

Наталья Травдина

**КАЛЕНДАРЬ
ИСПОЛНЕНИЯ
ЖЕЛАНИЙ**

на
2020
год



366 практик от Мастера



УДК 159.9
ББК 88.3
П68

*Все права защищены. Никакая часть данной книги
не может быть воспроизведена
в какой бы то ни было форме без письменного
разрешения владельцев авторских прав.*

Правдина, Наталия Борисовна.

П68 Календарь исполнения желаний на 2020 год. 366 практик от Мастера. Лунный календарь / Наталия Правдина. — Москва : Издательство АСТ, 2019. — 224 с. — (Совет на каждый день от Наталии Правдиной).

ISBN 978-5-17-117021-9

У вас есть заветное желание, но вы не знаете, как его осуществить? А может быть, считаете, что оно невыполнимо? Вселенная невероятно щедра и готова одарить вас всем необходимым, только желание нужно загадать правильно, выбрав наиболее удачное время.

В лунном календаре Наталии Правдиной вы найдете 366 способов загадать исполнение желаний и привлечь в свою жизнь энергии Благополучия, Успеха, Изобилия, Любви! Это советы, небольшие секретные ритуалы, заклинания и молитвы, которые помогут вам поверить в собственные силы и научиться материализовывать свои мечты. И каждая практика приведена именно тогда, когда сила действия Вселенной максимальна. Вместе с Наталией Правдиной вы научитесь воплощать свои желания!

Макет подготовлен редакцией



Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!
vk.com/prime_ast
www.instagram.com/prime.ast
www.facebook.com/praim.ast





ЯНВАРЬ



1 января



среда, 8-й лунный день

Нейтральный день!

**Смело воплощайте в жизнь
свои замыслы!**

Сегодня благоприятно принимать важные решения. Кроме того, в этот день в нашем организме включаются тончайшие энергии, воздействующие на биохимические процессы, происходящие на клеточном уровне. Возможно полное преображение, обновление.

Что нужно сделать

Займитесь своим здоровьем, дайте своему организму дополнительную физическую активность.

Подержите сегодня пост, отказавшись от мясной, жирной пищи и алкоголя.

Дополнительные ритуалы: см. 31 января, 1 марта, 31 марта, 29 апреля, 29 мая, 28 июня, 27 июля, 26 августа, 24 сентября, 23 октября, 22 ноября, 21 декабря.



2 января



четверг, 9-й лунный день

Неблагоприятный день!

**Не поддавайтесь
плохому настроению!**

Энергетика сегодняшнего дня плохо на нас влияет.

Темные силы преобладают, поэтому следует быть крайне осторожным.

Нежелательно проявлять злость, бояться чего-либо и предаваться мрачным мыслям.

Защититься от негатива вам поможет черный жемчуг.

Что нужно сделать

1. Приобретите четки, бусы из черного жемчуга. Очистите их, сбрызнув соленой водой и наговорив на них 7 раз молитву «Отче наш».
2. Перебирайте жемчужины одну за другой, приговаривая: «*Как водица морская грязь смывает, так жемчуг весь негатив убирает!*»
3. После завершения заговора носите украшение с собой весь день.

Дополнительные ритуалы: см. 1 февраля, 2 марта, 1 апреля, 30 апреля, 30 мая, 29 июня, 28 июля, 27 августа, 25 сентября, 24 октября, 23 ноября, 22 декабря.

3 января



пятница, 10-й лунный день

Нейтральный день!

**Учитесь понимать
окружающих!**

Энергии дня побуждают нас найти повод для примирения и прекращения размолвок.

Сегодня благоприятно встречаться с родными и близкими.

Соблюдение этикета беседы сделает ваше общение более приятным.

Что нужно сделать

Для того чтобы стать интересным собеседником, вам нужно научиться:

- разбираться в темах разговора;
- уметь подстраиваться под собеседника;
- избегать разговоров, которые неприятны оппоненту;
- проявлять деликатность и располагать к себе;

- говорить на языке, понятном собеседнику, без использования сложной терминологии;
- не увлекаться болтовней и обсуждением других людей;
- не преувеличивать свою роль и не превозносить себя;
- не рассказывать собеседнику все свои проблемы и беды.

Дополнительные ритуалы: см. 2 февраля, 3 марта, 2 апреля, 1 мая, 31 мая, 30 июня, 29 июля, 28 августа, 26 сентября, 25 октября, 24 ноября, 23 декабря.

4 января



суббота, 11-й лунный день

Нейтральный день!

Настройтесь на везение!

Этот день обладает сильнейшей энергетикой, пробуждающей в нас резервы, способные полностью преобразить нашу природу. Направьте эту силу на созидание. Создайте талисман на удачу своими руками.

Что нужно сделать

1. Возьмите свечу зеленого цвета.
2. Пока она будет гореть, загадайте желание. В завершение скажите: «Свершено».
3. Затем накапайте воск в чашу с водой. Полученная восковая фигурка станет вашим талисманом удачи на следующий год.

Дополнительные ритуалы: см. 3 февраля, 4 марта, 3 апреля, 2 мая, 1 июня, 1 июля, 30 июля, 29 августа, 27 сентября, 26 октября, 25 ноября, 24 декабря.



5 января



воскресенье, 12-й лунный день

Благоприятный день!

**Сосредоточьтесь
на своих чувствах!**

Сегодня мудрость побеждает разум и чувства. Важно укротить свою гордыню и избавиться от гнева. Только душевное равновесие и покой приведут к успеху. Если вы попали в ситуацию, когда приходится общаться с эмоционально-энергетическим вампиром, сохранить спокойствие поможет простое упражнение.

Что нужно сделать

1. В первую очередь постарайтесь сдержать поток негодования, который готов вылиться из вас на собеседника, он этого и ждет, провоцируя вас.
2. Прикусите осторожно семь раз (именно семь) кончик языка. Сосредоточившись на счете, вы ослабите накал собственных эмоций.
3. Незаметно сложите пальцы так, как будто собираетесь перекреститься.

Дополнительные ритуалы: см. 4 февраля, 5 марта, 4 апреля, 3 мая, 2 июня, 2 июля, 31 июля, 30 августа, 28 сентября, 27 октября, 26 ноября, 25 декабря.

6 января



понедельник, 13-й лунный день

Нейтральный день!

**Активно работайте
над уже начатыми делами!**

Энергетические потоки этого дня заставляют двигаться все и вся. Сегодня очень активный день, однако нежелательно что-то начинать, будете ходить по кругу. Займитесь лучше очищением ментала.

Что нужно сделать

1. Сядьте прямо, макушка тянется вверх, ноги стоят ровно на полу, руки расслаблены на коленях.
2. Представьте, что через макушку в вас начинает вливаться ярко-фиолетовый луч. Он проходит вниз по позвоночнику, потом начинает постепенно заполнять ваше тело, вытесняя все темное и ненужное. Вы ощущаете тепло и легкое покалывание по мере продвижения и роста этой удивительной энергии.

3. Наконец ваше туловище, ноги, руки, голова обретают ярко-фиолетовый цвет. Вы чувствуете легкость и прилив сил.
4. Постепенно луч через копчик выходит в пол и землю, ваше тело обретает нормальный вид, однако тепло, энергия, желание двигаться и достигать успехов остаются с вами.

Дополнительные ритуалы: см. 5 февраля, 6 марта, 5 апреля, 4 мая, 3 июня, 3 июля, 1 августа, 31 августа, 29 сентября, 28 октября, 27 ноября, 26 декабря.

7 января



вторник, 14-й лунный день

Нейтральный день!

**Обратите внимание
на знаки-подсказки!**

Сегодня благоприятно начало любого важного дела. Но это период для подведения итогов, а не для накопления новых знаний. Любая информация усваивается с трудом. Тем не менее именно сегодня легко получить подсказку от Высших сил.

Что нужно сделать

В этот день звуки обладают огромной силой. Важно внимательно относиться к тому, что вы слышите. Если вдруг одна и та же информация приходит к вам несколько раз из разных источников, следует задуматься, случайность ли это. Например, вы целый день с завидной периодичностью слышите одну и ту же фразу из песни — по радио, ее напевает попутчик, вдруг она звучит в просматриваемом вами телефильме и т. п.

Дополнительные ритуалы: см. 6 февраля, 7 марта, 6 апреля, 5 мая, 4 июня, 4 июля, 2 августа, 1 сентября, 30 сентября, 29 октября, 28 ноября, 27 декабря.



8 января



среда, 15-й лунный день

Неблагоприятный день!

Не следует заниматься сложными проектами!

Будьте внимательны — энергетика дня очень неблагоприятна. Посвятите день отдыху, медитации и молитве. Сделайте генеральную уборку в доме или разберите хотя бы один ящик в шкафу для улучшения настроения. В этот день можно провести несложный ритуал для привлечения богатства.

Что нужно сделать

1. Вам понадобятся глиняный горшочек, свечка зеленого цвета и монеты одного достоинства.
2. Зажгите свечу. Пока она будет гореть, бросайте монетки в горшочек, приговаривая:
«Деньги, теките, деньги, сверкайте. Сделайте богатым меня пожелайте! Как горшочек вас охраняет, так и я вас сберегу».
Повторите эти слова 3 раза.

Дополнительные ритуалы: см. 7 февраля, 8 марта, 7 апреля, 6 мая, 5 июня, 5 июля, 3 августа, 2 сентября, 1 октября, 30 октября, 29 ноября, 28 декабря.

9 января



четверг, 16-й лунный день

Нейтральный день!

Притяните в свой дом светлые энергетические потоки!

Самое время выбросить из дома весь хлам, а хорошие, но неиспользуемые вещи отдать тем, кому они на самом деле принесут пользу. Чем больше невостребованных вещей скапливается у вас дома, тем меньше энергии благополучия вы привлекаете. После уборки проведите медовый ритуал.

Что нужно сделать

Мед является символом богатства и благополучия, используйте его магические свойства для достижения денежной удачи.

1. Приобретите натуральный мед без всяких примесей.
2. С помощью пипетки капните по капельке меда в каждый угол своего дома.
3. Оставшимся медом угостите всех домочадцев.
4. На следующий день проведите влажную уборку дома и следите, чтобы весь мед был съеден до момента появления в нем

кристалликов сахара. Засахарившийся мед нужно немедленно выбросить.

Дополнительные ритуалы: см. 8 февраля, 9 марта, 8 апреля, 7 мая, 6–7 июня, 6 июля, 4 августа, 3 сентября, 2 октября, 31 октября, 30 ноября, 29 декабря.

10 января



пятница, 17-й лунный день
Полнолуние 22:23

Нейтральный день!

**Не создавайте себе
трудностей на ровном месте!**

Преобладающие сегодня энергии вызывают в нас тягу к справедливости, желание духовного очищения, обретения внутренней и внешней гармонии. Обрести внутреннюю свободу поможет заговоренный глнтвейн. Выпить его лучше в компании родных и близких.

Что нужно сделать

1. Залейте половиной стакана воды по половине ч. л. молотого имбиря, корицы и тертого мускатного ореха, добавьте 3–4 шт. гвоздики. Доведите до кипения, оставьте на 15 мин.
2. Состав процедите, влейте поллитра красного вина и добавьте 2 ч. л. сахара. Все перемешайте и нагрейте на малом огне, ни в коем случае не доводя до кипения. В процессе приготовления приговаривайте:
«Как сахар сладка, как вино терпка, как специи остра, так и жизнь полна!»
3. При появлении первых пузырьков, снимите с огня и дайте немного настояться. Глнтвейн разлейте по чашкам, удерживающим тепло, и смело подавайте гостям.

Дополнительные ритуалы: см. 9 февраля, 10 марта, 9 апреля, 8–9 мая, 8 июня, 7–8 июля, 5 августа, 4 сентября, 3 октября, 1 ноября, 1 декабря, 30 декабря.



11 января



суббота, 18-й лунный день

Нейтральный день!

**Измените свое отношение к миру,
жизнь станет успешней!**

Энергетика сегодняшнего дня такова, что все сказанное о нас окружающими — это истинная правда. Так Вселенная обращает наше внимание на наши проблемы и ошибки. Начните меняться прямо сегодня, выполните ритуал «Зеркало».

Что нужно сделать

1. Предварительно заморозьте в морозилке родниковую (святую) воду.
2. Перед сном заверните кусочек льда в чистую салфетку и сядьте перед зеркалом.
3. Вглядитесь в свое отражение; начиная протирать лицо кусочком льда, представляйте, что будто каждым своим прикосновением стираете следы усталости, недовольства, мелкие морщинки. Кожа приобретает цветущий сияющий вид. Улыбнитесь себе в зеркало, произнесите:
«Я радуюсь каждому мгновению жизни! Я красива, привлекательна и успешна!»

Дополнительные ритуалы: см. 10 февраля, 11 марта, 10–11 апреля, 10 мая, 9 июня, 9 июля, 6 августа, 5 сентября, 4 октября, 2 ноября, 2 декабря, 31 декабря.

12 января



воскресенье, 19-й лунный день

Неблагоприятный день!

**Проведите приятный день
в кругу семьи!**

День не подходит для новых начинаний, заключения браков и проведения торжественных мероприятий. Сегодня активизируются негативные энергии. Поэтому любые увеселения могут закончиться плачевно. Используйте свободное время для чтения аффирмаций и привлечения к себе успеха.

Что нужно сделать

1. Расслабьтесь, отбросьте все посторонние мысли.
2. Повторите аффирмацию восемь раз, каждый раз подчеркивая одно слово: *«Мой мир наполнен благополучием и процветанием; я — олицетворение успеха!»*

Дополнительные ритуалы: нет.

13 января



понедельник, 20-й лунный день

Нейтральный день!

**Начните избавляться
от бедности!**

Этот день подходит для повышения благосостояния, обретения новых источников дохода. Важно сохранять спокойствие и действовать не торопясь.

Что нужно сделать

Сегодня благоприятно открывать накопительные счета в банках. Если у вас еще нет такого счета, стоит об этом подумать.

Возьмите ручку и лист бумаги, подсчитайте доходы своей семьи за месяц. Высчитайте 10% от этой суммы. Именно столько денег вам необходимо положить себе на счет и регулярно его пополнять.

Довольно скоро у вас соберется определенная сумма денег, и вы уже более уверенно будете смотреть в будущее.

Дополнительные ритуалы: см. 12–13 февраля, 14 марта, 13 апреля, 12 мая, 11 июня, 11 июля, 8 августа, 7 сентября, 6 октября, 4 ноября, 4 декабря.

14 января



вторник, 21-й лунный день

Нейтральный день!

**Не бойтесь позитивных
и решительных изменений!**

Вселенная поддержит любые действия, направленные на получение желаемого. Сегодня поработайте над денежными установками. Только изменив ошибочное представление о деньгах, можно преодолеть бедность.

Что нужно сделать

Возьмите любую, лучше крупную, денежную купюру в руки и внимательно рассмотрите ее. Изучите, что на ней изображено, чем она отличается от других купюр. Поговорите с ней. Деньги — это живая энергия. Они чувствуют отношение к себе и притягиваются только к тем людям, которые их любят и уважают. Поблагодарите все свои купюры за то, что они пришли в вашу жизнь.

Обращайте внимание, как вы обходитесь с деньгами. Вручайте их бережно, словно отдаете самое дорогое, а принимайте с достоинством. Не старайтесь побыстрее засунуть деньги

в карман, словно вы их украли. Спокойно сложите бумажные купюры и монеты в кошелек.

Дополнительные ритуалы: см. 14 февраля, 15 марта, 14 апреля, 13 мая, 12 июня, 12 июля, 9 августа, 8 сентября, 7 октября, 5 ноября, 5 декабря.

15 января



среда, 22-й лунный день

Нейтральный день!

**Займитесь образованием
или самообразованием!**

Вы открыты для знаний. Информация усваивается легко и быстро. Если вам нужны деньги на интеллектуальные цели, пополните мудру.

Что нужно сделать

1. Поставьте руки перед собой. Соедините их у основания ладоней пальцами вверх.
2. Мизинцы правой и левой руки прислоните друг к другу подушечками.
3. Большие пальцы прижмите фалангами, а остальные пальцы округлите и прислоните ногтями друг к другу.
4. Закройте глаза, сделайте глубокий вдох и выдох.
5. Сконцентрируйтесь на области между бровями, представьте, как к вам поступает поток кристально чистой прозрачной энергии.
6. Оставайтесь в этом положении несколько минут.

Дополнительные ритуалы: см. 16 января, 15 февраля, 16 марта, 15 апреля, 14 мая, 13 июня, 13 июля, 10 августа, 9 сентября, 8 октября, 6 ноября, 6–7 декабря.



16 января



четверг, 22-й лунный день

Нейтральный день!

**Новые знания
приближат успех!**

Сегодня продолжается влияние предыдущего дня. Для развития логического мышления воспользуйтесь словом-лекарем БУКИ (рис. 1).



Рис. 1. Слово-лекарь БУКИ

Что нужно сделать

1. В течение трех минут пристально рассматривайте рисунок. Повторите слово-лекарь 9 раз.
2. Встаньте в комнате лицом к окну, ноги поставьте вместе, руки свободно опустите вдоль тела. Закройте глаза.
3. Представьте, что перед вами стоит стол. На столе — две глубоких чашки, одна из черного материала, вторая — из белого. Перед вами по столу рассыпано 10 округлых камешков: пять из них — черного цвета, пять — белого. Мысленно протяните правую руку и возьмите черный камень, ощутите его прохладу и тяжесть в ладони, и положите его в черную чашку. Протяните левую руку и возьмите белый камень. Опустите в белую чашку. Чередуйте действия, пока все камни не окажутся в чашках своего цвета.
4. Сделайте глубокий вдох, соединяя ладони перед грудью. Быстро выдохните, разводя и опуская руки. Повторите упражнение 3 раза.
5. Четко и внятно произнесите:
«Буки: моя мысль быстра и точна!»

Дополнительные ритуалы: см. 15 января, 15 февраля, 16 марта, 15 апреля, 14 мая, 13 июня, 13 июля, 10 августа, 9 сентября, 8 октября, 6 ноября, 6–7 декабря.



17 января



пятница, 23-й лунный день

Нейтральный день!

**Обратите внимание
на родных и близких!**

День подходит для общения с близкими, домашних дел. А вот с важными рабочими вопросами сегодня торопиться не стоит. Скоропалительные решения не сулят ничего хорошего. Сегодня приведите в порядок северный сектор дома, где господствует элемент — Вода.

Что нужно сделать

1. Помните, что благоприятным сектором для расположения ванной комнаты является северный.
2. Не следует использовать в декоре северного сектора желтый цвет: это земляной цвет, а Земля, в соответствии с циклом разрушения, засыпает Воду.
3. Украсьте северный сектор дома статуэткой слона, трите ему лоб время от времени, чтобы стимулировать удачу ваших детей.
4. Хранить металлическую утварь следует в северном секторе кухни.

Дополнительные ритуалы: см. 16 февраля, 17 марта, 16 апреля, 15 мая, 14 июня, 14 июля, 11 августа, 10 сентября, 9 октября, 7 ноября, 8 декабря.

18 января



суббота, 24-й лунный день

Благоприятный день!

**Разложите все по полочкам
и начинайте действовать!**

Энергии дня пробуждают мощную преобразующую и созидательную силу. Это время разрушения старого и создания нового. Сегодня полезно обращаться за помощью к природным или стихийным духам.

Что нужно сделать

Любой человек может обратиться за поддержкой к разным стихиям. Важно знать, в каких случаях какая стихия может помочь:

1. Земля отвечает за финансовое благополучие и крепкое здоровье, кроме того, становится хорошим оберегом для жилища просителя.

2. Огонь покровительствует любовным делам. Еще у этой стихии можно просить сил и энергии для осуществления серьезного проекта.
3. Вода хорошо помогает от нечистой силы и негатива злых и завистливых людей. Она хорошо очищает как дом, так и организм просящего.
4. Воздух поможет нейтрализовать приворот, сглаз или порчу.

Дополнительные ритуалы: см. 17 февраля, 18 марта, 17 апреля, 16 мая, 15 июня, 15 июля, 12 августа, 11–12 сентября, 10–11 октября, 8–9 ноября, 9 декабря.

19 января



воскресенье, 25-й лунный день

Нейтральный день!

**Сосредоточьтесь на работе
над собой!**

Энергии сегодняшнего дня пробуждают в нас мудрость и прозорливость, но все должно происходить как бы само собой, без явных усилий с нашей стороны. Проведите практику по осознанию природы божественной любви.

Что нужно сделать

1. Примите удобное положение тела. Закройте глаза.
2. Представьте человека, которого вы любите (супруга, родителей, детей и т. п.). Крепко обнимите его мысленно. Почувствуйте, как в виде луча из своего сердца вы посылаете в его сердце всю свою любовь, признательность. Представьте, что вскоре вы получаете ответный луч с любовью и благодарностью любимого человека. Почувствуйте радость и признательность. Ощутите тепло в вашей груди.
3. Когда вы отработаете практику на близких людях, ее объектом можно сделать и неприятных вам людей, а также ситуации, предметный мир.

Дополнительные ритуалы: см. 18 февраля, 19 марта, 18 апреля, 17 мая, 16 июня, 16 июля, 13–14 августа, 13 сентября, 12 октября, 10 ноября, 10 декабря.



20 января



понедельник, 26-й лунный день

Нейтральный день!

**Не тратьте
свою жизненную энергию
на пустые дела!**

Сегодня энергетика такова, что провоцирует беспорядочную и в основном бессмысленную деятельность. День наполнен суетливостью и болтовней. Нас может затянуть в болото бытовых мелочей, из которого трудно разглядеть жизненно важные цели и задачи. Займитесь самосовершенствованием — воспитывайте в себе уверенность.

Что нужно сделать

Напишите на листе бумаги и повесьте дома на видном месте:

«Я уверен(а) в себе, потому что:

- *верю в себя;*
- *не меняю своих мнений в зависимости от мнений других;*
- *знаю свои права и умею их отстаивать;*
- *проявляю настойчивость в достижении целей;*
- *умею радоваться своим успехам и признаю свои ошибки;*
- *умею говорить нет, если это необходимо;*
- *искренне радуюсь достижениям других».*

Дополнительные ритуалы: см. 19 февраля, 20 марта, 19 апреля, 18 мая, 17 июня, 17 июля, 15 августа, 14 сентября, 13 октября, 11 ноября, 11 декабря.

21 января



вторник, 27-й лунный день

Нейтральный день!

**Отвлекитесь от повседневности,
думайте о возвышенном!**

Влияние сегодняшнего дня таково, что можно неожиданно найти решение проблемы, которая давно мучила. Обязательно воспользуйтесь этим шансом! Сегодня слово вновь обретает особое значение, поэтому благоприятно молиться, читать аффирмации, работать с Аджной-чакрой (центр лба, место «третьего глаза»), отвечающей за интуицию и прозрение.

Что нужно сделать

1. Сядьте в позу лотоса (полулотоса), руки на коленях ладонями вверх, большие пальцы соединены со средними и безымянными.

2. Закройте глаза, сосредоточьтесь на центре лба, почувствуйте в этом месте приятное тепло. Сделайте несколько глубоких вдохов-выдохов.
3. На выдохе начинайте произносить мантру «ОМ», после полного выдоха (выдох должен быть естественный) начните делать вдох, мысленно повторив звук «ОМ», концентрируясь на внутреннем звуке.
4. Повторите 108 раз. Для счета лучше использовать четки.

Дополнительные ритуалы: см. 20 февраля, 21 марта, 20 апреля, 19 мая, 18 июня, 18 июля, 16 августа, 15 сентября, 14 октября, 12 ноября, 12 декабря.

22 января



среда, 28-й лунный день

Благоприятный день

**Будьте жизнерадостными —
это притянет успех!**

Очень благотворно на нас действует энергетика этих суток. Сегодня благоприятно очищение, оздоровление организма. Важно не нарушить энергетическую гармонию своим поведением. Для этого постарайтесь сохранять позитивный настрой и избегать негативных мыслей. Вам поможет практика «Победитель».

Что нужно сделать

1. Примите удобное положение, расслабьтесь.
2. Вспомните ситуацию из своей жизни, когда вы вышли победителем, когда достигли незабываемого успеха, ощутили невероятный подъем сил.
3. Представьте во всех подробностях все детали (даже незначительные) этого события. Какие эмоции испытывали? Как ощущали свое тело?
4. Расслабьтесь, успокойтесь, затем снова во всех красках вызовите состояние победителя.
5. Сожмите кулак — поставьте «якорь».
6. Отныне, как только вам нужно будет войти в состояние победителя, сжимайте кулак.

Дополнительные ритуалы: см. 21 февраля, 22 марта, 21 апреля, 20 мая, 19 июня, 19 июля, 17 августа, 16 сентября, 15 октября, 13 ноября, 13 декабря.



23 января



четверг, 29-й лунный день

Неблагоприятный день!

**Позаботьтесь
о телесном и душевном
здоровье!**

День располагает к резкому выбросу отрицательной энергии. Это может не самым лучшим образом сказаться на вашем самочувствии. Обостряют ситуацию стрессы и тревога. Защититься от негативного влияния дня вам помогут наручные браслеты из нитей — наузы, обладающие большой силой.

Что нужно сделать

Науз желательно плести самому, причем использовать можно совершенно любую технику: макраме, резиновое плетение, крючок. Очень важно для работы найти уединенное место. Во время плетения важно представить, что нить — это дорога для отрицательной энергии и каждый поворот, узелок или петелька запутывает ее все больше и больше. Завязывая края браслета, вы как бы пускаете весь негатив по кругу, заключаете его в ловушку, откуда он не может выбраться. Надевая науз на руку (себе или домашним), проговорите:

«Век по кругу ходить-бродить, на себя притягивать — от себя не отпустить».

Дополнительные ритуалы: см. 22 февраля, 23 марта, 22 апреля, 21 мая, 20 июня, 18 августа, 14 ноября.

24 января



пятница, 30-й лунный день

Нейтральный день!

Подведите итоги!

Самое время проанализировать, чего вам удалось добиться за последнее время, признать свои успехи.

Это настроит вас на волну удачи.

Чтобы обеспечить себе везение в деньгах на ближайшие 30 дней, используйте кельтский талисман в виде четырехлистного клевера.

Что нужно сделать

1. В качестве талисмана совсем не обязательно искать четырехлистный клевер, как это делали раньше маги и колдуньи. Вполне достаточно приобрести предмет с изображением листочка. Для этих целей лучше всего подходит брелок,

который всегда можно носить с собой. Любители украшений всегда найдут кулон или кольцо с изображением четырехлистного клевера.

2. Главное, чтобы талисман был выполнен из натурального материала, а не пластика. Лучше всего подойдет драгоценный металл.
3. После покупки талисман следует очистить от накопившейся негативной энергии. Для этого ополосните его соленой или святой водой.
4. Чтобы зарядить талисман, поставьте рядом с ним три свечки зеленого цвета и зажгите их. Пока пламя будет гореть, смотрите на талисман и представляйте, как он превращается в магнит. Только вместо металлических вещей к нему начинают притягиваться удача и благополучие.

Дополнительные ритуалы: см. 23 февраля, 24 марта, 22 мая, 21 июня, 19 августа, 15 ноября.

25 января



суббота, 1–2-й лунные дни
Новолуние в 00:42

Нейтральный день!

**Определите
конкретные сроки!**

Самым лучшим стимулом для реализации задуманного является время.

Сконцентрируйте на том, что для вас является приоритетной задачей.

Поставьте перед собой определенные временные рамки и распределите, когда и что вы будете делать для того, чтобы уложиться в срок.

Сегодня самое время составить «График желания».

Что нужно сделать

1. Возьмите лист бумаги. Напишите на нем период, за который вы должны добиться своей цели (например, за месяц).
2. Расчертите лист по дням на весь период.
3. Не поленитесь, напишите на каждый день план мероприятий или действий, которые вы будете выполнять.
4. Разрежьте лист бумаги по дням и приклейте листочки к настенному календарю.

Дополнительные ритуалы: см. 24 февраля, 25 марта, 23 апреля, 23 мая, 22 июня, 21 июля, 20 августа, 18 сентября, 17 октября, 16 ноября, 15 декабря.

26 января



воскресенье, 3-й лунный день

Нейтральный день!

**Проявляйте активность
и независимость!**

Сегодня один из самых энергонасыщенных дней. Он пробуждает в нас самостоятельность, тягу к справедливости, нежелание подчиняться общепринятым правилам. Важно весь день сдерживать в себе негативные чувства.

Что нужно сделать

1. Представьте перед собой четырехуровневый каскадный водопад. Вода в верхнем уровне олицетворяет ваши мысли, во втором — образы, возникающие в сознании, в третьем — эмоции и чувства, в последнем — действия.
2. Представьте, что вода вниз, проходящая на каждом уровне через фильтры, очищаясь от всего негативного. Так и ваши мысли, образы, эмоции и действия становятся чище и чище.

Дополнительные ритуалы: см. 25 февраля, 26 марта, 24 апреля, 24 мая, 23 июня, 22 июля, 21 августа, 19 сентября, 18 октября, 17 ноября, 16 декабря.

27 января



понедельник, 4-й лунный день

Нейтральный день!

**Займитесь воспоминаниями
и самоуглублением!**

Энергетика дня такова, что сегодня просто столкнуться с самим собой, таким, какой ты есть на самом деле. Мы как бы оказываемся перед зеркалом, показывающим нам наше истинное лицо. Важно в этот день не впасть в крайность самоуничижения.

Что нужно сделать

Четыре правила:

1. Примите себя со всеми недостатками. Прекратите этот бессмысленный внутренний диалог с самообвинениями.
2. Сделайте анализ своего отношения к себе. Запишите на бумаге причину самообвинений, ваши действия и ваши возможные действия. Решите, что сделаете прямо завтра для исправления ситуации, и успокойтесь.
3. Постарайтесь избавиться от беспокойства. Определите, что вы сделаете завтра, и запретите себе об этом думать до завтра.
4. Предпримите конкретные действия. Душевные страдания отнимают столько же, а то и больше сил, сколько конкрет-

ные действия. Займите себя так, чтобы на негативные мысли не оставалось ни времени, ни сил!

Дополнительные ритуалы: см. 26 февраля, 27 марта, 25 апреля, 25 мая, 24 июня, 23 июля, 22 августа, 20 сентября, 19 октября, 18 ноября, 17 декабря.

28 января



вторник, 5-й лунный день

Нейтральный день!

Корректируйте цели и желания!

Энергетика дня побуждает смело отстаивать свои принципы и идеалы. Сегодня благоприятно брать под защиту обиженных и слабых, отстаивать честь и достоинство потерпевших. Настроиться на волну позитивного общения поможет слово-лекарь ЕСТЬ (рис. 2).



Рис. 2. Слово-лекарь ЕСТЬ

Что нужно сделать

1. В течение трех минут пристально рассматривайте рисунок. Повторите слово-лекарь 6 раз.
2. Представьте себя стоящим перед окном, покрытым пылью и грязью. Мир за окном виден смутно. Мысленно возьмите в правую руку тряпку и начинайте стирать грязь со стекла. После каждого движения стряхивайте тряпку за спину — она снова становится чистой. Ваши движения свободны — впустите ощущение внутренней свободы в свою душу. Постепенно пыль на стекле исчезает — посмотрите сквозь него. За окном проступает яркий мир — нарисуйте картинку по своему вкусу, выберите любимое время года и погоду, те, что дарят вам чувство уверенности в себе и покоя. Дайте этим ощущениям наполнить вашу душу. Всмотритесь в лица людей, находящихся по ту сторону окна — они спокойны и дружелюбны, эти люди улыбаются вам и протягивают руки для рукопожатия. Улыбнитесь им в ответ.
3. Сделайте глубокий вдох и на выдохе разверните руки ладонями вверх. Произнесите: *«Есть — основа основ жизни!»*.

Дополнительные ритуалы: см. 27 февраля, 28 марта, 26 апреля, 26 мая, 25 июня, 24 июля, 23 августа, 21 сентября, 20 октября, 19 ноября, 18 декабря.

29 января



среда, 6-й лунный день

Благоприятный день!

Сохраняйте самообладание!

Сегодня преобладают энергии, помогающие нам свыкнуться со своим новым состоянием, переменами, случившимися как снаружи, так и внутри.

День уединения, смирения и прощения.

Успокоиться и снять стресс помогут дыхательные упражнения.

Что нужно сделать

1. Расслабьтесь, очистите свои мысли от негатива, сконцентрируйтесь на дыхании.
2. Сделайте короткий, относительно глубокий вдох. Затем задержите дыхание на 4 секунды.
3. Совершите полный, глубокий и долгий выдох. Сделайте перерыв в 5 секунд.
4. Повторите упражнение 10–12 раз.

Дополнительные ритуалы: см. 28 февраля, 29 марта, 27 апреля, 27 мая, 26 июня, 25 июля, 24 августа, 22 сентября, 21 октября, 20 ноября, 19 декабря.

30 января



четверг, 7-й лунный день

Благоприятный день!

**Не отказывайтесь
от новых знакомств!**

День активизирует энергию знакомства и общения. Будьте внимательны при выборе новых друзей. Вас могут обмануть или разочаровать. Для защиты используйте силу обсидиана.

Что нужно сделать

1. Вам понадобится любой предмет с обсидианом. Обязательно протрите его салфеткой, смоченной в соленой воде, чтобы очистить от накопленной энергии.
2. Произнесите:
«Как солнце и свет, как ночь и луна, так и мы с тобой неразлучны всегда. Защищай и оберегай! Аминь!»
3. Оберег носите в течение дня с собой.

Дополнительные ритуалы: см. 29 февраля, 30 марта, 28 апреля, 28 мая, 27 июня, 26 июля, 25 августа, 23 сентября, 22 октября, 21 ноября, 20 декабря.