

## Lunární kalendář 4. listopad 2012 online


**Měsíc ubývá a putuje znamením Raka. Nevětrejte peřiny venku, zůstala by vám v nich vlhkost. Jezte jen lehkou stravu, žaludek je citlivý. Věnujte se dnes partnerovi a rodině, udělejte si výlet do Aquaparku nebo běžte na procházku k vodě.**



Tento den má svátek Karel.

### 21. lunární den

Tento den je spojen se symbolem Koně, Stáda koní a Kočáru. Má dynamickou energii, přináší rozhodnost a odvalu. Mění se struktury našeho nitra i struktury vnější. Energie větru nám v proměně pomáhá, proto buďte venku a oblečte si volnější oděv bílé nebo světlé barvy. Dnes se učte přijímat zodpovědnost, dávejte přátelům sliby, plňte povinnosti, realizujte se v davu. Nebudte dnes sami, jeďte na výlet. Najděte v sobě rytířské vlastnosti. Dnešek je dnem pohybu, proto můžete odcestovat nebo také změnit bydlení, práci apod. K tomuto dni se váže [sedmá čakra](#) Sahasrára, která se nachází na temeni hlavy. Spojuje nás s Vesmírem, s naším Vyšším Já, s univerzální životní silou. Vnímejte tento bod na vrcholu vaší hlavy, zaměřujte dnes na něj pozornost, tím 7.čakru stimulujete a aktivujete. Můžete si představit, jak se skrze ni vlévá z Vesmíru do vašeho těla proud světelné energie a naplňuje vás do té míry, že vyzařujete světlo i do prostoru kolem. Zamručte si "hmmm", to 7.čakru stimuluje. [Více o lunárním dni..](#)

Lunární den ve zkratce	
Znamení	 rak
Fáze	ubývající měsíc
Lunární den	21
Východ Měsíce	20:49
Západ Měsíce	11:38
Síla	klesající
Živel	voda
Orgány	žaludek, hrud', plíce, játra, trávení, žluč, mléčné žlázy
Barva	zelená
Energie	mužská - neutrální
Kvalita dne	mokrý, teplý, plodný

System	nervový systém
Živná kvalita	sacharidy
Zahrada	list

**Ubývající Měsíc** je příznivý pro všechny záležitosti, které jsou ve stadiu upevňování, zachování a dokončení. Omezuje růst a pomáhá odstranit vše, co je nežádoucí.

## ENERGIE DNE

Dnešek je pod znamením citů. Lidé k sobě mají blíž, mohou však být přecitlivělí. Hlavní slovo má intuice. Ozývá se minulost a také různé formy strachů. Vracíme se do dětství, snadno se rozpláčeme. Je vhodný den pro návštěvy rodiny a zvelebování svého obydlí. Máme také chuť experimentovat ve vaření. Láká nás to k vodě, probouzí se romantické sklony. Můžeme ale také pociťovat nervozitu a podrážděnost, jsme snadno ovlivnitelní. Dnes ne zahajujte dlouhodobé projekty ani žádné stavby, nepůjčujte peníze.

### Co nás učí Měsíc v Raku:

Prožívat city do hloubky, naslouchat svému nitru, stát si za svou láskou

[Bachova květová esence pro dnešní den](#): Clematis (Bílá lesní réva)

## ZDRAVÍ

Cokoli dnes uděláte dobrého pro oblast hrudi, působí dvojnásob pozitivně, preventivně a léčebně, s výjimkou chirurgických zákroků v této oblasti. To, co hruď, žaludek, játra, žlučník a plíce zatěžuje, působí ve dnech Raka škodlivěji než v jiných dnech. Noční hýření nechte raději na jiný den, aby játra neměla moc práce. Jste-li na játra, žlučník, plíce nebo prsa choulostiví, pak využijte právě dnešek na to, abyste pro tyto orgány učinili něco dobrého. Doporučujeme pít jaterní čaj. Žaludek v tyto dny zlobí, může vás trápit pálení žáhy a časté říhání, proto se doporučuje lehká strava. Ženy mohou pociťovat nepříjemné napětí až bolest v nadrech, pomůže na to jemná masáž krouživými pohyby s použitím vhodných krémů či olejů.

- Při ubývajícím Měsíci se dobře a rychle hojí rány, nezůstávají po nich jizvy. Tělo se rychleji regeneruje.

**Léčivá rostlina pro dnešní den:** Heřmánek - heřmánkový čaj zklidní žaludek a zharmonizuje energie

[Domácí recepty na trávení a žaludek](#)

## STRAVA

Při ubývajícím Měsíci můžete jíst tak, jak jste zvyklí, váha se většinou nemění nebo mírně klesá. Ve dnech Raka je ovlivňován žaludek, žlučník, plíce a játra, nejezte proto žádná těžká a smažená jídla. Nyní jsou sacharidové dny. To znamená, že někdo dnes tráví moučná jídla, těstoviny a sladkosti lépe než jindy a někdo zase hůře. Sledujte, do které skupiny patříte vy, abyste věděli, zda se mouce a cukrům vyhnout či naopak. Pokud bojujete s nadváhou, jezte dnes celozrnný chléb, potraviny s vysokým obsahem uhlohydrátů vynechte.

Je den listu, můžete v jídelníčku upřednostnit listovou zeleninu a bylinky. Vhodná je čekanka, kapusta kadeřavá, kedlubna, kozlíček polníček, pórek, rebarbora, rukola, hlávkový a ledový salát, špenát, štěrбак, zelí, kadeřávek, bazalka, máta, pažitka, meduňka, petržel, šalvěj, tymián. Vhodným nápojem jsou bylinkové čaje, obzvláště ty s posilujícími účinky na játra, žlučník a žaludek, například čaj z třezalky nebo čekanky. Čaj z meduňky má zklidňující účinky i na psychiku, která je dnes citlivá. Káva nebude dnes na citlivý žaludek to pravé. Pokud budete pít mléko, přidejte si do něj špetku skořice, ta pomáhá proti zahlenění. Fáze ubývajícího Měsíce podporuje vyučování jedů z těla, čistí se krev. Pokud se chcete pročistit, pijte čistící čaje a provádějte každý den masáž celého těla vhodným olejem.

## KRÁSA

V tento den si nenechávejte stříhat vlasy, nedržely by dobře a cuchaly by se. Je-li to možné, vlasy si dnes ani nemyjte, tvořily by se lupy a vlasy by zeslábly. Neprovádějte ani peeling. "Vodní dny" jsou velmi dobré pro lymfatické drenáže.

[Vhodné éterické oleje a vůně:](#) Fialka, Iris, Geranium, Vanilka, Ylang-ylang, Citron, Grep, Lemongrass

## MAGIE

Během ubývajícího Měsíce se provádějí rituály a kouzla na zbavení se různých zlovyků, nadváhy, negativního působení od druhých lidí, na zlikvidování nemocí, prodej něčeho, na odpoutání se od vztahu, který nechceme, tedy veškerá kouzla k odvrácení, oddělení, odstranění či konci čehokoliv špatného nebo nechtěného. V Raku se čaruje nejlépe na lásku, plodnost a rodinu a také na odpuzení zla. Dělají se zasvěcovací a očišťující obřady. [Vyberte si kouzlo..](#)

## DOMÁCNOST

Špína dnes půjde dobře dolů mytím, nemyjte ovšem předměty, které by vlhkost mohla poškodit, například věci ze dřeva. Nevětrejte peřiny venku, zůstala by vám v nich vlhkost. Nelakujte a nenatírejte, nemalujte pokoje, vše bude dnes špatně schnout, včetně prádla. Pokud máte v bytě suchý vzduch, nainstalujte si na topení výparník s vodou, prospěje to i pokojovým rostlinám.

## ZAHRADA

Dny Raka jsou dny listu s klesající silou. V ubývajícím Měsíci jsou od července do ledna. Počasí bývá vlhké a deštivé. Neprovádějte dnes průklest ovocných stromů a keřů. Nepříznivý den je pro zavařování potravin, jejich ukládání a skladování. Dny jsou vhodné pro tyto práce, s ohledem na roční období a počasí:

- Sazení, přesazování a setí listové zeleniny
- Setí a sazení hlávkového salátu
- Sazení listnatých stromů a keřů
- Zalévání a hnojení listové zeleniny
- Boj proti nadzemním plevelům a škůdcům na povrchu země
- Zalévání a hnojení pokojových a balkónových rostlin
- Odvodňování, drenážování, opravy a čištění vodovodů a studní
- Sekání trávy
- Údržba jezírka, rybníka, bazénu