

Lunární kalendář 29. leden 2028 online

Měsíc putuje znamením Ryb, je v přibývací fázi. Ryby mají vliv na chodidla a prsty u nohou. Udělejte si čas na jejich koupel a masáž. Věnujte se umělecké tvorbě, odpočívejte, meditujte. Na výlet si vezměte deštník, ve dnech Ryb často prší. Zavlažte pokojové i venkovní rostliny, keře a stromy.



Tento den má svátek Zdislava.

4. lunární den

Jeho symbolem je Strom poznání a Óm. Věnujte se sebepoznávání a duchovním záležitostem. Rozlišujte dobré a zlé, analyzujte a srovnávejte, vědomě volte mezi těmito možnostmi. Velkou sílu má slovní modlitba. Dnes můžete rozvázat i složité karmické uzly a získat andělskou ochranu. Vyhněte se velkým skupinám lidí. Budte s rodinou. Vycházka do přírody vám udělá dobře na duši. Netrhejte květiny ani nekácejte stromy! Naopak je dobré něco zasadit. Oživujte tradice. Upečte chleba, je to symbol dobra, který lidi sjednocuje. Dbejte při zadělávání těsta na to, abyste měli čisté myšlenky, můžete třeba zpívat mantru nebo si říkat modlitbu. Harmonizujte svoji krční čakru. [Více o lunárním dni.](#)

Lunární den ve zkratce	
Znamení	 ryby
Fáze	přibývací měsíc
Lunární den	4
Východ Měsíce	08:31
Západ Měsíce	20:06
Síla	stoupající
Živel	voda
Orgány	nohy, chodidla, prsty u nohou, lymfatický systém
Barva	zelená
Energie	ženská
Kvalita dne	vlhký, mírně teplý, plodný
Systém	nervový systém
Živná kvalita	sacharidy
Zahrada	list

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

Fantazie pracuje na plné obrátky, jsme přitahováni fantastičnem a mystikou. Rozum předává vládu emocím, vnitřní svět je barvitější než povrch. Čas k meditaci a ponoření se do sebe. Ke slovu se dnes také dostává romantika. Jsme pohostinní, umíme vytvořit klidnou a příjemnou atmosféru, ideálně ve spojení s hudbou a vodou. Praktické věci odložte na jiný den. Může být těžké prosadit si svoje stanovisko a také pevná vůle je oslabená. Snadněji se řeší konflikty, řešení se lépe nacházejí. Dnes vládne tvořivý duch, proto zpívejte, malujte, tvořte!

Co nás učí Měsíc v Rybách:

Přijímat a snášet vše, co k nám přichází. Můžeme se nevědomě nechat nést proudem života, ale po určité době j etřeba sebrat odvalu a začít vědomě tvořit vlastní budoucnost.

[Bachova květová esence pro dnešní den](#): Rock Rose

ZDRAVÍ

Ryby mají vliv na nohy, chůzi a lymfatický systém. Cokoli uděláte dnes pro svoje nohy dobrého, bude působit dvojnásob pozitivně. Výjimkou jsou chirurgické zákroky na nohou. Vše, co nohy zatěžuje, působí ve dnech Ryb škodlivěji než jindy. Nohy jsou velmi důležitou a citlivou částí těla. Když je nemocná noha, je nemocný celý člověk. Každá část těla se odráží v reflexních zónách nohou a může být ovlivněna masážemi akupresurních bodů na ploskách nohou. Ženy začnou masáž na levé noze, muži na pravé. Palci tlačíme na jednotlivá místa asi 1 minutu, tlak postupně zvyšujeme. Kroutíme a povytáhneme také všechny prsty u nohou. Tyto masáže mohou pomoci uvolnit křeč či napětí v těle a pomáhají odvádět škodliviny z těla. Chodidlům udělá dobře také perličková koupel s koupelovou solí. Nestůjte dlouho na jednom místě a udržujte dnes nohy v teple. V Rybách působí vše, co do těla dostaneme, mnohem intenzivněji než v jiných dnech. Alkohol, nikotin a různé jiné jedy se proto nyní snažte vynechat. Závislosti dnes vznikají rychleji, tělo dobře přijímá veškeré léky, ovšem i ty nežádoucí.

Léčivá rostlina pro dnešní den: Jitrocel – šťáva z listů hojí rány a energie jitrocele mírní traumata

[Domácí recepty pro péči o nohy](#)

STRAVA

Výživová kvalita jsou ve dnech Ryb 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 vynechte.

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, štěrbák, zelí, kadeřávek, bazalka, máta, pažitka, meduňka, petržel, šalvěj, tymián

Vhodným nápojem jsou dnes bylinkové čaje a čistá voda. Ve fázi přibývajícího Měsíce tělo vše lépe

přijímá a ukládá do zásoby. Pokuste se celkově méně jíst, nepřejídejte se.

KRÁSA

Dnešek je nejméně vhodným dnem pro stříhání a mytí vlasů, často se pak tvoří lupy, vlasy řídnou a slábnou. Prohřívejte si končetiny, běžte do sauny. Udělejte si koupel a masáž chodidel, ideálně masáž reflexních zón na nohou. Do vody nasypete kvalitní koupelovou sůl nebo odvar z bylin. Neodstraňujte dnes zrohovatělou kůži ani kuří oka, na to zvolte jiné znamení v ubývajícím Měsíci, Ryby nejsou příznivé. Není vhodný ani peeling pokožky. V přibývajícím Měsíci můžete ošetřovat zarostlé nehty. Pečujte nejen o tělo, ale také o svoji duši – pusťte si relaxační hudbu, čtěte, malujte, odpočívejte, meditujte, nechte se hýčkat..

Vhodné éterické oleje a vůně: máta, bergamot, pryskyřice, olibanum, vetiver, šalvěj muškátová, nard

DOMÁCNOST

Čistěte a umývejte předměty, nábytek, podlahy, ty dřevěné neumývejte, ale můžete je ošetřit voskem a olejem. Nechte odmočit špinavé prádlo. Špína půjde dobře dolů, ale vše bude hůře schnout, nechte tedy lakování, malování a sušení spíše na „vzdušné“ dny. Věci nakupujte pouze k brzké spotřebě, nic neskladujte, všechno se rychleji kazí.

MAGIE

V přibývajícím Měsíci se provádějí rituály a kouzla na přivolání či podpoření čehokoliv, například lásky, vztahů, úspěchu, hojnosti a financí, plodnosti. V Rybách se čaruje na lásku, na pomoc ostatním, na vztahy mezi lidmi a na ochranu života na Zemi. [Vyberte si kouzlo..](#)

ZAHRADA

Dny Ryb jsou dny listu se stoupající silou. V přibývajícím Měsíci jsou od září do března. Jsou to vlhké a chladné dny, které nejsou příznivé pro uskladňování potravin a úrody, sušení, kvašení, uzení a zavařování. Vše, co se dnes sklídí, by se mělo ihned spotřebovat. Nepoužívejte na rostliny umělá hnojiva. Dnes neprořezávejte ovocné stromy a keře. Malování a lakování odložte na jindy. Dny jsou vhodné pro tyto zahradní práce, s ohledem na roční období a počasí:

- Setí a sázení a přesazování listové zeleniny, melounů, tykví, cuket (ne hlávkový salát)
- Setí a sázení léčivých rostlin (ne bylinky na koření) a okrasných květin
- Rozsazování rostlin s bohatými listy
- Zálivka pokojových i venkovních rostlin
- Hnojení rostlin přírodními hnojivy
- Sekání trávníku
- Hledání pramene na studnu, vrtání studny
- Péče o rybník, bazén, jezírko