









































































































Calendario Lunare MARZO 2012 www.vitaesalute.org

| Data | Costellazione | Luna | Corpo | Capelli | Manicure | Depilazione | Maschere |
|---------------------------------|---|---|---|---|--|---|---|
| Giovedì 01 Marzo |  Gemelli |  Crescente | Cure per Rinforzarsi | | | |  |
| Venerdì 02 Marzo |  Gemelli |  Crescente | Cure per Rinforzarsi | | | |  |
| Sabato 03 Marzo |  Cancro |  Crescente | Cure per Rinforzarsi |  |  | | |
| Domenica 04 Marzo |  Cancro |  Crescente | Cure per Rinforzarsi |  |  | | |
| Lunedì 05 Marzo |  Leone |  Crescente | Cure per Rinforzarsi |  | |  | |
| Martedì 06 Marzo |  Leone |  Crescente | Cure per Rinforzarsi |  | |  | |
| Mercoledì 07 Marzo |  Leone |  Crescente |  Diggiuno dalle 10:38 |  | |  | |
| Giovedì 08 Marzo |  Vergine |  Luna Piena ore 10:38 |  Fino alle 10:38 |  | |  | |
| Venerdì 09 Marzo |  Vergine |  Calante | Cure per Depurarsi |  | |  | |
| Sabato 10 Marzo |  Bilancia |  Calante | Cure per Depurarsi | | | | |

| | | | | | | | |
|---------------------------------|---|--|--|---|--|---|--|
| Domenica 11 Marzo |  Bilancia |  Calante | Cure per Depurarsi | | | | |
| Lunedì 12 Marzo |  Scorpione |  Calante | Cure per Depurarsi |  |  | | |
| Martedì 13 Marzo |  Scorpione |  Calante | Cure per Depurarsi |  |  | | |
| Mercoledì 14 Marzo |  Sagittario |  Calante | Cure per Depurarsi | | | | |
| Giovedì 15 Marzo |  Sagittario |  Calante | Cure per Depurarsi | | | | |
| Venerdì 16 Marzo |  Capricorno |  Calante | Cure per Depurarsi | |  |  | |
| Sabato 17 Marzo |  Capricorno |  Calante | Cure per Depurarsi | |  |  | |
| Domenica 18 Marzo |  Acquario |  Calante | Cure per Depurarsi | | | | |
| Lunedì 19 Marzo |  Acquario |  Calante | Cure per Depurarsi | | | | |
| Martedì 20 Marzo |  Acquario |  Calante | Cure per Depurarsi | | | | |
| Mercoledì 21 Marzo |  Pesci |  Calante |  Digiuno |  |  | | |

| | | | | | | | |
|---------------------------------|--|---|--|---|--|--|---|
| | | | dalle 15:36 | | | | |
| Giovedì 22 Marzo |  Pesci |  Luna Nuova ore 15:36 |  Fino alle 15:36 |  |  | | |
| Venerdì 23 Marzo |  Ariete |  Crescente | Cure per Rinforzarsi | | | |  |
| Sabato 24 Marzo |  Ariete |  Crescente | Cure per Rinforzarsi | | | |  |
| Domenica 25 Marzo |  Toro |  Crescente | Cure per Rinforzarsi | | | | |
| Lunedì 26 Marzo |  Toro |  Crescente | Cure per Rinforzarsi | | | | |
| Martedì 27 Marzo |  Toro |  Crescente | Cure per Rinforzarsi | | | | |
| Mercoledì 28 Marzo |  Gemelli |  Crescente | Cure per Rinforzarsi | |  | |  |
| Giovedì 29 Marzo |  Gemelli |  Crescente | Cure per Rinforzarsi | |  | |  |
| Venerdì 30 Marzo |  Cancro |  Crescente | Cure per Rinforzarsi |  |  | | |
| Sabato 31 Marzo |  Cancro |  Crescente | Cure per Rinforzarsi |  |  | | |

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.