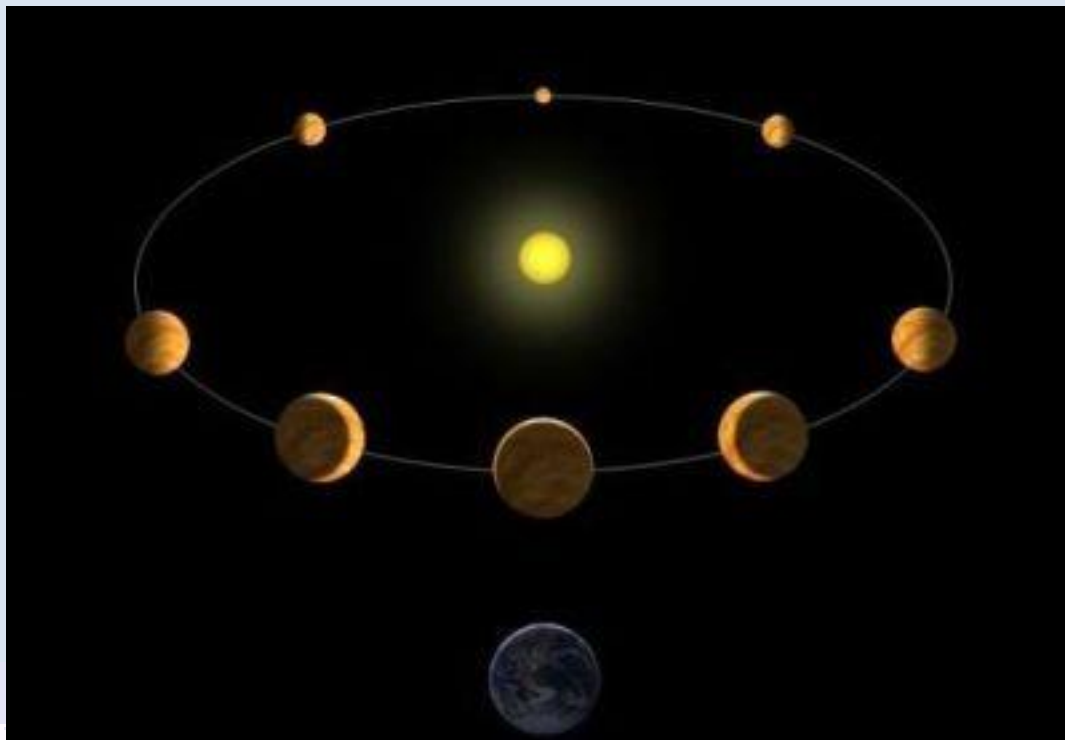


A Hold hatása mindennapjainkra

A hold napi útja, az állatövben való állása, valamint a test és az egészség kölcsönhatása



Az újhold

Körülbelül 28 napig tartó föld körüli keringése során a kis hold mindig csak az egyik oldalát fordítja a nap felé, azt az oldalát, amely teliholdkor teljes pompájában tárul a szemünk elé. A másik oldal örök sötétségbe burkolózik. Az asztronómusok a mellékbolygóknak egy más égitest körüli ilyen "konok" keringését "kötött körforgásnak" nevezik. Ha a hold - a föld felől nézve a föld és a nap "között" áll, akkor éjsötét hátoldalát fordítja felénk. Ilyenkor nem látható, és a földön **újhold** uralkodik (régebben "holt hold"-nak is nevezték).

Fontos megfigyelés, hogy a hold újholdkor két-három éjszakán át ugyanazon csillagképi háttér előtt, és így ugyanabban az állatövi jegyben áll, mint a nap. Ez érthető, ha meggondoljuk, hogy a hold újholdkor van a legközelebb a naphoz, és így a nap, a hold és a földi szemlélő szinte egy vonalat alkot. Így a hold márciusban körülbelül mindig a halak jegyében, augusztusban mindig az oroszlán jegyében áll, és így tovább.

Érdeemes megjegyezni ezeket a szabályokat, ha az ember hozzávetőlegesen ki akarja számítani, hogy a hold pillanatnyilag melyik állatövi jegyben található. Tartsa szem előtt: a hold mindig két-három napig tartózkodik egy állatövi jegyben. A márciusi újholdat követő telihold tehát pontosan az állatöv felét járta be, és így hat állatövi jeggyel haladt tovább, tizennégy nappal később tehát a szűz vagy a mérleg jegyében kell tartózkodnia. Ez az elv az év minden más hónapjára is alkalmazható. A naptárak a holdat újholdkor többnyire fekete koronggal jelzik. Az emberre, állatra és növényre ható különös impulzusok rövid időszaka uralkodik: aki például ilyenkor egy napig böjtöl, sok betegséget megelőz, mert a testméregtelenítési készsége ilyenkor a legmagasabb. Ha rossz szokásainkat sutba akarjuk dobni, ez a nap alkalmasabb kezdet szinte minden más napnál. Ha a beteg fákat ezen a napon vágjuk vissza, meggyógyulhatnak. A föld lélegezni kezd. Az újhold-napok impulzusai nem olyan erősen érzékelhetők közvetlenül, mint a teliholdéi, mert az erők átpolarizálódása és újrarendeződése a fogyó ból a növénybe nem olyan hevesen megy végbe, mint megfordítva, holdtöltekor.

A növő hold

Már néhány órával újhold után kezd láthatóvá válni a hold nap felé fordított oldala - a hold felszínén balról jobbra vándorolva -, keskeny sarló jelenik meg, a növő hold indul útjára, megint csak sajátos befolyásaival. A félholdig tartó, körülbelül hatnapos utazást a hold I. Negyedének is nevezik, a teliholdig tartó vándorutat, körülbelül 13 nap múlva, II. Negyednek.

Minden, amit be kell juttatni a szervezetbe, ami építi és erősíti, két hétig kétszeresen hat. Minél inkább nő a hold, annál kedvezőtlenebbül alakulhat a sérülések és műtétek utáni gyógyulás menete. A szennyes például ugyanannyi mosószer felhasználásával nem lesz olyan tiszta, mint fogyó holdkor. Növő holdnál és teliholdnál több gyermek születik.

A telihold (holdtölte)

A hold végül föld körüli útja felének végére ért, a nap felé forduló oldala, mint telihold, mint fénylő, kerek korong áll az égen. A nap felől nézve a hold most a föld "mögött" található. A naptárakban a teliholdat/holdtöltét világos koronggal jelölik. Még a telihold néhány órájában is világosan érezhető erő válik érzékelhetővé a Földön az emberek, az állatok és a növények körében, miközben a holdimpulzusok irányváltása a növekvőből a fogyóba erőteljesebben válik érezhetővé, mint az újhold idején bekövetkező erőváltás. A "holdkóros" emberek alva járnak, a sebek jobban véreznek, mint máskor, az ezen a napon gyűjtött gyógynövények nagyobb erőt fejtenek ki, az ilyenkor metszett fák elpusztulhatnak, a rendőrijárőrök megerősítik legénységüket, mert rendszeresen számolnak az erőszakos cselekedetek és a balesetek számának fokozódásával, a bábák külön műszakot terveznek.

A fogyó hold

A hold lassan továbbvándorol, árnyoldala láthatóan " apasztja ", jobbról balra, megkezdődik a fogyó hold körülbelül tizenhárom napos fázisa (III. és IV. Negyed).

Az ez idő tájt bekövetkező különös befolyások felfedezését megint csak elődeinknek köszönhetjük: a műtétek jobban sikerülnek, mint egyébként, szinte minden házimunkát könnyebb elvégezni, még aki most valamivel többet eszik, mint máskor, az sem hízik olyan gyorsan. Sokféle munkát lehet ilyenkor hatékonyabban elvégezni a kertben és a természetben (például a földalatti zöldségek vetését és palántázását), mások inkább kedvezőtlenül alakulnak.

A hold két-három napos tartózkodása a tizenkét állatövi jegy valamelyikében mindig másféle erőket kelt életre, amelyek az eleven világban mindenhol érezhetők, és a testünket is észrevehetően befolyásolják. Ezen erők elvét, kiindulópontját és hatását nem túl nehéz leírni, ezen felül azonban van bizonyos "színezetük", amit nem könnyű szavakba foglalni - valami olyasmi, ami szellemi-lelki hangoltságunk színezetét változtatja meg, mint egy zenei akkord, amely távolról cseng, és csak akkor hallható, ha hallani akarjuk, az egészség szempontjából.

Az egyes állatövi jegyek testi befolyási területei

A Hold és az emberi test, amire hatással van az állatövi jegyeken keresztüli kőrútján.

<u>Jegy</u>	<u>A testrész, amire hat</u>
Kos	fej, agy, szem
Bika	gége, beszélőszervek, fogak, állkapocs, tarkó, mandula, fül
Ikrek	váll, kar, kéz, tüdő
Rák	mellkas, tüdő, gyomor, máj, epe
Oroszlán	szív, hát, rekeszizom, vérkeringés, ütőerek
Szűz	hasnyálmirigy
Mérleg	csípő, vese, hólyag
Skorpió	nemi szervek, húgyvezeték
Nyilas	comb, visszerek
Bak	térd, csontok, ízületek, bőr
Vízöntő	lábszár, visszerek
Halak	lábfej, lábujjak

Az alapszabályok a következők

Minden, amit annak a testtájnak a jólétéért tesz, amelyet az a jegy ural, amin a hold éppen átkel, kétszer olyan jótékonyan hat. Kivéve a sebészi beavatkozásokat.

Minden, ami nagyon megterheli vagy igénybe veszi, azt a testtájat, amelyet az a jegy ural, amit a hold éppen átszel, kétszer olyan kártékonyan hat. A sebészi beavatkozásokat ezeken a napokon, ha lehet, mellőzni kell, kivéve természetesen a sürgős műtéteket.

Ha a hold éppen növényben van, amikor áthalad a jegyen, akkor minden, építőanyagok bejuttatására és a jegy által uralt szervi területek erősítésére szolgáló intézkedés sikeresebb, mint fogyó holdkor. Ha a hold éppen fogy, akkor minden, az adott szerv kitisztítására és méregtelenítésére szolgáló tevékenység sikeresebb, mint növényben lévő hold idején.

Ilyenkor nem az alkalmazás eseti formája - gyógyszer, masszázs, torna, vízterápia stb. - számít, hanem a végső szándék, amit el akarunk érni vele.

Kos

Növő holdban októbertől ápriliséig

Fogyó holdban áprilistól októberig

A kos jegyével a fej régiójában vesznek kezdetüket a testre való befolyások. Aki különösen hajlamos a migrénre, az gyakran megérzi a holdhónap egyikét kos-napját.

A migrén megelőzésének jó módszere az, hogy a kos-napokon sok tiszta vizet iszunk, és lemondunk a kávéról, a csokoládéről és a cukorról. Ez a tanács - mint olyan gyakran - csak azokon az embereken segít, akik már megtanultak saját testük jelzéseire hallgatni. Aki beszéli ezt a nyelvet, az világos képet alkothat mindenről, ami testének hasznára vagy kárára van.

Gyógyszerek, teák és kenőcsök ezrei léteznek, ezrével vannak jóindulatú tanácsok, amelyek közérzetünknek ugyanazon a rendellenességén segíthetnek. Ebben nincs semmi kivetnivaló, ám ha "belehallgatok" saját magamba, akkor ezek közül a szerek közül egyetlenegy is tökéletesen elegendő. Mégpedig az, amelyik nekem segít. Egyik gyógyszer sem csak "jó" vagy csak "rossz". Az egyes embereken múlik, hogy végső soron mi segít rajta. Ehhez azonban feltétlenül "érzékre" van szükségem saját magam iránt, gyakran nem elég a szakemberek véleménye. Ezt az érzéket sajnos túl gyakran csak betegség és szenvedés árán lehet megszerezni. "Akinek nincs ideje a saját egészségére, annak kell, hogy legyen ideje a betegségére." Éppen a krónikus betegségben szenvedő emberek tennének jót azzal, ha tanulnának a betegségükből, ahelyett, hogy "az orvostudomány karjaiba" omlanak, és "kezelgetik" magukat. Annak belátása, hogy az egész testet kell kezelni, és hogy más életmódra van szükség, jobb, mint a tünetek legyőzése.

Ha az ember ezt belátja, akkor megelőzheti a kos-napok fejfájását, és ezzel sokkal többre megy, mint az, aki nem látja be, és megiszik öt liter vizet fejfájás ellen, aztán várja, hogy segít-e. Nem fog használni neki. Barátainkon már sokszor segített ez a "recept", végső soron azonban ez is csak egy javaslat, nem lehet általánosítani.

A kos jegye a szemre és az agyra is hat. Alapjában a kos nem jelent sem jó, sem rossz napot a fej területe szempontjából. Attól függ, hogy mit teszünk. A gyulladt vagy fáradt szemre alkalmazott borogatás kos-napokon nem tévesztheti el a hatását.

Azok a gyógynövények, amelyek a szempanaszokra gyakorolt jótékony hatásukról ismertek, ezen a napon fokozott erőt fejtenek ki (többek között a szemvidító). Tartalékul fogyó holdnál érdemes szedni, és fogyó holdnál megszáritani és eltenni. A kimerült szemre régi, jól bevált módszer a lehuny szemhéj nyállal való megnedvesítése, reggel, éhgyomorral, reggeli előtt, és csakis fogyó holdkor.

A szemsérülések (nem lehet kiválasztani az idejüket) és a túleröltetés ilyenkor jobban ártanak, mint a mérleg jegyében, hogy csak egy példát említsünk. Ha lehet, tegyen valami jót a szemével ezen a napon.

Márciusban, áprilisban, szeptemberben és októberben különösen kritikusak a kos napjai.

Mindenkinek, aki gyakran szenved fejfájásban, vagy akinek érzékeny a feji régiója, ajánlatos a lehető legnyugodtabban szerveznie ezeket a napokat. A fejműtéteket is kerülni kell. Rendkívül rosszak a kos napjai októberben, mert olyankor közvetlenül holdtöltére esnek.

Bika

Növő holdban novembertől májusig

Fogyó holdban májustól novemberig

Ha a hold belép a bika jegyébe, erősebb befolyás éri a nyak területét. Ezt megint csak úgy kell érteni: a jó befolyások különösen jó hatással vannak, a kedvezőtlenek különösen rosszal. Nagyobb a torokgyulladás veszélye. A különböző állatövi jegyekben ható erőkről szóló információk értékes adalékokkal szolgálhatnak a megelőző intézkedésekhez. Aki ivott már a bika napján rekedtség vagy mandulagyulladás elleni teát, az tudja, hogy milyen jó hatással lehet egy egyszerű tea. A torokgyulladás elleni egyéb gyógyszerek is rendkívül jól hatnak ezeken a napokon. A bika a beszélőszervekre, az állkapocsra, a fogakra, a mandulára, a pajzsmirigyre, a tarkóra, a hangra és a fülre is hat. Gyakorlatlanok számára egy bika-napon tartandó beszéd kinná válhat, és rekedt krákogással végződhet.

Főleg a hideg bika-napokon nem ajánlatos fedetlenül hagyni a fület. Ilyenkor sokkal érzékenyebb a huzatra és a zajra. A bika napjain megelőzhetjük a fülfájás egyes fajtáit, ha orbáncfülöraját cseppentünk a fülünkbe, főleg, ha az olajnak szánt orbáncfüvirágokat a bika jegyében szedtük.

Ikrek

Növő holdban decembertől júniusig

Fogyó holdban júniustól decemberig

A köszvényeszerű reumatikus bántalmak a váll környékén ilyenkor különösen megkívánják a megfelelő kenőcsöket, esetleg olyan füvekből elkészítve, amelyeket ikrek vagy bika idején szedtünk. A hűvös időben viselt túl könnyű ruházat viszont arra ösztönözheti a testét, hogy kellemetlen módon hívja fel magára a figyelmet.

Az ikrek napjai mindig alkalmasak arra, hogy a vállövet valami jó dologban részesítsük. A célirányos torna csodaszerként hathat - ünnep a vállának. Igaz, az izomlástól ezért még nem menekül meg feltétlenül. Egyébként nem rossz jel, mert a test azt közli vele, hogy a méregtelenítéssel van elfoglalva.

A tüdőt már némileg befolyásolják az ikrek napjai, míg a rák erősebben is érinti. A célirányos légző gyakorlatok már ilyenkor is nagyon hasznosak.

A reumás betegeknek gyakran vannak panaszai az ikrek napjain, ám ez gyakran azért fordul elő, mert az ikrek jegye szívesen megváltoztatja az időjárást. Ez nem csupán a napsütés világosan látható esőbe való átfordulását vagy ennek fordítottját jelenti. A klíma változása sokféle módon megy végbe. Erről éppen a bajorok tudnának mesélni: ők tudják, hogy mit jelenthet a közérzetnek az erős déli szél. De az egész világon vannak meleg, a keringést megterhelő, hangzatos nevű szélrohamok (sirokkó stb.).

Rák

Növő holdban januártól júliusig

Fogyó holdban júliustól januárig

Az az erő, amely a rák-napok alatt hat, az általános közérzetet gyakran könnyű nyugtalanságba taszítja. Ilyenkor erőteljesebb túlsúlyban van a mellkasra ható befolyás, mint a többi állatövi jegyben. A rák jegye ugyanígy "uralja" a májat, és gyakran elég egy átvirrasztott éjszaka, hogy másnap teljesen megtörtnek érezzük magunkat, mert a májnak túl sok volt a dolga. Ha érzékeny a mája és az epéje, a tüdeje vagy a mellkasa, akkor használja ki a rák napjait arra, hogy valami jót tegyen ezekkel a szervekkel. A rákban alkalmanként a gyomor is megbolondul (böfögés, gyomorégés). Ezért ajánlatos ilyenkor a könnyű koszt.

Július havától a következő januárig a rák napjai mindig fogyó holdra esnek, azután egy fél évig növő holdra. Emlékezzon csak vissza: fogyó holdkor kitisztul az ember. Növő holdkor lehetőleg valami jót kell adni.

A gyomor és a máj számára ez azt jelenti, hogy a gyógyulásra és a mérgező anyagok kitisztítására nyártól télig nagyobb esély van, mint téltől nyárig.

Aki reumában szenved, annak nem ajánlatos a rák (vízjegy) napján az ágyneműjét az ablakpárkányon vagy az erkélyen szellőztetnie. A nedvesség ott marad a tollak között, és huzatot érzünk egész éjjel.

Oroszlán

Növő holdban februártól augusztusig

Fogyó holdban augusztustól februárig

Az oroszlán-impulzus a vérkeringést "fakasztja dalra". Aktívabb, mint egyéb napokon. A hát ilyenkor néha jobban fáj, a szív pedig nemritkán kissé bolondul ver. Az oroszlán napjaiban mindenképpen gondot okozhatnak az álmatlan éjszakák, ám a szűzig többnyire megint elmúlik az egész. Lehetőleg kerülni kell az oroszlán napjaiban mindent, ami túlterhelheti a szívet és a keringést. Természetesen nem az egészséges emberek normális testi tevékenységeiről van szó. A szívbetegnek néha már a rák jegyében is érzik, hogy közeledik az oroszlán. Főleg nekik kell ilyenkor kitérni a megerőltető utazások és tervek elől. Egyes gyakorlatlan hegymászók az oroszlán napján szuszognak fel a csúcsra, bár problémájuk van a keringésükkel vagy a szívükkel. Éppen az oroszlán napjain kellene lemondaniuk a megerőltető kirándulásokról.

Bár az emésztőszervek terén a szűz jegye "illetékes", aki azonban ezek gyógyulására és erősítésére gondol, már ilyenkor el kellene kezdenie tenni ennek érdekében. Az oroszlán ráadásul nagyon jó nap a szívre és a keringésre ható gyógynövények gyűjtése szempontjából.

Szűz

Növő holdban márciustól szeptemberig

Fogyó holdban szeptembertől márciusig

A szűz napjainak különleges ereje az emésztőszerveken válik észrevehetővé. Éppen az érzékeny embereknek támadnak ilyenkor gyakran emésztési problémáik. A megfelelő segítő étrend különösen ajánlatos ezekben a napokban, legalábbis a nehéz vagy zsíros ételekről érdemes lemondani.

A szűz napjain szedett gyógynövények nemcsak a gyomorra hatnak jótékonyan, hanem a vérré, az idegekre és a hasnyálmirigyre is. Főleg a vértisztító tea, mondjuk szűz-napon szedett csalánból, nem tévesztheti el jótékony hatását. A téli tartalékot csak szeptemberben ajánlatos eltenni (zsenge növényeket, amelyek a kaszálás után újra kinőttek), amikor a hold a szűz jegyében éppen fogy. Az ilyen tea rendkívül jót tesz a megnagyobbodott hasnyálmirigynek.

www.astro papa58.gportal.hu

Mérleg

Növő holdban áprilistól októberig

Fogyó holdban októbertől áprilisig

A csípőtájék, a hólyag és a vese a mérleg napjain különösen érezhetővé válhat. Könnyebben kerül sor ezekben a napokban hólyaghurutra és vesegyulladásra. Főleg a hólyag és a vese tájékának melegen tartására ügyeljen. A kövön vagy nedves fűben való ülés ilyenkor mérgező.

Jó módszer, ha délután 3 és 5 óra között sokat iszunk, hogy jól átmoszuk a hólyagot és a veséket.

A céltudatos torna szintén nagyon jót tesz a csípőtájéknak.

"Gyakran megkérdezik, hogy mikor szabad csípőműtétet végezni a hold állása szerint. A megfelelő időpont a fogyó hold. Az április és október közötti hónapokban például fogyó holdnál sohasem fordul elő a mérleg jegye, azaz mindkét feltétel kedvező. Ezenkívül soha nem állhat az a jegy a naptárban, amelyik éppen az illető testrészt uralja. Ha esetleg csak október és április között ér rá, akkor kerülje a fogyó holdban a mérleg jegyét."

Skorpió

Növő holdban májustól novemberig

Fogyó holdban novembertől májusig

Egy állatövi jegy sem hat olyan erősen a nemi szervekre, mint a skorpió. A cickafarkas megelőző ülőfürdők ilyenkor segíthetnek egyes női bajokon.

A leendő anyáknak mindenféle megerőltetéstől ajánlatos tartózkodni a skorpió napjaiban, mert ilyenkor könnyebben bekövetkezik a vetélés, főleg ha a hold növöben van.

A skorpió idején a húgyvezeték is rendkívül érzékeny, és hálás a pozitív hatásokért. A hideg láb és a nem kellőképpen melegen tartott medence- és vesetájék ezekben a napokban könnyen hólyag- és vesegyulladásra vezethet. Aki reumában szenved, jobb, ha skorpió-napon (vízjegy) nem szellőzteti az ágyneműjét kint az ablakpárkányon vagy az erkélyen. A nedvesség a tollakban marad. Minden gyógynövény, amit skorpiókor szedünk, nagyon kedvező hatást fejt ki. Szerezze be az összes párnára való gyógynövényt még május/júniusig. Akkor éveken át örömet lelheti benne. Csak

a gyógypárnák megtöltését ne végezze skorpiókor, mert erre a vízjegy a nedvesség miatt nem igazán alkalmas.

A skorpió-napok kedvezőek a gyógynövények vetésére is.

Nyilas

Növő holdban júniustól decemberig

Fogyó holdban decembertől júniusig

A nyilas a csípőre, a medencére, a bélre, a keresztcsontra és a combcsontokra hat. Főleg az isiász, a visszerek és a combok hallatnak magukról a nyilas napjaiban. Gyakran még a keresztcsonttól a combig is jelentkezik fájdalom, mert a nyilas szereti megváltoztatni az időjárást, ahogy az ikrek is. Rendkívül jótékonyak a masszázások, amelyek fellazítják az izomgörcsöket. Másrészt viszont az edzetlen test már néhány óráns egyszerű hegyi túrákat is megérez a combjában.

Nem ajánlatos tehát a nyilas-napokon edzés nélkül túl hosszú kirándulásokat tenni. Ha a szülők gyermekeiket éppen a nyilas napján viszik először magukkal hosszabb kirándulásra, sőt esetleg ezt még erőltetik is, az hosszú időre elveheti a gyerekek kedvét a túrázástól.

Bak

Növő holdban júliustól januárig

Fogyó holdban januártól júliusig

A bak napjain általában a csontok és különösen a térd szükségtelenül nagy megerőltetésének lehetnek következményei. A nyilashoz hasonlóan ilyenkor sem szabad hosszabb szünet után kezdőként hegyi túrára vagy síelni menni. A síparadicsomok sebészei és ortopédorvosai pontosan tudják, hogy mikor szeli át a hold a bakot: bővíthetik térdműtétekben szerzett tapasztalataikat. A meniszkusz panaszokkal küszködő futballistáknak semmiképp sem szabad túlzásba vinni az edzést. Ilyenkor a térdet minden mozgás erősen igénybe veszi. Megelőzés vagy gyógyítás céljából nagyon jó szolgálatot tesznek ebben a két-három napban a térdborogatások. Az összes többi csontot és ízületet is kényeztethetjük ilyenkor egy kicsit. Emellett ezek a napok mindenféle bőrápolásra is nagyon alkalmasak.

www.astropapa58.portal.hu

Vízöntő

Növő holdban augusztustól februárig

Fogyó holdban februártól augusztusig

A vízöntő a lábszárra és a bokára hat. Vízöntőkor nem ritkák a visszérgyulladások. Itt az ideje, hogy valami jó visszérkrémet kenjünk a lábunkra, és felpolcoljuk. Aki hajlamos a visszére, az jól teszi, ha ezekben a napokban mellőzi a hosszas állást, az egyszerű városjárás a vízöntő napjaiban rémálommá válhat. A taxisoknak ilyenkor általában több dolguk van.

A visszérműtéteket nem ajánlatos vízöntőkor végezni.

Halak

Növő holdban márciustól szeptemberig

Fogyó holdban szeptembertől márciusig

A kos a fejnél kezdett hatni erejével, a halak jegye a lábnál fejezi be. Ha követi a körforgás impulzusait, és lassanként saját magán is meg tudja figyelni őket, akkor többé nem kell állandó készenlétben lennie. Elegendő havi körforgás, hogy testünknek céltudatosan megadjuk - főnről lefelé azt, amire szüksége van, és hogy mindig különösen ügyeljünk a mindenkori gyenge pontokra. A halak a legjobb időszak a lábfürdőkre és a tyúkszemek kezelésére (de nem a kioperálásukra). A lábon található szemölcsöket a halak idején sikeresen lehet kezelni. Közben azonban feltétlenül érdemes ügyelni a fogyó holdra. Amikor a holdnövőben van, megeshet, hogy a kezelés után három helyett hirtelen öt szemölcs is megjelenik.

A halak napjainak egyik különlegessége: minden, amit ezen a napon magunkhoz veszünk - az alkoholtól és a nikotintól kezdve a kávéns és a gyógyszereken keresztül - sokkal, de sokkal intenzívebben hat, mint bármilyen más napon. Valószínű, hogy az összefüggés abban keresendő, hogy minden belső szerv a központi idegpályákon keresztül a talpban végződik, és ezért a halak napjaiban rendkívül érzékenyen reagál.