

## Lunární kalendář 24. leden 2016 online


**Měsíc putuje znamením Lva, dnes je úplněk. Jezte střídmě, běžte na procházku, ale nepřetěžujte se, srdce je dnes namáháno více, než v jiné dny. Snažte se vyhnout stresovým situacím.**



Tento den má svátek Milena.

### 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	 lev
Fáze	úplněk
Lunární den	16
Východ Měsíce	17:32
Západ Měsíce	07:35
Síla	klesající
Živel	ohně
Orgány	srdce, záda, bránice, krevní oběh, tepny
Barva	červená
Energie	mužská - dynamická
Kvalita dne	horký, suchý, neplodný
System	smyslové orgány
Živná kvalita	bílkovina, ovoce
Zahrada	plod

# 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 pocítují 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 VE LVU

Dělejte dnes věci „od srdce“, poslouchajte, co vám srdce radí, tak se nemůžete splést.

## ENERGIE DNE

Dnes se řeší "srdeční záležitosti". V popředí zájmu budou ti, které milujete. Vládne odvaha, radost z rizika, štědrost, síla, ušlechtilost, tvořivost, bystrý rozum. Lidé mají zvýšenou potřebu přátelských setkání, je proto čas uspořádat oslavu, piknik, sportovní turnaj, vyjít si zatancovat.. Úspěch v obchodních jednáních, při zkouškách a konkurzech je zaručen, budete odvážní a rozhodní. Také z nakupování budete mít radost, dopřejte si dnes luxus. Máte ochranné sklony, ale můžete také zažít vášnivou lásku. Pozor dnes pouze na dominantní chování a vznětlivost.

### Co nás učí Měsíc ve Lvu:

spojit slunečnou část, tedy tu aktivní, hrdou a extrovertní s naší pasivní, tichou a klidnou měsíční částí.

[Bachova květová esence pro dnešní den:](#) Vervain (Sporýš lékařský)

## ZDRAVÍ

Lev má vliv na srdce, záda, bránici, krevní oběh, tepny a vlasy. Vše, co dnes uděláte pro tyto části těla dobrého, bude působit dvojnásob účinněji než jindy. Vše, co srdce a další uvedené orgány zatěžuje, bude působit ještě více škodlivěji, než v jiných dnech. Ve dnech Lva bolí více záda občas pozlobí i srdce. Měli byste vyhnout všemu, co srdeční sval zatěžuje, při plném zdraví však fyzická práce nevadí. Lidé s nemocným srdcem by se ale neměli namáhat fyzicky ani psychicky. Pokud nejste zrovna vytrénovaný turista, zlobí vás srdíčko a krevní oběh a máte v plánu výšlap do hor, raději si naplánujte výlet na vhodnější den, až nebude Měsíc ve Lvu nebo hory vyměňte za nenáročnou romantickou procházku. Vyhněte se dnes, pokud možno, stresu. Podpořte krevní oběh krátkým cvičením hned po ránu. Tento den je vhodný k posílení a ozdravení trávicího ústrojí, kterému sice vládne znamení Panny, ale je dobré začít s tím už teď. Dnes není vhodný den na očkování ani na žádné operace.

[Domácí recepty na srdce](#)

## STRAVA

Dnes je úplněk 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 šťávy a čistou vodu. Ve dnech Lva hraje důležitou roli bílkovina. Buď ji trávíme dobře a můžeme tedy dnes konzumovat více bílkovinných jídel

nebo naopak. Dnes si dopřejte ryby, mořské plody a drůbež, hrách, fazole, čočku, mléčné výrobky, plodovou zeleninu, ovoce. Ve dnech plodu jsou obzvláště vhodné tyto potraviny:

- obiloviny, rýže, špalda, ovesné vločky, cibule, cuketa, dýně, fazole, hrách, čočka, kukuřice, lilek, meloun, okurky, papriky, rajčata, ořechy, slunečnicová semínka, klíčky, zázvor
- Z ovoce jsou to hrušky, jablka, lesní plod, ananas, jahody, kdouloň, kiwi, maliny, mango, meruňky, papája, pomeranče, rybíz, švestky, třešně, víno.

Pokud vám však některá z těchto potravin nedělá dobře, úplně ji vynechejte. Strava je lék a účinky těchto potravin na naše tělo se dnes zesilují, ať v dobrém či špatném. Jídla dnes dostatečně kořeňte, k dochucení používejte zejména česnek. Je prokázáno, že lidé, kteří sní denně stroužek česneku, téměř nebývají nemocní.

**Léčivá rostlina pro dnešní den:** Slunečnice a třezalka – slunečnicový olej dodá sílu, čaj z třezalky zklidní nervy

## KRÁSA

Udělejte si dnes vlasový zábal, použijte vlasové prášky a oleje, dobře se za úplňku vstřebají. Depilaci a holení nechte na jiný den, chloupky by zase rychle vyrostly. Nechte si dnes namasírovat záda.

[Domácí recepty pro pěkné vlasy](#)

[Éterické oleje](#) a vůně pro dnešní den: Pomeranč, Hořký pomeranč, Oregano, Skořice, Neroli, Santalové dřevo, Máta

## MAGIE

Při úplňku je vliv čarování obrovský. Přivolává se dobro, láska a nová síla. Ve Lvu se nejčastěji provádějí honosné a velké obřady, čaruje se na velké a tvořivé projekty. [Vyberte si kouzlo..](#)

## DOMÁCNOST

Vyčistěte krby, kamna, komíny, zahradní grily. Vykuřte místnosti vonnou tyčinkou. Vše nepotřebné spalte. Vhodný den pro boj s plísněmi. Dřevo dnes nebude vlhké, proto se s ním bude dobře pracovat.

## ZAHRADA

Dny Lva jsou dny plodu s klesající silou. Lev je velmi vysušující a ne příliš plodné znamení, dnes nepoužívejte na rostliny žádná umělá hnojiva. Je úplňek, proto nic nesázejte, nepřesazujte ani neokopávejte. Dnes sklízujte bylinky, za úplňku mají největší sílu, obzvláště jejich kořeny. Sbírejte především byliny s léčivým účinkem na srdce.