

## Lunární kalendář 24. červen 2016 online


**Měsíc putuje ve znamení Vodnáře a je v ubývající fázi. Vodnář působí na lýtka, kotníky a žíly. Nezatěžujte nohy dlouhým chozením a stáním. Vhodný den pro návštěvu rodiny a přátel.**



Tento den má svátek Jan.

### 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 uče přijímat zodpovědnost, dávejte přátelům sliby, plňte povinnosti, realizujte se v davu. Nebudte dnes sami, jedte 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	 vodnář
Fáze	ubývající měsíc
Lunární den	21
Východ Měsíce	23:39
Západ Měsíce	09:10
Síla	stoupající
Živel	vzduch
Orgány	lýtka, kotníky, bérce, žíly
Barva	žlutá
Energie	mužská - neutrální
Kvalita dne	vzdušný, světlý, suchý, neplodný
System	system žláz

Živná kvalita	tuk
Zahrada	květ

**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

Dnes se vládne vzdušná energie Vodnáře, je čas nových nápadů a plánů. Přitahuje nás vše tajemné, vzrušující a zvláštní, projevuje se vztah k umění. Toužíme po nezávislosti, nenecháme se nijak ovlivňovat, chceme být originální. Nikdo nám nesmí do ničeho mluvit, potřebujeme čas pro sebe na uvědomění si vlastních životních cílů. Zajímá nás, co se děje kolem, i to, jak se věci budou vyvíjet do budoucna. Můžeme plánovat pracovní projekty. Máme plno nápadů, ale stavíme také vzdušné zámky. Dobrý přítel po boku nám pomůže tyto plány postavit na reálný základ. V partnerských vztazích máme spíše citový odstup, ale soucítíme s potřebnými, kterým máme tendenci pomáhat.

### Co nás učí Měsíc ve Vodnáři:

Propojovat duchovní svět s materiálním, vnímat energie lidí, věcí, rostlin i zvířat ..a vůbec všeho kolem nás. Vědomě pracovat s touto schopností a vědět, že je to jenom na nás, zda se těmito energiemi necháme ovlivňovat.

[Bachova květová esence pro dnešní den](#): Water Violet (Žebratka bahenní)

## ZDRAVÍ

Vodnář působí na lýtka, kotníky a žíly. Objevují se záněty žil. Kdo má sklon ke křečovým žilám, měl by se v těchto dnech vyhnout delšímu stání, obyčejná procházka po městě se může ve Vodnáři stát zlým snem. Nohy si během dne pokládejte nahoru a lýtka potírejte vhodnou mastí proti křečovým žilám. Unaveným nohám udělá dobře sprchování střídavě studenou a teplou vodou a masáže ve směru od kotníků nahoru. V tyto dny by se neměly provádět operace křečových žil. Kdo dnes bude mít křeče v lýtkách, měl by do stravy zařadit více hořčičku. Ten se nachází například ve slunečnicových semínkách. Provádíme natahovací a protahovací cviky na podporu krevního oběhu. Cviky s nohama nahoře jsou tedy vhodné, např. "svíčka".

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

## STRAVA

Při ubývajícím Měsíci můžete jíst tak, jak jste zvyklí, váha se většinou nemění nebo mírně klesá. Pocit hladu nebývá silný. Je den květu, proto doporučujeme květák, brokolici, artyčoky, kopr, mangold. Jídla dostatečně kořeňte, k dochucení používejte zejména česnek. V menší míře můžete dnes sýry a maso. Konzumujte klíčky, ořechy a různá semínka, jídla ochucujte také zázvorem. Zázvor tělo prohřívá, dělejte si z něj čaj. Vyhýbejte se alkoholu. Nejsou vhodná smažená jídla a čokoláda. Pijte čistou vodu ve větším množství než ostatní nápoje, dále bylinné čaje z květů rostlin. Měsíc ubývá, nyní jsou vhodné dny pro zahájení očistné a detoxikační kúry. Fáze ubývajícího Měsíce podporuje vylučování jedů z těla a hubnutí, čistí se krev. Pokud se chcete pročistit, pijte čistící čaje a provádějte každý den masáž celého těla vhodným olejem.

## KRÁSA

Vhodný den pro barvení a tónování vlasů, dobře působí také vlasové zábaly a pleťové masky, které působí na rozšířené žilky v obličeji. Dopřejte si relaxační koupel a masáž. Postačí uvolňující koupel chodidel, kdy do vaničky přidáte [koupelovou sůl](#). Při masírování nohou a lýtek je však třeba opatrnosti, masáž provádějte velmi jemně a směrem k srdci. Je třeba vyhnout se větší fyzické námaze, hýčkejte si nohy speciálními ošetřujícími přípravky. Nechte si udělat lymfatickou masáž. Prospěje vám také sauna, která podpoří krevní oběh a lymfatickou soustavu.

[Domácí recepty pro pěkné vlasy](#)

[Vhodné éterické oleje a vůně](#): fialka, tymián, citron, mimóza, máta, anýz, cedr, meduňka

## MAGIE

Při ubývajícím Měsíci 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 či konci čehokoliv špatného nebo nechtěného. Ve Vodnáři se čaruje na dobré vztahy a na urovnání sporů s přáteli. [Vyberte si kouzlo..](#)

## DOMÁCNOST

Ve dnech Vodnáře je dobré vyvětrat celý dům a také sklep, provést i větší úklid. Umývají se dřevěné podlahy. Vhodný den pro malování a lakování, můžete se pustit i do čištění mědi a stříbra.

## ZAHRADA

Dny Vodnáře jsou dny květu se stoupající silou. V ubývajícím Měsíci jsou od února do srpna. Počasí bývá vzdušné a jasné. Dny Vodnáře nejsou příliš vhodné pro práce na zahradě, je dobré omezit se na nejnutnější. Můžete alespoň opravit plot, vyvětrat pařeniště a sklep, uklidit skleník a zahradní chatku. Určitě dnes nepřesazujte žádné rostliny, špatně by zakořenily. Také zálibku odložte na jiný den, pokud to není nutné. Dny jsou vhodné pro tyto práce, s ohledem na roční období a počasí:

- Pletí plevele, okopávání
- Hnojení květin pro tvorbu květu
- Sklizeň bylin a kvetoucích rostlin
- Šlechtění rostlin
- Malířské a natěračské práce v přírodě
- Stavba zahradního domku