











































































































Calendario Lunare GENNAIO 2013 [www.vitaesalute.org](http://www.vitaesalute.org)

Data	Costellazione	Luna	Corpo	Capelli	Manicure	Depilazione	Maschere
Martedì <b>01</b> Gennaio	 Leone	 Calante	Cure per Depurarsi				
Mercoledì <b>02</b> Gennaio	 Vergine	 Calante	Cure per Depurarsi				
Giovedì <b>03</b> Gennaio	 Vergine	 Calante	Cure per Depurarsi				
Venerdì <b>04</b> Gennaio	 Vergine	 Calante	Cure per Depurarsi				
Sabato <b>05</b> Gennaio	 Bilancia	 Calante	Cure per Depurarsi				
Domenica <b>06</b> Gennaio	 Bilancia	 Calante	Cure per Depurarsi				
Lunedì <b>07</b> Gennaio	 Scorpione	 Calante	Cure per Depurarsi				
Martedì <b>08</b> Gennaio	 Scorpione	 Calante	Cure per Depurarsi				
Mercoledì <b>09</b> Gennaio	 Sagittario	 Calante	Cure per Depurarsi				
Giovedì <b>10</b> Gennaio	 Sagittario	 Calante	 Diggiuno dalle <b>20:43</b>				

Venerdì <b>11</b> Gennaio	 Capricorno	 Luna Nuova ore <b>20:43</b>	 Fino alle <b>20:43</b>				
Sabato <b>12</b> Gennaio	 Capricorno	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Domenica <b>13</b> Gennaio	 Acquario	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Lunedì <b>14</b> Gennaio	 Acquario	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Martedì <b>15</b> Gennaio	 Pesci	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Mercoledì <b>16</b> Gennaio	 Pesci	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Giovedì <b>17</b> Gennaio	 Ariete	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Venerdì <b>18</b> Gennaio	 Ariete	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Sabato <b>19</b> Gennaio	 Ariete	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Domenica <b>20</b> Gennaio	 Toro	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				

Lunedì <b>21</b> Gennaio	 Toro	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Martedì <b>22</b> Gennaio	 Gemelli	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Mercoledì <b>23</b> Gennaio	 Gemelli	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Giovedì <b>24</b> Gennaio	 Gemelli	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Venerdì <b>25</b> Gennaio	 Cancro	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Sabato <b>26</b> Gennaio	 Cancro	 Crescente	 Digiuno dalle <b>05:37</b>				
Domenica <b>27</b> Gennaio	 Leone	 Luna Piena ore <b>05:37</b>	 Fino alle <b>05:37</b>				
Lunedì <b>28</b> Gennaio	 Leone	 Calante	Cure per Depurarsi				
Martedì <b>29</b> Gennaio	 Vergine	 Calante	Cure per Depurarsi				
Mercoledì <b>30</b> Gennaio	 Vergine	 Calante	Cure per Depurarsi				

<p>Giovedì <b>31</b> Gennaio</p>	 <p>Vergine</p>	 <p>Calante</p>	<p>Cure per Depurarsi</p>				
--	--	--	-------------------------------	---	--	---	--

### **Cura del Corpo**

In Luna Calante è bene sottoporsi a cure depurative.

In Luna Crescente a cure rinforzanti e ricostituenti.

In Luna Nuova è molto salutare sottoporsi ad un digiuno totale costituito solo da bevande, tisane e frutta, perché diamo un grande aiuto al corpo che si sta già depurando da solo: è come raddoppiare l'effetto.

Sarebbe ottimale effettuare anche un idrocolon, un bagno di Sale, un lavaggio epatico, un massaggio volto a sciogliere delle contratture o blocchi energetici, ecc...

Per maggiori informazioni consultare il sito di Vita e Salute alle pagine che trattano il mantenimento degli organi.

In Luna Piena è fondamentale mangiare cibo genuino e non contaminato, bere acqua pura, e respirare aria pura. Ma dato che spesso questo è difficile da mettere in pratica è consigliato il digiuno che può essere totale come quello della Luna Nuova oppure parziale dove si mangia anche delle verdure cotte biologiche e se proprio abbiamo fame anche del riso biologico.

In Luna piena il corpo tende a trattenere tutto e quindi anche i grassi per cui praticare il digiuno evita il conseguente aumento di peso, dopo aver mangiato cibi pesanti o grassi.

Per maggiori informazioni consultare il sito di Vita e Salute alle pagine che parlano dell'alimentazione.

### **Cura dei Capelli**

I Capelli non devono essere né lavati né tagliati nei segni di acqua: Cancro, Scorpione, Pesci; quando questi segni, si trovano sia nella Luna Calante sia nella Luna Crescente.

Se lo facciamo favoriamo il diradamento, la caduta e la forfora del capello.

I Capelli devono essere tagliati in Leone o Vergine; quando questi segni, si trovano sia nella Luna Calante, sia nella Luna Crescente, anche se è più favorita la Luna Crescente.

Se lo facciamo i capelli crescono sani e belli.

Quando la luna transita nel Leone è favorito l'infoltimento, mentre quando la luna transita nella Vergine è favorita la crescita.

### **Cura della Unghe**

Le Unghe dei piedi e delle mani devono essere tagliate o limate nel segno del Capricorno; quando questo segno, si trova sia nella Luna Calante, sia nella Luna Crescente.

Se lo facciamo le unghie diventano dure e resistenti.

Le unghie non devono essere tagliate o limate nei segni dei: Gemelli, Cancro, Pesci e Scorpione; quando questi segni si trovano sia nella Luna Calante, sia nella Luna Crescente.

Se lo facciamo le unghie diventano fragili e si spezzano facilmente.

### **Cura della Peluria con la Depilazione**

La Depilazione deve essere effettuata nel segno del Capricorno; quando questo segno, si trova esclusivamente nella Luna Calante.

Se lo facciamo i peli si indeboliscono e crescono molto più lentamente.

La Depilazione non deve essere effettuata nei segni del: Leone e Vergine; quando questi segni si trovano sia nella Luna Calante, sia nella Luna Crescente.

Se lo facciamo i peli tendono a rinforzarsi ed è possibile notare un infoltimento e un ispessimento, inoltre ricrescono più velocemente.

Questi sopra citati sono i momenti migliori e peggiori, però la possiamo anche effettuare durante tutta la fase di Luna Calante (a parte quando è nel Leone e Vergine) ed evitarla durante tutta la fase di Luna Crescente.

### **Cura del Volto con Maschere Nutrienti**

Le Maschere Nutrienti per il volto devono essere fatte nei segni di aria: Gemelli, Bilancia, Acquario; quando questi segni, si trovano esclusivamente nella Luna Crescente.

Risulta ottimo anche il segno dell'Ariete; quando questo segno, si trova sia nella Luna Calante, sia nella Luna Crescente.

Se lo facciamo, la maschera, penetra bene nella pelle, la quale assorbe bene tutte le sostanze nutrienti che sono presenti.

E' intelligente evitare di farsi le Maschere Nutrienti nella Luna Calante (a parte quando transita in Ariete) perché non si notano risultati apprezzabili.