

## Lunární kalendář 20. srpen 2019 online


**Měsíc ubývá a putuje ve znamení Berana. Beran ovlivňuje hlavu, obličej, mozek, oči, nos a životní sílu. Trpíte-li na migrény, pijte hodně čisté vody a žádnou kávu. Beran přeje změnám a novým začátkům. Jděte mezi lidi, domluvte si rande, vyrazte si s přáteli.**



Tento den má svátek Bernard.

### 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, 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 Vyším 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	 beran
Fáze	ubývající měsíc
Lunární den	21
Východ Měsíce	22:25
Západ Měsíce	10:44
Síla	stoupající
Živel	ohně
Orgány	hlava, obličej, mozek, oči, nos, životní síla
Barva	červená
Energie	mužská - dynamická
Kvalita dne	mírně teplý, suchý, neplodný

System	smyslové orgány
Živná kvalita	bílkovina, ovoce
Zahrada	plod

**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

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, ale pozor na 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, vášně 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 i dlouhotrvajícímu pláči. Starý a účinný prostředek proti únavě očí je svlažit zavřená oční víčka vlastními slinami ráno nalačno před snídaní.

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

[Domácí recepty na bolest hlavy](#)

## Léčivé rostliny pro tento den

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

Při ubývajícím Měsíci můžete jíst tak, jak jste zvyklí, váha se většinou nemění nebo mírně klesá. Pocit hladu nebývá silný. 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. Jezte tedy především ryby a drůbež, hrách, fazole, čočku, plodovou zeleninu. Ovoce jezte převážně dopoledne a nalačno, během dne pijte čerstvé ovocné šťávy. Můžete si udělat odlehčovací ovocný den a jíst pouze ovoce. Dnes si dopřejte také mléčné výrobky. 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. V naší nabídce najdete [čaje Tulsi](#) z bazalky posvátné.

Fáze ubývajícího Měsíce podporuje vylučování jedů z těla a hubnutí, čistí se krev. Pokud se chcete pročistit, pijte do 19. hodiny čistící čaje a provádějte každý den masáž celého těla vhodným olejem.

## KRÁSA

Beran ovlivňuje obličej a hlavu, proto si udělejte čistící pleťovou masku, peeling či jemnou masáž obličeje a dekoltu s použitím vhodného éterického oleje. Pleť se dnes dobře zbavuje odumřelých kožních buněk a rohovinové vrstvy. [Zde najdete pár babských receptů na ošetření pleti.](#) Masáž pokožky hlavy a vlasových kořínek vám také velmi prospěje. Muži ať si ve dnech Berana neholí vousy, mohla 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

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 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. V ubývajícím Měsíci jsou dny Berana od dubna do října. Jsou to teplé dny, vhodné pro práce na zahradě. Energie ohně navíc pomáhá při veškerých úklidových pracích, můžete tedy uklidit zahradní domek, altán, sklep a skleník. Dny Berana jsou příznivé pro tyto činnosti, s ohledem na roční období a počasí:

- Setí a sázení plodin a všeho, co má rychle vyrůst a rychle se spotřebovat (např. špenát, saláty, ředkvičky, pažitka, řeřicha, rajčata)
- Setí a sázení rostlin, jejichž plodem je podzemní část (např. kořenová zelenina)
- Sázení brambor
- Řez a průklest ovocných stromů a keřů
- Sklizení a uskladňování obilí, ovoce a okopanin
- Zavařování ovoce a zeleniny
- Hnojení ovoce a zeleniny
- Orání, postřiky, plení
- Řezání květů
- Stavění zahradních domků a plotů