



















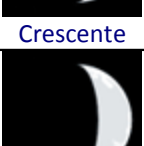




































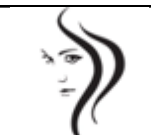










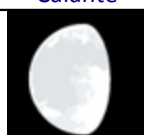







































Calendario Lunare Marzo 2014 www.vitaesalute.org

Data	Costellazione	Luna	Corpo	Capelli	Manicure	Depilazione	Maschere
Sabato 01 Marzo	 Pesci	 Luna Nuova ore 09:00	 Fino alle 09:00				
Domenica 02 Marzo	 Pesci	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Lunedì 03 Marzo	 Ariete	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Martedì 04 Marzo	 Ariete	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Mercoledì 05 Marzo	 Toro	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Giovedì 06 Marzo	 Toro	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Venerdì 07 Marzo	 Toro	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Sabato 08 Marzo	 Gemelli	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Domenica 09 Marzo	 Gemelli	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Lunedì 10 Marzo	 Cancro	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				

Martedì 11 Marzo	 Cancro	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Mercoledì 12 Marzo	 Cancro	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Giovedì 13 Marzo	 Leone	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Venerdì 14 Marzo	 Leone	 Crescente	Cure per Rinforzarsi				
Sabato 15 Marzo	 Vergine	 Crescente	 Digiuno dalle 18:07				
Domenica 16 Marzo	 Vergine	 Luna Piena ore 18:07	 Fino alle 18:07				
Lunedì 17 Marzo	 Vergine	 Calante	Cure per Depurarsi				
Martedì 18 Marzo	 Bilancia	 Calante	Cure per Depurarsi				
Mercoledì 19 Marzo	 Bilancia	 Calante	Cure per Depurarsi				
Giovedì 20 Marzo	 Scorpione	 Calante	Cure per Depurarsi				

Venerdì 21 Marzo	 Scorpio	 Calante	Cure per Depurarsi				
Sabato 22 Marzo	 Sagittario	 Calante	Cure per Depurarsi				
Domenica 23 Marzo	 Sagittario	 Calante	Cure per Depurarsi				
Lunedì 24 Marzo	 Capricorno	 Calante	Cure per Depurarsi				
Martedì 25 Marzo	 Capricorno	 Calante	Cure per Depurarsi				
Mercoledì 26 Marzo	 Acquario	 Calante	Cure per Depurarsi				
Giovedì 27 Marzo	 Acquario	 Calante	Cure per Depurarsi				
Venerdì 28 Marzo	 Acquario	 Calante	Cure per Depurarsi				
Sabato 29 Marzo	 Pesci	 Calante	 Digiuno dalle 19:44				
Domenica 30 Marzo	 Pesci	 Luna Nuova ore 19:44	 Fino alle 19:44				

Lunedì 31 Marzo	 Ariete	 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.

Silvia Pellegrini
www.vitaesalute.org