

И. Ю. ШЕВЧЕНКО

# Лунный календарь

ОТ ПРОФЕССИОНАЛА

**ЗДОРОВЬЕ**



Ростов-на-Дону

«Феникс»

2022

УДК 133.52  
ББК 86.42  
КТК 0010  
Ш37

## **Шевченко И.Ю.**

**Ш37** Лунный календарь от профессионала : здоровье : 2023 / И. Ю. Шевченко. — Ростов н/Д : Феникс, 2022. — 206 с. : ил.

**ISBN 978-5-222-38125-0**

2023 год. Как прожить его более успешно в нашем подлунном мире? Как быть в согласии с собой и Природой, учитывая ее циклы и ритмы? Перед вами ДОПОЛНЕННЫЙ лунный календарь от профессионального астролога, который поможет сориентироваться в многообразии лунных показателей/явлений, влияющих на нас. Вы будете знать энергетику каждого дня, получите необходимые рекомендации, разберетесь, что и когда благоприятно или нет для укрепления здоровья в нужный момент. А в Приложении вы найдете сильные молитвы и самонастрои.

Сопоставив всю информацию, содержащуюся в календаре, со своими планами, вы сможете, уважаемый читатель, еще более грамотно и умело выработать стратегию и тактику своей деятельности. Когда провести курс массажа или разгрузочный день? Когда снижена энергетика и стоит убавить активность? Когда уязвим тот или иной орган и лучше не нагружать его, не проводить операции?.. На эти и многие другие вопросы дает ответы этот календарь.

Для тех, кто понимает важность своевременности, осознает, что здоровье дороже богатства, кто тянется за знанием, данный календарь станет истинным подарком!

УДК 133.52  
ББК 86.42

**ISBN 978-5-222-38125-0**

© 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 энергетику дня и дал общие рекомендации, перечислив действия и мероприятия, которые в эти лунные сутки будут наиболее благотворными или, наоборот, негативно скажутся на вашем здоровье. 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 энергетического данного дня не являются индивидуальным прогнозом. Чтобы быть успешным, учитывайте как можно больше вли-

яющих факторов в течение суток и, правильно расставляя приоритеты, самостоятельно стройте 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»<sup>1</sup>. Согласно доктору Эмото, «вода способна впитывать, хранить и передавать человеческие мысли и эмоции»<sup>2</sup>.

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, повы-

<sup>1</sup> [http://www.kcmf.vsu.ru/resources/t\\_13\\_3\\_2011\\_015.pdf](http://www.kcmf.vsu.ru/resources/t_13_3_2011_015.pdf)

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

шается вероятность инсультов, инфарктов по причине тромбообразования. 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 полнолунию, 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 грибком;
- ◆ 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.

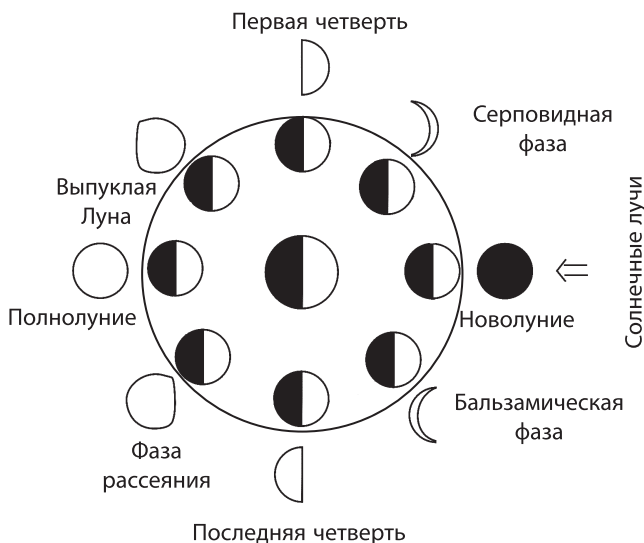
**Первая четверть.** В начале этой фазы, как и на последней четверти, Луна похожа на дольку апельсина. Фаза личных действий, побуждений. Энергия все возрастает, ощущается потребность материализовывать желания. «Засучиваем рукава».

**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».





**Бальзамическая фаза.** Последняя, завершающая фаза цикла. Ощутимое снижение энергетики и интереса к тому, что волновало в данном цикле. «Освобождение». Очищение энергетики пространства и размышления о том, чем стоит заниматься в новом цикле Луны.

«Всему свое время...» И те, кто придерживается лунного «расписания», оказываются более успешными, они «плывут по течению» энергии Жизни и тем самым более разумно используют жизненные силы!

### Фазы-«сезоны» Луны

Сравнивая фазы Луны с временами года, можно сказать, что:

- ♦ фазы *серповидной и первой четверти* — это весна,
- ♦ *выпуклой Луны и полнолуние* — лето,
- ♦ фазы *рассеяния и последней четверти* — осень,
- ♦ *бальзамическая фаза и новолуние* — зима.

Каким образом воздействуют эти фазы-«сезоны» на человека и как можно эти знания применять при уходе за собой?

**«Весна» увлажняет.** Например, «весной», в фазе серповидной Луны и в первую четверть, на растущей Луне, можно 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.

## Лунные сутки

Лунный календарь намного древнее солнечного. Еще в Древнем Риме после каждого новолуния жрецы всенародно сообщали о начале нового месяца, называли даты наступления лунных фаз. С древних времен люди жили именно в соответствии с лунными ритмами, они понимали, что влияние Луны на Землю не слабее, а, может быть, даже сильнее солнечного. Характер лунных суток влияет на наше поведение, настроение, самочувствие. Лунный месяц начинается с новолуния, от него идет отсчет лунных суток.

Лунные сутки — это время, которое проходит Луна от своего восхода до восхода. В отличие от солнечных суток (Земля делает оборот вокруг своей оси за 24 часа), лунные сутки могут быть разной длительности. Имеются некоторые особенности при расчете лунных суток.

**Первая особенность.** Первые лунные сутки начинаются в момент новолуния и не совпадают с моментом восхода Луны. Заканчиваются они в момент ближайшего после новолуния восхода Луны. Поэтому первые лунные сутки могут быть очень короткими.

**Вторая особенность.** В лунном месяце 29 или 30 лунных суток. Тридцатые лунные сутки тоже могут быть очень короткими. Они заканчиваются не с ближайшим восходом Луны, а в момент новолуния.

**Третья особенность.** Лунные сутки рассчитываются с учетом долготы и широты местности, где вы находитесь. Недостаточно для этого прибавить или убавить поясную долготу. Необходим именно расчет лунных суток. Начинаться лунные сутки будут в разное время даже для городов одной области. Разница небольшая, но она есть. В данном календаре время лунных суток приведено по Москве.

Лунный день	Характеристика лунного дня
1	« <b>Лампада</b> ». Общение с книгой, молитва, самонастрой.
2	« <b>Пасть</b> ». Обратит внимание на захватнические инстинкты. Начало цикла физических упражнений.
3	« <b>Барс</b> ». Концентрация на самозащите. День для физических упражнений. Избегать суеты, пустой траты энергии.
4	« <b>Древо познания</b> ». День активных контактов, но не стоит принимать скоропалительных решений.
5	« <b>Единорог</b> ». Внутренняя работа над собой. Осознание своих возможностей и обязанностей.
6	« <b>Журавль</b> ». День пассивный, медиумический, способствующий проявлению способностей.
7	« <b>Роза ветров</b> ». Внимательно и ответственно относиться к своим словам. Слова материализуются. Мантры. Самонастрои.
8	« <b>Феникс</b> ». День трансформации энергии. Духовное очищение. Внесение перемен. Внешняя активность нежелательна.
9	« <b>Летучая мышь</b> ». День самообольщения, искушения. Не проявлять недовольства жизнью и людьми. Энергетическое очищение.
10	« <b>Фонтан</b> ». День творчества, духовного поиска, углубленной ментальной работы.
11	« <b>Огненный меч</b> ». День мощной энергетики. Во всем нужны осторожность и благоразумие.
12	« <b>Чаша</b> ». День молитвы, благотворительности, обращения к Богу. Молитвы исполняются.
13	« <b>Колесо</b> ». День осмысления своих ошибок, учебы, накопления информации. Очистка биополя.
14	« <b>Труба</b> ». Выход на новый уровень, призыв к чему-либо. Очищение организма. Сухое голодание.
15	« <b>Змей</b> ». День искушений, опасность потерять связь со своим высшим «Я». Желательны самоограничения, концентрация на главном.
16	« <b>Голубь</b> ». День гармонии, равновесия, справедливости. Наведение чистоты. Гармонизирующие упражнения.

Лунный день	Характеристика лунного дня
17	« <b>Виноградная гроздь</b> ». Обретение внутренней свободы. Сублимация сексуальной энергии.
18	« <b>Зеркало</b> ». Пассивный, созерцательный день, требующий благоразумия. Опасность подражания. Посмотреть на себя со стороны.
19	« <b>Паук</b> ». Искушающая, тяжелая, неблагоприятная энергетика дня. Заняться нравственной очисткой. Проверка на прочность жизненных ценностей.
20	« <b>Орел</b> ». День для духовных практик, выбора, преодоления сомнений.
21	« <b>Табун коней</b> ». Активный, творческий. Не сидеть на месте. Впустите перемены в свою жизнь.
22	« <b>Слон Ганеша</b> ». Построение планов на будущее. Обучение, передача опыта.
23	« <b>Крокодил</b> ». Пробуждение инстинктов. Очищение дома на всех уровнях. Избавление от ненужного.
24	« <b>Шива-медведь</b> ». Пробуждение и использование сексуальной энергии. Обретение контроля над телом.
25	« <b>Черепаша</b> ». Пассивный день, подходящий для уединения, медитации, очищения организма. Желательно поголодать на талой воде.
26	« <b>Болото</b> ». Отсечение ненужных контактов, срывание масок. Воздержание от активности и разговорчивости.
27	« <b>Трезубец</b> ». День получения сокровенных знаний. Новый взгляд на старые проблемы. Медитация. Работа с интуицией.
28	« <b>Лотос</b> ». День энергетического перерождения, внутренней алхимии. Нельзя впадать в уныние, пессимизм.
29	« <b>Гидра</b> ». День неблагоприятный. Обрубание фальшивых связей. Очищение дома на всех уровнях. Гнать плохие мысли прочь.
30	« <b>Золотой лебедь</b> ». Расставить точки над «i» в делах и отношениях. Обретение внутренней гармонии.

## Зодиакальное управление телом человека

Прохождение Луны по знаку Зодиака ослабляет орган или систему, а Солнце — поддерживает. И наоборот: Луна в противоположном знаке Зодиака позволяет оздоравливать орган/систему, а Солнце — отдохнуть. Например, в календаре на 18–19 июля 2016 года мы видим, что Луна находится в знаке Козерога, а Солнце — в знаке Рака. Это, согласно расположению Луны, самое неподходящее время для мануальной терапии или лечения, протезирования зубов. Зато самое время по Солнцу, например, оздоравливать желудок, проводить плановую операцию на молочных железах. Таблица представляет собой более полный «атлас» влияния Луны и Солнца на наши органы и системы при прохождении этих небесных светил по зодиакальным знакам.

Знак зодиака	Части тела	Системы и органы
<b>Овен</b>	Голова, череп, мозг, лицо, нос, глаза, уши. Верхняя часть зубов, верхняя челюсть	Вегетативная (симпатическая) и соматическая (двигательная) нервные системы. Органы чувств (обоняния, слуха)
<b>Телец</b>	Горло, гортань, нижняя челюсть, миндалины, нижняя часть зубов. Уши (среднее ухо). Межпозвонковые суставы шейного отдела позвоночника. Щитовидная железа, гипофиз, тимус, эпифиз	Система кровообращения. Органы речи
<b>Близнецы</b>	Плечи, лопатки, ключицы, предплечье, пальцы рук. Бронхи, легкие, трахея, гортань. Грудной отдел спинного мозга	Симпатическая нервная система. Система желез

Знак зодиака	Части тела	Системы и органы
<b>Рак</b>	Желудок, поджелудочная железа, верхняя часть печени, желчный пузырь, пищевод (брюшной отдел). Молочные железы, легкие, диафрагма. Грудной нижний отдел спинного мозга	Парасимпатическая нервная система
<b>Лев</b>	Сердце, спина, диафрагма, артерии. Грудные позвонки	Органы чувств. Система кровообращения. Симпатическая нервная система. Психоэнергетическая система
<b>Дева</b>	Область живота (верхняя часть до пупка), брюшная полость, кишечник (кроме прямой кишки). Нервы, селезенка, нижняя часть печени	Кровеносная и лимфатическая системы. Парасимпатическая нервная система. Органы пищеварения
<b>Весы</b>	Почки, мочевой пузырь, надпочечники, почечные вены. Поясничные позвонки, поясничный отдел спинного мозга	Система желез. Кровеносная система (венозная кровь). Соматическая сенсорная нервная система
<b>Скорпион</b>	Половые органы, половые железы, мочеточник. Передняя доля гипофиза (регулятор эндокринной системы). Нос (слизистая оболочка). Пояснично-крестцовый и тазобедренный суставы. Копчик. Аппендикс, анус	Парасимпатическая нервная система

<b>Знак зодиака</b>	<b>Части тела</b>	<b>Системы и органы</b>
<b>Стрелец</b>	Ягодицы, бедра. Печень, желчный пузырь. Бедренные и большеберцовые кости, тазобедренные суставы. Коленная чашечка. Крестец. Седалищный нерв. Задняя доля гипофиза	Венозная система кровообращения. Вся вегетативная нервная система
<b>Козерог</b>	Нижняя часть бедер, колени. Связки, кости, суставы, кожа, зубы, ногти, слизистые оболочки, клеточные мембраны	Парасимпатическая нервная система. Костная система
<b>Водолей</b>	Голени, икроножные мышцы, лодыжки и проходящие в них вены, кровь. Роговица и хрусталик глаза. Слуховой нерв. Паращитовидная железа, мозжечок, гипофиз	Система желез. Симпатическая нервная система. Венозная система кровообращения. Пищеварительная система (усвоение пищи)
<b>Рыбы</b>	Ступни, голеностопные суставы и суставы стопы, пальцы ног	Лимфатическая и пищеварительная системы. Эндокринная, кровеносная (плазма крови) системы. Психика

## Луна в знаках Зодиака

Для того чтобы правильно ориентироваться в лунном месяце, недостаточно знать суть каждого лунного дня. Необходимо также учитывать все характеристики движения Луны, и по зодиакальному кругу — в частности. Находясь в том или ином знаке Зодиака, Луна «окрашивается» качествами знака. Например, третьи лунные сутки при Луне в знаке Рака будут отличаться от третьего лунного дня при Луне в Овне.

### Луна в Овне

Люди бессознательно настраиваются на активность, преодоление, а из-за этого могут возникать ненужные конфликты и ссоры. Надо усилить самоконтроль, не раздражаться по пустякам, быть терпимее к чужим недостаткам, особенно если дни Луны в Овне совпали с днями новолуния, полнолуния и апогея, перигея Луны. Конфликты в это время могут развиваться по типу цепной реакции или снежного кома. Главное, самому не провоцировать конфликты из-за излишней напористости и не поддаваться провокациям других. Иначе «из искры возгорится пламя».



Кто меньше спорит, тот дольше живет! Обходите «острые углы». Последите за артериальным давлением. Велика вероятность инсульта, инфаркта, так как в период, когда Луна в Овне, уязвимы сосуды (особенно сосуды мозга). Надо избегать чрезмерных физических и эмоциональных нагрузок, перевернутых асан, приема алкоголя. Также неблагоприятны любые манипуляции на голове и лице. Луна в знаке Овна позволяет более эффективно проводить оздоровление почек.

### Луна в Тельце

Телец — знак фиксированный и земной, «окрашивает» стабильностью, основательностью, практичностью. Когда Луна в Тельце, можно приобретать и начинать нечто рассчитанное на дли-





тельный срок, заниматься рукоделием, ремонтом. Мы, правда, становимся слегка флегматичными и тяжелыми на подъем, что, впрочем, не мешает заниматься делом долго и основательно. Самое время для будничных, привычных дел, заботы о комфорте, благоустройстве жилища. Это превосходный период и для посещения театров, выставок, концертов и творческих вечеров. Однако в эти дни не стоит вносить в жизнь кардинальные нововведения. Надо избегать переедания и переохлаждения, так как уязвимы горло и эндокринная система. Ни в коем случае не стоит мануально вправлять шейные позвонки. Более эффективно будут проходить оздоровление мочеполовой системы и умеренный массаж воротниковой зоны с натуральными маслами.

### Луна в Близнецах


Близнецы — знак мутабельный (подвижный) и воздушный. Проявляются коммуникативные способности и потребность в общении. Это лучшее время для дружеских встреч, неофициальных переговоров, для любой интеллектуальной работы. Хороший период для недалгих поездок, начала краткосрочных или сезонных дел. В этот период велики тяга к познанию нового, суетность, желание везде успеть. Помните, что в эти дни эмоции неглубоки, поверхностны. Не разбрасывайтесь по мелочам, сконцентрируйтесь на одном и старайтесь доводить задуманное до конца и поменьше отвлекаться. Луна в Близнецах поможет помирить ранее поссорившихся.




Но не стоит заниматься рутинными делами, начинать капитальный ремонт и все то, что рассчитано на длительный срок. Также не надо доверять никому свои секреты, делиться сокровенным, совершать незапланированные покупки.

Постарайтесь избегать переохлаждения, прокуренных помещений. Уязвима бронхолегочная система. Нежелательно проведение плановых хирургических операций и процедур в области бронхолегочной системы и верхних конечностей. Зато очень эффективно будет проходить оздоровление кровеносной системы и печени.


# Октябрь

Луна	Луна в знаке Тельца с 04.17 Фаза полнолуния 17-е лунные сутки до 18.46 Луна без курса: 00.50–04.17	 <p>1 октября ВС</p>
«Непутёвые» периоды		
Астрособытия	Плодотворная фаза Меркурия. <b>Внимание, с 14.09 по 14.11 находимся под влиянием затмений!</b>	
Энергетика дня	сниженная. Трудолюбие. Надежность. Исполнительность. Проявление упрямства	
Рекомендации	Живите в гармонии с природой. С благодарностью принимайте то, что есть и дает вам жизнь. Избегайте сквозняков, приема холодных напитков	
Благоприятно	1–2.10. Оздоровление мочеполовой системы. Массаж воротниковой зоны с натуральными маслами. Физические упражнения	
Неблагоприятно	1–2.10. Уязвимы горло и эндокринная система. Избегаем алкоголя, переохлаждения и чревоугодия. Операции в области носа, носоглотки, гортани, щитовидной железы, ушей, языка и плеч. Лечить зубы нижней челюсти. Мануально вправлять шейные позвонки	


---

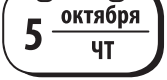
Луна	Луна в знаке Тельца Фаза рассеяния 18-е лунные сутки до 19.10	 <p>2 октября ПН</p>
Астрособытия	Плодотворная фаза Меркурия	
Энергетика дня	В приоритете сохранение и укрепление достигнутого. Неспешная, но результативная работоспособность. Творческий подход к делу	
Рекомендации	Пока умеренное расходование сил. Проявляйте инициативу только там, где это нужно. Избегайте сквозняков, приема холодных напитков	


---

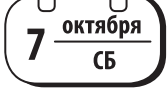
Луна	Луна в знаке Близнецов с 08.02 Фаза рассеяния 19-е лунные сутки до 19.40 Луна без курса: 04.20–08.02 Меркурий без курса: 22.19–24.00	 <p>3 октября ВТ</p>
«Непутёвые» периоды		
Астрособытия	Плодотворная фаза Меркурия. <b>Внимание: 3.10–5.10 Меркурий без курса</b>	
Энергетика дня	каверзная. Утром — вероятность ошибок. «Синусоидность» настроения. Снижен уровень сопереживания и сострадания	
Рекомендации	Избегаем споров, ссор. Держим ровное настроение. Исключите риск и авантюризм	
Благоприятно	3–4.10. Оздоровление кроветворной системы и печени. Физические упражнения. Прогулки	
Неблагоприятно	3–4.10. Уязвима бронхолегочная система. Переохлаждение. Операции в области рук, ключиц, легких	


---


Луна	Луна в знаке Близнецов Фаза рассеяния 20-е лунные сутки до 20.19 Меркурий без курса: 00.00–24.00	
«Непутёвые» периоды	Плодотворная фаза Меркурия несколько легкомысленная. Вероятность ошибок, просчетов, обманов. Разговорчивость, любознательность. Желание новизны, легкости, разнообразия. При этом неустойчивость настроения	
Астрособытия	Будьте конкретны, говорите по делу. Избегайте споров и поспешности	
Энергетика дня		
Рекомендации		


Луна	Луна в знаке Рака с 15.30 Фаза последняя четверть 21-е лунные сутки до 21.09 Луна без курса: 09.35–15.30 Меркурий без курса: 00.00–03.08 Венера без курса: 09.35–24.00	
«Непутёвые» периоды	Плодотворная фаза Меркурия. <b>Внимание: наложение «непутёвых»!</b>	
Астрособытия	смешанная, с ноткой доминирования. Тенденция спонтанных затрат по настроению, необдуманных поступков. Вечером — потребность в расслаблении	
Энергетика дня		
Рекомендации	День станет результативнее без ненужных трат и суеты. Будьте наблюдательны и осторожны в общении с коллегами и новыми знакомыми. Табу на шопинг	
Благоприятно и неблагоприятно	До 15:30 — см. 3 октября С 15:30 — см. 6 октября	


Луна	Луна в знаке Рака Фаза последняя четверть 22-е лунные сутки до 22.08 Венера без курса: 00.00–24.00	
«Непутёвые» периоды	Плодотворная фаза Меркурия Первенство своего мнения и взглядов. При этом хотим внимания и заботы. :) Активность по настроению. Вероятность ошибок	
Астрособытия	Проявите свои творческие способности — порадуйте родных. Ужин в кругу семьи. Выслушайте всех и придумайте что-то эдакое!	
Энергетика дня		
Рекомендации	6–7.10. Оздоровление кожи, костной системы, зубов. Массаж. Упражнения на растяжку. Наблюдение за давлением. Ограничение жидкости и солений	
Благоприятно	6–7.10. Уязвим желудок, поджелудочная железа. Пить много жидкости. Переедание. Фруктовые соки натощак. Операции в области желудка, поджелудочной железы, желчного пузыря, молочных желез	
Неблагоприятно		

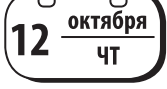
Луна	Луна в знаке Рака Фаза последняя четверть 23-и лунные сутки до 23.15	
«Непутёвые» периоды	Луна без курса: 22.12–24.00	
Астрособытия	Венера без курса: 00.00–24.00 Плодотворная фаза Меркурия	
Энергетика дня	напряженная, конфликтная. Склонность драматизировать, навязывать свои установки. Обидчивость	
Рекомендации	Завтра культпрограмма!!! А пока проводим уборку, разделив обязанности между всеми членами семьи. Но так, чтобы это сплотило, без высоких требований и перегрузки. Будьте терпимее. Цените то, что получилось!	

Луна	Луна в знаке Льва с 02.23 Фаза последняя четверть 24-е лунные сутки	
«Непутёвые» периоды	Луна без курса: 00.00–02.23	
Астрособытия	Венера без курса: 00.00–24.00 Плодотворная фаза Меркурия	
Энергетика дня	активная, выносливая. Жажда развлечений, праздника, подарков, покупок...	
Рекомендации	Не скупитесь на похвалу, комплименты, цветы/мороженое. Но Венера без курса, так что тратим только ту сумму, что запланировали	
Благоприятно	8–9.10. Оздоровление суставов, нервной системы. Активный, безопасный отдых. Уменьшение нагрузки на мышцы спины, поясницы	
Неблагоприятно	8–9.10. Уязвима сердечно-сосудистая система. Физические и эмоциональные нагрузки на сердце. Операции на сердце, крупных сосудах, позвоночнике. Перенапряжение мышц спины. Стрессы	

Луна	Луна в знаке Льва Фаза бальзамическая 25-е лунные сутки с 00.25	
«Непутёвые» периоды	Венера без курса: 00.00–04.10	
Астрособытия	Предапогей Луны. Плодотворная фаза Меркурия.	
Энергетика дня	<b>Внимание, с 14.09 по 14.11 находимся под влиянием затмений!</b> сниженная. Чувство собственного достоинства, эгоцентризм. Может «заносить на поворотах» во всех сферах жизни. 9–11.10 — вовремя тормозите, особенно свое Эго (гордыню)!	
Рекомендации	Творчество. Вера в себя придаст силы. Будьте тактичны и позитивны. Улыбайтесь и сделайте это привычкой	

Луна	Луна в знаке Девы с 15.00 Фаза бальзамическая 26-е лунные сутки с 01.36	
«Непутёвые» периоды	Луна без курса: 12.38–15.00 Марс без курса: 12.38–24.00	
Астрособытия	Апогей Луны 06.43. <b>Внимание, предзатмение!</b> Плодотворная фаза Меркурия	
Энергетика дня	напряженная. Вовлеченность. Бессмысленная бравада. Неоправданный экстрим. Страсть к самоутверждению	
Рекомендации	Может «заносить на поворотах» во всех сферах жизни. Аварийность, травматизм... Вовремя тормозите, особенно свое Эго (дурь, гордыню)!	
Благоприятно и неблагоприятно	До 15:00 — см. 8 октября С 15:00 — см. 11 октября	

Луна	Луна в знаке Девы Фаза бальзамическая 27-е лунные сутки с 02.47	
«Непутёвые» периоды	Марс без курса: 00.00–24.00	
Астрособытия	Постапогей Луны. Внимание, предзатмение! Плодотворная фаза Меркурия.	
Энергетика дня	забирающая. Чувственность. Зависимость психологического состояния от настроения.	
Рекомендации	Может «заносить на поворотах» во всех сферах жизни. Аварийность, травматизм... Вовремя тормозите, особенно свое Эго (дурь, гордыню)!	
Благоприятно	11–12.10. Уход за ступнями, голеностопными суставами, ногтями. Дыхательные упражнения для оздоровления пищеварительной и лимфосистемы. Умеренность в еде. Залмановские (скипидарные) ванны. Очищение помещения физически и ментально	
Неблагоприятно	11–12.10. Уязвимы органы пищеварения. Переедание. Операции в брюшной полости (аборты в том числе). Все продукты, вызывающие брожение	

Луна	Луна в знаке Девы Фаза бальзамическая 28-е лунные сутки с 03.58	
«Непутёвые» периоды	Луна без курса: 23.11–24.00 Марс без курса: 00.00–07.04	
Астрособытия	<b>Внимание, предзатмение!</b> Плодотворная фаза Меркурия	
Энергетика дня	Эмоциональная сдержанность. Важны повседневные интересы, материальные, хозяйственные. При этом — быстрая приспособляемость к переменам	
Рекомендации	Не стоит проявлять излишнюю меркантильность и расчетливость, сконцентрируйтесь на главном	



## Содержание

Как пользоваться календарем.....	3
Влияние Луны на человека .....	4
Растущая и убывающая Луна.....	5
Фазы Луны и энергетика .....	7
Фазы-«сезоны» Луны.....	9
Лунные сутки.....	10
Зодиакальное управление телом человека .....	13
Луна в знаках Зодиака .....	16
Отчего «крышу сносит»?	
Апогей и перигей Луны.....	26
Луна и алкоголь.	
Когда легко перебрать лишнего? .....	28
Астрокоды питания по знакам Зодиака .....	30
Влияние солнечных и лунных затмений .....	46
Затмения 2023 .....	48
Как правильно пережить затмения .....	48
Всему свой час.....	50
Лунный календарь .....	55
Январь.....	57
Февраль.....	70
Март .....	80
Апрель.....	91

Май.....	102
Июнь .....	113
Июль.....	123
Август .....	134
Сентябрь .....	146
Октябрь .....	157
Ноябрь.....	168
Декабрь .....	178

## Приложения

Приложение 1. Почему Церковь отрицает астрологию?.....	189
Молитвы .....	191
Приложение 2. Позитивный настрой — основа здоровья и красоты.....	197
Используемая литература.....	204



Популярное издание

ШЕВЧЕНКО Ирина Юрьевна

**ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ ОТ ПРОФЕССИОНАЛА.  
ЗДОРОВЬЕ: 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