



АНАСТАСИЯ СЕМЕНОВА

ЛУННЫЙ
КАЛЕНДАРЬ

НА
2021
ГОД



«КРЫЛОВ»

Анастасия Семенова
Лунный календарь на 2021 год

«Крылов»

2021

УДК 64.09
ББК 86.37

Семенова А. Н.

Лунный календарь на 2021 год / А. Н. Семенова — «Крылов»,
2021

ISBN 978-5-4226-0357-2

Сверяйте свою жизнь с лунным календарем. Ведь силе Луны подчиняется вся наша жизнь, каждое событие. Все живое подчиняется лунным ритмам. Надо только услышать эту лунную музыку, звучащую в каждом из нас, настроиться на нужную волну. Лунный календарь на 2021 год поможет вам построить свою жизнь в соответствии с лунными ритмами. Следуйте его советам и вы избежите многих неприятностей, станете полноправным хозяином своей судьбы. Зная особенности каждого лунного дня, вы сможете укрепить свое здоровье и материальное положение, гармонизировать энергетику дома, наладить семейные отношения и привести в порядок другие сферы вашей жизни. В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

УДК 64.09

ББК 86.37

ISBN 978-5-4226-0357-2

© Семенова А. Н., 2021

© Крылов, 2021

Содержание

Жизнь в лунном свете	6
Январь	10
1 января. Пятница	10
2 января. Суббота	11
3 января. Воскресенье	12
4 января. Понедельник	13
5 января. Вторник	14
6 января. Среда	15
7 января. Четверг	16
8 января. Пятница	17
9 января. Суббота	18
10 января. Воскресенье	19
11 января. Понедельник	20
12 января. Вторник	21
13 января. Среда	22
14 января. Четверг	23
15 января. Пятница	24
16 января. Суббота	25
17 января. Воскресенье	26
18 января. Понедельник	27
19 января. Вторник	28
20 января. Среда	29
21 января. Четверг	30
22 января. Пятница	31
23 января. Суббота	32
24 января. Воскресенье	33
25 января. Понедельник	34
26 января. Вторник	35
27 января. Среда	36
28 января. Четверг	37
29 января. Пятница	38
30 января. Суббота	39
31 января. Воскресенье	40
Февраль	41
1 февраля. Понедельник	41
2 февраля. Вторник	42
3 февраля. Среда	43
Конец ознакомительного фрагмента.	44

Анастасия Семенова

Лунный календарь на 2021 год

© Семенова А. Н., 2020

© ИК «Крылов», 2020

Жизнь в лунном свете

На протяжении столетий Луна представлялась человеку таинственной силой, способной управлять многими жизненными процессами. Не исключено, что без Луны не было бы жизни на Земле. Лунный ритм влияет на приливы и отливы, давление воздуха и уровень воды. Есть вероятность, что без Луны температура на Земле достигала бы экстремальных отметок, а сила ветра была бы гораздо мощнее.

Своим гравитационным полем ночное светило воздействует на земную биосферу, вызывая изменения магнитного поля Земли и предохраняя ее от столкновения с астероидами. Используя воздействие Луны на водную стихию, в наше время на берегах морей и океанов строят приливные гидроэлектростанции. Кстати, они считаются наиболее экологически чистыми.

Что касается воздействия Луны на человеческий организм людей, то, по мнению современных ученых, здесь все гораздо сложнее. Однако повивальные бабки еще в позапрошлом столетии были убеждены, что Луна влияет на наступление родов. Исследования итальянских врачей подтверждают, что большее число родов приходится на полнолуние. Сердечных приступов в новолуние на 20 % больше, чем в полнолуние. Психиатрам известно, что Луна оказывает сильное влияние на состояние шизофреников.

Тот, кто уже знаком с влиянием лунных ритмов на свою жизнь, по своему опыту знает, как тот или иной лунный день влияет на физическое состояние организма и настроение. Для него не секрет, что от положения Луны во многом зависит поведение человека. Давно известно, что рост растений зависит от лунных ритмов. И каким будет урожай можно предвидеть, если знать, в какие дни нужно посадить ту или иную культуру, а потом правильно ухаживать за ней.

Мы знаем, что внутренние органы нашего тела могут быть особенно уязвимы в определенные лунные дни, и в этот период им надо уделять особое внимание, не подвергать организм хирургическому воздействию и любым активным манипуляциям. С давних времен известно, как важно собирать целебные травы в определенные лунные дни, чтобы они принесли потом пользу, а не вред. Даже домашние хлопоты принесут нам одно сплошное удовольствие, если заниматься ими вовремя, не нарушая лунную гармонию.

В нашем лунном календаре на 2021 год вы найдете рекомендации практически на все случаи жизни. Вы узнаете об особенностях людей, родившихся в разные периоды лунного цикла. Как следует провести тот или иной день в согласии с Луной? Как сохранять гармоничный душевный настрой, пользуясь лунными рекомендациями? Какие камни и лунные символы будут вам полезны? Когда лучше назначать важные деловые встречи и проводить сделки? Как привлечь в дом деньги и разумно их расходовать? Как по этикету накрыть стол на торжество? Какие блюда лучше приготовить в тот или иной день?

Как гармонично воспитывать, обучать и всесторонне развивать детей в непростых современных условиях? В какие дни лучше делать посадки в саду и в огороде, а когда собирать урожай, чтобы он лучше сохранился? В какие дни встреча влюбленных приведет к созданию счастливой семьи, а в какие может даже навести на мысль о расставании? Что предпринять, если любимый человек вас покинул? И как сделать свою жизнь полноценной, творческой и насыщенной в любых жизненных обстоятельствах?

Все эти разнообразные и полезные советы объединены в соответствующие рубрики:



Лунный день рождения



Лунная символика



Луна и здоровье



Луна на кухне



Лунные рецепты



Лунные приметы и советы



Романтическая луна



Лунные секреты красоты



Лунный сад и огород



Деловая луна



Луна и дети



Психолог советует

Следуйте под сказкам Луны, и вы внесете магию очарования в свой дом, сохраните здоровье и радость не только себе, но и своим близким.

Январь

1 января. Пятница

18-й лунный день (31 декабря 2020 года в 16:58), Луна во Льве (1 января в 18:22); 3-я фаза

Важно отдохнуть и расслабиться. День будет удачным, если вы отнесетесь внимательно к себе и другим. Прекрасный день для водолечения и массажа. Уязвимы почки, поясница, кожа. Рекомендуются диета, очищение кишечника, баня.

♦ опал, сиреневый аметист, белый агат.

ВОТ И НАСТУПИЛ НОВЫЙ 2021 ГОД!

По восточному календарю это год Белого Металлического Быка. Что он принесет нам? Бык символизирует силу, надежность, трудолюбие, честность, решимость и уверенность в себе. В отличие от предыдущего, високосного года, этот обещает быть в основном спокойным. Будьте готовы к размеренной жизни. Бык будет поощрять семейные ценности, дружбу, ровные отношения. Крепкие супружеские союзы могут рассчитывать на его покровительство. В бизнесе и финансах год будет благополучным, если Вы надежный партнер и готовы напряженно работать, шаг за шагом продвигаясь к своей цели.

Будьте счастливы в Новом году!

2 января. Суббота

19-й лунный день (1 января в 18:22), Луна во Льве (2 января в 19:53); 3-я фаза

Для экономии сил сохраняйте спокойствие. Будьте собранным и осмотрительным, избегайте от лжи, гордыни и суетных мыслей. Уязвимы аппендикс и кишечник. Но очищение кишечника рекомендуется.

◆ кровавик, лабрадор, гагат, оникс, зеленый гранат.

ЧАЙ – ОТ ПЕРЕЕДАНИЯ

Праздники продолжаются, есть риск переедания во время застолья. Чтобы оградить себя от этой проблемы, перед едой выпейте 100 г крепкого зеленого чая без сахара (черный тоже помогает). Так как этот метод пришел к нам из Китая, то лучше использовать китайский способ заварки.

Ополосните кружку кипятком, положите 1 ч. ложку (с горкой) заварки. Налейте 0,5 стакана кипятка и закройте блюдцем. Через 4 минуты (для черного чая) или 8 минут (для зеленого) готовую заварку размешайте и перелейте в другую кружку.

Такой чай «расшевелит» желудок и нервную систему и позволит ощутить сытость до того, как наступит переедание.

3 января. Воскресенье

20-й лунный день (2 января в 19:53), Луна в Деве (3 января в 21:26); 3-я фаза
Сегодня уязвимы глаза, нервная система, желудок. Рекомендуется баня (сауна). Откажитесь от алкоголя и мяса. День освобождения от душевного груза, преодоления сомнений.

◆ красная яшма, горный хрусталь.

МУЗЫКА ДЛЯ НАСТРОЕНИЯ

Музыка может улучшить настроение. Как этого добиться? Оказывается, если вам грустно, не следует сразу же включать самую мажорную из всех мелодий, которые у вас есть. Наоборот, сначала подберите ту, что максимально соответствует вашему настроению – что-то предельно полно выражающее чувства, подобные вашим. Сядьте поудобнее, расслабьтесь и прослушайте мелодию до конца, затем выберите что-то чуть более оптимистичное. Так, постепенно меняя настроение музыки, вы измените и свое настроение. Выбирайте произведения, приятные вам и любимые вами, тогда успех будет гарантирован.

4 января. Понедельник

21-й лунный день (3 января в 21:26), Луна в Деве (4 января в 22:59); 3-я фаза

Сегодня обостряются старые заболевания, но может начаться процесс выздоровления. Уязвима печень. Хорошее время для очищения крови, для закаливания. Энергетика дня пробуждает в человеке активное начало, придает уверенности, решительности. Сегодня можно с успехом завершить дела.

◆ обсидиан, авантюрин, александрит, циркон.

ЧИТАЕМ СКАЗКИ

Психологи настоятельно рекомендуют читать детям сказки. Они развивают фантазию и смекалку ребенка. А еще сказками лечат различные детские заболевания, эта отрасль психотерапии так и называется «Сказкотерапия». Этим можно заниматься и самостоятельно с ребенком: рисуйте по мотивам сказки, обсудите поведение и мотивы персонажей, проиграйте наиболее значимые эпизоды сказки. А если вам кажется, что у вашего малыша все же есть проблемы, посоветуйтесь со сказкотерапевтом, он подскажет вам, какие сказки помогут эти проблемы решить.

5 января. Вторник

22-й лунный день (4 января в 22:59), Луна в Весах (6 января в 00:32); 3-я фаза

Общий фон дня неблагоприятен для здоровья. Чувствительны нижняя часть позвоночника, крестец. Нельзя ограничивать себя в еде. Трудный день, но хорошо усваиваются новые навыки и приходят новые идеи. Добиваясь своих целей, помните, что полученные знания можно использовать лишь во благо.

◆ яшма, сапфир, голубой агат.

ЧТОБЫ ДЕНЬГИ ТЕКЛИ РЕКОЙ

На Востоке денежную удачу символизирует вода. Поступающая в ваш дом вода должна быть чистой, избавленной от вредных примесей. Обязательно поставьте хорошие фильтры. Если вы хотите, чтобы деньги сами в дом текли, нужно чтобы в квартире обязательно были и какие-то «водные символы». Поэтому лучшее решение – аквариум с яркими тропическими рыбками в юго-восточной части вашей квартиры.

(Продолжение 10 января)

6 января. Среда

23-й лунный день (6 января в 00:32), Луна в Весах (7 января в 02:05); 3-я фаза

Следите за своим здоровьем: если заболеть в этот день, выздоровление будет долгим. Сегодня уязвимы кожа, женские половые органы. Противопоказаны операции. Нельзя много есть, нужно отказаться от мяса и рыбы. В человеке активизируются похоть и склонность к конфликтам.

◆ раухтопаз, белый и черный нефрит.

СТОЛ ДЛЯ ГОРЯЧИХ СЛАДКИХ БЛЮД

Пудинг, нарезанный на порции, кладут на мелкую десертную тарелку. К нему подают соус в соуснике. Стол сервируют десертными ножами и вилками.

Суфле подают на сковородке или круглом баранчике. Стол сервируют глубокими десертными тарелками и ложками.

Яблоки, жаренные в тесте, подают на круглом блюде, которое ставят справа от гостя, и раскладывают кондитерскими щипцами. Соусник ставят слева. Стол сервируют мелкими десертными тарелками, ножами и вилками.

7 января. Четверг

24-й лунный день (7 января в 02:05), Луна в Скорпионе (8 января в 03:42); 4-я фаза
Сегодня организм легче справляется с нагрузкой. Уязвимы печень, кожа, прямая кишка.
Физическая слабость лечится отдыхом и сном. День разрушения старого и созидания нового.
займитесь укреплением здоровья и духовным развитием.

◆ голубой нефрит, цитрин, малахит, бирюза.

ГОРЯЧИЙ АРОМАТНЫЙ НАПИТОК

Для тех, кто не употребляет алкоголь, предлагаем зимний праздничный напиток.

3 ст. ложки апельсинового сока, 5 г корицы, 2 шт. ароматной гвоздики, пол-лимона, 1 ст. ложка меда, 250 г воды.

Воду довести до кипения вместе со специями и лимонной коркой. Мед размешать с апельсиновым соком, залить остуженным до 40 °С отваром и разлить в подогретые стаканы. Сразу подавать на стол.

8 января. Пятница

25-й лунный день (8 января в 03:42), Луна в Скорпионе (9 января в 05:21); 4-я фаза
Опасный для здоровья день. Уязвимы органы чувств, голова, уши. Следует отказаться от грубой пищи и большого количества жидкости. Рекомендуется очищение организма от шлаков, голодание. Хороший день для физического отдыха, расслабления. День гармонии и анализа происходящего в жизни.

◆ соколиный глаз, тигровый глаз, кошачий глаз, горный хрусталь.

ЗАБОТА О КОЖЕ В МОРОЗНЫЕ ДНИ

Зима – суровое испытание для нашей кожи. В морозы под теплой одеждой тело дышит плохо, да и воздух зимой очень сухой, поэтому коже требуется больше заботы. Ее нужно тщательно увлажнять и тонизировать с помощью гелей, лосьонов, косметического молочка. Если у вас кожа сухая, старайтесь избегать горячей воды – ванны и душ лучше принимать с теплой водой и не более 20 минут. В ванну добавляйте различные масла, после водных процедур также нанесите на кожу масло, лучше натуральное. Чтобы кожа оставалась нежной, белье, прилегающее к телу, лучше носить из натурального хлопка. И перед тем как выйти на мороз, обязательно защитите открытые участки кожи жирным кремом.

9 января. Суббота

26-й лунный день (9 января в 05:21), Луна в Скорпионе (10 января в 07:00); 4-я фаза
Защитные функции организма сегодня слабые. Постарайтесь не переутомляться. Начавшиеся недомогания могут быть серьезны. Уязвимы ноги, бедра. Рекомендуются: лечение кожи, акупунктура, прижигания. Берегите жизненную энергию, избегайте конфликтов. Любые начинания принесут только потери и ущерб.

◆ хризопраз, коралл, голубой и желтый нефрит.

ЛУННАЯ СИМВОЛИКА

У лунных дней есть собственные символы, которые можно рассматривать как своеобразные ключи к подсознанию. В этом качестве вы можете их использовать, например, во время медитаций. Указанием на важные события считается увидеть символ лунного дня во сне.

Символ этого дня жаба – один из атрибутов колдовства, символ энергии плодородия, долголетия и богатства. В средневековой Европе жаба считалась спутницей ведьм и олицетворяла тьму, зло, жадность и похоть. В то же время ее считали символом внешнего уродства, за которым может таиться прекрасная душа. В Древнем Египте жабы были незаменимыми помощниками в борьбе с вредителями посевов, поэтому считались священными. В Мексике и в некоторых племенах Африки жаба символизирует дождь и плодородие. В Китае жабы связаны с богатством и удачей.

10 января. Воскресенье

27-й лунный день (10 января в 07:00), Луна в Стрельце (11 января в 08:34); 4-я фаза
Сегодня у организма больше сил. Начавшиеся болезни не окажутся серьезными. Уязвимы голени. Возможно обострение заболеваний крови, необходимо избегать кровопотери. Наметьте цели на ближайшее время. Настройтесь на позитивное, легкое отношение к происходящему.

◆ изумруд, малахит, адуляр, розовый кварц.

РЫБКИ – СИМВОЛ БОГАТСТВА

(Начало 5 января)

Если вы не можете приобрести аквариум, подойдут и разного рода изображения рыбок. Например, поставьте дома керамические статуэтки рыбок. Так, на Востоке очень популярны фигурки японских карпов. Также подойдет картинка на стене с играющими в воде рыбками или подвешенные рыбки, колеблющиеся от легкого ветерка. Важно, чтобы изображена была живая рыба. Мертвая – символизирует разорение.

11 января. Понедельник

28-й лунный день (11 января в 08:34), Луна в Стрельце (12 января в 09:49); 4-я фаза
Один из самых благоприятных дней лунного месяца. Ограничьте любые нагрузки. Не ешьте и не пейте слишком много, поменьше общайтесь. Уязвимы глаза: меньше сидите за компьютером и перед телевизором. Хороший день для отдыха на природе, посещения бани. Начатые сегодня важные дела завершатся успешно.

◆ аквамарин, арагонит, жадеит, аметист, молочный опал, хризопраз.

ЛУННЫЙ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

Если вы родились в 28-й лунный день, то буквально наделены ярким внутренним светом. Вы из тех, кто освещает жизнь окружающих, оказывает им поддержку, вдохновляет. В вашей душе – мир и покой. Вы от природы склонны к самообразованию, поэтому об интересующем вас предмете знаете много, а с возрастом ваши знания пополняются. В детстве человек 28-го лунного дня часто необязателен, неаккуратен и даже ленив, поэтому вам просто необходимо духовно развиваться!

12 января. Вторник

29-й лунный день (12 января в 09:49), Луна в Козероге (13 января в 08:00); 4-я фаза
Самый тяжелый и опасный день лунного месяца. Снижается запас энергии, ослабевают все защитные силы организма. Помочь может полное воздержание (от курения, алкоголя, секса, бурных эмоций и мяса). Уязвимы бедра, прямая кишка. Рекомендуется проводить чистку организма.

◆ обсидиан, черный жемчуг, цветная яшма, кахолонг.

РОМАНТИЧЕСКАЯ ЛУНА

Сегодня лучше отложить свидания с близкими людьми, потому что может случиться, во время встречи вы наговорите друг другу много лишнего, о чем потом будете жалеть. Если вы все-таки встречаетесь, взвешивайте каждое свое слово. Сегодня вероятность поссориться очень велика. Для первого свидания день тем более не подходит, как и для вступления в брак.

13 января. Среда

1–2-й лунные дни (13 января в 08:00), Луна в Козероге (14 января в 11:08); новолуние (08:00)

С осторожностью приступайте к физическим упражнениям. Хорошее время для посещения сауны (бани), для начала диеты (голодания). Все происходящее призывает изменить ваше отношение к жизни. Доброта и щедрость будут достойно вознаграждены.

◆ Жадеит, халцедон, агат, бриллиант.

ЛУННЫЙ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

Если вы родились во 2-й лунный день, то умеете не только строить планы, но и реализовывать их. Вы успешный человек. Любые проблемы решаете легко, часто без тени смущения прибегаете к помощи многочисленных друзей. Ваша единственная слабость – любовь к еде. Вы не выносите чувства голода, едите, что хотите, но при этом имеете хорошую фигуру! Однако надо заметить, что для хорошего здоровья вам нужна простая пища, и никакого спиртного.

14 января. Четверг

3-й лунный день (14 января в 11:08), Луна в Водолее (15 января в 11:25); 1-я фаза
Следите за своим здоровьем: заболевания этого дня могут затянуться. Уязвимы уши, горло, затылок. Хороший день для посещения бани (сауны). День требует активности, готовности отдаться любимому делу. Будьте осторожны в общении, вождении автомобиля, рискованных сделках.

◆ Пирит, авантюрин, рубин.

ДЕЛОВАЯ ЛУНА

Сегодня возможны денежные потери. Финансовые проблемы лучше не решать. В рабочих вопросах вы способны проявить бойцовские качества, но проблема в том, что сегодня никто не намерен идти на уступки. Клиенты и партнеры настроены враждебно. Ваш начальник может превратиться в настоящего тирана. Зато случайно вы можете встретить нужного человека, завязать полезное знакомство. Если вам сделают интересное предложение, оно может оказаться очень выгодным.

15 января. Пятница

4-й лунный день (15 января в 11:25), Луна в Водолее (16 января в 11:35); 1-я фаза
Необходимо беречь силы, не тратить энергию на бесполезные занятия и пустые разговоры. Уязвимы гортань и шейные позвонки. Идеальный день для приготовления целебных настоев. Этот день лучше провести дома. Ваши мысли должны быть светлыми, а поступки здоровыми.

◆ зеленый нефрит, сардоникс, амазонит.

УВЛЕЧЕНИЕ ИЛИ ЗАВИСИМОСТЬ?

Излишнее увлечение гаджетом чревато серьезными опасностями для физического и психического здоровья ребенка. Регулярное долгое нахождение перед экраном приводит к нарушению зрения, снижению иммунитета, головным болям, вызывает усталость и бессонницу. Долгое пребывание в сидячем положении оказывает сильную нагрузку на позвоночник, вызывая проблемы.

(Продолжение 20 января)

16 января. Суббота

5-й лунный день (16 января в 11:35), Луна в Рыбах (17 января в 11:43); 1-я фаза
Уязвим пищеварительный тракт. Следует отдать предпочтение молочной пище, особенно творогу и теплomu молоку. Противопоказано голодание. Планируйте перемены в жизни, и они произойдут. В событиях дня заложено послание о вашем будущем.

◆ мрамор, бирюза, янтарь.

РОМАНТИЧЕСКАЯ ЛУНА

Сегодня тот самый день, когда одинокие люди имеют шанс встретить свою половинку. Обратите внимание на знакомства этого дня. Вдруг среди них встретится ваша судьба?

Брак, заключенный в этот день, будет постоянно подвергаться испытаниям как материального, так и духовного порядка. Супругов ждет постоянная смена жилья, работы.

17 января. Воскресенье

6-й лунный день (17 января в 11:43), Луна в Рыбах (18 января в 11:48); 1-я фаза
Уязвимы плечи, шейный и грудной отделы позвоночника, легкие, бронхи. Хороший день для дыхательных упражнений. В еде отдавайте предпочтение фруктам и овощам. День обретения любви, радости и благодати. Хороший день для духовных исканий.

◆ гиацинт, цитрин.

ЗАБЫТЬ НЕСЧАСТНУЮ ЛЮБОВЬ

Если вы хотите забыть несчастную любовь, надо изменить свою жизнь. Это касается как женщин, так и мужчин. Начните с новолуния. Можно начать с внешних изменений, а потом перейти к внутренним. Измените внешний облик – прическу, возможно и цвет волос, стиль в одежде. Сбросьте лишний вес, если он есть, или, наоборот, поправьтесь, если вы сильно похудели от своей несчастной любви.

(Продолжение 21 января)

18 января. Понедельник

7-й лунный день (18 января в 11:48), Луна в Овне (19 января в 11:53); 1-я фаза

Состояние здоровья непредсказуемо. Хронические заболевания могут внезапно обостриться или неожиданно исчезнуть. Начатые дела удаются, появляется вера в свои силы. Возрастает эмоциональность, возникает жажда общения.

◆ коралл, гелиотроп, сапфир.

ВАШ ТИП – ЗИМА

Психолог Кэрол Джексон предложил колористическую теорию, разделив все человечество по цвету волос, глаз и кожи на четыре типа, которые носят названия времен года: зима, лето, осень и весна. В зависимости от типа нужно подбирать макияж и гардероб. У женщины-зимы белая с оттенками (розоватым, прозрачно-голубоватым, холодным фарфоровым, оливковым) кожа. Ресницы и брови темные, губы чуть с синеватым оттенком. Волосы, как правило, темно-русые, темно-коричневые, коричнево-черные или черные, с холодным пепельным блеском. Глаза с яркими белками и насыщенным цветом радужки, которая может быть серой, прозрачно-зеленой, темно-карей, черной.

19 января. Вторник

8-й лунный день (19 января в 11:53), Луна в Овне (20 января в 11:58); 1-я фаза
Организм подвержен стрессам и болезням, которые могут привести к серьезным последствиям. Уязвимы желудок и нервная система. Хороший день для очищения ЖКТ и голодания. Освободитесь от чувства вины. Прислушайтесь к голосу интуиции.

◆ агат, морион, красный гранат, хризолит.

РУЛЕТ С ЯЙЦАМИ

700-800 г филе индейки, 3–4 яйца, 100 г молока, 2–3 ст. ложки растительного масла, перец, соль, 2 помидора, 1–2 свежих огурца.

Отбейте филе в виде лепешки, натрите перцем, солью, смажьте растительным маслом и поместите в холодильник на 8-10 часов. Из яиц с молоком приготовьте омлет, нарежьте на кусочки, уложите на филе. Филе сверните в рулет, перевяжите кулинарной нитью, уложите в неглубокую кастрюлю и тушите 2 часа. Затем охладите и поставьте в холодильник. Готовый рулет уложите на блюдо, украсьте нарезанными помидорами и огурцами, зеленью.

20 января. Среда

9-й лунный день (20 января в 11:58), Луна в Овне (21 января в 12:03); 1-я фаза
Трудное для организма время. Полезны очистительные процедуры, особенно баня. Очень опасна нагрузка на сердце и сосуды. Уязвимы грудь и желудок. День обольщений и иллюзий, обманов и заблуждений. Очистите помыслы и постарайтесь освободиться от желаний.

◆ александрит, змеевик, черный жемчуг, раухтопаз.

УВЛЕЧЕНИЕ ИЛИ ЗАВИСИМОСТЬ?

(Начало 16 января)

До 6 лет стоит знакомить ребенка с окружающим миром без компьютера. Ребенку 6-10 лет рекомендуется проводить за компьютером не более 15–20 минут в день. Подростку 10–12 лет – не более 2 часов в день, но не подряд, а по 15–20 минут, обязательно делая перерывы на прогулки, активные игры и физические упражнения. Ни в коем случае нельзя играть в компьютерные игры перед сном. Очень важно, чтобы компьютер не стоял в детской комнате.

21 января. Четверг

9-й лунный день (продолжение), Луна в Тельце (21 января в 12:03); 1-я фаза
Действуют рекомендации предыдущего дня.

ЗАБЫТЬ НЕСЧАСТНУЮ ЛЮБОВЬ

(Начало 17 января)

Главное помните: вы это делаете не для того, чтобы попытаться еще раз обратить на себя внимание любимого человека. Вы это делаете для того, чтобы обновленным человеком вступить в будущее, где вас ждет настоящая любовь. Скажите себе, что это был просто жизненный урок, и настоящее счастье у вас впереди!

(Продолжение 26 января)

22 января. Пятница

10-й лунный день (21 января в 12:03), Луна в Тельце (22 января в 12:10); 2-я фаза
Болезни могут оказаться серьезными, если не начать лечение вовремя. Ранимы локтевые суставы, кости и позвонки грудного отдела. Пейте больше соков и отваров. Рекомендована баня. Начатое дело будет удачным. Духовный поиск, обретение знаний откроют новые горизонты.

◆ Бирюза, сардоникс, янтарь.

ДЕЛОВАЯ ЛУНА

День подходит для решения финансовых вопросов, если они так или иначе связаны с вашей семьей. Ждите небольших финансовых поступлений. Удачный день для переговоров. Люди сегодня легко идут на контакт, не конфликтны.

Хорошо идут как личные, так и коллективные дела. Сегодня энергия бьет ключом, и одним махом можно выполнить недельную рабочую норму. Один из самых удачных дней месяца для карьеристов и бизнесменов, используйте шанс! Сегодня ваш профессиональный успех близок как никогда.

23 января. Суббота

11-й лунный день (22 января в 12:10), Луна в Близнецах (23 января в 12:20); 2-я фаза. Максимально возрастает жизненный потенциал. Избегайте нагрузок на позвоночник. Уязвимы почки, бедра, мочевого пузыря, поджелудочная железа. Хороший день для очищения верхних дыхательных путей и легких, голодания. Будьте внимательны во всех делах. Рекомендуются очищение и молитва.

◆ кровавик, сердолик, селенит, огненный опал.

КОГДА В ЦЕРКВИ НЕ ВЕНЧАЮТ

В церкви не венчают в следующие дни:

- По. Вторникам, Четвергам и. Субботам.
- 14 февраля, то есть в канун Сретенья Господня.
- Во время Рождественского поста.
- На сырной седмице, то есть за одну неделю до Великого поста.
- В Великий пост (семь недель до Пасхи).
- На Пасхальной неделе.

(Продолжение 6 апреля)

24 января. Воскресенье

12-й лунный день (23 января в 12:20), Луна в Близнецах (24 января в 12:35); 2-я фаза
Ограничьте нагрузку на сердце и нервную систему. Рекомендуются омолаживающие процедуры. Пейте свежие соки и отвары, откажитесь от грубой пищи. День милосердия и сострадания. Подавайте милостыню, делайте добро ближним. Избегайте жалости к себе, она приведет к депрессии.

◆ коралл, розовый жемчуг, лазурит, перламутр.

ЛУННЫЙ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

Если вы родились в 12-й лунный день, вы милосердны и наделены деятельной любовью к людям. В этот день рождаются потенциальные целители и экстрасенсы. Проявляя сочувствие к людям, вы не ограничиваетесь одними словами, а сделаете все, чтобы оказать реальную помощь. При этом вы сами сталкиваетесь в жизни с множеством проблем и критических ситуаций. Вам необходимо помнить, что силы, данные от природы, надо беречь, не растрачивая их бездумно.

25 января. Понедельник

13-й лунный день (24 января в 12:35), Луна в Близнецах (25 января в 12:59); 2-я фаза. Начавшиеся болезни могут затянуться. Рекомендована баня (сауна). Не рекомендуется голодание. Магический день, в символической форме показывающий, все ли у вас в порядке. Возможно повторение прошлого, обретение утраченного.

◆ опал, рубин.

РОМАНТИЧЕСКАЯ ЛУНА

Хотя символ дня – кольцо, не подумайте, что сегодня надо делать предложение или вступить в брак. Могут проявиться старые проблемы, может пойти по второму кругу то, о чем вы либо давно забыли, либо не принимали во внимание. Подходящий день, чтобы наконец-то разобраться, что к чему. Часто какие-то вещи проясняются сами собой.

Брак сегодня рекомендуется заключать научным работникам и первооткрывателям – мореплавателям, геологам, путешественникам. Благоприятный день бракосочетания для людей, вступающих в пору зрелости, ведь и Луна подходит к своему «периоду зрелости» – полнолунию.

26 января. Вторник

14-й лунный день (25 января в 12:59), Луна в Раке (26 января в 13:39); 2-я фаза
Организм крепок, но опасность для здоровья есть. Рекомендуются движение и физические упражнения. Уязвимы органы чувств, особенно глаза. Нельзя лечить желудок. Лучший день для голодания, очищения кожи и кишечника. Самый энергетически сильный день месяца, время решительных действий.

◆ гиацинт, сапфир.

РАССТАВАНИЕ – ЖИЗНЕННЫЙ УРОК

(Начало 21 января)

Побудьте в одиночестве, не предаваясь депрессии, и поразмышляйте о том, что привело вас к расставанию. Какой урок дает вам жизнь? Отнеситесь к покинувшему вас человеку, как к зеркалу, которое отражает ваши качества и поступки. Медитируйте, если вы умеете это делать. Займитесь созерцательной духовной практикой под руководством опытного наставника.

27 января. Среда

15-й лунный день (26 января в 13:39), Луна в Раке (27 января в 14:40); 2-я фаза
День искушения, обманов, иллюзий. Избегайте ссор, сохраняйте внутреннее спокойствие. Соблюдайте осторожность, берегите нервы. Очень полезен отдых. Противопоказаны операции. Уязвимы поджелудочная железа, селезенка, кишечник. Рекомендуется диета.

◆ агат, селенит, изумруд, гагат.

ДЕЛОВАЯ ЛУНА

Один из самых неудачных дней для работы и бизнеса. Не ведите важных переговоров. Даже не думайте о каких-то финансовых операциях! Особенно неблагоприятна первая половина этого лунного дня. Будут возникать различные сложности. Опасными окажутся амбиции, а если попробовать переложить ответственность на другого, то можно создать себе крупные неприятности.

Нельзя поддаваться азарту. Никаких игр на тотализаторе, в казино, в карты!

28 января. Четверг

16-й лунный день (27 января в 14:40), Луна во Льве (28 января в 16:00); полнолуние (22:16)

Уязвима селезенка, обостряются заболевания крови. Не рекомендуются операции. Полезны физические упражнения, свежий воздух. Сохраняйте внутреннее спокойствие, избегайте стрессов. Может обостриться чувство одиночества, недовольство миром.

◆ турмалин, изумруд, чароит, шпинель.

ОЧАРОВАНИЕ ГОЛОСА

Прекрасные сирены, известные нам из древнегреческой мифологии, своим голосом могли завлечь любого мужчину. В каждой женщине должно быть немного от такой сирены. Чтобы предотвратить осиплость голоса, возникающую при малейшей простуде, нужно беречь и закалять горло и голосовые связки. Любое закаливание рекомендуют начинать в теплое время года, тогда зимой ваше горло будет намного устойчивее к морозному воздуху.

(Продолжение 1 февраля)

29 января. Пятница

17-й лунный день (28 января в 16:00), Луна во Льве (29 января в 17:32); 3-я фаза
Не рекомендуются лекарства. Не рекомендуются операции, иглоукалывание. Показаны голодание, очищение кишечника, сауна, омолаживающие процедуры. День радости, любви и творчества, обретения внутренней свободы.

◆ обсидиан, гематит, прозрачный аметист, циркон, вороний и соколиный глаз.

ЛУННАЯ СИМВОЛИКА

Символ этого дня – колокол. Он олицетворяет ход времени и считается талисманом, способным отвести зло. Звон колокола оповещает как о радостных событиях, так и об опасности или смерти. Колокольный звон во многих странах – призыв к молитве. В исламе и индуизме звуки колокола считаются отзвуками биения Божественного сердца. Для буддиста звон колокольчика – чистый звук учения совершенной мудрости. В Китае звук колокола – это голос космической гармонии, символизирующий уважение, принятие и конец испытаниям. В христианстве колокол возвещает о присутствии Спасителя на богослужении.

30 января. Суббота

18-й лунный день (29 января в 17:32), Луна в Деве (30 января в 19:07); 3-я фаза

Важно отдохнуть и расслабиться. День будет удачным, если вы отнесетесь внимательно к себе и другим. Прекрасный день для голодания, водолечения, массажа. Уязвимы почки, поясница, кожа. Рекомендуются диета, очищение кишечника, баня.

♦ опал, сиреневый аметист, белый агат.

ОСОБЕННОСТИ ЗИМНЕГО ЗАГАРА

Зимнее солнышко в ясный морозный денек хоть и не греет, но загар дает. Так что, собираясь на прогулку, позаботьтесь о коже лица. Помимо обычной защиты от холода понадобятся дополнительные средства. Нанесите на лицо и губы крем с высоким содержанием жира и светозащитным фактором. Если специального крема в наличии нет, то нанесите любой жирный крем, поверх которого тонким слоем распределите солнцезащитное средство. А чтобы избежать появления мелких морщинок вокруг глаз носите солнцезащитные очки.

31 января. Воскресенье

19-й лунный день (30 января в 19:07), Луна в Деве (31 января в 20:42); 3-я фаза
Для экономии сил сохраняйте спокойствие. Будьте собранным и осмотрительным, избегайте от лжи, гордыни и суетных мыслей. Уязвимы аппендикс и кишечник. Но очищение кишечника рекомендуется.

◆ кровавик, лабрадор, гагат, оникс, зеленый гранат.

ПРИЗНАКИ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У РЕБЕНКА

- Он не расстается с телефоном (планшетом) ни на кухне, ни в ванной.
- Он не может оторваться от компьютера, даже если вы оговаривали с ним определенные рамки. Все ваши попытки выполнить условия, заканчиваются истерикой.
- Он ест, не отрываясь от игры на компьютере.
- Даже с реальными друзьями он предпочитает общаться в Интернете.
- Его ничем нельзя заинтересовать кроме компьютера.

Февраль

1 февраля. Понедельник

20-й лунный день (31 января в 20:42), Луна в Деве (1 февраля в 22:16); 3-я фаза
Сегодня уязвимы глаза, нервная система, желудок. Рекомендуется баня (сауна). Откажитесь от алкоголя и мяса. День освобождения от душевного груза, преодоления сомнений.

◆ красная яшма, горный хрусталь.

ОЧАРОВАНИЕ ГОЛОСА

(Начало 28 января)

Гуляя в холодную погоду, дышите только через нос и поменьше разговаривайте. Всегда носите с собой леденцы с шалфеем и ромашкой, если почувствуете першение, сразу рассосите леденец. Для смягчения голоса по вечерам полощите горло минеральной водой, смешанной с молоком. Не рекомендуется греть простуженное горло паром.

2 февраля. Вторник

21-й лунный день (1 февраля в 22:16), Луна в Весах (2 февраля в 23:51); 3-я фаза
Сегодня обостряются старые заболевания, но может начаться процесс выздоровления. Уязвима печень. Хорошее время для очищения крови, для закаливания. Энергетика дня пробуждает в человеке активное начало, придает уверенности, решительности. Сегодня можно с успехом завершить дела.

◆ обсидиан, авантюрин, александрит, циркон.

КОНТРОЛИРУЕМ РАСХОДЫ И БОГАТЕЕМ!

Богатство определяется не тем, сколько вы зарабатываете, а качеством вашей жизни на эти деньги. Для обеспечения постоянного дохода необходимо контролировать свои расходы. Часть своего дохода необходимо сохранять. Постоянно откладывайте для создания будущего богатства десятую часть вашего дохода. В этом случае не вы будете всю жизнь работать ради денег, а деньги будут работать на вас.

3 февраля. Среда

22-й лунный день (2 февраля в 23:51), Луна в Весах (4 февраля в 01:26); 3-я фаза

Общий фон дня неблагоприятен для здоровья. Чувствительны нижняя часть позвоночника, крестец. Нельзя ограничивать себя в еде. Трудный день, но хорошо усваиваются новые навыки и приходят новые идеи. Добиваясь своих целей, помните, что полученные знания можно использовать лишь во благо.

◆ яшма, сапфир, голубой агат.

ПЕРЕСТАНЬТЕ СЕБЯ ЖАЛЕТЬ!

Если вы почувствуете, что не можете самостоятельно справиться с проблемой расставания, обратитесь к хорошему психотерапевту. Важно перестать себя жалеть и научиться любить и уважать, тогда вы увидите, что вам станет гораздо легче понимать других людей. В каждом человеке есть что-то достойное любви и уважения. Отпустите с благодарностью своего любимого. Помните, что часто отношения прерываются потому, что люди начинают в чем-то друга обвинять вместо того, чтобы благодарить. Настройте себя на то, что придет время, и вы обязательно встретите свою половинку.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.