 лунных затмения. В некоторые годы их может не быть вовсе, а иногда происходит и третье.

Если Луна оказывает посередине между Солнцем и Землей, наступает **солнечное затмение**. Оно случается только в период Новолуния. Солнечные затмения происходят чаще лунных. Минимально в году может быть 2 солнечных затмения.

За год может произойти самое большее 7 затмений. Либо 5 солнечных и 2 лунных, либо 4 солнечных и 3 лунных.

За две недели до и две недели после затмения у многих людей, особенно старшего поколения, ухудшается самочувствие, обостряются хронические болезни, во время затмений идет огромнейшая нагрузка на сердечно-сосудистую систему организма, возрастает число гипертонических кризов, инсультов и инфарктов.

В день затмения нарушается мыслительная деятельность, поэтому лучше не затевать ничего важного, не принимать знаковых решений – слишком велика опасность ошибки из-за неверной оценки реальности. Причем ошибка будет иметь последствия долгое время. Парадокс состоит в том, что людей так и тянет в дни затмений произвести коррекцию судьбы и что-то изменить в жизни...

Во время лунного затмения страдает психика людей. Возрастает количество суицидов, психических расстройств. Чувство немотивированной тревоги, смутного беспокойства и даже паники «накрывает» и даже тех, кто в обычной жизни не подвержен подобным ощущениям. Интуиция – дар Луны – во время затмения перестает работать, она как бы блокируется.

Природа тоже реагирует на затмения – неделю до и неделю после возможны землетрясения и другие природные катаклизмы. Повышается активность Мирового океана – именно во время затмений происходит большее количество штормов и цунами.

В дни и ночи затмений особо рекомендуется заниматься духовным самосовершенствованием, читать молитвы, медитировать, петь мантры. А вот находиться в местах большого скопления народа не стоит. Панику и ее последствия может спровоцировать даже чья-то вполне невинная шутка. Также не стоит проводить сделки, делать крупные покупки; хирургическое вмешательство в организм и вовсе противопоказано – опять-таки из-за непредсказуемых последствий.

Влияние Луны на здоровье

Растущая Луна создает у человека всплеск и увеличение эмоционального восприятия мира, накапливает энергию.

В период **убывающей Луны** эмоции скрыты, заторможены, снижаются чувствительность и восприимчивость.

Растущая и убывающая Луна делится на две фазы.

IV и I лунные фазы – неделя до и после новолуния. В это время человек более восприимчив к процессам, происходящим внутри него, и менее – к воздействиям извне.

II и III лунные фазы – неделя до и после полнолуния. Энергия человека, наоборот, расходуется на внешнюю деятельность.

Луна проходит по знакам зодиака на небесной сфере. Каждый из знаков связан с каким-либо органом или системой организма.

Знак зодиака Орган, управляемый знаком

ОВЕН Голова, органы чувств, верхняя челюсть, зубы, уши, сосуды головы

ТЕЛЕЦ Гортань, органы речи, нижняя челюсть, зубы, шея, затылок, миндалины

БЛИЗНЕЦЫ Плечи, руки, пальцы рук, органы дыхания

РАК Грудь, желудок

ЛЕВ Спина, диафрагма, сердце, артерии, сосуды

ДЕВА Живот, органы пищеварения

ВЕСЫ Поясница, почки, мочевой пузырь

СКОРПИОН Промежность, половые органы, анус

СТРЕЛЕЦ Ягодицы, бедра, печень, желчный пузырь, кожа, кровь

КОЗЕРОГ Колени, кости, суставы, зубы

ВОДОЛЕЙ Голени, лодыжки, нервная система

РЫБЫ Ступни, пальцы ног, эндокринная система

Все процедуры по очищению, промыванию и снятию воспалений органов и частей тела наиболее эффективны и своевременны на убывающей Луне.

На растущей Луне, когда она проходит какой-то знак, благоприятны все мероприятия и процедуры по восстановлению и укреплению органов и частей тела, связанных с противоположным знаком зодиака.

Противоположные знаки:

Овен – Весы

Телец – Скорпион

Близнецы – Стрелец

Рак – Козерог

Лев – Водолей

Дева – Рыбы

Как видите, для того чтобы составить прогноз, необходимо учитывать множество факторов: фазы Луны, лунный день, прохождение Луны по знакам зодиака.

Как Луна влияет на приход денег в нашу жизнь

На новолуние лучше всего составлять планы.

На растущей Луне лучше начинать новые дела, организовывать встречи с расчетом на дальнейшие перспективы, а также совершать финансовые сделки.

На убывающей Луне лучше заканчивать начатые дела, а новые глобальные не начинать.

Луна проходит за месяц по всем знакам зодиака на небесной сфере.

Проявлять активность, совершать быстрые и решительные действия необходимо в огненных знаках Луны, т. е. тогда, когда Луна находится в огненных знаках ОВНА, ЛЬВА и СТРЕЛЬЦА.

Луна в земных знаках зодиака – в ТЕЛЬЦЕ, ДЕВЕ, КОЗЕРОГЕ – способствует выполнению практической, аналитической работы.

Вести важные переговоры, устраивать встречи и презентации лучше всего тогда, когда Луна находится в воздушных знаках зодиака в БЛИЗНЕЦАХ, ВЕСАХ и ВОДОЛЕЕ.

Луна в водных знаках зодиака – в РАКЕ, СКОРПИОНЕ, РЫБАХ – это прекрасное время для творческих людей, для занятия искусством и для благотворительной деятельности.

Как пользоваться лунным календарем

Рекомендации по здоровью

Ознакомьтесь с описанием дней – какая фаза Луны, лунный день, в каком знаке зодиака пребывает Луна. Зная закономерности, о которых говорилось выше, вы и сами можете сделать небольшое предсказание.

В разделе **«Берегите»** указаны органы и системы, которые необходимо беречь. В эти дни не следует их сильно нагружать, а также проводить любые процедуры с их участием. В противном случае вам грозят всевозможные проблемы со здоровьем и осложнения, например, плохое заживление ран после операций.

В разделе **«Займитесь»** рассказано о том, какие органы и системы в этот период наиболее активны, а значит, вполне готовы к тому, чтобы производить лечение или нагружать их.

Раздел **«Процедуры»** подскажет, что в этот день можно сделать для восстановления здоровья. Указанные процедуры принесут наибольший эффект. Следом идет раздел **«Противопоказано»**, где отмечены действия, запрещенные в эти дни.

Известно, что питание играет немаловажную роль в сохранении здоровья, а также избавления от многих болезней. Именно поэтому в календаре выделен особый раздел **«Питание»**, в котором указывается вредная и полезная для этого периода пища. Соблюдая рекомендации по питанию, вы сможете получить все необходимые вещества, снизить риск возникновения болезней и обострений.

Кроме того, вы найдете советы народной медицины, касающиеся профилактики и лечения многих заболеваний. Они указаны в дни, когда проводить их наиболее эффективно.

Рекомендации по деньгам

Для более удобного восприятия информации эта часть календаря выполнена в виде таблицы.

В первом столбце указаны число календаря и день недели.

Во втором и третьем столбцах можно увидеть порядковый номер лунного дня и время его начала. Обратите внимание: лунные дни не совпадают с календарными. Во втором столбце также дана информация о времени четвертой лунных фаз. Она очень важна, поскольку в такие дни под влиянием Луны человек неосознанно испытывает внутреннее напряжение, он более несобран и рассеян, что в свою очередь может привести к ошибкам, потере бдительности и осторожности. Именно в эти дни происходит большее количество краж и случаев мошенничества.

В четвертом столбце указывается транзит Луны по знакам зодиака и время вхождения Луны в новый знак. В один лунный день Луна может проходить по двум разным знакам.

В пятом и шестом столбцах рассказывается, какие действия благоприятно (5 столбец), а какие нежелательно (6 столбец) производить в тот или иной лунный день.

Последний, седьмой столбец укажет на действия, совершая которые, вы можете кардинально изменить свое финансовое положение в лучшую сторону. Очень важно при этом выполнять рекомендации календаря не только в этот конкретный лунный день, а систематически весь год, изо дня в день, как по кирпичику, складывая свое денежное благополучие в незыблемую финансовую крепость.

На протяжении всего календаря рядом с названиями наиболее важных денежных обрядов и ритуалов вы заметите три звездочки (***). Они указывают на то, что описание этого магического действия дано в конце книги.

* * *

Время в календаре дано московское с учетом летнего времени (от времени Гринвича разница в 4 часа: 2 часа поясное время + 1 час декретный + 1 час летнее время). Если осенью 2014 года Правительством России будет принято решение в зимнее время летний час не учитывать, тогда следует сделать поправку и с 1 января 2015 года до времени введения летнего времени указанное в нашем календаре время брать, уменьшая значение на 1 час. То же самое нужно будет сделать и после отмены летнего времени осенью. (Приносим извинения за неудобства, но это от издательства не зависит).

Общие условные обозначения

♈ — Луна в Овне
♉ — Луна в Тельце
♊ — Луна в Близнецах
♋ — Луна в Раке
♌ — Луна во Льве
♍ — Луна в Деве
♎ — Луна в Весах
♏ — Луна в Скорпионе
♐ — Луна в Стрельце
♑ — Луна в Козероге
♒ — Луна в Водолее
♓ — Луна в Рыбах

● — Новолуние
◐ — I четверть
◑ — III четверть
○ — Полнолуние
СЗ — солнечное затмение
ЛЗ — лунное затмение

Лунный календарь здоровья на 2015 год



Январь

1 января – чт., 11 л. д., 12 л. д. с 14:46

Луна в Тельце (до 21.09 1 января), II фаза

Берегите. Артикуляционный аппарат, особенно голосовые связки, язык, мягкое и твердое нёбо, шею.

Займитесь. Прямой кишкой, анальным отверстием, репродуктивными органами.

Процедуры. Компрессы с тертым картофелем и печеным луком при геморрое, ароматерапия.

Противопоказаны. Чрезмерная нагрузка для шеи и голосовых связок.

Питание. Исключить: острые, соленые продукты, чрезмерно горячие напитки. Употреблять: яйца, молочные и кисломолочные продукты.

1 января с 21:09 – чт., 11 л. д., 12 л. д. с 14:46

2 января – пт., 12 л. д., 13 л. д. с 15:25

3 января – сб., 13 л. д., 14 л. д. с 16:11

Луна в Близнецах (до 05:07 4 января), II фаза

Берегите. Бронхи, легкие, плечи, руки, пальцы рук.

Займитесь. Печенью, желчным пузырем, кожей, кровью.

Процедуры. Косметические процедуры, массажи с питательным кремом, чистка печени, крови, желчного пузыря.

Противопоказаны. Хирургическое вмешательство в области грудной клетки и операции на верхних конечностях.

Питание. Исключить: десертные вина, консервы, полуфабрикаты. Употреблять: мед, грецкие орехи, малину, куриное мясо, кресс-салат.

ОЧИЩЕНИЕ КОЖИ. Баня, парилка, сауна. Облиться из таза теплой водой, в которой растворена 1 столовая ложка натурального сливочного масла.

4 января с 05:07 – вс., 14 л. д., 15 л. д. с 17:04

5 января – пн., 15 л. д. (Полнолуние 08:53), 16 л. д. с 18:03

6 января – вт., 16 л. д., 17 л. д. с 19:06

Луна в Раке (до 15:04 6 января), II–III фаза

Берегите. Органы пищеварения, грудь.

Займитесь. Опорно-двигательным аппаратом, суставами, зубами.

Процедуры. Лечебная гимнастика, умеренная физическая нагрузка, плавание, лечение зубов, операции на костях, суставах, сухожилиях.

Противопоказаны. Хирургическое вмешательство, затрагивающее органы пищеварения. Медикаментозное и биоэнергетическое лечение.

Питание. Исключить: копченые, полукопченые колбасы, крабовые палочки, майонез. Употреблять: блюда из турецкого гороха, ячменя, гречихи, свежие овощи: свеклу, редис, репу, морковь.

6 января с 15:04 – вт., 16 л. д., 17 л. д. с 19:06

7 января – ср., 17 л. д., 18 л. д. с 20:11

8 января – чт., 18 л. д., 19 л. д. с 21:17

Луна во Льве (до 02:59 9 января), III фаза

Берегите. Сердце и сердечно-сосудистую систему.

Займитесь. Нервной системой, голенями, лодыжками.

Процедуры. Занятия саморегуляцией, энергетические практики коррекции и лечения организма.

Противопоказаны. Операции на органах сердечно-сосудистой системы, серьезные психофизические нагрузки.

Питание. Исключить: кофе, острые приправы, алкоголь. Употреблять: морские и речные продукты (устрицы, тунец, сельдь), блюда из цветной капусты, ржи, золотистой фасоли.

9 января с 02:59 – пт., 19 л. д., 20 л. д. с 22:22

10 января – сб., 20 л. д., 21 л. д. с 23:28

11 января – вс., 21 л. д.

Луна в Деве (до 15:58 11 января), III фаза

Берегите. Желудок, кишечник, живот.

Займитесь. Стопами ног, лимфатической системой, эндокринной системой.

Процедуры. Ванночки и массаж стоп, очистительные процедуры лимфатических сосудов и узлов.

Противопоказаны. Операции на кишечнике, области солнечного сплетения, на органах, связанных с обменом веществ. Прием слабительных средств.

Питание. Исключить: фастфуд, торты, пирожные, эклеры, концентрированные соки. Употреблять: свежие фрукты и овощи: манго, горох и зеленый горошек, оливки, перец, финики, пастернак, ежевику, сельдерей, а также йогурт. Чай с фенхелем и корнем солодки.

11 января с 15:58 – вс., 21 л. д.

12 января – пн., 21 л. д., 22 л. д. с 00:34

13 января – вт., 22 л. д., 23 л. д. с 01:41 (IV ч. 13:47)

Луна в Весах (до 03:45 14 января), III–IV фаза

Берегите. Почки, мочевой пузырь, поясницу.

Займитесь. Головой, верхней челюстью, зубами, глазами, носом, ушами.

Процедуры. Очистительные процедуры органов чувств, промывание глаз, ушей.

Противопоказаны. Большие физические нагрузки, особенно на область поясницы, операции в области поясницы и низа живота.

Питание. Исключить: копчености, пиво, кофе, продукты, содержащие столовый уксус и большое количество соли. Употреблять: свежие фрукты и овощи, морковь, петрушку, огурец, персик, клюкву, манго, пастернак, а также морскую рыбу.

14 января с 03:45 – ср., 23 л. д., 24 л. д. с 02:49

15 января – чт., 24 л. д., 25 л. д. с 03:59

16 января – пт., 25 л. д., 26 л. д. с 05:08

Луна в Скорпионе (до 12:02 16 января), IV фаза

Берегите. Половые органы, анус.

Займитесь. Проблемами гортани, горла, шеи, зубов.

Процедуры. Согревающие компрессы для горла, массаж шеи. Удаление гланд, аденоидов.

Противопоказаны. Хирургические вмешательства в области паха, половых органов и всей системы выделения, желез внутренней секреции, желчного пузыря, толстой кишки, яичников, наружных половых органов, мочевыводящих каналов, почечных лоханок и мочевого пузыря.

Питание. Исключить: острую пищу, алкоголь, сласти, мучное. Употреблять: блюда из бобовых культур и зерна, яйца, белковую пищу.

16 января с 12:02 – пт., 25 л. д., 26 л. д. с 05:08

17 января – сб., 26 л. д., 27 л. д. с 06:15

18 января – вс., 27 л. д., 28 л. д. с 07:18

Луна в Стрельце (до 16:05 18 января), IV фаза

Берегите. Печень, желчный пузырь.

Займитесь. Органами дыхания, суставами рук.

Процедуры. Массаж кистей, предплечий, плечевого пояса. Очистка легких, дыхательная гимнастика.

Противопоказаны. Переливание крови, хирургическое вмешательство в области таза и тазобедренных суставов до коленных связок и сухожилий, печени.

Питание. Исключить: жирную пищу, особенно свинину и баранину, мясо утки, гуся, сдобное тесто, калорийные пирожные. Употреблять: сыр, творог, мед, морковь, свеклу, помидоры, огурцы, кабачки, тыкву, петрушку, укроп.

ОЧИСТКА ЛЕГКИХ. Смешивать по 1 чайной ложке лимонного сока и меда в розетке движениями от себя (готовить состав только на один прием утром и вечером). Запить водой. В течение дня трижды принять смесь из 1 чайной ложки меда и 1 чайной ложки морковного сока. Смешать таким же образом и запить водой.

18 января с 16:05 – вс., 27 л. д., 28 л. д. с 07:18

19 января – пн., 28 л. д., 29 л. д. с 08:13

20 января – вт., 29 л. д., 30 л. д. с 09:59, 1 л. д. с 17:14 (Новолуние в 17:14)

Луна в Козероге (до 17:01 20 января), IV–I фаза

Берегите. Кости, суставы, колени, зубы.

Займитесь. Органами желудочно-кишечного тракта. Молочными железами.

Процедуры. Очистительные клизмы толстого и тонкого кишечника, чистка желудка и крови.

Противопоказаны. Длительные физические нагрузки на позвоночник, долгие пешие прогулки.

Питание. Исключить: чрезмерно соленую пищу, в частности, соленую, копченую рыбу, пиво, кофе. Употреблять: свежую рыбу, молочные и кисломолочные продукты, холодцы, яблоки, шпинат, орехи кешью.

20 января с 17:01 – вт., 29 л. д., 30 л. д. с 09:59, 1 л. д. с 17:14

21 января – ср., 1 л. д., 2 л. д. с 09:37

22 января – чт., 2 л. д., 3 л. д. с 10:09

Луна в Водолее (до 16:49 22 января), I фаза

Берегите. Глаза, голени, нервную систему.

Займитесь. Сердцем, сосудами, кровью, спиной.

Процедуры. Водные процедуры, обтирания, массаж голени. Аутотренинг, покаяние, прощение, молитвы.

Противопоказаны. Операции на суставах, процедуры, связанные с ногами, лечение артритов, нервной системы, органов чувств.

Питание. Исключить: острую и жареную пищу, крепкие спиртные напитки. Употреблять: свежие овощи: кабачок, кукурузу, брокколи, брюссельскую капусту, салат-латук, листовой салат.

22 января с 16:49 – чт., 2 л. д., 3 л. д. с 10:09

23 января – пт., 3 л. д., 4 л. д. с 10:37

24 января – сб., 4 л. д., 5 л. д. с 11:02

Луна в Рыбах (до 17:32 24 января), I фаза

Берегите. Эндокринную систему, лимфатическую систему, стопы ног, кожу.

Займитесь. Кишечником, животом.

Процедуры. Лечебное 1–2-дневное голодание, очищение кишечника слабительными сборами.

Противопоказаны. Упражнения на растяжение связок, гимнастика, длительная ходьба, водные процедуры, процедуры со стопами.

Питание. Исключить: продукты-аллергены (мед, земляника, цитрусовые, грибы, ананасы). Употреблять: говядину на пару или в вареном виде, нежирную рыбу, халву и сахар в чистом виде, картофель и различные каши.

ОЧИЩЕНИЕ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА. В течение месяца, начиная со дня, когда Луна в знаке Рыб, следует каждый день натирать и съедать натощак 2–3 яблока. В течение второго месяца нужно делать это уже через день. Только через 3 часа после яблок можно поесть.

Такая диета замечательно выводит каловые камни.

24 января с 17:32 – сб., 4 л. д., 5 л. д. с 11:02

25 января – вс., 5 л. д., 6 л. д. с 11:26

26 января – пн., 6 л. д., 7 л. д. с 11:52

Луна в Овне (до 20:38 26 января), I фаза

Берегите. Голову, сосуды головы, ротовую полость, зубы.

Займитесь. Органами выделительной системы, поясницей.

Процедуры. Лечебные травяные ванны, прогревания и компресс на уровне поясницы.

Противопоказаны. Операции в области головы, зубов, глаз, ушей, головного мозга, головной нервной системы.

Питание. Исключить: пряности, кофе, алкоголь. Употреблять: морскую рыбу, капусту, сладкий перец, арбузы, огурцы, яблоки, тыкву, дыни, виноград.

26 января с 20:38 – пн., 6 л. д., 7 л. д. с 11:52

27 января – вт., 7 л. д. (II ч. 08:50), 8 л. д. с 12:19

28 января – ср., 8 л. д., 9 л. д. с 12:51

Луна в Тельце (до в 02:37 29 января), I–II фаза

Берегите. Горло, шею, загривок, эндокринную систему.

Займитесь. Половыми органами, анусом.

Процедуры. Прогревание, травяные лечебные ванны с календулой для половых органов, спринцевание.

Противопоказаны. Операции в области затылка и мозжечка, горла, шеи, пищевода.

Питание. Исключить: мороженое, сильно охлажденные напитки и фрукты, голодание. Употреблять: обезжиренное мясо, рыбу (особенно лосось), домашнюю птицу, яичный белок и молочные продукты.

29 января с 02:37 – чт., 9 л. д., 10 л. д. с 13:27

30 января – пт., 10 л. д., 11 л. д. с 14:10

31 января – сб., 11 л. д., 12 л. д. с 15:00

Луна в Близнецах (до 11:10 31 января), II фаза

Берегите. Легкие, бронхи.

Займитесь. Печенью, желчным пузырем, кожей, кровью.

Процедуры. Согревающие процедуры для печени, питательные процедуры для кожи лица и всего тела.

Противопоказаны. Переохлаждение, хирургическое вмешательство в области легких, бронхов, долгие прогулки (если это выходные дни).

Питание. Исключить: консервированные продукты, шоколад, острую пищу. Употреблять: оливковое масло, кисломолочные продукты, квашеную капусту, твердый сыр, грецкие орехи, пшено, киви, шампиньоны.

ОЧИЩЕНИЕ ПЕЧЕНИ И ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ. Возьмите 1 чайную ложку меда и 1 чайную ложку подсолнечного масла, смешайте на один прием движениями от себя. Принимайте между едой 2–3 раза в день.

31 января с 11:10 – сб., 11 л. д., 12 л. д. с 15:00

Луна в Раке (до 21:39 2 февраля), II фаза

Берегите. Органы желудочно-кишечного тракта, молочные железы.

Займитесь. Позвоночником, суставами.

Процедуры. Медовый массаж для позвоночника и всех суставов. Растягивающие и раскручивающие упражнения.

Противопоказаны. Операции и процедуры, касающиеся органов пищеварительной системы и груди.

Питание. Исключить: острую и жирную пищу, газированные и крепкие напитки. Употреблять: бананы, инжир, отварной картофель, зеленый чай, овсяный отвар и кисель.

Февраль

1 февраля – вс., 12 л. д., 13 л. д. с 15:56

2 февраля – пн., 13 л. д., 14 л. д. с 16:56

Луна в Раке (до 21:39 2 февраля), II фаза

Берегите. Органы желудочно-кишечного тракта, молочные железы.

Займитесь. Позвоночником, суставами.

Процедуры. Растягивающие и раскручивающие упражнения.

Противопоказаны. Операции и процедуры, касающиеся органов пищеварительной системы и груди.

Питание. Исключить: острую и жирную пищу, газированные и крепкие напитки. Употреблять: бананы, инжир, отварной картофель, зеленый чай, овсяный отвар и кисель.

2 февраля с 21:39 – пн., 13 л. д., 14 л. д. с 16:56

3 февраля – вт., 14 л. д. 15 л. д. с 18:00

4 февраля – ср., 15 л. д. (Полнолуние в 03:09), 16 л. д. с 19:05

5 февраля – чт., 16 л. д., 17 л. д. с 20:11

Луна во Льве (до 09:44 5 февраля), II–III фаза

Берегите. Органы сердечно-сосудистой системы.

Займитесь. Голенями, лодыжками, нервной системой.

Процедуры. Регенерирующие практики, массаж голеней, – аутотренинг, аффирмации, молитвы.

Противопоказаны. Волнения, любые сильные стрессы, операции на сердце и венах.

Питание. Исключить: изделия с модифицированными жирами: сдобное печенье, торты с кремом, жирные сыры. Употреблять: нежирное мясо, печень, почки, улитки, рыбу, яйца, масло.

5 февраля с 09:44 – чт., 16 л. д., 17 л. д. с 20:11

6 февраля – пт., 17 л. д., 18 л. д. с 21:16

7 февраля – сб., 18 л. д., 19 л. д. с 22:22

Луна в Деве (до 22:42 7 февраля), III фаза

Берегите. Толстый и тонкий кишечник, живот.

Займитесь. Стопами, пальцами ног.

Процедуры. Очистительный массаж, солевые ванночки для ног. Хождение по камушкам.

Противопоказаны. Прием слабительных и клизм. Процедуры и операции на брюшной полости.

Питание. Исключить: попкорн, пончики, чипсы, крепкие спиртные напитки. Употреблять: овощи – салаты, овощные супы, тушеные блюда, запеченные и сырые фрукты, компоты.

7 февраля с 22:42 – сб., 18 л. д., 19 л. д. с 22:22

8 февраля – вс., 19 л. д., 20 л. д. с 23:28

9 февраля – пн., 20 л. д., 21 л. д. с 00:35

10 февраля – вт., 21 л. д.,

Луна в Весах (до 11:04 10 февраля), III фаза

Берегите. Почки, мочевого пузыря.

Займитесь. Глазами, ушами, языком, зубами, сосудами головы.

Процедуры. Очистительные процедуры для глаз, ушей, зубов и сосудов головы.

Противопоказаны. Много пить жидкости, переохлаждение, процедуры и операции на почках и мочевом пузыре.

Питание. Исключить: блюда, содержащие столовый уксус, чрезмерное количество соли, маринады и соленья. Употреблять: цветную капусту, спинулину, морковь, петрушку, манго, пастернак.

ВЫВЕДЕНИЕ ЖИДКОСТИ ИЗ ГОЛОВЫ. 9–10 листьев красной свеклы без стеблей порвать руками и заварить на ночь в 0,5 л кипятка. Выпить заварку в течение дня. Так заваривать 3 дня. На 4, 5 и 6-й день заваривать так же, но пить сколько захочется.

10 февраля с 11:04 – вт., 21 л. д.

11 февраля – ср., 21 л. д... 22 л. д. с 01:42

12 февраля – чт., 22 л. д., 23 л. д. с 02:50 (IV ч. с 07:50)

Луна в Скорпионе (до 20:45 12 февраля), III–IV фаза

Берегите. Половые органы.

Займитесь. Нижней челюстью, горлом, затылком.

Процедуры. Полоскание настоем ромашки горла. Массаж шеи, холки.

Противопоказаны. Операции на половых органах и вообще органах мочеполовой системы.

Питание. Исключить: жирную и острую пищу, крепкие спиртные напитки, ограничить хлебобулочные изделия. Употреблять: свежую или сушеную малину, грушу, блюда из кресс-салата, люцерны, сельдерея, устрицы.

ОЧИЩЕНИЕ ГОРЛА. Говорить следует негромким голосом добрые слова и почаще улыбаться; выводить шлаки с помощью святой воды: полоскать по 1 минуте каждый час, затем выплюнуть воду, ополоснуть горло кислым раствором с добавлением 1–2 капель йода.

12 февраля с 20:45 – чт., 22 л. д., 23 л. д. с 02:50

13 февраля – пт., 23 л. д., 24 л. д. с 03:56

14 февраля – сб., 24 л. д., 25 л. д. с 04:59

Луна в Стрельце (до 02:23 15 февраля), IV фаза

Берегите. Кровь, желчный пузырь, кожу.

Займитесь. Плечами, руками, кистями рук, органами дыхания.

Процедуры. Оздоровительная гимнастика с нагрузкой на верхний плечевой пояс, дыхательные упражнения. Массаж кистей рук, предплечий, локтей, плеч.

Противопоказаны. Процедуры, так или иначе связанные с переливанием, забором крови. Манипуляции над кожей лица и рук.

Питание. Исключить: острые копченые и жареные продукты, жирное мясо. Употреблять: блюда, приготовленные из фасоли, свеклы, тыквы, репы, имбиря. Свежие фрукты, особенно авокадо и банан.

15 февраля с 02:23 – вс., 25 л. д., 26 л. д. с 05:56

16 февраля – пн., 26 л. д., 27 л. д. с 06:47

Луна в Козероге (до 04:12 17 февраля), IV фаза

Берегите. Позвоночник, суставы, зубы.

Займитесь. Желудком, пищеводом, молочными железами.

Процедуры. Очищение желудка, клиническое обследование желудка и пищевода. Компресс из листьев капусты на грудь.

Противопоказаны. Большие физические нагрузки на позвоночник. Процедуры и операции на костях, связках и суставах.

Питание. Исключить: острую пищу, соленые продукты, ананас (вреден для зубов). Употреблять: яблоки, шпинат, овсяную кашу, репу, куриные яйца, орехи кешью.

17 февраля с 04:12 – вт., 27 л. д., 28 л. д. с 07:29

18 февраля – ср., 28 л. д., 29 л. д. с 08:04

Луна в Водолее (до 03:46 19 февраля), IV фаза

Берегите. Вегетативную нервную систему.

Займитесь. Спиной в районе лопаток, сердцем и сосудами.

Процедуры. Оздоровительная зарядка, закаливание водой, плавание. Контрастный душ.

Противопоказаны. Операции аппендикса, головного мозга, нервной системы и органов, определяющих артериальное давление.

Питание. Исключить: чрезмерное употребление мучного и сладкого, кофе. Употреблять: капусту (белокочанная, цветная, брокколи, брюссельская), салат, зеленый горошек, спаржу, лук, зелень (петрушку, укроп).

ОБЛЕГЧЕНИЕ СЕРДЦА. Положите правую ладонь на сердце. Закройте глаза. Подумайте о сердце с любовью и добротой, поблагодарите его за работу, успокойте его. Погладьте грудь, плотно прижимая к ней ладонь, легкими круговыми движениями по часовой стрелке так, чтобы кожа сдвигалась. Скажите сердцу ласковое слово, пожелайте ему удачи.

19 февраля с 02:46 – чт., 29 л. д., 1 л. д. с 03:47 (Новолуние в 03:47 – начало нового лунного года), 2 л. д. с 08:35

20 февраля – пт., 2 л. д., 3 л. д. с 09:02

Луна в Рыбах (до 03:12 21 февраля), IV–I фаза

Берегите. Стопы, пальцы ног, лимфатическую систему.

Займитесь. Тонким и толстым кишечником.

Процедуры. Чистка кишечника слабительными настоями, клизмами.

Противопоказаны. Длительное стояние на одном месте, жесткая обувь, операции и процедуры, затрагивающие стопы и органы лимфатической системы.

Питание. Исключить: переедание, чипсы, пончики, гамбургеры, алкоголь. Употреблять: нежирное мясо и рыбу, в частности, лосось, скумбрию, сельдь; яичный белок, молочные продукты.

21 февраля с 03:12 – сб., 3 л. д., 4 л. д. с 09:28

22 февраля – вс., 4 л. д., 5 л. д. с 09:54

Луна в Овне (до 04:27 23 февраля), I фаза

Берегите. Глаза, уши, органы обоняния, язык.

Займитесь. Мочевыделительной системой.

Процедуры. Использование отваров и настоев душицы и зверобоя.

Противопоказаны. Процедуры и операции, затрагивающие органы чувств.

Питание. Исключить: чрезмерное употребление специй, копчения и маринады, алкоголь. Употреблять: свежие фрукты и овощи, морские продукты.

23 февраля с 04:27 – пн., 5 л. д., 6 л. д. с 10:22

24 февраля – вт., 6 л. д., 7 л. д. с 10:53

25 февраля – ср., 7 л. д., 8 л. д. с 11:28

Луна в Тельце (до 08:54 25 февраля), I фаза

Берегите. Эндокринную систему, горло, шею, загривок.

Займитесь. Половыми органами, анусом.

Процедуры. Теплые сидячие ванны с бергамотом, гвоздикой, апельсином.

Противопоказаны. Операции на шее, горле, удаление в этом месте родинок.

Питание. Исключить: сильно охлажденные напитки и фрукты, строгие диеты. Употреблять: тофу (соевый творог), грецкие орехи, кресс-салат, кокосовый орех, макрель, тунец.

ПРИ ГЕМОРРОЕ можно попить кровохлебку. Нужно взять корни этого растения и сделать из них отвар: 1 столовую ложку залить стаканом воды, прокипятить 20 минут, оставить на 2 часа, а потом процедить. Настой пить по 1 столовой ложке 5 раз в день до еды.

25 февраля с 08:54 – ср., 7 л. д., 8 л. д. с 11:28 (II ч 21:14)

26 февраля – чт., 8 л. д., 9 л. д. с 12:10

27 февраля – пт., 9 л. д., 10 л. д. с 12:58

Луна в Близнецах (до 16:48 27 февраля), I–II фаза

Берегите. Органы дыхания, плечи, руки, пальцы рук.

Займитесь. Печенью, желчным пузырем, кожей, кровью.

Процедуры. Согревающие процедуры для печени, кроветворные и косметические процедуры.

Противопоказаны. Дыхательная гимнастика, большие физические нагрузки на верхний плечевой пояс и руки.

Питание. Исключить: яйца, грибы, очень острые мясные и рыбные блюда. Употреблять: гранаты, петрушку, финики, лимоны, лайм, клюкву.

27 февраля с 16:48 – пт., 9 л. д., 10 л. д. с 12:58

28 февраля – сб., 10 л. д., 11 л. д. с 13:51

Луна в Раке, II фаза

Берегите. Желудок, для женщин – молочные железы.

Займитесь. Коленями, костями, суставами, зубами.

Процедуры. Массаж, разогревающие процедуры для суставов, лечение зубов. Противопоказаны. Операции на молочных железах, включая пластические, органах брюшной полости.

Питание. Исключить: жирную, копченую, острую пищу, алкоголь. Употреблять: чернослив, чернику, инжир, семечки подсолнуха, гречиху, манго, горох и зеленый горошек, оливки, чай с фенхелем.

Март

1 марта – вс., 11 л. д., 12 л. д. с 14:50

Луна в Раке (до 03:35 2 марта), II фаза

Берегите. Желудок, для женщин – молочные железы.

Займитесь. Коленями, костями, суставами, зубами.

Процедуры. Массаж, разогревающие процедуры для суставов, лечение зубов. Медовый массаж позвоночника.

Противопоказаны. Операции на молочных железах, включая пластические, органах брюшной полости.

Питание. Исключить: жирную, копченую, острую пищу, алкоголь. Употреблять: чернослив, чернику, инжир, семечки подсолнуха, гречиху, манго, горох и зеленый горошек, оливки, чай с фенхелем.

2 марта с 03:35 – пн., 12 л. д., 13 л. д. с 15:52

3 марта – вт., 13 л. д., 14 л. д. с 17:15

4 марта – ср., 14 л. д., 15 л. д. с 18:01

Луна во Льве (до 15:59 4 марта), II фаза

Берегите. Сердце и кровеносную систему.

Займитесь. Вегетативной нервной системой, голеньями.

Процедуры. Аутотренинг, введение новых позитивных установок, покаяние и прощение.

Противопоказаны. Процедуры и операции в области сердца и системы кровообращения, голеней.

Питание. Исключить: острую и жирную пищу, пряности, кофе. Употреблять: молочные каши, овощные супы из картофеля, свеклы, моркови.

4 марта с 15:59 – ср., 14 л. д., 15 л. д. с 18:01

5 марта – чт., 15 л. д., 16 л. д. с 19:07 (Полнолуние 22:06)

6 марта – пт., 16 л. д., 17 л. д. с 20:13

Луна в Деве (до 04:53 7 марта), II–III фаза

Берегите. Органы пищеварения, живот.

Займитесь. Стопами ног, суставами стопы.

Процедуры. Ходьба босиком, массаж голеностопа, пальцев ног.

Противопоказаны. Очищение желудка, кишечника, голодание.

Питание. Исключить: острые блюда, редьку, чеснок, молоко. Употреблять: блюда, приготовленные на пару, кабачки, картофель, тыкву, бананы, финики, чернослив, изюм.

МАССИРУЯ НОГИ, мы стимулируем работу всех органов. Растирайте, разминайте, давите, крутите, похлопывайте их так, как вам приятно, и тогда все будет сделано правильно.

7 марта с 04:53 – сб., 17 л. д., 18 л. д. с 21:19

8 марта – вс., 18 л. д., 19 л. д. с 22:25

9 марта – пн., 19 л. д., 20 л. д. с 23:32

Луна в Весах (до 17:11 9 марта), III фаза

Берегите. Почки, мочевой пузырь, уретру.

Займитесь. Органами чувств, особенно ушами и носом.

Процедуры. Очищение ушей, промывание носа морской солью или содовым раствором.

Противопоказаны. Операции в области почек и надпочечников, на селезенке, мочевом пузыре, матке и яичниках.

Питание. Исключить: продукты-аллергены (цитрусовые, мед, шоколад), кофе. Употреблять: морковь, сладкий перец, облепиху, зелень петрушки, шпинат, укроп, клюквенный и брусничный морсы.

9 марта с 17:11 – пн., 19 л. д., 20 л. д. с 23:32

10 марта – вт., 20 л. д., 21 л. д. с 00:39

11 марта – ср., 21 л. д.

Луна в Скорпионе (до 03:31 12 марта), III фаза

Берегите. Половые органы, анус.

Займитесь. Гортанью, горлом, шеей, зубами нижней челюсти.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.