

И. Ю. ШЕВЧЕНКО

Лунный календарь

ОТ ПРОФЕССИОНАЛА

КРАСОТА



Ростов-на-Дону
«Феникс»
2022

УДК 133.52
ББК 86.42
КТК 0010
Ш37

Шевченко И. Ю.

Ш37 Лунный календарь от профессионала : красота : 2023 / И. Ю. Шевченко. — Ростов н/Д : Феникс, 2022. — 189, [1] с. : ил.

ISBN 978-5-222-38123-6

Перед вами ДОПОЛНЕННЫЙ лунный календарь «КРАСОТА» от профессионального астролога, который поможет сориентироваться в многообразии лунных показателей/явлений, влияющих на нас. Вы будете знать периоды «непутёвых» и ретропланет, энергетику каждого дня и получите рекомендации, которые позволят прожить его более успешно в нашем подлунном мире. Узнаете, когда благоприятно проводить процедуры для стройности тела и омоложения лица. Когда стричься, делать маникюр, педикюр — а когда, напротив, от тех или иных процедур лучше воздержаться.

Кроме того, здесь есть и то, что отсутствует в других календарях! Просчитаны алгоритмы подходящих дней для ультрасовременных методов омоложения, таких как кавитация, липосакция, фраксель, лифтинг, блефаропластика и т.д. Сопоставляя информацию и рекомендации из календаря со своими планами, вы сможете еще более грамотно и умело выработать тактику успешной деятельности и стратегию омоложения. Ведь современные процедуры в наше время весьма эффективны, но и недешевы. А информация от астролога позволит вам обезопасить себя от осложнений, разочарований и лишних затрат. Важно все делать в подходящий момент и получать-таки желаемый результат!

Эта книга для тех, кто осознает, что успех и красота — это результат постоянных, планомерных и, главное, своевременных действий. Для тех, кто тянется за точной «лунной» информацией, где все опирается на расчеты и выверено каждое слово, данный календарь станет истинным подарком и путеводителем!

УДК 133.52
ББК 86.42

ISBN 978-5-222-38123-6

© Шевченко И. Ю., 2022
© Оформление: ООО «Феникс», 2022
© В оформлении книги использованы иллюстрации по лицензии Shutterstock.com



Как пользоваться календарем

Издrevле людям было известно о влиянии Луны на многие стороны жизни. Понимая это, наши предки начали составлять календари, основанные на фазах Луны. В наше время в таких календарях уже учитываются не только лунные показатели, но и влияние планет, затмений и многое другое. С помощью этого календаря на 2023 год можно отслеживать фазы, лунные дни, апогей и перигей Луны, прохождение Луны по зодиакальным знакам — и стараться самостоятельно «суммировать» их, учиться понимать, что готовит предстоящий день. Календарь подскажет, какие ожидаются астрологические события — например, затмения, смена фаз Меркурия, «непутёвые» периоды. Время лунных суток в календаре приведено по Москве.

Каждый день неповторим, так как он складывается из разных составляющих. Если Луна, допустим, находится в знаке Овна, то характеристика и энергетика этого дня и следующего, когда Луна по-прежнему в том же знаке, окажутся разными. Почему? Потому что лунный день уже сменился, сложились другие аспекты (взаимосвязи с планетами), возможно, произошла смена фазы Луны или Меркурия и т.д. И на основании всей информации и надо строить свои планы. Наш календарь облегчает работу читателям тем, что астролог уже оценил энергетiku дня и дал общие рекомендации, перечислив действия и мероприятия, которые в эти лунные сутки будут наиболее эффективными для улучшения внешности или, наоборот, негативно скажутся на вашей красоте. Эти сведения приводятся в отдельных строках, помеченных, соответственно, «благоприятно/неблагоприятно». Но информация и рекомендации этого календаря выполняют прежде всего ПРЕДУПРЕДИТЕЛЬНУЮ функцию.

Надо помнить, что рекомендации относительно энергетики данного дня не являются индивидуальным прогнозом. Чтобы быть успешным, учитывайте как можно больше влияющих факторов в течение суток и, правильно расстав-

ляя приоритеты, самостоятельно строите планы, делайте выбор.

Кто-то из великих сказал: «Мы свободны лишь в одном — умении делать выбор». День и время меняются помимо нашей воли, но выбор-то, как прожить каждый день, остается за нами!



Влияние Луны на человека

Астрология — это не гадание, а наука о циклах и ритмах. Лунная астрология рассматривает циклы Луны и влияние ее на все живое и неживое. Мы знаем, что без воды жизнь невозможна. Она — основа всего живого на нашей планете и носитель жизни в нашем организме. Всем известно влияние Луны на такое явление, как приливы и отливы. Воде присущи аномальные свойства, т. е. при замерзании она расширяется; вода имеет память, восприимчива как на физическом, энергетическом, так и на информационном уровнях. Вода состоит из сложных структур — клатратов, в основе которых лежит «квант воды»¹. Согласно доктору Эмото, «вода способна впитывать, хранить и передавать человеческие мысли и эмоции»².

Четверти Луны, ее фазы оказывают непосредственное влияние на все живое и неживое, содержащее воду. Сильные приливы, разливы случаются именно в новолуние, когда Солнце и Луна находятся по одну сторону от Земли: оба светила как бы «тянут» Землю к себе. Это хорошо показывает нам вода. И, естественно, организм человека, состоящий на 70–80% из воды, тоже реагирует на воздействие Луны.

В дни новолуния и полнолуния (и плюс-минус день от дат новой или полной Луны) нам сложнее сохранить как эмоциональное, психическое равновесие, так и хорошее физическое состояние. В новолуние кровь становится более густой, повышается вероятность инсультов, инфарктов по причине тромбо-

¹ http://www.kcmf.vsu.ru/resources/t_13_3_2011_015.pdf

² Масару Эмото. Послания воды: тайные коды кристаллов. — М.: Изд-во София, 2006.

образования. В полнолуние же количество инсультов и инфарктов увеличивается по причине кровоизлияний.

В эти дни нужно следить за кровяным давлением, стараться меньше нервничать, обходиться без алкогольных напитков. Объем выпиваемой жидкости не должен превышать норму, а норма у каждого из нас своя, в зависимости от конституции организма.

Растущая и убывающая Луна

Синодический цикл Луны рассматривать надо с трех позиций. Во-первых, необходимо учитывать рост или убывание Луны. Во-вторых — ее четверти. И затем уже — фазы.

От новолуния до полнолуния Луна растущая. От полнолуния до новолуния — убывающая. Глядя на Луну, легко это определить. Луна растущая — если к серпу приставить воображаемую палочку, получится буква Р, если же серп похож на букву С — Луна стареющая, убывающая. В период растущей Луны начиная от новолуния идет постепенное наращивание энергии, активизация всех биологических и психических процессов. И чем ближе к полнолунью, тем человек активнее и удачливее в своих начинаниях. Этот период является наилучшим для оздоровления организма, но неблагоприятен для проведения хирургических операций (особенно полнолуние).

Полнолуние — точка максимума, после которой начинается плавное снижение динамики жизни, всех ее процессов. В период убывающей Луны жизнеспособность организма снижается. Человек становится все менее активным, быстрее устает, реакции притупляются, а дела продвигаются с большим трудом. И чем ближе к новолунию, тем ниже жизненный тонус и возможности адаптации организма. На этот период планируются дела уже налаженные, не требующие больших энергетических затрат. Это время подходит для мероприятий по очищению организма, для проведения хирургических операций (кроме дней новолуния).

Новолуние — точка минимума. Общие советы начинать что-либо в точке энергетического минимума, т. е. в новолуние,

нелогичны. Как говорится, на какой энергетике начнешь, то и получишь.

И ни для кого уже не секрет, что, работая с растениями, тоже надо учитывать, какая Луна — растущая или убывающая. На растущей Луне благоприятно сажать и сеять растения с полезной надземной частью. На убывающей — с полезной подземной частью. А в новолуние и полнолуние стараемся растения не трогать.

На растущей Луне НЕ стоит:

- ♦ проводить плановые операции, так как восстановительный период может затянуться, могут держаться отеки мягких тканей и образуются более грубые рубцы;
- ♦ усиленно питаться, если не хотите быстро прибавить в весе.

На растущей Луне стоит:

- ♦ заниматься силовыми упражнениями, мышечная масса будет хорошо наращиваться;
- ♦ восстанавливать силы;
- ♦ питать организм витаминами, пищевыми добавками, полезными веществами и продуктами, которые будут хорошо усваиваться;
- ♦ делать питательные маски, массажи с натуральными маслами.

На убывающей Луне НЕ стоит:

- ♦ стричь волосы (если вы хотите, чтобы они росли быстрее);
- ♦ проводить омолаживающие процедуры (в это время они менее эффективны);
- ♦ питать кожу, волосы.

На убывающей Луне стоит:

- ♦ проводить плановые операции с учетом зодиакального знака Луны;
- ♦ выполнять процедуры очищения организма от токсинов (эффективнее на фазах рассеивания и бальзамической);
- ♦ принимать препараты, способствующие похудению (сразу после полнолуния);
- ♦ применять очищающие организм травы и лекарства;
- ♦ проводить курс гирудотерапии (пиявки);
- ♦ выводить лишние волоски на теле;

- ♦ удалять бородавки, папилломы, пигментные пятна;
- ♦ сводить мозоли;
- ♦ бороться с грибок;
- ♦ делать маникюр, педикюр;
- ♦ проводить чистку кожи, пилинг;
- ♦ стирать белье, чистить вещи.

Помните!

- ♦ Если необходима экстренная операция, то она проводится без учета фазы и знака положения Луны.
- ♦ При планировании срока операции учитывайте рекомендации, данные в календаре. Если, например, в календаре указано, что уязвимы горло, щитовидная железа (Луна в знаке Тельца), то старайтесь не допускать любого вмешательства в эти органы, если это не требуется по жизненным показаниям. Соблюдая рекомендации, вы избежите осложнений.

Фазы Луны и энергетика

Земля и Луна вместе движутся вокруг Солнца, и интервал между новолуниями называется синодическим периодом. «Синодос» в переводе с греческого — «сближение». Во время новолуний Луна словно сходится с Солнцем на небосклоне. Продолжительность синодического месяца колеблется от 29,25 до 29,83 дня. Причина — эллиптичность лунной орбиты. Средняя продолжительность синодического месяца равна 29,53059 дня, или 29 дням 12 часам 44 минутам 3,0 секундам.

За это время Луна проходит определенный ряд фаз, обусловленных ее положением относительно Солнца. Синодический цикл состоит из восьми лунных фаз, каждая из которых имеет свое энергетическое и смысловое влияние. Каждая фаза луны изменяет энергетику в природе, непременно отражаясь на всех земных процессах.

Каждая фаза Луны — словно переключатель скоростей.

Новолуние — период покоя, условная точка «нуля». Природа отдыхает. Все процессы снижены. Важно в это время быть в равновесии, экономно расходовать силы.

Серповидная фаза. Появляется тонкий месяц. Пробуждение энергетики, желаний. Время новых проектов. «Сеем семена». Именно на этой фазе, по народной примете, трясут монетами, чтобы деньги прибывали.

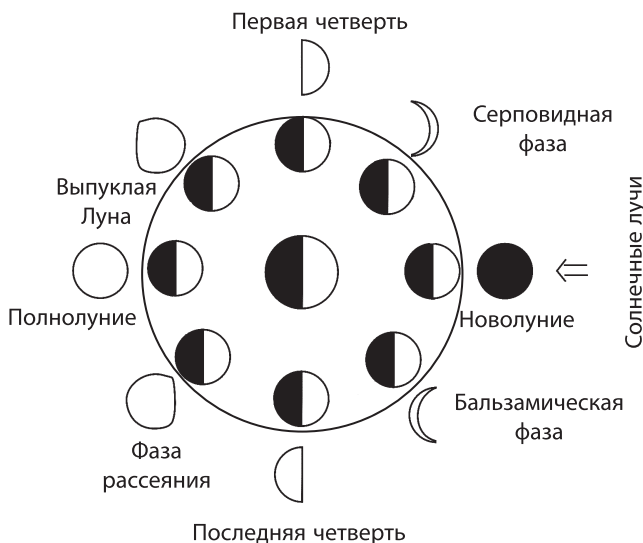
Первая четверть. В начале этой фазы, как и на последней четверти, Луна похожа на дольку апельсина. Фаза личных действий, побуждений. Энергия все возрастает, ощущается потребность материализовывать желания. «Засучиваем рукава».

Выпуклая Луна. Очень активная, деятельная фаза. Возрастает уверенность, желание проявить свои знания и умения. «Завязывание плодов».

Полнолуние. Наивысшая точка цикла. Пик энергетики, которая с этого момента начинает плавно идти на убыль. Кому-то на этой фазе легко, радостно, а кто-то ощущает дискомфорт. «Сбор урожая».

Фаза рассеяния. Время обдумывания текущей ситуации, использования умений и ресурсов, приобретенных во время периода роста. «Переработка урожая».

Последняя четверть. Деловитость, плавное, размеренное течение жизни. Проявление мастерства. «Изготовление вина».



сделать химическую завивку, так как волосы легче выдержат эту высушивающую процедуру. Но при этом надо учитывать и знак Зодиака, в котором находится Луна. Ибо данную процедуру нежелательно проводить, если Луна находится в знаках Овна, Рака или Рыб.

«Лето» согревает. На фазе выпуклой Луны и в полнолуние эффективно любое холодное воздействие, например удаление родинок жидким азотом. Однако если Луна в знаке Козерога, то нельзя воздействовать на кожные покровы.

«Осень» сушит. «Осенью», в фазу рассеяния и в последнюю четверть Луны, кожа нуждается в увлажнении. Эффективны будут любые водные процедуры, увлажняющие маски.

«Зима» охлаждает. На бальзамической фазе и в новолуние хорошего результата можно ожидать, например, от депиляции горячим воском, от бани, сауны.

Всякий раз, используя «сезонные» рекомендации, надо учитывать Луну в зодиакальном знаке.

Луна и омоложение

*Ваше лицо в двадцать лет дано вам природой;
каким оно будет в пятьдесят, зависит от вас.*

Коко Шанель

Чтобы выбрать наиболее благоприятное время для той или иной процедуры по уходу за телом, лицом, волосами я подготовила для вас, дорогие мои читатели, весьма удобный АЛГОРИТМ подбора, который позволит самостоятельно определять периоды, в том числе и неблагоприятные.

В алгоритм входят два показателя:

- ♦ фазы-«сезоны»/четверти Луны;
- ♦ знак Зодиака, в котором находится Луна.

Ориентируясь только на один из этих показателей, вы получите неточный результат.

Например, наименее благоприятное время для липосакции — периоды сочетания растущей Луны (1–2-я четверти) и знака Козерога (а также Стрельца и Водолея). Это худший период. Ни в коем случае!

Поэтому объединяйте «лунные» показатели — и смело используйте!

В качестве примера и чтобы облегчить вам участь я подготовила таблички для каждой процедуры. Но вы также можете воспользоваться информацией на каждый день, приведенной в календаре: она подскажет, когда можно, когда не стоит проводить те или иные мероприятия по уходу за собой.

Ручной медовый массаж

Улучшает кровообращение в глубоких слоях кожи и подлежащих мышцах, способствует улучшению питания тканей.

	фаза-«сезон» (четверть Луны)	Луна в знаке
лучшее время	зима (4-я четверть)	Рак, Лев, Дева
можно	весна-лето (1-2-я четверти)	Телец, Близнецы, Весы, Скорпион
нежелательно	осень (3-я четверть)	Стрелец, Козерог, Водолей

Удаление папиллом, бородавок

	фаза-«сезон» (четверть Луны)	Луна в знаке
лучшее время	перигей Луны, зима (4-я четверть)	Рак, Лев, Дева
можно	осень (3-я четверть)	Телец, Близнецы, Весы, Скорпион
нежелательно	весна-лето (1-2-я четверти)	Стрелец, Козерог, Водолей

Гидромассаж (аквамассаж)

Массирование тела, погруженного в воду. Проводится в ванной и может совмещать элементы мануального (ручного) массажа и контрастного душа; кроме того, во время процедуры происходит воздействие воздухом, идет обогащение кожи кислородом. Гидромассаж представляет собой современную физиотерапевтическую spa-процедуру, в результате которой организм получает многостороннюю пользу.

	фаза-«сезон» (четверть Луны)	Луна в знаке
лучшее время	осень (3-я четверть)	Рак, Лев, Скорпион
можно	весна (1-я четверть)	Телец, Близнецы, Весы, Дева
нежелательно	лето (2-я четверть)	Козерог, Овен (следить за давлением)

Лимфодренаж (прессотерапия)

Воздействие на лимфатическую систему с помощью сжатого воздуха, подаваемого через специальные манжеты. Эта процедура дает оздоровительный эффект за счет удаления токсинов, вывода излишков жидкости из организма, уменьшения объемов и лимфостаза конечностей, улучшения метаболизма кожи. Наблюдается улучшение внешнего вида кожи и снижение проявлений целлюлита.

	фаза-«сезон» (четверть Луны)	Луна в знаке
лучшее время	зима (4-я четверть)	Лев, Дева
можно		Телец, Близнецы, Рак, Скорпион
нежелательно	весна (1-я четверть)	Козерог, Рыбы

Внимание! Имеются противопоказания. Консультируйтесь со своим косметологом/врачом.

Миостимуляция

Это аппаратный/пассивный фитнес, который позволяет нагрузить и проработать самые глубокие и редко задействуемые в обычной жизни мышцы: например, внутренней поверхности бедра. Миостимуляция незаменима для того, чтобы хорошо восстановить и подготовить к нормальному движению слабые, начинающие атрофироваться мышцы: например, мышцы лежачего больного или офисного служащего, страдающего гиподинамией. Активизация мышечных волокон производится при помощи импульсного тока.

	фаза-«сезон» (четверть Луны)	Луна в знаке
лучшее время	осень (3-я четверть)	Лев, Дева
можно	весна-лето (1-2-я четверти)	Телец, Близнецы, Рак, Скорпион
нежелательно	зима (4-я четверть)	Стрелец, Козерог, Водолей, Овен (следить за давлением)

Внимание! Имеются противопоказания. Консультируйтесь со своим косметологом/врачом.

Блефаропластика

Это операция по изменению формы век, разреза глаз (от др.-греч. βλέφαρον — веко). Данный вид оперативного вмешательства предполагает иссечение избытков кожного покрова и жировых образований.

	фаза-«сезон» (четверть Луны)	Луна в знаке
лучшее время	зима (4-я четверть)	Операции — только через индивидуальный прогноз
можно	осень (3-я четверть)	
нежелательно	весна-лето (1–2-я четверти)	Овен, Стрелец, Козерог, Водолей

Липосакция

Это пластическая операция, которую делают, чтобы удалить жировые отложения в различных участках тела. Делают ее для того, чтобы выполнить небольшую коррекцию фигуры. Различают липосакцию живота, бедер, ягодиц, рук, шеи, щек и другие.

	фаза-«сезон» (четверть Луны)	Луна в знаке
лучшее время	зима (4-я четверть)	Операции — только через индивидуальный прогноз
можно	осень (3-я четверть)	
нежелательно	весна-лето (1–2-я четверти)	Стрелец, Козерог, Водолей, Овен (голова), Телец (подбородок, шея)

Процедуры, влияющие на весь организм

Инфракрасная кабина. Это процедура прогревания тела с помощью инфракрасного излучения. Тепловое воздействие, оказываемое инфракрасной сауной, улучшает микроциркуляцию крови в тканях, стимулирует обмен веществ, укрепляет иммунную систему.

	фаза-«сезон» (четверть Луны)	Луна в знаке
лучшее время	зима (4-я четверть)	Дева
можно	осень (3-я четверть)	Лев, Телец, Близнецы, Рак, Скорпион
нежелательно	лето (2-я четверть)	Стрелец, Козерог, Рыбы, Овен (следить за давлением)


Внимание! Имеются противопоказания. Консультируйтесь со своим косметологом/врачом.

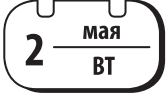
Душ Шарко. Душ Шарко — это популярная процедура, используемая для косметических и оздоровительных целей. Чудесная смесь контрастного и массажного душа позволяет улучшить фигуру или сделать лечение различных заболеваний более эффективным.

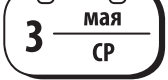
	фаза-«сезон» (четверть Луны)	Луна в знаке
лучшее время	зима (4-я четверть)	ян-знаки (Вода, Земля)
можно	весна-лето-осень (1-2-3-я четверти)	инь-знаки (Воздух, Огонь)
нежелательно		Овен (следить за давлением)


Циркулярный душ, подводный. Циркулярный душ популярен для общего укрепления организма и поддержания тонуса кожи. Курс процедур повышает эмоциональную и физическую активность, помогает избавиться от шлаков и токсинов, увеличивает приток крови ко всем внутренним органам.


Май


Луна	Луна в знаке Девы Фаза выпуклая 11-е лунные сутки до 14.57	
Астрособытия	Аналитичная фаза Меркурия. Внимание, с 20.03 по 20.05 находимся под влиянием затмений!	
Энергетика дня	нестабильная. Движение по инерции. Настрой на качество и долговременность. Практичность, желание улучшить	
Рекомендации	Методично воплощайте задуманное. Вникайте в суть происходящего. Не концентрируйтесь на мелочах	

Луна	Луна в знаке Весов с 09.07 Фаза выпуклая 12-е лунные сутки до 16.11	
«Непутёвые» периоды	Луна без курса: 02.54–09.07	
Астрособытия	Идейная фаза Меркурия. Внимание, предзатмение!	
Энергетика дня	Окружающие слышат только себя. Но — оглядка на мнение социума. Потребность в симпатии, знаках внимания. Потаенное преследование своего интереса	
Рекомендации	Всегда убеждайтесь, что вы живете своей жизнью, своими мечтами и планами. Мнение социума второстепенно	
Благоприятно	2–3.05. Стрижка для укрепления волос и усиления их роста. Питательные маски для лица и волос. Миостимуляция. Кавитация. Гидромассаж. Лицевая гимнастика. Массаж. Питание кожи всего тела. Массаж. Лечение проблемной кожи	
Неблагоприятно	2–3.05. Соленья и сладости. Силовые упражнения с нагрузкой на позвоночник, особенно в поясничной области	


Луна	Луна в знаке Весов Фаза выпуклая 13-е лунные сутки до 17.27	
Астрособытия	Идейная фаза Меркурия. Внимание, предзатмение!	
Энергетика дня	активность по настроению. Проявление настойчивости. Общение по принципу «железный кулак в бархатной перчатке»	
Рекомендации	Старайтесь тактично избегать разговоров на повышенных тонах, навязчивых ориентиров. Берегитесь закулисных интриг	

Луна	Луна в знаке Скорпиона с 17.31 Фаза полнолуния 14-е лунные сутки до 18.46	
«Непутёвые» периоды	Луна без курса: 12.18–17.31	
Астрособытия	Предполнолуние. Идейная фаза Меркурия. Внимание, предзатмение!	
Энергетика дня	переменчивая, побуждающая к действию. Завуалированное желание применить власть. Вероятность ошибок, энергопотерь	
Рекомендации	Имейте план действий и не отступайте от него. Держите дистанцию. Помните, «благоразумие в беседе важнее, чем красноречие»	
Благоприятно и неблагоприятно	До 17:31 — см. 2 мая С 17:31 — см. 5 мая	
Коррекция веса	04–11.05 — тренируемся (без фанатизма), можно себя разумно побаловать вкусеньким	

Луна	Луна в знаке Скорпиона Фаза полнолуния 15-е лунные сутки до 20.07	
«Непутёвые» периоды	Венера без курса: 07.02–24.00	
Астрособытия	Лунное затмение. Полнолуние (20.33). Идейная фаза Меркурия. Внимание, затмение!	
Энергетика дня	противоречивая. Потребность в «проживании» чувств, эмоций. Психологический дискомфорт, скрытые манипуляции. Утомляемость из-за перерасхода душевных сил	
Рекомендации	Отслеживайте манипуляции ноющих «жертв». Осознанность и контроль действий. Самонастрой на позитив. Вечером — отдых в спокойной обстановке	
Благоприятно	5–6.05. Стрижка для укрепления корней волос и предотвращения их выпадения, но расти волосы будут медленнее. Очищающие маски для лица. Ручной медовый массаж. Лимфодренаж. Фраксель. Лицевая гимнастика. Лифтинг. Блефаропластика (+ индивидуальный прогноз). Маникюр, педикюр. Депиляция, эпиляция. Удаление папиллом, бородавок	
Неблагоприятно	5–6.05. Соленья и сладости. Силовые упражнения с нагрузкой на позвоночник, особенно в поясничной области	

Луна	Луна в знаке Стрельца с 23.02 Фаза полнолуния 16-е лунные сутки до 21.29	
«Непутёвые» периоды	Луна без курса: 17.39–23.02	
Астрособытия	Венера без курса: 00.00–24.00 Постполнолуние. Идейная фаза Меркурия. Внимание, постзатмение!	
Энергетика дня	Проявление своенравия. Выдержка. Жажда обладания. Сила воображения. Вероятность ошибок	
Рекомендации	Не выкладывайтесь по максимуму. Переключайтесь. Уважайте личное пространство. Творческие проекты	

Луна	Луна в знаке Стрельца Фаза полнолуния 17-е лунные сутки до 22.48	
«Непутёвые» периоды	Венера без курса: 00.00–17.24	
Астрособытия	Идейная фаза Меркурия. Внимание, постзатмение!	
Энергетика дня	Сочетание внешней активности с внутренним снижением энергетики. Скептицизм. Желание преодолеть ограничения	
Рекомендации	Настрой на созидание и принятие. Многословие украдет энергию. Планы на будущее, вынашивание идей. Не учим жить других	
Благоприятно	7–8.05. Уход за руками. Дыхательные практики. Кислородные коктейли. Из рациона исключить все, что «не любят» печень и желчный пузырь, иначе — высыпания на лице	
Неблагоприятно	7–8.05. Чистка лица/кожи, прокалывание мочек ушей. Любые кровотоочивые процедуры. Загар/солярий	

Луна	Луна в знаке Стрельца Фаза рассеяния 18-е лунные сутки до 23.56	
«Непутёвые» периоды	Луна без курса: 23.29–24.00	
Астрособытия	Идейная фаза Меркурия. Внимание, с 20.03 по 20.05 находимся под влиянием затмений!	
Энергетика дня	Отток сил, вероятность энергопотерь. Стремление быть на виду, «блистать» своими познаниями. Драматизация	
Рекомендации	Стабилизируйте эмоциональное состояние: чтение, медитации, прогулки, музыка, танцы... Интеллектуально-познавательный досуг	

Луна Луна в знаке Козерога с 02.31
Фаза рассеяния
19-е лунные сутки



«Непутёвые» периоды Луна без курса: 00.00–02.31

Астрособытия Идейная фаза Меркурия

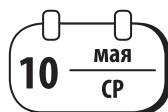
Энергетика дня Снижение тонуса и активности. Требовательность. Склонность навязывать свои установки. День осознанных решений

Рекомендации Самое время спокойно подумать, как быть более продуктивным. Навязывайте свои установки, только если они позитивные, ободряющие

Благоприятно Увлажняющее питание кожи. Дыхательные практики. Прогулки на свежем воздухе. Теплые масляные компрессы для коленей, шеи и плеч

Неблагоприятно Все воздействующее на кожу, зубы, кости: они уязвимы. Чистка лица/кожи, прокалывание мочек ушей. Загар/солярий. Лимфодренаж. Фраксель. Лицевая гимнастика. Лифтинг. Липосакция. Блефаропластика. Медовый массаж. Маникюр, педикюр. Депиляция, эпиляция. Удаление папиллом, бородавок

Луна Луна в знаке Козерога
Фаза рассеяния
20-е лунные сутки с 00.50



Астрособытия Идейная фаза Меркурия

Энергетика дня Настрой на получение желаемого. Практичность. Твердость позиций. Важна гарантия, что затраченные усилия окупятся в будущем

Рекомендации Режим экономии ресурсов. Субординация. Используйте возможности с толком и расстановкой. Не ожидайте нежностей и пламенных страстей

Благоприятно Увлажняющее питание кожи. Дыхательные практики. Прогулки на свежем воздухе. Теплые масляные компрессы для коленей, шеи и плеч

Неблагоприятно Все воздействующее на кожу, зубы, кости: они уязвимы. Чистка лица/кожи, прокалывание мочек ушей. Загар/солярий. Лимфодренаж. Фраксель. Лицевая гимнастика. Лифтинг. Липосакция. Блефаропластика. Медовый массаж. Маникюр, педикюр. Депиляция, эпиляция. Удаление папиллом, бородавок



Содержание

Как пользоваться календарем.....	3
Влияние Луны на человека	4
Растущая и убывающая Луна.....	5
Фазы Луны и энергетика	7
Фазы-«сезоны» Луны.....	9
Луна и омоложение	10
Процедуры, влияющие на весь организм.....	14
Уход за волосами	18
Лунные сутки.....	20
Луна в знаках Зодиака	23
Отчего «крышу сносит»?	
Апогей и перигей Луны.....	33
Влияние солнечных и лунных затмений	35
Затмения 2023	37
Как правильно пережить затмения	37
Ретропериоды планет	39
«Непутёвые» периоды, или Планеты без курса.....	43
Лунный календарь	47
Январь.....	49
Февраль.....	62
Март	73
Апрель.....	85
Май.....	96
Июнь	108
Июль.....	119
Август	130
Сентябрь	142
Октябрь.....	154
Ноябрь.....	167
Декабрь	178
Используемая литература.....	189



Популярное издание

ШЕВЧЕНКО Ирина Юрьевна

**ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ ОТ ПРОФЕССИОНАЛА.
КРАСОТА
2023**

Ответственный редактор	<i>Д. Волкова</i>
Технический редактор	<i>Г. Логвинова</i>
Компьютерная верстка:	<i>А. Патулова</i>

Формат 84x108 1/32. Бумага типографская.
Тираж 3000 экз. Заказ №

Издатель и изготовитель: ООО «Феникс».
Юр. и факт. адрес: 344011, Россия, Ростовская обл.,
г. Ростов-на-Дону, ул. Варфоломеева, д. 150
Тел/факс: (863) 261-89-65, 261-89-50

Изготовлено в России. Дата изготовления: 07.2022. Срок годности не ограничен.

Отпечатано в АО «ТАТМЕДИА»

Филиал «Полиграфическо-издательский комплекс "Идел-Пресс"».

Юр. адрес: 420097, Россия, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Академическая, д. 2
Факт. адрес: 420066, Россия, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Декабристов, здание 2

Свои пожелания и предложения по качеству и содержанию книг
вы можете сообщить по e-mail: idea@fenixrostov.ru