

## Lunární kalendář 28. leden 2026 online


**Měsíc putuje v Blížencích a je v přibývajícím 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 Otýlie.

### 11. lunární den

Symbolem je Ohnivý meč, Koruna, Páteř a Labyrint. Probouzí se energie zvaná Kundalini neboli Hadí síla. Je ukrytá na spodním konci páteře, stočená do klubíčka jako had. Při probuzení stoupá po páteři nahoru a pročišťuje čakry od blokáci. Je to velmi silná transformační energie, proto vše, co dnes začnete dělat, musíte dotáhnout do konce. Nelze přerušit proces. Nepouštějte se proto do dobrodružství s nejasným koncem, dělejte jen věci se známým průběhem. Raději nevyvíjejte přílišnou aktivitu, spíše se snažte zklidnit. Očišťujte se na všech úrovních - fyzické, mentální a astrální. Půst očišťuje fyzické tělo, modlitby a mantry očistí mentální tělo a energetická cvičení očišťují astrální tělo. Je špatné dnes zabít jakéhokoliv živého tvora. Vyhněte se práci s noži. Pokud vás dnes rozbolí kostrč a páteř, znamená to, že energii Kundalini špatně využíváte a je dobré provést očistu. [Více o lunárním dni..](#)

Lunární den ve zkratce	
Znamení	 blíženci
Fáze	přibývajícím měsíc
Lunární den	11
Východ Měsíce	11:25
Západ Měsíce	03:56
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

**Přibývající Měsíc** je vhodný pro záležitosti, které jsou v růstové fázi vývoje, stejně jako pro nové začátky. Vše v tomto období roste rychleji.

## 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 protелефonujete, 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 žádné operace, obzvláště operace ramen, zad, paží, rukou, lopatek, klíčních kostí, plic a průdušek, s výjimkou akutních případů.

[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

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. Ve fázi přibývajících Měsíce tělo vše lépe přijímá a ukládá do zásoby. Pokuste se celkově méně jíst, nepřejídejte se.

## KRÁSA

Dny Blíženců jsou nejvhodnější pro masáže, zejména pokud pocítujete v těle blokaci a napětí. Velmi účinná bude regenerační a posilující masáž horní poloviny těla. 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

V přibývajícím Měsíci se provádějí rituály a kouzla na přivolání či podpoření čehokoliv, například lásky, vztahů, úspěchu, hojnosti a financí, plodnosti. V Blížencích se provádí rituály k obnovení komunikace a kontaktu s ostatními a odstranění starých nesvárů a problémů.

## DOMÁCNOST

Dnes dobře vyvětrejte celý dům, sklep a místnosti s uskladněnou úrodou. Můžete dát vyvětrat ven peřiny, ale jen krátce. Při nákupu potravin vybírejte více ty čerstvé a pokud možno nic neskladujte, všechno se rychleji kazí.

## ZAHRADA

Dny Blíženců jsou dny květu a přechod mezi stoupající a klesající silou. V přibývajícím Měsíci bývají od prosince do června. 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 a skleníku
- Dodatečné hnojení květin