

## Lunární kalendář 20. říjen 2016 online



**Měsíc putuje v Blížencích a je v ubývající fázi. Blíženci ovlivňují ramena, paže, záda, ruce, průdušky a plíce. Jděte na procházku, čerstvý vzduch vám udělá dobře. Den je vhodný pro návštěvy známých a příbuzných.**



Tento den má svátek Vendelín.

### 21. lunární den

Tento den je spojen se symbolem Koně, Stáda koní a Kočáru. Má dynamickou energii, přináší rozhodnost a odvahu. 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	 blíženci  rak 17:43
Fáze	ubývající měsíc
Lunární den	21
Východ Měsíce	21:39
Západ Měsíce	12:26
Síla	klesající
Živel	vzduch
Orgány	paže, ruce, dýchání, průdušky, horní cesty dýchací
Barva	žlutá

Energie	mužská - neutrální
Kvalita dne	vzdušný, světlý, teplý, 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

Den v Blížencích bývá velmi proměnlivý a neklidný díky vzdušnému elementu, který mu vládne. V myšlení se projevuje mnohostrannost, čilost a obratnost. Máme v hlavě spoustu nápadů a plánů a vizí, které ovšem nedotahujeme do konce. Den přeje tvořivosti a umělecké činnosti. Je sklon dělat mnoho věcí najednou, emoce jsou nestálé, býváme zvědaví. Nedivte se, pokud dnes hodiny protelefonujete, potřeba komunikace je extrémní. Den je příznivý pro obchodní jednání, získávání nových kontaktů, cestování a vyřizování korespondence. Je čas flirtování a nezávazných schůzek. Filtrujte informace, které se k vám dostanou, nemusejí být pravdivé.

### Co nás učí Měsíc v Blížencích:

Potvrzuje důležitost výměny informací. Setkávání a rozhovory s různými lidmi, procházení novými zkušenostmi, různé druhy práce – to vše obohacuje naši duši.

[Bachova květová esence pro dnešní den](#): Cerato (Rožec)

## ZDRAVÍ

Blíženci mají vliv na ramena, záda, paže, ruce, lopatky, klíční kosti, plíce a průdušky. Cokoli uděláte pro tyto části těla dobrého, bude mít dnes dvojnásobný efekt. Pokud ale bude oblast ramen a plic zatěžována, pocítíte to silněji než obvykle.

Ve dnech Blíženců se často mění počasí, proto revmatici mívají potíže. V chladnějším dni se tedy dobře oblečte, jinak vás tělo může na sebe nepříjemně upozornit. Revmatické bolesti v oblasti ramen teď velmi dobře reagují na vhodné [oleje a masti](#). V tento den můžete udělat něco dobrého pro oblast klíčních kostí a lopatek, zad, ramen a paží. Zacvičte si jógu nebo Pilates, běžte do posilovny. Cílená gymnastika na tyto oblasti těla dělá zázraky, počítejte ale s následnou bolestí svalů. Ani ta ovšem není špatným znamením, protože tělo tak dává najevo, že se zbavuje škodlivin. Masáž krku, šíje a zad vám dnes také udělá dobře. Ve dnech Blíženců jsou ovlivněny i plíce, proto je užitečné provádět dýchací cviky na čerstvém vzduchu či při otevřeném okně. Běžte na vycházku do přírody a hlavně se dnes vyhněte zakouřeným místnostem. Mažte si hrudník bylinnými mastmi a inhalujte nad párou [éterické oleje](#). Těhotné ženy mohou zkoušet břišní dýchání, které jim bude prospěšné u porodu. Dnes není vhodný den na operace ramen, zad, paží, rukou, lopatek, klíčních kostí, plic a průdušek, s výjimkou akutních případů.

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

[Domácí recepty na revmatismus, klouby a záda](#)

**Léčivá rostlina pro dnešní den:** Podběl – jeho šťáva pomáhá při bolestech uší, listy při pokládání na čelo projasňují energii

## STRAVA

Při ubývajícím Měsíci můžete jíst tak, jak jste zvyklí, váha se většinou nemění nebo mírně klesá. Dny Blíženců jsou dny tuku. Někdo dnes snáší tučná jídla dobře, někomu vadí už pouhá vůně tuku. Pozorujte, jak jste na tom vy. Doporučujeme tuky v přírodní formě, jako jsou ořechy a různá semínka. V Blížencích je den květu, proto si dejte k jídlu kvetoucí zeleninu, jako například květák, brokolici, artyčoky. Pijte čistou vodu ve větším množství než ostatní nápoje, dále jsou vhodné bylinné čaje z máty, řepíku, třezalky, měsíčku a ostatních kvetoucích bylin. Fáze ubývajícího Měsíce podporuje vylučování jedů z těla, čistí se krev. Pokud se chcete pročistit, pijte čistící čaje a provádějte každý den masáž celého těla vhodným olejem.

## KRÁSA

Dny Blíženců jsou nejvhodnější pro masáže, zejména pokud pocítujete v těle blokaci a napětí. Velmi účinná bude masáž horní poloviny těla a detoxikační a lymfatické masáže. Připravte si teplou bylinnou koupel. Obklad ramen teplým bahnem bude dnes to pravé. Den je také vhodný pro péči o ruce, namasírujte je a ošetřete vhodnou mastí nebo zábalem. Nechte si udělat manikúru, prodloužit a nalakovat nehty.

Vhodné éterické oleje a vůně: Levandule, Rozmarýn, Fialka, Máta, Mandarinka, Tymián

Domácí recepty pro péči o ruce

## 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 Blížencích se provádí rituály k obnovení komunikace a kontaktu s ostatními a odstranění starých nesvárů a problémů. [Vyberte si kouzlo..](#)

## DOMÁCNOST

Dnes dobře vyvětrejte celý dům, při vhodném počasí i sklep a místnosti s uskladněnou úrodou. Vyčistěte police ve sklepech a komoře. Můžete dát vyvětrat ven peřiny a vyčistit matrace. Natírejte, lakujte, malujte.

## ZAHRADA

Dny Blíženců jsou dny květu a přechod mezi stoupající a klesající silou. V ubývajícím Měsíci jsou od června do prosince. Počasí bývá větrné a jasné. Nezalévejte pokojové rostliny. Dny jsou příznivé pro tyto práce, s ohledem na roční období a počasí:

- Setí a sázení všech popínavých, šlahounovitých a převislých rostlin (hrách, fazole, jahody)
- Setí a sázení okrasných popínavých rostlin
- Setí a sázení květin

- Obrana proti škůdcům a nemocem
- Sběr bylin
- Větrání sklepa, skleníku, zahradní chatky
- Dodatečné hnojení květin
- Malířské a natěračské práce v přírodě
- Stavba zahradního domku a plotu