

Lunární kalendář 19. červen 2016 online

Měsíc putuje ve znamení Střelce, je v přibývací fázi. Plánujte, obchodujte, investujte, cestujte, kontaktujte staré přátele. Dopřejte si masáž nohou, pedikúru, saunu nebo bylinnou koupel.



Tento den má svátek Leoš.

16. lunární den

Je dnem rovnováhy, čistoty, harmonie a spravedlnosti. Za žádnou cenu se nerozčilujte, udělejte si pohodu a snažte se být v rovnováze. Nekřičte, nenechte se strhnout k závisti a zlobě, abyste nenarušili tok harmonické energie. Velmi vhod přijdou posilovací cviky a rituální očista vodou. Manželství dnes uzavřené bude založené na harmonii. Dnešek má symbol Motýla nebo Holuba. Meditujte nad těmito symboly, přečtěte si o nich něco. Pomůže vám to pochopit hloubku tohoto dne. [Více o lunárním dni..](#)

	Lunární den ve zkratce
Znamení	 střelec
Fáze	přibývací měsíc
Lunární den	16
Východ Měsíce	20:03
Západ Měsíce	04:31
Síla	stoupající
Živel	ohně
Orgány	stehna, žíly, křížová kost, pohyblivost
Barva	červená
Energie	mužská - aktivní
Kvalita dne	mírně teplý, suchý, plodný
Systém	smyslové orgány
Živná kvalita	bílkovina, ovoce
Zahrada	plod

Přibývací Měsíc je vhodný pro záležitosti, které jsou v růstové fázi vývoje, stejně jako pro nové

začátky. Vše v tomto období roste rychleji.

ENERGIE DNE

Dnes jsme přátelštití, společenštití, otevření, upřímní, bezstarostní, ale i nezodpovědní. Den je plný humoru a smíchu, vládne optimismus a nadšení. Je cítit nekld, člověka to někam táhne, nevydrží na jednom místě. Dostavuje se touha cestovat, vzdělavat se, poznávat nové lidi, ale také oprašovat stará přátelství. Nechybí elán do sportu a do učení se novým věcem. Ideální čas pro uzavírání nových obchodů, zakládání firem, pro investice, plánování a nové projekty. Svým optimismem přesvědčíte každého investora. Pozor ale na nediskrétnost a přílišnou otevřenost. Slova mohou také zranit. Dnes se dostane i na vášnivou lásku.

Co nás učí Měsíc ve Střelci:

Nadšení, ale i nespokojenost s určitými věcmi jsou hnacími motory pro změnu. Vyjádřete se od srdce a trefně právě tehdy, když to tak cítíte.

[Bachova květová esence pro dnešní den](#): Agrimony (Řepík lékařský)

ZDRAVÍ

Střelec působí na kyčle, pánev, bedra, křížovou kost a kosti stehenní. Cokoliv pro tyto části těla uděláte dobrého, působí dnes dvojnásobně. To, co stehna a prodlouženou páteř zatěžuje, působí škodlivěji než v jiných dnech. Vyhněte se dnes chirurgickým zákrokům, obzvlášť v těchto místech.

Bolesti zad a v kříži dnes pocítíte silněji. Může se ohlásit ischias, křečové žíly, kyčle a stehenní části nohou. Nezatěžujte dnes tyto části těla. Vyvarujte se zvedání těžkých břemen a nepodnikejte dlouhé vycházky. Dbejte na teplé oblečení, počasí ve Střelci bývá proměnlivé. Dobře vám udělá masáž, pomůže uvolnit křečovitě stažené svaly. Výborná bude také střídavá sprcha studenou a teplou vodou. Bojujte proti celulitidě, dělejte posilovací cviky na nohy, cviky na stehna a boky. Trénujte rovnováhu a držení těla, chůzi po patách a po špičkách, po vnější i vnitřní straně chodidel. Vhodné je také plavání a běh. Odpočívejte s nohama nahoře.

STRAVA

Dny Střelce mají ovocně-bílkovinnou výživovou kvalitu. Budete potřebovat více ovoce a bílkovin, než v jiných dnech. Pokud je dobře snášíte, tělo je dnes lépe zpracovává. Jestliže vám však ovoce či bílkoviny nedělají dobře, potom je dnes z jídelníčku úplně vynechejte. Jinak jezte ryby a drůbež, hrách, fazole, čočku, plodovou zeleninu. Ovoce jezte převážně dopoledne a nalačno, během dne pijte čerstvé ovocné šťávy a ovocné čaje. Můžete si udělat odlehčovací ovocný den a jíst pouze ovoce. Dnes si dopřejte i mléčné výrobky. Kořeňte jídla pikantním kořením. Jídelníček doplňte klíčky, semínky a ořechy.

Je den plodu, proto doporučujeme:

- zeleninu: cibuli, cuketu, dýni, fazole, hrách, čočku, kukuřici, lilek, meloun, okurky, papriky, rajčata, ze semínek ořechy, slunečnicová semínka
- ovoce: jablka, hrušky, lesní plody, ananas, jahody, kdouloň, kiwi, maliny, mango, meruňky, papája, pomeranč, rybíz, švestky, třešně, víno

Léčivá rostlina pro tento den: Kopřiva – šťáva a čaj z kopřivy čistí krev

Ve fázi přibývajícího Měsíce tělo vše lépe přijímá a ukládá do zásoby, pociťujete rychleji hlad. Pokuste se celkově méně jíst, nepřejídejte se.

KRÁSA

Udělá vám dobře sauna, teplé koupele a masáže, uvolní se ztuhlé svaly a klouby. Běžte na pedikúru a nechte si udělat masáž chodidel. Prospěje vám teplá lázeň na nohy. Do vody přimíchejte koupelovou sůl a pár kapek éterického oleje. Potom odpočívejte s nohama nahore. Účinné budou tento den vyživující masky na obličej a dekolt.

[Domácí recepty v péči o nohy](#)

[Vhodné éterické oleje a vůně](#): santal, eukalyptus, vanilka, fialka, rozmarýn, zázvor, jalovec

MAGIE

V přibývajícím Měsíci se provádějí rituály a kouzla na přivolání či podpoření čehokoliv, co chceme nebo potřebujeme. Kouzlíme na lásku, vztahy, plodnost, úspěch, hojnost a finance. Střelec je také vhodný pro odstranění spirituálních problémů, konfliktů, podlosti a malichernosti. [Vyberte si kouzlo..](#)

DOMÁCNOST

Vyčistěte krby, kamna, komíny. Vykuřte místnosti vonnými tyčinkami či pryskyřicovými vykuřovadly. Vhodná je sušená šalvěj, kterou necháte v místnosti doutnat. Vše nepotřebné a staré spalte. Oheň vám pomůže při úklidu. Potraviny nakupujte pouze k brzké spotřebě, nic neskladujte, všechno se rychle kazí.

ZAHRADA

Dny Střelce jsou dny plodu a přechod mezi stoupající a klesající silou. V přibývajícím Měsíci jsou od června do prosince. Počasí bývá teplé a suché. Nedoporučuje se odstraňování plevelů, sekání trávy, sázení salátu a stavební práce na zahradě. Dny Střelce jsou příznivé pro tyto práce, s ohledem na roční období a počasí:

- Sklizeň plodové zeleniny, brambor, cibule a mrkve
- Výsev popínavých rostlin - fazole, hrách
- Vysazování jahodníků
- Sázení ovocných stromů a keřů
- Okopávání plodové zeleniny, luštěnin a jahod