

## Lunární kalendář 29. červen 2022 online

**Měsíc putuje znamením Raka, dnes je novoluní. Něco si přejte, v novoluní se přání plní. Udělejte si očistný den, skončujte se svými zlovyky. Věnujte se dnes partnerovi a rodině, dopřejte si výlet do aquaparku nebo běžte na procházku k vodě**




Tento den má svátek Petr a Pavel.

### 30. lunární den

Symbolem je Zlatá labuť. Tento den je poslední v lunárním cyklu. Je velmi krátký a proto se ho snažte využít k odpuštění, dokončení věcí a splacení dluhů, a to nejen finančních. Vystříhejte se agresivitě. Uklidte dům a dejte do něj ochranný talisman. Talismany mají dnes velkou sílu. Namáhaným orgánem je mozek, proto ho šetřete. [Více o lunárním dni..](#)

### 1. lunární den

První lunární den trvá od novoluní do prvního východu Měsíce po novoluní. Čím je kratší, tím intenzivněji se v něm vše odehrává. Jeho symbolem je Lampa, Lucerna a Třetí oko. Je dobré ho věnovat duchovní očistě, nejlépe skrze oheň. Posedte u krbu nebo u svíčky a dívejte se do plamene. Myslete na vše, čeho byste se chtěli zbavit a odevzdávejte to ohni, který spálí veškerou negativitu. Odpouštějte, promíjejte, čistěte věci z minulosti. Jakmile se očistíte, můžete přejít k vizualizaci vašeho přání. První lunární den se přání zhmotňují, přejte si proto jen to, co doopravdy chcete. [Více o lunárním dni..](#)

Lunární den ve zkratce	
Znamení	 rak
Fáze	novoluní
Lunární den	30,1
Východ Měsíce	04:38
Západ Měsíce	22:07
Síla	klesající
Živel	voda
Orgány	žaludek, hrud', plíce, játra, trávení, žluč, mléčné žlázy

Barva	zelená
Energie	mužská - neutrální
Kvalita dne	mokrý, teplý, plodný
System	nervový systém
Živná kvalita	sacharidy
Zahrada	list

## NOVOLUNÍ

Novoluní představuje nové začátky, ale také ukončení a vnitřní přeměnu. Tvůrčí myšlenky a nápady jsou velmi originální, je třeba je využít, dát jim směr a formu. Máme před sebou mnoho možností, musíme si z nich jen vybrat. Nov je zlom mezi vyčerpáním a přívalem nové energie. Zpočátku tuto energii můžeme vnímat jako napětí, neklid, netrpělivost a vzrušení, které může přecházet do podrážděných reakcí. Cítíme aktivitu, ale nevíme, kterým směrem ji zaměřit. Něco začíná, ale je to tak neuchopitelné, hoříme nedočkavostí, abychom se do toho pustili. [Více o novoluní.](#)

## NOVOLUNÍ V RAKU

Pokud se budete cítit vyčerpaní a unavení, zkuste pracovat s vodou a se svými emocemi. Zkuste ponořit do hloubky své duše jako do hluboké studny. Objevte a oživte svoji ženskou energii, svoji vnitřní ženu, a to i pokud jste muž! Najděte svůj zdroj síly, svůj vyživující pramen, prostě to, co vás nabíjí. Dělejte to, co obohacuje a vyživuje vaši duši.

## ENERGIE DNE

Dnešek je pod znamením citů. Lidé k sobě mají blíž, mohou však být přecitlivělí až sentimentální. Hlavní slovo má intuice. Ozývá se minulost a také různé formy strachů. Vracíme se do dětství, snadno se rozpláceme. Je vhodný den pro návštěvy rodiny a zvelebování svého obydlí. Máme také chuť experimentovat ve vaření. Láká nás to k vodě, probouzí se romantické sklony. Můžeme ale také pociťovat nervozitu a podrážděnost, jsme snadno ovlivnitelní. Dnes nezačínáme dlouhodobé projekty ani žádné stavby, nepůjčujte peníze.

### Co nás učí Měsíc v Raku:

Prožívat city do hloubky, naslouchat svému nitru, stát si za svou láskou.

[Bachova květová esence pro dnešní den](#): Clematis (Bílá lesní réva)

## ZDRAVÍ

Cokoli dnes uděláte dobrého pro oblast hrudi, působí dvojnásob pozitivně, preventivně a léčebně, s výjimkou chirurgických zákroků v této oblasti. To, co hrud', žaludek, játra, žlučník a plíce zatěžuje, působí ve dnech Raka škodlivěji než v jiných dnech. Noční hýření nechte raději na jiný den, aby játra neměla moc práce. Jste-li na játra, žlučník, plíce nebo prsa choulostiví, pak využijte právě dnešek na to, abyste pro tyto orgány učinili něco dobrého. Doporučujeme pít [jaterní čaj](#). Dnes vás může trápit bolest žaludku, pálení žáhy a časté říhání, proto se doporučuje lehká strava. Ženy mohou pociťovat nepříjemné napětí až bolest v nadrech, pomůže na to jemná masáž krouživými pohyby s použitím vhodných krémů či olejů.

**Léčivá rostlina pro dnešní den:** Heřmánek – heřmánkový čaj zklidní žaludek a zharmonizuje energie

[Domácí recepty na trávení a žaludek](#)

## STRAVA

Novoluní je ideálním dnem pro očistu, dietu či půst. Měli by jste konzumovat pouze jednu potravinu rostlinného původu, která nezůstává dlouho v trávicím traktu. Vhodná je například rýže Basmati, která je velmi lehká a nejlépe stravitelná. Můžete si udělat také tzv. odlehčovací den nebo jíst jen ovoce či zeleninu. V novoluní metabolismus pracuje rychleji a pokud tělo nezatěžujeme těžkou stravou, samo se nejúčinněji zbaví toxických látek. Energii, kterou by jinak spotřebovalo na trávení potravy, použije k regeneraci a vyplavování toxinů. Pokud se na dietu či půst necítíte, doporučujeme alespoň stravu z čerstvých potravin a tepelně neupravené pokrmy, tzv. živou stravu.

Ve dnech Raka je ovlivňován žaludek, žlučník, plíce a játra, nejezte proto žádná těžká a smažená jídla. Výživová kvalita ve dnech Raka jsou sacharidy. To znamená, že někdo dnes tráví moučná jídla, těstoviny a sladkosti lépe než jindy a někdo zase hůře. Sledujte, do které skupiny patříte vy, abyste věděli, zda se mouce a cukrům vyhnout či naopak. Pokud bojujete s nadváhou, jezte dnes celozrnný chléb, potraviny s vysokým obsahem uhlohydrátů vynechejte.

Je den listu, můžete v jídelníčku upřednostnit listovou zeleninu a bylinky:

- čekanka, kapusta kadeřavá, kedlubna, kozlíček polníček, pórek, rebarbora, rukola, hlávkový a ledový salát, špenát, štěrбак, zelí, kadeřávek, bazalka, máta, pažitka, meduňka, petržel, šalvěj, tymián.

Vhodným nápojem jsou dnes čistící bylinné čaje. Čaj z meduňky má zklidňující účinky i na psychiku, která je dnes citlivá. Káva nebude dnes na citlivý žaludek to pravé. Pokud budete pít mléko, přidejte si do něj špetku skořice, ta pomáhá proti zahlenění.

## KRÁSA

V tento den si nenechávejte stříhat vlasy, nedržely by dobře a cuchaly by se. Je-li to možné, vlasy si dnes ani nemyjte, tvořily by se lupy a vlasy by zeslábly. Neprovádějte peeling pokožky.

[Vhodné éterické oleje a vůně:](#) Fialka, Iris, Geranium, Vanilka, Ylang-ylang, Citron, Grep, Lemongrass

## MAGIE

Při novoluní jsou nejvhodnější kouzla, kterými chcete podpořit nové začátky, projekty a cíle. Přání vyslovená při novoluní se plní. V Raku se čaruje nejlépe na lásku, plodnost a rodinu a také na odpuzení zla. Dělají se zasvěcovací a očišťující obřady. [Vyberte si kouzlo..](#)

## DOMÁCNOST

Špína dnes půjde dobře dolů mytím, nemyjte ovšem předměty, které by vlhkost mohla poškodit, například věci ze dřeva. Nevětrejte peřiny venku, zůstala by vám v nich vlhkost. Nelakujte a nenatírejte, nemalujte pokoje, vše bude dnes špatně schnout, včetně prádla. Pokud máte v bytě suchý vzduch, nainstalujte si na topení výparník s vodou, prospěje to i pokojovým rostlinám.

## **ZAHRADA**

Dny Raka jsou dny listu s klesající silou. Při novu by se nemělo nic sázet, vysévat ani přesazovat. Nic nevzejde, semena ani kořeny se neuchytí. Je však nejvhodnější den na ošetření starých, nemocných a špatně rostoucích dřevin a rostlin. Pokojové rostliny, které špatně rostou, výrazně sestříhnete.

Nemocné stromy prořežte, nebojte se radikálního řezu, budete překvapeni, jak začnou znovu bohatě růst a plodit. Můžete provádět odvodňování, drenážování, opravy a čištění vodovodů a studní a také údržbu jezírka, rybníka a bazénu.