

Lunární kalendář 13. prosinec 2015 online

Měsíc putuje znamením Kozoroha a je v přibývající fázi. Kozoroh má vliv na pleť a nehty, ale působí také na kolena, kyčle a klouby. Nepodnikejte dnes dlouhé procházky, jděte si raději zaplavat.



Tento den má svátek Lucie.

3. lunární den

Jeho symbolem je Levhart nebo Leopard. Začíná očista astrálního těla. V kloubech máme energetická centra jako brány k astrálnímu tělu, mněte si proto prsty, kroužte rameny, rozpohybuje klouby. V astrálním těle se odrážejí naše emoce, proto se je snažte mít pod kontrolou. Spoléhejte se dnes hlavně na sebe, nenechte se vyprovokovat, nerozčilujte se, sbírejte psychickou energii. Ke 3. lunárnímu dni se váže krční čakra Viššudhi. Pročišťujte tuto čakru. Komunikujte s ostatními s láskou. Nepomlouvejte druhé a nebuďte zlomyslní. [Více o lunárním dni..](#)

	Lunární den ve zkratce
Znamení	 kozoroh
Fáze	přibývající měsíc
Lunární den	3
Východ Měsíce	09:06
Západ Měsíce	18:25
Síla	stoupající
Živel	země
Orgány	kolena, kyčle, klouby, vazy, šlachy, kostra, kůže
Barva	modrá
Energie	ženská
Kvalita dne	chladný, suchý, plodný
Systém	krevní oběh
Živná kvalita	sůl
Zahrada	kořen

Přibývající Měsíc je vhodný pro záležitosti, které jsou v růstové fázi vývoje, stejně jako pro nové začátky. Vše v tomto období roste rychleji.

ENERGIE DNE

Daří se v obchodu i v zaměstnání, věci se skvěle organizují a plánují, pravidla se dodržují. Vládne autorita. Jasně rozlišujeme, co je správné a co ne. Vhodný den na pořádání kurzů, seminářů a přednášek a pro začátek nových projektů. Emoce dnes stojí stranou, rozum a materialismus je v popředí. Nenechte se zaskočit chladnějším jednáním a kritikou, je tendence k pesimismu. Můžete mít pocit, že vám nikdo nerozumí. Na druhé straně se ale můžete dočkat odměny či zvýšení platu, vaše práce bude oceněna, přibude vám s tím však také více povinností. Láska, která vznikne tento den, má předpoklad vydržet navždy.

Co nás učí Měsíc v Kozorohu:

Poznat svoje hranice, rozlišit, co je důležité. Využít svůj talent a schopnosti a soustředit je ve prospěch většího díla.

[Bachova květová esence pro dnešní den](#): Mimulus (Kejklířka skvrnitá)

ZDRAVÍ

Kozoroh ovlivňuje kostru, držení těla, pohyb, kolena a pokožku. Cokoli uděláte ve dnech Kozoroha pro pleť, kostru a kolena, působí dvojnásob silněji než v jiných dnech. A naopak to, co vaší pleti, kolenům a kostře škodí, bude dnes působit hůře než jindy. Proto v těchto dnech zbytečně nezatěžujte kosti a kolena, mohlo by to mít trvalejší následky. Ani chirurgické zákroky v těchto místech nejsou dnes vhodné. Dejte také pozor na prochladnutí zádočných svalů a dbejte i na správné držení těla. Nevydávejte se po delší pauze nebo jako začátečník na horské túry a dlouhé procházky. Při každém pohybu jsou teď kolena velmi namáhaná, jezděte výtahem, schodům se vyhýbejte. Fotbalisté, kteří mají porušený meniskus, by rozhodně neměli trénink přehánět. Obklady kolen jako prevence nebo léčba vykonají velmi dobré služby. Také pro ostatní kosti a klouby je teď možné udělat něco dobrého. Ráno si svižně zacvičte. Vhodná jsou cvičení na rozhýbání a zahřátí kloubů, krouživé pohyby trupu a natahovací cviky. Provádějte cviky na povzbuzení krevního oběhu, „svíčku“, jízdu na kole vleže na zádech. Dávejte pozor na svoji pokožku, nevystavujte ji zbytečně mrazu, slunci, soláriu, smogu a kouři.

Léčivá rostlina pro dnešní den: Kostival – mast z kořene kostivalu spojuje a hojí

STRAVA

Živná kvalita je ve dnech Kozoroha sůl, působení soli je tedy v těle zesíleno. Pokud vám sůl škodí, pak si obzvlášť dávejte pozor na svůj dnešní jídelníček. Jestliže sůl snášíte dobře, budete jí naopak dnes potřebovat více než obvykle. Jezte tedy slaná jídla, se solením to však nepřehánějte, aby nebyly ledviny přetížené.

Je den kořene, jídelníček proto zpestřete zeleninou rostoucí pod zemí:

- celer, čekanka, černý kořen, červená řepa, brambory, česnek, cibule, fenykl, křen, mrkev, pastinák, ředkev, ředkvičky, tuřín

Jídla můžete ochutit křenem a zázvorem. Konzumujte klíčky, ořechy a různá semínka. Pijte čistou vodu ve větším množství než ostatní nápoje, dále jsou vhodné bylinné čaje z kopřivy a přesličky.

Máte-li citlivý žaludek, nepijte dnes kávu. Ve fázi přibývajících Měsíce tělo vše lépe přijímá a ukládá do zásoby, pociťujete rychleji hlad. Pokuste se celkově méně jíst, nepřejídejte se.

KRÁSA

Dnes je vhodný den pro péči o pokožku a o nehty. Výživné pleťové masky se neminou účinkem. Na ošetření pleti používejte [kvalitní přírodní kosmetiku](#). Chraňte pleť před mrazem a sluncem. Nezapomeňte tento den na nehty na nohou i rukou, je ideální doba pro stříhání a pilování. Nehty ostříhané v Kozorohu jsou tvrdé, hodně vydrží a nelámou se tak snadno. Vlasy dnes nestříhejte, rychleji by potom šedivěly. Je vhodný den na masáž ušních boltců, aplikaci ušních svíček a péči o uši. Dobře vám udělají masáže celého těla, bylinné koupele, zábaly celého těla a také plavání.

[Domácí recepty pro péči o nohy](#)

Vhodné éterické oleje a vůně: máta, mateřídouška, citron, grep, mandarinka, lemongrass, verbena, cedr, myrtha, bazalka, borovice

MAGIE

V přibývajícím Měsíci se provádějí rituály a kouzla na přivolání či podpoření čehokoliv, například lásky, vztahů, úspěchu, hojnosti a financí, plodnosti. V Kozorohu se nejvíce čaruje na přivolání úspěchu v zaměstnání, podnikání a kariéře, v nových projektech a dílech. [Vyberte si kouzlo..](#)

DOMÁCNOST

Uspořádejte si doma i v práci vše, v čem máte chaos, ať jsou to rodinné fotografie nebo prádlo v zásuvkách či hromada nevyřízených dokumentů na pracovním stole. Impregnujte šaty a boty, ošetřete kožené věci. Opravy provedené dnes nebudete již muset opakovat. Postavené a vyrobené předměty budou mít dlouhou životnost. Potraviny nakupujte pouze k brzké spotřebě, nic neskladujte, všechno se rychle kazí.

ZAHRADA

Dny Kozoroha jsou dny kořene se stoupající silou. V přibývajícím Měsíci jsou od července do ledna. Počasí bývá chladnější. Den přeje pracem, které vyžadují vytrvalost. Dny jsou vhodné pro tyto činnosti, s ohledem na roční dobu a počasí:

- Setí a sázení kořenové a zimní zeleniny, okopanin a rostlin s tvrdou slupkou (cibule, koření, obilí..)
- Obrana proti škůdcům, kteří žijí v zemi
- Občasné hnojení rostlin na tvorbu kořenů
- Plánování zahrady