

Lunární kalendář 19. říjen 2013 online



Měsíc putuje ve znamení Berana, dnes je úplněk. Beran ovlivňuje hlavu, obličej, mozek, oči, nos a životní sílu. Pokud trpíte na migrény, pijte preventivně hodně čisté vody a vynechejte kávu. Jděte mezi lidi, domluvte si rande, vyrazte si s přáteli.



Tento den má svátek Michaela.

16. lunární den

Je dnem rovnováhy, čistoty, harmonie a spravedlnosti. Za žádnou cenu se nerozčilujte, udělejte si pohodu a snažte se být v rovnováze. Nekřičte, nenechte se strhnout k závisti a zlobě, abyste nenarušili tok harmonické energie. Velmi vhod přijdou posilovací cviky a rituální očista vodou. Manželství dnes uzavřené bude založené na harmonii. Dnešek má symbol Motýla nebo Holuba. Meditujte nad těmito symboly, přečtěte si o nich něco. Pomůže vám to pochopit hloubku tohoto dne. [Více o lunárním dni..](#)

Lunární den ve zkratce	
Znamení	 beran
Fáze	 býk 09:24
Lunární den	úplněk
Východ Měsíce	16
Západ Měsíce	18:14
Síla	07:56
Živel	stoupající
Orgány	ohně
Barva	hlava, obličej, mozek, oči, nos, životní síla
Energie	červená
Kvalita dne	mužská - dynamická
System	mírně teplý, suchý, neplodný
Živná kvalita	smyslové orgány
	bílkovina, ovoce

ÚPLNĚK

Úplněk znamená aktivitu, kulminaci, naplnění a vyvrcholení. Jeho negativní stránka je msta, urážlivost, přílišná sentimentalita, vyčerpanost. Při úplňku se projevuje náměsíčnost, nemoci se zhoršují a rány více krvácejí. Zvyšuje se kriminalita a sklon k sebevraždám. Rodí se nejvíce dětí. Lidé pociťují neklid, psychika je napjatá. Časté jsou také změny nálad, emoce jsou nestabilní. Metabolismus pracuje pomaleji, organismus je více oslabený. Ženy bývají podrážděnější a neobjektivní, muži naopak pozorní a vstřícní a mají větší zájem o sex. [Více o úplňku se dozvíte zde..](#)

ÚPLNĚK V BERANU

Oslavuje vrcholnou koncentraci síly a energie, ze které můžeme ještě dlouhou dobu čerpat. Pozor, aby se tato energie neproměnila v agresivitu.

ENERGIE DNE

Beran přeje změnám a novým začátkům. Dnes dominuje spontánnost, temperament, ctižádost, impulsivnost a ukvapenost. Sršíme energií, ale pozor na její správné využití. Máme tendenci „jít hlavou proti zdi“ a také zkoušet nové a nepoznané věci. Cítíme větší potřebu komunikace, mohou ale snadno vznikat hádky. Láká nás to vyrazit mezi lidi, něco podniknout, nechybí elán a nadšení do různých sportovních aktivit. Také obchodování a cestování dnešní den přeje, opadne z nás nesmělost. Máme chuť jít i do složitějších věcí. Přednost má přímé jednání. Můžeme se vášnivě zamilovat, vašeň ale brzy opadne.

Co nás učí Měsíc v Beranu:

Ukončit vše, co nemá budoucnost. Uvědomit si svoji sílu, charakter a odvalu a vykročit do nového a neznámého.

[Bachova květová esence pro dnešní den:](#) Impatiens (Netýkavka žlázonosná)

ZDRAVÍ

Beran má vliv na oblast hlavy, a proto s ním pravidelně přicházejí migrény a bolesti hlavy. Dnes neprovádějte na hlavě žádné zásahy, obzvláště ne chirurgické, s výjimkou akutních případů. Cokoli uděláte pro svoji hlavu, oči, mozek a nos dnes dobrého, projeví se to dvojnásob pozitivně. Pokuste se tento den projít bez stresu a tlaků, připravte si klidný program. Jako preventivní opatření proti migréně doporučujeme pít hodně čisté vody a vzdát se kávy, čokolády a cukru. Pokud se přesto migréna dostaví, vyvětrejte dostatečně místnost nebo běžte na vzduch. Pomáhá také na chvíli si lehnout do tmavšího pokoje a myslet na příjemné věci. Na hlavu si přiložte studený obklad, účinná je také velmi jemná masáž hlavy a vlasové pokožky krouživými pohyby.

Znamení Berana působí také na obličej, oči a mozek. Jestli můžete, udělejte dnes pro své oči něco dobrého. Obklady na zanícené oči, například ze světlíku lékařského, se neminou účinkem a prospěje jim i mikromasáž. Na unavené oči a kruhy pod očima pomůže přikládání studených sáčků zeleného čaje. Nevysedávejte dlouho u počítače ani u televize, snažte se vyhnout dlouhotrvajícímu pláči.

[Domácí recepty na bolest hlavy](#)

Léčivé rostliny pro tento den

Při úplňku mají byliny největší sílu, proto dnes nezapmeňte na jejich sběr. V Beranu sbíráme a zpracováváme rostliny, které působí blahodárně na hlavu a oči, např.:

Smetanka lékařská (pampeliška) - působí proti bolestem hlavy a pomáhá pročišťovat energii

Kopretina řimbaba - analgetikum - proti migrénám, horečce, zánětu středního ucha

Světlík lékařský - pomáhá proti únavě očí a na záněty spojivek

STRAVA

Dnes je úplňek a tělo nejvíce přibírá na váze, proto by strava měla být lehká a dietní. Je vhodné udělat si přímo půst nebo odlehčovací ovocný, zeleninový či rýžový den. Ovoce nemíchejte s jinou stravou, jezte je nalačno. Během dne pijte čerstvé ovocné a zeleninové šťávy. Dny Berana mají ovocně-bílkovinnou kvalitu. Budete potřebovat více ovoce a bílkovin, než v jiných dnech, pokud je ovšem dobře snášíte, tělo je dnes lépe zpracovává. Pokud vám ovoce či bílkoviny nedělají dobře, potom je dnes z jídelníčku úplně vynechejte. Můžete jíst ryby a drůbež, hrách, fazole, čočku, mléčné výrobky, plodovou zeleninu, ovoce. Kořeňte jídla pikantním kořením. Jídelníček doplňte klíčky, semínky a ořechy.

Je den plodu, proto doporučujeme ke konzumaci:

- cibuli, cuketu, dýni, lilek, meloun, okurky, papriky, rajčata, ořechy, slunečnicová semínka, zázvor
- z ovoce si vyberte hrušky, jablka, lesní plody, ananas, jahody, kdouloň, kiwi, maliny, mango, meruňky, papáju, pomeranč, rybíz, švestky, třešně, víno

Nezapomínejte na pitný režim, nejvhodnější tekutinou je čistá voda, kterou můžete ochutit plátkem citronu a několika lístky máty nebo meduňky. Kdo trpí na migrény, ať dnes nepije žádnou kávu! Raději si dejte ovocný čaj. Slyšeli jste již o „pečeném čaji“? Uklidňující bylinné čaje vám také udělají dobře, vhodný je mátový proti bolesti hlavy, zklidňující třezalkový, meduňkový nebo čaj z bazalky.

KRÁSA

Pleť nyní dobře přijímá veškeré pleťové krémy a oleje. Beran ovlivňuje obličej a hlavu, proto si udělejte výživnou masku či masáž hlavy, obličeje a dekoltu s použitím vhodného [éterického oleje](#). Masáž pokožky hlavy a vlasových kořínků vám také udělá dobře. Muži ať si ve dnech Berana neholí vousy, mohly by se jim začít tvořit na tváři holá místa. Ani stříhání vlasů se z těchto důvodů nedoporučuje. Také změna účesu nebude jednoduchá, vlasy jsou dnes nepoddajné a účes nebude dobře držet.

[Vhodné éterické oleje a vůně](#): meduňka, máta, mandarinka, hřebíček, bobkový list, bez, rozmarýn, lemongrass, levandule, grapefruit

MAGIE

Při úplňku je vliv čarování obrovský. Přivolává se dobro, láska a nová síla. V Beranu se provádí válečnické obřady a kouzla na uskutečňování smělých plánů. [Vyberte si kouzlo..](#)

DOMÁCNOST

Vládne živel oheň, zapalte si tedy oheň v krbu nebo alespoň svíčku. V kamnech nebo na venkovním ohništi můžete spálit vše staré a nepotřebné. Silná energie ohně vám pomůže při větším a náročnějším úklidu, všechny čistící a úklidové práce vám půjdou dobře od ruky. Můžete uklidit sklep a zahradní domek. Je vhodný den na pečení.

ZAHRADA

Dny Berana jsou dny plodu se stoupající silou. Energie ohně pomáhá při úklidových pracích, můžete tedy uklidit zahradní domek, sklep, skleník. Je úplněk, proto nic nesázejte, nepřesazujte ani neokopávejte. Dnes sklízíte bylinky, za úplňku mají největší sílu, obzvláště jejich kořeny. Vhodný den je na hnojení, avšak zalévání rostlin přenechejte na jindy.