Тираж книг авторов более 5 млн экз.

И. Паунггер, Т. Поппе

всемирно известные эксперты по Луне

ЛУННАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

в вопросах и ответах календарь до 2022 г.

Тираж книг авторов более 5 млн экз.

И. Паунггер, Т. Поппе

всемирно известные эксперты по Луне

ЛУННАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ

в вопросах и ответах • календарь до 2022 г.

Все, что вы хотели спросить о влиянии Луны на здоровье, дом и сад

ЭКСМО

Москва 2012

УДК 133.52
ББК 86.42
П 21

Johanna Paungger & Thomas Poppe

FRAGEN AN DEN MOND. 250 ANTWORTEN ZU GESUNDHEIT, HAUSHALT UND GARTEN IM EINKLANG MIT DEM MOND

© 2010 by Wilhelm Goldmann Verlag, München a division of Verlagsgruppe Random House GmbH, München, Germany. Johanna Paungger & Thomas Poppe, 105 Prospect Street, White Plains NY 10606, United States of America. Fax: 001-914-683-7358, e-mail: vrz@aon.at, home page: www.paungger-poppe.com

Перевод с немецкого *Е. В. Селезнёвой*

Паунггер И.

П 21 Лунная энциклопедия в вопросах и ответах, календарь до 2022 г. / Паунггер И., Поппе Т. ; [пер. с нем. Е. Селезнёвой]. — М. : Эксмо, 2012. — 416 с. — (Лунные календари от известных специалистов).

ISBN 978-5-699-53157-8

Новая книга от авторов бестселлеров «Все в нужный момент» и других популярных книг, посвященных влиянию Луны на человека и его повседневную жизнь. Книгами Иоганны и Томаса пользуются миллионы людей по всему миру, а в Германии и Австрии они любимы и признаны почти в каждом доме. Искусство жить в гармонии с Луной и природными ритмами авторы получили от своих предков, в частности от деда Иоганны, а затем усовершенствовали благодаря многолетним научным наблюдениям, исследованиям и анализу десятков тысяч писем от читателей. В эту энциклопедию вошли подробные ответы на 250 наиболее часто задаваемых вопросов о влиянии Луны на повседневную жизнь: здоровье, личную гигиену, домашний быт и сад. Новая книга будет полезна всем — от новичков до знатоков. Лунный календарь до 2022 года сделает это издание вашим незаменимым справочником на долгие годы.

Для широкого круга читателей.

УДК 133.52
ББК 86.42

© Селезнёва Е. В., перевод на русский язык, 2012
© Терещенко В. Л., художественное оформление, 2012
© Издание на русском языке, оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2012

ISBN 978-5-699-53157-8

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ 15

ОСНОВЫ ЗНАНИЙ О ЛУНЕ 18

Вчера и сегодня 18

Внимательное наблюдение 19

Знатоки нужного момента 20

Система и средства 21

Небольшой перерыв 22

Новое начало на пути в лучшее будущее 23

Основная таблица 25

ВОПРОСЫ О ЗДОРОВЬЕ, ПРОФИЛАКТИКЕ И ЛЕЧЕНИИ 27

Похудение с Луной 28

Польза для стоп 30

Упражнения для хорошего зрения 31

Перенос операций 32

Вакцинация в соответствии с лунными ритмами . . 33

Кесарево сечение 35

Можно ли пить воду во время еды? 36

Народная болезнь мигрень и ее скрытые причины 37

Переход на полезную муку 40

Древние и современные знания 41
Насморк из-за неправильного питания 42
Замена амальгамных пломб 43
Правильное время для операций 44
Действие массажа. 45
Лечение рубцов 47
Прием гомеопатии в соответствии
с лунными ритмами 47
Массаж рефлекторных зон стопы
в правильное время 49
Клубника и боли в ушах 50
Как регулировать брекеты 51
Вредно ли пить холодное? 52
Лечение солнечных ожогов. 53
Наука и лекарственные травы 54
Иглоукалывание и лунные ритмы 55
Аллергия на домашнюю пыль. 57
Челюстные имплантаты 57
Детство без молока 58
Компрессы и операции на коленях. 61
Сосудистая сеточка 61
Из-за чего появляются круги под глазами 62
Заваривайте чай правильно! 64
Чувствительность к холодному
во время голодания 66
Как общаться с капризными детьми 67
Кофе и цельнозерновой хлеб. 68
Лечение одуванчиком 69
Пшеничная мука и боли в спине 70
Коровье молоко для младенцев? 71
Лечение псориаза 71
Операции в дни Льва 72

Правильное время для удаления миндалин 73
Как восполнить недостаток железа 74
Полюбившаяся привычка 75
Удаление бородавок 76
Ревматизм и папоротник 77
Когда нужно прекращать кормление грудью 78
Весеннее лечение крапивным чаем 80
Профилактика мигрени 80
Сила новолуния 81
Щитовидная железа и влияние Луны 82
Вросшие ногти на ногах 82
Лечение мозолей на ногах 83
Проблемы с простатой 84
Молоко и кофе. 85
Шоколадомания 87
Значение глоточных миндалин 88
Различные типы питания 89

ВОПРОСЫ ПО УХОДУ ЗА ТЕЛОМ
И ИСПОЛЬЗОВАНИЮ КОСМЕТИКИ 109

Удаление волос 109
Лечение воспаления десен 111
Как красить волосы в соответствии
с лунными ритмами 112
Где найти буковую золу 112
Как стричь и массировать ногти 113
Окрашенный зубной налет 114
Перманентный макияж 115
Волосы можно стричь только
при растущей Луне? 116
Солнечные ванны 116
Как предотвратить появление растяжек
после рождения ребенка 118

Ежедневное мытье головы 119
Маски для лица в правильное время 120
Острым лезвием 121
Березовый сок 121
Помогите, я не могу поправиться!. 122
Как вернуть кудри 122
Секрет стрижки 123
Липолиз в соответствии с лунными ритмами. . . . 124
Целлюлит и атрофия костной ткани 125
Уход за естественными кудрями 126
Опыт парикмахера. 127
ВОПРОСЫ О ДОМАШНЕМ ХОЗЯЙСТВЕ
И БЫТЕ 129
Когда лучше делать домашнюю уборку 129
Работы по дому — главные принципы 130
Заморозка продуктов 132
Как красить пасхальные яйца. 132
Приготовление квашеной капусты 133
Гималайская соль 134
Магнитный железняк в кувшине для воды 135
Лунный календарь и содержание животных. . . . 136
Обработка шерсти в соответствии
с лунными ритмами 137
Полезна ли шерсть для кожи младенцев 137
Луна и изменение погоды 138
Настрой при приготовлении пищи 139
Когда нужно убирать сезонную одежду 140
Удаление покрытия с мебели и ее реставрация. . . 141
Когда можно кастрировать и стерилизовать
домашних животных. 142
Стирка в соответствии с влиянием Луны. 143

Собирать урожай можно и зимой? 144
Покупка обуви в правильное время. 145
Переезд в детскую комнату 146
Устойчивый запах табака 147
Рождественская выпечка и сухое печенье 148
Шитье и вязание 148
Совсем маленькие насекомые. 149
Замена окон и покраска фронтона 150
Уход за деревянным полом 151
Луна и машины. 152
Выращивание трав в квартире 153
Как спасти лоснящуюся одежду 153
Правила переезда для животных и людей 154
Как справиться с нашествием мух 155
Испачканная одежда. 156
Удаление пятен в подходящее время 157
Защита от электросмога. 157
Планирование деревянной террасы 158
Как бороться с земным излучением 159
Если линяют коты 159
Рецепт мази из окопника 160
Можно ли разогревать овощи 161
Основные правила глажки 162
Приготовление варенья 163
Правильное время для приготовления сока 164
Строительство экологически чистого дома. 164
Приготовление йогурта 165
Строительство погреба 166
Плесень в углах 167
Хранение салата 168
Приготовление яблочного уксуса. 168

Приготовление джема без сахара 169
Чистка серебра 169
Как устранить неприятный запах шерсти 170
Чистка ковров 171
Приготовление хлеба 171
Что делать, если сел свитер 174
Растения в спальне 174
Отростки комнатных растений 175
Уход за бонсай 176
ВОПРОСЫ О САДОВОДСТВЕ, СЕЛЬСКОМ И ЛЕСНОМ ХОЗЯЙСТВЕ 177
Получение семян растений 177
Полив газона и цветов 178
Сныть, одуванчик и подорожник ланцетный 180
Луна и обработка древесины 181
Рождественские елки и одиннадцатое полнолуние 182
Разведение винограда и лунные ритмы 183
Лунные ритмы и потепление климата 185
Разрушения в лесу после бури 186
Прополка сорняков 187
Прививка плодовых деревьев 188
Индустриализированное сельское хозяйство . . . 189
Использование натуральных удобрений в соответствии с лунными ритмами 191
Переход на экологически чистое садоводство . . . 192
Очистка клеток маленьких животных от навоза . . 193
Уход за комнатными растениями во время отпуска 194
Почему удобрять эффективнее в правильное время 195

Луна и колодец. 196
Зимовка гераней 197
Герань с новыми побегами 198
Как ухаживать за геранями и другими кадочными растениями 199
Перестройка фермы 200
Польза для пчел 201
Посадка цветочных луковиц в правильное время 202
Прорастающие корни деревьев 202
Как правильно использовать семена томатов . . . 203
Аэрация газона. 204
Советы по созданию сада-спирали из трав 204
Топливные гранулы для отопления щепой 205
Сорнякам здесь не место! 206
18 июня и прополка 207
Как и когда разбить цветочную лужайку. 208
Сбор зверобоя после 24 июня 208
Есть ли будущее у биотоплива 209
Заготовка компоста без труда и неприятных запахов 210
Если крапива стала настоящим наказанием 212
Уход за живой изгородью из граба 213
Укладка дров 214
Что делать с плотной почвой 214
Обрезка плодовых деревьев 215
Использование медных инструментов в саду . . . 216
Хороший урожай грецкого ореха. 217
Высокие грядки и их полив 218
Стрижка газона 219
Разведение помидоров. 219

Обрезка старого дерева 221
Уход за копытами лошадей и ослов 221
Последние дни для посадки картофеля 223
Чистка каменных плит в саду 223
Что делать с полевками 224
Обрезка дерева в правильное время 226
Сказка о десятом крестьянине 229

ВОПРОСЫ НА РАЗЛИЧНЫЕ ТЕМЫ 245
Триумфальное шествие лунного календаря 245
Научный скепсис 245
Лунный календарь в работе предприятия 246
Расчет лунного календаря 247
Происхождение знаний о Луне 248
Об отношении к скептикам 249
Оригинал и копия 250
Знак зодиака и лунный календарь 250
Когда лучше отдавать ребенка в детский сад . . . 251
Детская бессонница 252
Магия чисел в повседневной жизни 253
Прочь из пеленок! 254
Луна и беременность 255
Как бросить курить 256
Магия чисел и талантливые дети 257
Учеба в соответствии с лунными ритмами 258
Как отучить ребенка от соски 259
Советы по уходу за младенцами 260
Вы всегда придерживаетесь лунного
календаря? 262
Как жаль! 262
Нужна ли реклама в отрывном календаре 263

Какие дни считать днями полнолуния и новолуния 264
Луна и любовь 265
Христианство и лунный календарь 266
Цвет символов знаков зодиака 268
Заключение брака в правильное время. 269
Устарел ли лунный календарь? 270
Лунный календарь и итоги выборов 270
Знания о Луне и астрология 271
Девочка или мальчик: влияет ли Луна на зачатие 272
Правильное время для заключения договоров и финансовых дел 273
Знания о Луне в Южном полушарии 273
Восходящая и нисходящая Луна 275
Момент прикосновения 276
Полнолуние и рождественский стресс 277
Тайная сила полнолуния. 278
Биоритмы в школе 280
Путешествия с детьми 281
Предрождественская пора и дети. 283
Дети и питание. 284
Тайны воды. 285
Точность лунного календаря 286
Различия между лунными календарями. 288
Письмо из гимназии 291
ВОПРОСЫ СМИ: ИНТЕРВЬЮ ОСОБОГО РОДА . . 305
Мужчина и женщина под влиянием Луны: интервью с литературным журналом. 305
Перед докладом: интервью со швейцарской ежедневной газетой 313

Решающее событие в горах: интервью с ТВ-газетой 319

ОПЫТ ЧИТАТЕЛЕЙ: ЖИЗНЬ В СОГЛАСИИ С ЛУННЫМИ РИТМАМИ 322

ПРИЛОЖЕНИЕ 335

Что еще важно для нас 335

Наши книги 337

Об авторах 342

Лунный календарь 2012—2022 343

Предисловие

Так приятно познавать одновременно самого себя и природу, не совершая насилия ни над ней, ни над своим духом, а мягким взаимодействием приводя их в равновесие друг с другом.

И. В. Гете

ЖУРНАЛИСТКА: *Вы предполагали, что однажды будете иметь дело с огромным количеством писем, превышающим сотню тысяч?*

ИОГАННА ПАУНГГЕР: Конечно, не предполагали, но надеялись найти немало читателей, готовых экспериментировать и делиться знаниями и опытом! Я знала, что эти сведения важны, но никак не ожидала получить столько писем от читателей, не говоря уже о том, чтобы рассчитывать на такой отклик. Конечно, в эпоху электронной почты стало легче быстро что-нибудь написать, иногда не особо задумываясь. Зато ответ может получиться быстрым и кратким. В обычной переписке короткий ответ кажется мне невежливым, поэтому мы приложили больше усилий. Важно то, что нам удалось многое рассказать людям и вдохновить их на эксперименты. Один человек может изменить целый мир.

ТОМАС ПОППЕ: Мы действительно не рассчитывали на такое количество писем, но это прекрасный пример читательского доверия, что и заставляет нас писать дальше. Нам еще есть что сказать, но всему свое время.

И оно снова настало, дорогие читатели! Мы хотели бы от всего сердца поблагодарить вас за доверие к нашей работе. Никогда нельзя забывать благодарить за все, что нам позволили осуществить на сегодняшний день. Это прекрасное ле-

карство каждый день придает нам сил. Все так просто: если мы чаще вспоминаем все хорошее в нашей жизни и благодарны за него, тогда мы будем хозяевами своей жизни. Тогда нас будет ожидать будущее, полное энергии и оптимизма, независимо от экономического положения. И поэтому мы хотели бы с радостью поблагодарить вас и одновременно надеемся, что и в будущем сможем вам помочь, например, этой книгой, которую мы написали не только для наших постоянных читателей, но и для тех, кто еще не знаком с данной темой.

Для прогнозирования результатов выборов достаточно пары сотен звонков от избирателей, чтобы точно, до доли процента предсказать поведение миллионов людей. Если исходить из того, что на каждый отклик приходится сотня читателей, которые задали бы тот же вопрос, но боятся дойти до почтового ящика, то нам не остается другого выбора, как настоятельно порекомендовать вам эту книгу. В ней содержится «хит-лист вопросов о Луне» и ответы примерно на 95% всех вопросов, которые мы получили с 1991 года, когда появилась наша первая книга «Все в правильный момент». Если вас лично когда-либо волновали только две-три темы из затронутых в книге, мы уверены, что большая часть сменяющих друг друга вопросов и ответов, приведенных в этой книге, принесут вам много радости и пользы, даже если вы в первый раз слышите о нашей работе!

В книге вы найдете не только ответы на вопросы читателей. Иногда случалось так, что мы получали отклик на наши собственные ответы, в которых нам подробно и иногда очень трогательно рассказывали, что происходило позже и какие результаты дали наши рекомендации. Примеры таких писем вы найдете в конце книги. Особенно нам запомнилась одна пожилая дама из Швейцарии, рассказавшая нам о визите к зубному врачу. Мимоходом она просила извинить ее почерк, так как у нее артрит. Мы дали ей совет, о котором она просила, а в постскриптуме упомянули, что на ее месте мы попробовали бы примерно на месяц исключить из питания животный белок, просто так — в качестве эксперимен-

та. Через полгода от этой дамы пришло письмо, в котором она писала, что уже три месяца ей не нужны лекарства. Письмо было написано разборчивым почерком.

Мы надеемся, что тот или иной ответ сделает и вашу жизнь чуть проще, прекраснее, радостнее и насыщеннее. Ради этого мы и пишем свои книги, ради этого и работаем.

Иоганна Паунггер и Томас Поппе

Основы знаний о Луне

Вчера и сегодня

Чтобы у вас не возникло ощущения, что для достижения максимальной пользы от применения данной книги и владения «искусством нужного момента» вам придется купить еще одну или все наши книги о Луне, ниже и в начале следующей главы мы вкратце изложили основные правила данной сферы жизни — своего рода «ускоренный курс». Приятного чтения!

В своем классическом труде «Происхождение человека» натуралист Чарльз Дарвин пишет: «Человек, как и млекопитающие, птицы и даже насекомые, подчинен тому же таинственному закону, по которому определенные нормальные процессы, такие, как беременность, рост растения и зрелость, и даже продолжительность различных заболеваний зависят от фаз Луны». А Гиппократ откровенно отмечал в своих дневниках: «Глупец тот, кто занимается медициной, не учитывая пользу движения звезд». Сегодня миллионы наших читателей в повседневной жизни — во всех ее сферах — убедились в том, что в данном законе нет ничего таинственного, что его возвращение к жизни и применение могут значительно способствовать нашему собственному физическому и душевному равновесию и оздоровлению (и, следовательно, оздоровлению нашей планеты).

При использовании «таинственного закона» Дарвина

- возрастает вероятность успешных операций, быстрого протекания периода реабилитации, предотвращается излишнее образование шрамов;

- возрастает действенность лекарственных трав, особенно при лечении хронических заболеваний;
- в садоводстве и сельском хозяйстве уменьшается количество необходимых удобрений и пестицидов для повышения урожайности и получения более высокого качества плодов;
- выздоравливают больные растения, а химическая обработка деревьев становится излишней;
- в домашнем хозяйстве вдвое сокращается применение моющих средств, а срок хранения консервированных фруктов, овощей и злаков увеличивается, одновременно уменьшается подверженность плесени и вредителям.

И это только начало списка положительных последствий применения данного закона. Сотни поколений до нас тщательно сохраняли, оберегали и применяли его с неизменным успехом. Люди с любовью и заботой передавали следующему поколению свои знания, чтобы сокровище не было утеряно. Это сокровище — искусство делать все в правильное время.

Внимательное наблюдение

Тысячи лет целители, охотники, крестьяне и многие другие люди жили и работали, чтобы обеспечивать себя и своих родственников всем необходимым, в гармонии с природными ритмами. Они внимательно наблюдали и повиновались необходимости, не особо интересуясь причинами. Священники-лекари, шаманы и целители действовали и лечили, понимая, что люди не машины, что мы — нечто большее, чем что-то собранное по воле эволюции из костей, нервов, мускулов и различных органов. Что тело, разум и душа находятся в неразрывной связи друг с другом и со всем, что нас окружает, — с другими людьми, с природой и звездами.

Наши предки внимательно наблюдали не только за состоянием и развитием ситуаций, но и за тем, какая взаимо-

связь существует между днем, месяцем или годом с положением Солнца, Луны и звезд — и какие результаты дает лечение в определенное время. Многие важные археологические постройки древности свидетельствуют, что люди придавали большое значение точному наблюдению за звездами и расчету их движения — не из научного интереса, а потому, что извлекали практическую пользу из знаний о том, какое влияние оказывает расположение звезд относительно друг друга на все процессы.

Знатоки нужного момента

Любой целитель, любой крестьянин знает, что в искусстве врачевания или в работе невнимание к этим ритмически повторяющимся циклам не останется без последствий. В те времена, когда однажды неудавшееся лечение, одна неудачная охота или единственный неурожай могли означать голодную смерть целой семьи или всего племени, люди были вынуждены развивать свои чувства в гораздо более высокой степени, чем кажется необходимым сегодня. Знатоки правильного времени постепенно обнаруживали

- что многочисленные явления природы — отливы и приливы, рождение, погода, менструальный цикл у женщин и многое другое — находятся в ритмической связи с движением Луны;
- что многие животные в своих действиях ориентируются на положение Луны: к примеру, птицы собирают материал для гнезд только в определенные дни, чтобы гнезда быстро высыхали после дождя;
- что результаты и успешность повседневных действий, таких, как приготовление еды, питание, стрижка, работа в саду, удобрение растений, стирка, прием лекарств, операции и многое другое, подчинены природным ритмам;
- что иногда операции и медикаменты в определенные дни полезны, а в другие — бесполезны или даже вредны,

и зачастую это не зависит от дозы и качества лекарств или профессионализма врача;

- что растения и их части в разные дни подчинены различным видам энергии, знание которых имеет решающее значение для эффективного ведения сельского хозяйства и получения хорошего урожая; лекарственные травы, собранные в одно время, не так действенны, как собранные в другое время.

Если вкратце: «таинственный закон» Дарвина основывается на том, что успех или неудача запланированного действия зависит не только от необходимых навыков и средств, но и от выбора времени.

Система и средства

Конечно, наши предки стремились передать свои знания и опыт сыновьям и дочерям. Необходимо было составить простую систему, которая сделала бы возможным описание сил природы и, прежде всего, предвидение, а также планирование ежедневной работы.

Солнце, Луна и звезды от природы были, так сказать, элементами небесных часов — их «стрелками» и «циферблатом». Причина этого очень проста. Человек замечает, что благоприятное время для проведения подготовительных работ, посева и подрезки растений ежемесячно длится от двух до трех дней, а Луна при этом всегда проходит одни и те же созвездия. Тогда напрашивается вывод, что нужно связать звезды в единую систему, а каждому конкретному положению звезд дать соответствующее его влиянию и запоминающееся название. Таким образом, созвездие становится цифрой на циферблате звездного неба.

Наши предки выделили 12 источников энергии, обладающих различными качествами и окрасом. Созвездиям, которые Солнце (за год) и Луна (за месяц) проходят в течение каждого периода, они дали двенадцать разных названий:

Овен, Телец, Близнецы, Рак, Лев, Дева, Весы, Скорпион, Стрелец, Козерог, Водолей, Рыбы. Давая имена созвездиям, наши предки пытались отметить свойства определенной энергии в соответствии с преобладавшей в те времена картиной мира. Таким образом, человек создал «звездные часы» — календарный инструмент, с помощью которого он теперь мог рассчитать, какие виды энергии в будущем будут способствовать осуществлению его замыслов или будут тормозить их. До Первой мировой войны почти во всех календарях мира указывалась фаза Луны и ее положение в знаке зодиака, как и во многих современных календарях для садоводов и огородников, а также в календарях для заметок.

Небольшой перерыв

Примерно в конце XIX века знания об особых ритмах природы неожиданно и быстро пришли в забвение. Одной из главных причин явилось то, что современные техника и медицина сулили гораздо более быстрое решение всех повседневных проблем. В кратчайшие сроки удалось заставить людей поверить в иллюзию, что технический прогресс выполнит эти обещания — за «небольшие деньги». Политики и экономисты были заинтересованы в дискредитации знаний о природных ритмах, потому что они не имели никакой денежной или торговой ценности. Наблюдение за ритмами природы и их соблюдение сразу стали излишними, и их заклеймили как суеверие.

Достижения в области медицины и фармацевтики закрепили убеждение, что можно без последствий пренебрегать волнообразным характером жизни и ее целостностью. Результатом стало быстрое устранение боли и симптомов болезни, которое считалось результатом медикаментозной терапии. При этом многое было утеряно: мнение, что врач может лишь помочь человеку вылечиться самостоятельно; щадящие, но требующие большего времени методы лечения; исследование причин болезни и их профилактика; терпение и готовность врача и пациента общаться на равных и,

прежде всего, ответственность человека за свое здоровье. Кроме того, хотя современные научные методы позволяют доказать силу лунных ритмов, едва ли возможно объяснить, что вопрос «почему?» пока должен остаться без ответа — для большинства ученых с их прямолинейным мышлением это веская причина вообще оставить данный вопрос без внимания.

Молодое поколение крестьян, лесоводов и садоводов высмеивали дедовские методы ведения хозяйства и стали полагаться исключительно на чрезмерное количество машин и инструментов, удобрений и пестицидов. Долгое время им казалось, что нововведения оправдываются растущими урожаями, а недостатки просто замалчивались или не принимались всерьез. Сельское хозяйство и лесничество потеряли связь с природой, и началось, на первых порах бессознательное, хищническое разграбление окружающей среды с помощью промышленности, которая поддерживала веру в ее способность решить все людские проблемы. Знания о «правильном времени» выжили лишь в небольших оазисах, оставшихся нетронутыми индустриализацией и скальпелем науки и где опыт поколений и «внутренний голос» ценились выше, чем современное снотворное.

Новое начало на пути в лучшее будущее

Сегодня индустриализированное сельское хозяйство оказалось в замкнутом круге разного рода зависимостей, и едва ли возможно закрыть глаза на то, какую высокую цену приходится платить за невнимание к ритмам и законам природы и ее безжалостную эксплуатацию. Урожаи падают, а вредители получают легкую добычу, поскольку почва беднеет и уже не в силах сама защититься или восстановиться. Всего за несколько десятилетий во много раз увеличилось использование удобрений и пестицидов, что принесло непродолжительный успех и далеко идущие отрицательные последствия. Качество и сомнительная польза выращенных

по современным технологиям плодов говорят сами за себя. Бессмысленная генная модификация культурных растений — еще одно доказательство, что мы окончательно зашли в тупик. К счастью, появляется все больше признаков того, что грядут перемены к лучшему — как со стороны сельского хозяйства, так и со стороны все более осведомленных покупателей.

Дорогие читатели, вы среди тех первооткрывателей, которые хотят вновь отвоевать знания предков, медленно, потихоньку, без суеты и спешки, потому что никогда не поздно вернуть к жизни древнее искусство. Оно лишь ждет людей, которые не оправдываются тем, что «ничего не могут добиться в одиночку». Каждое, даже самое небольшое действие важно и иногда имеет гораздо более основательное и непосредственное влияние, чем широкие жесты или красивые пустые слова.

Возможно, вы уже заметили в повседневной жизни, что знания о Луне могут способствовать тому, чтобы мудрость и здравый смысл снова восторжествовали в медицине, в вашем саду, в сельском хозяйстве и в природе. Все эти правила легко доказать с помощью опыта и ощущений, а не произвола, предположений, теорий или веры. В конце концов, положение Луны на небосводе — всего лишь стрелка часов, а ощущение того, на что она нам указывает, мы несем внутри себя. Это знание также должно помочь разбудить наши ощущения и попытаться доверять им, иметь мужество прислушиваться к ним. Эти законы действенны и актуальны повсюду на Земле, однако полям и почвам, как и нашим организмам, пришлось свыкнуться со многими отрицательными явлениями, и возвращение к природе и гармонии с ее ритмами, к осознанию ответственности за свое здоровье требует четкого плана и терпения. Природа работает медленно, в своем собственном темпе, ее нельзя ни к чему принуждать. Если вы всегда будете помнить об этом, знание о ритмах Луны само откроется вам — подобно прекрасному произведению классической музыки, в котором, чем чаще его слушаешь, тем больше находишь оттенков, глубины и смысла.

Основная таблица

Знак зодиака	*Часть тела, орган*	*Система организма*	*Питательные вещества*	*Часть растения*	*Погода*	*Стихия*
Овен	Голова, мозг, глаза, нос	Органы чувств	Белок, фрукты	Плод	День тепла	Огонь
Телец	Гортань, щитовидная железа, зубы, челюсти, миндалины, уши	Кровообращение	Соль	Корень	День холода	Земля
Близнецы	Плечи, руки, кисти рук, легкие	Эндокринная система	Жир	Цветок	День воздуха/свет	Воздух
Рак	Грудь, легкие, желудок, печень, желчный пузырь	Нервная система	Углеводы	Лист	День влаги	Вода
Лев	Сердце, спина, диафрагма, кровообращение, артерии	Органы чувств	Белок, фрукты	Плод	День тепла	Огонь
Дева	Пищеварительные органы, нервы, селезенка, поджелудочная железа	Кровообращение	Соль	Корень	День холода	Земля
Весы	Поясница, почки, мочевой пузырь	Эндокринная система	Жир	Цветок	День воздуха/света	Воздух

Скорпион	Мочеполовая система	Нервная система	Углеводы	Лист	День влаги	Вода
Стрелец	Бедра, вены	Органы чувств	Белок, фрукты	Плод	День тепла	Огонь
Козерог	Колени, кости, суставы, кожа	Кровообращение	Соль	Корень	День холода	Земля
Водолей	Голени, вены	Эндокринная система	Жир	Цветок	День воздуха/света	Воздух
Рыбы	Стопы, пальцы ног	Нервная система	Углеводы	Лист	День влаги	Вода

Основная таблица — важный инструмент для использования знаний о Луне, в ней рассмотрено влияние положения Луны в знаках зодиака на организм человека, на растения, на потребление питательных веществ и т. п. За подробным объяснением действий различных видов энергии лучше всего обратиться к нашим книгам «Собственными силами» и «Живой сад».

Вопросы о здоровье, профилактике и лечении

Ускоренный курс «знания о Луне»

Основные правила поддержания здоровья, профилактики и лечения

Естественно, вопросы о здоровье, выздоровлении, подходящем времени для операций и т. п. были самыми частыми из тех, что мы получили за все время. Предлагаем вашему вниманию ускоренный курс по теме «Здоровье и Луна».

- Все, что полезно для какого-либо органа или части тела, всегда действеннее в те дни, когда Луна проходит знак зодиака, управляющий этим органом/частью тела. Исключением является хирургическое вмешательство. Например, массаж стоп в дни Рыб наиболее показан, в то время как операция на стопах в эти дни скорее нежелательна.
- Все, что особенно отягощает или переутомляет часть тела/орган, приносит наибольший вред, во время прохождения Луной знака зодиака, управляющего этой частью тела/органом. Хирургических вмешательств в такие дни стоит по возможности избегать. Срочные операции нужно проводить согласно правилу, указанному выше.
- Если Луна растет, проходя определенный знак, то потребление полезных для подчиненного его влиянию органа веществ эффективнее, чем при убывающей Луне.
- Если Луна убывает, то все меры по очищению и разгрузке соответствующего органа эффективнее, чем при растущей Луне.

Хотя хирургическое вмешательство идет лишь на пользу определенному органу и тем самым всему организму, но **сама операция** оказывает на орган нагрузку. Операции всегда следует проводить в фазу убывающей Луны, если есть возможность планировать дату.

Похудение с Луной

В прошлом году моя подруга сидела на весенней диете в соответствии с лунным календарем, она сбросила пять килограммов и больше не набирает вес. Эффект «йо-йо» не наступил. Как работает эта методика? Я хочу обязательно испробовать ее следующей весной!

Это замечательная идея, поскольку движение Луны располагает к естественному способу питания, который поможет вам достичь оптимального для вас веса и, самое главное, без труда поддерживать его.

Начните курс примерно за два-три дня до полнолуния. В это время организм особенно быстро усваивает полученные вещества, поэтому вы будете набирать вес быстрее, особенно непосредственно в день полнолуния. Очень осторожно начинайте диету — и просто ешьте в течение этих трех дней немного меньше, чем обычно, и ничего — после шести вечера. Особенно смелые люди могут устроить в полнолуние день на фруктах или разгрузочный день. Питайтесь так же, как вы обычно питаетесь во время голодания: ешьте по возможности гораздо меньше или что-то совершенно другое, чем обычно.

В течение следующих двух недель при убывающей Луне вы можете питаться так же, как привыкли, если у вас нет огромного излишнего веса (в противном случае необходимо выяснить ваш тип питания; см. интервью в конце этой главы и анкету в приложении). Организм не так хорошо усваивает пищу, вес, как правило, остается прежним или даже снижается. В течение двух недель, когда Луна убывает, вы также можете пить травяной чай для очищения крови, лучше всего

из крапивы. Дни на фруктовой диете и разгрузочные дни хорошо проводить на новолуние и за один-два дня до него. Организм интенсивно избавляется от накопившихся ядов, и этот процесс можно поддержать, некоторое время стойко ограничиваясь в питании. Организм будет питаться накопленными излишками.

В следующие две недели, когда Луна растет, необходимо сократить прием пищи по сравнению с обычным, так как в этот период организм принимает и накапливает питательные вещества гораздо легче. Попробуйте в целом меньше есть и заканчивайте есть примерно за пять минут до чувства насыщения. Последняя рекомендация имеет решающее значение, и привыкнуть к этому можно без особого труда. Пейте особенно много воды между 15 и 17 часами, а последний прием еды должен происходить на один-два часа раньше, чем обычно, но не позже 18 часов.

Мы радуемся вместе с вами, что, придерживаясь лунного календаря и правильного режима питания, вы вскоре испытаете особое чувство. Вы увидите, что питание в соответствии с лунными ритмами — не лечение, оно естественно в гармонии с ритмами нашего организма и природы. У каждого свои вкусы в выборе блюд и напитков, независимо от того, находится ли Луна в Овне или в Козероге, являются ли продукты действительно питательными или это лишь средство утоления голода. Если в какие-то дни хочется есть только салат и фрукты, а в другие — только хлеб или корнеплоды, ни в коем случае не нужно переживать, что такое питание односторонне: возможно, в вас проснулось природное чутье.

Кратко ПОСТЕПЕННОЕ ПОХУДЕНИЕ С ЛУННЫМИ РИТМАМИ

В полнолуние и новолуние нужно есть фрукты и пить соки или устраивать разгрузочные дни. При убывающей Луне соблюдайте обычный режим питания, при растущей — кушайте немного меньше. Все очень просто!

Польза для стоп

После того как я прочитала вашу книгу «Собственными силами» и кое-что изменила в своей жизни, со мной и моей семьей произошли удивительные вещи.

Например, я работала в операционной у специалиста по сосудистой хирургии (он лечил заболевания вен) и наблюдала за пациентами во время подготовки к операции, в течение самой операции и в ходе послеоперационного лечения и вела небольшой дневник. Поразительно, как очевидны были различия. Хотя шеф часто интересовался во время операции, в каком положении находится Луна и что это означает, он все же часто назначал прием в зависимости от загруженности графика. Он придерживается взглядов официальной медицины. Однако я видела, что в некоторые дни во время операций пациенты теряли очень много крови, а после у них были боли и синяки, однако в другие дни этого, напротив, почти не происходило.

Однажды у моей дочери врос ноготь, и лечение было назначено в соответствии с графиком, а более поздняя операция на ногте — на дату, выбранную мной по вашей книге. После первого посещения врача у дочери были ужасные боли, а во второй раз — ничего, ни малейшей боли!

Скоро я буду работать мастером педикюра, и у меня есть один вопрос. С одной стороны, дни Рыб благоприятны для стоп, но с другой стороны, в этот период не стоит проводить операции. В педикюре приходится делать несколько процедур в один и тот же день: мытье ног, удаление мозолей, подпиливание и обрезание ногтей и т. д. Немногие клиенты захотят приходить в разные дни. Можете ли вы подсказать, в какие дни разумнее проводить эти процедуры? От всего сердца заранее благодарю вас за ответ.

Большое спасибо за ваше письмо! Мы всегда рады, когда наши читатели рассказывают об успешном опыте использования знаний о Луне, особенно в области лечения и здоровья.

Что касается вашего вопроса: конечно, вы можете назначать прием и при растущей Луне. В этот период мы советуем принимать клиенток со здоровыми ногами. Это будет полезно для них, а об осложнениях и вреде можно не беспокоиться. При убывающей Луне занимайтесь сложными случаями, например удалением хронических мозолей, постоянно нарастающей ороговевшей кожи и т. п. Исключением является вросший ноготь: ни вам, ни врачу не стоит лечить его при убывающей Луне и ни в коем случае — в дни Рыб. Что касается энергии дней Рыб вообще, то в эти дни показано проведение всех педикюрных процедур, кроме операций. Нам кажется, у вас достаточно опыта, чтобы судить о том, что можно считать операцией. Если человек очень восприимчив к боли, то не стоит назначать ему прием, когда Луна находится в знаке Рыб. Удачи!

Упражнения для хорошего зрения

Существует ли правильное время для упражнений по усилению зрения? Я слышал, что если делать эти упражнения в нужное время, можно даже не носить очки.

Да, действительно существуют упражнения, позволяющие в дальнейшем не носить очки. Особенно их нельзя пропускать в дни Овна, Льва и Стрельца, потому что в это время влиянию Луны наиболее подвержены органы чувств. Иногда мы сами используем одно очень простое упражнение — делаем вращательные движения глазами. Начните вращать их по часовой стрелке очень медленно и старайтесь захватить наибольший возможный угол обзора. Упражнение нужно

проделать семь раз по часовой стрелке, семь раз — против часовой стрелки.

Затем мы рекомендуем делать следующее упражнение: поднесите газету настолько близко к глазам, чтобы хорошо видеть. При этом старайтесь наиболее сосредоточиться. Затем отложите газету, посмотрите вдаль и постарайтесь увидеть все отчетливо. Повторите это упражнение, посмотрите вблизи и вдаль несколько раз.

Желательно как можно чаще делать следующее упражнение. Сильно потрите ладони друг о друга, будто вы радуетесь хорошей сделке или успешному исполнению ваших замыслов, пока руки по-настоящему не разогреются. Затем сведите руки, поднесите их вертикально к лицу и прикоснитесь теплыми подушечками у оснований больших пальцев к закрытым глазам. При этом пальцы должны прилегать к голове поверх корней волос.

Следующее упражнение — хорошая помощь при слабом зрении, например, в торговом центре, если вы уже не различаете цены на товары. Посмотрите открытыми глазами как можно выше, при этом должны двигаться только глаза, а не голова. В большинстве случаев это упражнение вызывает неприятные ощущения, но после вы некоторое время будете хорошо видеть.

Такая гимнастика для глаз и приведенные упражнения для улучшения зрения хорошо помогают, даже если человек уже носит очки. Очки зачастую закрепляют слабое зрение, что нередко можно излечить при помощи соответствующих упражнений и способности смотреть правде в глаза. Не пропускайте упражнения хотя бы в дни Овна!

Перенос операций

Некоторые люди даже переносят дату операции, потому что верят, что определенная фаза Луны может быть неблагоприятна для подобных процедур. Вам не кажется, что это перебор? Насколько, по вашему

мнению, сильно влияние Луны? Особенно если учесть, что многие книги о Луне, очевидно, неверно списаны с ваших, а даты в лунных календарях просто выдуманы?

У нас никогда не возникало и мысли **не** руководствоваться влиянием Луны, если дату операции можно выбрать самостоятельно. Любой стоматолог и любой хирург постоянно убеждаются на собственном опыте, что раны кровоточат дольше и заживают сложнее при растущей Луне, чем при убывающей. Мы рады, что становится все больше целителей, доверяющих своему личному опыту, чем исключительно тому, чему их научили. В практике таких врачей и целителей лунный календарь является надежным инструментом.

Что касается вашего вопроса о влиянии лунных ритмов, то мы никогда не подумали бы вмешиваться в назначение даты операции или что-то подобное. Однако каждый имеет право узнать об этом необыкновенно ценном во всех сферах жизни средстве и извлечь из него пользу. На знания о Луне не существует патента, это наследие всего человечества, на личное владение которым никто не может претендовать. Конечно, те, кому не хватает личного опыта, в спешке что-то неверно копируют или даже выдумывают, но против неаккуратного обращения с фактами и навешивания ярлыков мы ничего не можем поделать. Мы надеемся, что истина и польза восторжествуют на долгое время.

Вакцинация в соответствии с лунными ритмами

Сейчас я с большим интересом читаю и изучаю ваши книги, и мне не терпится использовать ваши советы. У нас есть десятимесячный здоровый сын, которому до сих пор не делали прививок. Еще ни в чем я так не сомневалась, как в этом вопросе. Дело в том, что мы хотели бы много путешествовать по миру с нашим сыном. Кроме того, позже он должен иметь возможность полу-

чить образование за рубежом, если захочет. В некоторых странах (например, в Америке) существует предписание, требующее наличия определенных прививок. Кроме того, мы не знаем, стоит ли ему идти без прививок в детский сад. Скрепя сердце мы решили сделать ему прививки, когда ему исполнится год. Когда лучшее время для этого?

Обязательное наличие прививок требуется лишь в некоторых странах, и Америки среди них нет. Необходимость в прививке возникает скорее из страха перед угрызениями совести или обвинениями со стороны, если не привитый ребенок все же заболеет. Но знаете ли вы, что во время эпидемий гриппа, о которых открыто сообщается, начинается настоящая прививочная истерия и при этом заболевает примерно вдвое больше людей, чем в том случае, если об эпидемии по какой-либо причине умалчивается и не происходит прививочного бума?

Еще не скоро станет известно, какие современные болезни являются отдаленными последствиями прививок. Не существует никаких научных исследований о том, какие последствия имеет переизбыток ядовитых веществ в организме ребенка, когда человек достигает пенсионного возраста.

Что стоит прочитать: Все, что еще стоит знать о прививках, собрал в своей книге «Прививки: невероятные заблуждения» специалист в области вакцинологии Фернан Делару (Fernand Delarue*: Impfungen, der unglaubliche Irrtum*).

Если все-таки вы хотите или вынуждены сделать прививку себе или своему ребенку, то стоит соблюдать одно правило: опыт наблюдения за побочными эффектами показывает, что прививки не стоит делать за три дня до полнолуния, а особенно в сам день полнолуния. В это время вероятность аллергической реакции на прививку выше, чем в другие дни. Лучше всего делать прививку при убывающей Луне.

Кроме того, важно в течение нескольких дней после прививки обращаться с детьми так, как если бы они были больны: никаких значительных спортивных или других на-

грузок, никакого бега босиком по холодной земле и т. д. Решение остается за вами, но у нас есть положительный опыт прививания с учетом фаз Луны.

Кратко **ВАКЦИНАЦИЯ**

Перед вакцинацией необходимо основательно подумать и взвесить все за и против. Если вы решитесь сделать прививку, избегайте периода за три дня до полнолуния и не делайте прививку непосредственно в день полнолуния. Лучше всего делать прививку при убывающей Луне!

Кесарево сечение

Я беременна вторым ребенком и вынуждена из-за проблем со здоровьем и предыдущего кесарева сечения снова пройти эту процедуру. Нужно ли делать кесарево сечение в определенную фазу Луны? Влияет ли Луна на мое самочувствие (и процесс выздоровления) во время операции или на самочувствие моего ребенка и на ход операции? Я хотела бы, чтобы с моим ребенком было все хорошо. Я буду очень рада вашей помощи и совету.

Очень важно выбрать правильное время для кесарева сечения. Но, конечно, только при условии, что речь не идет о срочной операции. (В случае срочной операции не стоит даже задумываться о влиянии Луны!) Если можно выбрать дату, то желательно провести операцию при убывающей Луне. Лечение ран протекает легче, заживление шрамов — быстрее. Для ребенка фаза Луны не так важна. Так как фаза убывания длится всего 14 дней, не обязательно ждать правильного времени для процедуры. В это время очень важно заботиться о ребенке, а влияние растущей Луны вполне можно сгладить терпением. Желаем всего хорошего вам и вашему ребенку!

Можно ли пить воду во время еды?

Я читала ваш совет, что во время еды нельзя пить воду. Это относится ко всем напиткам? Нельзя ли выпить за едой хотя бы стакан воды? Когда лучше пить: до или после еды?

Суть в том, чтобы не мешать желудку в процессе пищеварения. Желудочный сок разжижается и уже не может так хорошо расщеплять пищу, полученная организмом информация искажается, и он уже не знает точно, что нужно делать. С этим и связано преимущество раздельного питания! Питье во время еды относится к самым важным факторам, способствующим полноте, особенно если пить соки или алкоголь. Прием жидкостей во время еды отнимает у организма возможность правильно обработать пищу и дать ясный сигнал, что еды достаточно и усваиваема ли она для организма. Представьте себе, как сложно внимательно слушать два музыкальных произведения одновременно. Вам бы не удалось почувствовать и оценить качество обоих одновременно.

Напиток за едой («Я могу принять у вас заказ на напитки?») настолько привычен, что будет очень сложно отказаться от этой привычки. Иногда возникает ощущение, что диетологию финансируют непосредственно производители напитков. Очень часто помогает только личный опыт, позволяющий поразмыслить. Мы просто рекомендуем не пить позже, чем за десять минут до еды, и раньше, чем через десять минут после. Много пить следует между 15 и 17 часами, в остальное время — только если возникает чувство жажды. Если вы будете придерживаться этих рекомендаций в течение двух недель и наблюдать за общим самочувствием, а потом встанете на весы, вы почувствуете, как ваш организм с удовольствием вернется в нормальное состояние. Желаем радости в экспериментировании!

Народная болезнь мигрень и ее скрытые причины

Моя подруга посетила один из ваших семинаров и узнала, что шоколад может вызывать мигрень. Тогда она отказалась от него. Мне это, к сожалению, не помогло, я до сих пор не смогла понять, что является причиной моей мигрени. Сегодня я прочитала в вашей книге, что мигрень могут вызывать эфирные масла. Раньше я думала, что эфирные масла натуральны. Какой их компонент вызывает головные боли? С парфюмированными маслами все ясно: их производят искусственным путем.

Беспорядочная смесь ароматов на ярмарках, в супермаркетах и в книжных магазинах сравнима с лекарствами, размещенными без разбора на полке. Во-первых, изначально каждый аромат применялся в определенной области, во-вторых, большая часть этих масел производится химическим путем. Не забывайте: головная боль и мигрень часто появляются только через несколько часов после контакта с возбудителем. Это одна из главных причин интенсивного потребления лекарств от головной боли, ведь они борются преимущественно с симптомами.

В остальных случаях головную боль и мигрень часто вызывают следующие причины (не считая причин психологического характера!):

- **Слишком сильное солнечное излучение.** Если недостаточно хорошо защищать голову от солнца, это может иметь серьезные последствия и принести вам много неприятных часов, особенно при растущей Луне. Теперь вы предупреждены и можете следить за своим здоровьем.
- **Острые соусы.** При покупке большинства соусов стоит взглянуть на этикетку. В них полно химических веществ, ароматизаторов и красителей. Большинство из которых могут вызывать аллергию и мигрень. Готовые соусы со-

держат такое огромное количество химических веществ, что действительно разумно совсем от них отказаться.

- **Ванилин.** Если на этикетке написано «ванилин», в продукте содержится химический ароматизатор, который, кроме похожего вкуса, не имеет ничего общего с настоящей ванилью и приносит только вред организму.
- **Глутамат.** Это вещество почти всегда служит «усилителем вкуса», чтобы никто не заметил, как на самом деле безвкусны готовые блюда. К сожалению, он очень широко используется в китайской кухне.
- **Разрушительная музыка.** Во все времена существовала музыка, которая восстанавливает и возвращает силы, и музыка, которая разрушает, нервирует и вселяет беспокойство. Попробуйте понять, какая музыка вам приятна, а какая нет, и действуйте, исходя из этого.
- **Духи.** Если на косметических средствах и подобных товарах написано, что они парфюмированы, это значит, что химическая промышленность произвела продукт, который приятно пахнет, но может принести неприятные ощущения вашей голове.
- **Кофе с молоком.** Кофе совместно с животным белком вызывают у многих людей сильные головные боли.
- **Виноград и сыр.** Это излюбленное сочетание является сильным возбудителем мигрени. Боль появляется в основном лишь через несколько часов или на следующее утро.
- **Ненатуральный шоколад.** Еще один из наименее известных возбудителей мигрени. Особенно сильно действуют мягкий молочный и белый «шоколад». В этом случае очень важно знать, что боль часто начинается лишь спустя несколько часов.
- **Искусственные ароматизаторы.** Если на этикетке в пункте «содержит» указаны ароматизаторы, значит, в продукте присутствуют химические вещества, которые

очень редко подвергаются исследованиям на предмет влияния на наш организм в будущем. Откажитесь от роли подопытных кроликов!

- **Длительные нагрузки на позвоночник.** Иногда помочь избавиться от хронической головной боли может только хороший мануальный терапевт.
- **Вы слишком редко принимаете душ и моете руки.** Посмотрите, например, на сосуды на тыльной стороне кисти руки после длительных телефонных разговоров. В течение дня мы испытываем различные нагрузки. Чтобы расслабиться, попробуйте чаще подставлять руки под холодную воду. Текущая вода освобождает ваш организм от излучения, сосуды сразу же уменьшаются.
- **Испарения новой мебели.** Прежде чем въехать в спальню с новой мебелью, желательно подождать несколько дней. Хотя сегодня используется меньше ядовитых лаков и клеев, осадок и вредные пары присутствуют в достаточном количестве, чтобы оказывать вредное воздействие на наше здоровье.
- **Твердые жиры.** Организм не может справиться с этими «химическими бомбами», и ему приходится потрудиться, чтобы от них избавиться. В интересах своего здоровья вы можете не дожидаться их запрета законом и избегать таких жиров.

И наконец, одна из самых важных причин головной боли:

- **Вы пьете слишком мало чистой воды.** Иногда, чтобы избавиться от головной боли, достаточно всего пары стаканов чистой воды!

Возможно, некоторые пункты в этом списке могут показаться неожиданными, но во всяком случае наша работа по расследованию причин мигрени того стоила.

Переход на полезную муку

С помощью вашей книги «Собственными силами» я нашла решение своих проблем. Я уже давно поняла, что «неживые» продукты совершенно противоестественны. И все же мне не удается найти им замену.

Говорят, что коричневый сахар просто красят и он тоже вреден. От натуральных цельнозерновых продуктов у меня появляется вздутие, хотя я выпиваю ежедневно три литра воды. К тому же моя семья жалуется на серый цвет бисквитного рулета или клецок, который появляется, например, из-за спельтовой муки. Может быть, вы знаете, как мне лучше перейти на другую муку, потому что я хотела бы готовить мужу, детям и себе здоровую пищу.

Как уже было сказано, весь белый сахар необходимо заменить на тростниковый сахар-сырец. «Коричневый» сахар действительно просто красят, и он так же вреден, как и белый. Вздутие от цельнозерновых продуктов появляется, когда на стол ставят вперемешку слишком много еды, например, слишком много хлеба и овощей одновременно.

Три литра воды в день — это слишком много, даже если вас учили по-другому. Так из вашего организма вымывается слишком много ценных минералов. Наиболее показано пить много жидкости между 15 и 17 часами, чтобы поддерживать работу почек и мочевого пузыря в норме. В остальное время мы советуем пить только в случае жажды.

Чтобы сделать полезную муку из спельты аппетитнее на вид для вашей семьи, вы можете просто еще раз просеивать ее. При этом она теряет некоторые полезные свойства, но становится легче, поэтому период привыкания проходит проще. В итоге ваши близкие заметят полезное воздействие здоровой пищи на организм. Они больше не будут ощущать такую усталость после еды и в целом будут чувствовать себя лучше. В общем, не позволяйте сбить себя с верного пути. Тот, кто не пожелает идти по этому пути с вами, придет к истине другим способом.

Древние и современные знания

Некоторые из ваших советов я уже использовал в повседневной жизни, хотя сначала у меня возникали сложности, так как в силу своей профессии я скептик. Но я не могу не замечать пользы ваших советов, особенно это касается гимнастики в оптимально выбранное время. Так называемые «симптомы износа организма» — это чаще всего лишь боли вследствие пренебрежения к здоровью своих мускулов и костей. К счастью, теперь я это тоже понял. Вспоминая о своих прежних сомнениях, я хочу спросить вас: каким вы видите будущее? Есть ли у нас вообще возможность связать дедовские знания и обычаи с современной медициной?

В этом мы вполне уверены, так как современное здравоохранение занимается скорее болезнями, а не здоровьем. Скоро мы больше не сможем себе позволять только бороться с симптомами болезни, вместо того чтобы делать упор на профилактику и верную информацию. Даже современные «профилактические обследования» являются лишь изучением симптомов, а таким образом всегда можно что-нибудь найти, не правда ли?

На самом деле взаимосвязь очень проста: пока промышленность, врачи и больничные кассы будут зарабатывать на болезнях, а не на здоровье, будет сохраняться сознательный или бессознательный интерес к болезни и поддержанию болезненного состояния. Это значит, что существует скрытая заинтересованность в том, чтобы не выяснять истинные причины болезней и физических расстройств. Наверняка причиной 80—90% всех болезней, аллергии и прочих, является наше питание, в этом можно не сомневаться. Давайте взглянем на питание в большинстве больниц и на уровень образования врачей. Когда вы приходите к врачу с хронической головной болью, наверное, вас очень редко спрашивают, чем вы питаетесь и что пьете, не так ли?

Медицина будущего будет взаимным обогащением, слиянием древних знаний с лучшими достижениями современ-

ной медицины. Она станет искусством, в котором магия и лекарства, нежное прикосновение и скальпель, целительная работа мысли, молитва и медитация снова станут единым целым после столетий противоестественного разделения, и самого человека медицина будет воспринимать как единое целое. Это было бы замечательно.

Насморк из-за неправильного питания

Я помню, прочитала в вашей книге, что лунные ритмы влияют и на появление аллергии. У моей дочери постоянно заложен нос, но нет насморка и простуды. Мне кажется, что это как-то связано с питанием. Буду очень благодарна за ответ!

Мы снова и снова удивляемся, что данный факт настолько малоизвестен, но у многих детей насморк почти всегда является симптомом непереносимости какого-либо продукта. В случае вашей дочери с большой вероятностью действует причина номер один, а именно: молочные продукты. Просто воздержитесь на неделю от молока, йогурта и творога, и вы сможете понять, так ли это. Молочные продукты гораздо менее полезны, чем принято думать, и известный стакан молока перед сном скорее оказывает вредное усыпляющее воздействие на печень, а не обеспечивает здоровый сон. Вам также стоит определить тип питания вашей дочери. После чего можно избавиться от заложенности носа.

Возможно, все эти взаимосвязи были забыты, так как их не так-то просто проследить, ведь каждый организм реагирует по-своему: у кого-то заложен нос, у других тот же продукт вызывает бессонницу и головные боли, боли в пояснице, перхоть или даже проблемы с суставами и выпадение волос. Также мы хотим напомнить, что чувство утомления после еды — почти всегда своего рода мини-аллергия на какое-либо вещество, содержащееся в пище. Вывод: откажитесь от животного белка и молочных продуктов в соответст-

вии с собственным типом питания — это был бы значительный шаг к предотвращению аллергии и сохранению здоровья собственными силами.

Кратко **НАСМОРК**

Постоянный насморк — в основном аллергия на продукты из коровьего молока!

Замена амальгамных пломб

После долгих раздумий и активных поисков я решил поменять свои амальгамные пломбы. Я слышал, что и для этой процедуры существует благоприятная фаза Луны. Можете ли вы подсказать точнее?

Благоприятная фаза Луны существует, и полезно ее учесть. Вот основные правила:

Во-первых, назначьте процедуру на период убывающей Луны и при этом избегайте дней Овна и Тельца. Организм впитывает вещества, которые вы вдыхаете и глотаете, не так основательно, как при растущей Луне.

Во-вторых, договоритесь с вашим стоматологом удалять за одну встречу только несколько пломб, а остальные — только после длительного перерыва (не раньше, чем через месяц).

В-третьих, попросите целителя или врача, которому доверяете, выписать подходящее именно вам гомеопатическое средство, которое поможет нейтрализовать выделяющиеся ядовитые вещества (выведение тяжелых металлов, аутогемотерапию и т. п.). Однако предпринимайте эти меры только после замены последней пломбы, иначе они будут воздействовать на еще оставшиеся пломбы и навредят организму лишним ядом.

К счастью, сегодня становится более распространенным мнение, что ртуть в полости рта — и в организме в целом — не очень полезна для нашего здоровья. В Америке

высверленная амальгама должна вывозиться из кабинета врача фирмой по сбору особых отходов в трех вставленных друг в друга, герметично закрытых металлических сосудах, маркированных черным черепом. Каждый сам вправе решать, стоит ли и в дальнейшем оставаться подопытным кроликом для сильно действующего на нервную систему яда — ртутной амальгамы. Тому, кто решит удалить старые амальгамные пломбы, правильно выбранное время для процедуры может стать хорошей подмогой. Тогда и стоматологу вредные пары принесут не так много вреда.

Кратко **ВИЗИТ К СТОМАТОЛОГУ**

По возможности нужно посещать стоматолога в период убывающей Луны и избегать посещений в дни Овна и Тельца!

Правильное время для операций

В основном я очень ценю ваши советы, касающиеся влияния Луны, однако я не могу понять, почему вы позволяете себе высказывания относительно хирургических вмешательств. Я работаю хирургом и каждый раз сержусь, когда слышу о советах насчет даты операции. Вы можете себе представить, как себя чувствует человек, который читает такие советы утром перед операцией? Уже не раз ваши советы наводили страх и ужас на моих пациентов. Особенно неуверенно себя чувствуют в неблагоприятные для операций дни пожилые люди. Вы же не этого хотели добиться, не правда ли?

Мы заранее просим прощения, если следующие слова покажутся немного резкими. К сожалению, в рамках письма мы не можем позволить себе достаточно подробный ответ, которого заслуживает затронутая тема. По вашему письму

мы догадались, что, вероятно, у вас очень большой практический опыт, но вы ни слова о нем не рассказываете. Ваш опыт многое мог бы нам прояснить, и мы теряемся в догадках, по какой причине вы нам написали. Мы провели небольшой опрос среди врачей — хирургов и стоматологов, — которых мы консультируем, и отклик был почти единодушным. Они предположили, что, прежде чем доверять собственному опыту, вам важно перестраховаться. Один хирург неоднократно обращал наше внимание на то, что в современной медицинской системе влияние правильного выбора времени упускают из внимания, в том числе потому, что все делается по уже установленному порядку, чтобы избежать возможных осложнений.

Как бы то ни было, мы и вам предложим то, что предлагаем во всех наших книгах: мы поддержим каждого, кто хочет на личном опыте использовать эти знания, потому что тогда наши действия обоснованны, а их результаты — долговечны. Мы хотим и вам сделать это предложение и будем рады получить от вас ответ. Правило о том, что операции, дату которых можно выбрать самостоятельно, стоит назначать на период убывания Луны, по-прежнему действует. Влияние лунных ритмов на повседневную жизнь человека неизменно, хотя некоторым людям и сложно использовать его в современной жизни. Мы никогда не скажем человеку в лицо, что дата операции назначена неправильно, если нас не спросят прямо. Мы осознаем, что эти ценные знания пока не вписываются в современную медицину, и все же у каждого есть возможность воспользоваться ими.

Действие массажа

Мне всегда кажется, что массаж, который я позволяю себе время от времени, каждый раз оказывает разное воздействие. Иногда я совершенно расслабляюсь после процедуры, в другой раз после такой же процедуры я чувствую себя очень бодро, как будто выпила чашку

кофе. Играет ли Луна и здесь свою роль? Теперь я хотя бы буду это учитывать и, может быть, смогу сама это выяснить.

Существует одно важное правило: для массажа, который должен расслаблять, снимать напряжение или способствовать очищению организма, хорошо подходит период убывания Луны. Если массаж призван восстановить организм и придать сил, например, с помощью специальных масел, его благоприятное воздействие окажется сильнее при растущей Луне.

Если вы хотите учитывать и знак зодиака, то идеальное время для массажа — дни Близнецов, особенно для плечевого пояса. Часто в эти дни можно избавиться от застоя и напряжения в теле, которое копилось годами. Чаще всего бесконечные мучения приносят защемленные нервные окончания. В дни Близнецов массаж, лимфодренаж и хиропрактика могут свершить с ними чудо.

Кроме того, массаж, снимающий длительную боль, эффективнее в дни Земли (Тельца, Девы, Козерога) при убывающей Луне, чем в любое другое время. Период убывающей Луны в дни Воды (Рак, Скорпион или Рыбы) хорошо подходит для лимфодренажа, так как в это время легче привести в движение жидкости в организме. Лимфодренаж нужно обязательно проводить именно при убывающей Луне. В дни Весов и Водолея лимфатические сосуды особенно чувствительны, поэтому их гораздо легче массировать.

В будущем массаж и мануальная терапия непременно снова займут в разнообразии традиционных эффективных форм терапии место, которого они заслуживают. Если мы хотим научиться воспринимать наше тело как источник радости и избегать болезненных ощущуений, массаж и мануальная терапия могут стать ценным подспорьем. Они могут рассказать нам о нас самих так глубоко скрытое, что не смогут сделать ни обучение, ни рецепт, ни операция — эта польза неоценима.

Лечение рубцов

В прошлом году в конце августа мне сделали липосакцию на животе, и рубец после операции не совсем зажил. Теперь я больше не решаюсь надевать бикини — настолько шрам некрасив. Подруга посоветовала сделать еще одну операцию, говорит, что это может помочь. Мне хотелось бы знать, существует ли для ее проведения правильное время.

Во время операции Луна находилась в фазе роста, то есть операция проходила в не самое благоприятное время. Если вы выбрали косметическое лечение, то в любом случае нужно проводить процедуру при убывающей Луне. При этом стоит избегать дней Девы, Весов и Скорпиона. Что касается фазы Луны, то для операции благоприятна фаза убывания.

Вообще, выбирая дату пластических операций, например, после несчастных случаев, стоит учитывать лунные ритмы. Врачи, с которыми мы сотрудничаем, достигали лучших результатов, согласовывая работу с лунными ритмами, именно в этой области, а вместе с ними, конечно, и их пациенты.

Прием гомеопатии в соответствии с лунными ритмами

Имеет ли смысл принимать гомеопатические средства в соответствии с лунными ритмами? Мне кажется, что Луна играет в данном случае важную роль, однако это всего лишь догадки. Используете ли вы в своей семье на ферме гомеопатию или цветочную терапию Э. Баха?

Гомеопатия и цветочная терапия Баха, конечно, были нам известны, хотя и не под этим названием. Как и цветочная терапия, гомеопатия применяется с древних времен. Обе формы терапии существовали еще до того, как их зано-

во открыли те люди, чьи имена теперь с ними связаны. Популяризаторам этих методов мы обязаны их широким распространением сегодня. О том, что подобное можно лечить подобным, знают многие люди, даже те, кто никогда не слышали слово «гомеопатия». Ногтевая пыль как лекарство и средство, придающее сил, собственная слюна для втирания в глазные веки, подколенные впадины или небольшие ранки, собственная моча против кожных высыпаний, повторный несильный ожог или ошпаривание небольших ожоговых поражений для мгновенного исцеления пузырей и шрамов и многое другое — все это средства, которые успешно применяются на протяжении столетий.

Применение цветочной терапии Баха против определенных болезней и для общего оздоровления также уже давно известно. Североамериканские индейцы навахо склоняли головки цветов в чашу с водой при свете солнца, не срывая при этом цветы, а затем пили эту воду с целью оздоровления, как это делаем сегодня и мы. И конечно, навахо знали о наступлении наилучшего времени для этой процедуры.

Отвечаем на ваш первый вопрос. Очень важно учитывать время приема лекарств, так как гомеопатия действует посредством информации, которую содержат лекарства, и в этом случае Луна может выступить в качестве своего рода приятного легкого дуновения ветра, помогающего донести эту информацию.

Основные правила очень просты.

- Все средства и методы для очищения и расслабления организма эффективнее в период убывающей Луны, все средства для восстановления и укрепления организма — в период растущей Луны.
- Возможно, это правило звучит немного странно, но оно подтверждается на практике: самое благоприятное время для приема гомеопатических гранул — понедельник и пятница.
- Начало длительного курса терапии также стоит назначать на эти дни.

- Цветочные эссенции почти всегда служат для восстановления и общего укрепления, но также помогают снять стресс, поэтому, выбрав цветы, нужно сразу начинать принимать эссенции и продолжать до тех пор, пока флакончик не опустеет.

Массаж рефлекторных зон стопы в правильное время

Существует ли правильное время для массажа рефлекторных зон стопы, вернее, время, когда он эффективнее всего? И что вы думаете об этом виде массажа? Мне снова и снова его рекомендуют.

Правильный выбор времени может повысить эффективность массажа рефлекторных зон стопы. Особенно ощутимо проявляется сила Луны в дни Рыб, так как данный знак зодиака «отвечает» за стопы. Однако в эти дни нужно делать массаж немного осторожнее, так как организм в это время становится чувствительнее. Когда вы пойдете на прием к массажисту в первый раз, составьте график посещений, чтобы по возможности воздержаться от визитов в дни Рыб.

Массаж стоп может быть очень полезен для эффективного обеззараживания организма. Сегодня многие целители, массажисты и косметологи знают, какое глубокое воздействие он оказывает. На любую область тела, на любой внутренний орган, на каждую кость можно благотворно воздействовать непосредственно при помощи мягкого массажа стоп, а иногда и вылечить таким образом. Любой орган и любая область нашего тела «имеют выход» в узко ограниченные зоны на наших стопах. Так же, как при акупунктуре (когда нажимают на определенные точки по всему телу), мягким нажатием и потиранием можно раздражать эти зоны и таким образом распределять энергию по соответствующим органам и участкам тела, что способствует их нормальному функционированию.

Этот вид массажа подходит и для диагностики: в боль-

шинстве случаев более болезненны или даже покрыты толстым слоем ороговевшей кожи зоны на ступнях, соответствующие ослабленным органам. Плохая обувь вредит не только нашим ногам, но и всему организму. Массаж зон стопы для воздействия на органы, отвечающие за очищение организма и выведение токсинов, более действенен при убывающей Луне, чем при растущей. Массаж зон, отвечающих за ослабленные органы, особенно эффективен, если его проводят в правильно запланированное время. Так, например, зоны почек и мочевого пузыря нужно интенсивнее массировать в дни Весов и Скорпиона, а зону головы — в дни Овна.

Однако не всегда нужно искать для этой процедуры квалифицированного специалиста. Массируйте ступни своему мужу/жене или ребенку (можно использовать масла из натуральных косметических серий), а затем меняйтесь местами. Радость от этого занятия и любовь к человеку более чем восполнят недостаток знаний о точном расположении зон на стопах. Знания о том, что приносит пользу, а что — нет, придет позже само собой, так же, как и понимание того, какое удовольствие доставляет массаж — и не только в дни Рыб.

Что стоит прочитать: Очень радуешься, когда находишь хорошую книгу, которая и через несколько столетий не потеряла своей актуальности и на каждой странице содержит ценную информацию, при этом **не навязывая** читателю позицию автора. Мы настоятельно рекомендуем вам такую книгу. Она называется «Так душа говорит через стопы» (*So spricht die Seele durch die Füße*) и написана Ингеборг Штайнер. В ней подробно рассматриваются зоны на стопах и кистях рук, и она будет хорошо понятна даже неспециалисту.

Клубника и боли в ушах

Когда-то давно я был на одном из ваших выступлений, и я помню, что вы говорили о связи между клубникой и болями в ушах и о том, что это особенно важно знать, если есть дети. Не могли бы вы еще раз объяснить, в чем эта связь проявляется?

Слишком большое употребление клубники в пищу может привести к болям в ушах, и не только у детей, но и у взрослых. Практикующие врачи знают об этой связи, так как к началу сезона клубники они чаще сталкиваются с подобными жалобами. Это просто дело опыта, точная причина пока неизвестна. Из собственных наблюдений мы знаем, что клубника, выращенная без химикатов, не оказывает такого воздействия, так что проблема может быть связана с использованием опрыскивателей или со способом обработки клубники в сельском хозяйстве. Недавно у детей наших родственников начались боли в ушах после того, как они поели свежую клубнику: позже выяснилось, что по ночам поле с клубникой тайно обрабатывали пестицидами.

Раньше боли в ушах, связанные с употреблением клубники, были, скорее всего, неизвестны, потому что дети не ели ее в таких количествах зараз. Поэтому не было и приступов аллергии, так как организм всегда успевал восстановиться. Кстати, «клубничное молоко», приготовленное из коровьего молока, особенно вредно для аллергиков. Также из-за большого количества съеденной клубники часто появляется сыпь.

Иногда хронические боли в ушах появляются у маленьких детей, если они оставлены на попечение чрезмерно заботливых матерей или бабушек, которые весь день пытаются их воспитывать. Это в прямом смысле слова действует на нервы, поэтому приступы боли в ушах часто начинаются после визита таких людей.

Как регулировать брекеты

Почти каждый вечер я ссорюсь со своей дочерью, потому что на ночь она должна надевать брекеты, но она готова на все, лишь бы этого не делать. Например, она снова снимает брекеты посреди ночи и т. п. Может быть, поможет Луна?

Она совершенно точно может помочь, и это будет существенная помощь. Начните с того, что надевайте брекеты только при убывающей Луне, лучше всего вскоре после полнолуния. Дело в том, что при растущей Луне часто появляются болезненные синяки. Но, возможно, для вас важнее всего то, что иногда скобки оказывают отрицательное влияние на многочисленные нервные окончания в полости рта, но боль при этом не воспринимается! Чувствительные дети это ощущают, чувствуют напряжение, и им кажется, что на них без основания оказывают давление. Они инстинктивно не хотят носить брекеты и не могут объяснить, в чем причина. При этом зачастую они совершенно правы в своем нежелании.

В таком случае вам может очень помочь правильный выбор времени: регулировку и особенно установку брекетов стоит осуществлять при убывающей Луне. При этом нужно одновременно избегать дней Овна и Тельца. Для первой установки идеально подходит время вскоре после полнолуния. Тогда ваша дочь точно перестанет отказываться носить скобки.

Вредно ли пить холодное?

Недавно я посетил ваш семинар, и вы говорили о двух типах питания: Альфа и Омега. Мне он помог понять, что мои дети относятся к разным типам питания и поэтому питаться должны по-разному. Однако одно я не могу вспомнить, а именно: что вы говорили о холодных напитках. Они вредны или нет? Или это правило относится только к одному типу, а к другому нет? До сих пор я всегда поучала других, что нельзя пить слишком холодное, но, возможно, я ошибаюсь.

Пить холодное в сильную жару не так вредно, как это зачастую представляют. Тип Омега переносит холодное питье гораздо лучше, чем тип Альфа, для него это правило не действует. Люди типа Альфа, напротив, реагируют отрица-

тельно на все слишком холодное: напитки, мороженое и пр. У некоторых довольно быстро начинает болеть горло или голова и живот. Этих людей можно назвать счастливчиками, так как они быстрее отучаются хватать все из холодильника. Тот, кому не так везет (а это большинство людей, например, взгляните на американцев!), поначалу ничего не замечает, а потом страдает от длительного нарушения обмена веществ.

Таким образом, холодные напитки являются одной из причин появления лишнего веса, еще не признанных. В жарких странах к югу от Средиземного моря горячий чай — излюбленный напиток, так как там во многих слоях населения пока помнят о связи нашего организма и природы. Однако людям Альфа-типа необязательно всегда отказываться от вкусного мороженого и холодных соков. Если есть холодное не слишком часто, а после снова возвращаться к горячему чаю, все приходит в норму. Но если ваш тип — Альфа, старайтесь не есть холодное в дни Тельца.

Лечение солнечных ожогов

Еще несколько лет назад я читал, что при растущей Луне легче получить солнечный ожог, и часто испытывал это на себе в Италии, на родине моих родителей. Я вырос в городе и не знаю никаких средств лечения солнечных ожогов, кроме как пойти в аптеку и купить какой-нибудь химический препарат, но я больше не хочу ими пользоваться. Знаете ли вы хорошее натуральное средство?

Да, такое средство существует и превосходно помогает — это сок из свежих, выращенных без химикатов лимонов. Просто капните его на кожу, очень аккуратно разотрите по обгоревшим участкам кожи и дайте высохнуть. Затем можно повторить эту процедуру еще раз через несколько минут. Важно запомнить, что лимоны должны быть комнатной температуры, может, даже теплее. Если достать фрукты из

холодильника и сразу нанести сок на кожу, у детей это может привести к почти шоковой реакции.

Еще один совет насчет опасности солнечных ожогов: при растущей Луне в знаке Льва и воздушных знаках (в знаке Близнецов, Весов и Водолея) опасность получить солнечный ожог наиболее высока.

Кратко **СОЛНЕЧНЫЙ ОЖОГ**

Не загорайте на солнце в дни Льва и воздушных знаков. Лечите солнечные ожоги соком натуральных лимонов!

Наука и лекарственные травы

Недавно один ученый утверждал, что лекарственная промышленность вынуждена производить искусственные химические препараты и использовать генные модификации, чтобы ответить на вызов, который нам бросают рак, СПИД и пр. Буквально он сказал следующее: «На самом деле это неправда, что против каждой болезни Богом предназначено какое-то лекарственное растение». Что вы думаете по этому поводу? Мне лекарственные травы всегда очень помогали, и я знаю от вас, что и вы на своем опыте убедились в их пользе.

Наука сама признает, что изучено возможное лекарственное действие лишь десятой части всех трав мира. По этому поводу вы можете сформировать собственное мнение. Одно можно сказать точно: едва ли существует физический недуг или болезнь, которые нельзя смягчить или вылечить с помощью листьев, цветков, плодов или корней какого-нибудь существующего в природе растения.

Тот, кто с умом использует травы на кухне, не только существенно улучшает вкус блюд, но и предотвращает развитие многих болезней. Мы не устаем удивляться тому, как наши предки, руководствуясь инстинктом, уверенно нахо-

дили лечебные растения для различных болезней. Доставьте себе удовольствие и возьмите в руки самый большой справочник лекарственных растений, который найдете в библиотеке. Он описывает порядка тысячи трав со всего света. Вы не найдете там растения, которое не обладает разнообразными лечебными свойствами и не используется тысячелетиями. Тысяча трав — это лишь небольшая доля всех растений, обладающих лечебным действием.

И еще: недавно к нам в руки попал учебник для юных фермеров по борьбе с сорняками. В этой книге едва ли есть растение, чьи целебные свойства не были бы описаны во всех справочниках лекарственных трав. Конечно, пройдет еще много времени, прежде чем восторжествует здравый смысл, но каждый может начать самостоятельно использовать лекарственные растения уже сейчас, сию минуту. В некоторых случаях может помочь только официальная медицина, а лекарственные травы можно использовать как дополнительное средство. Очень часто умеренность — самое важное свойство.

Иглоукалывание и лунные ритмы

Как целитель с образованием в области традиционной китайской медицины, я достиг больших успехов в иглоукалывании, особенно при лечении хронических состояний. Но снова и снова я замечаю, что в ходе лечения «активно участвуют» лунные ритмы. Оказывает ли Луна влияние на лечение или нет? Мне очень интересно знать ваше мнение и что еще вы знаете об акупунктуре. В кругу коллег говорят, что на ваши советы можно полагаться не только в области знаний о Луне.

Уже несколько десятилетий мы сотрудничаем с врачами и целителями, успешно использующими в своей практике знания о лунных ритмах. Поэтому мы знаем, что и при акупунктуре внимание к верному выбору времени может оказаться весьма разумным — в зависимости от того, какова

цель лечения. Важно делать иглоукалывание для очищения организма и крови при убывающей Луне, для укрепления и восстановления — при растущей Луне.

Кроме того, имеет значение, на какую область тела приходится воздействие. При этом целесообразно учитывать положение Луны в знаке зодиака — помнить, какая область тела находится под влиянием Луны. Например, если вы лечите хроническую мигрень, то лучше всего процедура проходит в дни Овна, если стопы — то в дни Рыб.

Возможно, вам будет интересно узнать, что большие успехи достигнуты на сегодняшний день в цветопунктуре, особенно при различных болевых ощущениях. Используется свет, проходящий сквозь цветную пленку или цветные (красные!) лампы. Цветопунктура также успешно применяется при болях в костях и суставах, для ускорения выздоровления после переломов, при повреждении хрящей, для послеоперационного лечения шрамов и после трансплантации, для лечения ожогов и язв на ногах (язвы можно лечить только при убывающей Луне!). Цветопунктура может оказывать смягчающее и исцеляющее воздействие почти при всех кожных заболеваниях — от герпеса и экземы до аллергических реакций. Особенно эффективной она оказалась при лечении головной боли и мигрени. Ее преимущество по сравнению с классическим иглоукалыванием состоит в том, что кожа не повреждается и нет опасности заражения.

Возможно, нашим читателям будет интересно узнать, что древнее знание об акупунктуре основывается на том, что наша кожа выступает в роли своеобразного усилителя, принимающего все сведения извне и передающего их организму. Многочисленные определенные точки на коже выступают в роли своеобразных меридианов к соответствующим органам, частям тела и круговороту энергии. Их раздражение посредством массажа, нажатия, иглоукалывания, электрического тока или освещения определенными цветами оказывает благоприятное воздействие на соответствующие органы. Что касается цветов, вам может очень помочь наша книга «Магия чисел» (*Das Tiroler Zahlenrad*).

Аллергия на домашнюю пыль

Может быть, вы знаете какое-нибудь средство от аллергии на домашнюю пыль? Когда-то я слышал, что при лечении такой аллергии тоже следует учитывать влияние Луны. Кроме того, я заметил, что аллергические приступы проходят особенно тяжело, когда я ем много йогурта. Существует ли какая-то взаимосвязь?

С аллергией на домашнюю пыль вы очень быстро справитесь, если учтете несколько правил. Во-первых, важно запомнить, что стирать белье нужно только при убывающей Луне и лучше всего в дни Воды (Рак, Скорпион, Рыбы). Это немного затруднительно, но вполне возможно. Лучше купить большую корзину для белья. Пожалуйста, используйте только натуральные стиральные порошки или плоды мыльного дерева.

Во-вторых, чистите квартиру и вещи пылесосом, в том числе подкладки под матрасы, всегда при убывающей Луне. Если вы делаете такую уборку при растущей Луне, постарайтесь поднимать как можно меньше пыли и лучше используйте пылесос с насадкой.

И напоследок мы хотели бы подтвердить ваши предположения относительно йогурта. Молочные продукты, в том числе сыр, могут вызвать практически любую форму аллергии. Правда, отказаться от них непросто, так как эти продукты вызывают привыкание. Увеличивая долю вегетарианской пищи в своем рационе, вы сможете избавиться почти от любой зависимости от аллергенов.

Челюстные имплантаты

*В скором времени я хочу поставить имплантат в верхнюю челюсть. При этом мне будут вводить какие-то вещества. Может быть, лучше провести процедуру при убывающей Луне? Кроме того, я хотела бы больше узнать о книге «Луна и здоровье зубов» (*Mond und Zähne*), о которой вы рассказывали.*

Действительно, в организм с фиксацией имплантата введут определенные вещества, но установка имплантата — это тоже операция, так как будет повреждена десна. Операции всегда разумнее назначать на фазу убывающей Луны — они проходят успешнее, сокращается процесс выздоровления, что вам охотно подтвердят хирурги, которые последовали нашему совету. Кроме того, во время процедуры соединяются две ткани, и это соединение продержится дольше, если провести его при убывающей Луне. Стоматологи и пациенты могут неоднократно подтвердить, что порой все держится замечательно, а в другой раз быстро начинаются сложности: коронки, мосты и пломбы расшатываются и выпадают. В этом случае связь здоровья с лунными ритмами особенно ясна и особенно заметны различия между периодами растущей и убывающей Луны.

Что стоит прочитать: Книгу «Луна и здоровье зубов» написал выдающийся стоматолог и зубной техник, который уже давно возмущается нерешительностью своих коллег, так как они не хотят признать те положительные результаты, которые приносит работа с учетом влияния Луны. Как член правления объединения стоматологов, он снова и снова сталкивается с этой проблемой. В итоге он написал книгу, чтобы просветить как можно больше пациентов.

Кратко **ИМПЛАНТАТЫ**

Челюстные имплантаты лучше всего ставить только при убывающей Луне! При этом избегайте дней Овна и Тельца!

Детство без молока

Госпожа Паунггер, говорят, что вы выросли на ферме без молочных продуктов, это правда? Полезнее ли молоко с крестьянского двора, чем молоко с молочного за-

вода, и относится ли это к сыру, йогурту, яйцам, маслу и прочим продуктам? Разумно ли пить вместо коровьего овечье или козье молоко и есть продукты из них?

Иоганна: Утверждение, что я выросла без молочных продуктов, не совсем верно, но у нас в доме не пили молоко. Организм человека не предназначен для потребления животного белка. Мы все это знали и сразу ощущали последствия, если поступали вопреки этому знанию. До конца XVIII столетия молоко использовали только для приготовления масла, так как половине человечества для выживания необходим животный белок. Дома, в нашей семье из 15 человек, мы ежедневно оставляли около литра молока и сохраняли его для снятия сливок, для поленты, пудинга или какого-нибудь мучного блюда с молоком. Оставшееся молоко отправлялось на сыроварню. Сыр также ели только по маленькому кусочку и по возможности без хлеба, так как сочетание углеводов и животного белка еще больше затрудняет любую работу фермера, требующую выносливости, чем один только животный белок.

Что касается второго вопроса о пользе молока с крестьянского двора, на него нельзя ответить однозначно. Крестьянин, который кормит своих коров силосом и концентратами, никогда даже приблизительно не получит такое же качественное молоко, как крестьянин, использующий натуральный корм. Даже если вы купите молоко непосредственно у крестьян, вы сможете определить это даже по вкусу и запаху молока! Что касается переносимости, аллергики обычно переносят овечье и козье молоко несколько лучше, но в любом случае все молочные продукты вызывают усталость. Когда я была маленькой, некоторые крестьяне с отдаленных ферм использовали силос и концентраты, и уже тогда это молоко просто невозможно было пить.

Полезно ли натуральное молоко из магазина? На самом деле по этому поводу у меня есть опасения, вызванные моим собственным опытом. Если знать, сколько молоко хранится в действительности, задаешься вопросом, каким образом натуральное молоко, судя по этикетке, может храниться три

недели. Уже по одной этой причине я отказываюсь от коровьего молока. В то время натуральное молоко было для нас не исключением, а правилом. Молоко горных коров? Молоко из магазина? Ответ прост: огромный наплыв переработанных молочных продуктов — например, йогурта — с усилителями вкуса и искусственными ароматизаторами возник только потому, что обычное молоко уже кажется невкусным, и молоко производили и производят в большем количестве, чем необходимо. Производителям ароматизаторов удалось с помощью веществ, вызывающих привыкание, и обещаний здоровья вывести такое молоко на прилавки и закрепить свое присутствие на рынке. Сегодня уже едва ли кто-то помнит, что раньше из молока изготавливали практически только масло и сыр и только богатые люди ели мясо, так как им не приходилось заниматься физическим трудом.

Сегодня ничто не изменилось: слабость, вызываемую употреблением молока и мяса, чувствует любой без исключения, но мы больше не работаем так много, чтобы не справиться с этой усталостью с помощью чашки кофе, пары часов сна или нейростимуляторов. Даже современным крестьянам не приходится так много работать, поскольку большую часть работы теперь выполняют машины. В современных тракторах есть кондиционеры, удобные сиденья, а также автомагнитолы. Все очень просто: тот, кто в течение сезона ежедневно занимается тяжелым физическим трудом по 12—16 часов в сутки, точно знает, что ему помогает продержаться, а что — нет. Такой человек сразу понимает истинное качество любого продукта. И именно поэтому мясное жаркое готовили только по воскресеньям. В этом случае были важны не религиозные предписания, а понимание, что сытная белковая пища может привести к общей слабости. Был выходной, и люди расслаблялись. Того, кто много работает, нельзя обмануть рекламными заявлениями и спорными научными опытами, которые через десять лет пропагандируют уже совсем противоположные результаты.

Мы советуем вам не просто поверить нашим словам, а позволить себе две недели не питаться животным белком,

возможно, поначалу только раз в год, в качестве небольшой разрядки для организма. Этот опыт принесет вам гораздо больше пользы, чем сотня научных исследований или сотня книг.

Компрессы и операции на коленях

Вы пишете, что при ослабленном мениске использование кремов и мазей для компрессов в правильное время особенно эффективно. Какие кремы и мази, по-вашему, подходят лучше всего? Не могли бы вы назвать эффективные, по вашему мнению, мази? Кроме того, в ближайшем будущем мне предстоит пройти процедуру артроскопии в связи с разрывом мениска. Вы можете подсказать мне подходящее время? В прошлый раз артроскопия левого колена не принесла желаемых результатов, и оно до сих пор болит. Была ли в тот раз неверно выбрана дата процедуры?

Судя по дате, о которой вы сказали, во время процедуры Луна находилась в фазе роста, то есть в период, который мы не рекомендуем для проведения диагностики травм суставов (артроскопии). Хотя это очень незначительное вмешательство, все же при растущей Луне оно не желательно. В принципе мы рекомендуем назначить дату приема у врача на период убывающей Луны и избегать дней Козерога — как для артроскопии, так и для хирургического вмешательства. Что касается наружного лечения, то в качестве профилактики и для смягчения боли в ногах, особенно для области колена, полезна мазь из окопника, но хорошую услугу может оказать и мазь из календулы. Желаем успеха!

Сосудистая сеточка

В своей книге «Разрешено все!» вы пишете, что от сосудистой сеточки хорошо помогает растение посконник, если компресс сразу же после приготовления поло-

жить на ногу. Есть ли у этого растения другое название? Я не могу найти его в моем справочнике лекарственных растений. Какие части растения используются — все целиком или только цветки или листья? Как часто и на какое время нужно накладывать кашицу? Она помогает, только когда Луна в Стрельце? В этом знаке Луна находится в фазе роста только полгода.

Это растение также называют водяной коноплей (на латыни *Eupatorium cannabinum*), и его можно собирать летом. Оно растет в светлых влажных лесах, пойменных лесах, на берегах или в канавах вблизи водоемов и на заливных лугах. Лучше всего попросить знатока показать вам эту траву.

Для лечения вам нужны свежие листья, которые можно достать только летом, до наступления осени. Их нужно растолочь и сразу наложить. Кашицу нужно накладывать при убывающей Луне или в дни Стрельца, частоту вы можете выбрать по желанию (летом и осенью Луна находится в знаке Стрельца всегда во время фазы роста). Особенно хорошо эта кашица действует в дни Стрельца, Козерога и Водолея. Если вы хотите использовать эту траву также зимой и весной, используйте засушенную траву из аптеки. Сухую траву нужно просто обдать кипятком, окунуть салфетки в отвар, выжать и наложить, пока они теплые. Эффект будет не таким основательным, как при использовании свежей травы.

Из-за чего появляются круги под глазами

Уже несколько лет я обращаюсь за помощью к вашей книге о лунном календаре. И теперь мне снова нужен ваш совет: я очень крепко сплю и хорошо высыпаюсь, но все же часто просыпаюсь утром с опухшими глазами и темными кругами под ними. Не знаю, связано ли это, но по ночам у меня также часто немеют руки и

кисти рук, и иногда я просыпаюсь с отекшей шеей. О моем питании по вечерам нужно сказать, что я пытаюсь по возможности есть мало. Я обхожусь почти без сладкого, но охотно выпиваю вечером один-два бокала красного или белого вина. Прежде чем обратиться с этим вопросом к косметологу, я была бы очень рада узнать ваше мнение!

В некоторых регионах мира круги под глазами — обычное явление, и ученые уже высказывали мнение о том, что они являются естественной приметой определенных народов. У нас же по этому поводу другие сведения.

В основном существует **шесть возможных причин**, которые по отдельности или в совокупности друг с другом приводят к появлению темных кругов под глазами. Организм каждого человека реагирует по-своему, поэтому вам нужно рассмотреть эти причины по порядку и понять, какие факторы имеют место быть в вашем случае.

1. В качестве **первой причины** стоит назвать скопление лимфы и, соответственно, перегрузку почек. Лучше всего назначить процедуру лимфодренажа при убывающей Луне и посмотреть, станет ли вам лучше.

2. Вино, конечно, нельзя назвать вредным, но, вероятно, причина в том, что вы употребляете его каждый день. В таком случае даже очень небольшое количество причиняет вред, так как печень восстанавливается только ночью, а алкоголь существенно этому мешает.

3. Изменилось ли что-нибудь в том месте, где вы спите? Просыпаетесь ли вы по ночам постоянно или, возможно, не можете заснуть между часом и тремя часами ночи? Не появилась ли поблизости новая вышка сотовой связи? У вас новый радиобудильник или все тот же? Если вы не можете определить или устранить подобные источники излучения, тогда вам может помочь розовый кварц (конечно, лучший сорт) — камень размером не меньше чем с кулак. Просто положите его в изголовье и разложите под кроватью. Однако важно запомнить, что примерно через две недели камни нужно помыть. После этого их лучше всего оставить на ночь

и на один день за стенами дома — на подоконнике или на балконе, чтобы они могли освободиться от негативной нагрузки.

4. Другой причиной нередко бывает употребление в пищу животного белка. Это прежде всего молочные продукты, например йогурт, особенно если его много съесть на ночь. Знаменитый стакан теплого молока на ночь не усыпляет, а действует на всю пищеварительную систему как наркотик и мучает почки и печень всю ночь. Поэтому при убывающей Луне круги под глазами заметны гораздо меньше, чем при растущей: убывающая Луна поддерживает организм во время детоксикации.

5. Если ваш тип питания — Альфа, то, возможно, проблемы связаны с потреблением кофе. Если вы пьете его с молоком и сахаром, то почкам и печени гарантирована продолжительная нагрузка. Для людей с типом питания Омега кофе не вреден, им нужно лишь не добавлять молоко и всегда выпивать в два раза больше воды после приема кофе.

6. Следующей причиной может быть недостаток железа и, соответственно, нехватка меди, которая ему всегда предшествует (в некоторых странах это особенно распространено!). До конца позапрошлого столетия сельскохозяйственные инструменты изготовлялись по большей части из медных сплавов, поэтому недостатка железа или меди почти не было. Лучшее решение — работать в саду медными инструментами, и уже самых небольших следов меди будет достаточно!

В 95% случаев от кругов под глазами можно избавиться, если сделать правильные выводы из данного списка. «Что оказывает нагрузку на мои почки и печень?» — ответ на этот вопрос подскажет верное решение проблемы.

Заваривайте чай правильно!

Сегодня я хотел бы обратиться к вам со следующим вопросом. Я люблю пить травяные чаи любого вида и разного свойства. При различных проблемах со здоровь-

ем я часто покупаю в аптеке продукцию, отпускаемую без рецепта (например, просвирник, шалфей или тимьян). На упаковке всегда написано: «Залить кипящей водой и процедить через 10 (!) минут». Как я убедилась на опыте, только чай из боярышника нужно заваривать 20 минут. Но, например, чай из тимьяна вы рекомендуете сцеживать уже примерно через 30 секунд.

Поэтому мне интересно, действительно ли правильно заваривать все сорта травяных чаев только 10 минут? Я поняла, что многие чаи после этого очень горчат, и мне больше не хочется их пить. Может, в печати есть ваши рекомендации по поводу того, как долго нужно заваривать разные травы и действительно ли чай всегда нужно заливать кипящей водой?

На самом деле, на каждой упаковке травяного чая должна быть отдельная инструкция по приготовлению, так как каждое лекарственное растение обладает собственными особенностями и проявляет всю свою целебную силу только тогда, когда его определенным образом приготовят. Иногда от способа приготовления зависит и способ применения чая.

Вот короткий список травяных чаев с лучшим способом приготовления для каждого:

- Зеленый чай. Вскипятить воду и остудить максимум до 80°С. Чай заваривать не дольше 90 секунд.
- Черный чай. Вскипятить воду. Чай заваривать от 2 до 5 минут. Чем меньше время заваривания, тем сильнее целебное действие. Чем дольше — тем выразительнее вкус.
- Тысячелистник, ромашка, мята и большинство остальных листовых лекарственных растений. Вскипятить воду. Заваривать 7 минут.
- Тимьян. Вскипятить воду. Настаивать 30 секунд.
- Крапива. Для обеззараживания: вскипятить воду, настаивать 2—3 минуты. Пить сразу после приготовления, настоявшийся чай теряет свою силу.

- Шалфей, чтобы пропотеть. Вскипятить воду. Заваривать 1 минуту.
- Шалфей против ночного потения. Вскипятить воду. Заваривать 7—10 минут.
- Если вы используете для заваривания чая семена (фенхель, тмин, анис и пр.), доверяйте своей интуиции и используйте следующий способ, чтобы семена проявили всю свою целебную силу. Возьмите примерно чайную ложку семян на чашку (около 250 мл) воды и прокипятите зерна. Затем немного убавьте огонь и оставьте вариться на маленьком огне. Выключайте плиту, только когда почувствуете аромат чая. Оставьте его завариваться еще ненадолго, а затем процедите. Когда чай будет готов, семена опустятся на дно.

Чувствительность к холодному во время голодания

В ваших книгах я читала, что на полнолуние и новолуние нужно назначать разгрузочные дни. Я устроила такой день с лучшими планами на новый год, но в этот день мне было невероятно холодно! Моей маме, которая голодала в тот же день, было так же холодно. При этом мы питались в разгрузочный день рисом, но и теплый рис не помог. Вы можете дать совет, что мне делать, чтобы не мерзнуть так ужасно в разгрузочные дни? Какие еще типы голодания существуют? Я уже слышала о фруктовых днях, но фрукты сейчас тоже совсем не теплые!

Рисовое голодание, конечно, подходит не всякому. Вы почти не получаете витамины и минеральные вещества, к тому же рис хорошо переносят только люди с типом питания Омега, в то время как организм людей Альфа-типа очень тяжело переваривает рис, и они чувствуют тяжесть в желудке (см. далее интервью в этой главе). В холодные месяцы

для фруктового голодания хорошо подходит компот. Очень важно учитывать различия между типами питания: Альфа-тип хорошо переносит семечковые плоды и цитрусовые, а для типа Омега полезны косточковые плоды и бананы (ягоды нейтральны для обоих типов). Сильное ощущение холода во время голодания может быть вызвано различными причинами, например, низким кровяным давлением, которое при голодании падает еще больше. В холодное время года полезно есть супы, летом — фрукты.

Как общаться с капризными детьми

Не могли бы вы еще раз вкратце рассказать, какие меры, по вашему опыту, наиболее эффективны, когда речь идет об общении с вечно недовольными и плачущими детьми? Мы уже знаем из ваших книг, как важно здоровое питание без ядовитых веществ и что в американских школах, перешедших на натуральное питание, больше не знают проблем с беспокойными детьми. У наших знакомых тоже есть дети, которым теперь больше не нужны лекарства.

К нам уже так часто обращались разные люди с этой же просьбой, что мы еще раз с удовольствием ее выполним.

1. Нужно выяснить тип питания. Относится ли ребенок к типу Альфа или Омега? Натуральное питание в соответствии с типом ребенка — основное условие спокойного детства, а также хорошей успеваемости в школе.

2. Работать и жить следует согласно собственным биоритмам. Бывают дни, способствующие усвоению учебного материала, а бывают дни, не слишком подходящие для этого. Конечно, вовсе не нужно в такие дни оставлять детей дома, но хорошая подготовка — уже полдела.

3. Работать и жить нужно в местах, свободных от излучения. Местоположение кровати, стула за кухонным столом

и школьной скамьи имеет огромное значение для хорошего самочувствия и успешной учебы. Работа, требующая концентрации внимания, и полноценный сон невозможны в местах, подвергающихся излучению. В некоторых школах проверка на наличие излучения — уже привычная часть повседневной жизни. Пункты 2 и 3 подробно рассмотрены в нашей книге «Собственными силами».

4. Нужно поощрять развитие таланта по цифрам даты рождения. Цифры даты рождения многое могут рассказать об особенных талантах и способностях ребенка. Для всех читателей большая удача узнать, какие таланты стоит поддерживать или какие способности нужно активно развивать в течение жизни у ребенка (см. нашу книгу «Магия чисел» — *Das Tiroler Zahlenrad*). Нередко к непоседам предъявляют безнадежно заниженные требования, и это может привести к тому, что когда-нибудь они упустят свой шанс.

Кофе и цельнозерновой хлеб

В вашей книге «Все в нужный момент» вы пишете, что кофе и цельнозерновой хлеб на завтрак вредны для здоровья. Почему?

К сожалению, мы не можем назвать точную причину. Однако вред такого сочетания доказан многолетним опытом.

Кофе в сочетании с цельнозерновым хлебом сложно усваивается организмом, а у многих людей через несколько часов, а иногда даже на следующий день после приема такой пищи начинаются головные боли. Кроме того, это сочетание продуктов не только оказывает нагрузку на организм и вызывает ощущение усталости, но и создает при длительном употреблении очень серьезные проблемы. Продолжительное пристрастие к такому сочетанию может привести к заболеваниям почек, печени и селезенки.

К сожалению, эта взаимосвязь пока до конца не изучена. Такая ситуация продлится еще некоторое время, ибо наука слишком сосредоточена на химических процессах и слишком мало внимания уделяет более важным природным связям. Например, лишь немногие ортопеды знают, что именно пшеничная мука зачастую является причиной болей в спине. Однако, судя по всему, исследования причин заболеваний постепенно выходят на передний план и борьба непосредственно с причинами болезни придет на смену бессмысленной борьбе с ее симптомами. Нет смысла бороться при пожаре с дымом.

Лечение одуванчиком

Я уже не раз слышал об особенном лечении весенней усталости одуванчиком. Знаете ли вы что-нибудь об этом? Как проводится такое лечение?

Да, это лечение действительно может очень благотворно повлиять на организм! Лучше всего начинать его в фазу убывающей Луны вскоре после полнолуния. Четырнадцати дней будет вполне достаточно. При этом очень важно количество: нужно съедать каждый день ровно три стебля одуванчика или максимум пять закрытых бутонов. Затем через четырнадцать дней, на новолуние, нужно закончить лечение. При особенно сильной усталости или недосыпании вы можете дополнительно съедать каждый день три раскрывшихся головки маргариток. Некоторые люди думают, что больше — всегда лучше. Но в этом случае дозировка очень важна, так как слишком большая доза оказывает негативное воздействие на желчный пузырь. Пожалуйста, обратите внимание, что нежелательно собирать растения там, где выгуливают собак или существует опасность, что это место обрабатывается опрыскивателями.

Замечено, что всю весну, а также когда одуванчик уже отцвел, можно есть его листья в желаемых количествах. Из молодых листьев получается замечательный салат — настоящее лакомство с большим количеством витаминов и ми-

нералов, которое было забыто только потому, что, как и грибы, одуванчик долгое время считался пищей бедняков. Швейцарцы, например, не позволили подобным предрассудкам поработить себя, и в каждом приличном ресторане и по сей день подаются изысканные вариации салата из листьев одуванчика.

Пшеничная мука и боли в спине

Вы пишете о непереносимости пшеничной муки и болях в спине, которые она часто вызывает. На что возникает аллергическая реакция? На ядовитые удобрения на пшеничных полях, на саму пшеницу или на то, что это бесполезная белая мука? Какой у меня есть выбор: купить зерновую мельницу, покупать необработанную пшеницу или молоть муку самостоятельно? У нас, к сожалению, нет поблизости магазинов диетических или экологически чистых продуктов.

В первую очередь вам нужно выяснить свой тип питания. Если вы относитесь к Альфа-типу, ваш организм вообще не переносит пшеничную муку, в том числе муку из необработанной пшеницы и белую муку. «Ваша» мука — ржаная и спельтовая. Если вы Омега-тип, ваш организм переносит натуральную пшеницу, а также спельту. Вам нужно постепенно менять свои привычки в питании и приобрести зерновую мельницу. Зерно долго хранится и гораздо полезнее, если его использовать сразу после помола. Приготовление макарон — нехитрое дело! Что касается аллергии, каждый человек подвержен аллергии на обработанную промышленно пшеницу и белую муку. Не забывайте, что усталость после еды — один из признаков аллергии, непереносимости определенных веществ: от искусственных ароматизаторов до усилителей вкуса, которые соблазняют и обманывают наше восприятие вкуса.

Коровье молоко для младенцев?

Нашему сыну только что исполнилось семь месяцев. Так как у моей жены очень мало молока, с самого начала мы кормили его натуральным детским питанием из коровьего молока, и до сих пор ничего другого он не ел. В вашей книге я прочитал, что нежелательно есть много молочных продуктов. Мне интересно, какие варианты питания существуют для моего сына. Не могли бы вы кратко описать, как в этом случае могут помочь знания о Луне? Возможно, есть подходящая растительная пища?

Очень отрадно, что вы, как отец, задумываетесь о правильном питании своего ребенка и не отмахиваетесь от этого вопроса как от «женского дела». Мы думаем, мы можем вас успокоить. Если ваш сын до сих пор хорошо переносил молоко и не страдал от болей в желудке или бессонницы, то вам не стоит беспокоиться. Так как вы выбрали натуральные продукты, переход на овощи, злаки, фрукты и прочее пройдет легче. Обычное детское питание, хотим мы этого или нет, содержит много веществ, вызывающих привыкание, и позже создает трудности при переходе детей на взрослое питание. Луна никак не может на это повлиять.

Если вы хотите, чтобы у вашего ребенка совсем не было проблем с питанием, разумнее всего в ближайшее время выяснить его тип питания. Обычно для этого требуется всего лишь попробовать на несколько дней сменить питание или заполнить анкету (см. приложение к книге). Очень важно прежде всего попытаться выяснить, какую пищу ребенок переносит, а какую нет.

Лечение псориаза

Я хотела бы попросить у вас совета относительно лечения псориаза кожи головы. Сейчас у меня снова очень сильное обострение, такое, что я готова исцара-

пать всю кожу на голове. Существует ли какое-то природное лекарство или гомеопатическая терапия, которые вы можете мне порекомендовать? Может, есть еще какие-то методы в соответствии с лунным календарем?

Кроме того, у моей годовалой дочери уже давно сильный молочный струп, который долго не проходит! Буду очень рада, если вы мне ответите!

Мы думаем, что теперь вам требуется уже врачебная помощь. Гомеопатические средства очень эффективны как сопроводительные, но квалифицированный гомеопат лучше разбирается в этом, чем мы. Мы можем лишь, исходя из опыта, посоветовать, каких продуктов стоит избегать, чтобы добиться улучшения самочувствия, а именно — различных молочных продуктов. К сожалению, то же относится к сыру и йогурту, но, к счастью, существуют полезные альтернативы, например, продукты, изготовленные на основе сои (только натуральные и без генной модификации!).

Кроме того, не используйте привычные средства по уходу за кожей и волосами, а исключительно натуральную косметику. Те же правила действуют и в случае молочного струпа вашей дочери. С уверенностью можно сказать, что и здесь имеет место непереносимость молочных продуктов. Отказ от этих продуктов особенно эффективен для маленьких детей. Важно избегать и «скрытых» молочных продуктов, содержащих молочный порошок (готовое детское питание), и т. п. С помощью описанного метода мы добились наибольших успехов.

Операции в дни Льва

Ваш совет об операции на ухе моего сына в прошлом году очень нам помог. Нам пришлось назначить операцию в день Льва при убывающей Луне. Рубцевание шва прошло вполне удовлетворительно, но трехчасовой наркоз он перенес очень плохо. Результатом стали

тошнота и сильное сердцебиение, самочувствие улучшилось только на следующий день, когда он принял нужное средство. Всегда ли опасен наркоз в дни Льва?

Действительно, в дни Льва у многих людей ухудшается самочувствие. Дело в том, что все, что в особенности отягощает сердце и кровообращение, в дни Льва действует еще более негативно. И общий наркоз определенно относится к таким нагрузкам. Наш опыт показывает, что операции у детей и пожилых людей проходят лучше, если они проводятся не в дни Льва. Знак Льва не оказывает влияния на заживание шрамов и благоприятное протекание операции в целом, если выбрать нужную фазу — фазу убывания.

Правильное время для удаления миндалин

Моей дочери 15 лет, и в этом году ей необходимо провести операцию по удалению миндалин. Какое время подходит для этого? Что мы должны принять во внимание? Буду очень благодарен вам за ответ.

Мы назначили бы дату операции на период убывающей Луны и избегали бы дней Тельца. Так возможно избежать любых отрицательных последствий, связанных с лунными ритмами. Кстати, миндалины играют гораздо более важную роль, чем принято думать, поэтому, возможно, стоит узнать мнение и других специалистов. Детям их зачастую удаляют без особой на то причины.

Мы хотим не напускать на себя важный вид, а передавать накопленный десятилетиями опыт, чтобы заставить вас задуматься. Если ваша дочь сразу существенно ограничит потребление молочных продуктов или откажется от них вообще, то есть вероятность, что миндалины начнут нормально функционировать и операция окажется излишней. Стоит попытаться, ведь постоянно воспаленные миндалины — симптом, а не причина. Это признак, что миндалины пыта-

ются защитить организм от каких-то веществ, которые он плохо воспринимает и усваивает. Если просто опрометчиво удалить миндалины, проблема в организме останется, и работу по его защите придется выполнять другим органам. Мы рекомендуем обратиться к нашей книге «Собственными силами» за более точными сведениями о связи здоровья и питания.

Как восполнить недостаток железа

Однажды вы написали, что, принимая соответствующие добавки при недостатке железа, нужно выбирать фазу роста Луны. Но если я не ошибаюсь, с этим было связано еще одно условие. Не могли бы вы еще раз объяснить мне эти правила?

Прием препаратов железа приносит мало пользы, если в организме одновременно не хватает и меди. Неважно, какую дозировку вы принимаете, — без меди организм не усвоит железо. Незадолго до Первой мировой войны этот вопрос еще не был актуален, так как сельскохозяйственные инструменты для обработки почвы содержали медь, которую наш организм получал через плоды с полей. Сегодня в сельском хозяйстве используются исключительно железо и сталь, что, соответственно, приводит к нехватке определенных веществ.

В деревне вам может помочь использование для работ в саду или огороде медных инструментов (больше информации по этому поводу вы сможете найти на нашей домашней странице). В городе вы можете поставить на подоконник или на балкон горшок с травянистым растением, а в землю воткнуть какой-нибудь небольшой медный предмет. Также хорошо помогает медный браслет. Следы на коже под браслетом не вредны, просто нужно носить браслет до тех пор, пока кожа перестанет окрашиваться. Избавившись от недостатка меди, вы создадите условия для устранения нехватки железа. При экологически здоровом питании нет не-

обходимости в применении дополнительных препаратов, так как железо содержится во многих сортах овощей. Кстати, вопреки общепринятому мнению, в шпинате не больше железа, чем в других зеленых овощах.

Полюбившаяся привычка

Слова о том, что нужно правильно питаться, — это уже почти мантра, которую можно прочитать в каждой газете. И я уже знаю, что выведение шлаков из организма при убывающей Луне эффективнее, чем при растущей. Но как приучить детей отказываться от своих любимых привычек? Как они могут научиться отказаться от горячо любимого гамбургера или колы?

Нет ничего страшного в том, чтобы иногда закрывать глаза на мелочи и доставлять детям изредка удовольствие. Однако потом никогда нельзя оставлять их в неведении о том, откуда появляются раздражительность, беспокойство или скука, которые начинаются примерно через полчаса после приема пищи и продолжаются еще несколько часов. Самое важное — не переусердствовать. Слишком много хорошего — это всегда плохо. За десятилетия, столетия люди привыкли к стольким неправильным вещам. Заново привыкнуть к здоровому и полезному питанию — все равно что излечиться от наркомании. Эта перемена когда-нибудь произойдет, только если вы будете относиться к ребенку с любовью и снисхождением. В первую очередь необходимо выяснить связи между питанием и здоровьем, затем задуматься о себе и своих привычках и правильно выбрать наилучший путь. Если вы (или ваш ребенок) не осознаете смысла и важности в изменении привычек в питании, это будет тернистый путь, по которому вы не сможете прийти к успешному результату.

Важно запомнить, что если дети не перекусывают по чуть-чуть перед приемом пищи, у них развивается вкус к здоровой пище и желание есть именно ее. Тот, кто начинает с нездорового питания, уже не захочет питаться правильно.

Глотка лимонада, подслащенного фруктового сока, жевательной резинки или половинки конфеты достаточно, чтобы внушить отвращение к самой лучшей натуральной пище. Кроме того, дети, которые постоянно между делом перекусывают, употребляют мало жидкости, что только способствует их раздражительности. Иногда переход на здоровую еду проходит легче, если детей приобщают к приготовлению еды. Так они учатся ценить еду и с нетерпением ждут ее, так как поучаствовали в приготовлении.

Удаление бородавок

Ваша рубрика просто замечательная, и я уже воспользовался некоторыми ценными советами! Сейчас моя проблема в том, что у моего восьмилетнего сына появились две бородавки на ступне. Я был бы рад получить от вас совет, как можно избавиться от них естественным путем и с помощью влияния Луны!

Подошвенные бородавки на ступнях легко удалить с помощью чеснока в дни убывающей Луны. Для этого вырежьте вечером отверстие в пластыре и наклейте его на бородавку так, чтобы она попала в это отверстие. Разрежьте пополам зубчик свежего чеснока, прикрепите его другим кусочком пластыря к бородавке и оставьте на всю ночь. Утром снимите пластырь, вечером повторите процедуру со свежим зубчиком чеснока и закончите процедуры в новолуние. Постепенно бородавка потемнеет, и в конце концов ее будет очень просто убрать. На новолуние нужно обязательно прекратить любой вид лечения бородавок! При этом важно даже точное время дня, в которое начинается новолуние.

Такое же эффективное и проверенное средство от бородавок — сок чистотела. С ранней весны эта трава растет почти повсюду, даже в городах. Осенью она помогает, только если часто скашивать ее. Начинайте лечение в день полнолуния и ежедневно смазывайте бородавки свежевыжатым соком чистотела. Достаточно отломить стебель или лист, на месте разлома выступает сок оранжевого цвета.

Продолжайте лечение до новолуния, даже если бородавка исчезла еще до этого дня! Берегите одежду: избавиться от пятен сока чистотела очень сложно или почти невозможно.

Еще одно хорошее средство, хотя и не такое быстродействующее, как сок чистотела, — натирание бородавок по утрам собственной слюной, проделывать это нужно натощак. Некоторым помогает только чеснок, некоторым — только сок чистотела. Лучше начните со способа, который вам больше нравится. Если к новолунию бородавки не исчезнут, тем не менее обязательно прекратите лечение и начинайте заново только в следующее полнолуние! Если вы предпочитаете использовать настойку из аптеки, то, пожалуйста, точно так же начинайте лечение в день полнолуния и заканчивайте через 14 дней, на новолуние. Если вы продолжите лечение после новолуния, то есть при растущей Луне, бородавка снова вырастет и даже увеличится.

Кратко **УДАЛЕНИЕ БОРОДАВОК**

Бородавки можно лечить только при убывающей Луне, независимо от способа лечения!

Ревматизм и папоротник

Я хотел бы класть в постель папоротник для лечения ревматизма. Так как у меня в саду растет много кустов, я, конечно, хотел бы использовать именно их. Но у меня есть несколько вопросов, и я надеюсь, что вы сможете мне помочь. В какое время нужно срезать растения? Когда нужно класть их в постель и на какое время нужно оставлять их там? Существует ли время года, когда лучше всего проводить такое лечение? Сколько листьев нужно использовать?

Отличная мысль — использовать папоротник в качестве вспомогательного средства для лечения ревматизма! Однако учтите, пожалуйста, что папоротник во многих странах

занесен в Красную книгу и находится под защитой государств. Другое дело, если вы будете собирать его в своем саду. Лучшее время для сбора папоротника — 8—15 августа, независимо от положения Луны. Благоприятный период — время растущей Луны в дни земных знаков Тельца и Козерога.

Свежие листья папоротника лучше сразу положить сушиться на бумагу под кровать. Они сразу же начнут оказывать благоприятное воздействие. Когда листья высохнут, вам нужно зашить их между двумя простынями при убывающей Луне в дни Тельца или Козерога. Лучше всего шов сделать длинным стежком. На эту простыню с папоротником нужно положить обычную постельную простыню. Используйте столько листьев, сколько понадобится, чтобы получилась сплошная зеленая поверхность. Время года не так важно для лечения, потому что вы можете оставить простыню на кровати, на сколько вам понадобится.

Кроме того, замечено, что уже многим людям, страдающим ревматизмом, помог постепенный отказ от употребления животного белка!

Когда нужно прекращать кормление грудью

Мою внучку до сих пор кормят грудью и уже примерно месяц дают пюре из овощей и фруктов. Моя невестка хочет перестать кормить грудью и все сделать правильно, потому что она собирается продолжить учебу. Я ей рассказала, что, возможно, вы можете дать важные советы по этому поводу. Мы хотели бы попросить вас порекомендовать нам одну из ваших книг и посоветовать, что моей невестке стоит принять во внимание, отнимая ребенка от груди.

Прекратить кормление грудью очень просто в день полнолуния, и этот процесс пройдет без применения медикаментов. Вашей невестке просто нужно все реже давать мла-

денцу грудь в течение нескольких недель до полнолуния и не давать ему пить так много, как обычно. В последние дни перед полнолунием нужно кормить ребенка только вечером, а в день полнолуния последний раз дать младенцу грудь и совсем немного жидкости. Тогда прекращение кормления грудью проходит совсем просто. Ребенок больше не плачет и не зовет мать и быстро привыкает обходиться одним прикормом.

Приостановлению лактации может способствовать чай из шалфея. Нужно всего лишь выпивать несколько чашек чая во время подготовки к отнятию от груди и после прекращения грудного вскармливания — это очень хорошо помогает. Кстати, именно по этой причине кормящим матерям не рекомендуется пить чай из шалфея! Если выбрать неверное время, существует опасность воспаления груди и образования опухоли. Иногда грудь снова набухает, болит, молоко течет во время принятия душа или при прикосновении.

После успешного отнятия от груди нужно понаблюдать, как ребенок ведет себя через несколько часов после еды. Обычно несложно понять, какую пищу его организм переносит, а какую — нет. В основном младенцы хорошо чувствуют, что им нравится и что для них полезно. Ни в коем случае нельзя заставлять ребенка есть насильно, даже если в газете или в книге пишут, что тот или иной продукт полезен. Именно вследствие принудительного питания дети начинают терять способность ориентироваться и свое природное чутье. Точно так же никогда нельзя заставлять ребенка доедать пищу без остатка. Бывает, что младенцы в течение длительного времени едят понемногу, затем снова наступает период, в течение которого они едят очень много. Это тоже нужно принимать во внимание.

Кратко ПРЕКРАЩЕНИЕ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

Лучше всего переходить на прикорм в день полнолуния и в полнолуние в последний раз давать младенцу грудь.

Весеннее лечение крапивным чаем

Я и моя подруга каждую весну лечимся крапивным чаем, от которого очень улучшается наше самочувствие. Но я переношу этот чай не так хорошо, как она, поэтому хочу спросить — может быть, я что-то неправильно делаю?

Если вы правильно готовите чай, то и вы должны хорошо переносить крапивный чай. В отличие от большинства лечебных трав, крапиву нужно заваривать не 7, а только 2—3 минуты, чтобы максимально проявилась действенность чая и чтобы не вызвать нежелательную реакцию организма. Важно использовать только натуральную необработанную крапиву, и, наконец, крапивный чай нужно пить только сразу после приготовления. Нельзя оставлять его настаиваться и остывать или хранить в термосе. Возможно, вы знаете по опыту, что чай очень быстро окисляется и становится почти черным. Тогда он уже не так полезен, и организм переносит его хуже.

Если, несмотря на правильное приготовление, организм не переносит крапивный чай, просто устройте лечение чаем из одуванчика в марте или апреле при убывающей Луне. (В таком случае важно количество завариваемой травы, см. главу о лечении одуванчиком.)

Профилактика мигрени

У меня хроническая мигрень, то есть я живу с почти постоянной болью. Однако благодаря вашим книгам узнала, что я очень остро реагирую на изменение положения Луны. Даже без лунного календаря я точно знаю, когда наступают дни Овна. Почему бы тогда не воспользоваться целительными силами природы на благо здоровья? Мой вопрос таков: есть ли еще факторы, которые нужно учесть в моем случае, кроме того, что

надо пить воду и отказаться от сладостей и животного белка? Есть ли дни, в которые нужно заниматься какой-либо профилактикой?

Уже в дни Рыб, незадолго до дней Овна, вы можете в качестве профилактики пить много чистой питьевой воды (не лимонад и не соки!) между 15 и 17 часами, даже если вам не хочется пить. Также старайтесь в дни Рыб питаться по минимуму.

Однако еще важнее могут быть два других правила. Во-первых, очень важно выяснить, к какому типу питания вы относитесь и какой жир вы хорошо переносите — растительный или животный. Во-вторых, возможно, у вас неправильно устроено спальное или рабочее место, на котором вы проводите много часов подряд. Лучше всего немного их изменить или обратиться к хорошему специалисту по биолокации.

Сила новолуния

У меня вопрос по лунному календарю, а точнее — о новолунии. Может ли быть такое, что на новолуние плохо спится, снятся кошмары и — в моем случае — очень сильно болит сердце? Особенно сильное сердцебиение беспокоит ночами.

Действительно, многие люди плохо спят на новолуние. Это вызвано различными причинами, например, сменой энергии, которая на новолуние происходит почти так же, как и на полнолуние. Одна из причин беспокойного сна — конечно, проблемы в работе сердца. Люди с больным сердцем особенно тяжело переживают новолуние в знаке Рыб и дни Льва. Кроме того, область сердца чувствительна в дни новолуния и в дни Льва у людей, родившихся под знаком Льва. Лучшее средство по профилактике таких неспокойных ночей — легкая, хорошо усваиваемая пища и полный отказ от алкоголя до и во время указанных дней.

Щитовидная железа и влияние Луны

Как постоянная читательница ваших книг, с помощью ваших советов я уже добилась хороших результатов. Однако до недавнего времени я ничего не читала о щитовидной железе. В день Тельца при растущей Луне вы советуете выпивать чашку чая из жерухи. Всегда ли нужно делать это в дни Тельца и при растущей Луне? Не могли бы вы дать мне совет по этому поводу и подсказать, где я могу узнать больше по этой теме?

Показано лечением щитовидной железы и области шеи заниматься в дни Тельца, независимо от фазы Луны. С мая по октябрь Луна находится в знаке Тельца всегда в период убывания, с ноября до мая — в фазе роста. При растущей Луне организм хорошо воспринимает целительную силу лекарственных трав, при убывающей Луне растения способствуют очищению организма. Этот принцип действует для всех знаков зодиака. Если вы склонны к хрипоте, всегда пейте в дни Тельца чай из мать-и-мачехи. Если же вы страдаете ревматизмом, то особенно хорошо действует в дни Козерога, отвечающего за кости, крапивный чай. Подробнее о связи лечения и положения Луны вы можете прочитать в нашей книге «Собственными силами».

Кстати, вероятно, вы уже знаете, что не каждую обиду нужно просто «проглатывать». Это была бы хорошая профилактика болезней щитовидной железы и болей в горле. И еще одно: с заболеваниями щитовидной железы эффективно помогает справиться гомеопатия, и тогда зачастую можно избежать операции.

Вросшие ногти на ногах

У моего 14-летнего сына уже несколько лет врастает ноготь на ноге. Это очень мешает во время занятий спортом, и пока ему не помогло никакое лечение. Ноготь врастает снова и снова. Возможно, вы посоветуете, как мой сын может от этого избавиться?

Положение Луны имеет очень большое влияние на результаты подобной процедуры. Ее всегда без исключения нужно проводить при растущей Луне! Также важно при этом избегать дней Рыб.

Опытные косметологи обычно успешно справляются с проблемой вросшего ногтя, но в вашем случае мы бы обратились к врачу. Не забывайте, что другие операции нужно проводить в период убывающей Луны и избегать дней того знака зодиака, который отвечает за соответствующую часть тела. Вросший ноготь является исключением из этого правила, его нужно корректировать при растущей Луне.

Лечение мозолей на ногах

Я каждый день читаю ваши «Советы о Луне» и сегодня прошу вашего совета. Уже около десяти лет у меня на ступне (на подушечке) мозоль, которая очень сильно болит. Уже несколько раз мне ее вырезали, но она появляется снова и иногда вызывает боль при каждом шаге. Я знаю, что сегодня хороший день для лечения мозолей на ногах, но, возможно, вы дадите мне еще какой-нибудь хороший совет.

Правильно подобранная по ноге обувь, которую нужно часто менять (даже если все идеально подходит!), — основа правильного ухода за ногами. Мало кому известно, что нужно выбирать не слишком узкие колготки в области пальцев, чтобы не нарушать кровообращение, иначе даже широкая обувь не принесет никакой пользы. Переменные горячие и холодные ванны для ног укрепляют защитные механизмы и способствуют налаживанию кровоснабжения, что тоже может помочь избежать образования мозолей. Появление мозолей всегда связано с ослабленным состоянием какого-то внутреннего органа, чья точка приходится на данное место

стопы. Если вы к тому же носите узкую обувь, мозоли на ногах будут неизбежны.

Постарайтесь, чтобы обувь меньше жала, назначайте удаление мозолей на период убывающей Луны и избегайте дней Рыб — соблюдение этих правил на длительное время вам окажет помощь в борьбе с мозолями. Кроме того, выясните, с каким органом у вас возникли проблемы (на подушечке находится в том числе точка щитовидной железы), и предпримите все меры для его очищения и укрепления.

Кратко **МОЗОЛИ НА НОГАХ**

Пожалуйста, лечите мозоли на ногах только при убывающей Луне и при этом пропускайте дни Рыб!

Проблемы с простатой

Я часто читаю, что увеличение простаты после пятидесяти и все бо́льшие неудобства, которые она доставляет, — естественный процесс. Пишут, что это вполне нормально. Я не могу в это поверить, и уверен, что у вас есть для меня пара хороших советов, как лучше всего предотвратить развитие болезни.

К сожалению, мы не специалисты по данному вопросу, но, исходя из многолетнего опыта врачей и целителей и собственного жизненного опыта, мы можем дать вам пару подсказок. Возможно, наши советы поспособствуют тому, что однажды появятся смелые исследователи, которые займутся этим вопросом без предрассудков.

Вы абсолютно правы в своем скептическом отношении к укоренившимся убеждениям, так как многие врачи и целители сделали наблюдение, что здоровая активная сексуальная жизнь мужчин до глубоко пожилого возраста не только возможна и желательна, но и к тому же является отличным профилактическим средством проблем с простатой. Если придерживаться распространенного мнения, что после 50

лет в постели мало что «происходит», то это убеждение укоренится в вашем сознании и будет усыплять и приглушать активность. Однако тот, кто сразу не станет прислушиваться к этим нелепым мнениям, добьется совсем других результатов, и ему точно не понадобятся лекарства, чтобы поддерживать радость активной сексуальной жизни.

Мысли облекаются в слова, слова становятся действиями, а действия — судьбой, и это действительно так. Поэтому в любых обстоятельствах нужно сохранять способность мыслить независимо, не подчиняясь внешнему влиянию. Просто вспомните, что боязливые люди приближаются все ближе к болезни, а не к активной и радостной жизни. И подумайте о тех немногих мужчинах, которые уже в пожилом возрасте стали отцами, потому что они не позволили поучать себя, как «нормально» себя вести. Между «нормальным поведением» и «действительностью» всегда была огромная разница. И всегда помните о законе природы, согласно которому все, что не используется, слабеет и приходит в упадок.

Мы не можем не упомянуть о еще одном наблюдении, потому что, возможно, оно приведет к тому, что и эта связь будет доказана исследованиями. Несколько десятилетий назад мужчины начали мочиться не стоя, а сидя — скорее по социальным и психологическим причинам. У тех, кто мочится сидя, слабеют мышцы, нормальное функционирование которых, очевидно, влияет на здоровье простаты. Положение сидя вредно для области таза, для работы мускулов сфинктера и для кровоснабжения этой области тела. С приходом новых привычек увеличилось количество проблем с предстательной железой.

Молоко и кофе

Вы говорили в одном интервью, что сочетание коровьего молока и кофе вредно для печени. Хотя я уже слышал об этом раньше, я пока не читал об этом ни одного исследования. Откуда у вас эта информация?

Эта взаимосвязь уже давно известна, но вы правы, что пока не существует научных исследований на эту тему. Такая ситуация сохранится еще некоторое время, так как неблагоприятное воздействие на печень происходит медленно и его сложно заметить. Мое замечание о вреде сочетания молока и кофе, возможно, прозвучало слишком опрометчиво. Во время интервью мне не хватило времени, чтобы подробно перечислить все логические связи, приводящие к такому заключению.

По отдельности молоко и кофе не оказывают такого вредного влияния, как вместе. В последнем случае происходит химическая реакция, и печень практически не в состоянии очистить организм от образовавшихся в ходе реакции веществ. Долгое время они наносят такой вред печени, что она даже увеличивается в размерах, при этом трудно понять, почему это происходит. Усталость, скука, а также круги под глазами (часто признак нагрузки на почки) — почти всегда симптомы непереносимости коровьего молока. Собственно говоря, они всегда проявляются у людей, которые регулярно принимают в пищу продукты из коровьего молока. Молоко стало основным сырьем для производства масла, и для людей Альфа-типа это очень хорошо, так как они с трудом обходятся в повседневной жизни без животного белка. Растительные жиры они могут переносить лишь недолгое время.

Как случается со многими неторопливыми процессами в природе и в нашем организме, от нас часто ускользают подобные глубинные взаимосвязи. С одной стороны, потому, что часто их обнаружить мешают более важные интересы, с другой стороны — просто потому, что для того, чтобы постичь суть таких глубинных процессов, требуется много терпения, способность подмечать малейшие детали, и непредвзятость мнения. То же самое касается и исчезновения пчелиных семейств (в некоторых районах Америки их численность сократилась на 70%): пройдет еще немало времени, прежде чем будут выяснены истинные причины, а имен-

но — генетически модифицированные растения в сочетании с ростом облучения, увеличением количества вышек мобильной связи и пр.

Шоколадомания

Как можно отучить детей от сладостей, прежде всего от шоколада? Я знаю, что он вреден, вижу это по растущему весу детей, по состоянию их кожи, по поведению! Недавно ученые уверенно заявляли, что сахар не вреден для детей и не влияет на их поведение. Но мне и моим подругам виднее. В самом деле, нужно проверить, кто платит этим людям! Как же я могу отучить детей от шоколада? Есть ли у вас совет? Как вы поступаете со своими детьми?

Совершенно необязательно отучивать детей от шоколада. Нужно поставить вопрос следующим образом: «Как можно освободить детей от зависимости?» Чтобы действительно решить эту проблему, нужно учесть два важных аспекта.

Во-первых, необходимо отказаться от животного белка. Он часто вызывает привыкание, и отказ от животного белка существенно облегчит отказ от сладкого. Например, в магазинах натуральных продуктов можно найти вегетарианский шоколад, произведенный без компонентов животного происхождения. Вы можете сами печь мучные блюда с вегетарианским шоколадом. Можно использовать натуральные сухофрукты, чтобы было легче привыкнуть к здоровой пище. Ваши пищевые пристрастия постепенно изменятся, исчезнет слабость, а хорошее самочувствие подскажет, что делать дальше. Полезно помочь организму, перегруженному сахаром, очиститься, для чего следует ограничить питание самыми простыми блюдами. Нашим детям особенно нравится домашнее картофельное пюре.

Во-вторых, такой же важный аспект — относиться к детям как к полноценным и очень умным людям. Например, многого можно добиться, если постоянно — не поднимая

наставительно указующий перст! — обращать внимание на последствия потребления сладостей: сыпь, капризы, раздражительность, плохое настроение, которое появляется уже через один-два часа, головные боли, круги под глазами на следующий день — и, конечно, на привыкание! Другими словами, на то, что происходит, если детям не удается утолить ненасытный голод, и как это влияет не только на их настроение, но и на настроение всех окружающих. Из понимания этих правил проявляется сила воли, способность ответственно относиться к решению проблемы. Недавно одна двенадцатилетняя девочка, которой мы помогли таким образом, сказала: «Сегодня суббота, я могу позволить себе немного покапризничать и съесть полплитки шоколада».

Однако если дети уже настолько привыкли к шоколаду, что добиваются желаемого любыми средствами, следует выбирать другие способы. В таком случае мы больше ничего не можем посоветовать.

Значение глоточных миндалин

Я еще хорошо помню времена 30—40-летней давности, когда удаление миндалин у детей и взрослых было самым обыденным делом. Едва появлялось небольшое покраснение миндалин, все говорили: «Удалять!» Сегодня люди стали осторожнее, но, возможно, они руководствуются не самыми верными доводами. Есть ли у вас по этому поводу определенное мнение или опыт?

У миндалин есть очень важное предназначение, которое, вероятно, несколько недооценивали в 60—70-е годы прошлого столетия. Сегодня мы стали осторожнее, и операцию проводят, только когда это действительно необходимо. Миндалины — что-то вроде «стража» нашего организма, реагирующего на последствия неправильного питания. Если они воспалены, то обычно это происходит потому, что они предостерегают нас от какого-либо вещества, регулярно приносящего вред нашему организму.

Одному юноше приснилось, что он зашел в лавку на рынке. За прилавком стоял ангел. Юноша поспешно спросил: «Что вы продаете?» Ангел дружелюбно ответил: «Все, что пожелаете». Тогда юноша начал перечислять: «Тогда я желаю конца всех войн на земле, хлеба голодающим, исцеления больным, утешения скорбящим, работы безработным, больше любви в мире...» Тогда ангел перебил его: «Юноша, вы неправильно меня поняли. Мы продаем здесь не плоды, а семена».

(Иорданская притча)

Таким образом, при воспалении миндалин разумно обратить пристальное внимание на свое питание, и, как правило, несложно выяснить, какую пищу организм переносит, а какую нет. Поэтому неплохо бы составить список потребляемых продуктов, потому что такие «мелочи» довольно часто бывают причиной воспаления миндалин. Иногда официальная медицина ужасно упряма, но этому она научилась.

Различные типы питания

Вскоре после выхода нашей книги «Разрешено все!» одна из глав привлекла всеобщее внимание. В этой главе впервые в литературе сообщалось о существовании двух коренным образом отличающихся друг от друга типов питания. Их различие заключается в том, какие продукты организм переносит, а какие — нет. Журналистка поговорила об этом с Томасом Поппе и задала такие точные вопросы, что в интервью даны ответы практически на все предыдущие вопросы читателей на данную тему.

Господин Поппе, откуда почерпнуты знания, о которых рассказано в вашей книге? И как вы можете объяснить сегодняшний успех вашей книги?

Эти знания — древнее наследие человечества, которое было распространено во многих культурах и теперь снова возвращается к жизни. Отчасти оно живо там и сегодня, как мы знаем из многочисленных газет всего мира. Моя жена Иоганна росла в окружении этих знаний, как рыба в воде. В ее большой семье тирольских крестьян, живших в горах, было просто немыслимо с ними *не* считаться. Иногда работа горных крестьян требует большого физического напряжения. Невнимание к наследию предков привело бы к такому всеобщему ослаблению организма, стольким неурожаям и такому быстрому упадку во всех сферах жизнедеятельности, что люди не смогли бы выдержать таких перегрузок. Когда от выбора правильного времени для начала каких-то дел зависит выживание целых семей, пренебрежение лунным календарем означает самоуничтожение. Горожане, например я, могли долгое время придерживаться мнения, что они могут безнаказанно отмахиваться от этих знаний.

Успех книг, несомненно, основан на огромной пользе, которую приносят читателям наши рекомендации, если они следуют им в повседневной жизни. Все советы наполнены смыслом, если следовать им, становится проще жить и надежнее, дети ведут более здоровый образ жизни, легче экономить деньги, улучшается здоровье и на смену подавленному состоянию приходит жизнерадостность. Нам не пришлось никого убеждать — опыт использования знаний о Луне говорит сам за себя.

Сегодня меня особенно интересует отдельный аспект ваших знаний, а именно существование двух различных типов питания. Для начала, что значит «тип питания» Альфа или Омега?

Это значит, что вы лично и любой другой человек с большой вероятностью принадлежите к одному из этих двух типов питания, которые отличаются тем, что целый ряд продуктов переносится по-разному. Эти различия так огромны, что можно причинить своему здоровью большой вред, если

долгое время питаться не в соответствии со своим типом, — даже если питаться полноценно и натуральными продуктами!

Почему я не знаю об этом, как любой простой смертный? Различие между типами питания кажется совершенно очевидным, как я прочитала в вашей книге «Разрешено все!». Почему мы разбрасываемся этими знаниями?

Да, почему? Иногда мы ломаем голову, почему ценные во все времена знания наших предков незаметным образом утрачиваются на протяжении столетий, пока их наконец не открывают снова или не преподносят как совершенно новое открытие. В данном случае мы предполагаем, что причиной резкого перелома в передаче знаний являются две мировых войны. От бабушек и дедушек через детей внукам — этот ход вещей неоднократно прерывался за предыдущее столетие. Современные подростки смеются над знаниями дедов и сегодня доверяют мнениям «экспертов» больше, чем когда-либо. И наши деды когда-нибудь замолчат и будут лишь наблюдать — с усмешкой, грустью или разочарованием.

И потом, появляются всевозможные виды промышленности, которые наводняют рынок многочисленными искусственными продуктами питания. Продукты производятся без учета естественных биологических взаимосвязей и представлений об истинном ходе процессов пищеварения. Все делается во имя лучшего вкуса, более быстрого приготовления и всеобщего удобства.

Эти бесчисленные плоды технического прогресса уже долгое время приносят нам одни болезни и страдания. Пройдет еще некоторое время, прежде чем их изобретатели, сторонники и торговцы соблаговолят присоединиться к нам и совершить необходимый возврат к природному, разумному и полезному для здоровья питанию.

Возьмем в качестве примера коровье молоко. Тысячелетиями люди знали о вреде, который оно причиняет организму. Сегодня существует уже множество научных исследований, доказавших вред молока даже тем, кто отказывается чувствовать и видеть сам. Но у этих ученых нет средств на широкое распространение полученных сведений, в то время как молочная промышленность тратит миллиарды, чтобы нас обманывать. Миллиарды, которые мы отдаем молочной промышленности, платя налоги и покупая молочные продукты. Другими словами, знание утеряно, поскольку кто-то в этом очень заинтересован. А заинтересованы в этом люди, которые руководствуются вовсе не соображениями о человечности.

Об этой проблеме мне стоит еще подумать. А что мне даст знание моего типа питания?

Если вкратце: у вас будет куда больший выбор, чем прежде. Вы сможете дожить до 85 лет и будете как огурчик, сможете смотреть в будущее с оптимизмом и думать о том, какие особенные приключения вы хотите пережить в следующие 20 лет своей жизни. Или вы, напротив, даже не захотите встречать свой шестидесятилетний юбилей, потому что придете к своему юбилею уставшим, подавленным, измученным подагрой человеком, ничего не ждущим от будущего, смирившегося со своей судьбой. Решение — за вами.

Звучит многообещающе. Ну что ж, давайте сегодня заново откроем знания о типе питания. Вы также говорили, что без этих знаний борьба с лишним весом практически бесперспективна. Почему?

Если я правильно питаюсь, учитывая влияние Луны и природы, все же может случиться так, что организм недополучит нужных ему веществ, если я не учту свой личный тип питания. В итоге организм будет испытывать дефицит каких-то веществ и будет требовать большее их количество. Тогда удержать вес поможет только величайшая самодис-

циплина. Не говоря уже о том, что такое самобичевание вредно для здоровья и не доставляет особой радости — человек отличается неприятным характером, как все мы знаем. Недаром наша книга о здоровом питании называется «Разрешено все!».

Это наводит меня на вопрос: чем, по существу, объясняется современная «эпидемия» лишнего веса?

Причины этого «Ничто», «Слишком много» и «Неправильное питание».

«Ничто». Современное производство продуктов питания — от индустриализированного сельского хозяйства до кассы супермаркета — поставляет нам не имеющие ценности средства утоления голода, в которых нет ничего: ни питательных веществ, ни витаминов, ни минералов, ни, что самое главное, любви и самоотдачи. Последнее тоже важно для нашего питания, и если пищу производят, не вкладывая душу, организм человека ощущает этот недостаток.

«Слишком много». В отчаянной попытке получить из этих продуктов-пустышек хоть что-то действительно питательное, организм требует все больше — со всеми известными последствиями. В свою очередь производители продуктов это предусмотрели и добавляют в свою продукцию вещества, вызывающие медленное привыкание. Организму начинает казаться, что ему действительно необходимы эти продукты. Точно так же старый золотоискатель, который не находит золотую жилу, но, однако, находит достаточно золотого песка, чтобы забыться с помощью алкоголя и не задумываться о своем истинном положении. У таких «золотоискателей» мало времени остается для полноценной жизни, они слишком близки к смерти и опускаются до уровня идеальных потребителей всевозможных отраслей промышленности. Главная их цель — жить в беспамятстве, отчаянии, жить болезнями и жаждой удовольствий.

«Неправильное питание». Мы едим неправильную еду. Как я уже говорил, некоторым даже полноценное натураль-

ное питание не помогает ощущать себя здоровыми и хорошо себя чувствовать, потому что, питаясь не в соответствии со своим типом питания, они часто страдают от недостатка некоторых веществ, не подозревая о причинах своих недомоганий. К «неправильной» еде относится и новомодная смесь из белков, углеводов и жира, якобы способствующая гармонизации организма. Это забавно, потому что в прошлом люди не так пристально прислушивались к мнениям «экспертов». Эта смесь сбивает организм с толку, он не может соответствующим образом осуществлять пищеварение, а рано или поздно нарушится и обмен веществ.

Спокойно обдумайте все и не позволяйте себя обмануть или отвлечь от истинных причин недомоганий. Очень многие отрасли современной промышленности наживаются на нашей склонности поддаваться соблазнам и обману, на наших болезнях, недугах и слабости характера. Тот, кто осознает, что все действительно важные для жизни вещества можно легко достать, удержать и сохранить; тот, кто понял, что здоровая пища должна производиться в экологически чистых условиях в вашем регионе в правильное время года и с любовью, — из того получится плохой потребитель, на таком человеке много не заработаешь. Отсюда и временное забвение знаний о Луне: лунные ритмы экономят деньги, время и нервы, обеспечивают долгую жизнь без особых усилий, делают людей независимыми, взрослыми и ответственными за самих себя. Это идет наперекор интересам промышленности. Вывод: акции растут только благодаря человеческой мании и зависимости, а не скромности, жизнерадостности и гармонии с самим собой и природой.

А теперь мой главный вопрос. Как же мне понять, что я питаюсь не в соответствии со своим типом? Должен быть какой-то скрытый переломный пункт, ведь иначе я могу связать проблемы с пищеварением с другими причинами. И как еще мы теряем знания о типе питания?

Вы правы, это очень важно. Поэтому я должен несколько подробнее рассказать об этом и вкратце описать, что, собственно, значит «непереносимость продукта». Существует пара секретов, над которыми стоит приоткрыть завесу тайны и которые остаются загадкой для современной медицины.

Чтобы в повседневной жизни выяснить, к какому типу вы принадлежите, вам нужно развить четкое понимание, что лично для вас означает «переносимый» или «непереносимый» продукт. Прежде всего вы должны перестать доверять экспертам, которые хотят внушить вам, что одно полезно для здоровья, а другое — вредно. Масло долгое время было полезным, а потом нет. Теперь оно снова полезно. Паста считалась главной причиной полноты — теперь же существует макаронная диета. Эти перипетии научная мысль пережила так же благополучно, как и любой продукт питания. Истина находится не посередине, а в вашем собственном опыте — и больше нигде! Если лично вы — исключение, то любая статистика теряет свой смысл. И мы все исключительны, каждый в отдельности.

Что же значит «непереносимый» продукт?

Во-первых, возможно, вы не переносите определенный продукт, если вы регулярно чувствуете усталость после еды. Если после каждого приема пищи вам больше всего хочется вздремнуть, это совершенно точно значит, что вы плохо переносите какой-либо компонент пищи и что он давно приносит вам большой вред. Традиционные взгляды на наше питание и продукты так безумны, что даже врачи хотят внушить нам, что чувство усталости после еды — нормальное ощущение! Это просто дерзость! Полноценные продукты, выбранные в соответствии с вашим типом питания и приготовленные с любовью, никогда не оставят ощущения усталости, даже если вы съедите немного больше, чем требует организм! А вот если в продуктах содержатся консерванты, красители, усилители вкуса и искусственные ароматизаторы, то после еды вы всегда будете чувствовать утомление.

Исключение из правила — легкая усталость между 13 и 15 часами, независимо от того, пообедали вы или нет. Она вполне естественна и связана с биоритмами наших органов, которые мы описали в книге «Собственными силами». Жаль, что западные страны не хотят поучиться у южных стран, где сиесту после обеда устраивают не только из-за высоких температур воздуха.

Во-вторых, возможно, вы не переносите определенный продукт, если после еды регулярно портится настроение, появляется изжога, тяжесть в желудке, метеоризм или головная боль. Головная боль и мигрень — часто аллергические реакции на непереносимые продукты или напитки. Например, для многих людей шоколад — сильный возбудитель мигрени, а не удовольствие, как нам его подают. Зачастую эту реакцию не связывают с неправильным питанием, так как она может наступить гораздо позже, иногда даже только на следующий день.

В-третьих, возможно, вы не переносите определенный продукт, если примерно через 15—30 минут после его приема у вас резко ухудшается душевное состояние! Обычно такая реакция наступает у детей после того, как они поедят сладостей, особенно утром с 9 до 11 часов. Но она проявляется и у взрослых, например, после приема в пищу мучного, изготовленного из шлифованной пшеничной муки и белого сахара, так как такое сочетание всегда приводит к нехватке витамина В, отвечающего за нервную систему.

В-четвертых, возможно, вы не переносите определенный продукт, если у вас часто появляется запах изо рта и/или от тела. Запах изо рта из-за плохого ухода за зубами не в счет. Почти во всех случаях его причиной является плохое пищеварение и перегруженный желудок. Неприятный запах, исходящий от тела, несмотря на регулярный уход, — почти всегда признак непереносимости какого-то продукта или нарушения обмена веществ. То же касается чеснока: неприятный запах от тела после приема чеснока в пищу едва ощутим, если питание пропорциональное и здоровое.

В-пятых, возможно, вы не переносите определенный продукт, если появился грибок. Даже грибок на ступне — признак нарушенного пищеварения, так как оно мешает коже нормально осуществлять свои функции. Кстати, появление грибка может быть напрямую вызвано потреблением сладостей.

В-шестых, возможно, вы не переносите определенный продукт, если вы страдаете от непонятной боли в спине, особенно в пояснице. Боль в спине — частая аллергическая реакция на шлифованную пшеницу, которая сегодня очень распространена. Тогда перегруженные почки через нервные окончания оказывают воздействие на позвоночник. Если не отказаться от пшеничной муки, то в конце концов почки будут слишком перегружены, и под давлением окажется ее вспомогательный орган — селезенка — со всеми вытекающими последствиями. К сожалению, врачи-специалисты в основном лечат только тот орган, который идет последним в цепочке угнетения, потому что он первым начинает отказывать. Редкий уролог предположит, что можно объяснить проблемы с почками непереносимостью пшеничной муки, хотя это самая распространенная причина.

Имея в руках такое отличное средство, как приведенный ниже список, вы можете выяснить ваш тип питания и какие продукты не переносите лично вы, при этом ощущение усталости — пожалуй, самый верный признак непереносимости. Утомление и некоторое оцепенение после еды воспринимаются как нормальное явление, и в этом кроется главная причина того, что сегодня никаким образом не учитывается тип питания.

Наша «нормальная» еда в столовых, ресторанах быстрого питания и супермаркетах определенно вызывает слабость! Это чувствует каждый, кто попробовал одну-две недели питаться здоровой едой в соответствии со своим типом питания. Мы их называем «неделями здоровья» и рекомендуем всем. Тогда вы сможете непосредственно понять различия в самочувствии и узнать свой тип питания, а также убе-

диться на опыте, как просто использовать практически полученные знания дома. Люди, как правило, растеряны и не понимают, какие способности ощущать в них заложены — ощущать вкус, запах, прикосновение! Просыпаются и все другие приглушенные ощущения и способности восприятия — иногда это пугает, и это еще одна причина, по которой многие из нас питаются неправильно. Мы чувствуем гораздо меньше, чем на самом деле существует вокруг нас. Но я отклонился от темы...

Постепенно я заинтересовалась, что значит относиться к типу Альфа или Омега. На что мне нужно обратить внимание, если у меня, например, Омега-тип?

Возможно, так и есть, потому что существуют даже внешние признаки, по которым можно определить тип питания, например, телосложение. Конечно, здесь не место чересчур вдаваться в подробности, но нужно дать некоторое обобщение, чтобы извлечь из этой информации наибольшую возможную пользу.

Вспомните, что я рассказал сегодня о непереносимости продуктов, и взгляните на таблицу, которую я вам принес:

	Переносимые продукты:	***Непереносимые продукты:***
Альфа-тип	животный белок в умеренных количествах, лучше всего в виде топленого масла, сливочного масла, сливок, свиного сала и пр., жареное мясо, жареная рыба, ржаной хлеб, ржаная мука, чай (особенно натуральный зеленый чай, в меньшей степени черный чай) семечковые плоды (яблоки, груши и пр.), цитрусовые, огурцы, морковь, лук, острые специи и специи с насыщенным вкусом, 2—3 больших приема пищи в день, не очень холодное, но обильное питье	особенно сладости, белая мука и сахар **(главные причины увеличения веса у Альфа-типа!)**, растительные жиры и масла, вареное мясо, вареная рыба, белая мука, белый хлеб, пироги, слишком много риса, кофе, подслащенные соки, косточковые фрукты (персики, абрикосы, финики и пр.), бананы, помидоры и чеснок, более трех приемов пищи ежедневно, недостаточное и слишком холодное питье

Омега—тип	растительные жиры и масла (подсолнечное, масло чертополоха, оливковое и кукурузное масло холодного отжима), натуральный растительный маргарин, некислые продукты, пшеничную муку грубого помола, экологически чистый белый хлеб, пироги, макаронные изделия, рис, постное вареное мясо, вареная рыба, растительный белок (продукты из тофу, бобы, горох, чечевица), тростниковый сахар, натуральный мед, сладкие соки, натуральный кофе, косточковые плоды, помидоры и бананы, несколько небольших приемов пищи ежедневно, чеснок, неострые пряности	животные жиры, сливочное масло и т. д. **(главные причины увеличения веса у Омега-типа!)**, ржаная мука, молоко и молочные продукты (сыр, йогурт и пр.), особенно так называемые «легкие» продукты, сладости с искусственными красителями, ароматизаторами и консервантами, слишком горячие напитки, слишком много черного и зеленого чая, морковь, семечковые плоды, цитрусовые, лук, огурцы, острые пряности и пряности с насыщенным вкусом
Оба типа	спельту и продукты из нее, спельтовые макаронные изделия, ячмень, кунжут, инжир, зеленый салат, любые натуральные овощи и ягоды	белый сахар, шлифованное зерно, белая мука, слишком много соли, искусственные ароматизаторы, красители, консерванты, облученные продукты, любые продукты и овощи, обработанные опрыскивателями

Питание и непереносимость продуктов для Альфа- и Омега-типов

Так выглядят взаимосвязи между нашим здоровьем и типом питания. Вы теперь видите наглядно, почему многие люди не переносят семечковые плоды вместе с косточковыми, особенно смешанные соки из них. В таблице вы найдете объяснение тому, почему некоторые люди не полнеют от

тортов, в то время как другие набирают килограммы в буквальном смысле «при одном взгляде» на них. Или почему многие люди плохо переносят такой полезный стакан апельсинового сока по утрам, вызывающий у них изжогу. Или почему дети на перемене обменивают «полезные яблоки» на что-нибудь «повкуснее». Или почему некоторые люди быстро наедаются и после этого им долгое время не хочется есть, в то время как другие постоянно перекусывают. Объяснение всего этого вы найдете в таблице.

Это же ужасно! Ржано-пшеничный хлеб вреден для здоровья? А натуральное оливковое масло холодного отжима вредно для людей Альфа-типа? А яблоки полезны только для половины человечества?

Да. Это действительно так. И каждый легко может это проверить. Не торопитесь и забудьте на короткое время о предрассудках ради своего здоровья. Никто не переносит ржано-пшеничный хлеб, то есть хлеб, содержащий пшеницу и рожь, что, кстати, никак не связано с тем, нравится он вам или нет! Если вы как-нибудь обратите внимание, вы заметите, как такой хлеб немедленно вызывает неприятное вздутие живота. Или кофе: многие говорят, что могут пить кофе даже перед сном и «им от этого ничего не будет». Это забавно, ведь именно то, что кофе **не** оказывает должного возбуждающего действия, может указать этим людям на то, что кофе не предназначен для них.

Важно еще кое-что: наш организм чрезвычайно выносливый. Мы можем, казалось бы, без последствий, позволять себе мелкие и более значительные поблажки в питании, иногда на протяжении долгого времени. В молодости мы часто можем питаться абсолютно неправильно, не сталкиваясь с немедленными последствиями. Усталость после еды, редкие головные боли и похмелье, боли в суставах по утрам, небольшое высыпание на коже, которое быстро проходит, пара лишних килограммов — симптомов непереносимости

так много, но мы просто миримся с ними, особо о них не задумываясь. Лишь примерно к 40 годам все эти ошибки суммируются, и тогда становится уже не так просто пренебрегать ими.

Многие симптомы регулярного неправильного питания, как, например, целлюлит у женщин, выпадение волос у мужчин, ревматические болезни, слабое зрение, нейродермит, остеопороз, артрит и так далее, мы — с любезной помощью науки и промышленности — далеко не сразу связываем с неправильным питанием. Часто нам даже пытаются внушить, что болезни, вызванные просчетами в питании, «обусловлены наследственностью». Это очевидная бессмыслица, потому что в таком случае по наследству передаются привычки в питании, поведении и мышлении. Мы перенимаем наши стереотипы у образцов для подражания: в семье, школе, с рекламных плакатов и телевидения.

Хорошо, теперь я легко могу принять эти правила и буду обращать на них больше внимания. Как же мне быстрее выяснить, какой у меня тип питания?

Если учесть взаимосвязи из таблицы, иногда можно сразу выяснить собственный тип питания. Окончательную ясность обычно вносит семидневный эксперимент: питайтесь при растущей Луне как минимум в течение одной недели только по правилам Омега-типа, а после при растущей Луне в течение недели — как Альфа-тип, или наоборот. Обычно результаты такого эксперимента ясны уже через два-три дня.

Звучит убедительно, я как-нибудь попробую. Когда я смотрю на эту таблицу, у меня возникает вопрос, что именно значит «вредные продукты». Для меня это выражение звучит немного угрожающе. Насколько, например, для меня вредна ржаная мука, если у меня Омега-тип?

Все очень просто: употребляя ржаную муку, вы подрываете свое здоровье, обременяете иммунную систему. У разных людей последствия такого питания совершенно различны. У одного болезнь наступает раньше, у другого — позже. У одного появляется аллергия, а потом астма, у другого изнашиваются суставы, у третьего до полного разрушения изнашиваются почки, у четвертого повышается уровень холестерина или начинаются депрессии, и так далее. А у некоторых осложнения наступают только спустя десятилетия. «Нет, сыр не может быть причиной моей болезни, я уже двадцать лет каждый день его ем», — мы часто слышим заявления подобного рода.

Хм, тогда мне интересно, как лично вы поняли, какой у вас тип, Омега или Альфа? Вы ведь не были знакомы с этим знанием с детства. Вас принудительно «осчастливила» этими знаниями ваша жена?

Нет, это не в ее правилах. Она может долго наблюдать за тем, как кто-то совершает ошибки, просто потому, что так воспитывают женщин в Тироле. Сегодня я кажусь себе немного глупым, когда вспоминаю о том, как себя вел. Прошло много месяцев, прежде чем я заметил, что Иоганна открыто и без особой демонстративности применяла на практике одну из самых важных, но забытых тайн искусства жизни. Теперь масштабы этого невежества так непостижимы для меня, как я мог не замечать, что моя жена живет по лунному календарю. По крайней мере, мне так кажется сегодня — сегодня, когда оба типа питания так хорошо мне знакомы и настолько естественны для меня, что я могу, впервые взглянув на незнакомого человека, угадать его тип питания.

Началось с того, что мне показалось странным то, чем моя жена занимается на кухне и что она готовит для меня и детей. Например, я заметил, что блины она готовила сначала с топленым маслом, а потом с «нормальным» растительным. Или когда она уверенно заявляла одной подруге: «Кофе тебе не подходит», — в то время как другой почти навязывала его.

Да, кроме того, она никогда не покупала ржано-пшеничный хлеб, только или чистый пшеничный, или ржаной, или спельтовый хлеб, который переносят оба типа питания. Одной дочери она запретила сладости, в то время как к другой проявляла гораздо больше снисхождения. Это неравнозначное отношение не подчинялось логике, и мое легкое замешательство осталось без ответа. Иногда я в чем-то сомневался, потому что когда моя жена находилась в поездках и я готовил для детей, мои собственные творения вызывали не только удивление, но и боли в животе, и дети любезно, но уверенно отказывались их есть.

Так продолжалось до тех пор, пока я однажды не поймал жену на слове и не выведал у нее в многочасовом разговоре, что существуют два совершенно разных типа питания. Выяснилось, что моя жена, я и один из наших детей относимся к Альфа-типу, а двое других детей — к типу Омега. В конце жена вкратце объяснила мне основные различия — и у меня мороз пробежал по коже. В отчаянии я воскликнул: «Почему же ты не рассказывала мне об этом раньше?! Это ВАЖНО для всего человечества! И никто об этом не знает!!!» «Я всегда думала, что люди по своей воле питаются так беспорядочно», — сухо ответила моя жена. У меня не было слов. К счастью, недолго, как вы знаете и о чем вы можете прочитать в нашей книге «Разрешено все!».

Затем последовали месяцы экспериментирования, наблюдения, вопросов и конспектирования. Сегодня я это знаю и могу рассказать всем: моя жена открыла мне важнейшую основу сохранения хорошего здоровья.

А откуда названия Альфа и Омега?

Что я могу сказать — это плод нашего собственного словообразования. На самом деле мы нигде не нашли актуальных и современных наименований, даже в других культурах. В семье Иоганны хотя и учитывали два типа питания, но если мы заводили об этом речь, то они различали «пищу для рабочих» и «пищу для чиновников». Это не очень-то подходит, так ведь? Названия Альфа и Омега нам показались под-

ходящими, потому что таким образом мы избегали любого рода оценки. Ее, собственно говоря, нет. Никто не становится лучше или хуже от того, что принадлежит к тому или иному типу. Возможно, за исключением того, что людям типа Альфа сегодня приходится сложнее, так как пшеничная мука и белый сахар завуалированы самым немыслимым образом в современных готовых продуктах.

Существует ли что-то вроде «смешанного типа»?

Да-да, многие этого хотят, но немногим так везет. Судя по нашему опыту, только 5% всех людей принадлежат к смешанному типу. Как правило, сами люди считают себя смешанным типом, если они привыкли за несколько десятилетий к определенному продукту, чье вредное воздействие на свой организм они еще не осознали. Каждый человек Альфа-типа чувствует раздражительность и усталость, употребив много сахара, но он не умеет распознавать эту усталость как непереносимость продукта. А каждый человек Омега-типа полнеет от животного жира, или у него развиваются хронические заболевания, и, возможно, он объясняет их «наследственностью». Людям смешанного типа несколько легче, потому что они лучше переносят любую пищу, если учитывают количество, натуральное качество и как можно реже употребляют сочетание белков и углеводов.

Есть ли возможность изменить тип?

Нет, тип сохраняется на протяжении всей жизни.

Как мне использовать эти знания в повседневной жизни? Например, в большой семье, где нужно готовить для обоих типов? Или если я одинока и питаюсь фастфудом? Мне кажется, это очень сложно, особенно учитывая, что на приготовление пищи остается все меньше времени.

Во-первых, мы должны снова начать покупать «настоящие» продукты. Во-вторых, мы должны понять, что можно

легко и быстро готовить самим дома, если запомнить несколько правил. Нет, «понять» — неподходящее слово, лучше — «вспомнить». Нам лишь нужно вспомнить о том, что полезно для здоровья, просто и естественно, тогда приготовление пищи покажется сущим пустяком. Если мы сделаем этот небольшой шаг, сразу или постепенно, приготовление еды для семьи с двумя типами питания больше не будет казаться таким сложным делом. На наших семинарах, которые длились всего одну неделю, все участники могли узнать, как просто перейти на правильный режим питания в повседневной жизни, а затем и со всеми домочадцами. Это очень важно, чтобы стать независимым от мнения бесчисленных советчиков. Например, есть небольшой трюк: чистите холодильник только при убывающей Луне, а потом рассортировываете все так, чтобы продукты для типов Альфа и Омега были разделены. Все это со временем будет получаться само собой.

Потеряны не только знания о Луне, но и многие другие предшествующих эпох, в том числе искусство готовить быстро, правильно и с использованием небольшого числа приправ. Возможно, так много поваренных книг существует потому, что многие люди стремятся, чтобы на столе снова было что-то действительно хорошее и настоящее, натуральное, что-то действительно питательное. Ответы на вопросы, «что» и «как» мы готовим, покажут, питаемся ли мы, чтобы излечиваться и укреплять свое здоровье или чтобы слабеть и болеть. И еще одно замечание для размышлений: не тревожатся ли родители весь день о том, действительно ли доволен их ребенок? Зачем нужна эта постоянная, изнурительная, бесконечная борьба? Готовьте еду в соответствии с типом питания, и все будут довольны, здоровы и счастливы.

Кстати, существуют ли помимо переносимости продуктов другие отличия между типами питания? Могу ли я, например, узнать по внешности, у кого тип Альфа, а у кого — Омега?

Да, такие различия существуют. Например, люди Альфа-типа обычно шире в плечах, чем люди типа Омега, и, напротив, тоньше в талии. Но, я думаю, об этом слишком долго рассказывать. Наша книга дает по этому поводу исчерпывающую информацию.

Не могли бы вы еще раз подвести итог для наших читателей и для меня, в чем заключается особенная польза знания о типах питания?

Но лучше всего, наверное, сделать это следующим образом. В чем особый секрет долгожителей, например, крестьянина, который в свои 80 лет рано утром взбирается в горы на пастбище, занимается весь день тяжелым физическим трудом, а вечером довольно посасывает трубку? Крестьянина, который никогда в жизни не был в кабинете врача?

Если понаблюдать за образом жизни таких людей, то почти всегда замечаешь, как просто они питаются — по основным правилам, которые не менялись на протяжении тысячелетий. Для них это несложно, потому что они знают: всего одна плитка шоколада, стакан колы, полпиццы или стаканчик фруктового йогурта — и их организм за считаные минуты будет так ослаблен, что они весь день больше ни на что не будут годны.

Сегодня мы живем в непроходимых джунглях диетологов, модных диет, эффекта «йо-йо», мнений экспертов и т. п. Еще никогда в истории человечества эксперты не заблуждались так глубоко, как сейчас. Знали ли вы, что, получая образование, будущие врачи практически ничего не узнают о здоровом питании?! Какое преступление со стороны современного «образования»! Ведь то, чем я питаюсь сегодня, определяет состояние моего здоровья завтра. Почти любую болезнь можно смягчить или излечить, перейдя на здоровое

питание (натуральное, вегетарианское или без животного белка).

Диетические джунгли наводят на нас страх. А страх, в свою очередь, тянет нас обратно прямо в джунгли до тех пор, пока мы уже не можем слышать болтовню диетологов, у нас аллергия на любой совет, и мы больше ни к чему не прислушиваемся, даже к сигналам нашего мудрого организма.

Ведь все могло бы быть так просто. Каждый мог бы вернуться ко всему настоящему, простому и полезному для здоровья, потому что прав тот, кто действительно излечивает! Никто не обязан ждать, пока наука подтвердит то, что уже давно известно организму. Наша работа по возвращению знаний о здоровом питании и типах питания сначала, возможно, заставит кого-то воскликнуть: «Снова что-то новое!» Не стоит бояться, в этом нет ничего нового. Наша работа помогает устранить следы опустошения последних десятилетий и выбрать верное направление. Мы пишем для каждого из 10% читателей, питающихся беспорядочно и «под защитой науки» лишь по незнанию.

Эти знания помогут вашему телу, разуму и душе пробудиться и сбросить груз, который нас подавляет. Они окажут вам огромную помощь в том, чтобы наконец снова стать хозяином своей жизни, жить независимо и нести ответственность за самого себя. Тот, кто не способен питаться правильно, многое теряет — и это явно не признак большого ума. Ешьте то, от чего вы хорошо себя чувствуете, а не то, что предписано. Белок, например, наиболее ценен в растительной форме. Все остальное — ложь, намеренная или бессознательная! Науке этот факт уже давно известен. Например, молоко в школьной столовой — преступление против наших детей! И фруктовые соки дети часто не переносят, потому что не учитывается их тип питания.

Не бойтесь овладеть знаниями наших предков. Это наше общее право от рождения. Вы не должны ожидать

небесной благодати. Просто попытайтесь, и вы сами испытаете благодать самое позднее через пару дней, когда после долгого периода пренебрежения ваш организм снова вздохнет с облегчением и проникнется к вам доверием. Мы обещаем: когда улучшится качество вашей жизни и вы станете намного жизнерадостнее, вы уже не захотите от этого отказаться!

Вопросы по уходу за телом и использованию косметики

Ускоренный курс «знания о Луне»

Основные правила ухода за телом и использования косметики

- Все процедуры по восстановлению и укреплению кожи нужно проводить при растущей Луне.
- Все процедуры по очищению и обеззараживанию кожи нужно проводить при убывающей Луне.
- Идеальное время для любых видов ухода за кожей — дни Козерога.
- Самое благоприятное время для любого вида ухода за ногтями на ногах и на руках — вечер пятницы после заката и суббота, независимо от положения Луны.

Удаление волос

В газете прочла, что в этом году Луна будет в последний раз находиться в фазе убывания в знаке Козерога, а в следующий раз — только через полгода. Так как я стараюсь учитывать фазы Луны, выбирая время для удаления волос, и знаю, что дни Козерога при убывающей Луне — идеальное время для эпиляции, мне хотелось бы знать, как лучше всего поступать в другой половине года. Кроме того, пишут, что для удаления волос подходит 18 июня, что это значит?

В целом период убывания Луны подходит для избавления от нежелательных волос на теле. Если при этом Луна еще и в знаке Козерога, то это наилучшее условие, тогда волосы не скоро отрастут снова. Однако в течение полугода, когда не будет дней Козерога при убывающей Луне, будет достаточно избегать дней Рака, Льва и Девы. В дни Рака волосы растут интенсивно повсюду, в дни Льва становятся слишком густыми, а в дни Девы быстро отрастают. При убывающей Луне также не стоит выбирать дни этих знаков зодиака. В остальных случаях для получения продолжительного результата достаточно удалять волосы при убывающей Луне. Особо чувствительным людям стоит избегать дней Скорпиона при удалении волос в зоне бикини, дней Близнецов — для удаления волос в подмышечных впадинах и дней Водолея — для эпиляции ног.

В период растущей Луны удаленные волосы быстро отрастают и могут стать даже толще и гуще (кстати, это особенно неприятно для мужчин, когда начинают колоться волосы в носу). Если вы обычно удаляете волосы каждый день, откажитесь от этой процедуры хотя бы в дни Льва, Девы и Рака. Летом вы, возможно, захотите проводить эпиляцию чаще. Кстати, откажитесь от любых химических средств для удаления волос. При длительном применении они вредят коже и организму в целом.

Что касается 18 июня, для этого дня, независимо от фаз Луны, существует особое садоводческое правило: «Сорняки, прополотые утром этого дня, больше не вырастут». Некоторые наши читательницы применили это правило и к эпиляции, потому что в нашей первой книге «Все в нужный момент» есть одна любопытная история о том, что оно на самом деле действует. Однако эта история не была задумана в качестве рекомендации и уж тем более не является гарантией того, что волосы не вырастут снова. Напротив, просто замечательно, что это «правило о сорняках» действует для удаления волос лишь очень редко. Когда-то в моде были узкие брови, теперь же они вышли из моды. Истинная красота означает, что нужно подчеркивать и развивать природное совершенство.

Кратко **УДАЛЕНИЕ ВОЛОС**

Волосы не отрастают дольше, если удалять их при убывающей Луне, лучше всего — в дни Козерога!

Лечение воспаления десен

У меня большая проблема: часто воспаляются десны. Я уже знаю, что это пародонтоз, но любое лечение помогает ненадолго. У меня проблемы с микрофлорой полости рта, поэтому я хочу спросить вас: возможно, существует какое-то лечение в соответствии с фазами Луны?

Существенной причиной пародонтоза является питание, перенасыщенное животным белком, белой мукой и сахаром. Если вы учитываете в составлении рациона свой тип питания (см. интервью в главе «Вопросы о здоровье, профилактике и лечении»), вы можете многое исправить. Но не стоит ожидать быстрых результатов: пародонтоз развивается не в одночасье, поэтому и избавление от него требует терпения.

Иногда виной болезни является неправильная чистка зубов. Как делать это правильно, вам покажет ваш зубной врач. Если ваши десны легко воспаляются, используйте мягкую зубную щетку и часто массируйте десны днем. Для этого не всегда нужно использовать зубную пасту — заранее опускайте щетку в чай из шалфея. При остром воспалении лучше всего полоскать полость рта настоем ромашки и только слегка чистить зубы. Особенно хорошо в качестве лечебного средства для чистки зубов подходит буковая зола. Кроме того, она содержится и в некоторых зубных пастах.

Лечение воспаления десен путем отрезания сильно воспаленных участков эффективно лишь на время, если после вы не выясните причину воспаления. Если все останется по-прежнему и вы будете неправильно питаться или непра-

вильно чистить зубы, пародонтоз вернется, и в итоге вам придется привыкнуть к протезам. Но даже вставной зубной протез со временем держится все хуже, если никогда не массировать десны. Благоприятное время для лечения пародонтоза у стоматолога — период убывающей Луны, но при этом нужно избегать дней Овна и Тельца. Быстрее заживают поврежденные десны, кровоточивость не превышает нормы. Кроме того, замечено, что неправильное питание почти всегда вызывает неприятный запах изо рта, потому что организм не усваивает продукты, которые распознает как вредные.

Как красить волосы в соответствии с лунными ритмами

В ваших книгах я не нашла ничего об окрашивании волос. Стричь волосы в дни Льва и Девы — действительно очень хороший совет, который превратил мои жидкие волосы в восхитительную гриву. Поэтому я подумала, что и для окрашивания волос существуют какие-то правила, связанные с лунными ритмами, или я ошибаюсь?

Хотя Луна может помочь и в этом случае, ее влияние не так сильно, чтобы можно было вывести какое-то железное правило. При растущей Луне краска держится немного дольше, а цвет немного интенсивнее. Если красить волосы при убывающей Луне, цвет смывается быстрее. Тот, кто окрашивает волосы сильными химическими средствами, не замечает этих различий, но надолго наносит вред волосам.

Где найти буковую золу

В книжном магазине мне в руки случайно попала ваша книга «Собственными силами». С тех пор я снова и снова с радостью и интересом перелистываю ее, она написана с большой любовью и содержит хорошие сове-

ты. В книге я случайно нашел совет о ежедневном уходе за зубами с помощью буковой золы. Так как мне постоянно приходится бороться с воспалением десен, я хватаюсь за любую соломинку, чтобы раз и навсегда покончить с этим злом. К сожалению, мои поиски в магазинах были безуспешны. Золы нигде нет, и никто о ней не знает. Я буду очень рад, если вы сообщите, где можно ее получить, и заранее сердечно благодарен.

Зола буковой древесины есть везде, где эта древесина горит в печи, в очаге или в открытом камине. К сожалению, по всей видимости — как мы поняли из многочисленных писем, — ее пока негде купить. Знаете ли вы кого-то, у кого дома есть открытый камин или печь, которую топят дровами? Есть ли у вас возможность сжечь несколько поленьев букового дерева на открытом воздухе? Между тем нам удалось найти производителя натуральных средств, который специально для нас производит зубную пасту с золой буковой древесины, — вы можете узнать об этом больше на нашем сайте. Наш стоматолог уже в шутку жаловался, что ему больше нечего делать, когда такая продукция имеет успех на рынке.

Кстати, использовать золу очень просто: нужно подготовить небольшую мисочку, наполненную золой, и окунуть туда смоченную водой зубную щетку. Во время чистки зубы выглядят непривычно, но после того, как вы прополощете рот, вы поймете, что это того стоит. Недавно одна женщина, зубной техник (!), написала нам, что только благодаря этому методу она справилась с многолетней проблемой воспаления десен.

Как стричь и массировать ногти

Моя бывшая коллега по работе очень увлекалась вашими книгами, и у нее всегда были очень красивые и крепкие ногти. К сожалению, мы уже не общаемся, и я помню только, что ногти нужно стричь в пятницу по-

сле заката и что существует специальный массаж для ногтей, полезный для здоровья. Можете ли вы что-то рассказать об этом массаже?

Вы правы, ногти нужно стричь по пятницам, лучше всего после заката. Регулярный массаж ногтевого ложа на пальцах рук — особая форма профилактики и укрепления ногтей. Он эффективен в любое время, но особенно в дни Близнецов.

Массаж делается просто: начинайте с правой руки и мягко массируйте — всухую или с массажным маслом или маслом для суставов — ногтевое ложе каждого пальца по порядку. При появлении болевых ощущений просто немного подождите и надавливайте, пока вам не станет неприятно.

Что стоит прочитать: Точно рассказать вам о том, какой орган дает о себе знать болью в каком-либо участке тела и таким образом указывает на особую нагрузку, может книга о... зонах тела — например, книга Ингеборг Штайнер «Так через стопы говорит душа», эту книгу действительно можно порекомендовать.

Положительное воздействие оказывает и массаж ногтевого ложа пальцев ног, но на пальцах рук массаж легко сделать в любое свободное время.

Окрашенный зубной налет

Моему сыну три с половиной года, и у него на зубах уже давно появилась черная кромка. Стоматолог говорит, что это не кариес, а «всего лишь» бактериальные отложения. Этот налет не вреден для зубов, но и не выглядит красиво. Мы никогда не пренебрегали гигиеной полости рта. Хотя наш зубной врач постоянно удаляет этот налет, вскоре он появляется вновь. Возможно, вы посоветуете, как нам уменьшить налет или даже совсем избавиться от него.

Идеальны для процедуры дни Козерога, в этом знаке Луна убывает с декабря в течение полугода. Конечно, вы не устраните причину, которая скорее всего связана с каким-либо компонентом питания. Его можно вычислить, проведя небольшое расследование. Для этого лучше всего заполнить анкету в конце книги. Зная тип питания, мы уже несколько раз смогли помочь в таких случаях.

Перманентный макияж

Я хотела бы сделать перманентный макияж и подумала, что и здесь важную роль играет выбор оптимального времени. У всех моих подруг и знакомых получались разные стойкость и цвет. Пару раз были также высыпания, вероятно, связанные с химией, или это не так?

Перманентный макияж, как и татуировка, — микроповреждение кожи, поэтому разумно не только ходить к косметологу при убывающей Луне, но и избегать дней тех знаков, которые оказывают влияние на соответствующий участок тела — в большинстве случаев это дни Овна и Тельца, которые отвечают за голову и шею. Козерог отвечает за кости и кожу, и поэтому дни этого знака также неблагоприятны для процедуры. Но в целом по применению этой специфической косметики у нас не так много опыта. Однако точно можно сказать, что внимание к лунным ритмам в пластической хирургии в целом приносит большие успехи: реже возникают проблемы с заживанием шрамов, с воспалениями или другими неприятными сопутствующими явлениями.

Кратко **ПЕРМАНЕНТНЫЙ МАКИЯЖ**

Перманентный макияж лучше делать при убывающей Луне и избегать дней Козерога!

Волосы можно стричь только при растущей Луне?

Почему нужно стричься только в дни Льва при растущей Луне? Растущая Луна находится в знаке Льва только полгода.

Здесь возникло небольшое недоразумение. Основные правила очень просты: стричь волосы **всегда** показано в дни Льва и Девы. Химическая завивка всегда хорошо удается в дни Девы. В обоих случаях неважно, растет Луна или убывает. То же написано и в наших книгах. Только относительно лечения волос мы отдельно даем другую рекомендацию в книге «Все в нужный момент». В данном случае период растущей Луны подходит для стрижки лучше, потому что тогда волосы растут быстрее и становятся здоровее. После стрижки в дни Льва и убывающей Луны они также растут сильными и здоровыми, но медленнее и гуще, в чем тоже есть свои плюсы.

Попробуйте несколько месяцев подряд всегда стричь волосы в дни Льва (неважно, убывает Луна или растет) и не мойте голову в дни Рака и Рыб. Тогда согласованность с лунными ритмами принесет вам наибольшую пользу.

Солнечные ванны

Я где-то читал, что и для солнечных ванн, и защиты от солнца существуют правила, связанные с влиянием Луны. Возможно, я даже прочитал это в одной из ваших книг, но я не могу найти, где именно. И когда можно быстрее загореть — при растущей или убывающей Луне? Я уже как-то читал об этом, но, к сожалению, снова забыл.

Для начала «лунные» правила: неблагоприятное время для обильных солнечных ванн — любые дни Рака, а также дни Козерога и Льва при убывающей Луне и весь период

растущей Луны. Очень неподходящее время — дни Рака, Льва, Стрельца и Овна при растущей Луне.

Если неверно выбрать время, возможны неприятные последствия: сухая кожа и ускоряющийся процесс старения. Если загорать при убывающей Луне, загар держится дольше; при растущей Луне, напротив, легче получить ожоги. Очень вредно засыпать под палящим солнцем. Проспать пятнадцать минут на солнце хуже, чем просто загорать в течение часа. Конечно, мы не хотим убедить вас не загорать на отдыхе, но продолжительные солнечные ванны в неподвижном состоянии вредны для любого типа кожи — но наверняка для вас это давно не новость.

Этот замкнутый круг очень просто описать: если кожа не подвергается слишком долгому облучению, у нее есть естественная защита от палящих солнечных лучей. Солнцезащитные средства не поддерживают самозащиту — они заменяют ее! Это в свою очередь приводит к тому, что все участки кожи, которые обычно и так подвержены действию солнечного излучения (шея, руки, лицо, ноги, зона декольте), становятся еще чувствительнее и быстрее стареют. (Вы когда-нибудь трогали кожу на спине 80-летнего старика? На ощупь она как кожа ребенка.)

И еще кое-что: уровень заболеваемости раком кожи всегда выше в областях, над которыми поврежден озоновый слой. Удивительно, что у представителей профессий, работающих преимущественно под открытым небом — строителей, крестьян, лесничих и т. д., — процент заболевших раком кожи растет сравнительно медленно. Бесспорно, большинство из них по разным причинам не пользуется популярными косметическими средствами защиты от солнца. Во-первых, они используют для этого куда более эффективные средства, а именно одежду и головные уборы с широкими полями. Во-вторых, они знают, когда нужно прикрыться от солнца. Солнцезащитные средства точно не смогут усыпить естественное чутье кожи, которая чувствует, когда нужно остановиться. Распространенная сегодня «аллергия на солнце» также объясняется в первую очередь действием

солнцезащитных средств: ее вызывает изменение под воздействием жары химических веществ, содержащихся в кремах и лосьонах. В средствах со степенью защиты UF-8 и выше столько химических веществ, что вредное воздействие этих кремов отчасти доказуемо. Если бы мы перестали считать сильный загар «здоровым», это было бы большим шагом в верном направлении.

Как предотвратить появление растяжек после рождения ребенка

Как можно предотвратить появление растяжек после рождения ребенка? Об этом есть самые различные мнения.

Растяжки — это разрывы соединительной ткани. Они развиваются как красноватые полоски, которые через некоторое время становятся белыми и остаются такими, даже когда остальная кожа загорела на солнце, поэтому многим такие повреждения кожи — обычно в области живота и талии — доставляют большие неудобства. К сожалению, растяжки нельзя устранить, но можно очень эффективно предотвратить их появление. В первую очередь нужно знать основные причины слабости соединительной ткани: недостаток витамина Е и потребление белка животного происхождения. Витамин Е принимает важное участие в очищении организма. Если очищение происходит не достаточно эффективно, ядовитые вещества откладываются в соединительной ткани и ослабляют ее. При слишком сильном растяжении ткань разрывается.

Особенно много витамина Е содержится в растительном масле, зародышах злаков и клоповнике. Другими словами, лучшая профилактика растяжек — полноценное питание. Может помочь и Луна: хорошенько массируйте все уязвимые места в дни Весов, лучше всего — с натуральным маслом, стимулирующим тургор (эластичность) кожи. Всегда натирайте проблемные места в дни Весов жесткой пер-

чаткой или перчаткой из люфы по часовой стрелке, а потом массируйте их с маслом для подтяжки при растущей Луне (с апреля по сентябрь) и с очищающим маслом — при убывающей Луне (с октября по март). Тому, кто убежден, что ему больше угрожает плохая «наследственность», стоит подумать о том, что в основном по наследству передаются неправильные привычки в питании, а не «неотвратимая судьба».

Если вы ждете ребенка, лучше всего использовать во время беременности только очищающее масло, а после родов — только масло для подтяжки, независимо от знака зодиака, фазы Луны и времени года. К лучшим лекарственным травам от слабости соединительной ткани относится хвощ полевой, или хвощ обыкновенный. Желательно собирать его в дни Весов. Затем нужно растолочь траву в кашицу и свежей наложить на проблемные места. Однако со второй главной причиной слабости соединительной ткани, а именно с неправильным питанием, не удастся справиться одним втиранием масел и накладыванием травяных масок. Лучшее решение — однажды серьезно задуматься о здоровом питании. Возможно, в этом вам поможет наша книга «Разрешено все!».

Ежедневное мытье головы

Моя дочь каждый день моет голову, и я беспокоюсь, не вредит ли она этим волосам. Может, ей стоит учитывать подходящие лунные ритмы, которые очень помогли мне.

Да, взрослые часто удивляются, что подростки ежедневно моют голову. Частое мытье действительно может оказать вредное воздействие на волосы и кожу головы, особенно если используются едкие химические средства или шампуни от перхоти. Но в целом частое мытье головы у подростков не приносит вреда, если использовать мягкие натуральные средства для волос и хотя бы избегать дней Рака и Рыб.

Волосы имеют свойство принимать и накапливать «излучение». Что это значит, вы и сами уже часто чувствовали: предположим, вам пришлось по каким-то обстоятельствам, дольше, чем обычно, не мыть голову. Просто вспомните об ощущениях до и после мытья головы. У некоторых людей возникает чувство, будто поднялся невидимый туман, который замечаешь только после мытья головы. Этот «туман» — груз негативного излучения, накопившегося в волосах. По этой же причине мужчинам важно регулярно ухаживать за бородой. Когда подростки моют голову, они освобождаются от давящей нагрузки, так как они в большей степени, чем взрослые, подвержены влиянию различного рода излучений (посредством наушников, электрических приборов, на дискотеке и т. п.).

Маски для лица в правильное время

В ваших календарях часто встречается словосочетание «маска для лица», но я забыла, какие правила действуют для них. Я вхожу в тот возраст, когда мне хотелось бы больше внимания уделять особому уходу за кожей, если не сказать, что я вынуждена это делать. Каково ваше мнение по этому поводу?

Пусть в уходе за телом вам поможет Луна! Например, маски приносят большую пользу, если делать их раз в четыре недели при растущей Луне и лучше всего в дни Овна и воздушных знаков (Близнецов, Весов, Водолея). Маска, наложенная в правильное время, впитывается особенно хорошо, а кожа лучше всего принимает питательные вещества. Если вы еще никогда не делали масок для лица, то правильно выбранное время подходит для начала курса процедур как нельзя лучше. Рекомендуем использовать натуральную косметическую продукцию.

Острым лезвием

Мой муж просит узнать, существует ли связанное с Луной правило для бритья или хотя бы какой-то опыт по этому поводу. Ему кажется, что иногда бритье приводит к разным результатам.

Можно легко проверить, что борода растет немного быстрее при растущей Луне, чем при убывающей, — так же, как и волосы, постриженные при растущей Луне. Еще пара советов: если вы бреетесь только раз в два-три дня, не делайте этого в дни Овна, потому что бритье в эти дни иногда может привести к появлению залысин на бороде. Правило для стрижки волос действует наоборот, если речь идет об удалении волос в носу: не нужно избегать дней Рыб, эти дни в данном случае особенно благоприятны, потому что тогда волосы становятся мягче и отрастают не так быстро (кроме того, более мягкие волосы не так колются).

Березовый сок

Я хотел бы начать лечение березовым соком. Мой вопрос: как сделать так, чтобы сок хранился дольше, и в какое время можно собирать березовый сок?

Мы предполагаем, что вы имеете в виду лечение волос, то есть хотите втирать капли березового сока в волосяной покров, и что речь идет о ваших собственных березах. Лечение очень простое. При растущей Луне просверлите отверстие в ветке березы (ни в коем случае не в стволе!), проделав его так, чтобы капли падали вниз, а не стекали бы по стволу. Подвесьте под отверстие бутылку или подставьте миску. Просто оставьте сосуд под веткой до тех пор, пока сок не перестанет капать. Дерево само знает, когда ему нужно остановиться.

Раньше мы всегда клали поверх миски сетку от мух, чтобы не привлекать насекомых. После сбора сока дерево нельзя трогать до следующего года! Мы никогда не пытались

сохранить сок долгое время, потому что сразу же использовали его для лечения (примерно в течение месяца). Лучше всего втирать сок в корни волос дважды в день и стараться начинать лечение в дни Овна и заканчивать тоже в дни Овна через месяц. Лучше всего для курса лечения подходит май. Между тем средства для лечения волос существуют и в ассортименте натуральной косметики.

Помогите, я не могу поправиться!

Теперь и мне нужно задать вам один вопрос. Как я могу поправиться? Да, я хочу набрать вес! Везде пишут только о том, как похудеть. К сожалению, я принадлежу к тем людям, которые постоянно борются со своим организмом, чтобы не сбросить вес. Я питаюсь в основном как Омега-тип. Моя единственная ошибка в том, что я снова и снова начинаю есть много сливочного масла. Мои показатели крови оптимальны. Мой рост 1,63 м, а вес — всего 47 кг. Пожалуйста, напишите, что мне делать.

В первую очередь вам нужно точно установить свой тип питания, вашего предположения в этом случае слишком мало. Просто заполните анкету в конце этой книги или на нашей домашней странице и вышлите ее нам. Наш многолетний опыт показал, что когда человек питается натуральными продуктами в соответствии со своим типом питания, он не будет ни слишком полным, ни слишком худым. К сожалению, более вышесказанного нельзя дать общий для всех совет, требуется индивидуальная консультация, но она не займет много времени.

Как вернуть кудри

У меня и у моей дочери от природы кудрявые волосы. Зимой мы сходили на стрижку к парикмахеру, а после этого с ужасом были вынуждены констатировать,

что волосы вьются все меньше. Особенно выпрямились мои волосы. Такое бывает? Прежде всего меня интересует, существуют ли дни для стрижки, которые благоприятно действуют на волосы, кудрявые от природы.

Такое происходит все чаще. Почти всегда это связано с изменениями в образе жизни или в питании, но более точные причины нам не известны. Часто спустя некоторое время кудри возвращаются снова. Случается и наоборот: длинные прямые волосы начинают виться, например, если часто стричь их в дни Рыб. Обычно при этом на какое-то время появляется перхоть. Попробуйте постричься в дни Рыб, а потом снова в благоприятные дни Льва.

Секрет стрижки

Я уже прочитал две ваших книги с большим воодушевлением. Есть один открытый вопрос, который я оживленно обсуждаю с моим парикмахером. Он говорит, что верит во влияние Луны на поливание цветов и т. п., но волосы, по его мнению, — «мертвый материал», ороговевшее вещество, в котором «нет жизни». Так что время стрижки не имеет значения. Как же тогда объяснить положительное влияние Луны, которое я уже давно испытал на себе?

Возможно, вашему парикмахеру стоит как-нибудь понаблюдать за сосудами на тыльной стороне кисти, за тем, как они меняются в зависимости от того, кого он обслуживает. Случается, что они набухают из-за сильной нагрузки, которую испытывает парикмахер. Очень полезно после каждого клиента мыть руки под холодной водой, чтобы избавиться от этой нагрузки (это правило действует и для телефонных разговоров)!

Волосы — не «мертвый материал», они включены в общее энергетическое поле, окружающее нас. Они действуют как своего рода антенны, которые помогают нам облегчить

интуитивные процессы. Они накапливают разного рода негативную энергию, чем объясняется облегчение, которое мы испытываем после мытья головы или после душа. Наверняка с вашим парикмахером никогда не случалось такого, но после сильного потрясения волосы действительно могут поседеть за одну ночь. Волосы — «безжизненная материя» только тогда, когда их исследует химик. Физик, который разбирается в излучении и электрических зарядах, смог бы рассказать вам нечто совершенно иное, а уж тем более опытный человек, который, например, видит, что в Тироле едва ли найдется мужчина за 70 с лысиной, потому что 70 лет назад там было повсеместно принято стричь детей только в дни Льва. Личный опыт значит больше, чем тысяча слов. Нужно просто попробовать и осмелиться испытать все на своем опыте.

Липолиз в соответствии с лунными ритмами

Я хотела бы пройти процедуру липолиза на бедрах. Я очень интересуюсь темой лунных ритмов, и у меня есть книга об этом. Я читала о жиросжигающих инъекциях, но, к сожалению, не очень подробно. Может, вы подскажете мне, какое время благоприятно для процедуры?

Возможно, такие инъекции эффективны, но это лишь борьба с симптомом. Что касается правильного времени, наш незначительный опыт подсказывает, что эту процедуру лучше заканчивать при убывающей Луне. Чтобы в будущем избежать образования ненужных отложений жира, важно, во-первых, выяснить, какой тип жира подходит вам (животный или растительный), а во-вторых, не есть слишком мало жира. Жир необходим каждому человеку для выживания, но не в мизерных количествах, чтобы организм из предосторожности не сохранил весь полученный жир «на черный день». Многие современные обезжиренные продукты — на-

стоящий обман, они приносят больше вреда, чем пользы. Мы рекомендуем прочитать интервью о типах питания в этой книге (см. главу «Вопросы о здоровье, профилактике и лечении») или на нашем сайте. Там вы найдете советы, как можно относительно просто выяснить свой тип питания. Тогда вы всю жизнь будете знать, какой тип питания вам подходит.

Целлюлит и атрофия костной ткани

Меня немного злит статья в газете о появлении целлюлита. Оказывается, виной тому животный белок и все молочные продукты! Но снова и снова мы слышим, в том числе от врачей, как важны мясо и молочные продукты для восстановления и сохранения целостности костной ткани. Как дилетанту, теперь мне действительно непонятно, кому я должна верить.

Нашими советами о потреблении животного белка мы не хотим никого убедить изменить свое питание — мы хотим лишь дать шанс, если человек хочет изменить свои привычки в питании. Мы тоже изредка едим мясо и молочные продукты, потому что в повседневной жизни иногда просто не получается по-другому, особенно в поездках. Но мы делаем это очень редко и стараемся употреблять белок животного происхождения как можно реже. Тому, кто страдает от постоянной усталости, кто хочет добиться оптимального и комфортного веса, мы хотим предоставить необходимые сведения и показать эффективный способ достижения цели.

Молоко всегда без исключения вызывает утомление и, к сожалению, в некотором смысле зависимость. Как действуют эти взаимосвязи, мы поняли только по личным наблюдениям. Лишь позже мы смогли найти им обоснования и объяснить эти закономерности. Вы не задумывались, почему народы, почти не употребляющие мяса и коровьего молока, не страдают атрофией костной ткани? Почему в мире зве-

рей самые сильные кости у животного, питающегося исключительно растительной пищей, — у слона? Почему в индустриальных государствах скачкообразно растет аллергия на молоко, почему атрофия костей свирепствует именно там, где в магазинах в огромных количествах продаются молоко и сыр?

Атрофию костей могут вызвать различные причины, но переизбыток животного белка в нашем повседневном питании — самая частая! При стабильном превышении нормы белка в питании происходит перекисление крови (ацидоз), что может привести ко многим недугам. Пытаясь воссоздать баланс кальция и фосфора, организм извлекает кальций из своих же костей. Кальций должен взять на себя функцию нейтрализации, потому что повышенный уровень кислотности крови означает самую настоящую угрозу для жизни! Скелет — самый большой резервуар кальция, и ему необходимы постоянные перестройки. При этом баланс кальция в крови имеет очень важное значение. При неправильном питании, характеризующемся избытком продуктов, повышающих кислотность, усиленная диссимиляция кальция приводит к изменениям костной ткани.

Атрофия костной ткани при остеопорозе — затяжной процесс, развивающийся довольно длительное время. Что позволяет пищевой промышленности игнорировать истинных виновников. Она сокрушается о последствиях и рекомендует нам есть еще больше белка и пить еще больше молока! Напомним: табак, алкоголь, кофеин и кола также могут привести к атрофии костной ткани, так как они вызывают перекисление крови. Мы предоставляем нашим читателям возможность убедиться в действенности этих правил на своем опыте. Это позволит вам сформировать свое независимое мнение.

Уход за естественными кудрями

Пожалуйста, расскажите, какое время благоприятно для стрижки естественных кудрей.

Это зависит от того, насколько вас устраивает пышность ваших волос. Выбрав правильное время, вы можете естественным образом контролировать ситуацию. Благотворное влияние на ваши кудри оказывают дни Льва: если стричь их в это время, они могут начать виться еще больше.

Если вы хотите сохранить кудри, но они должны быть немного послушнее, то лучше всего подходят дни Девы. Вообще дни Льва — лучшее время для стрижки, если вам нужны крепкие и здоровые волосы. Дни Девы — самое подходящее время для химической завивки и для стрижки длинных волос. Тот, кто хочет быстро перейти с короткой на длинную стрижку, должен выбирать из дней Девы. Фаза Луны в этом случае не так важна. При убывающей Луне в дни Девы и Льва волосы растут немного медленнее, но зато гуще, при растущей Луне — немного быстрее, но такими же красивыми и здоровыми.

Опыт парикмахера

Я парикмахер и уже 20 лет согласовываю свою работу с вашим лунным календарем. В этом письме я хотела бы поделиться с вами своим опытом. Химическая завивка получается особенно красивой и объемной в дни водных знаков (ведь вода — лучший проводник). Нужно быть осторожным лишь в дни Рыб: состав для завивки ужасно пахнет и капает с волос. В дни воздушных знаков мне приходится выбирать цвета потемнее: в эти дни цвет получается светлее и бледнее! В дни Козерога две трети клиентов недовольны химической завивкой, потому что я не использую химию! В дни Льва ни в коем случае нельзя идти к косметологу, так как процедуры вредно действуют на кожу (в дни Льва также не стоит удобрять почву). То же правило действует для окрашивания волос и химической завивки, даже для средств по уходу, так как все они содержат химические вещества. Так как период убывающей Луны означает для людей

своего рода вдох, во время этой фазы любые процедуры оказывают особенно сильное воздействие. Я буду очень рада, если вы сможете применить мои наблюдения на практике!

К этому нам нечего добавить. Желаем вам всего хорошего!

Никого не суди и не думай, что есть что-то невозможное, потому что нет человека без будущего и нет ни одной вещи, для которой не настанет ее час.

(Рабиндранат Тагор)

Вопросы о домашнем хозяйстве и быте

Ускоренный курс «знания о Луне»

Основные правила в домашнем хозяйстве и быту

- Любая уборка приносит лучшие и более долгосрочные результаты, если провести ее при убывающей Луне (мытье окон, весенняя уборка и пр.).
- Два разнородных материала, которые нужно надолго скрепить, лучше соединять при убывающей Луне. Неважно, каким образом вы это делаете: штукатурите, красите, склеиваете, смешиваете, сплавляете, сдвигаете, перекрещиваете, сжимаете, спаиваете и т. д. Лучше всего, если Луна при этом находится в Козероге (особенно при выполнении столярных работ).

Когда лучше делать домашнюю уборку

Раньше на Пасху и на Рождество проводили обширную уборку жилища, в которой участвовала вся семья. Не стоит ли и в этом случае снова вспомнить о правильном выборе времени? Мне кажется, что мои бабушка и дедушка учитывали это, потому что уборка перед Рождеством никогда не проходила в один и тот же день.

Очевидно, сегодня такое удовольствие от уборки действительно считается старомодным, и ее точно не делают в соответствии с лунными ритмами. Однако по разным причи-

нам внимание к влиянию Луны было бы огромным плюсом, особенно для аллергиков. Иначе говоря, при убывающей Луне вам проще избавиться от пыли, грязи и нежелательных микробов, и при этом вы потратите меньше сил и добьетесь более стойких результатов. Если делать уборку при растущей Луне, то, напротив, возникает ощущение, что просто еще больше распространяешь грязь и бактерии!

Правильный выбор оптимального момента может приносить пользу не только в частной жизни, но и в других сферах. Например, если бы в больницах при уборке и дезинфекции больше руководствовались лунным календарем и использовали для покраски стен не водно-дисперсионные, а известковые краски, сотрудники больниц могли бы работать в гораздо более гигиеничных условиях, при этом разводилось бы меньше устойчивых бактерий. То же касается построек для животных, например хлева. Раньше всегда учитывали наиболее подходящее время, чтобы подготовить к зиме хижину в горах, дом у моря или дачу — тогда оставалось гораздо меньше работы на весну, а деревянные мебель, окна и строительные элементы сохранялись гораздо дольше.

Итак, общее правило: любая большая уборка, проведенная в нужное время, эффективнее, основательнее и делается гораздо легче. Просто следите за тем, чтобы Луна находилась в фазе убывания — это самое главное.

Работы по дому — главные принципы

Меня уже не нужно убеждать в том, что Луна оказывает на нас влияние. Я часто замечаю его во всех областях жизни, но особенно, конечно, в работе по дому, которая спорится, если проводить ее в соответствии с фазами Луны. Например, у нас всегда были проблемы со стиркой, потому что у нашего сына аллергия. Она уже не такая острая, как прежде, поскольку стиральный

порошок полностью вымывается, если стирать при убывающей Луне. Но я была бы рада, если бы могла объяснить и мужчинам, почему Луна имеет значение и при выполнении столярных и слесарных работ по дому. Может быть, вы повторите для меня правило, касающееся подобных работ, и объясните, как оно действует?

В сфере строительства, ремонта и работ по дому практически любому занятию — например, укладке деревянного пола или монтажу лестницы — содействует убывающая Луна, особенно если она одновременно находится в знаке Козерога. Дни Льва не так хорошо подходят для работ с деревом, потому что в этот период древесина сохнет быстрее и потому всегда растрескивается. То же касается сборки мебели из дерева и обшивки стен деревянными панелями.

Дни Рака, Скорпиона и Рыб также не очень хорошо подходят, так как в дни этих знаков накапливается влага, что способствует процессу гниения. Планируя работы по дому, было бы очень полезно применять правило нужного времени, потому что тогда вы сможете избежать использования многочисленных веществ, отравляющих окружающую среду, а также хлопотной и дорогой доделки. Натуральная продукция — природные смолы, дерево, овечья шерсть, известковые краски и пр. — почти во всех отношениях лучше и гораздо полезнее для здоровья и эргономичнее, чем химические яды и вредные для окружающей среды продукты промышленного производства! Химическая продукция стоит в десятки раз дороже, чем натуральная, потому что к ее цене прибавляется стоимость ее ликвидации и устранения вреда окружающей среде, причиняемого в процессе производства. Тому, кто хочет убедиться в прочности, надежности и долговечности хороших вещей, сделанных в оптимальное время, мы рекомендуем посетить музей деревянного зодчества, где древние постройки рассказывают истории, каких не услышишь от сталебетонных зданий. Можно сэкономить миллионы евро, если, например, снова вспомнить о секрете долговечности деревянных зданий и церквей — памятников культуры. Только подумайте о многочисленных мостах по

всему миру, которым сейчас и еще в течение десятилетий потребуется дорогостоящий ремонт. Связь домашних работ и влияния Луны мы подробно описали в нашей книге «Луна в доме» (*Der Mond im Haus*).

Заморозка продуктов

Мне очень интересно, имеет ли значение положение Луны при заморозке продуктов. По собственным наблюдениям я знаю, что существуют необъяснимые различия и иногда продукты оказываются вкуснее, чем замороженные в другое время. Возможно, результат связан только со временем сбора урожая. Но мне кажется, что время заморозки тоже играет роль, или я не прав?

Да, заморозка продуктов тоже связана с положением Луны. У нас дома нет морозильной камеры. Нам нравится свежая еда, а если мы забыли что-то купить, то мы вспоминаем, что иногда проводить разгрузочные дни очень полезно для организма (и всегда найдется какая-нибудь мелочь, чтобы перекусить). Но заморозка все же остается одним из лучших способов долго хранить продукты питания.

Что касается влияния Луны, то, конечно, разумно замораживать фрукты в дни фруктов (дни Овна, Льва, Стрельца), а листовые овощи — в специальные дни овощей (дни Рака, Скорпиона, Рыб). Продукты, содержащие много масла и жира, лучше всего сохраняются, если их заложить на хранение в дни Близнецов, Весов или Водолея. Однако не стоит специально ждать дней соответствующего знака, если из-за этого пострадает свежесть и сохранность продукта. В таком случае разумнее всего целенаправленно собирать плоды или покупать продукты в дни этих знаков зодиака.

Как красить пасхальные яйца

Скоро нужно красить пасхальные яйца. Так как я очень люблю рисовать на яйцах особенно сложные узоры — настоящие маленькие шедевры, которые, конеч-

но, желательно сохранить как можно дольше, — я хотел бы знать, нужно ли мне в моем хобби учитывать влияние Луны.

Многие уже убедились на своем опыте, что крашеные пасхальные яйца хранятся по-разному: некоторые переносят каждый переезд в течение десятилетий, в то время как другие едва переживают в целости и сохранности пасхальные выходные. Связь с Луной объясняется очень просто: выдувать яйца нужно при растущей Луне, потому что тогда не разрывается крепкая внутренняя оболочка и яйцо остается прочным. При убывающей Луне она так быстро высыхает, что потом легко трескается, а вместе с ней — и хрупкая скорлупа. Результат окрашивания и росписи, напротив, не зависит от влияния Луны.

Приготовление квашеной капусты

Последние два года я шинкую капусту для квашения самостоятельно. В первый год все получалось очень хорошо, а во второй — вовсе не получилось. Так как я не запомнил дату, я уже не могу установить точное положение Луны в тот момент. Со следующей недели я хотел бы снова начать готовить капусту. К сожалению, я не нашел в ваших книгах, когда лучше это делать. Так как мне хотелось бы заготавливать квашеную капусту каждый год, в будущем мне очень помог бы ваш совет.

Мы можем вам помочь, и в этом случае особенно важно придерживаться правильного времени. Капусту нужно собирать при убывающей Луне, а затем хранить в прохладном и темном месте. Но избегайте, пожалуйста, дней Рака и Девы! Хранение способствует положительным изменениям, капуста должна полежать, чтобы из нее вышел газ.

Затем зимой, когда Луна в первый раз будет в знаке Козерога и одновременно в фазе убывания, капусту нужно нашинковать и утрамбовать. Это оптимальное время. По меньшей мере, никогда не готовьте квашеную капусту при рас-

тущей Луне, а также в дни Девы и Льва. В дни Девы процесс брожения слишком интенсивный, и капуста может заплесневеть, а в дни Льва она засыхает.

Затем капусту нужно вынимать из бочки только раз в неделю, чтобы крышка по возможности всегда была закрыта. Если часто открывать бочку, капуста в зависимости от фазы Луны или высохнет, или так же быстро загниет. Также нельзя вынимать капусту в дни Рака, Льва или Девы — изменяется вкус оставшейся в бочке капусты! Если вы будете соблюдать эти нехитрые правила, вас очень порадует результат.

Гималайская соль

О ней много пишут, но меня интересует ваше мнение: в чем отличие обычной соли от широко рекламируемой «натуральной»?

Несомненно, раньше и сейчас многие производители соли слишком многого обещают, высказываясь в пользу натуральной и гималайской соли. Это уже почти закон природы: всегда, когда люди заново открывают старое проверенное средство, появляются коммерсанты и бессовестно преувеличивают его возможный полезный эффект, пока ажиотаж снова не пройдет, а потом полезное средство исчезает бесследно или дельцы находят новую жертву для рекламы. Это досадно, потому что тем самым действительно хорошие и полезные для здоровья продукты приобретают дурную славу.

Если говорить кратко, натуральная соль гораздо лучше полученной химическим путем. Соляной промышленности слишком сложно смириться с модой на натуральную соль. Так что крупный производитель не предлагает вам купить натуральную каменную соль потому, что в его шахтах содержится слишком мало залежей хлорида натрия и их добыча требует больших усилий. Рекламируя только натуральную соль, он посеял бы сомнения в качестве остальных продуктов своего производства. Переведем это предложение для наших читателей: «Если бы мы предлагали натуральную

соль, мы бы признали, что наша поваренная соль не очень качественна». То есть иногда благоразумие запрещено.

В использовании натуральной соли доверяйте собственному опыту. Мы дома используем только ее. К сожалению, есть один недостаток: нам приходится очень сложно в поездках, потому что мы вынуждены есть вредную «обычную» соль.

Магнитный железняк в кувшине для воды

Я прочитал все ваши книги с большим интересом и пытаюсь использовать на практике те правила, которые кажутся мне обоснованными. Спасибо, что открыли нам «древние знания»! Меня интересует следующее. В книге «Лунная гимнастика» вы рекомендуете для оживления воды класть в кувшин минерал магнетит. Но я где-то читал, что магнетит не должен контактировать с водой. К сожалению, причины не объяснялись. Моего опыта здесь уже не хватает, и я надеюсь на ваш совет. Прежде я клал в водопроводную воду горный хрусталь, аметист и розовый кварц. Но время от времени нельзя не заметить, что вкус воды меняется, а от кварца вид стеклянного графина довольно быстро портится. Если использовать магнетит, этого не происходит, только на его поверхности появляются симпатичные пузырьки, и теперь мой племянник хочет только воду с пузырьками, а не «кристальную воду».

Вы можете использовать камень так, как мы рекомендуем. Самое плохое, что может случиться с минералом, — появление ржавчины, но она не оказывает никакого влияния на пользу воды. В ходе истории многие важные составляющие древних знаний были преданы забвению, чтобы одни люди могли преследовать свои собственные цели и держать других в зависимости. Недавно мы даже нашли старинный лунный календарь, в котором период Девы однозначно опи-

сывался как «совершенно неплодородный» для работы в саду. Такую «бессмыслицу» поколение за поколением неоднократно списывают со счетов, пока она не появляется в какой-нибудь «современной» книге. Но, несмотря ни на что, мы не позволяем нам помешать и продолжаем работать, как и прежде.

Лунный календарь и содержание животных

Моя дочь учится на ветеринара. Я уже долгие годы пользуюсь лунным календарем и хотела бы знать, действуют ли правила влияния Луны при уходе за животными и их содержании.

Раньше было просто немыслимо не учитывать влияния Луны, неважно, кого это касалось — людей или животных. Во многих местах альпийские пастухи и крестьяне жили так далеко и уединенно друг от друга, что ветеринар не мог прибыть на место вовремя. Поэтому необходимо было правильно выбирать время для разных работ по уходу за скотом, чтобы животные были здоровы. Что касается вашей дочери, мы желаем ей удачи и смелости, чтобы доверять собственному опыту. Мы знаем, что непросто внедрить знания о влиянии Луны в официальную медицину, потому что обычно науке сложно использовать такие простые методы. Так как у нас тоже есть домашние животные, мы, конечно, общаемся с ветеринарами. Прививки нашей кошке делают при убывающей Луне, потому что и животные страдают, если их лечат в неподходящее время. По личному опыту мы знаем, что ветеринары не отказываются от применения знаний о Луне в своей работе — напротив, мы получаем вопросы со всего мира. В общем можно сказать, что все правила в сфере терапии и профилактики действуют одинаково и при лечении животных. Вашему домашнему любимцу лечение в правильное время понравится так же, как и людям.

Обработка шерсти в соответствии с лунными ритмами

Вся моя семья любит работать с шерстью, это традиция на моей родине. Я помню, что мой дедушка учитывал влияние Луны, но уже не помню точных правил. Знаете ли вы что-нибудь об этом?

По теме естественной обработки шерсти нам тоже долгие годы приходило много писем. На самом деле и в этой области разумно выбирать правильное время. Аллергии на шерсть, о которой так много говорят, собственно говоря, не существует. Аллергическую реакцию вызывает не сама шерсть, а многочисленные химические вещества, которыми она обработана.

Лучше всего стричь овец до полнолуния — за неделю или, если состриженная шерсть не должна слежаться, за день до полнолуния (но ни минутой позже полнолуния!). Тогда шерсть растет быстро и вырастает густой и здоровой. Первое промывание полученной шерсти в любом случае нужно проводить только при убывающей Луне — тогда она получится гораздо чище. Выбор времени для расчесывания шерсти не так важен: период растущей Луны подходит чуть лучше, шерсть будет пышнее, и ее будет легче прясть. Использование многочисленных химических веществ направлено лишь на то, чтобы в магазине было приятнее прикасаться к шерсти и человек совершил покупку. Химическая промышленность предлагает даже своего рода «усилитель шороха» для шелка. Кстати, шерстяные вещи для чувствительных людей и младенцев обязательно должны быть изготовлены из шерсти овцы, приносящей потомство, потому что она не такая колючая.

Полезна ли шерсть для кожи младенцев

Мне придется поспорить с вашим советом не одевать младенцев в одежду из овечьей шерсти. Для младенцев, маленьких детей и взрослых очень полезно но-

сить нижнее белье из необработанной шерсти, так как она снимает статическое электричество. Я снова и снова слышу, что дети успокаиваются, если на них белье из необработанной шерсти. Самое важное, чтобы шерсть не прошла никакой обработки, а была, так сказать, «прямо от овцы», лучше всего некрашеная и не обработанная веществами, делающими ее пригодной для машинной стирки. А в хлопке слишком много пестицидов. Кроме того, его всегда красят.

Большое спасибо за ваше замечание, вы абсолютно правы с вашей точки зрения. Однако мы имели в виду не исключения, а правило, а именно, что многие дети не переносят «обычную» овечью шерсть (которая к тому же насыщена разными химическими веществами). Чтобы шерсть все же приносила детям пользу, можно использовать хорошую альтернативу — пришить подкладку из мягкой ткани. Большинство наших читателей уже знают, что в «нормальном» хлопке очень много химических веществ и процесс его производства очень вреден для окружающей среды, но об этом стоит упомянуть еще раз.

Луна и изменение погоды

Снова и снова мы слышим о том, что изменения погоды определяются влиянием Луны. Мне интересно, можете ли вы рассказать об этом конкретнее. Может, тогда можно заранее предсказать снегопады и ужасные погодные катаклизмы, например, как те, что имели место в последние годы?

Выводы о закономерностях в изменении погоды и народные приметы, известные издревле, во многом утратили свою значимость после Второй мировой войны. Как правило, такие приметы действовали, к тому же в определенных географических областях. Однако по-прежнему оправдывается наблюдение, что погода часто резко меняется в дни полнолуния, новолуния, в дни Стрельца и Близнецов.

На вопрос о том, можно ли избежать проблем с транс-

портом вследствие погодных условий с приходом зимы, можно ответить утвердительно, потому что эта неразбериха никак не связана с Луной. Видите ли, нам должно быть немного стыдно за то, что мы не умеем или не хотим учиться друг у друга. Словосочетание «затруднено движение из-за снегопада» совершенно незнакомо жителям регионов, где снег идет гораздо чаще и даже два метра снежного покрова не вызывают никаких неудобств.

Рецепт прост. Во-первых, нужно научиться убирать снег у жителей тех мест, где ежегодно его выпадает больше всего. Во-вторых — сделать переход на зимние шины обязательным. В европейских странах некоторые министры транспорта отказываются от самой разумной меры — от обязательного перехода на зимние шины, — аргументируя это тем, что такая мера покажется гражданам принудительной. Если это так, то любой светофор — тоже «принуждение». Если бы ребенка какого-нибудь министра в снегопад сбила машина с летними шинами, благоразумия сразу стало бы чуть больше. Зимние шины так же важны для безопасности, как и пристегнутые ремни, к тому же это решило бы проблему пробок.

Кратко **ЛУНА И ПОГОДА**

Особенно часто погода резко меняется в новолуние и полнолуние, в дни Близнецов и Стрельца.

Настрой при приготовлении пищи

Здоровое питание, которое вы описываете в своих книгах, кажется мне просто замечательным! Оно помогло мне и моим родным сохранить здоровье. Но я твердо верю в то, что на полезность питания влияют не только ингредиенты. Я думаю, что настрой, с которым я готовлю еду, тоже играет важную роль. Как говорится, не хлебом единым жив человек, и это правда!

В этом мы с вами совершенно согласны. Везде и всюду в наших книгах вы прочитаете, что настрой и любовь, с которыми вы готовите еду и работаете, оказывают непосредственное влияние на результат. Приготовленный с любовью бутерброд всегда полезнее, чем любая таблетка «сбалансированных» витаминов. Даже науке известна эта взаимосвязь, но, к сожалению, никто не заинтересован в том, чтобы предать эти знания широкой огласке и даже использовать их на школьных уроках. Тогда многие продукты продавались бы не так хорошо, потому что самый важный ингредиент бесплатен и полезнее, чем почти все продукты на полках магазинов.

Один пример: в ходе одного исследования в 70-е годы прошлого века кроликов кормили жирным кормом, чтобы изучить причины возникновения сердечных заболеваний. Во всех опытных группах результаты совпадали, но одна стала исключением. Там удивительным образом лишь в 60% случаев проявились симптомы болезни. Шестьдесят процентов! Объяснение, почему одни животные усваивали вредный для сердца корм лучше, чем другие, кроется не в работе организма кроликов. Только благодаря случайности через некоторое время наконец-то выяснилось, что студент, которому было поручено кормить кроликов, часто и охотно брал их на несколько минут на руки и ласково гладил. Последующие эксперименты с другими животными подтвердили эту закономерность. Поразительно, что на исследования снова и снова тратятся огромные суммы денег, чтобы выяснить то, что в глубине души точно знает каждый из нас, а именно, что любовь — самое сильное и действенное лекарство.

Когда нужно убирать сезонную одежду

В последние годы я следую вашему совету и вешаю зимнюю одежду обратно в шкаф на новолуние, в прошлом году я сделал это прямо перед новолунием. Однако

теперь, когда я достал одежду, она впервые пахнет затхло, и мне пришлось еще раз постирать ее, прежде чем надеть. Что я сделал не так?

Вы убирали одежду в день перед новолунием. Этого уже достаточно, чтобы перестало действовать положительное влияние убывающей Луны. Когда вы убираете одежду после окончания сезона, действует одно общее правило: лучше делать это при убывающей Луне в дни Воздуха или Огня, то есть в дни Близнецов, Весов и Водолея или дни Овна, Льва и Стрельца. Необязательно приурочивать это к новолунию, однако для соблюдения многих правил требуется учитывать даже точную минуту новолуния и полнолуния, потому что если, например, новолуние по календарю наступает в четыре утра, то весь день будет находиться уже под влиянием растущей Луны. Такая точность важна, если речь идет о починке, требующей внимания, или ремонте с использованием натуральных материалов, а также в некоторых других сферах, например, при выборе даты операции или визита к стоматологу.

Кратко

КОГДА НУЖНО УБИРАТЬ СЕЗОННУЮ ОДЕЖДУ И ИНСТРУМЕНТЫ

Их всегда нужно убирать при убывающей Луне, лучше всего не в дни водных знаков.

Удаление покрытия с мебели и ее реставрация

Реставрируя старинную мебель, мне обычно приходится удалять старое покрытие. Это делается при помощи протравливания, иногда — горячим воздухом. Я уже сравнил, как идет работа и какой получается результат, но всегда думал, что дело в покрытии. Вы можете посоветовать, когда правильно заниматься такой работой?

Да, удаление старых красок и лакокрасочного покрытия протравливанием практикуется уже несколько столетий, и раньше при этом всегда учитывалось положение Луны, чтобы работа прошла гарантированно успешно. Раньше было достаточно основательно отшлифовать поверхность, лишь недавно протравливание стало вызывать большие сложности. Для удаления современных лаковых покрытий с добавлением химических красителей (искусственной смолы, акрила и пр.) требуется применение едких химических веществ. Поэтому очень важно выбрать правильное время для работ по удалению покрытия. Благоприятен период убывающей Луны за исключением дней Рака. Неблагоприятен период растущей Луны, особенно если при этом она находится в знаке Рака или Льва. При убывающей Луне работается легче, проще удалить краску, а легкие и кожа реставратора не так активно впитывают ядовитые пары.

Если неправильно выбрать время, остатки краски удалить будет довольно сложно. Дерево повреждается, а ядовитые пары приносят ощутимый вред легким и коже. Самый простой и безвредный способ — работа с пистолетом горячего воздуха. Он размягчает слои краски, так что их можно удалить без труда.

Когда можно кастрировать и стерилизовать домашних животных

Существует ли правильное время для кастрации котов и стерилизации кошек? Иногда мне кажется, что в этом случае Луна имеет определенное значение.

Действительно, все без исключения правила, связанные с влиянием Луны, действуют для ухода за животными. Да, мы уверены, что многие из этих правил вообще обнаруживаются лишь в процессе общения человека и животного. Правила для кастрации и стерилизации животных очень

просты: лучше всего это делать в период убывающей Луны и избегать дней Скорпиона. Если вы хотите, чтобы операция прошла успешно, то не стоит проводить ее в октябре и ноябре, так как положение Солнца в зодиакальном круге также имеет определенное влияние. Любой ветеринар замечал эти различия при проведении операций, однако теперь он может использовать эти знания с пользой для своих пациентов. Раньше в сельской местности, а особенно в Альпах, при уходе за животными очень точно учитывалось положение Луны, потому что ветеринары находились далеко или зачастую врач не мог физически прибыть вовремя к больному животному на альпийское пастбище.

Стирка в соответствии с влиянием Луны

Как лично вы стираете белье в соответствии с лунными ритмами? Можно ли при этом экономить воду?

На самом деле, на питье приходится лишь малая часть потребления питьевой воды, большая часть используется для приема душа и ванны, мытья посуды и стирки, уборки туалета и так далее — для задач, которые можно выполнить и с помощью собранной дождевой воды. Стирая в правильное время, мы уже можем сделать многое, чтобы экономнее расходовать воду — эликсир жизни — и защитить грунтовые и родниковые воды от излишнего загрязнения. Проведите простой эксперимент: незадолго до полнолуния положите не очень грязное белье в теплую воду и добавьте немного стирального порошка. Повторите то же самое незадолго до новолуния и сравните результаты в каждом случае через час.

Наш совет: стирайте только при убывающей Луне или хотя бы стирайте самые дорогие вам вещи в течение этой фазы Луны. Лучше всего успеть постирать в дни водных знаков: Рака, Скорпиона, Рыб. Белье будет чище, вам понадобится гораздо меньше порошка, и его останется не так много на белье, что предотвратит аллергические реакции.

Мы используем меньше половины рекомендуемого количества порошка и никогда не покупаем таблетки для посудомоечной машины, так как тогда нельзя контролировать количество средства для мытья посуды. С известковым налетом в стиральной машине у нас также нет проблем. Если мы находим в фильтре немного извести, мы просто добавляем в воду немного уксуса. Кроме того, при убывающей Луне использованная вода быстрее расщепляется на безопасные компоненты. Таким образом, вы вносите большой вклад в защиту окружающей среды, вдобавок ваш кошелек не страдает.

Кратко **СТИРКА**

Белье со сложновыводимыми пятнами нужно всегда стирать при убывающей Луне. Это экономит порошок, а белье действительно отстирывается «до самой глубины волокон»!

Собирать урожай можно и зимой?

Иногда в вашем календаре символом «благоприятно для сбора урожая» отмечено время, когда никакого урожая быть не может. Для этого есть какая-то особая причина?

Конечно, символ, обозначающий сбор урожая, интересует фермера скорее осенью, но городские жители могут использовать эту информацию в течение всего года. Например, всегда планируйте большой поход за продуктами про запас на период убывающей Луны. Это продлевает срок хранения продуктов. Поэтому символ, обозначающий время, благоприятное для сбора урожая и хранения продуктов, появляется в календаре также зимой и в выходные дни.

Многие садоводы-любители могут заниматься сбором урожая только в свободное время, поэтому не всегда могут

поймать нужный момент. Плоды, начинающие гнить из-за того, что были собраны в неправильное время, после сбора в нужное время можно отсортировать и переложить на склад. По той же причине вы найдете этот символ в любое время года, потому что он также указывает время, благоприятное для перевозки и хранения любых овощей. Быстрее портятся продукты, собранные или уложенные на хранение при растущей Луне, особенно летом в грозу (например, молоко).

Покупка обуви в правильное время

Вы не могли бы еще раз назвать правильное время для покупки и первой носки новой обуви? Я также буду благодарна за советы по уходу за обувью, потому что мне кажется, что в этом случае выбор времени играет немаловажную роль.

Очень важно учитывать положение Луны при покупке обуви, неблагоприятное время для этого — дни Козерога и Водолея. Кожаная обувь, купленная в дни Козерога, остается жесткой и негибкой, а период Водолея, напротив, способствует тому, что обувь разнашивается быстрее, чем купленная в другие дни (часто она становится даже слишком широкой). Почти у всех в шкафу есть пара обуви, которая жмет с самого первого дня, хотя в магазине, казалось бы, все было в порядке. Если у вас есть возможность сверить дату покупки с лунным календарем, то, возможно, вы обнаружите, что в день покупки Луна как раз находилась в знаке Козерога. Если обувь жмет, некоторое время носите ее только в дни Водолея, чтобы она стала мягче.

Для ухода за приобретенной обувью также существует верное время: если чистить обувь при убывающей Луне, любая обувь дольше остается чистой, чистка не так разъедает кожу, кожа становится прочнее. Конечно, невозможно чистить обувь исключительно в период убывающей Луны, но в это время легче удалить старую грязь. Если весной вы

убираете зимние сапоги в шкаф, особенно важно заранее их почистить и смазать кремом при убывающей Луне. Если новую обувь в первый раз намазать кремом при убывающей Луне, то пропитка продержится почти весь срок службы обуви!

Переезд в детскую комнату

Сейчас нашей дочери восемь месяцев, и она спит в детской кроватке в нашей спальне. Так как я уже не кормлю грудью, а кроватка скоро будет слишком мала для ребенка, мы хотели бы, чтобы наша дочь спала в собственной кроватке в детской комнате. Какой день подходит для переезда? Кормить грудью я перестала в полнолуние, и все прошло хорошо.

Лично мы выбрали бы для переселения — как в старые времена — традиционные дни, а именно понедельник, среду или субботу. Самый лучший день — среда. Вторник, четверг и воскресенье не очень хорошо подходят для переезда: дети не так быстро привыкают к новой обстановке, они некоторое время чувствуют себя неспокойно и нервничают. Конечно, это может случиться, даже если вы переедете в правильное время, но вероятность существенно уменьшается, если выбрать оптимальное время.

Кроме того, вам стоит избегать дней Льва и Рака. В дни Льва ребенок кричит так, что его нельзя успокоить, в дни Рака он беспокоен и плачет, потому что тоскует по старому месту. Пожалуйста, убедитесь, что новое спальное место не подвержено излучению (по возможности проверьте место с помощью маятника или пригласите специалиста по биолокации).

Еще одно примечание: с самого начала переезда в комнате должно быть такое же освещение, как и прежде. Например, поверните кроватку к окну под тем же углом, что и раньше. Через несколько недель положение кроватки можно изменить. Положите подушку на противоположный конец кроватки или просто поверните ее.

Устойчивый запах табака

Мы заселились в старый дом, в гостиной которого примерно семь лет назад очень много курили. Хотя мы неоднократно красили комнату, там до сих пор неприятно пахнет. Скоро мы снова перекрашиваем гостиную, потому что хотим превратить ее в столовую. Вы можете посоветовать, как справиться с неприятным запахом? Мы слышали, что существует краска для стен, которая нейтрализует все неприятные запахи и часто используется в детских садах. Однако я ничего не знаю о свойствах этой краски. Буду очень рад вашему ответу.

Есть очень эффективный способ. Самое важное, что нужно сделать, — окурить дом при убывающей Луне в день Воздуха (Близнецов, Весов, Водолея). Просто положите ладан или сушеный шалфей на тлеющие угли на жаровне и начните окуривать помещение при открытом окне и закрытой двери. Оставьте окно открытым еще на несколько часов. Не оставайтесь в комнате во время тления травы.

Что касается покраски, то, конечно, существуют краски, которые перекрывают все запахи. Они используются, например, в небольших гостиницах. Пока нам не известна ни одна краска с такими свойствами, которые были бы безопасны для окружающей среды в ходе производства и при использовании краски. Если вы используете натуральную краску, то очень важно выбрать правильное время, а именно — период убывающей Луны! При этом избегайте дней Рака, Скорпиона, Девы и Рыб. Особенно хорошо подходят дни огненных и воздушных знаков. Мы надеемся, что с помощью приведенного метода вы избавитесь от запахов. Последняя возможность справиться с ними — взять у столяра кедровые опилки, наполнить ими подушку и положить ее в столовой. Запах опилок держится годами и очень бодрит.

Рождественская выпечка и сухое печенье

Прошло совсем немного времени, и вся семья снова занята приготовлением рождественской выпечки. Моя бабушка учитывала знак зодиака и фазу Луны при выборе времени готовки, и я хотела бы взять эти правила на заметку. Вы знаете, когда правильно делать выпечку?

Действительно, время приготовления играет немаловажную роль, и при равных условиях может получиться разный результат. Если вы используете один и тот же рецепт и готовите при убывающей Луне, печенье получится несколько суше и будет дольше храниться. Если готовить при растущей Луне, то печенье, напротив, будет более сырым, и его лучше съесть быстрее. Так что не удивляйтесь, если теперь ваш муж или жена и ваши дети захотят печь только при убывающей Луне!

Аллергикам, возможно, будет интересно знать, что для рецептов печенья, в которые входят яйца и/или молоко, существует полезная и при этом вкусная альтернатива. Каждое яйцо в рецепте вы можете заменить столовой ложкой соевой муки, а коровье молоко — соевым. Если использовать при приготовлении крупнозерновую муку и тростниковый сахар, печенье всегда получается удивительно вкусным, вдобавок не вызывает усталости и подходит аллергикам. Многие боятся использовать тростниковый сахар, потому что в основном он продается в крупнозернистой форме, но его можно найти и в виде сахарной пудры.

Шитье и вязание

Уже десять лет я постоянная читательница ваших книг и сейчас не могу найти ответ на вопрос: когда лучше заниматься швейными работами?

Это интересный вопрос, который нам еще никто не задавал. Положение Луны во время шитья нужно учитывать, если наиболее важна такая характеристика изделия, как долговечность, например, при изготовлении уздечки, национального костюма и изделий из шкуры ягненка. Изготовлением таких вещей нужно заниматься в период убывания Луны и избегать дней Рака и Льва. Для выполнения других швейных работ положение Луны не имеет решающего значения. Многим швеям известно, что при убывающей Луне сшитые части продержатся дольше. Если, например, нужно снова распороть швы, в период убывания Луны это доставит массу хлопот.

Совсем маленькие насекомые

В этом году я впервые нашел на цветах в гостиной и кухне маленьких комаров или мух. Они сидят в основном на земле и взлетают при любом движении. Они есть даже на горшках с банановым деревом и пальмами. Мне кажется, в этот раз мне просто попалась плохая земля для цветов. Но прежде чем воспользоваться отравой, я хотел спросить у вас, существуют ли натуральные средства, которых не переносят насекомые. Или, может, вы знаете другие меры, с помощью которых можно от них избавиться? Ведь я вовсе не приверженец использования ядовитых средств!

Вы правы, в основном такие непрошеные гости попадают к нам вместе с землей для цветов. Но насекомые могут находиться и на самом растении, например, в области корней, потому что тепличные растения часто очень уязвимы. Однако образованный садовод может лучше судить о различных причинах появления насекомых.

Такие проблемы мы обычно решаем, пересаживая растения в дни Девы и поливая их только в дни листьев (дни Рака, Скорпиона, Рыб). Все болячки растений можно вылечить самым простым способом. Если растения поражены

вшами или мелкими мошками, то в качестве немедленной меры вы можете попробовать окуривание. Для этого используются не сигареты, а ладан или другое натуральное средство.

В борьбе с сорняками и вредителями действует общее правило: лучшая профилактика появления многочисленных вредителей — посадка и посев растений в правильное время. Другие важные правила: бороться с сорняками нужно в дни Козерога, с земляными паразитами — в дни корней, то есть дни Тельца, Девы и Козерога, а с надземными вредителями — в дни Рака, а также Близнецов и Стрельца. Подрезанием в целях оздоровления растений нужно заниматься непременно при убывающей Луне незадолго до или прямо в день новолуния.

Замена окон и покраска фронтона

В марте во всем нашем доме будет произведена замена окон. Перед этим нужно покрасить деревянный щипец. Так как это очень серьезное предприятие и результат должен продержаться много лет, я прошу у вас совета, когда лучше производить эти работы. Для покраски мы выделили два дня, на замену окон уйдет примерно три.

От выбора времени остекления и монтажа окон в значительной степени зависит, будете ли вы довольны вашими окнами. В общем, эти работы нужно выполнять при убывающей Луне. Кроме того, для монтажа окон не стоит выбирать дни Рака, Скорпиона и Рыб. Деревянные окна и зимние сады, застекленные при растущей Луне в дни водных знаков — Рака, Скорпиона и Рыб, — могут покоситься, а в дальнейшем плохо закрываться и преждевременно загнить из-за попавшей влаги.

После установки окон помойте их при убывающей Луне в день воздушных или огненных знаков: Близнецов, Весов,

Водолея и Овна, Льва и Стрельца. Чтобы обеспечить хорошую видимость, достаточно использовать воду с добавлением спирта и газетную бумагу. Едкие и высококонцентрированные средства излишни. Ни в коем случае нельзя чистить оконные косяки в период растущей Луны и никогда — только с одной стороны. Всегда нужно мыть окно с обеих сторон, чтобы не возникло одностороннего набухания косяков. Раньше окна снимали с петель и мыли только водой из шланга. Гораздо позже, когда появились «современные» пластиковые окна, деревянные окна почти исчезли.

Что касается покраски, то для нее также стоит выбрать день в период убывающей Луны. Для создания долговечного покрытия идеальны дни Козерога. Дни водных знаков скорее неблагоприятны. То же касается дней Льва, так как слишком быстрое высыхание иногда может приводить к появлению трещин.

Уход за деревянным полом

Однажды вы давали советы по уходу за необработанным деревянным полом. Деревянный пол в нашем доме теперь выглядит уже не так хорошо, как мы ожидали. Вы не могли бы нам помочь?

Весь секрет — в сочетании щелочного раствора буковой золы и правильного времени его применения. Этот способ используется, наверное, уже несколько столетий и сегодня помогает сохранить вечную красоту подвергающегося большим нагрузкам деревянного пола, какой можно увидеть в старых тавернах или на фермах. Если пол не сильно загрязнен из-за повседневного использования, уборку следует проводить при убывающей Луне в дни воздушных знаков: Близнецов, Весов и Водолея. При сильном загрязнении также выбирайте дни в период убывания Луны, но под знаком Воды: дни Рака, Скорпиона и Рыб.

Щелочной раствор можно приготовить следующим образом. Возьмите примерно пять литров воды и пару горстей

буковой золы. Доведите воду до кипения, всыпьте золу и примерно на час оставьте кипеть на медленном огне. Отставьте в сторону и дождитесь, пока зола выпадет в осадок. Затем чистый раствор разлейте по сосудам — он очень долго хранится в стеклянных банках с привинчивающейся крышкой. Осадок используйте для компоста. Применение раствора: для чистки вам понадобятся платяная щетка в качестве швабры (по возможности не используйте щетки из искусственных материалов!); ведро горячей воды, в которую нужно добавить в зависимости от степени загрязнения примерно восьмую часть раствора; второе ведро — с чистой теплой водой, чтобы вымыть полы или прополоскать половую тряпку. Теперь нанесите раствор на квадратный метр пола или на весь пол, почистите его щеткой и смойте большим количеством чистой воды. Таким образом постепенно обработайте всю поверхность. Желаем удачных результатов!

Луна и машины

В одном из переводов вашей первой книги «Все в нужный момент» я ничего не нашел про уход за машинами и автомобилями. Но мне кажется, что и в этой области нужно что-то учитывать, как вы думаете? У вас есть опыт в этой сфере?

Как ни странно это звучит, Луна оказывает некоторое влияние и на уход за машинами и автомобилями: эффект от любых работ по покрытию лаком, чистке и ремонту сохраняется дольше, если проводить их при убывающей Луне. Вы быстро убедитесь в этой прямой взаимосвязи, если проведете один показательный эксперимент: просто почистите стекла машины, которую вы используете каждый день, изнутри, сначала незадолго до полнолуния, а потом — незадолго до новолуния. Затем посмотрите, сколько времени пройдет, прежде чем они станут такими же грязными. Результат не оставит никаких сомнений.

Выращивание трав в квартире

Я вырос в сельской местности, а с прошлого года учусь в Вене. Хотя мне здесь очень нравится, мне не хватает сада, а особенно травянистых растений. Есть ли возможность выращивать травы в моей маленькой студенческой квартирке, и если да, то как?

Во-первых, вы можете приобрести в садовом хозяйстве побеги трав и посадить их в ящики для цветов. Во-вторых, при посадке обратите внимание на выбор времени, если вы что-то докупаете (благоприятен период растущей Луны). Отделите влаголюбивые растения от южных, таких, как майоран, орегано или, например, тимьян. Для начала достаточно двух ящиков. Один ящик используйте для лука-резанца, петрушки, базилика, кориандра других трав, которым нужно больше воды. Второй ящик предназначен для сухолюбивых растений. Каждые два дня поворачивайте ящики другой стороной к солнцу, чтобы растения росли прямо. Используя собственный опыт, вы без проблем сможете перейти на выращивание различных сортов чая. Пожалуйста, поливайте все растения только в дни листьев (дни Рака, Скорпиона, Рыб)!

Как спасти лоснящуюся одежду

Что делать, если на черной одежде появляется некрасивый лоск, после того как погладишь ее слишком горячим утюгом?

Этот блеск необязательно появляется вследствие высокой температуры утюга. Одежда лоснится, если черные вещи гладить в дни Козерога. Иногда вернуть первоначальный матовый черный цвет помогает следующий способ: при убывающей Луне (не в дни Козерога) слегка отпарьте одежду паровым утюгом, однако не касайтесь при этом ткани. Затем слегка протрите поверхность мягкой щеткой или уп-

ругой губкой из натурального материала. Для всех черных вещей действует правило: никогда не гладьте их по лицевой стороне и по возможности всегда гладьте через влажную ткань.

Правила переезда для животных и людей

Пожалуйста, расскажите мне, в какие дни можно переезжать вместе с животными, а в какие лучше воздержаться от переезда. Мне кажется, существуют определенные дни, в которые животные плохо переживают разлуку со старым местом. Буду рад получить нужный ответ.

Мы не будем обещать, что животное не испытает страданий от разлуки с домом, это было бы чересчур. Но мы бы выбрали для переезда, как в старые времена, традиционные дни, а именно понедельник, среду или субботу. Вообще, среда — лучший день для переселения. Луна оказывает в этом случае не такое сильное влияние. Особенно неблагоприятны вторник, четверг и воскресенье: животным сложно привыкнуть к новой обстановке, они долго остаются беспокойными и напряженными.

Раньше для перемещения животных в новый хлев или перегона скота с альпийского пастбища также выбирали правильное время, отчасти так поступают и сегодня. Ни одна альпийская община не решится перегонять с пастбища обеспокоенных животных, которые могут представлять опасность для наблюдающих за ними туристов! Птичьи рынки всегда работали в среду или в субботу. К сожалению, в большинстве случаев сегодня ситуация изменилась по «организационным причинам».

Кстати, придерживаться этих правил при переезде полезно и людям. Особенно правильно выбранное время благоприятно для детей, оно помогает сгладить сложный период привыкания к новому месту.

Однако при переселении людей или животных важнее выбора правильного времени только выбор на новом рабочем или спальном месте участка, свободного от излучения. Так что прежде чем вы начнете планировать расположение встроенной мебели и примете окончательное решение, новые помещения должен проверить опытный специалист по биолокации. Или вы можете просто довериться своим чувствам и поэкспериментировать с разными местами. С животными все проще: очень быстро становится понятно, нравится им в новом помещении или нет. У многих крестьян среди хозяйственных построек встречаются пустующие, потому что там животные болели бы.

Кратко **ПЕРЕЕЗД ВМЕСТЕ С ЖИВОТНЫМИ**

Перевозить животных на новое место можно только по понедельникам, средам или субботам! Среда — лучший день для переезда.

Как справиться с нашествием мух

Мы живем в деревне, наш сосед — крестьянин, и мы просто задыхаемся от нашествия мух! Что мы можем сделать, чтобы, наконец, избавиться от этой муки? Существует ли какое-нибудь неядовитое средство, чтобы хотя бы прогнать их? Мы не хотим, чтобы мух совсем не было, но было бы неплохо, если бы их было поменьше.

Очень хорошо, что вы не используете химические вещества. Мухи — очень выносливые насекомые, и любая химия, которая хорошо их отгоняет, вредна для человека. Единственное натуральное и безвредное средство, которое нам известно, — кустики помидоров перед дверьми и под окнами вашего дома. Важное значение имеет время установки

кадок с томатами: в период роста Луны вам нужно выбрать день цветков (дни Близнецов, Весов, Водолея). Горшки с кустиками можно установить и в дни листьев (дни Рака, Скорпиона, Рыб), а также при растущей Луне, но тогда на них появится гораздо больше листвы и, возможно, не так много помидоров. Проходя мимо, просто слегка потирайте листья. Запах растений не позволит мухам подлететь настолько близко, чтобы залететь в дом.

Испачканная одежда

Недавно я испачкала свой любимый топ солнцезащитным молочком. Можете ли вы посоветовать, как мне отстирать эти пятна? Ведь этот топик мне очень нравится.

Вашему горю должно помочь правильно выбранное время стирки. При растущей Луне просто положите топ в корзину для белья, и только при убывающей Луне дважды его постирайте. Этот совет помогает отстирать любые трудновыводимые пятна, например, на скатертях после летних вечеринок, пятна от кетчупа и т. п. Летом часто прибавляется проблема комариных укусов, от которых на одежде могут остаться малюсенькие пятна крови. Такие пятна также нужно отстирывать в правильно выбранный момент, но в данном случае всегда следует замачивать в холодной воде! Это правило распространяется на все пятна, содержащие белок.

Кстати, в прежние времена выбору правильного времени уделялось гораздо большее внимание, если стирали ценную одежду, некоторые части которой шились несколько месяцев, — например, национальные костюмы, униформу, а особенно белье для приданого из тонкого шелка или полотна. Для стирки деликатных вещей всегда хорошо подходит период убывающей Луны и дни водных знаков: Рака, Скорпиона, Рыб. Пользуясь случаем, мы хотим еще раз отметить, что для аллергиков принципиально важно планировать стирку на период убывания Луны. Тогда в тканях остается

гораздо меньше вредных частиц стирального порошка. У многих людей аллергическую реакцию вызывает и привычка использовать кондиционер для белья.

Удаление пятен в подходящее время

Перед нами встал важный вопрос на тему удаления пятен. Пятна нужно всегда удалять или отстирывать при убывающей Луне, но, с другой стороны, повсюду говорят, что пятно нужно отстирывать как можно скорее, а это два совершенно противоположных мнения. Например, если сразу не застирать пятна от фруктов, фруктовые кислоты могут нанести вред ткани. Это в свою очередь означает, что хотя пятна можно устранить позже, на поврежденной ткани останутся следы. Как же может сочетаться и то, и другое?

Мы понимаем ваши сомнения, но мы сделали бы все так же, как раньше советовали нашим читателям: переждали бы период растущей Луны и стирали бы только при убывающей Луне. При этом трудновыводимые пятна будет легче отстирать, если подождать дней подходящих знаков зодиака, а именно Рака, Скорпиона или Рыб. Если при растущей Луне появляются пятна от фруктовых соков, мы сразу осторожно замачиваем одежду, однако не оттираем и не застирываем, а даем высохнуть. Лишь позже, при убывающей Луне мы стираем вещи вместе с остальным бельем. Так можно предотвратить повреждение тканей фруктовой кислотой.

Защита от электросмога

Скоро я въезжаю в новую квартиру. Она маленькая, но для меня одного ее вполне достаточно, и я уже с нетерпением жду заселения! До сих пор я обитал в отдельной спальне и всегда следил, чтобы в комнате не было электроприборов или чтобы они хотя бы были выклю-

чены ночью. Но теперь, в новой квартире, это невозможно. Я был бы очень благодарен, если бы вы подсказали, как я могу хотя бы немного защитить место для сна от электромагнитного излучения.

Несомненно, что радостное ожидание новой жизни гораздо важнее идеального обустройства жилища с учетом вреда излучения. Как мы все знаем, радость очень укрепляет иммунную систему! Когда наступят рутинные будни, вы можете начать с раскладывания по комнате нешлифованного розового кварца. Примерно раз в неделю или каждые две недели его нужно омывать струей воды, а затем выкладывать под солнце. Важно также не оставлять электроприборы включенными в сеть на ночь. И еще один особый совет: излучение некоторых приборов можно уменьшить, если просто повернуть штекер в розетке — странный способ, но все же эффективный, и его можно измерить.

Планирование деревянной террасы

Мы планируем построить у нашего дома деревянную террасу, и нас интересует ваше мнение о том, нужно ли обрабатывать или красить дерево и, конечно, какую роль Луна играет при доставке и обработке дерева. Вы можете дать нам совет?

Несколько лет назад мы тоже стояли перед таким же выбором и приняли решение, о котором не пожалели ни единого дня. Мы подобрали неоднократно обструганное дерево лиственницы, которое нам предоставил столяр по натуральному дереву. Дерево было срублено, распилено и обстругано в правильно выбранное время, а затем уложено тоже в оптимальное время — при убывающей Луне. С тех пор оно лежит без всякой химической обработки, только со временем меняет цвет на красивый и естественный — серый. Примерно каждые два года мы протираем дерево шваброй щелочным раствором из золы — тоже в период убывания

Луны. Такая уборка проходит очень быстро, и после нее пол выглядит как новенький.

Еще один совет: хотя нас постоянно предостерегают от бега босиком по дереву лиственницы, ни у нас, ни у наших детей за двенадцать лет не было ни одной занозы в ноге. И все же используйте, пожалуйста, обструганную древесину и никогда не используйте мойку. Из-за нее на древесине лиственницы могут появиться заусенцы, и занозы окажутся очень болезненными, вдобавок пол вскоре потеряет свой привлекательный вид.

Как бороться с земным излучением

Есть ли у вас опыт работы с зонами пересечения водных артерий и земным излучением? Мне очень нужен срочный ответ. Такое излучение присутствует в нашей спальне (очень основательно проверили специальной рамкой), но мы не можем переставить кровать!

Если вредные источники излучения нельзя ни определить, ни устранить, на помощь придут несколько камней розового кварца размером с кулак (конечно, лучшего сорта). Просто разложите их под кроватью. Однако важно помнить, что примерно каждые две недели камни необходимо класть под холодную струю проточной воды примерно на полминуты. Затем их лучше всего оставить на пару часов снаружи на солнце — на подоконнике или на балконе, — чтобы камни сбросили негативную нагрузку. Если вы прислушаетесь к этим советам, велика вероятность, что можно будет снизить воздействие вредного излучения.

Если линяют коты

У меня две кошки, которые уже давно сильно линяют. Я хотел бы узнать у вас, когда лучше ухаживать за шерстью моих домашних животных и какое время особенно неблагоприятно для этого.

Обычно кошек не нужно расчесывать, так как они сами могут сделать это лучше всех. Конечно, существуют и исключения, например, некоторые длинношерстные или породистые кошки. Если кошки сильно линяют осенью (весной небольшая линька в порядке вещей), это скорее всего признак того, что ей не очень подходит питание. Возможно, тогда неплохо бы внести в меню кошки некоторые изменения. Естественно, пройдет некоторое время, прежде чем станет понятно, в этом ли кроется причина постоянной линьки. Чтобы это выяснить, вам потребуется терпение.

И конечно, Луна также оказывает определенное влияние: если вы особенно тщательно и аккуратно расчесываете шерсть при убывающей Луне, результат ухода заметен дольше, чем если вы делаете это с тем же усердием при растущей Луне. У котов и кошек, которых кастрируют или стерилизуют в неправильно выбранное время, некоторое время может выпадать шерсть. В основном они лучше переносят такие операции при убывающей Луне, при этом нужно избегать дней Скорпиона.

Рецепт мази из окопника

В моем саду есть окопник, и я очень хотел бы изготовить из него мазь. Вы не могли бы прислать мне рецепт, по которому я смогу ее приготовить?

Из лекарственных растений или их экстрактов можно легко приготовить в домашних условиях очень эффективные мази и компрессы! Если вы общаетесь с крестьянами, которые производят только натуральные продукты, попросите у них жир свиньи, забитой в полнолуние. Его нужно растопить при низкой температуре в период убывающей Луны. Такой жир очень ценен и как основа для мази, и как компонент различных компрессов. Конечно, очень хорошо подходит и покупное свиное сало.

Рецепт. Разогрейте жир, как для приготовления шницеля. Положите свежие травы (окопник, также можно исполь-

зовать календулу и т.п.) и жарьте некоторое время — примерно столько же, сколько и шницель. Достаточно двух горсточек трав на 100 г жира. За ночь смесь должна охладиться, на следующий день слегка разогрейте ее, пока она не распустится. Процедите смесь через тонкое сито и разложите в чистые банки. Храните в темном месте.

Такая мазь — замечательное средство от различных болезней стоп (костного нароста, ревматизма, расширения вен, тяжести в ногах, плохо заживающих ран, волдырей на ногах и пр.), а также подходит для профилактики! Если вы готовите мазь при растущей Луне, то не оставляйте смесь на ночь, а подождите полнолуния, чтобы процедить и разлить ее по банкам. Для приготовления мази из календулы выбирайте дни цветков (дни Близнецов, Весов, Водолея), а для приготовления мази из окопника — дни листьев (дни Рака, Скорпиона, Рыб). Ни в коем случае нельзя выбирать дни Девы: мазь, приготовленная в это время, будет храниться очень недолго.

Можно ли разогревать овощи

У меня к вам два вопроса. Правда ли, что нельзя разогревать томаты, картофель и другие пасленовые, такие, как грибы и шпинат? И почему лук и чеснок нельзя готовить вместе? Только что я прочитал рецепт, в котором используются оба продукта.

Да, нам тоже известна привычка разогревать повторно приготовленные впрок блюда. Многие люди убедились, что разогретая еда им не подходит, для других эти правила не действуют, так как эти люди переносят хорошо разогретую пищу. Хотя лично мы всегда разогреваем, например, соус для спагетти, но никогда — грибы и шпинат. Этого правила мы придерживаемся с детства. Из пасленовых выделяются вещества, которые не переносит организм многих людей. И конечно, по вкусу можно заметить, что за ночь что-то изменилось.

Однако существуют рецепты, которые требуют обязательного разогрева, например, настоящие швейцарские решти. Для их приготовления нужно сварить картофель в мундире, процедить и оставить на ночь, но не накрывать! На следующий день картофелины нужно очистить и натереть на крупной терке. Это лакомство, которое усваивает почти любой организм.

Что касается лука и чеснока, то использование их одновременно в одном блюде тоже подходит не каждому. В принципе лук лучше переносят люди Альфа-типа, в то время как чеснок скорее подходит Омега-типу (см. интервью в главе «Вопросы о здоровье, профилактике и лечении»). Детям, которые не любят лук, не нужно пытаться подавать его в какой бы то ни было форме — например, в виде пюре.

Основные правила глажки

Прежде всего я хотела бы поблагодарить вас за ваши замечательные книги о Луне. Например, окна я мою только согласно вашим советам, и я в восторге от результата. Но я спрашиваю себя: почему ничего не написано о глажке утюгом? Часто она проходит легко, в другие дни одежду сложно гладить и почти невозможно аккуратно сложить. Вы можете что-то посоветовать по этому поводу?

Получить удовольствие от глажки можно, если учитывать положение Луны. При растущей Луне нужно очень аккуратно развесить белье для сушки и не жалеть прищепок, чтобы на белье не осталось морщинок. В этот период их гораздо сложнее разгладить, чем при убывающей Луне. В дни Козерога лучше совсем не стирать и не гладить, потому что даже после глажки могут остаться следы от прищепок. Кроме того, белье будет блестеть — особенно легко появляется блеск на черной одежде, и он едва ли исчезнет.

Кратко **ГЛАЖКА**

Не занимайтесь глажкой, если Луна находится в знаке Козерога!

Приготовление варенья

Недавно я прочитал, что собирать плоды для варенья и варить его нужно, сверяясь с положением Луны. Это все для меня прояснило, так как при одном и том же способе приготовления варенья оно у меня часто получается совершенно разным. Вы не могли бы вкратце рассказать основные правила?

Лучшее время сбора плодов для приготовления варенья и консервирования — любые дни плодов (дни Овна, Льва, Стрельца) в период убывания Луны. Мы всегда успешно придерживаемся этого правила, и хотя собранные фрукты не такие сочные, как при растущей Луне, они очень ароматные и долго хранятся. Нужно сократить использование искусственных желирующих средств (это правило действует и для уваривания и консервирования других продуктов).

Иногда вследствие погодных условий или по другим причинам невозможно придерживаться правильного времени. Тогда продукты хранятся не так долго, и к этому сразу нужно быть готовым. Кстати, срок хранения покупных ягод всегда увеличивают химическим путем, потому что иначе они не выдерживают транспортировку. Раньше из ягод сразу готовили варенье, сухофрукты и пр. Неблагоприятный знак зодиака для сбора, хранения и консервирования — Дева. Например, плоды, законсервированные в эти дни, быстро начинают плесневеть. Дни Рака также подходят для этого не очень хорошо.

Кратко **СБОР ПЛОДОВ ДЛЯ ВАРЕНЬЯ**

Лучшее время сбора плодов для приготовления варенья и консервирования — дни плодов (дни Овна, Льва и Стрельца) в период убывания Луны.

Правильное время для приготовления сока

Большое спасибо за многочисленные советы в ваших книгах! Это очень ценные знания. У меня есть еще один вопрос. У нас очень много яблок, которые мы хотим отвезти на давильню. Действуют ли для выжимания сока те же правила, что для приготовления варенья?

В основном так и есть. Мы исходим из того, что после выжимания ваш яблочный сок сразу будет разлит по бутылкам. Согласно общему правилу, выжимать сок нужно только в дни плодов (дни Овна, Льва, Стрельца), чтобы сохранился аромат. Если выбираете дни Льва, то обязательно выжимайте сок в первый или средний день (если в календаре идут три дня Льва подряд). Так вы избежите влияния энергии Девы, из-за которого хороший сок быстро плесневеет. В период растущей Луны в дни плодов сока получается больше, но хранится он не так долго. Оптимальное время — день плодов при убывающей Луне, так как если выжать сок в это время, вам гарантированы хороший вкус и долгий срок хранения.

Строительство экологически чистого дома

Уже несколько лет мы планируем построить собственный дом. Это должен быть, насколько возможно, экологически чистый дом, из натуральных строительных материалов и из дерева, срубленного в правильное время. Мы читали, что ваш дом тоже так построен — с солнечными батареями и экологически чистой кафельной печью. Мне интересно, каковы самые важные аспекты строительства, а какие не так важны. Вы действительно рекомендуете построить такой дом? Не строится ли он дольше, чем обычный дом?

Чтобы ответить на этот вопрос, мы написали целую книгу «Луна в доме» (*Der Mond im Haus*)! Мы расскажем здесь очень кратко о самом главном. Мы всегда строили бы дома именно так, а если все тщательно спланировать и правильно выбрать партнера, то не увеличивается ни стоимость, ни длительность строительства. На самом деле самый главный человек в этом деле — усердный и послушный строитель, так как он должен согласовывать все благоприятные и неблагоприятные для работ дни.

Особенно важны для нас были солнечные батареи для электричества и теплой воды. Лучшее время для установления батарей на крышу — период убывания Луны. Мы очень тщательно выбирали хорошее дерево, из которого в нашем доме изготовлены окна, пол, двери и лестницы. Все работы по установке и монтажу проходили при убывающей Луне, обычно в дни Козерога. При укладке цементного и деревянного пола и дорожек мы также очень точно выбирали правильное время — время убывающей Луны. Для установки приборов и проведения труб и электричества выбор времени не так важен.

Вы не поверите, как сэкономите время и деньги, если воспользуетесь этими советами!

Приготовление йогурта

Уже давно я готовлю йогурт из молока со своего двора. Но в последние полгода я был не так доволен результатом, хотя я всегда строго соблюдал температуру разогревания, охлаждения и закваски. В зависимости от потребностей я готовлю йогурт один-два раза в неделю примерно из десяти литров молока — то есть при любой погоде. В последние девять лет все получалось хорошо. Мы давно заметили, что немаловажную роль относительно вкуса молока играет корм, который едят коровы, но потом определили, что это не влияет на ка-

чество йогурта. Так что мы подумали, что в этом случае успешный или неудачный результат зависит от положения Луны. Что вы думаете по этому поводу?

К сожалению, у нас мало личного опыта по приготовлению йогурта, на нашей ферме мы почти не готовили его сами. При растущей Луне йогурт бывал готов быстрее. И все же мы настоятельно рекомендуем вам как-нибудь записать ваши наблюдения за несколько месяцев и сопоставить их с соответствующим положением Луны. Йогурт — продукт ферментации, а любого рода брожение и ферментация находятся под влиянием Луны. Например, квашеная капуста бродит быстрее, если заквасить ее при растущей Луне, особенно в дни Девы, когда брожение происходит очень быстро. В дни Льва она, напротив, засыхает. Возможно, приготовление йогурта — дело интуиции, так как даже если всегда точно соблюдать одну и ту же температуру, результат должен получаться разным, потому что влияние оказывает и атмосферное давление.

Строительство погреба

Мы планируем построить подземный погреб для хранения овощей и фруктов, так как в подвале нашего дома ничего долго не хранится. Не могли бы вы дать нам совет по выбору материалов и времени, подходящих для строительства? Необходимо ли в погребе окно или достаточно только вентиляции?

Оптимальное время для строительства погреба — период убывания Луны и одновременно дни водных знаков (Рака, Скорпиона, Рыб), дней Девы необходимо избегать. Не используйте бетон — только глину и камень (бетон можно использовать для закрепления камней). Подходят и окно, и вентиляция. Окно удобнее, так как тогда в погребе можно оставлять на зиму растения, которым нужно немного света.

Плесень в углах

Полтора года я живу в красивой квартире, но в одной из комнат в углу на западной стороне (там, где соединяются две наружных стены) появилась плесень. К тому же эта стена заставлена мебелью. Несмотря на проветривание и отопление, пятно появляется и растет в холодное время года. Сейчас я удалил его химическим средством, но мне не хотелось бы делать этого в дальнейшем. Существует ли натуральное средство, чтобы плесень больше не появлялась? Какое время подходит для ее удаления? Мы живем у реки, так что у нас влажный воздух, и некоторые говорят, что я проветриваю слишком часто.

Луна может помочь и при удалении плесени. Рецепт прост: нужно отмыть место появления плесени водой, подкисленной уксусом, желательно при убывающей Луне (оптимальное время — дни Овна, Льва и Стрельца), а затем насухо высушить феном. Однако таким образом вы не устраните причину появления плесени. Вполне возможно, дело в строительной ошибке, и стена плохо теплоизолирована. Тогда влага конденсируется в холодном воздухе между стеной и мебелью и осаждается на стене. К сожалению, этому способствует частое проветривание, так как вы впускаете внутрь влажный воздух с улицы. В таком случае мы, к сожалению, не можем ничего посоветовать, кроме как увеличить расстояние между мебелью и стеной — такой способ зачастую помогает. В будущем ни в коем случае не проветривайте в дни Девы, Рыб, Рака и Скорпиона.

Кратко **ПЛЕСЕНЬ**

Удаляйте плесень только при убывающей Луне в дни огненных знаков (Овна, Льва, Стрельца)!

Хранение салата

В этом году у нас выдался красивый хороший урожай салата. Однако этот красивый салат быстро портится, если неправильно его хранить. Поэтому мне интересно, как, где и когда нужно укладывать салат на хранение, чтобы он не сгнил и не замерз, а остался свежим как можно дольше.

Нам совершенно не знаком способ сохранять оставшийся салат зимой. Лишний салат лучше всего сразу отдать или продать. Однако существует много сортов овощей, в том числе капуста, которые наилучшим образом подходят для приготовления салатов. Если вы имели в виду именно эти салаты, тогда обязательно выберите день плодов (дни Овна, Льва, Стрельца) при убывающей Луне. Это время оказывает благоприятное воздействие на сохранность, содержание витаминов и аромат. Зимой можно переложить овощи в дни Скорпиона, так как с ноября Луна находится в этом знаке в фазе убывания.

Приготовление яблочного уксуса

В какую фазу Луны и при каком знаке зодиака можно готовить яблочный уксус, чтобы он хорошо и быстро скисал?

Лучшее время для приготовления яблочного уксуса и других продуктов брожения, например, квашеной капусты, — период роста Луны. Брожение проходит быстрее и основательнее. Однако нужно избегать дней Девы, так как тогда уксус быстро испортится. При приготовлении любых продуктов, связанных с химическими процессами, нужно пропускать дни Девы, потому что иначе образуется плесень.

Приготовление джема без сахара

Я бы хотела приготовить джем без каких бы то ни было подсластителей или, если это совсем невозможно, использовать их совсем немного, например, тростниковый сахар-сырец, мед или нектар агавы. Как мне сделать так, чтобы джем все же загустел, и как долго будет храниться такой джем? Есть ли у вас опыт в этой области и рецепты такого джема?

Готовить джем без сахара — очень хорошая идея, так как многие люди не переносят сахар, а употреблять в пищу искусственные подсластители вовсе не рекомендуется. Однако такие джемы, к сожалению, хранятся недолго, потому что сахар увеличивает срок хранения. При убывающей Луне срок хранения джема в холодильнике составляет минимум одну неделю. Сразу после приготовления положите джем в завинчивающиеся банки, плотно закройте их и поставьте в холодильник, перед этим обязательно охладив. Чтобы достать джем из банки, всегда пользуйтесь только чистыми ложками. При растущей Луне готовьте джем, только если собираетесь сразу употребить его в пищу. Конечно, приготовленный по такому рецепту джем более жидкий. Лично мы всегда добавляем к ягодам и фруктам натертое яблоко, тогда джем получается гуще.

Чистка серебра

Несколько лет назад я почистил свои серебряные монеты якобы предназначенным для этого жидким чистящим средством. Результат получился непривлекательным. Когда несколько дней назад я снова достал монеты, я обнаружил, что они полностью покрылись темно-коричневым или черным налетом, и теперь их практически не узнать. Существует ли определенный день и натуральное средство для чистки монет? Кроме того, можно ли предотвратить появление налета?

Мы знаем очень действенный способ — чистка монет ластиком в период убывания Луны. После этого серебро долго не окисляется. Достаточно вполне обычного мягкого ластика. Мы еще не использовали жесткие резинки, но предполагаем, что при этом поверхность немного пострадает. Период убывающей Луны вообще хорошо подходит для чистки особенно деликатных вещей. Мы, к сожалению, не знаем способа предотвратить окисление монет.

Как устранить неприятный запах шерсти

Мне подарили толстую мягкую шерсть, но, к сожалению, она странно пахнет, немного затхло. Вязаные вещи я хочу отправить в центр помощи нуждающимся детям, но из-за запаха не могу этого сделать. Как мне избавиться от этого запаха, ведь я не могу постирать каждый клубок?

Причина запаха — прогорклый ланолин. Вероятно, шерсть чистили в неблагоприятное время — при растущей Луне. Просто постирайте связанные вещи в холодной воде натуральным средством для шерсти в период убывания Луны в день Овна, Льва или Стрельца. Затем заверните их в полотенце, чтобы в него впиталась влага. После заверните вещи в другое полотенце и, наконец, положите на третье полотенце в сухой комнате, но не под палящее солнце! Когда шерсть стригут и моют в неправильное время, она, к сожалению, приобретает такой запах. В промышленности влияние Луны не учитывается, и, чтобы перекрыть запах, в шерсть добавляют химикалии. Так называемую «аллергию на шерсть» вызывает не сама шерсть, а именно эти вещества.

Шерстяные вещи нужно стирать всегда при убывающей Луне в дни Овна, Льва и Стрельца, тогда они прослужат вам очень долго. Если ничто не помогает, значит, в первый раз шерсть мыли в день Девы в период роста Луны. В этом случае, к сожалению, ничего нельзя сделать, шерсть сохранит неприятный запах навсегда.

Чистка ковров

Многие советы о влиянии Луны мне очень помогли! Эти правила действуют для чистки ковров? Как только пройдет зима, я хочу удалить следы, которые остались на коврах от детских сапожек. Написано ли что-нибудь об этом в ваших книгах?

В нашей первой книге «Все в нужный момент» мы кое-что писали о влиянии лунных ритмов на работу по дому. Для чистки ковров разумно выбирать правильное время. Часто выясняется, что в результате первой чистки после покупки ковры быстро загрязняются снова и уже не выглядят как новые. Обычно это связано с тем, что для чистки выбрано неподходящее время — период растущей Луны. Обязательно выберите день при убывающей Луне, знак зодиака не так важен. Это правило действительно для всех ковров — как для восточных ковров, так и для синтетического коврового покрытия и машинных ковров. При первой чистке часто вымывается своего рода защитная пропитка, поэтому иногда стоит приобрести специальный спрей для текстиля и заново хорошенько обработать ковер. После чего нужно тщательно проветрить комнату. Это правило действует и для коврового покрытия, которое требует профессиональной чистки со вспениванием. Исключение составляют настоящие восточные ковры. Обычно им не нужна никакая пропитка, а чистить их нужно только в специализированном сервисе.

Приготовление хлеба

Я сама пеку хлеб и выяснила, что он может получаться очень разным, хотя способ приготовления и рецепт всегда одни и те же. Исходя из своих нынешних знаний, я объясняю эти различия также тем, что я готовила в благоприятное или в неблагоприятное время. Когда мне лучше всего заниматься приготовлением хле-

ба — может, нужное время указывает символ консервирования в лунном календаре? И что делать, если я уже начала печь пироги и печенье?

Просто проведите опыт: делайте выпечку при убывающей Луне в дни Рыб, а затем при тех же условиях — при растущей Луне в дни Льва и посмотрите, в чем разница. Личный опыт ценнее, чем тысяча книг.

Вот несколько советов по приготовлению выпечки, которые, может быть, облегчат вам жизнь:

- Хлеб из **дрожжевого теста** хранится дольше, если печь его при убывающей Луне в дни цветков (дни Близнецов, Весов, Водолея). Дрожжевое тесто очень важно беречь от сквозняка! От этого зависит, насколько хорошо оно поднимется. Тесто должно находиться в тепле, только тогда оно поднимается. Когда вы снимете полотенце, которым накрыто тесто, все окна и двери должны быть закрыты. Это не значит, что должно быть жарко во всем помещении, но и холодно быть точно не должно. Как уже сказано, самое главное, чтобы тесто не стояло на сквозняке! Это может показаться излишним, но окна и двери закрыть недолго. Кроме того, тесту необходимо достаточно времени, чтобы подняться. Чего дрожжевое тесто не выносит, так это когда вы стоите рядом и ждете, когда оно поднимется, или то и дело поднимаете полотенце.
- Что касается приготовления **хлеба на опаре**, то обычно тесто поднимается хуже в период убывания Луны, но такой хлеб хранится дольше. В стародавние времена это было важно, так как купить готовый хлеб было довольно сложно. Хлеб лучше поднимается при растущей Луне. Вкуснее хлеб получается в дни Овна, Льва и Стрельца, а в дни Рака, Скорпиона и Рыб — скорее хуже. Также важно, чтобы к моменту приготовления печь была уже хорошо разогрета, после того, как хлеб посадили в печь, жар нужно медленно уменьшать.

- Проследите, чтобы **соль**, если она нужна по рецепту, не соприкасалась с дрожжами: это препятствует подъему теста.
- Чтобы получилась хорошая корочка, вынув хлеб из печи, сразу положите на него влажное, но не слишком мокрое кухонное полотенце, примерно на пять минут. Или обрызгайте хлеб сверху водой перед тем, как ставить в печь. Также вы можете слегка провести мокрой рукой по тесту. Если хлеб снова не удастся, попробуйте купить дрожжи на другом рынке или в другом магазине. Сухие дрожжи хорошо поднимают тесто самое большее в течение шести месяцев — этот срок гораздо короче, чем написано на упаковке! Очень важно, чтобы все ингредиенты, но прежде всего дрожжи, были комнатной температуры!
- В духовку нужно поставить **плоскую миску** с горячей водой, лучше всего — низкую огнеупорную форму для пудинга. Это относится к приготовлению любого хлеба, так как ему нравится высокая влажность воздуха в духовке.
- Тесто для **спельтового хлеба** может быть чуть мягче, чем тесто для пшеничного хлеба. Лучше всего использовать прямоугольную форму и ставить ее в не разогретую духовку. Разогревайте духовку чуть дольше, чем обычно — примерно до 220°С, — а через десять минут убавьте температуру до 180—190°С. Не открывайте духовку, чтобы посмотреть на хлеб, и не вынимайте его слишком рано!
- При приготовлении пирогов и сухого печенья, которые быстро съедаются, хороший результат достигается в период роста Луны в дни знаков Воздуха и плодов (дни Близнецов, Весов, Водолея или Овна, Льва и Стрельца). С тестом легко работать, выпечка получается рассыпчатой и лучше поднимается.
- Кухонные приборы, испачканные в муке, всегда **мойте** только холодной водой. Из-за теплой воды все склеива-

ется, и получается странная смесь, которая портит все удовольствие от приготовления хлеба. Если вы используете деревянные миски и разделочные доски для теста, просто соскоблите муку лопаточкой. Обычно этого бывает достаточно, если же нет, помойте посуду и приборы холодной водой, при этом всегда мойте холодной водой обе стороны! Хорошо проветрив помещение, положите посуду и приборы на решетку и оставьте там, пока они не высохнут. Снизу также должен быть доступ воздуха.

Что делать, если сел свитер

Я уже много лет придерживаюсь определенных правил лунного календаря, прежде всего в том, что касается стирки. Однако теперь и я ошибся, так как хотя я постирал мои шерстяные свитера при убывающей Луне в дни водных знаков, я, к сожалению, выбрал не ту программу стирки. Теперь они сели. Мой вопрос: есть ли в лунном календаре день, когда можно постирать эти свитера, чтобы вернуть им прежнюю форму?

Севшим вещам нельзя вернуть их прежний вид в полной мере, но возможно смягчить последствия. Если вы постирали в слишком горячей воде, то шерсть так сильно сваливается, что больше ничего нельзя сделать. Если же температура была в пределах нормы, вы можете вернуть пару сантиметров объема, если при убывающей Луне на несколько часов замочите вещи с небольшим (!) количеством порошка для шерсти. Затем, не выжимая, положите мокрые свитера на полотенце и каждые пятнадцать минут несколько раз растягивайте их руками до нужной формы. Это может помочь.

Растения в спальне

В различных изданиях я читал разные мнения за и против растений в спальне. Есть ли у вас опыт в этом

вопросе? Я уже просмотрел все ваши книги, которые у меня есть, и отрывной календарь. Может, я был не очень внимателен?

Если вы не заставите маленькую комнатку целыми джунглями растений, то, конечно, у вас не будет никаких проблем с растениями. Однако нужно кое-что учитывать. Например, вам не стоит ставить в спальне цветущие растения. Лучше всего подходят хлорофитум и хельксина *(Soleirolia soleirolii):* они улучшают микроклимат и помогают устранить вредное излучение. Они действуют даже против ядовитых паров, которые выделяет мебель, и земного излучения. Хельксину нужно поливать только снизу, нижним поливом (вода наливается в поддон, в котором стоит растение), но нельзя оставлять надолго в воде. Поливайте ваши растения только в дни Рака, Скорпиона и Рыб. Раз в год или раз в два года в дни Девы пересаживайте их в горшок с новой землей. Обычно достаточно добавить новой земли и взять горшок чуть большего размера.

Отростки комнатных растений

Мне очень хотелось бы знать, когда берут отростки у комнатных растений и когда нужно их сажать.

Брать отростки всегда нужно в дни Девы, а затем обращаться с ними в зависимости от растения. Некоторые отростки нужно ставить в воду, чтобы они дали корни (например, хлорофитум), другие сразу сажать в землю. Пожалуйста, не подвергайте молодые отростки воздействию прямых солнечных лучей! Если вы будете высаживать отростки в цветочный горшок или в грунт, это также лучше проделать в период Девы — всегда в первый из двух или трех дней Девы! Сразу после посадки полейте обильно растение, а следующие поливы — только в дни водных знаков (Рака, Скорпиона, Рыб).

Уход за бонсай

Вы не могли бы рассказать мне, действуют ли для подрезания деревьев бонсай те же правила лунных ритмов, что и для обычных комнатных растений?

Для ухода за бонсай не только действуют те же правила, что и для комнатных растений, а в этом случае их соблюдение еще важнее! Итак: подрезать и удобрять бонсай нужно только при убывающей Луне в дни листьев (дни Рака, Скорпиона, Рыб), поливать — только в дни листьев, пересаживать — исключительно в дни Девы. Хотя деревья бонсай, как правило, очень выносливы (иначе они не жили бы так долго), именно поэтому последствия ошибок в уходе за ними проявляются не так быстро и позднее их очень сложно исправить.

Вопросы о садоводстве, сельском и лесном хозяйстве

Ускоренный курс «знания о Луне»

Основные правила садоводства, сельского и лесного хозяйства

- Растения и овощи, плоды которых растут и развиваются над землей, нужно сажать и сеять при растущей Луне.
- Исключение составляют кочанный салат и сорта быстрорастущих овощей. В этом случае лучшее время для посева и посадки — дни листьев (дни Рака, Скорпиона, Рыб) в период убывания Луны.
- Овощи, растущие под землей, дают хороший урожай, если для посева и посадки выбирать день в период убывания Луны.
- Прополка и удобрение окажутся эффективнее, если провести их в период убывания Луны.
- Всегда поливайте комнатные растения и растения на балконе только в дни водных знаков (Рака, Скорпиона, Рыб). Полив растений в саду и на огороде излишен.
- Пересаживать растения нужно в дни Девы независимо от фазы Луны.

Получение семян растений

Ваши книги снова и снова приводят меня в восторг, они стали моим пособием по жизни, особенно в том, что касается садоводства. Меня интересует, сущест-

вует ли связанное с влиянием Луны правило сбора семян, их сушки и хранения. Как сделать, чтобы семена дольше хранились и обладали хорошей всхожестью, чтобы в следующем году из них снова можно было получить замечательный урожай?

Сбор семян нужно проводить исключительно в дни Льва, если погода сухая. Если семена окончательно созрели, то сушить их нет необходимости. Однако бывает, что семена еще не дозрели, и в них могут завестись жучки. Поэтому лучше всего на несколько часов или дней разложить семена на бумаге или картоне для просушки. Затем нужно отделить семена от всего лишнего и наполнить ими заранее подписанные пакетики — но не герметичные банки! Затем ранней весной в зависимости от сорта посадите семена в землю. Для начала подержите их в сырой хлопковой ткани, чтобы они набухли, тогда семена быстрее пойдут в рост.

Полив газона и цветов

Я только что купил ваш отрывной календарь, которого ждал с нетерпением, потому что в прошлом году его быстро раскупили. В нем есть все, что мне нужно, а ваши советы снова и снова дают стимул делать все «в нужный момент»! Единственное исключение: мне не хватает символа, указывающего благоприятное время для полива газона. Если последовательно учитывать ваши рекомендации, то на садовые растения нельзя пролить ни капли водопроводной воды. Как бы мне ни нравилась эта идея — потому что тогда больше не расходуется питьевая вода и можно сэкономить силы, — я скептически к ней отношусь, потому что мне кажется, это может погубить растения в засушливую погоду. Вы можете развеять мои сомнения?

Мы не можем развеять ваши сомнения, но вам поможет ваш собственный опыт. Приведем пример из собственного садоводческого опыта. Весной мы сажаем в очень жесткую

суглинистую почву пару кустиков томатов, поливаем их два-три дня (кроме случаев, когда прямо после посадки идет дождь) — и все. В основном мы собираем урожай до самого ноября.

Вам нужна лишь смелость! Именно ранняя весна — идеальное время, чтобы отнимать ребенка от груди, а также начинать высаживать декоративные и полезные растения в открытый грунт. Подобно избалованным детям, из-за искусственного орошения растения забывают о своей природной силе. Они неглубоко пускают корни, становятся вялыми и уязвимыми для вредителей и засухи. Отсутствие полива делает их сильнее, растения забирают влагу из глубоких слоев почвы и из ночной росы и гораздо лучше переносят отсутствие дождей. Вдобавок их плоды гораздо питательнее и вкуснее. Если вы все же хотите дать растениям время, чтобы они привыкли к отсутствию полива, или собираетесь поливать их во время продолжительной засухи, пожалуйста, делайте это исключительно в дни водяных знаков (Рак, Скорпион, Рыбы) или в дни Девы. Также можно поливать землю сразу после дождя, но так, чтобы земля не слишком пропиталась влагой. Почвам, которые вышли из природного баланса вследствие многолетнего полива, может понадобиться пара лет, прежде чем их можно будет совсем не поливать.

И конечно, мы не использовали предложенный вами символ потому, что вам больше не нужно поливать газон, если вы высеваете его и ухаживаете за ним в соответствии с лунными ритмами. Существует единственное исключение, когда и мы поливали бы газон. Если очень мало идет дождей, а газон был недавно уложен, мы иногда используем шланг. Вообще газон не нужно поливать ценной питьевой водой. Английскому газону место в Англии, где ему благоприятствует климат, но не в наших садах. Скоро мы и так не сможем позволить себе расходовать питьевую воду.

Во время большой засухи можно немного полить газон в дни листьев рано утром или вечером после заката солнца. Никогда не орошайте газон при свете солнца! Капельки воды действуют как лупа и разрушают травяной покров. Вы

можете целенаправленно поливать лишенные растительности участки лужайки, оставив на минуту шланг без насадки на земле, но это тоже можно делать только в дни листьев. Подсев газонной травы лучше всего проводить в дни Льва. Возможно, вам поможет еще один прием: всегда поливайте почти все растения в саду только под корень, не лейте воду на листья, разве только если накануне прошел небольшой дождь. Листья знают, когда пойдет дождь, и могут защититься. К холодному искусственному поливу они не бывают готовы.

Конечно, все эти правила не действуют для растений в кадках и на балконе: их нужно поливать, но это достаточно делать только в дни водяных знаков (Рака, Скорпиона, Рыб).

Сныть, одуванчик и подорожник ланцетный

Мы получили луг с фруктовыми деревьями, который не использовался годами и сильно зарос крапивой, сныть, одуванчиком и подорожником. Какое время благоприятно для косьбы, способствующей росту травы и угнетению крапивы со сныть? Наш сосед-садовник уже посоветовал нам различные средства для уничтожения сорняков и сказал, что без них не обойтись.

В вашем случае мы настоятельно рекомендуем прочитать нашу книгу «Живой сад», чтобы у вас не было соблазна слушать «садовника», о котором вы пишете. Разного рода средства для уничтожения сорняков — преступление против человека, животных и растений.

В первую очередь вы должны выкосить — или попросить кого-то выкосить — весь луг. Если после этого вырастет молодая трава, просто начинайте собирать ее: из сныти получается хороший салат, в котором содержится куда больше витаминов, чем в любом покупном салате. Мы используем в пищу все части одуванчика: листья — для салата, стебли — как идеальное средство для печени, однако не

больше трех стеблей ежедневно! У маргариток мы отщипываем головки и едим их на обед, но только если они раскрылись и не больше трех штук в день! Подорожник — замечательное средство для лечения открытых ран, а на зиму мы засушиваем его для приготовления чая от кашля. Крапиву соберите в перчатках и используйте ее для салата или высушите на зиму или весну, чтобы приготовить чай для очищения крови.

Луг достаточно выкашивать примерно три-четыре раза в год. Вы увидите, что через год у вас больше не будет проблем.

Луна и обработка древесины

По собственному опыту я знаю много правил рубки деревьев и знаю, что все они прекрасно действуют. Недавно я прочитал, что науке не удается доказать правила, связанные с обработкой древесины. Как это возможно, если все можно легко проследить?

Однако мы должны снова и снова повторять, что правила относительно древесины действуют только в том случае, если она по счастливой случайности высохла естественным путем. Немедленная сушка и обработка древесины искусственным путем, привычные сегодня, препятствуют полезным процессам, протекающим в древесине, и это главная причина того, что правила обращения с деревянными материалами медленно приходят в забвение. Существует одно исключение: дерево, срубленное 24 июня до 13 часов по летнему времени, можно обрабатывать сразу.

Однако серьезных причин для огорчения нет. В будущем мы будем вынуждены снова вспомнить о деревянной продукции, изготовленной натуральными методами. Природа терпелива и может подождать, а тем временем примет меры, чтобы убедить нас снова начать руководствоваться здравым смыслом. Сложность в том, что наука сделала главным принципом своей методики бесчувственность. За ней

появляется так много других проблем — от атомной энергетики до генных технологий. При всем том многие ученые уже давно указывают нам правильный путь. Это, например, исследователи, доказавшие, что маленькие сироты, которых часто гладят во время кормления, гораздо реже болеют, или что люди, которые много целуются, живут в среднем на пять лет дольше. Давайте же доверять самим себе и своему опыту, давайте помнить, что самая достойная цель в жизни — любить, быть любимыми и счастливыми.

Рождественские елки и одиннадцатое полнолуние

Я знаю правило, что рождественскую елку надо срубить за три дня до одиннадцатого полнолуния года, чтобы хвоя не осыпалась, а дерево долго оставалось свежим. Но иногда одиннадцатое полнолуние выпадает чуть ли не на начало ноября, и дереву придется простоять больше шести недель, прежде чем его украсят к празднику. Во всяком случае, я не решился срубить дерево сейчас, в начале ноября. Есть ли другое правило?

Вы абсолютно правы. В основном одиннадцатое полнолуние происходит за несколько недель до Рождества. Однако правило рубить дерево за три дня до полнолуния действует и для двенадцатого полнолуния. Это древнее правило появилось потому, что толщина снежного покрова на двенадцатое полнолуние гораздо больше, чем на одиннадцатое. Мы рекомендуем всегда в наших календарях выбирать также и дни перед двенадцатым полнолунием. Тогда дерево не придется так долго хранить, а покупателям и продавцам проще придерживаться этой даты. Долговечности дерева это не нанесет никакого ущерба, эти деревья и через несколько лет не будут осыпаться.

Однако третий день перед одиннадцатым полнолунием хорошо подходит для подготовки не только рождественской

елки, но и рождественских украшений и веток, которые будут особенно долго радовать глаз и не станут ломкими и хрупкими. Пожалуйста, храните деревья в прохладном темном месте (достаточно постоянной тени) и не ставьте их в воду, даже потом, когда будете устанавливать дерево в комнате! В нашей семье рождественскую елку мы достаем из чулана каждый год уже более сорока лет. Хвою очень трудно оторвать от ветки, и дерево до сих пор вкусно пахнет смолой. Конечно, иголки со временем становятся светлее или совсем коричневыми, но они остаются на месте!

К сожалению, мы не можем не упомянуть, что некоторые безответственные продавцы рождественских елок не сдерживают обещание рубить деревья в предназначенное для этого время. Поэтому разумно спрашивать о точной дате вырубки. Обычно для домашнего использования елки достаточно, чтобы она была срублена при растущей Луне.

Кратко

ЗАГОТОВКА РОЖДЕСТВЕНСКИХ ЕЛОК И УКРАШЕНИЙ ИЗ ЕЛОВЫХ ВЕТОК

Лучше всего рубить рождественские елки и ветки для украшений при растущей Луне, идеальное время — незадолго до полнолуния!

Разведение винограда и лунные ритмы

Мы посадили виноградник. Теперь я хотел бы по этому поводу узнать: когда нужно в первый раз обрезать виноградную лозу? Нам интересны и общие советы по теме разведения винограда.

Для итальянского перевода книги «Все в нужный момент» мы написали небольшую главу о виноградарстве, так как общие правила для разведения растений в правильно

выбранное время действуют с некоторыми исключениями и в случае разведения винограда.

Вот самые важные правила:

- **Сажать** виноградную лозу нужно при растущей Луне в дни плодов (дни Овна, Льва или Стрельца).
- **Обрезать лозу** нужно при убывающей Луне в дни плодов. Исключением является молодая лоза: в течение первых трех лет ее нужно обрезать в дни плодов при растущей Луне, чтобы сок не застоялся (иначе может образоваться так называемый «черный сок»).
- **Поливать** лозу нельзя в дни цветков (дни Близнецов, Весов, Водолея), так как существует опасность поражения вредителями! Одни из лучших сортов винограда растут в регионах, где очень редко идут дожди и где почти не используется искусственное орошение.
- **Борьба с сорняками и вредителями** В разведении винограда посадка в наиболее подходящее время — лучшая профилактика появления большинства вредителей. Лучшее время для прополки — период убывания Луны, лучше всего — в дни Козерога. Однако прополка необходима не так часто, как сейчас принято.
- **Подкормку** всегда нужно проводить при убывающей Луне, лучше всего в дни плодов — дни Овна и Стрельца. Дни Льва подходят не так хорошо, так как в это время почва сильно высыхает.
- **Прополку сорняков** не нужно проводить так часто, как принято это сегодня, — только при убывающей Луне.
- **Получение сока** Процесс брожения проходит быстрее при растущей Луне.
- **Розлив** Если разлить вино по бутылкам при убывающей Луне, оно будет храниться дольше.
- **Дни Девы** Никогда не собирайте плоды, не выжимайте сок, не занимайтесь посадкой виноградной лозы и не разливайте вино по бутылкам в дни Девы.

Разведение винограда возможно без использования ядов и искусственных удобрений — вы получите такой же урожай и куда более высокое качество винограда и вина. Переход на натуральное виноградарство требует терпения, но это того стоит. Лишь ответьте сами себе на один вопрос: сколько будет стоить килограмм винограда и литр вина, если к стоимости прибавятся цены на очищение окружающей среды от пестицидов и удобрений и на последующее лечение у врача?

Лунные ритмы и потепление климата

Что вы делаете в собственном саду, учитывая капризы погоды в последние годы? Как вы думаете, стоит ли раньше начинать посадку и посев? Конечно, в правильное время в соответствии с лунными ритмами, я руководствуюсь ими уже давно и очень успешно. Что один человек может сделать против потепления климата? Чувствуешь себя таким бессильным...

Мы бы точно не начинали работать с растениями в саду раньше, так как малейший мороз может уничтожить всю работу. А от мороза даже в условиях потепления климата мы не застрахованы до самого апреля.

Что касается безумных изменений климата, то плохая новость в том, что они вызваны почти исключительно деятельностью людей. Но эта плохая новость в то же время хорошая, потому что означает, что мы можем что-то с этим сделать. Конечно, в первую очередь растениям, животным и людям придется привыкать к изменившимся условиям и приспосабливаться к ним. Даже если мы сейчас же начнем бороться с изменениями климата и будем вести себя разумнее, ощутимые последствия скажутся только через несколько десятилетий. Однако важно, чтобы мы устраняли причины, а не симптомы, и принимать участие в этом должен каждый из нас, принимая, казалось бы, такое незначительное реше-

ние о покупке! Например, купив произведенные в моем регионе безвредные для окружающей среды продукты, я сделаю для будущего улучшения климата больше, чем участвуя в баррикадировании автострады против использования грузового транспорта.

Хотя мы ругаем политиков, Брюссель, сами мы покупаем яблоки из Новой Зеландии, молоко — из Италии и землянику — из Аргентины. Мудрый выбор продуктов каждым из нас, эти миллионы маленьких решений — вот что строит или разрушает наше будущее. Что произошло бы, если бы мы просто не покупали продукты, которые перевозят на дизельных грузовиках, благодаря которым меняется климат? Логическая связь вполне понятна, но, к сожалению, на отсутствии здравого смысла можно заработать больше, чем на мудрости и умеренности. Поэтому ни вы, ни ваши дети не узнают от официальных учреждений, что каждое такое небольшое решение при покупке продуктов приводит к потрясающим результатам. Звучит как утопия? Тогда не забывайте: сегодня мы снова можем купить натуральные продукты именно благодаря просвещенным покупателям, а не продавцам. Все зависит от нас, а не от политики и науки.

Разрушения в лесу после бури

Как владелец участка леса, я снова и снова сталкиваюсь с вопросом, что мне делать с разрушениями после бури. Существуют ли правила, связанные с влиянием Луны, которые могут мне в этом помочь?

Томас: Вы можете принести много пользы себе и окружающей среде! Вот один пример: когда Иоганна переехала в Мюнхен, там в полном разгаре шла подготовка к Олимпийским играм 1972 года. Ей пришлось наблюдать, как Ландсхутскую аллею длиной в несколько километров засаживали деревьями — в абсолютно неподходящий для этого период. Некоторое время спустя почти все деревья пришлось заменить, потому что они погибли. Вероятно, лишь по сча-

стливой случайности для замены было выбрано правильное время, так что деревья принялись и стоят до сих пор. Правильное время посадки деревьев — дни Девы, которых в месяце бывает два или три. На ферме Иоганны всегда учитывалось данное правило, так как тогда нет необходимости в специальных мерах защиты от потравы растений дичью и дерево вырастает выносливым и сильным.

Нам еще долго придется мириться с бурями, которые становятся все сильнее, и, конечно, удивительно, но уже при посадке леса можно позаботиться, чтобы деревья были крепче и выносливее. Весной у нас есть три-четыре месяца для посадки, то есть в нашем распоряжении шесть-десять дней Девы. К тому же в таком случае вы сможете возместить потери осенью.

Прополка сорняков

У меня есть один вопрос: почему в ваших календарях так редко появляется символ прополки сорняков? И, может, вы подскажете, как мне обращаться с полевым вьюнком и полевым хвощом — они доставляют мне особенно много хлопот.

В наших лунных календарях приведены только символы для самых подходящих и самых нежелательных дней для прополки сорняков. Общее правило гласит: при убывающей Луне борьба с сорняками эффективнее, чем при растущей. Во второй половине года лучшие дни для прополки — дни Козерога — больше не выпадают на период убывания Луны. Существует одна полезная уловка для прополки грядок в саду: при растущей Луне в день Льва прорыхлите и перекопайте грядки, и взойдут все до сих пор невзошедшие семена! Вскоре после этого вы сможете прополоть сорняки при убывающей Луне в день Козерога. Обычно в течение целого года сорняки на грядках не появляются.

Если сорняки разрослись на лугу, перекопать землю не удастся, и в этом случае помогает только прополка в дни Ко-

зерога или более частая косьба в дни водных знаков. Если поле возделывается, то боронить можно только в дни Козерога, засевать наземные плодоносящие растения можно в дни плодов (дни Овна, Льва, Стрельца), а листовые растения — в дни листьев (дни Рака, Скорпиона, Рыб). Для корнеплодов, например, свеклы, картофеля и других, сразу же после вспахивания или спустя месяц выберите день плодов в период убывания Луны.

Что мы можем сказать о вьюнке и хвоще? Хвощ растет везде, где в почве не хватает кремниевой кислоты, а живущим в этой местности людям угрожает слабость соединительных тканей. Каждый «сорняк» говорит сам за себя недвусмысленно. Присутствие сорняков или разрастание каких-либо растений в большом количестве — признак недостатка определенных веществ в почве. Одновременно это показатель того, что необходимо организму проживающих здесь людей, чтобы быть здоровыми и сохранить здоровье. В этом месте земле нужны те вещества, которые ей предоставляют сорняки. Как говорится в пословице, сорняк — это растение, чьи достоинства еще не обнаружены.

Прививка плодовых деревьев

Можете ли вы посоветовать мне, как провести прививку плодовых деревьев в соответствии с влиянием Луны?

Для этого очень благоприятны дни плодов — дни Овна или Льва — весной, в период растущей Луны. Неблагоприятен период убывания Луны вообще, а в особенно плохие результаты получаются при убывающей Луне в дни Рака, Скорпиона или Рыб.

Если вы выберете правильное время, побег без проблем соединится с подвоем (дерево, к которому прививают) и вырастет сильным. При прививке в неподходящее время побег может не приняться, поверхность среза высохнет слишком быстро, прежде чем успеют укрепиться жизненные силы

растения. Еще один совет: попробуйте делать прививку ближе к полнолунию. Обычно сколько дней до полнолуния вы работаете, столько же лет понадобится растению, чтобы начать плодоносить. Никогда не срезайте побеги для прививки перед 21 января и всегда делайте это при растущей Луне!

Возможно, новичкам среди наших читателей также важно знать, что прививка плодовых деревьев — один из самых сложных видов работ в саду (другие наименования прививки — окулирование и прививание). Прививка — это сращивание побега культурного растения с плодами или цветками и неокультуренного, но выносливого подвоя. Обычно прививание производят с целью добиться здорового и энергичного роста в соединении с большей выносливостью. В основном на выполнение этой работы решаются только очень опытные садоводы. Однако если учесть простые правила по выбору нужного времени, после некоторой практики это может оказаться под силу каждому. Вы можете потренироваться на дикорастущих деревцах, к примеру, на опушке леса. Если все получится, вы порадуетесь, если нет — ничего страшного, так как деревья на опушке регулярно вырубаются, так что вы не причините никакого вреда лесу.

Индустриализированное сельское хозяйство

Хотя я смог убедиться, что знания о лунных ритмах можно успешно использовать в собственном саду, вероятно, в сельском хозяйстве нельзя отказаться от применения пестицидов и удобрений, потому что иначе ничего не вырастет. Как вы думаете?

Это правда, на долго используемых под посадки землях действительно долгое время ничего бы не росло пригодного к употреблению. Должно пройти время, прежде чем земля отдохнет от длительного вредного воздействия химикалий. Но терпение окупится — и для человека, и для животных!

Если бы мы всюду вернулись к естественному сельскому хозяйству, безвредному для природы и человека, то это было бы одним из самых прогрессивных достижений человечества.

Вы уже когда-нибудь замечали, что вы насыщаетесь маленькой и ароматной выращенной в натуральных условиях кольраби в два раза быстрее, чем этими ярко-зелеными безвкусными мячиками для игры в поло, произведенными индустриализированным сельским хозяйством, которые вдобавок отвратительно пахнут во время варки? Если бы вследствие разрушения окружающей среды и неполноценного питания этими ненатуральными продуктами расходы увеличились, «нормальная кольраби» стоила бы как огромное количество натуральной кольраби. А «нормальное яблоко» из Новой Зеландии стоило бы как двадцать яблок, собранных в окрестных садах.

Пестициды и удобрения уничтожают все жизненные силы, которые содержат овощи и фрукты. Пестициды накапливаются в плодах, земле, воде, воздухе, организме животных и людей и приводят к возникновению болезней. Интенсивно обрабатываемые удобрениями поля потому подвергаются такому огромному нашествию вредителей и сорняков, что природа очень мудра. Она распознает слишком большие и безжизненные плоды как больные и приносящие вред здоровью и поэтому посылает в качестве ответных мер растения («сорняки») и животных («вредителей»), которые должны, во-первых, восстановить равновесие в почве, а во-вторых, истребить вредоносные растения. Интенсивное сельское хозяйство оправдывается тем, что только с его помощью можно побороть мировой голод. Это неприкрытая ложь: пестициды и искусственные удобрения разрушают почву, из-за них исчезает гумус, почва закисает и в некоторых районах становится настолько кислой, что на ней больше ничего не растет. Это и приводит к мировому голоду!

К тому же более 60% злаковой продукции используется как корм для животных. Если бы люди потребляли хотя бы на 10% меньше мяса, можно было бы забыть о голоде во

всем мире. То, что исключительно натуральное сельское хозяйство не принесет достаточных урожаев, — ложь, призванная сохранить разнообразные виды современной зависимости людей от промышленности. В сущности, альтернатива проста: с каждым правильным решением в повседневной жизни о том, что попадет на тарелку, потребители помогают природе, своему здоровью и крестьянам, производящим натуральные продукты. Или сами потребители окажутся виноваты в том, что нас ждет нелегкое будущее — нас и эту маленькую планету. Возможно, это звучит немного чересчур жестко, но правда бывает неприятной, особенно если прежде вы смотрели только в одном направлении.

Использование натуральных удобрений в соответствии с лунными ритмами

Я с интересом прочитал ваш ответ на предыдущее письмо. Вероятно, пройдет немало времени, прежде чем мы сможем совершенно отказаться от использования удобрений (возможно, с помощью перехода на пермакультуру). Я давно хочу узнать: какие лунные правила существуют для использования натуральных удобрений?

Удобрять нужно в день полнолуния или при убывающей Луне. Удобрять при растущей Луне не только не правильно, но и вредно. Это лишь загрязняет грунтовые воды, а они — после чистого воздуха — наша самая большая ценность. Во многих местностях младенцы уже не могут безопасно пить даже питьевую воду без риска для здоровья из-за высокого содержания в воде нитратов. В местностях, где занимаются животноводством, почвы иногда переудобрены на 300%. Было бы разумно использовать метод пермакультуры для лечения почв, однако он непомерно дорог. Но есть возможность использовать смешанную культуру, для любого хозяйства такой переход будет прост и полезен. Ответственность за химическое загрязнение почвы несет не только

сельское хозяйство, но и каждый, кто вносит слишком много удобрений и в неправильно выбранное время. Высокая доля в отравлении почв принадлежит владельцам дачных участков и личных садов.

Вы будете поражены результатом, к которому приведет выбор правильного времени. Это правило действует и для всех комнатных и балконных растений. Спокойно пренебрегайте руководством по применению препаратов, в том числе натуральных удобрений, и постепенно отучите свои растения от излишней подкормки. Количество удобрения всегда должно зависеть от потребностей растения, а они, как правило, гораздо меньше, чем указано на упаковке — тем более, если выбрать для внесения удобрений правильное время. В период убывания Луны, начиная с полнолуния, почва может принять гораздо больше жидкости, чем при растущей Луне. Убедитесь сами, как скошенная трава становится хорошим удобрением при убывающей Луне, в то время как при растущей Луне она лежит на земле и гниет. Вы увидите — результат покажет, что вы сделали правильный выбор.

Как в саду, так и в поле главным критерием при выборе удобрений должны быть ваши ощущения и здравый смысл, а не правила, догмы и «мнения экспертов». Хороший компост и навоз до сих пор остаются непревзойденными по эффективности и полезности удобрениями, особенно для плодовых деревьев.

Кратко **УДОБРЕНИЕ**

Удобряйте исключительно при убывающей Луне!

Переход на экологически чистое садоводство

Я столкнулась с особенной проблемой. До сих пор за нашим садом ухаживала свекровь, и при этом она обращалась с ним, как с солдатским кладбищем, и использо-

вала много удобрений и опрыскивателей. Теперь садом занимаюсь я, и я спрашиваю себя: что я могу сделать с этой несчастной землей? Как мне перейти на экологически чистое садоводство, если все в саду безнадежно переудобрено?

Вы справитесь! На самом деле вам понадобится лишь немного терпения и способность любезно игнорировать взгляды и замечания соседей, а возможно, и свекрови. Секрет — в посадке картофеля по всему саду!

Выройте лунки на расстоянии примерно 50 см друг от друга и около 10—20 см глубиной, положите в каждую по две маленьких картофелины или половину одной большой. Необязательно сажать их ровно в ряд, окучивание земли также излишне, но посадку производите только при убывающей Луне. Это наилучшее условие для хорошего урожая. А осенью просто соберите урожай и наслаждайтесь! В следующем году почва будет замечательная, и вы обнаружите в вашем саду предпосылки для следующего шага.

Этот следующий шаг по существу состоит в следующем. Внимательно соберите вместе наземные и подземные культурные растения и только те из них, которые хорошо сочетаются друг с другом. Все необходимые сведения вы найдете в нашей книге «Живой сад». Тем самым без малейшей предварительной подготовки можно в два счета создать экологически чистый сад. Всего за один год вы станете отличным садоводом. И еще один совет: расскажите своей свекрови, что вы хотите попробовать что-то новое и надеетесь, что все получится. То, что она делала прежде, не обесценится в глазах окружающих, ведь она просто не знала, как можно сделать по-другому.

Очистка клеток маленьких животных от навоза

Моя мама говорит, что я должна вам написать, потому что у нас всегда получалось хорошо отмыть клетку для кроликов. Она всегда говорит мне: «Сегодня хоро-

ший день для этого, Луна в нужном положении» или: «Сейчас еще не время», даже если мне хочется почистить клетку. Теперь я должна сама заниматься чисткой клетки и отвечаю за ее чистоту. Вы можете помочь мне выбрать правильные дни? Я уже пару раз замечала, что клетка пахнет не так хорошо, если я чищу ее от навоза, не выбирая правильного времени.

Дорогая Диана, обычно хорошее время для очистки клеток от навоза — период убывающей Луны. Однако на практике это неосуществимо, поэтому при растущей Луне нужно дополнительно учитывать знак зодиака. Лучше всего всегда чистить клетку незадолго до наступления фазы роста Луны, то есть в день новолуния, тогда результат продержится дольше. При растущей Луне чисти клетку, только если это совершенно необходимо, и, пожалуйста, никогда не делай этого в дни Рака и Рыб. Особенно долго чистота сохраняется, если чистить клетку в дни огненных знаков: Овна, Льва, Стрельца. Худший день для очищения от навоза — день Девы при растущей Луне, так как в это время интенсивно размножаются бактерии, и кролики даже могут заболеть. Эти правила действуют и для всех других помещений и клеток для животных. Все зоомагазины и зоопарки могут таким образом сэкономить много сил, а животные будут только здоровее.

Уход за комнатными растениями во время отпуска

Мои комнатные растения обиделись на меня за небрежный уход во время отпуска. Может, они злятся за то, что на этот раз меня не было дома чуть дольше, чем обычно? Вы можете посоветовать, как мне снова оживить моих ослабевших после отпуска любимцев?

Это несложно, и через пару дней они наверняка снова будут здоровыми и бодрыми. Просто немного обрежьте их в дни листьев (дни Рака, Скорпиона, Рыб), а затем поливайте

только в эти дни. Если ваши зеленые любимцы серьезно пострадали, попробуйте поливать их время от времени и в дни корней (дни Тельца, Девы, Козерога), но недолго! О том, что полезно разговаривать с растениями, вы наверняка уже знаете сами.

В следующий раз, прежде чем уехать, загляните в лунный календарь и составьте список всех дней водных знаков (Рака, Скорпиона, Рыб), которые выпадают на время вашего отсутствия. Просто запишите эти даты, отдайте список человеку, который будет ухаживать за растениями, и попросите его поливать ваши растения исключительно в эти дни. Уже сейчас приучите их к этому ритму, и вы убедитесь: ваши зеленые любимцы благополучно переживут ваше отсутствие и останутся здоровыми. В крайнем случае, пересадите их в дни Девы!

Почему удобрять эффективнее в правильное время

Я уже слышал о том, что нужно удобрять только при убывающей Луне, и сам с успехом следую этому правилу у себя в саду. А вы можете рассказать мне, почему это правило действует? И правда ли, что при удобрении плодовых деревьев нужно дополнительно учитывать положение Луны в знаке зодиака?

Да, фаза убывающей Луны и дни плодов (дни Овна, Льва, Стрельца) особенно хорошо подходят для удобрения плодовых деревьев, а также злаков. Хороший компост и вылежавшийся навоз, приобретенный у крестьян, производящих натуральные продукты, — лучшие удобрения. Что касается обоснования правил, при убывающей Луне земля может принять больше влаги, чем при растущей Луне. Этот факт, который наука до сих пор не хочет заметить, имеет большое значение! Его можно наблюдать и косвенно. Вы когда-нибудь замечали, что наводнения чаще происходят в

фазу роста Луны? В это время земля не может принять так много воды. С другой стороны, в период убывания Луны со склонов чаще сходят сели, потому что земля перенасыщена влагой и полностью ею пропитана — особенно если почва не укреплена корнями деревьев, растущих на склонах или если горный лес болен.

Сейчас взаимосвязь между положением Луны и способностью почвы принимать воду имеет большое значение для современного сельского и лесного хозяйства и для защиты грунтовых вод и обязательно должна снова привлечь внимание общественности. Например, мы снова и снова слышим о том, что расходы на защиту водоемов достигают миллиардных значений лишь по причине загрязнения грунтовых вод и рек излишними удобрениями, фосфатами и нитратами, поступающими из сточных вод благодаря сельскому хозяйству. Большую часть этих денег можно было бы использовать на гораздо более важные нужды, если бы при удобрении почв учитывались лунные ритмы. Кроме того, можно было бы не только обходиться гораздо меньшим количеством удобрений — из-за слишком большого поголовья скота по отношению к территории почти во всех регионах земля удобряется в пять раз больше, чем это необходимо.

Луна и колодец

Оказывает ли Луна, а точнее полнолуние, влияние на колодец?

Все зависит от того, какую работу вы проводите, то есть хотите ли вы каптировать источник, вырыть колодец или углубить его. Выбор правильного времени и соблюдение лунных ритмов могут вам помочь провести эти работы успешно. Лучше всего занимайтесь ими при растущей Луне в дни Рыб, то есть всегда осенью. Также подходят дни Рака и Скорпиона, однако и в эти дни Луна должна находиться в фазе роста. Если вы выберете правильное время, вам будет гораздо легче найти воду. В неподходящее время — при

убывающей Луне — воду найти сложно и нужно копать гораздо глубже, чем это необходимо. Даже если вы найдете воду, существует опасность, что она будет поступать нерегулярно или колодец иссякнет. В источнике могут происходить резкие колебания количества воды, течение воды также может быть не постоянным. Если рыть колодец в неправильный день, вода может совсем исчезнуть на короткое время или даже надолго, хотя она била из-под земли в этом же месте уже десятки лет. Вода может избрать другой путь.

Прежде чем вы начнете рыть колодец в поиске грунтовых вод или источника, вы обязательно должны пригласить лозоискателя, который найдет подходящее место (см. также нашу книгу «Собственными силами»). Многие фирмы, занимающиеся бурением колодцев, сотрудничают с ними просто потому, что убедились, что таким образом гораздо легче добиться нужного результата. В странах, где сегодня снова начали рыть колодцы, наши советы сэкономили много времени и денег.

Кстати, выражение «рыть кому-либо яму» связано с влиянием Луны. Если рыть колодец в неправильное время, то достаточно пары ударов лопатой вблизи источника, чтобы он иссяк. Природные источники непросто направить по подготовленной человеком траектории. Современное землеустройство и управление водными ресурсами принесли много вреда, например, изменили уровень грунтовых вод. Воду нельзя просто отобрать или принудительно вырвать у природы. Воде нужно свое пространство, иначе она когда-нибудь отомстит.

Зимовка гераней

Я забыла, когда нужно вносить герань на зиму в помещение. Ведь для этого есть определенная дата в лунном календаре?

Если вы хотите убрать герань в прохладное и защищенное место, то дни Девы подходят для этого лучше всего. В это время у растений есть запас сил, необходимый для того,

чтобы следующей весной пробудиться для новой красочной жизни и приносить всем радость. Однако важно не только время, но и способ, и здесь нужно учесть два момента.

Во-первых, вы должны побороть себя и отломать соцветия и еще не раскрывшиеся бутоны на месте излома у основания стебля. Пожалуйста, не отрезайте их и не обрывайте листья! Затем отправьте цветки в компост. После перенесите горшки или ящики в прохладное и темное место. Там не должно быть совершенно темно, а температура зимой не должна падать ниже +8°С.

И, **во-вторых**, пожалуйста, оставьте растения в покое! Не отрезайте коричневые листья, не поворачивайте горшки, не чистите и не переставляйте растения — и, что самое главное, не поливайте их. Весной достаньте растения — также в день Девы — и пересадите их в новую землю. Потом сразу же полейте герань, а следующий полив — только в дни водных знаков (Рака, Скорпиона, Рыб). Самое важное — убирать растения на зиму и доставать их в дни Девы. Большие растения вы можете разделить, а отломанные ветки просто посадить в землю. В дни Девы пускают корни даже совсем слабенькие стебельки.

Благодаря такому способу обращения с ней, герань живет около десяти лет. Конечно, время от времени некоторые стебельки ломаются, но иногда можно докупить пару новых побегов.

Кратко **ГЕРАНЬ**

Убирать герань на зиму и доставать ее весной всегда нужно только в дни Девы!

Герань с новыми побегами

По вашему предложению я убрала герани на зиму — теперь у них очень длинные побеги. По вашему совету, который я недавно прочитала, нужно достать расте-

ния из зимнего помещения в день Девы. И вот мой вопрос: что мне делать со старыми листьями и новыми очень длинными побегами?

Просто мягко, без нажима, оборвите старые листья в день Девы — только те, которые почти опали сами! Одновременно можно срезать новые побеги над листовыми узлами и посадить их в землю. Большинство сразу пустит корни! Затем полейте черенки и растения после зимовки — но после этого поливайте только в дни водных знаков (Рака, Скорпиона, Рыб)! Кстати, возможно, ваши растения стояли зимой в слишком светлом месте. Обычно герани практически не дают побегов.

Не забывайте: если синоптики обещают мороз, вовремя занесите растения в дом! Теперь им можно дышать только первым весенним воздухом. Когда пройдут заморозки, снова вынесите их на воздух в день Девы!

Как ухаживать за геранями и другими кадочными растениями

Прошлой осенью я последовал вашему совету и, не поливая, убрал герани на зиму в день Девы. Они действительно не погибли. В следующие дни Девы я пересажу их и постепенно приучу к свежему воздуху. Мой вопрос: могу ли я уже выставить и пересадить все остальные кадочные растения?

Это зависит от климата. Мы бы постепенно выставляли ящики с цветами только в начале мая и только тогда начали бы пересаживать некоторые из них. Некоторые люди тщетно ожидают, что уже очень скоро растения зацветут, другие не торопят время. Как всегда, решение за вами. Самое главное — пересаживать растения в дни Девы, а затем поливать только в дни Воды (дни Рака, Скорпиона, Рыб). По этому принципу можно ухаживать за всеми кадочными растениями.

Перестройка фермы

Господин Поппе, разрешите задать вам вопрос о ремонте. У нас есть ферма, и сейчас мы постепенно, по мере возможности, переходим на экологически чистый образ жизни. В нашем доме мы тоже хотели бы работать на благо окружающей среды. Например, мы уже начали приводить в порядок хлев: положили прекрасно обструганный буковый пол вместо бетонного, а вместо дисперсионных красок использовали известковые. Мы убедились, что животным комфортнее в новой обстановке и они реже болеют. Вы думаете, это связано с перестройкой? Если да, то мы хотели бы как можно скорее завершить ее.

Томас: Это очень хорошая идея, так как побелка известью вышла из моды только потому, что покрытие быстро осыпается, если белить в неподходящее время. Если нанести известковую краску в правильное время — в фазу убывания Луны — она держится очень долго. Возможно, вам будет интересно узнать, что мы уже поспособствовали тому, чтобы известковые краски снова использовались не только в хлевах, но и в зоомагазинах, зоопарках и больницах. Отрадно видеть, что нам удалось вернуть людям каплю здравого смысла. Главное преимущество очевидно: известковые краски — не только плохая питательная среда для микроорганизмов, они активно уничтожают болезнетворных микробов! Дисперсионные и эмалевые краски, используемые в больницах и других общественных местах, — напротив, даже положительно влияют на выживание вредных бактерий и грибков. Это одна из главных причин резкого увеличения количества болезней, которые возникают уже в самих больницах (так называемая «больничная инфекция»)!

Иоганна еще помнит, что настоящие эпидемии среди животных на фермах вспыхнули именно тогда, когда во всех хлевах начался переход на «чистый» бетон и дисперсионные краски. Ферму ее семьи это тоже не миновало, однако позд-

нее родственники Иоганны раскаялись и удалили новомодную покраску. Вам мы можем лишь посоветовать как можно скорее взяться за перестройку. Правильное время для этого — фаза убывающей Луны, для работы с деревом идеальны дни Козерога. Данное правило особенно действенно для генеральной уборки, ремонта и штукатурных работ, для укладки деревянных полов и подобных работ. Зоомагазины и зоопарки могли бы в значительной степени выиграть от соблюдения этих простых правил!

Польза для пчел

Я в восторге от ваших книг. Я пчеловод из Южных Карпат в Трансильвании. Что вы можете посоветовать мне касательно влияния Луны в пчеловодстве?

К сожалению, в пчеловодстве у нас мало личного опыта. Но мы хотим сказать вам, что считаем вашу работу очень важной и поддерживаем ее. Может быть, потребуется еще некоторое время, чтобы человечество осознало: самые важные существа в мире — не коровы, свиньи и куры, а пчелы и дождевые черви. Без пчел не было бы опыления, а следовательно, питания ни для человека, ни для животных, а без червя не было бы по-настоящему плодородной почвы.

Наши знания о правильном времени в уходе за пчелами ограничиваются следующими советами. Нельзя приступать к разведению пчел и переселять их по вторникам и четвергам. Для этого лучше всего подходят понедельник, среда и суббота. Положение Луны не играет большой роли, но растущая Луна более благоприятна. При этом важно, откуда родом пчелы и какая в той местности растительность. В соответствии с этим подбирается место для ульев.

Все без исключения работы по очистке улья и борьбе с паразитами нужно проводить при убывающей Луне. Выращивать рой пчел лучше всего при растущей Луне. Интересно, но урожай меда лучше собирать при растущей Луне, как и очищать медовые соты.

Посадка цветочных луковиц в правильное время

Прошлой осенью я, к сожалению, забыла посадить свои цветочные луковицы, так как просто слишком часто была в разъездах. Теперь моя подруга говорит мне, что весной этого делать нельзя, потому что тогда цветы больше не будут всходить вовремя. Это правда? Может, вы знаете, как Луна может помочь мне с цветами?

Поздняя осень — несомненно, лучшее время для посадки ваших цветочных луковиц, но если вы посадите луковицы весной в дни Девы, то наверняка зацветет более 90% растений. Также подходит день цветков — день Весов. Пожалуйста, точно соблюдайте инструкции по глубине посадки, это очень важно. При посадке вокруг клубня не должно возникать пустот. Позаботьтесь о том, чтобы на дне углубления была достаточно рыхлая, но при этом плотная почва, иначе луковица сгниет.

Если вы живете в заснеженном регионе и земля еще не оттаяла, просто подождите еще месяц следующих дней Девы. Цветы также появятся вовремя. Приход весны может изменить пейзаж за несколько дней. Иногда уже через 14 дней после посадки цветочных луковиц ваш участок пышно расцветет.

Прорастающие корни деревьев

Над сводом нашего старого погреба растут акации, и одно из деревьев, растущее у двери, уже пустило корни сквозь кирпичную стену. Мой вопрос: есть ли время, подходящее для обрезки корней дерева, чтобы они не росли снова?

Лучшее время для выполнения вашего замысла — последние два дня февраля каждого года, независимо от того, високосный год или нет. Из этих двух дней все же лучше

всего подходит 28 февраля. Если соблюдать это древнее правило, то корни сгниют. Если же необходимо, чтобы деревья снова пустили побеги, в эти два дня не стоит даже притрагиваться к ним.

Как правильно использовать семена томатов

Как садовод-любитель, я увлеклась разведением помидоров. В моем маленьком парнике растут и созревают только экологически чистые помидоры, я не использую никаких удобрений. Осенью или весной я убираю старую землю на глубину около 20 см и заменяю ее дерновой землей.

Мой вопрос в следующем. Я выращиваю на подоконнике рассаду из семян, которые вынимаю из покупных помидоров, а затем мою и сушу. Мои дети и знакомые подтверждают, что у моих помидоров замечательный аромат и вкус до самой поздней осени. Мои помидоры почти не гниют: при малейших признаках я сразу удаляю побеги или все растение. Так как я ежедневно читаю в газете ваш лунный календарь, я хочу, чтобы рассада на подоконнике, а затем и в парнике росла и хорошо развивалась в соответствии с фазами Луны. Когда мне нужно сеять рассаду и когда растения нужно пересаживать в парник?

Мы рады, что вы достигли таких успехов в выращивании помидоров! Наверняка, если вы учтете правильное время, это принесет вам дополнительную пользу. Правило следующее: сеять семена в горшки на подоконнике нужно при растущей Луне в дни плодов (дни Овна, Льва, Стрельца) — по возможности в первый из двух-трех дней одного из данных знаков. Через несколько дней поверните горшки к солнцу другой стороной, чтобы растения росли прямо, однако никогда не делайте этого в дни цветков (дни Близнецов, Весов, Водолея). Если растения высажены недавно, поворачивайте

их в дни Девы или при растущей Луне в дни плодов. Выбирайте для этого первый из двух-трех дней знака зодиака. Посадку в парнике нужно проводить в дни плодов. При этом неважно, убывает Луна или растет. Желаем удачного урожая!

Аэрация газона

Я ежедневно читаю ваши ценные советы, у меня есть все ваши книги, с которыми я снова и снова сверяюсь, и благодаря вашим советам я добиваюсь очень хороших результатов в своем саду. И вот мой вопрос: какое время подходит для аэрации моего газона? Буду очень благодарен вам за ответ.

Для новичков в садоводстве скажем, что аэрация — это надрезание дернины газона для вентиляции почвы. Лучше всего делать это при растущей Луне, так как тогда эффект сохраняется дольше. Но мы не можем не сказать, что в принципе в аэрации нет необходимости, если осенью посыпать газон листвой, которая станет кормом для дождевых червей. Они лучше всего вентилируют любую почву. Прежде чем в первый раз косить газон, пройдите по участку граблями для листвы. Чрезмерная чистота в уходе за газоном — самая большая ошибка. Хотя стриженый газон еще очень популярен, он весьма далек от природного, так как такого результата можно достичь только большими усилиями и часто — с применением большого количества химии.

Советы по созданию сада-спирали из трав

Каждый день я с радостью читаю ваш отрывной календарь. Я уже давно хочу устроить в саду маленький сад-спираль. Вы можете вкратце рассказать мне, какие основные правила я должен соблюдать при выборе правильного времени?

Сад-спираль в вашем саду — постоянный источник лекарственных растений и пряностей лучшего качества. Простой способ создать его мы описали в книге «Живой сад». Главное правило гласит: лучше всего обустраивать сад при убывающей Луне, а засаживать растениями — при растущей. По возможности сажайте травы в период между днями Близнецов и Стрельца или только в период растущей Луны независимо от знака. Опытные садоводы строят спираль из камней не только на земле, но сразу и в высоту — в форме пирамиды.

На южной стороне спирали нужно высаживать солнцелюбивые растения, на севере — растения, которые хорошо переносят тень: лук-резанец, петрушка, мелисса и другие. Чем выше уровень, тем более «южные» растения нужно высаживать (майоран, орегано и пр.). Пожалуйста, поливайте их только сначала, а потом по возможности предоставьте растения самим себе — немного помогайте им только иногда, в дни листьев (дни Рака, Скорпиона, Рыб). Не жалейте камней и земли! Позже, весной, вы можете существенно уменьшить количество трав, если они угрожают вытеснить соседние растения.

Топливные гранулы для отопления щепой

Мы производим мелкую сечку и топливные гранулы для отопления щепой и заметили, что материал поразному ведет себя, даже если количество оставшейся влаги всегда одинаковое. Имея положительный опыт работы в сельском хозяйстве и саду, а также убедившись в пользе чая, приготовленного в соответствии с влиянием Луны, мы хотим спросить, можете ли вы посоветовать нам правильное время для работы?

Так как отопление щепой и теплоэлектроцентрали вполне обоснованно становятся все популярнее, эта информация имеет особенное значение. Лучшее время для произ-

водства, прессования и хранения сечки и топливных гранул (пеллет) — период убывающей Луны. Тогда топливо хорошо остается сухим или хорошо сохнет. Если есть возможность учесть знак зодиака, нужно выбрать «сухой» день — день Близнецов, Весов, Водолея или Овна, Льва и Стрельца. Правильный выбор времени сбережет любые топливные установки и продлит срок их действия.

Вероятно, в повседневной жизни невозможно всегда точно соблюдать правильное время, но, может быть, удастся хотя бы избежать неблагоприятных дней, а именно дней Воды (Рака, Скорпиона, Рыб) в период растущей Луны, а также дней Девы. В это время сечка быстрее намокает, ее сложнее перевозить, а в дни Девы у нее даже может появиться неприятный запах.

Кратко **СЕЧКА И ПЕЛЛЕТЫ**

Поставлять их нужно всегда в фазе убывающей Луны и не в дни знаков воды (Рака, Скорпиона, Рыб)!

Сорнякам здесь не место!

Уже много лет я увлекаюсь садоводством, люблю разводить цветы, просто помешан на экологически чистом садоводстве и уже давно успешно использую знания о влиянии Луны в работе по дому и саду — при активной поддержке ваших книг и календарей. Год назад я исполнил свое главное желание и купил домик в деревне. К сожалению, к уходу за почвой относились очень небрежно, и в ней полно сорняков. Нас очень беспокоит луг: на нем очень много щавеля, который, к сожалению, совсем не нравится лошадям. Если мы решим использовать огороженный выгон для лошадей, нам нужно как можно скорее избавиться от щавеля, но для прополки площадь слишком большая! Вот мой вопрос: какое время подходит для опрыскивания натуральными средствами?

К сожалению, в этом случае опрыскиватели не помогут, даже натуральные. Но вы можете сделать кое-что, чтобы на долгое время избавиться от сорняков. Косите луг так часто, насколько это возможно, и всегда только в дни листьев (дни Рака, Скорпиона, Рыб). Далее вы должны выяснить, какая почва нужна щавелю, а затем выбрать соответствующее «противоядие». Посейте растение, которому нужна такая же почва, тогда щавель больше не будет получать достаточно питательных веществ. При этом впредь всегда косите луг в дни водных знаков как можно чаще. Вы можете косить и в дни полнолуния. Тогда почва сильнее просохнет, а этого щавель совсем не любит, так как у него очень сочные листья. Мы и сами использовали бы этот способ. К сожалению, не существует универсального способа, который подействует сразу.

18 июня и прополка

Если верить вашей книге «Живой сад», 18 июня — лучший день в году для прополки сорняков. К сожалению, в этом году 18 июня — будний день, и мне нужно идти на работу. Есть ли хорошая альтернатива устранения сорняков?

Вы совершенно правы! Тот, кто успевает прополоть 18 июня, может еще долгое время радоваться грядкам без сорняков. Это правило действует независимо от фазы Луны и только до полудня, то есть до 13 часов по летнему времени. Пожалуйста, удаляйте сорняки с корнем, потому что иначе правило не подействует. Альтернатива существует, а именно — дни Козерога при убывающей Луне, которые оказывают такое же хорошее влияние на результат прополки. Это время подходит, потому что каждый год с января по июнь Луна находится в знаке Козерога всегда во время фазы убывания. Эти правила действуют замечательно, особенно если планируется ручная работа, например, в труднодоступных местах, у каменной стены, на маленьких клумбах с травами.

Решая, чем сорняк является, а чем нет, возможно, вам стоит вспомнить, что у каждого сорняка есть и своя миссия. Начиная с одуванчика, который сохранил бы нам всем здоровье, если бы мы только его использовали по назначению — его листья, стебель, корни и цветки.

Как и когда разбивать цветочную лужайку

Долгое время перед моим домом лежал большой штабель дров, который теперь нужно убрать. На освободившемся месте я очень хотела бы разбить цветочную лужайку. Есть ли у вас пара советов о том, как сделать это наилучшим образом? Наверное, нужно заранее подготовить почву. Когда лучшее время для этого?

Чтобы дерево можно было жечь и после того, как вы его перенесете, нужно перекладывать штабель только при убывающей Луне и избегать знака Рыб. Разбить хорошую лужайку можно при растущей Луне в дни Льва.

Лучше всего поступите следующим образом. Сначала разровняйте почву медными или железными граблями, в вашем случае в дни Льва. Посеяв цветочные семена, еще раз обработайте почву граблями. Если дожди редки, необходим частый полив. Во время долгой засухи следите, чтобы утром и вечером почва была влажной, пока семена не прорастут. Кстати, при помощи этого способа можно обновить или уложить любой газон.

Сбор зверобоя после 24 июня

Зверобой нужно собирать только до 24 июня. До сих пор я всегда брал его с альпийских пастбищ, где он, конечно, должен быть лучше. Однако там он цветет только с начала до середины июля. Почему в это время он уже не так полезен?

Мы тоже убедились на своем опыте, что на альпийских пастбищах зверобой цветет позже. Однако, к счастью, это является исключением из правила, целебная сила альпийского зверобоя сохраняется и после 24 июня. Однако при сборе зверобоя обязательно выбирайте правильное время: делайте это при свете солнца, в день Весов и фазу роста Луны. До 24 июня вы также можете выбрать день Близнецов. Только тогда масло зверобоя станет темно-красного цвета, что говорит о его особенной эффективности.

Покупное масло зверобоя всегда окрашено в красный цвет, но, к сожалению, не всегда обладает такими же целебными свойствами. Масло, произведенное естественным путем, не так-то просто окрасить.

Есть ли будущее у биотоплива

Мы планируем в дальнейшем перевести часть нашего сельского хозяйства на производство биотоплива. Вы можете что-то посоветовать по этому поводу? Каково ваше мнение по этой теме?

Мы считаем, что просто замечательно, когда люди задумываются о будущем энергоснабжения, поскольку происходящее на данный момент не может дольше продолжаться. В поиске альтернативных, экологически чистых источников энергии можно зайти в тупик, и мы думаем, биодизель — одно из таких тупиковых решений. Наше мнение по этому поводу очень просто пояснить на примере. Чтобы заполнить бак среднестатистического автомобиля натуральным топливом из рапса, кукурузы и подобных культур, необходима определенная посевная площадь. Но на этой площади можно вырастить столько злаков или овощей, сколько потребуется для прокорма одной семьи минимум полгода. Таким образом, один заполненный бак автомобиля равен полугодовому запасу еды на одну семью.

Мы думаем, что не стоит бояться того, что и хорошие идеи иногда все же используются в неверном направлении. Все хорошо, когда хорошо кончается...

Возможно, вы найдете альтернативу вашему замыслу. При переходе на экологически чистое сельское хозяйство лунный календарь может оказать большую помощь. Мы желаем вам удачи и мужества не отказываться от задуманного!

Заготовка компоста без труда и неприятных запахов

В этом году я хотел бы начать самостоятельно заготавливать компост. В первый раз, прочитав вашу книгу «Живой сад», я был очень воодушевлен и понял, что имеет смысл учитывать влияние Луны. Меня беспокоит лишь то, что у меня очень маленький сад, и соседи будут жаловаться на неприятный запах. Вы можете меня подбодрить? Кроме того, я был бы рад, если бы вы еще раз написали о важнейших правилах влияния Луны на заготовку компоста, чтобы я все сделал правильно.

Мы с радостью вас подбодрим, потому что заготовка компоста — древнейшая и, наверное, одна из самых эффективных и ценных форм переработки отходов. Она пришла в забвение, и мы это наблюдаем каждый год, когда осенью убирают опавшие листья. Листва была бы лучшим удобрением для корней дерева, которое ее сбросило, а если листва мешает, нужно использовать ее для компоста! Поэтому не теряйте мужества, оно окупится и для вас, и для маленького кусочка природы, за которым вы ухаживаете. Вот основные правила по выбору нужного времени, которые вы должны соблюдать.

Устанавливать дощатый ящик для компоста, который должен быть изготовлен из натурального дерева без дна, и начинать закладку компоста нужно при убывающей Луне. Позже, когда вы будете пополнять компостную кучу, вам уже не нужно будет учитывать лунные ритмы. Только если компостная куча быстро увеличивается, например, за счет травы после скашивания или опавшей листвы, нужно ут-

рамбовать ее при растущей Луне, лучше всего за несколько дней до полнолуния. Также иногда помогает полив компоста из садового шланга. В искусственных средствах, способствующих гниению, нет необходимости, природа поможет себе сама. Вам же нужно лишь раз в году, лучше всего весной, укладывать верхние слои рядом с компостной кучей, пока не образуется готовая земля — самый нижний слой, в котором нет дождевых червей. Эту почву вы можете использовать для новых грядок, горшечных цветов и прочих нужд. В следующем году нужно сделать то же самое, только на старом месте, где находилась компостная куча.

О неприятных запахах вам действительно не стоит беспокоиться, так как компост не пахнет, если соблюдать пару основных правил. Вы должны вносить в компост только действительно гниющие вещества растительного происхождения, в сыром виде и без вредных веществ.

Подходящие отходы Свежие кухонные отходы, отходы фруктов и овощей, лишние листья салата, картофельные и другие очистки, перезрелые фрукты и овощи, трава (но только в ограниченных количествах, достаточно одного слоя толщиной 5—10 см), чайная заварка, использованные чайные пакетики и кофейная гуща вместе с фильтром и т. д.

Что ни в коем случае нельзя вносить в компост Остатки приготовленной еды, все без исключений! Рано или поздно остатки пищи (мясо, сырные корки) привлекают паразитов или даже крыс. Отходы экзотических фруктов, кожура цитрусовых, бананов и киви — табу для компоста, как и капустные кочерыжки, наполнители для кошачьего туалета (их ни в коем случае нельзя вносить в компост из соображений безопасности для здоровья), чертополох, ветки кустов роз и ежевики (шипы разлагаются недостаточно быстро, и позже о них можно пораниться).

Лично мы не используем для компоста пакеты из искусственных веществ и бумаги, которые якобы подходят для компоста и хорошо разлагаются. В них часто содержатся многочисленные красители и яды, которые мы не хотим видеть в плодах нашего сада. Во многих домах существует дурная привычка собирать компост в ведра, пока они не на-

полнятся доверху. Они, конечно, неприятно пахнут, и поэтому кухонный компост приходится вынимать и использовать каждый день. В заключение еще один совет: оставьте компост хотя бы на год, любое преждевременное перекапывание и перемещение сильно притормозит процесс разложения.

Если крапива стала настоящим наказанием

С недавних пор после разговора с соседкой я пользуюсь лунным календарем и провожу по нему работы в саду и по дому. У нас небольшое хозяйство. У меня есть один вопрос, и я прошу вашего совета. В нашем курятнике очень сильно разрослась крапива, и я хотела бы избавиться от нее естественным путем. Также мы пускаем туда время от времени двух наших пони, чтобы пришлось гораздо меньше косить. Вот мои вопросы. Почему крапива разрастается все сильнее, что природа хочет нам этим сказать? Что и когда мне нужно сделать, чтобы избавиться от крапивы?

Формулировка вашего вопроса дает понять, что вы открыты новому опыту, который не всегда можно доказать научным путем, но который все же использовался веками благодаря своей ценности, проверенной предшествующими поколениями. Обычно буйный рост крапивы на земельном участке означает, что семье нужно уделять больше внимания очищению крови. Весной срежьте молодую крапиву и высушите ее для чая, лучшее время — период убывания Луны. Если вы сделаете это при растущей Луне, наполняйте сосуды крапивой только при убывающей Луне. Свежие листья вы можете в любое время использовать для заваривания чая или собрать вместо замечательного овоща шпината. Обычно таким образом через год можно избавиться от проблем с крапивой и улучшить состояние вашей крови.

Уход за живой изгородью из граба

Осенью я хочу провести фигурную стрижку моей живой изгороди из граба (ей около четырех лет). Раньше изгородь состояла из поочередно высаженных трех полевых кленов и трех грабов. Но так как клены начали слишком выделяться, я обрезал два крайних кустика клена, так что сейчас этот участок немного «просвечивает». Я хотел бы, чтобы крона граба стала гуще, а часть недостающих кленов можно было бы заменить его ветками, точнее говоря, чтобы ветки находящихся по краям грабов больше.разрастались в сторону того места, где прежде были клены. Какое время идеально для этого подходит? И когда вообще лучше всего заниматься фигурной стрижкой?

Правильно выбранное время поможет вам успешно справиться с работой. Благоприятное время — дни Рака, Скорпиона и Рыб при убывающей Луне. Неблагоприятное время — фаза роста Луны, а особенно — дни Тельца, Девы и Козерога в этой фазе или в день полнолуния. Если вы придерживаетесь правильного времени, изгородь останется надолго живой и не одревеснеет, вырастет очень густая листва. Пробелы вы едва ли сможете заполнить. Если выбрать неправильное время, в изгороди со временем появляются большие проплешины и она становится уязвимой во время бури. Она постепенно одревесневает и погибает.

Живые изгороди из кустарника очень красивы и практичны. Их сочный зеленый цвет действует успокаивающе, и зачастую они — единственный кусочек зелени в городе. Для многочисленных полезных зверьков такие кустарники — единственная возможность хоть где-то поселиться, поэтому живая изгородь везде очень важна и за ней нужно ухаживать.

Укладка дров

Вы не могли бы рассказать мне, какой знак зодиака подходит для укладки дров (пока не совсем сухих!) в подвал или сарай? Подскажите оптимальное время!

Если дрова окончательно не высохли, еще важнее выбрать для укладки правильное время. От этого же зависит, будет ли потом дерево хорошо гореть и греть. Выбранное время влияет на то, высохнет ли дерево или нет и как быстро дерево будет сохнуть. Самое подходящее время — день в фазу убывания Луны, когда она находится в огненном знаке (дни Овна, Льва, Стрельца). Знак Огня необязателен, но вы должны избегать дней Рыб, Рака, Скорпиона и Девы. В дни водных знаков дерево, скорее, останется сырым, а в дни Девы оно привлечет паразитов и плесень.

Что делать с плотной почвой

На моем огороде очень плотная почва. Когда осадки такие обильные, как в этом году, я могу обрабатывать почву только вилами с рукояткой, потому что земля будто бетонированная. Кроме того, после проливного дождя в саду застаивается вода. Я использую садовую известь и гранит, летом мульчирую газон, и все же я в растерянности. К тому же в саду у моей соседки все растет лучше, чем у меня, хотя наши сады расположены рядом друг с другом. Пожалуйста, помогите мне, ведь я так стараюсь, но все безрезультатно.

Вероятно, дело не в климате, потому что в саду вашей соседки, очевидно, все идет хорошо. При организации сада в первую очередь нужно приспособиться к климату и преобладающему типу почвы, если вы хотите добиться успеха в своем предприятии. Глинистые почвы обуславливают иные условия и приносят другие плоды, чем песчаные. Всегда можно изменить ситуацию искусственным путем, но тогда

нужно настойчиво преследовать поставленную цель. Проблемы разрешатся сами собой, если вы будете учитывать лунные ритмы и соблюдать правила благоприятного сочетания растений и севооборота (см. нашу книгу «Живой сад»). Почва слишком плотная? Ничто не мешает хорошему урожаю. На нашем участке земля глинистая и твердая как камень. Позвольте природе работать на себя и упростите себе жизнь: сажайте и собирайте в правильно выбранное время, а остальные работы в саду отложите до благоприятного момента.

Вам могут помочь пара простых уловок: если следующей весной вы посадите на грядки с плотной почвой картофель (при убывающей Луне в день Рыб), проблемы исчезнут сами собой. Осенью вы получите не только картофель, но и замечательную почву. В особо неплодородных местах вы можете выкопать ямку глубиной примерно с ведро и примерно в два раза шире. В течение недели бросайте туда кухонные отходы (но не остатки приготовленной пищи!) и каждый раз присыпайте одной лопатой свежей земли. Наконец, немного утрамбуйте и оставьте до весны. Тогда эти неплодородные места наверняка больше не будут доставлять вам хлопот. Лучшие помощники при любых работах в саду — терпение и выбор правильного времени.

Обрезка плодовых деревьев

Когда мне лучше всего обрезать мои плодовые деревья (яблони, нектариновые, абрикосовые и сливовые деревья, все кустовые и шпалерные деревья)? И действительно ли нужно обрезать молодые побеги на две трети?

Выбор правильного времени действительно очень полезен для обрезки фруктовых деревьев. Самое благоприятное время — последний день плодов (день Овна, Льва, Стрельца) в период убывающей Луны перед новолунием. Но хорошо подходят также любые дни плодов в период убывания Луны. Неблагоприятны все дни в период роста Луны, особенно дни водных знаков (Рака, Скорпиона, Рыб). Если вы

будете придерживаться правильного времени, дерево не потеряет свою силу, а образование плодов будет стимулироваться естественным образом.

Конечно, правильное время для обрезки плодовых деревьев зависит и от местных климатических условий. В большинстве местностей принято обрезать деревья зимой, а некоторым растениям обрезка требуется сразу после сбора урожая. Лучше всего узнайте в ближайшем садоводческом объединении, какое время года лучше подходит для обрезки в вашем регионе, и выберите подходящий день в данный период времени.

Если вы выберете неблагоприятное время, дерево потеряет слишком много сока, а образование плодов будет затруднено. Хотя растение не погибнет, урожай будет меньше или его вовсе не будет. Однако если обрезка будет проведена в полнолуние в знаке Рака, нет даже гарантии, что дерево выживет! Мы советуем срезать все ветки, направленные в центр кроны. Они без особой пользы отбирают у дерева слишком много энергии. Все это подробно описано в нашей книге «Живой сад». Также мы в книге рассказываем конкретнее о том, почему мы не поддерживаем радикальную вырубку плодовых деревьев. Деревья сами очень хорошо знают, что для них полезно, а что нет.

Кратко **ОБРЕЗКА ПЛОДОВЫХ ДЕРЕВЬЕВ**

Обрезать плодовые деревья нужно всегда только при убывающей Луне в дни плодов (дни Овна, Льва, Стрельца)!

Использование медных инструментов в саду

Я слышал, что, если работать в саду медными инструментами, можно получить лучший урожай, а плоды будут богаче минеральными веществами. Вы можете рассказать мне что-нибудь об этом?

Медь — действительно идеальный металл для садовых инструментов. Ее используют с небольшой примесью олова, чтобы добиться нужной твердости. Тот, кто использует медные инструменты, не только получит более высокий урожай, но и убедится, что почва оказывает гораздо меньшее сопротивление, чем при использовании железных инструментов, поэтому инструменты легче скользят в земле. Но еще важнее то, что наши пахотные земли и почва в саду, как правило, недостаточно обеспечены медью, так как получают слишком много азота. Это в свою очередь приводит к недостатку меди — сначала в земле, а потом и в нашем организме.

Нередко недостаток меди приводит к разрушению костей и сопровождается постоянной усталостью и плохим настроением. «Бедности крови» (недостаток железа) всегда предшествует нехватка меди, потому что, если в организме недостаточно меди, он не может усваивать железо, сколько бы препаратов железа вы ни принимали. Так называемые болезни цивилизации, например, изменение структуры волос или потеря вкусовых ощущений, которые сегодня воспринимаются как вполне обычные, можно было бы предотвратить с помощью увеличения количества меди в питании. Если бы использовались медные инструменты, нам больше не пришлось бы беспокоиться о таких проблемах.

Хороший урожай грецкого ореха

Больше пятнадцати лет мы ежегодно получали хороший урожай грецких орехов из сада родителей мужа. Теперь, к сожалению, их больше нет с нами, и мы сами собираем урожай. При этом мы убедились, что с тех пор, как мы ухаживаем за деревьями, качество орехов сильно изменилось. Иногда многие орехи гниют или становятся просто несъедобными. Насколько мы знаем, ро-

дители учитывали влияние Луны при уходе за ореховыми деревьями. Вы можете рассказать нам о таких правилах?

Вы снова сможете радоваться привычно хорошему качеству урожая, если будете выбирать правильное время. Лучше всего поступайте следующим образом. Собирайте урожай при убывающей Луне в дни плодов — в дни Льва и Стрельца. В первую очередь необходимо избегать дней Девы, но дни Рыб и Рака также неблагоприятны. Выберите сухое место для временного хранения урожая и лишь позже занесите орехи в дом. Тогда грецкие орехи останутся гладкими и не будут так сильно усыхать.

Для последующего хранения и использования заносите орехи в дом на хранение в период убывания Луны в день Стрельца, лучше всего в первый из двух или трех дней этого знака. Так они сохранят свой аромат, тонкий вкус и не прогоркнут. Они наверняка переживут Рождество в лучшем виде и понравятся всей семье.

Высокие грядки и их полив

В своей книге «Живой сад» вы пишете, что полив грунтовых растений не требуется. Это правило действует для высоких грядок? И нужно ли накрывать томаты, или можно оставить их на открытом воздухе?

Высокие грядки — замечательная вещь. Но они действительно пострадают, если с самого начала предоставить их самим себе. Если есть опасность высыхания почвы, лучше поливайте грядки первые два года в дни водных знаков (Рака, Скорпиона, Рыб). Тогда позже не понадобится искусственное орошение. Помидоры не нужно накрывать, достаточно лишь поливать их иногда в дни плодов (дни Овна, Льва, Стрельца) или в дни водных знаков. Помидоры не переносят прямого полива — их нужно поливать только под корень. От дождя им ничего не будет, так как к нему помидоры привычны.

Стрижка газона

Уже сейчас я готовлю лунный календарь на грядущий год. Уже многие годы я сверяюсь по вашему лунному календарю: за завтраком я смотрю, что можно сделать сегодня, и решаю, хочется ли мне этим заниматься. Но одного символа мне не хватает: какое время хорошо подходит для стрижки газона? Газонная трава должна расти медленно и густо. До сих пор я отмечала в календаре «день листьев при растущей Луне».

Со стрижкой газона дело обстоит сложнее. Существует огромное отличие между скашиванием высокой травы на лугу косой максимум три раза в год и английским газоном, который стригут раз в неделю с громким треском. Уже поэтому в нашем календаре нет символа для стрижки газона.

На ваш вопрос о правильном времени тоже не так просто ответить. В принципе разумнее всего выбирать только дни листьев: дни Рака, Скорпиона, Рыб. Тогда трава будет выносливой и сохранит свежий зеленый цвет. При убывающей Луне трава растет медленнее, а при растущей — быстрее. Однако это обстоятельство вам не нужно учитывать, так как тот, кто косит только при убывающей Луне, чтобы сэкономить силы, может потом увидеть, как на лужайке появляются участки, лишенные растительности, где трава постепенно просто исчезает. Если вы хотите уложить газон, потому что трава растет недостаточно густо, пожалуйста, всегда делайте это только при убывающей Луне, чтобы земля приняла его как удобрение. При растущей Луне свежеуложенный газон не прорастает в землю и упорно продолжает лежать на земле как кучка травы. Такой газон нужно отправлять в компост. Еще один совет: засевать газон желательно при растущей Луне в дни Льва.

Разведение помидоров

В прошлом году я писала вам, потому что мои помидоры, которые росли на свежем воздухе, погибли, а наш парник был побит градом. В этом году благодаря ва-

шим советам я добилась больших успехов. Спасибо! К сожалению, я не могу найти ваше письмо с ответом. Как мне снова наладить выращивание помидоров?

Мы с удовольствием еще раз перечислим для вас основные правила. Вы можете удачно посадить помидоры на открытом воздухе, если выберете для этого день плодов (день Овна, Льва, Стрельца). Пожалуйста, поливайте помидоры только при посадке, позже — только при большой засухе, и в таком случае исключительно в дни плодов или водных знаков: Рака, Скорпиона, Рыб. Обязательно следите за тем, чтобы растения были влажными только у корней, вода не должна попадать на плоды или листья. Дождь не вреден для помидоров, потому что они могут к нему подготовиться, и он не становится для них потрясением, как в случае полива их из садового шланга. Кстати, это наиболее распространенная причина того, что листья становятся коричневыми.

Если вы помидоры подвешиваете, то палки нужно вставить в землю уже при посадке рассады, а позже, при убывающей Луне, вогнать их глубже в землю. Этого нельзя делать в тот момент, когда вы подвешиваете подросшие помидоры, потому что даже малейшее повреждение корней может навредить плодам. К сожалению, многие растения, купленные на садоводческом рынке, слишком изнежены, и большинство из них не переносит пересадку из парника на открытый воздух. Правило, гласящее, что нельзя, чтобы помидоры попадали под дождь, означает лишь, что их нельзя сажать на подветренной стороне.

Мы всегда используем семена не перенасыщенных удобрениями, натурально выращенных помидоров, которые мы только что с удовольствием съели. Просто выньте семена из пары помидоров, высушите их и храните в темном месте. До сентября вы можете избежать постоянного пасынкования помидоров. Лишь перед первыми заморозками, когда на кусте есть красные и зеленые плоды, можно переходить к следующему этапу работ. Вырвите кустик вместе с помидорами и подвесьте в перевернутом виде в защищен-

ном от мороза месте. Заранее отряхните землю. Тогда вы будете собирать урожай спелых томатов до самой зимы. Мы рады, что вы испробовали этот способ, и желаем вам успехов в следующий раз!

Обрезка старого дерева

Прямо перед моим домом растет сорокалетняя липа, и я очень хотел бы знать, что вы думаете о радикальной обрезке деревьев. Ветки раскинулись далеко над крышей дома. Какое время подходит и насколько коротко можно обрезать ветки? Что еще нужно учесть?

Обрезкой нужно обязательно заниматься только зимой или очень ранней весной. При этом выбирайте период убывающей Луны, дни листьев (дни Рака, Скорпиона, Рыб). Тогда дерево быстро оправится и почти не потеряет своих жизненных сил. Можно провести масштабную обрезку, потому что ветки не должны дотягиваться до крыши дома. Они могут закрыть желоба на крыше и в зависимости от своего размера и веса представляют большую опасность во время бури. Жизненно важно защищать природу и деревья, а лунный календарь может оказаться большой подмогой в этом деле. Но иногда нужно идти на компромиссы. В любом случае при помощи лунного календаря вы можете позаботиться о том, чтобы липа пережила зиму безопасно.

Уход за копытами лошадей и ослов

Я двадцать лет развожу лошадей и ослов, до сих пор при уходе за их копытами я всегда сверялся с лунным календарем, и буду так делать и впредь. Но у меня есть одна проблема. Обычно мы всегда ухаживаем за копытами, в том числе обрезаем их, при убывающей Луне, потому что тогда они растут медленнее, чего мы и добива-

емся. Но у нас есть старая лошадь, у которой, к сожалению, появилось воспаление копыта — с моей лошадью такое происходит впервые! Так как в принципе копыта — ногти лошадей, я не знаю, будет ли правильно обрезать копыта именно в это время. Значит ли символ подходящего времени для обрезания ногтей, что они растут быстрее или что они растут здоровыми?

Наш бывший кузнец, который, к сожалению, умер, всегда подковывал наших лошадей. Он всегда использовал древние знания, так как был кузнецом в пятом поколении, и всегда учитывал положение Луны, если люди не были против, потому что для него дело было не в деньгах, его волновало самочувствие лошади. Но, к сожалению, многие клиенты хотели сами решать, какое время подходит лучше для подковывания. В таких случаях кузнец просто пожимал плечами и делал свою работу. Он обладал невероятными познаниями, и мы многому у него научились.

Ваш прежний кузнец был мудрым человеком, так как выбрать правильное время очень полезно для правильного ухода за копытами и подковывания. Оптимальное время для этого — дни Козерога при убывающей Луне. Но также благоприятно время после заката каждую пятницу — как и для людей в случае стрижки ногтей — независимо от положения Луны. Неблагоприятное время — суббота, а также все дни Рака.

Что касается знака зодиака, то при уходе за очень молодыми лошадьми нужно избегать дней Рыб, потому что в это время их копыта очень уязвимы. Подкова, поставленная в дни Козерога, напротив, держится особенно долго. Если вы выберете дни Козерога или Рыб, с лошадьми всегда должен работать особенно опытный человек, который не переусердствует в расчистке и выравнивании копыт. Все работы по очищению копыт эффективнее проводить при убывающей Луне.

Последние дни для посадки картофеля

Когда в последний раз можно посадить картофель и почему нужно делать это при убывающей Луне в знаке Рыб, но не в дни знаков плодов? Какие растения лучше всего соседствуют со свеклой и краснокочанной капустой?

Время последней посадки картофеля в году зависит от климатических характеристик региона. В горных краях нередко случается, что картофель сажают только в июне. Период убывания Луны и дни Рыб как лучшее время мы советуем, только исходя из своего опыта, объяснить это правило мы не в силах. Если произвести посадку в неправильное время — при растущей Луне — клубни картофеля выйдут из-под земли, позеленеют и будут несъедобными или даже ядовитыми.

Кстати, если вы планируете посадить картофель, чтобы улучшить почву, можно делать это в течение всего года. Что касается обычной посадки картофеля, многие начинают ее уже в апреле. По этому поводу существует старая поговорка, которая снова и снова подтверждается: «Посади меня в апреле — появлюсь, когда захочу. Посади в мае — появлюсь вовремя». Другими словами, ранняя посадка не гарантирует ранний урожай, часто в таком случае урожая может вообще не быть.

Что касается сочетания растений со свеклой и краснокочанной капустой, то свекла хорошо сочетается с огурцами, краснокочанная капуста хорошо развивается рядом с картофелем, но она не сильно требовательна по отношению к соседям. Оба растения очень плохо растут рядом с томатами.

Чистка каменных плит в саду

День за днем я с интересом читаю вашу книгу о лунном годе и удивлен, что очень многое подтверждается на опыте. Но у меня есть один вопрос. В своей книге вы

пишете о картофельной воде и сорняках. Но как ухаживать за шершавыми каменными плитами в саду и на террасе? Год от года они становятся все чернее и покрываются мхом. Если использовать мойку, все становится еще хуже. Есть ли способ, чтобы они снова стали чистыми?

Чистить сиденья и столы на открытом воздухе нужно только при убывающей Луне в дни Рыб весной, в дни Рака — с начала июня и в дни Скорпиона — с зимы до апреля. Для чистки каменной мебели возьмите очень жесткую щетку и воду с чистящим средством, для деревянной мебели — щетку помягче и раствор золы. Тогда они будут как новенькие! Мы не использовали картофельную воду для чистки, только против глубоко укоренившихся сорняков в тех местах, где они действительно могут навредить, — например, если из-за них может подняться плита рядом с лестницей. Воду, в которой отварили картофель, нужно вылить на проблемные места еще горячей.

Что делать с полевками

У меня есть огород, и уже несколько лет на нем очень много полевок! В прошлом году все было не так плачевно. Мы купили и посадили цветы, которые полевки якобы не любят — к сожалению, я уже не помню, как они называются, — но это не помогло! Теперь мы установили в саду ветряк. Говорят, что это тоже должно помочь избавиться от полевок, но и это не помогает! Я уже три раза сеял горох и бобы — все безрезультатно. Они не всходят! Мыши оставили мне только немного моркови и кольраби. Я уверен, что это полевки, потому что вся земля перекопана и проваливается, когда по ней идешь. Даже видны ямы и ходы! Я надеюсь, вы можете мне помочь!

Появление полевок — признак отсутствия равновесия в почве. Ей очень не хватает помощи грызунов или натурального питания. К сожалению, не существует гарантированного способа, но, возможно, вам помогут некоторые уловки. Лучшая защита — обработка земли в саду в соответствии с лунными ритмами, тогда равновесие восстановится.

Лучшая естественная защита от полевок — внимательная кошка. Если она не уследит за мышами, можно прогнать грызунов при помощи пахучих растений, например, рябчика, чеснока или донника. Вы можете вскопать всю землю лопатой при растущей Луне и закопать в каждый появившийся мышиный ход зубчик чеснока или его шелуху. Замечательный овощ топинамбур очень хорошо сочетается с плодовыми деревьями. Он тоже очень нравится полевкам, так что они оставляют деревья в покое.

Следующую безвредную хитрость используйте только в том случае, если можно прогнать мышей на соседние участки. Вставьте в землю по всему участку железные палки и вбейте их настолько глубоко, насколько возможно, молотком или куском железа. Звуковые волны, распространяющиеся под землей, невыносимы для полевок. Повторяйте несколько раз в день, а затем переставьте палки на другие места вашего участка. Через неделю высадите по краю участка чеснок, бархатцы, топинамбур или рябчик — в зависимости от времени года. Когда бархатцы зацветут и дадут семена, вы можете оторвать головки и разбросать по лужайке, и в следующем году бархатцы появятся снова. Если способ с железными палками кажется вам слишком сложным и слишком недружелюбным по отношению к соседям, просто рассадите указанные растения по всему саду, однако в первую очередь вокруг недавно посаженных молодых деревьев. Ветряки не отпугивают полевок, но они хорошо смотрятся и полезны потому, что могут взойти другие посевы, которые иначе склевали бы птицы.

Обрезка дерева в правильное время

Мы хотим обрезать 25-летний белый клен, который стоит очень близко к дому и отбрасывает слишком большую тень. Мы обязательно хотим его сохранить, но нам говорили, что после этого нужно подрезать ветки каждые два-три года, а это может выйти очень дорого. Поэтому мы хотим выбрать день для обрезки весной, когда ветви растут еще не в полную силу. Тогда, может быть, удастся отсрочить следующую обрезку. Кроме того, нам сказали, что белый клен — одно из немногих деревьев, которые нужно обрезать, только когда на нем есть листва. Садовники рекомендуют нам вторую неделю мая. Наш вопрос: какое же время нужно выбрать, чтобы замедлить рост ветвей и при этом не загубить дерево? Мы будем очень рады вашему совету и заранее благодарны.

Если вы хотите сохранить дерево, нужно обрезать его при убывающей Луне в дни Рака или Скорпиона. Также можно выбрать день Рыб как день листьев, но иногда в дни этого знака дерево теряет много соков, потому что знак Рыб находится в восходящей Луне. По нашему мнению, обрезка в мае бессмысленна. Клен относится к деревьям, теряющим при обрезке больше всего сока (поэтому из него и готовят кленовый сироп). Лучшее время для обрезки — декабрь или январь в соответствии с лунными ритмами.

Большое спасибо за скорый ответ. Я хочу передать вам ответ нашего садовника, потому что его слова могут дать вам новую отправную точку в оценке обрезки деревьев:

«Я в принципе не скрываю, что я против эзотерики и учета лунных циклов. В своей работе я опираюсь на знания и обмен опытом, которые собраны и опубликованы Исследовательским обществом по развитию хозяйства и возделыва-

нию земель. С моей профессиональной точки зрения, они соответствуют современному состоянию признанных правил садоводства. Это звучит высокопарно, но для меня они обязательны, и до сих пор эти знания прекрасно мне помогали. Люди, которые ухаживают за деревьями, должны действовать на благо дерева и подрезать цветущие деревья, только когда на них есть листва. Привычка обрезать цветущие деревья, когда на них нет листвы, устарела. Так как вы хотите учитывать лунные циклы, я предлагаю вам выбрать правильное время для обрезки клена, но в тот период, когда на нем есть листва. Я готов помочь в любое подходящее время».

Так думает наш садовник.

Большое спасибо, что передали нам письмо вашего садовника. Немного подумав, мы отвечаем вам. Сегодня в моде искусственные удобрения, а компост, севооборот, правильное выращивание надземных и подземных растений, уход за почвой и работа в саду в правильное время в соответствии с лунными ритмами теперь считаются «устаревшими методами». Сегодня в моде пестициды, а признание влияния Луны, использование естественных средств борьбы с вредителями, саморегуляция организма, отказ от химических веществ и тому подобное считается «старомодным». В моде атомная энергия, а осознание того, что нельзя производить продукцию, чьи отходы облучают землю еще 28 000 лет, — старомодно.

Наука дает нам много преимуществ, но мы все давно знаем, что многие ее обещания относятся к решению проблем, которые она сама же и создала. О последствиях ее суеверной убежденности в прогрессе вы каждый день можете прочитать в газетах. Например, о том, что в последние десятилетия в городе и пригородах вырубают гораздо больше деревьев, чем прежде. Раньше, к примеру, еще не знали, что дереву для выживания необходима его собственная листва. Теперь ее убирают воздуходувом, который работает с

пронзительным треском и приводит к образованию окиси углерода и углекислого газа.

Мы ни в коем случае не отказались бы от нашего многолетнего опыта и опыта наших предков, насчитывающего сотни лет, в пользу «новейших достижений науки», которые приносят лишь одно: абсолютную гарантию, что завтра «новейшим» будет нечто другое.

Конечно, если выбрать для обрезки ветвей у деревьев неправильное время, они не погибнут все разом, но точно будут ослаблены. Кроме того, большую роль играет самоотдача и любовь садовника. Достаточно ли любит свое дело ваш садовник, мы судить не можем, однако, очевидно, он очень убежден в правоте научного подхода.

И наконец, дадим вам пищу для размышлений. Лишь очень редко садовнику приходится действительно поплатиться за неправильный выбор времени для обрезки старого дерева, потому что пройдет достаточно много времени, прежде чем можно будет увидеть, как ошибочные шаги отразились на состоянии дерева. У ложной уверенности в своей правоте, в которой пребывает наука, есть свои причины. Науку можно сравнить с хирургом, годами не подозревающим о последствиях операций, совершенных в неправильно выбранное время, потому что такие вещи обнаруживаются во время послеоперационного ухода за больным, как затягиваюся рубцы, в ходе лечения и реабилитации. Как уже сказано, теперь дело за вами и вашим внутренним чутьем. Желаем вам успехов, всего хорошего и удачи!

Босс, если бы мы только знали, что могут сказать камни, цветы, дождь! Может быть, они зовут — зовут нас! — а мы не слышим. Босс, когда люди научатся слышать? Когда мы откроем глаза, чтобы увидеть? Когда мы сможем простереть руки, чтобы обнять все: камни, дождь, цветы — и людей?

(Алексис Зорбас)

Сказка о десятом крестьянине

Сказкой о десятом крестьянине мы часто сопровождаем наши ответы на письма читателей о «состоянии современного сельского хозяйства». В течение времени между появлением нашей первой книги «Все в нужный момент» в 1991 году и 2001 годом число крестьян, производящих натуральные, экологически чистые продукты, в немецкоязычных странах увеличилось в десять раз. Как мы позже узнали, свою роль в этом сыграла наша книга и эта сказка.

Жил да был крестьянин, который был известен тем, что всегда шел необыкновенными и всегда своими собственными путями. Наделенный чудесными способностями, даром проницательности и дальновидности, он будто бы мог видеть все сразу: лето и зиму, мокрые поля и сухие степи, богатые урожаи и голодные годы, полезные растения и сорняки. За любыми различиями и противоречиями он узнавал единство, то, что соединяло, находил скрытый смысл в, казалось бы, бессмысленных вещах. Он хорошо знал, как найти счастье даже в сложной ситуации.

Все его действия были проникнуты любовью ко всему, что жило и росло, что дышало и созревало. Природа была для него Божьим даром. Слова из Библии «обладайте землей» он всегда понимал как призыв к взаимовыручке и благодарности, а не как указание порабощения человеком природы.

Он гордился тем, что ему было позволено быть крестьянином, и считал это даром, почти незаслуженной привилегией, несмотря на свою усердную работу. Чувствуя особое благоволение судьбы, в повседневной жизни он был удивительно скромен и приветлив. Он сохранял невозмутимость посреди неспокойного житейского моря, боязливо ожидающего, рассеется ли буря на горизонте или нет. Он был честен сам с собой.

Его воодушевляла любознательность ко всему на свете, присущая нам всем, если мы готовы к саморазвитию. «Через

сто лет у нас будет достаточно времени для сна», — так он всегда говорил своей семье, если его близкие в очередной раз удивлялись, когда он пробовал что-то новое: особенный способ выращивания, новый технический прием, по-новому использовал древние знания.

Некоторые люди, не так хорошо его знавшие, немного побаивались его, потому что он зачастую мог предвидеть будущее. Прежде всего, он мог угадать действительность за видимостью, истину за декорациями, могу распознать правду за ложью и лозунгами. В некоторой степени эта способность была загадкой для него самого, потому что она почти всегда проявлялась тихим голосом в его левом ухе. Этот голос переводил «десятому крестьянину» (так мы будем его называть), напрямую и простыми словами, что на самом деле хотел сказать его собеседник. Обращаясь к внутреннему голосу, крестьянин называл его своим «маленьким переводчиком и другом». Благодаря этому голосу у крестьянина возникало ощущение, что он может видеть невидимые нити, на которых подвешены люди, распространявшие ложь или говорившие так, будто ими управляют невидимые заказчики или властелины. Если собеседник говорил искренне, переводчик молчал или тихо бормотал: «Это просто замечательно!» Если крестьянину говорили неправду или нелогичную ерунду, то внутренний голос мгновенно ему помогал правильно понять услышанное. Иногда это было очень забавно, потому что маленький друг сразу начинал тараторить, если, например, кто-то начинал предложение со слов «Вы правы, но...». В таком случае голос всегда бормотал: «Он имеет в виду «нет!»

Часто голос маленького переводчика звучал немного печально, потому что он знал, какие истинные мотивы скрывались за красивыми словами собеседника. Каждый раз, когда крестьянин шел к мяснику, который дружелюбно приветствовал его: «Доброе утро! Как ваши дела сегодня?» — внутренний голос помогал ему правильно понять сказанное: «Надеюсь, на этот раз этот скряга купит чуть больше, чем обычно». Иногда крестьянину хотелось, чтобы друг в его

ухе позволял бы себе время от времени отпуск. Но маленький толкователь был дан ему судьбой и остался его верным спутником, на которого крестьянин всегда мог положиться.

Наша маленькая история начинается с того, что однажды в деревенском трактире по приглашению заезжего торговца собрались все десять крестьян Большой Долины, чтобы послушать его речь. Наш друг, десятый крестьянин, тоже пришел, чтобы послушать, что нового происходит в мире. По-городскому элегантный незнакомец представился как АГЕНТ и сказал, что пришел, чтобы сообщить о наступлении чудесного «нового времени» и помочь крестьянам в этом сонном, почти забытом уголке мира, чтобы и они участвовали в общем прогрессе человечества.

Он встал перед крестьянами, поставил рядом стол, на котором, очевидно, лежал только один предмет, который он принес с собой: черный-черный блестящий цилиндр, поставленный вниз дном. Любопытство, скрытый скепсис, наигранная невозмутимость — все это можно было прочитать на лицах крестьян. Прежде чем начать говорить, агент опустил руку в цилиндр и вынул оттуда тяжелый бумажный пакет, который весил килограммов двадцать. Он надорвал пакет искусным взмахом руки, зачерпнул горсть сильно пахнущих зернышек с синеватым блеском, торжествующе оглядел комнату и заговорил нараспев мягким, многозначительным баритоном: «Господа, у нас есть окончательное решение всех ваших проблем... **Искусственные удобрения**!»

В этот момент друг в голове десятого крестьянина подал голос и настойчиво забормотал: «Он имеет в виду: «Я знаю окончательное решение всех моих собственных проблем и проблем моих начальников! Фастфуд для ваших растений».

Девять крестьян неподвижно слушали, десятый немного наклонил голову набок. Искусно выдержав неестественно долгую паузу, агент продолжил: «Магическое вещество, вол-

шебное средство новой эпохи — с ним ваши зерновые культуры будут расти почти в два раза быстрее, а урожай не удвоится — нет, он утроится! Да, с ним вы сможете собирать урожай даже дважды в год! Ах да, конечно, у него есть цена, но с такими замечательными перспективами вы не пожалеете о паре потраченных серебряных! Вдобавок это средство поможет нам решить проблему мирового голода!»

Сразу появился внутренний голос и зашептал в ухо десятому крестьянину, что на самом деле сказал агент: «Мы его произвели, а теперь хотим его продавать. И желательно все больше и больше с каждым годом. Все остальное нас не интересует».

Девять крестьян начали перешептываться, у них заблестели глаза, и они уже потирали руки. Однако десятый крестьянин встал и попросил слова. Спокойным, твердым голосом он сказал: «Природа любит нас и заботится о нас, и каждый из нас ежедневно может в этом убедиться. Принудительное удобрение и перекорм растений, которые вы сейчас нам предлагаете, имеют неизбежные последствия. Мудрая природа распознает чрезмерно большие, слабые и безжизненные плоды как искусственный и больной продукт, который и людям приносит болезни. Мудрая и щедрая, она поднимется ради нас на защиту. Она примет точно подходящие ответные меры и пошлет нам много растений и насекомых. То, что вы называете «сорняками» и «вредителями», восстанавливает здоровое равновесие в почве и нашем организме и уничтожает нездоровые плоды. Зачем тогда начинать такую войну с природой, если мы уже сейчас знаем причины и следствия?»

Девять крестьян забеспокоились, им стало неловко от откровенных речей десятого крестьянина. Однако агент снисходительно и натянуто улыбнулся и сказал: «Не беспокойтесь, сударь, мы давно об этом знаем, об этом мы уже позаботились». Он снова запустил руку глубоко в цилиндр и достал еще жестяных банок, пакетов и спреев, на этикетках

которых было мало больших букв, много мелкого шрифта и маленький значок «череп». «С этими средствами вы очень быстро уничтожите всех вредителей и все сорняки, которые хотят лишить плоды всего вложенного в них труда и сил. Средств хватает надолго, и они не требуют затрат при покупке!»

Внутренний голос не медлил ни секунды и исправил слова агента: «Мы создаем проблему — мы зарабатываем на проблеме, мы ищем решение — мы зарабатываем на поиске решения, мы боремся с симптомами — мы зарабатываем на борьбе с симптомами, мы создаем новые проблемы — мы зарабатываем на решении новых проблем. Много денег, большой товарооборот!»

Девять крестьян забормотали одобрительные слова в пользу мудрости и дальновидности агента. Но десятый крестьянин продолжал: «У выращенных таким образом плодов нет жизненных сил, необходимых человеку. В них нет ничего полезного, эти плоды не могут считаться продуктами питания, а по прошествии времени становятся ядом».

Очевидно, агент хорошо подготовился и только и ждал этих слов. Он опустил руку в цилиндр и достал оттуда горсть пестрых жестяных баночек и коробочек: «Не проблема! Те же замечательные фирмы, которые поставляют вам удобрения и пестициды, десятилетиями вели блестящую исследовательскую работу. Они разработали удивительные пищевые добавки, которые восполнят любой недостаток питательных веществ. И тогда все отлично встанет на свои места: вы сможете не повышать цены, останетесь конкурентоспособны и к тому же создадите много рабочих мест в химической промышленности. Тогда можно спать со спокойной совестью, разве нет?»

Внутренний голос сделал свое дело и сообщил истинные слова агента и его заказчика: «Мы десятилетиями проводили блестящую исследовательскую работу и

разработали пищевые добавки, которые восполняют пробелы, которые мы же и создаем. Средства воссоздают то, что мы же и разрушили. Но они не до конца справляются, появляются другие проблемы. Мы точно знаем, как сделать деньги на неполноценности продуктов и вашей усталости. Мы получаем золото, а вы остаетесь в неведении».

Девять крестьян согласно закивали и были несколько недовольны, когда десятый крестьянин снова взял слово и предложил подумать: «Все эти пестициды накапливаются в урожае, почве, воде, воздухе, организмах животных и людей и приводят к возникновению болезней. Организм не может усваивать пищевые добавки — за редким исключением, недостаток веществ остается и приводит к полноте и зависимости, так как организм пытается выжать из бесполезных плодов хоть что-то полезное».

Агент понимающе кивнул, вынул из цилиндра огромный мешок, полный разноцветных упаковок с лекарствами и заговорил покровительственным тоном: «Все известно, выполнено, предусмотрено, дорогой мой. Фирмы, производящие для вас удобрения, пестициды и биодобавки, не ленятся. Они не жалели сил и средств и в ходе многолетней и дорогостоящей исследовательской работы выяснили, как справиться с любыми мелкими болячками и любой аллергией и избыточным весом. Видите, мы все продумали!» Его лицо излучало радость, которую испытывает человек, хорошо делающий свою работу, процветающий на ней и уверенный в том, что приносит пользу человечеству.

Если верить внутреннему голосу, вот истинные слова агента: «Мы зарабатываем на разрушении, мы зарабатываем на восстановлении, но мы восстанавливаем лишь наполовину и недостаточно качественно, потому что тогда мы можем зарабатывать на постоянных исправлениях. Борьба с симптомами — вот волшебное слово!»

Девять крестьян поверили внутренней силе слов агента и были довольны. Десятый крестьянин сказал тихим, но твердым голосом: «Ваша медицина лечит лишь симптомы болезней, от этого никто не будет здоровее, к тому же нас убивают побочные эффекты. Зачем нужно дорогое лечение, если так легко предотвратить возникновение болезни?»

Рука агента уже скрылась в цилиндре, прежде чем десятый крестьянин закончил предложение. «Вот новые медикаменты, которые держат под угрозой и искореняют все побочные эффекты прежних лекарств — даже прежде чем они проявятся!» — торжествующе крикнул он слушателям.

Внутренний голос не уставал сообщать настоящие слова агента: «Мы зарабатываем на разрушении, мы зарабатываем на восстановлении, мы восстанавливаем лишь наполовину, потому что тогда мы зарабатываем на постоянных исправлениях».

Прежде чем десятый крестьянин успел перевести дух, агент еще раз запустил руку в цилиндр и вынул прелестную маленькую деревянную модель, ярко раскрашенную и искусно изготовленную вручную. Слева был изображен удивительно разнообразный деревенский пейзаж, который когда-то украшал нашу планету, а справа — модель, которую обещал агент, — так сказать, «до и после». Сторону «до» украшали извилистые сверкающие ручьи, переполненные раками и рыбой, обрамленные деревьями и кустами; радостный лоскутный ковер с многоцветными полями, лесочками, полянами, камнями, живыми изгородями и т. д. Это был маленький рай. На другой, современной, прогрессивной стороне «после», напротив, было мало больших пространств, совершенно прямые бетонированные водотоки, асфальтированные дороги, прямые углы, большие тракторы, которые своим весом глубоко продавливали и повреждали почвы на полях и в лесу — однообразие везде, куда хватало глаз.

«Именно ЭТО — чудесное будущее! Больше места для быстрой и простой работы, пространство для больших ма-

шин, гораздо более успешные урожаи! Кстати, вы сможете выбросить свои лунные календари вместе со старой бумагой. Вам больше не придется прислушиваться к ритмам природы и Луны, через пару лет они окажутся в царстве старомодности и суеверия».

Внутренний голос сразу выполнил свою работу и выставил агента в истинном свете: «Мы зарабатываем на разрушении, мы зарабатываем на восстановлении. Знания о лунных ритмах — вчерашний день! Химия и промышленность могут позволить себе пренебрегать их влиянием, потому что мы предусмотрели любые пагубные последствия. Эта система очень проста: мы зарабатываем на успехе, мы зарабатываем на неудаче».

И агент еще раз опустил руку в цилиндр и достал государственные дотации, исчисляющиеся миллиардами, и многочисленные научные труды, которые точно обосновывали и «доказывали» ценность и смысл этих вмешательств и изменений: очищения от сорняков полей, выпрямления русла рек, сплошной вырубки леса. Они без сомнения разрешались, причем с использованием научных терминов, которые на тот момент, к сожалению, никакой переводчик перевести не мог.

У девяти крестьян горели глаза, и они были в ярости, когда десятый крестьянин снова начал: «А что делать с неизбежным вымыванием и разрушением почвы, ее перекислением, которое превращает плодородную землю в пустыню? Что делать с неизбежными наводнениями, огромными издержками на техобслуживание машин, предотвращение катастроф и устранение ущерба, не говоря уже о разрушении жизненного пространства животных?»

«Никаких проблем! — непоколебимо сказал агент. — Естественно, наука напряженно работала, чтобы справиться со всеми этими вопросами».

Не колеблясь, внутренний голос десятого крестьянина объяснил истинные мысли агента и кукловодов на заднем плане: «Мы создаем проблему и зарабатываем на

ней, мы работаем над ее решением и зарабатываем на этом, мы затягиваем получение нужного решения как можно дольше и зарабатываем на этом».

И он снова запустил руку в цилиндр и вынул оттуда обещания государства о многомиллиардной финансовой поддержке и многочисленные научные труды, которые точно доказывали смысл ренатуризации ручьев и рек, ликвидации переустройства полей и доказывали, что, без сомнения, их нужно разрешить, причем объясняли это словами, которых не понял ни один крестьянин. Дополнительно агент раздал бланки для заявления о получении кредита, который был на полпроцента ниже, чем обычно.

Десятый крестьянин сказал твердым голосом: «Если мы будем вести хозяйство таким образом, мы разрушим и грунтовые воды! Где нам тогда взять чистую воду?»

Агент громко рассмеялся: «Вы не поверите, но у нас и на этот вопрос есть ответ! Он просто гениален и гениален просто: после интенсивных исследований и изучения статистики мы просто завысили предельное значение содержания ядов в воде! Мы установили, что лишь немногие особенно чувствительные люди — в основном дети — отрицательно реагировали на почти не загрязненную воду. Ах да, в таком случае всегда есть еще один способ!» — и он вынул из цилиндра тяжелый прибор сложной конструкции для очистки воды, с помощью которого при большом потреблении электроэнергии можно превратить воду в безжизненную стерильную жидкость.

Уже несколько утомленно внутренний голос изложил то, что на самом деле имел в виду агент: «Мы создаем проблему и зарабатываем на ней, мы работаем над решением и зарабатываем на этом, мы затягиваем поиск нужного решения как можно дольше и зарабатываем на этом. О том, что стерильная вода безжизненна, никому не надо знать».

Десятый крестьянин сказал: «При таком способе ведения хозяйства будут развиваться опаснейшие выносливые бактерии, неуязвимые для любых пестицидов и антибиотиков».

Агент снисходительно кивнул и великодушно сказал: «Спасибо и за это возражение, но это тоже в действительности не является проблемой! Наши генные инженеры вырастили совершенно новые культурные растения, которые не будут болеть, как показали исследования и испытания на открытом воздухе. И каждый год вы гарантированно можете приобрести у нас семена!»

Внутренний голос не знал пощады и правдиво рассказал, о чем умолчал агент: «Мы создаем огромную проблему и отлично на этом зарабатываем, мы работаем пару десятилетий над решением и отлично на этом зарабатываем, мы затягиваем поиск нужного решения как можно дольше и зарабатываем на этом безумные деньги. И что самое прекрасное, с некоторыми вредными последствиями уже нельзя справиться: ОНИ лишь увеличивают товарооборот!»

Десятый крестьянин: «Не раньше чем через тридцать лет станет очевидно, какое влияние генномодифицированные растения оказывают на окружающую среду, здоровье человека и животных. Почти все эти искусственно полученные растения вредны для полезных растений. Нас уже покидают пчелы! Зачем тогда идти сегодня на такой риск?»

Агент покачал головой: «Где же дух первооткрывательства, которым вы так славитесь? Без риска нет прогресса. Если все удастся, то выгода будет во много раз больше, чем при использовании общепринятых методов, не так ли?»

Внутренний голос был краток и объяснил слова агента: «Вспомните о своей гордости, тогда денежные дела пойдут в гору».

Десятый крестьянин ответил: «Каждый должен решать сам, согласится ли он быть подопытным кроликом в этом эксперименте». Агент: «Мой хороший, где же ваше понима-

ние людей? Тогда никто бы не стал участвовать! Нет, иногда нужно осчастливить человечество принудительно. Кстати, есть большое преимущество — качество останется прежним!»

Внутренний голос изложил смысл, который таился за словами агента: «Вспомните о своей гордости, тогда денежные дела пойдут в гору».

Десятый крестьянин оставался непоколебим: «Мы больше не сможем получать семена самостоятельно, как это было столетиями, нам придется снова и снова покупать семена скрещенных растений».

Агент не изменился в лице: «Это не проблема, мой дорогой, этот недостаток — ваше преимущество! Во-первых, вы всегда будете получать новейшую генно-модифицированную продукцию с нашей фабрики, это мы вам гарантируем. Во-вторых, мы, естественно, договорились с нашими близкими друзьями в банках, которые предоставляют кредиты на благоприятных условиях в случае крайней необходимости. Ваши кооперативы и профсоюзы также призваны вас поддерживать, это же их главный смысл и задача, не так ли?»

Внутренний голос передал истинные мысли агента: «Вспомните, что вам необходима безопасность, тогда денежные дела пойдут в гору».

Десятый крестьянин: «Эти бесплодные растения — не настоящие продукты, потому что они стерильны, их внутренняя жизненная сила уничтожена. Они ослабляют здоровье людей».

Агент воскликнул: «Хорошо сказано, но не до конца продумано! К счастью, мы уже вышли из Средневековья, и беспристрастные ученые уже без сомнений развенчали ваши убеждения как суеверие».

Внутренний голос объяснил, что агент не сказал, но имел в виду: «Против таких возражений у нас есть ученые, которым мы хорошо платим и которые по нашему

поручению без сомнений развенчивают ваши убеждения как суеверие. Хотя каждый чувствует на себе, что эти исследования не отражают действительного положения вещей, но то, что может увидеть и почувствовать любой неспециалист, в науке не имеет значения — и нам это только на руку, и не только в таком случае».

Не дожидаясь ответа, он снова запустил руку в цилиндр: «А вот философский камень для опытных животноводов! Больше никакого изнурительного производства корма для животных, вместо этого — корм, придающий сил, чистый силос, инкубаторы и новые технологии для содержания домашних животных». Как детские кубики, на стол падали образцы и маленькие модели помещений для животных, а девять крестьян удивлялись и одобрительно перешептывались.

Внутренний голос пояснил, что скрывалось за красивыми словами: «Агент считает, что вы должны купить эту штуку, тогда вы попадете в его западню, потому что этот корм приносит животным болезни, ослабляет их здоровье, и вдобавок вызывает привыкание к этим продуктам!»

Десятого крестьянина нельзя было сбить с толку: «Что же будет с нашими продуктами, если мы будем так работать? Животных придется успокаивать и лечить многочисленными медикаментами. Кто же сможет взять на себя ответственность за то, что качество продаваемых мяса и молока не вызывает сомнений? Кто оплатит медицинские счета покупателей? Что будет с животными и их жизнью? Это же чувствующие разумные существа! Содержание животных в соответствии с древними традициями не роскошь, а необходимость, если мы хотим вести хозяйство как люди!»

Агент остался невозмутим: «Я уже сказал, что против всех этих недугов мы разработали замечательные медикаменты. Проблема просто надумана. Вы можете безоговорочно доверять науке».

Внутренний голос был тут как тут и передал настоящие мысли работодателя агента: «Об этом не стоит и говорить, в отличие от огромных прибылей и преимуществ! Ведь никто не знает о том, что сильная усталость, которую все испытывают после употребления безжизненных продуктов, вызвана самими продуктами. Существует огромное количество средств — от кофе, который можно достать всюду, до различных вызывающих привыкание веществ, находящихся в свободной продаже. Это гарантирует огромный товарооборот тем же фирмам, которые производят для вас плоды цивилизации!»

Десятый крестьянин вздохнул и тихо сказал: «Каждый из нас станет колесиком в замкнутом круге, и, конечно, никто больше не сможет спать спокойно. Я бы точно не смог смотреть на себя в зеркало по утрам».

На это у агента уже был готов ответ, и он вынул из цилиндра большую охапку разноцветных глянцевых проспектов и медицинскую карту, которые показал крестьянам. «Мы давно об этом знаем и хорошо подготовились! Вот, чтобы вы изменили свое мнение. Слишком много пессимизма вредно для здоровья! От него одни морщины!» И он радостно и ободряюще засмеялся.

Внутренний голос снова начал пояснять слова агента: «Мы хорошо все предусмотрели. Ежедневно наши рекламные агентства по всему миру убеждают потребителей, что сахар полезен для здоровья, что мясо, белая мука и молоко также полезны, что удобрения и пестициды безвредны, а генная инженерия и клонирование — отличная идея. Хотя уже давным-давно доказано противоположное. А когда не останется ученых, которым мы не заплатили бы, количество исследований, выясняющих правду, будет сдерживаться в рамках дозволенного, и результаты едва ли достигнут широкого потребителя. А если это все же случится, от них просто отмахнутся как от обременительных и устаревших.

С такой всеобъемлющей и интенсивной информационной политикой вам придется долго искать человека, которого она бы не впечатлила! Да, что касается ваших угрызений совести, то для этого у нас для вас есть Евросоюз и различные профсоюзы. Они оплачивают не только вред, который приносит организму использование пестицидов и потребление ваших собственных продуктов, — они оплачивают еще и необходимое внушение, чтобы вы оставили такие мысли».

Девять крестьян были довольны, а десятый крестьянин сделал глубокий вдох и заговорил снова: «Это безоговорочная зависимость, которой мы должны покориться, это глубочайшее рабство. Зависимость от банков, политиков, ученых, фармацевтики, государственной поддержки, производителей семян, машиностроительных фирм, субсидий, выплат пенсии, ветеринаров, психотерапевтов, которые должны будут успокоить нашу нечистую совесть. Это зависимость, в которую еще никогда не попадали фермеры. Никто больше не будет хозяином самому себе!»

Агент ненадолго опустил глаза: «Зачем столько пессимизма? Мы видим в этом безопасность и прогресс. Я вижу объединение, глобализацию и радостное сотрудничество, действующие всем на пользу. Со всех сторон о вас будут заботиться и беспокоиться о вашем хорошем самочувствии! Наконец, вы будете в ответ заботиться о пропитании всех нас и к тому же гарантируете бесчисленное множество рабочих мест!»

Последнее предложение агент произнес чуть дрожащим от умиления и пафоса голосом, так что девять крестьян были очень польщены. Именно им было суждено поддерживать жизнедеятельность этого чудесного круговорота, этой системы производства ненасыщающих продуктов, денег и рабочих мест. Они были горды собой!

Снова взяв слово, агент в последний раз опустил руку в цилиндр и достал оттуда маленькую флейту. Он тихо заи-

грал на ней, и под мелодию и в такт древней песни девять крестьян по очереди встали и последовали за агентом. Теперь они «добровольно» следовали за ним, каждый по своей собственной причине.

Одному понравилась мысль, что его наконец-то будут считать «прогрессивным», а не просто «тупым крестьянином».

Второго крестьянина влекла жажда денег, имущества и государственной поддержки, потому что он слышал, что платят даже за безделье и невозделанные поля.

Третий крестьянин не хотел признаваться, что не понял почти ни слова из запутанной речи агента. Он присоединился ко всем, потому что большинство всегда право.

У четвертого крестьянина была большая семья, которую нужно было кормить. Им руководил страх потерпеть экономический крах, а слово «зависимость» звучало для него скорее как обещание, а не угроза.

Пятый крестьянин уже давно хотел доказать всему миру, и прежде всего родителям, что он на «что-то» годится. Его в руки агента гнали сомнения в своей значимости.

Шестой крестьянин слепо верил любым «научным исследованиям» и уже в детстве перестал слушать внутренний голос, который мог бы спасти всех нас.

Седьмой крестьянин был впечатлен авторитетным, уверенным поведением агента. Тот, кто имеет храбрость на такое представление, не может ошибаться.

Восьмой крестьянин последовал за агентом, потому что боялся остаться в одиночестве, а вопросы десятого крестьянина казались ему слишком наглыми и неуважительными, чтобы он мог себе представить, что может выбрать «кого-нибудь такого» в качестве проводника.

Девятый крестьянин пошел за агентом, потому что его совершенно зачаровал звук флейты. Он подумал: «Как чудесно! Тот, кто так играет, несомненно, достоин моего доверия, потому что у плохих людей нет песен».

Десятый крестьянин остался на месте и задумчиво смотрел на остальных девятерых и на агента. Потом он встал, вернулся на свой двор и продолжил заниматься своим золо-

тым ремеслом, используя естественные природные методы. Он продолжил выращивать фрукты и овощи, которые несли в себе всю силу здоровой почвы — настоящие продукты питания, которые сохраняют и приносят людям здоровье. Крестьянина мысленно поддерживали люди, которые умели ценить его работу, — десять семей долины, которые решили запасаться продуктами только у него. «И если бы завтра мир погиб, сегодня я посадил бы еще одно дерево».

Дорогая читательница, дорогой читатель, вы хотите помочь десятому крестьянину? Нет ничего проще, потому что каждый раз, решая в повседневной жизни, что попадет на ваш стол, вы и помогаете десятому крестьянину, и заботитесь о том, чтобы в будущем было как можно больше таких крестьян, как он. Или вы выберете другое будущее, о предвестниках которого мы каждый день читаем в газетах. Вот так выглядит альтернатива. Все в ваших руках.

Вопросы на различные темы

Триумфальное шествие лунного календаря

В чем, по вашему мнению, заключается успех ваших книг? Почему так много людей охотно принимает влияние Луны как своего рода «лоцмана» своей жизни?

Нам тоже не так-то просто ответить на этот вопрос. Мы лишь можем сказать, что мы старались писать просто и откровенно и принимать читателя всерьез. Это просто кладезь знаний, чтение и применение которого не требует ученой степени. Уже через несколько недель экспериментирования и накопления опыта с тем или иным правилом согласно лунным ритмам вы увидите, какой хороший результат это принесет — в садоводстве или уходе за телом, в ремонте или профилактике. А что может быть убедительнее успеха? «Я стригусь в дни Льва, и волосы становятся гуще, а перхоть исчезла. Посмотрим, что еще есть в этой книге...» Наверняка большинство наших читателей выбрали этот или схожий путь. Лоцманом в своей жизни я выбираю того, кто приводит меня к цели. К счастью, мы живем в эпоху, которая чуть быстрее избавляется от мнимых «лоцманов». Но, возможно, верно и то, что нам недавно сказали: «Конечно, авторы книги о нужном моменте знают и нужное время для ее опубликования, не так ли?»

Научный скепсис

Большинство ученых сомневается во власти Луны над людьми. Лично вы аргументируете свое мнение «древними знаниями». Насколько, по-вашему, надежны личные наблюдения?

В начале пути, приводящего к полезному опыту, благоразумию и знаниям, нас часто сопровождают глубокие сомнения. Многие ученые, целители, профессиональные садоводы и крестьяне, с которыми мы сегодня тесно сотрудничаем, поначалу были очень скептично настроены. Теперь они с улыбкой вспоминают о том времени и больше не могут представить свою жизнь и работу без знаний о Луне. Конечно, во всем мире есть люди, которые посвящают свою жизнь поиску доказательств того, что что-то *не* работает. Мы не делаем ничего, чтобы убедить их в действенности лунных правил, мы не приводим им аргументы в пользу влияния Луны. Но мы делаем все, чтобы напомнить людям об их праве на свободу мысли, то есть о том, что они не должны дожидаться милости от науки, чтобы научиться получать пользу из тысячелетнего опыта предыдущих поколений.

Вопрос о надежности личного опыта порожден лишь желанием получить гарантию и залог успеха. Их, к сожалению, не существует. Можно довериться лунным правилам и добиться хороших результатов. Случится ли то же самое и завтра? Никто не может дать гарантии. Личный опыт чрезвычайно ценен, если он полезен для меня. Если я становлюсь рабом правил и возвожу их в «нормы и принципы», это истощит мою душу.

Лунный календарь в работе предприятия

Как я, индивидуальный предприниматель, могу использовать знания о лунных ритмах в своей работе? Я же не могу просто закрывать предприятие в «плохие дни»?

Вам не стоит беспокоиться. Пройдет еще некоторое время, прежде чем знания о благодатном влиянии природных и лунных ритмов снова будут повсюду приняты. Просто

планируйте особо сложные задания на подходящие для этого дни, а все остальное делайте, как привыкли. Со временем вы сами убедитесь, что вы сможете перестроить организацию того или иного процесса так, что правильное время будет использовано самым лучшим образом. Не нужно слишком торопиться, фанатично увлекаться, во всем должна быть мера — тогда все пойдет как надо.

С другой стороны, сегодня уже существуют многочисленные фирмы, в чьем производстве прочно укрепились древние познания. Их используют как в профессиональной области, так и в любой другой, которая каким-либо образом может выиграть от выбора правильного времени: от стоматолога и уборщика здания до заведующего реабилитационной клиникой. У этих фирм больше не существует сложностей в планировании времени. Они просто назначают виды работ, которые не требуют большого внимания и много времени, — от бухгалтерии и размещения товара до выполнения неоконченной работы — на неблагоприятные дни. Или они просто принимают во внимание те лунные правила, которые приносят хороший результат, потому что любая работа, проведенная при неблагоприятном положении Луны, не только менее успешна — ее результаты менее пригодны. Работа в неблагоприятное время идет гораздо напряженнее и становится более трудоемкой, а иногда даже приводит к неприятным последствиям. Мы не хотим убеждать вас — убедитесь в этом на собственном опыте.

Расчет лунного календаря

Как можно рассчитать календарь, который находится в приложении к вашим книгам? Могу ли я составить его самостоятельно?

Составление календаря — очень хлопотное дело, к тому же это излишне, потому что существуют специальные компьютерные программы. Важно лишь использовать астрологический, а не астрономический лунный календарь. Извес-

тен факт, что Луна «спешит» и в течение примерно 28 000 лет проходит весь зодиакальный круг. Происходит так, что примерно через 10 000 лет она находится в знаке Девы, в то время как в лунном календаре указано, что Луна находится в знаке Овна. Первые составители календарей, наверное, не могли подозревать об этом смещении, однако оно не имело для них значения, потому что действительно важно то, что календарь всегда точно отражает влияние **сил природы**, по которым названы двенадцать знаков зодиака, а не действительное положение Луны. Нам лишь важно знать, что календарь в приложении к нашим книгам правильно указывает влияние Луны.

Большинству людей, выросших с лунным календарем и учитывающих в своих действиях правило нужного момента, часто вовсе не приходится сверяться с календарем, так как в природе существуют многочисленные признаки, которые четко показывают смену одного знака зодиака на другой. Нужно лишь научиться обращать на них внимание: резкий солнечный свет в дни воздушных знаков (Близнецов, Весов, Водолея), особенности кровообращения в дни Льва, разница в высыхании газона в дни водных и огненных знаков (Рака, Скорпиона, Рыб или Овна, Льва, Стрельца), легкая головная боль при наступлении дней Овна, то, как усваивается жирная пища, и другие. Многие люди зачастую бессознательно ориентируются на эти знаки, которые каждый день указывают нам самый правильный путь в наших начинаниях.

Происхождение знаний о Луне

Вы говорите, что знания о Луне вы получили от дедушки, но ведь не все, не так ли? Как вы выяснили влияние Луны на отдельные аспекты, например, «ремонт в соответствии с влиянием Луны» или «похудение с Луной»? И планируются ли новые книги или все уже сказано?

Действительно, почти все знания переданы мне моим дедушкой Йозефом Коллером. В крестьянском доме, где под одной крышей живет большая семья, известны все сферы жизни, подверженные лунному влиянию: от вырубки деревьев и здорового питания до несложной операции, потому что мы часто не могли вызвать врача на горное пастбище. Мы не проводили исследований, мы не передаем в наших книгах чужие знания — исключительно личный положительный опыт. Я думаю, это чувствуют и наши читатели. Опыт использования наших советов все скажет сам за себя. Конечно, чтобы доверять этому опыту, нужна смелость.

Что касается новых книг, то сказано далеко не все, но для всего есть нужный момент, в том числе и для публикации. Дух времени выбирает самые странные пути, нужно наблюдать за ним, доверяться ему и жить в гармонии с ним. Иначе мы, как авторы, никогда не найдем нужных слов, чтобы обратиться к чувствам и разуму наших читателей. Это не значит, что мы пытаемся втереться в доверие, — чтобы найти правильный ключик, нужно всегда оставаться внимательным.

Об отношении к скептикам

Меня давно интересует, как вы ведете себя со скептиками. Иногда я просто отчаиваюсь, потому что я добился очень хороших результатов, учитывая влияние Луны, но когда я рассказываю об этом моим друзьям, они меня высмеивают.

Нам довольно редко приходится иметь дело со скептиками. Мы сами скептики в некоторых вещах, в условиях современного разнообразия СМИ здоровый скепсис более чем необходим. А в целом скептики нравятся нам больше, чем фанатичные сторонники. Однако и фанатичные противники многое теряют, потому что всю жизнь им приходится бороться с вещами, которые растворились бы в воздухе, если бы было для всего выбрано правильное время. Мы едва ли сможем достучаться до них, даже если захотим этого. Мы

пишем только для тех людей, которые интересуются нашей работой. Мы не занимаемся работой по убеждению и не хотим никого наставлять на путь истинный.

Оригинал и копия

Если мне не изменяет память, ваша первая книга о влиянии Луны «Все в нужный момент» вышла в 1991 году. Вскоре появились многочисленные подражатели. Они правильно передают ваши слова о Луне?

Насколько нам известны эти работы — нет! Столько всего выдумывается или искажается, чтобы скрыть факт плагиата: лунная магия, астрология, «приготовление пищи в соответствии с лунными ритмами» и прочее, и прочее. В первую очередь печально, что читатели, принявшие эти сведения как руководство к действию, смогут сделать обоснованный вывод: «Все это неправда». Нельзя измерить огромный ущерб, наносимый подражателями. Каждый день, затягивающий процесс восстановления знаний о правильном времени, — потерянный день для всего мира. Подражание есть везде, где появляется успех. Однако когда плагиаторы присочиняют, это приносит вред.

Кратко **ОРИГИНАЛ И КОПИЯ**

Очень просто: книга написана Паунггер и Поппе, только если на книге написаны имена Паунггер и Поппе!

Знак зодиака и лунный календарь

Я очень хотела бы знать, почему я так плохо чувствую себя в дни Рака. Мой знак зодиака — Рак. Если бы это было возможно, я бы вообще не вставала в эти дни. Целый день мне хочется плакать.

Нередко случается, что у людей сентиментальное или немного плохое настроение в дни, когда Луна находится в их знаке зодиака. Однако примечательно, что особенно часто это случается со знаками Рака и Рыб. Обычно можно предотвратить проблему, если заранее защититься от атмосферы этих дней, например, пить чай из зверобоя, который делится накопленным светом и повышает настроение.

Внимание: в разгар лета этот чай вызывает чувствительность к солнечному свету, так что используйте солнцезащитные очки и не загорайте на солнце слишком долго. Также можно избавиться от проблемы, если понять свои собственные биоритмы. Лучше всего прочитайте главу о биоритмах в нашей книге «Собственными силами» дома или в книжном магазине.

Когда лучше отдавать ребенка в детский сад

Мой сын родился 11 ноября 2006 года. В этом году он идет в детский сад. Какое время лучше подходит для начала посещения детского сада? И составляете ли вы личные гороскопы? Если вы занимаетесь этим, сообщите мне, пожалуйста, сколько это стоит.

Мы бы ни в коем случае не стали заходить настолько далеко и не выбирали бы дату, чтобы отдать ребенка в детский сад, по лунному календарю. В этом случае важны другие критерии, например, когда большинство детей в группе приходят в садик в первый раз. Влияние Луны — ценное средство, но никогда нельзя использовать его фанатично.

Мы не занимаемся астрологией, но в этом случае вам может помочь наша новая книга «Магия чисел» (*Das Tiroler Zahlenrad*), так как, судя по дате рождения, ваш сын определенно очень любознательный и умный ребенок. Вполне вероятно, ему все будет быстро надоедать, со всеми последствиями, которые это может иметь для жизни в группе, и ему нужно много нового и интересного. Очень умные дети

в нашей странной системе образования часто пропадают, потому что в классе они часто играют роль клоуна или шута. Очень редко учителя достаточно образованны или находят время, чтобы увидеть за маской скрытого гения и способствовать его развитию. Судя по дате рождения, возможно, такой гений дремлет и в вашем сыне, и будет жаль, если не удастся разбудить его с любовью, осторожностью и снисхождением!

Детская бессонница

Моему сыну восемь месяцев. Сначала он очень плохо спал в дни полнолуния и новолуния, затем — только в день полнолуния, а в последний раз — в период убывания Луны со дня полнолуния. Может ли бессонница появляться в разные фазы Луны?

Да, в принципе можно и так сказать. Однако бессонница у маленьких детей вызвана различными причинами, и влияние Луны — лишь одна из них. К самым распространенным относится несовершенное питание. При этом часто то, является ли питание здоровым, совсем не имеет решающего значения. Многие младенцы не переносят пищу, которая для других является полезной и хорошо усваиваемой. Мы очень часто получаем письма по этому вопросу и часто можем помочь родителям выяснить, к какому типу питания относится их ребенок — к Альфа- или Омега-типу (см. интервью в главе «Вопросы о здоровье, профилактике и лечении»). Рис, овес и пшеница предназначены для Омега-типа; пшено, ячмень и спельта хорошо усваиваются почти всеми детьми. Если вы не знаете тип питания вашего ребенка, то лучше использовать нейтральные зерновые культуры.

Если вы еще кормите грудью и ваш ребенок принадлежит к типу питания, отличному от вашего, это тоже может повлиять на сон вашего ребенка. Например, если кормящая мама типа Альфа пьет много апельсинового сока, у ребенка с типом питания Омега это вызывает боли в животе. К другим распространенным причинам бессонницы относится

облучение на спальном месте, исходящее от земли, холодильника, морозильной камеры, счетчиков, компьютера в соседней комнате и пр. Также очень негативное влияние оказывают современные радионяни. Мы не знаем, кто внушил родителям, что им нужно слышать любой писк ребенка, но это не приносит никакой пользы ни родителям, ни детям.

Уже с помощью этих немногих советов можно избавиться почти от всех причин бессонницы. И это очень хорошо, потому что если родителям не спится, это очень усложняет будни, и именно в этом случае особенно полезно устранить причины, а не симптомы.

Магия чисел в повседневной жизни

У меня к вам особенный вопрос, может, вы мне поможете. Я бабушка, и уже трое моих внуков закончили с моей помощью школу, у них редко бывали проблемы с домашним заданием. Теперь с нашим четвертым ребенком, поздно родившейся девочкой, все по-другому: кажется, я не могу найти к ней подход. Она не может сосредоточиться, часто о чем-то задумывается, и у меня такое чувство, что я становлюсь все нетерпеливее, а это нетерпение, конечно, тоже не идет на пользу атмосфере. Мои подруги за чашечкой кофе рассказали мне о вашей книге «Магия чисел» (Das Tiroler Zahlenrad), *и мне кажется, здесь кроется решение проблемы. Моя внучка родилась в 1999 году? Может, вы что-то посоветуете?*

Вполне понятно, почему вы, как хорошая бабушка, в этой ситуации нервничаете и теряете терпение. Даже если вы возьмете себя в руки, ваша внучка почувствует напряжение и, конечно, отреагирует соответственно. Она также чувствует, что вам постепенно становится все сложнее. Так что нужно найти другое решение.

На самом деле мы хотели бы в первую очередь посоветовать вам найти в книге «Магия чисел» ваши личные числа и

точнее узнать о ваших сильных и слабых сторонах. В соответствии с этим вы сможете при помощи одежды определенных цветов сгладить свои слабости и стать сильнее. Далее найдите числа матери вашей внучки, чтобы понять, почему те или иные вещи она воспринимает как сами собой разумеющиеся. Взаимопонимание может помочь снять напряжение в данной ситуации. И напоследок внимательно посмотрите на числа вашей внучки — тогда с большой долей вероятности вы получите готовое решение.

Книга «Магия чисел» помогает не только в повседневной работе. Она также помогает понять, почему сейчас и в будущем у человека возникают сложности в определенных делах. Понимание и сочувствие сразу приведут вас к правильному решению. Мы не знаем точную дату рождения вашей внучки, но уже две девятки года рождения говорят о том, что она — очень самостоятельный ребенок, который противится любой опеке, даже если эта опека мнимая! Книга «Магия чисел» позволит вам выяснить точнее, как можно поддерживать положительные и сглаживать отрицательные черты характера. Мы убеждены, что чтение этой книги существенно облегчит вам жизнь. Мы можем предложить дополнительное средство, а именно — еще раз заглянуть в нашу книгу «Собственными силами». Внимание в учебе к личному биоритму особенно помогает трудным детям, потому что у каждого ребенка есть дни, когда любые занятия — напрасный труд и приводят только к расстройству и разочарованию.

Что стоит прочитать: Наша книга «Магия чисел» подскажет вам, с какими талантами вы родились на свет.

Прочь из пеленок!

Днем мой трехлетний сын говорит, когда ему нужно в туалет. Только ночью ему еще нужна пеленка. Какая фаза Луны лучше подходит, чтобы попытаться не использовать пеленку и ночью? Первые попытки не удались.

Правильное время в соответствии с лунными ритмами не имеет особого влияния при переходе на горшок. Здесь большее значение имеют биоритмы ребенка. Самое важное — не поднимать панику. Если ночь прошла и кровать сухая — порадуйтесь, если нет — просто больше не заговаривайте об этом, не злитесь «про себя» и, конечно, не ругайте ребенка!

Независимо от того, сухая утром кровать или мокрая, утром ваш сын должен в первую очередь идти на горшок, чтобы это стало привычкой, а организм приноровился к горшку. Кроме того, мы всегда старались давать вечером меньше питья и еды или хотя бы не прямо перед сном. Также желательно не давать вашему сыну острое и сладкое, потому что и то, и другое вызывает жажду, и ему потребуется больше жидкости. И наконец, мы следили за тем, чтобы ребенок не вставал слишком поздно, чтобы организм постепенно запоминал, как ему лучше управляться со своими делами.

С современными практичными пеленками перейти на горшок еще проще. Все дети делают это в разном возрасте, ведь говорить они тоже начинают не в одно и то же время. Совершенно неважно, когда ребенок перейдет на горшок — в три года или в три с половиной. А дети, которых принуждают, могут переживать это как психологическую травму и иметь проблемы с недержанием и в подростковом возрасте.

Луна и беременность

Мы бездетная пара и очень хотели бы завести ребенка. Но так как из-за здоровья это не получается, мы хотим попробовать использовать пересадку оплодотворенной яйцеклетки. Есть ли у вас опыт в этой области, и существует ли подходящее для пересадки яйцеклетки время? Или, может, вы посоветуете, как можно быстро забеременеть? Эта тема была бы очень интересна многим бездетным парам.

Что касается правильного времени, то наиболее подходящее время — период роста Луны, когда шансы забеременеть повышаются. Лучшее время — дни Льва и Скорпиона. У нас мало опыта в отношении пересадки искусственно оплодотворенной яйцеклетки, но очевидно, что и в этом случае лучше подходит фаза роста Луны. В большинстве случаев мы в первую очередь думаем о других причинах, например, плохом спальном месте. Если присутствует негативное земное излучение, очень сложно или вообще невозможно забеременеть. Поэтому перестановка кровати — первое, что мы рекомендуем сделать. Нарушение обмена веществ также приводит к тому, что организм недостаточно расслаблен, чтобы вы могли забеременеть. В этом случае особенно важно питаться в соответствии со своим типом питания Альфа или Омега (см. интервью в главе «Вопросы о здоровье, профилактике и лечении»).

Как бросить курить

Сейчас я снова пишу вам, потому что надеюсь на помощь Луны. Я уже часто успешно исполнял свои новогодние обещания, но так тяжело, как в этом году, мне еще не приходилось. Я хотел, наконец-то, бросить курить, но продержался только два дня. Моему коллеге это удалось, и он считает, что мне нужно учесть влияние Луны. У вас есть для меня совет?

Попробуйте еще раз в день новолуния! Новолуние всегда помогает, если нужно избавиться от дурной привычки — максимум в течение четырех дней. Но будьте очень осмотрительны и, например, в это время оставляйте машину дома, потому что в этот период вы можете испытывать нарушение концентрации и дрожь в теле. Новолуние — очень сильный помощник, но и оно не может избавить от короткой фазы очищения ваш организм. Но максимум через четыре дня вы избавитесь от дурной привычки! Остаточное чувство неудержимого влечения к сигарете, которое является исклю-

чительно психологическим явлением, вы преодолеете с помощью правильной психологической установки.

Однако слабого желания бросить курить недостаточно и в день новолуния. Заранее хорошо продумайте, что вы будете делать, если вас снова охватит желание, например, «неторопливо покурить» после еды. Некоторые на протяжении недель жуют зубочистку, некоторые используют жвачку, другие начинают есть сладости. Последнее, конечно, оказывает разрушительное воздействие, потому что в таком случае люди быстро набирают вес и постоянно ощущают усталость. Лучше попробуйте то, что не приводит к полноте и не вызывает усталость. Просто радуйтесь, что вам больше не нужна сигарета. Важно лишь иметь «план Б», потому что иначе все получится только благодаря железной дисциплине, а это не принесет удовольствия.

Кратко **НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ**

Сначала решитесь бросить курить, без всяких «если» и «но» и путей к отступлению. Затем, чтобы бросить курить, выберите день новолуния.

Магия чисел и талантливые дети

С тех пор как я использую вашу книгу «Магия чисел», мне снова доставляют удовольствие занятия в школе. Я пятнадцать лет работаю учительницей начальных классов в Вене и уже подумывала уйти. В последние годы работать с детьми становится все сложнее, а родители ожидают от нас, учителей, что мы исправим то, что они упустили из виду. Но теперь я убедилась в том, как магия чисел помогает лучше понимать детей — и одно это уже очень разрядило обстановку. Только с одним особенным ребенком у меня большие сложности, так как он, судя по числам, обладает всеми талантами и при этом ничем не интересуется.

Наш опыт подсказывает, что к таким детям предъявляют безнадежно заниженные требования. Можно попытаться давать ребенку сложные задания, но так, чтобы не вызвать зависть других детей и не превратить его в их глазах в еще большего неудачника. Также часто помогает изучение музыкального инструмента или занятия редким видом спорта. Лучше всего как-нибудь поговорить с родителями и завести разговор о заниженных требованиях к ребенку. Как бывает со многими детьми независимо от даты рождения, этому ребенку просто скучно, и если ничего не предпринять, он при возможности будет избегать дальнейшего обучения.

Еще один маленький совет касательно вашей работы. В начальной школе много работают с разными цветами. Было бы замечательно, если бы дети работали с цветами, которых нет в дате их рождения. Например, можно подготовить цветную таблицу из книги.

Учеба в соответствии с лунными ритмами

В мои обязанности приходящей няни входит не только присмотр за детьми, но и помощь с домашним заданием и подготовка к экзаменам и контрольным работам. Конечно, я понимаю, что дети должны заниматься, если им предстоит тест или контрольная работа. Однако мне очень интересно, есть ли в лунном календаре более и менее благоприятные для учебы фазы. Если есть такие периоды, я очень хотела бы их использовать, чтобы лучше готовить детей к тестам или еще раз повторять с ними пройденный материал и таким образом его закреплять.

Закрепление учебного материала удается в первую очередь в том случае, если к этому располагают личные биоритмы ребенка. Для более конкретной информации по этому поводу здесь, к сожалению, недостаточно места. Может

быть, у вас под рукой есть наша книга «Собственными силами», в которой вы можете более точно узнать о связи биоритмов и здоровья или вычислить биоритмы ваших воспитанников и ваши собственные. Также существенное влияние на успехи в учебе, конечно, оказывает питание. Если, например, ребенок ест сладости, еще не сев за домашнее задание, вскоре его организм начинает испытывать сильный стресс. Последующее нервное возбуждение — не что иное, как сигнал организма, что он хочет избавиться от того, что его обременяет.

Что касается Луны, то существует хотя и ощутимое, но не особенно глубокое влияние. При растущей Луне выученный материал лучше оседает в памяти. Когда Луна находится в знаке Льва, дети в основном неспокойны и хотят больше двигаться. С маленькими детьми дни Льва можно использовать для подвижных игр, в дни Овна пользуются спросом умственные игры, в дни Водолея детям нравятся обучающие игры, для которых требуется актерский талант. Это вносит не только разнообразие, но и природную гармонию и оказывает положительное влияние.

Как отучить ребенка от соски

Моему младшему ребенку двадцать два месяца, и он до сих пор сосет соску, часто требует ее днем и не может без нее заснуть. Его очень сложно отучить от соски. Если мальчик ее не получает, он начинает ужасно кричать. С моими другими двумя детьми все было не так. Можно ли с помощью Луны облегчить процесс отучения от пустышки?

Все дети разные, и опыт с первым ребенком иногда малопригоден для следующего. Так, например, после очень практичного и приземленного ребенка часто может родиться мечтатель. Конечно, искусство состоит в том, чтобы быть справедливым к обоим детям. Естественно, на ваш вопрос мы можем ответить, исходя только из нашего собственного опыта. Лунные ритмы играют в вашем случае не такую уж

большую роль. Возможно, стоит лишь проследить, чтобы в день, когда вы заберете у ребенка соску, не было полнолуния. В основном мы давали детям соску, только чтобы они заснули. Уже в младенчестве они снова выплевывали соску, как только засыпали, и мы всегда сразу ее убирали. Таким образом, мышцы рта совсем не привыкают к соске и не чувствуют, что чего-то не хватает. Если один из наших детей просил соску днем, чтобы успокоиться или еще для чего-то, он тоже всегда ее получал, но только если он укладывался сразу же спать. Тогда он мог держать ее, сколько хотел. Если ваш ребенок просит соску днем, попробуйте не отказывать ему и не спорить. Так как вашему ребенку только двадцать два месяца, в соске нет ничего необычного, и у вас нет повода волноваться.

Советы по уходу за младенцами

Я скоро рожу второго ребенка. С первым ребенком я отчасти использовала лунный календарь, если нужно было постричь волосы. Есть ли еще какие-то хорошие советы, которые я первое время могу использовать с новорожденным?

Подробный ответ вышел бы за рамки дозволенного, но мы с удовольствием дадим вам некоторые советы из личного опыта, которые сами по себе могут способствовать счастливому младенчеству и детству малыша. Сначала вам нужно установить ваш тип питания (см. интервью в главе «Вопросы о здоровье, профилактике и лечении»). Тогда — в сочетании с пищей, по возможности натуральной и произведенной в вашем регионе, — вы сможете питаться так, что хорошо перенесете период, когда нечасто сможете высыпаться.

- Если в ходе беременности у вас была тяга к продуктам, в остальное время скорее непривычным для вас, вполне вероятно, что у ребенка не тот же тип питания, что и у вас. Также это часто случается, если в ходе беременности женщину очень часто тошнит. Ребенок сообщает матери, что он не так хорошо переносит привычную ей

пищу. Вот хороший совет: сохраняйте ваши «новые» привычки, пока кормите ребенка грудью. Тогда он будет доволен.

- Было бы замечательно предпринять меры, чтобы у ребенка не возникла никакая аллергия. Например, большую часть белья нужно стирать при убывающей Луне. Полезно приобрести столько белья, которое непосредственно соприкасается с кожей ребенка, чтобы можно было позволить себе стирать его только при убывающей Луне. Тогда в ткани будет оставаться гораздо меньше частиц стирального порошка, вызывающих аллергию, чем после стирки при растущей Луне.
- Пожалуйста, не мойте волосы ребенку в дни Рака и Рыб, это способствует появлению молочного струпа. В первую очередь его появление вызывает потребление молочных продуктов и животного белка. Ребенок получает животный белок с молоком матери или с дополнительным прикормом.
- В дни Рыб и Девы любой ребенок очень радуется массажу ножек. Массаж стимулирует процесс пищеварения и в целом способствует развитию ребенка. Если у ребенка появился насморк, каждый день массируйте ребенку пальцы ног, тогда простуда проходит быстрее. Это особенно важно во время кормления грудью, чтобы ребенку было легче дышать.
- Если у ребенка в области паха появится покраснение или даже сыпь, вам нужно отказаться от цитрусовых, лимонада и сладостей. Фруктовая кислота и перекисленная кровь матери — главные причины таких симптомов.
- Конечно, сразу после родов вы еще не думаете о том, как отучить ребенка от груди, но когда придет время, выбирайте день полнолуния. Позже вы можете обратиться к нам за подробностями (см. главу «Когда нужно прекращать кормление грудью»).

Желаем вам всего хорошего и удачи!

Вы всегда придерживаетесь лунного календаря?

Белье лучше отстирывается при убывающей Луне, некоторые дни подходят для покупки овощей лучше, чем другие, а в день Тельца не стоит ходить к стоматологу. Если верить в тайные силы Луны, для всего существует правильное время. Я работаю журналисткой, и простите мне мое любопытство, но мне интересно, всегда ли вы сами придерживаетесь этих правил? Вы ожидали такого успеха ваших книг?

Конечно, мы придерживаемся лунного календаря, если это возможно. У нас слишком мало времени, чтобы позволить себе тратить его попусту. Но существуют различные ситуации, в которых требуется пойти на компромисс. Мы бы никогда не отклонили приглашение друзей на ужин только потому, что это день полнолуния и в это время легко набрать вес! Любые знания никогда нельзя применять фанатично, иначе человек принесет вред телу, разуму и душе.

А что касается успеха, то, конечно, такого мы не ожидали. Но одно мы знали точно: самое время вернуть эти знания к жизни, потому что природа приближается к катастрофе. А на безвредное для природы производство натуральных продуктов нельзя перейти, если не существует фундамента. Например, невозможно построить экологически чистый деревянный дом, не учитывая правильное время, и это касается любой работы — от получения дерева до внешней покраски! И если в конце концов не начать ценить профилактику вместо борьбы с симптомами, то будет невозможно сохранить нормально функционирующую систему здравоохранения. Пока у нас есть выбор. Через десятки лет у нас его не будет.

Как жаль!

Некоторые лунные правила совсем не просто соблюдать в повседневной жизни. В каких ситуациях вы пожалели о том, что не учли правильное время?

Мы никогда об этом не жалели, потому что мы всегда самостоятельно решали пренебречь выбором времени. Но, конечно, мы часто сердились из-за этого решения, потому что появлялись дополнительная работа и/или расходы или другие проблемы. Привести пример? Мы пригласили маляра для внешней покраски дома в неправильное время, так как он ссылался на жесткий график. Теперь обновлять покрытие приходится уже через пять лет вместо десяти.

Нужна ли реклама в отрывном календаре

Ваш отрывной календарь действительно очень полезен, но иногда мне досадно, что столько места потрачено на рекламу ваших книг и продуктов, которую вы там размещаете. Может, в будущем можно этого избежать?

Большое спасибо за ваше письмо и честные слова. Наверное, многие читатели думают так же, как вы, и мы рады возможности ответить вам. Нам жаль, что нам не удалось для вас «соединить два разных мира», если можно так выразиться. Представьте на минуту, что все люди с добрыми намерениями и любовью к людям по каким-либо причинам перестанут разрабатывать и рекламировать качественные и полезные товары и услуги. В чьи руки тогда попадет производство? И какого качества вы сможете тогда ожидать?

Мы думаем, сегодня мы всюду страдаем именно из-за этого «качества». Кроме того, мы напряженно работаем над почти всеми нашими продуктами, почти на износ. Об издержках речи пока не идет. Поэтому единственный возможный для нас способ привлечь внимание читателей к нашим продуктам — реклама в книгах и календарях.

Тем не менее мы продолжаем работу, потому что, помимо написания хороших и полезных книг, одна из целей нашей жизни — разработка качественных и полезных товаров и связанная с этим новаторская работа. И напоследок: наши

книги были своего рода самозащитой, потому что нас так часто приглашали прочитать доклад, что мы ожидали от книг некоторого облегчения. То же касается наших товаров. Нам приходили десятки тысяч писем с одними и теми же просьбами: «Замечательно, но где я могу достать косметику/дерево/продукты/лекарственные травы и т. д., произведенные/собранные в правильное время?» И здесь мы также делаем все, что в наших силах. Так мы будем поступать и впредь — в написании книг и производстве товаров.

Какие дни считать днями полнолуния и новолуния

Какое время можно точно считать полнолунием, какое — новолунием? Например, если я хочу устроить на полнолуние и новолуние разгрузочный день, точное время не имеет значения? И как обстоит дело с операцией, если полнолуние начинается рано утром?

Очень часто ответ зависит от того, о каком деле, для которого важно выбрать правильное время, идет речь. Решая, какой день для вас является днем новолуния или полнолуния, вы должны довериться своей интуиции. Например, если полнолуние наступает между полуднем и 23:59 ночи, мы считаем этот день днем полнолуния и занимаемся в это время только теми делами, которым благоприятствует время растущей Луны или полнолуния, и избегаем занятий, которые в это время будут иметь не самый наилучший результат. Если же в календаре, напротив, написано, что полнолуние наступает в 3:20, тогда весь день находится уже под влиянием убывающей Луны, и мы ориентируемся именно на это, хотя этот день часто описывают как день полнолуния. В наших книгах днем полнолуния считается любой день, на который приходится точное время полнолуния, независимо от того, насколько рано или поздно наступает полнолуние. Конечно, сказанное о времени относится и к новолунию. На-

последок скажем, что решение зависит от вас и вашей интуиции. В принципе «истинная» энергия полнолуния или новолуния действует примерно в течение суток.

Луна и любовь

В ваших книгах мне не хватает рекомендаций на тему связи Луны и интимной жизни. Наверняка и на нее Луна оказывает какое-то влияние?

Влияние существует, но мы бы поостереглись давать по этому поводу какие-либо сведения, не говоря уже о рекомендациях. Причина проста: модель, которую сегодня преподносят молодым людям, которые хотят открыть в себе сексуальность, — модель совершенно искаженная. Она указывает путь в половую жизнь, полную скованности, страха и принуждения. По сути, сегодня дело с этим обстоит ничуть не лучше, чем 50 или 500 лет назад. Ложные идеалы, ложная мораль, ложные предписания и запреты и мнимая свобода отрицают все естественное, прекрасное и в прямом смысле слова освобождающее — и отравляют этот источник здоровья и радости.

Поэтому мы не пишем о влиянии Луны на сексуальность: у каждого мужчины и каждой женщины есть право переживать свою сексуальность без каких-либо законов, норм и правил — если то, что происходит, является выражением настоящего взаимопонимания и согласия. От всего сердца мы желаем каждому человеку найти в себе смелость, чтобы открыть и пережить свою сексуальность и чтобы настоящей общности душ нисколько не мешали ожидания общества, давление со стороны и законы. Прежде всего никакого права устанавливать правила не имеют представители церкви. Тысячелетиями такие искусственные нормы причиняли достаточно вреда непосредственно душе человека и косвенно стали причиной зажатости и насилия. А если от вашего партнера исходит давление и он предъявляет к вам какие-то требования, задайте себе вопрос: «Где же здесь любовь?» Без любви нет жизни — это бесспорно.

Христианство и лунный календарь

Я с большим интересом прочитал вашу книгу «Разрешено все!» и понял, что вы христиане. Год назад мы перешли в христианскую веру. Каждую неделю, встречаясь со священником, мы начинаем дискутировать, среди прочего на тему суеверий: астрологии, таро и пр. Наш священник твердо убежден, что к суеверцю относится и вера во влияние Луны. Я не могу с этим согласиться. Он приводит аргумент, что нужно доверять только Богу, и никому другому. Если человек верит во влияние Луны, то его жизнь становится зависимой от силы, не имеющей ничего общего с Богом. Меня мучают угрызения совести. Наверняка вы тоже об этом думали. Я буду рад, если вы сможете привести ваши аргументы.

Да, мы действительно христиане и наших детей тоже воспитываем верующими. Одновременно для нас всегда было и остается важным рассказывать детям о других религиях и прививать уважение к ним. Мы ни в коем случае не одобряем то, что превратно передают последующим поколениям и то, что приводит к фанатизму — в любой религии.

В принципе ваш священник прав: нужно доверять только Богу и больше никому. Наше доверие к НЕМУ так велико, что мы с благодарностью принимаем его дары — свободную волю, способность отличать истину ото лжи, любознательность, радость, способность учиться и стремление к свободе духа и мысли — и плодотворно используем их, как вы можете судить по нашей работе. Отказаться от знаний о Луне и всех других непреходящих знаний, которые мы помогаем распространить, было бы не по-христиански, это было бы преступлением против человечества и детей Божьих, потому что без древних знаний наших предков у нас нет возможности прийти к золотому будущему, которое тесно связано с природой. Одно лишь доверие к Богу не спасет нашу пла-

нету. Мы должны использовать на ее благо все способности и силы, которыми ОН нас наделил.

Конечно, то тут, то там встречаются ограниченные и невежественные люди, которые в своем неведении или пользуясь властью видят в этих знаниях угрозу для себя. Их можно сравнить с людьми, отказывающимися от радио и машины, потому что в Библии эти вещи четко не одобрены Богом. Они настоящие волки на овчарне. Их пища — обманутые души людей. Они боятся любого рода независимости и истинной жизнерадостности и борются с ними.

Определение суеверия очень простое: это все, что отдаляет меня от Бога и моего истинного предназначения. Это все, из-за чего я остаюсь глупым и зависимым и становлюсь безвольной овцой в руках соблазнителей и эксплуататоров этого мира. Это действительно происки дьявола, и они отовсюду улыбаются нам, даже в тех местах и со стороны людей, от которых этого никогда не ожидаешь.

Настоящее суеверие — это слепое доверие к современной науке, а иногда даже передача ей ответственности за свои чувства и мысли, за свою жизнь. Через пару лет или десятилетий при помощи новых методов и наука сможет приблизиться к знаниям о Луне. На сегодня существует большая сложность: эти знания трудно систематизировать, но каждый сам может убедиться, что они полезны. На вопрос о причинах пока нет ответа. Однако это не повод отказываться от чего-то ценного.

Определение веры очень простое: это все, что приближает меня к Богу и напоминает о том, что за любой истинной верой кроется чудесный дар: настоящие знания, настоящая мудрость. Настоящая вера вселяет мужество быть независимым и жизнерадостным. Она всего лишь шаг к чему-то высшему. Мы желаем каждому человеку смелости сделать этот шаг. Вашему священнику просто не хватает некоторых сведений. Любой настоящий священник — открытый, готовый учиться новому человек без предрассудков, поэтому мы уверены, что и ваш священник вовремя придет к такому же мнению. Если же нет, то проследите, чтобы это было не во вред вам!

Цвет символов знаков зодиака

Почему дни знаков Воды (Рака, Скорпиона, Рыб) в ваших календарях зеленого, а не синего цвета?

Мы понимаем, что некоторых это смущает. В ходе истории многое смешивается, особенно сегодня, когда все присваивают себе чужие идеи, но, в конечном счете, лишь немногие люди оберегают истину и делятся своим повседневным опытом.

Вкратце о цветах: знаки Рака, Скорпиона и Рыб во все времена обозначались зеленым цветом, потому что это **дни листьев**. В эти дни зеленое излучение в природе имеет особенное влияние. Это дни интенсивной циркуляции углекислого газа, который выдыхают люди, и кислорода, выделяемого растениями. Зеленый цвет одежды, салфетки на кухонном столе, зеленый цвет продуктов — все это в дни листьев действует по-другому: целительнее и более успокаивающе, чем в другое время.

Знаки Тельца, Девы и Козерога во все времена обозначались синим цветом, потому что в эти дни преобладает синий цвет и он действует сильнее, если использовать его правильно. Желтый — цвет дней цветков и света (дней Близнецов, Весов и Водолея), красный — цвет дней плодов (дней Овна, Льва и Стрельца).

В природе не существует ничего бессмысленного или не взаимосвязанного с другими природными процессами. Так, в дни листьев вы можете наблюдать некоторые проявления дней водных знаков, что и оправдывает в некоторой степени использование синего цвета. Для использования желтого цвета для дней Земли и земных знаков также есть определенное объяснение. Возможно, лучше понять эти взаимосвязи поможет глава «Цвет и его влияние в лунном ритме» в нашей книге «С Луной день за днем. 220 лунных советов от А до Я» или глава «Медитационные цвета знаков зодиака».

Заключение брака в правильное время

Как гласит древний английский обычай, заключать брак нужно при растущей Луне, потому что это способствует появлению потомства и росту благосостояния. Это правда? Иногда я вижу, что в лунном календаре есть дни, особенно благоприятные для свадьбы. Поэтому мне интересно: какие дни в следующем году хорошо подходят для заключения брака в соответствии с лунным календарем?

Возможно, мы не оправдаем ваших ожиданий, потому что Солнце, Луна и звезды едва ли оказывают влияние на успех брака, хотя кто-то снова и снова утверждает противоположное. Оптимальное время для брака наступает, когда вы находите человека, который предназначен вам и которого вы любите. Вы должны выбрать дату согласно своим чувствам, так же, как вы выбрали друг друга.

Конечно, существуют дни, которые создают не такие благоприятные условия для празднеств и важных событий. При растущей Луне усиливается любая существующая энергия, в то время как период убывающей Луны способствует любым процессам уменьшения и избавления от чего-либо. Кроме того, энергия «ретроградного Меркурия» три-четыре раза в год, в течение примерно трех недель приводит к некоторой неразберихе и оказывает неблагоприятное влияние на любое начинание. Брак окажется удачным, если попытаться понять другого человека, а не думать только о том, кто прав. С этим настроем вы прекрасно проведете всю жизнь вместе, и тогда будет неважно, в каком положении были Луна и звезды на момент заключения брака. Мы желаем вам обоим всего хорошего и удачи — на первый, седьмой и тридцать пятый год брака!

Устарел ли лунный календарь?

С некоторых пор моя жена ориентируется на лунный календарь, и, должен признать, иногда это действует мне на нервы. Вы не думаете, что в наше просвещенное время лунный календарь уже устарел?

Томас: Я хорошо вас понимаю, потому что я поздно познакомился с лунным календарем благодаря Иоганне. К тому же я городской житель, вырос вдали от природы, в то время, когда домашний джем считался чем-то «грубым» и всюду с верой в будущее строили отравленные асбестом высотки и отравленные формальдегидом дома лесничих. Сейчас ваша жена просто слишком воодушевлена, и вам это несколько докучает. Вам нужно проявить больше смелости и оставить ее в покое, потому что понимание природных взаимосвязей приходит само собой.

Вы и сами убедитесь, что знания о Луне могут быть полезны в вашей повседневной жизни. Вам не придется никому об этом говорить! К счастью, сегодня лунному календарю снова уделяется гораздо больше внимания, чем это кажется на первый взгляд, и я горжусь, что этому поспособствовал. В сельском хозяйстве после многих десятилетий бессмысленной борьбы с последствиями неразумного хозяйствования многие крестьяне, производящие экологически чистые продукты, узнали, как можно облегчить себе жизнь, — то же касается медицины, садоводства, работы с деревом и т. д.

Лунный календарь и итоги выборов

Приближаются выборы. Влияет ли Луна на их исход? Правильное время существует для всего, не только для посева и сбора урожая, не так ли?

Нам уже часто задавали этот вопрос, особенно этим всегда интересовались СМИ. Конечно, лунное влияние существует и в данном случае, недаром в древние времена ка-

ждый монарх нанимал астрологов и советников. Это было и остается полностью оправданно. Чтобы мы правильно друг друга поняли, нужно оговориться, что и в случае согласования с лунными ритмами дня выборов нет никаких гарантий — как с благоприятным и неблагоприятным ветровым режимом. Опытные и искусные капитаны приходят к цели и под ударами молний и в бурю и заслуживают благодарность команды, в то время как даже хороший ветер не приведет к цели, если у руля стоит надменный и самоуверенный капитан. Положительный эффект энергий, которые будут господствовать в день выборов, не в гарантии успеха, а в том, что уже скоро станут ясны качество или ошибочность начинаний и намерений. Другими словами, после этого нам быстрее, чем обычно, представится возможность вмешаться в происходящее и пойти другим путем или согласиться и продолжать идти к намеченной нужной цели.

Знания о Луне и астрология

Ваши книги в книжном магазине всегда находятся в отделе эзотерики и астрологии. Но как астрология связана со знаниями о Луне? Наша семья уже давно живет в соответствии с лунным календарем.

Понятие астрологии появляется в наших книгах лишь однажды, а именно в книге «С Луной день за днем». Поначалу книжным магазинам было сложно найти подходящее место для наших книг, потому что ни с чем подобным магазины еще не имели дела. Наша книга о садоводстве «Живой сад», к счастью, часто оказывается в отделе по садоводству. Единственное сходство с астрологией — способ расчета лунного календаря, а это все, что необходимо для использования лунных знаний. Тот же календарь печатается столетиями в крестьянских календарях и календарях для заметок. В некоторых регионах мира нет ни одного дома, в котором на кухне не висел бы лунный календарь, и так уже на протя-

жении столетий. И не потому, что обитатели дома хорошо знакомы с астрологией, а потому, что они с благодарностью ценят знания своих предков и успешно ими пользуются.

Девочка или мальчик: влияет ли Луна на зачатие

У моей подруги уже три дочери, и она очень хочет сына. Я часто убеждалась в пользе ваших знаний, а теперь мне интересно: можно ли с помощью правильного выбора времени зачатия определить пол будущего ребенка?

В этом действительно есть доля правды. Во все времена были люди, которые знали эти правила, но, к сожалению, и те, кто злоупотреблял ими. Однако против публикации этой информации говорит почти все.

Во-первых, эти правила не всегда успешно срабатывают. В наше время, без сомнения, нашлись бы «адвокаты», которые немедленно отыщут виновных. И, во-вторых: вы когда-нибудь думали, что случилось бы, если бы эти правила стали широко известны? В одной Индии сегодня есть тысячи врачей, которые на ранних этапах беременности исследуют околоплодную жидкость и, если у ребенка развивается «не тот» пол, делают аборт.

Некоторые познания нужно использовать очень осторожно. Лично мы никогда бы не подумали вмешиваться в промысел Божий. Вы когда-нибудь думали или, может, даже видели, как меняется семейное счастье, когда за тремя взрослыми сестрами следует «маленький принц»? Какой была бы ваша жизнь, если бы у вас было три взрослых брата, которые бы за вами «присматривали»? Мы понимаем ваш интерес, но есть сферы жизни, в которых стоит доверяться судьбе.

Правильное время для заключения договоров и финансовых дел

Ваш лунный календарь — очень хорошая подмога в повседневной жизни, как я вижу по своей семье. Но меня интересует, существуют ли дни, благоприятные для переговоров, заключения договоров и т. п. Было бы неплохо, если бы Луна немного помогла мне в разговоре о повышении зарплаты.

Нас часто спрашивают, почему в наших календарях нет информации о правильном времени для бизнеса, переговоров и пр. Ответ прост: в наших лунных календарях содержатся лишь указания о делах, успех которых действительно зависит от влияния Луны и которые можно поместить в лунном календаре. Мы работаем на благо наших читателей, а не пытаемся поддерживать легковерие. Например, время для заключения договоров, несомненно, подчинено влиянию различных факторов, однако влияние Луны в данном случае лишь относительно. Чтобы провести более точный анализ дня, знания одних только лунных ритмов недостаточно.

Мы действительно часто консультируем фирмы и частных лиц, но одного общего правила для всех нет. Мы даже считаем, что недобросовестно устанавливать в этом случае правила, претендующие на универсальность. В общем можно сказать, что при растущей Луне можно проводить важные переговоры, но они не всегда имеют положительный исход. Другие источники влияния обусловлены, скорее, астрологией, а она лишь косвенно связана с нашей областью знаний и тоже не дает универсальных правил.

Знания о Луне в Южном полушарии

Ваши книги в переводе на английский я уже успешно передал своим друзьям в Южную Африку, и они вызвали большой интерес. Используются многие ваши советы,

и люди удивляются пользе этих древних знаний. Я хотел бы спросить, есть ли различия в применении лунного календаря, так как в Южном полушарии лето и зима начинаются в совершенно другое время.

Из многочисленных писем со всего света (на данный момент наши книги переведены на 24 языка) мы знаем, что особенно интересует читателей в отношении лунного календаря и какие наблюдения они сделали на его основе на протяжении долгих лет. Что касается положения Луны в знаке зодиака, оказалось, что лунный календарь действует во всех уголках мира. Если Луна находится в знаке Рыб, то можно почувствовать «энергию Рыб» — на Аляске и в Австралии, в Заире и на Кипре. Многие местные календари, которые нам присылали читатели, это подтверждают — например, рисуночный календарь из Индии или рыболовный календарь из Океании. Конечно, фазы Луны (полнолуние и новолуние, растущая и убывающая Луна) зависят от разницы во времени. Данные наших календарей относятся к Центральной Европе, в других регионах необходимо учитывать разницу во времени.

Все правила о лунных и природных ритмах действуют одинаково во всем мире, в том числе в Южном полушарии — от Латинской Америки и Южной Африки до Австралии и Новой Зеландии. Небольшие исключения связаны в первую очередь с тем, что там времена года начинаются не в то время, что в Северном полушарии. Когда в нашем полушарии зима, в Южном — середина лета, а когда в умеренных широтах Южного полушария опадают листья, у нас дуют весенние ветры. Это имеет особое значение в садоводстве, сельском и лесном хозяйстве, например, при выборе правильного времени для вырубки леса. Рубить лес надо в течение периода «застоя соков» — в умеренных или холодных широтах Южного полушария между 21 июня и 6 июля (зима), а в тропических регионах этот период — самое жаркое и сухое время года. После небольшой практики можно

без труда перенести все правила в Южное полушарие, где времена года распределены иначе, чем у нас.

Самое заметное различие — внешний вид убывающей и растущей Луны на небосклоне. В Северном полушарии Луна растет справа налево, а в Южном — слева направо. Однако это никак не меняет лунных ритмов. Девяносто процентов наших читателей живут в Северном полушарии, поэтому символы убывающей и растущей Луны изображены в наших книгах так, как Луну видят в Северном полушарии. Ответы на многие другие вопросы можно найти в наших книгах и календарях. Я очень надеюсь, что они и впредь будут доставлять вам радость, что вам хватит мужества, чтобы экспериментировать и делать свои собственные наблюдения.

Восходящая и нисходящая Луна

Я когда-то читал о «нисходящей Луне». Нисходящая Луна — то же самое, что и убывающая? А если нет, то в чем разница?

Хотя в принципе разница очень проста, эти два явления постоянно путают.

Нисходящая Луна — это 14 дней, в течение которых Луна проходит знаки Близнецов, Рака, Льва, Девы, Весов, Скорпиона и Стрельца, то есть время между Близнецами и Стрельцом. В народе этот период называют «переходящая Луна» или «время растений». При нисходящей Луне (Близнецы — Стрелец) соки больше опускаются вниз и способствуют росту корней. Эта фаза хорошо подходит для посева и посадки.

Восходящая Луна — период прохождения Луны через знаки Стрельца, Козерога, Водолея, Рыб, Овна, Тельца и Близнецов (также называется «заходящая Луна» или «время урожая»). При восходящей Луне (Стрелец — Близнецы)

соки поднимаются вверх, фрукты и овощи особенно сочные, этот период благоприятствует развитию наземных частей растений.

Однако это движение Луны никак не связано убыванием и ростом Луны. Оба понятия имеют значение, прежде всего, в садоводческом и сельском хозяйстве, где каждая из этих фаз приносит благоприятные дни для работы, для которой не было времени во время другой фазы Луны.

Момент прикосновения

Моя подруга как-то раз сказала, что решающее значение при использовании лунных правил имеет таинственный «момент прикосновения». Вы можете рассказать об этом подробнее? Хотя я уже часто с пользой применяла лунный календарь, возможно, можно делать это еще лучше.

Да, «момент прикосновения» — решающий фактор при использовании знаний о лунных ритмах. Вместо слова «прикосновение» также можно использовать слова «вступать в контакт», «дотрагиваться», «концентрироваться», «перемещать», «размышлять о чем-либо», «браться за что-либо». Другими словами, если коснуться предмета или живого существа в какое-то определенное время — рукой, инструментом или только мысленно, издалека — в этот миг передается энергия, которой руководит какая-то цель.

Это цель действия, цель, преследуемая с помощью рук или мыслей — негативная или положительная, — однажды станет осязаемой. Сегодня, завтра или через десять лет. Силы, которые словно окружают вас это время, в том числе фаза Луны и положение Луны в знаке зодиака, действуют как лупа на солнце, то есть позволяют сконцентрироваться на цели и достичь большего успеха, или, наоборот, рассеивают цель и делают ее бессмысленной. Влияние негативной энергии действия, совершенного в неправильное время, частично можно исправить каким-либо действием в пра-

вильное время. Например, если фрукты были сложены на склад при растущей Луне, их можно переложить в день плодов при убывающей Луне. В повседневном использовании лунного календаря эти взаимосвязи запомнятся сами собой.

Полнолуние и рождественский стресс

Иногда случается, что важные события или большие праздники приходятся на полнолуние. Если, например, совпадают Сочельник и полнолуние, это что-то означает? И как вам удается избежать рождественского стресса? Иногда к 25 декабря я уже чувствую, что готова поехать в отпуск, и понимаю всех, кто улетает в другие края на Рождество и Новый год.

Несомненно, в дни полнолуния Луна оказывает влияние, которое никак не уменьшает всеобщего беспокойства. Но, возможно, вам станет легче, если мы расскажем, какими мыслями лично мы сопровождаем этот период. Определение слова «стресс» простое: «Стресс — это когда нужно действовать, но мысленно мы не хотим этого делать». Мы все уже знаем, что большое напряжение в течение долгого времени не является стрессом, если решиться на действия и работать с радостью. Вот наши важнейшие «меры» для рождественских каникул без стресса.

Во-первых, мы решаем не принимать участия в суматохе. Каждый живет своей собственной жизнью, и даже если «все» так делают, вы не обязаны поступать так же.

Во-вторых, у нас нет никаких обязательных рождественских открыток, обязательных рождественских визитов и обязательных рождественских подарков. Каждый человек имеет право тесно общаться только с теми людьми, которые его понимают, симпатизируют ему и любят его. От людей, которые постоянно отбирают энергию, нужно отдаляться. «Чем более свято время, тем злее люди», — к сожалению, эта

поговорка часто подтверждается. Однако ее можно очень хорошо использовать, чтобы выяснить для самого себя, какой путь в жизни вы хотите выбрать и кого вы хотите видеть вашими радостными спутниками.

В-третьих, на рождественские каникулы мы выключаем наши мобильные телефоны.

Даже если вы учтете только эти три совета, спокойствие и сила рождественской поры смогут проявиться в полной мере и положительно повлиять на вашу жизнь.

Тайная сила полнолуния

В чем заключается особенная сила полнолуния? На меня оно, очевидно, никак не влияет, я, скорее, плохо засыпаю и нервничаю ближе к новолунию. В кругу друзей я слышу только о бессоннице на полнолуние, а также часто читаю о том, что полнолуние оказывает особое влияние. Меня интересует, что вы можете сказать о его якобы особенном влиянии, не считая романтических прогулок в полнолуние.

Так как полнолуние сильно будоражит воображение людей и нам все чаще задают этот вопрос, мы хотим ответить на него подробнее. Опыт показывает: особенное влияние растущей Луны проявляется в том, что она усиливает все существующие виды излучения, и чем ближе полнолуние, тем больше.

Чувствительные к излучению люди — а таких немало — особенно остро начинают ощущать влияние этих сил, если рядом с кроватью или рабочим местом находится один или несколько источников излучения. К ним относятся, например, электрическое поле радиобудильников, розеток или ночников с галогеновыми лампами, а также необычное для нас излучение земли, подземных водных артерий, пластиковых игрушек и пр. Это излучение пока нельзя измерить общепринятыми способами. Например, вещи из искусственных материалов под кроватью могут доставлять особенно

неприятные ощущения детям, что может привести к тому, что дети вываливаются из кроватки, ходят во сне или даже заболевают хроническими болезнями.

Растущее беспокойство ближе к полнолунию или бессонница, сон, будто вы находитесь под наркозом, просыпаясь, вы не чувствуете себя отдохнувшими, нервозность и раздражительность — все это признаки наличия вредного излучения, прежде всего вблизи спального или рабочего места. Обследовать такие места и найти благоприятные может опытный биолокатор. Часто достаточно воспользоваться методом проб и ошибок и подвигать кровать на пару сантиметров. Используя особым образом изолированный кабель, выключая приборы и вынимая вилку из розетки, можно избавиться от вредного электрического излучения. Устранить земное излучение можно лишь относительно, так как все изоляционные материалы — пробка, медь, розовый кварц — помогают лишь на короткое время и сами причиняют вред, получив отрицательную нагрузку.

Важно знать, что если вы долгое время спите на неподходящем месте, возможно, на хорошем месте первые две недели вы будете спать неспокойно, потому что организм так реагирует, когда от чего-либо отвыкает. Важно также знать, что для сброса вредной нагрузки полезны вода и движение на открытом воздухе. Это одна из главных причин, почему после прогулки или душа мы чувствуем себя посвежевшими.

Непосредственно в день полнолуния происходит резкий поворот энергий, который некоторые люди чувствуют особенно остро. Уже через несколько часов после точной минуты полнолуния полностью вступает в силу энергия убывающей Луны. Такой же поворот энергии, но чуть менее резкий, происходит и в новолуние. Поэтому некоторые чувствительные люди ощущают эту смену так же сильно, как энергию полнолуния, или еще сильнее.

Как получается, что многие люди не чувствуют или почти не чувствуют действия этой энергии? Наверное, лучше всего сравнить это с разной восприимчивостью к шуму. Не-

которым, чтобы проснуться, достаточно далекого лая собак, другие же хорошо высыпаются, хотя живут рядом с аэропортом или постоянно вынуждены терпеть уличный шум. Мы даже видели, как туристы уезжали из горных деревень, потому что для них была невыносима полная тишина по ночам.

Биоритмы в школе

Иногда мне кажется, что проблемы с учебой появляются у моих детей в соответствии с определенными ритмами. Однако пока я не сделала каких-либо четких наблюдений, так что не могу сказать, что тут играет роль лунный ритм. Я читала, что вы много работали с трудными детьми в управлении по делам молодежи и что вам всегда поручали самых трудных. При этом вы наверняка использовали ваши знания, не так ли? Что бы вы посоветовали отчаявшимся родителям, которые чувствуют, что не могут справиться с проблемой, когда домашней атмосфере вредят проблемы в школе?

На самом деле, Луна мало влияет на успехи детей в учебе. Гораздо важнее личные биоритмы, которые со дня рождения оказывают влияние на тело, душу и разум — «душу» в смысле настроения, чувств, психики. Эти ритмы влияют на многое из того, что мы делаем, чувствуем и о чем думаем. Во многих сферах жизни — в профессиональной и личной — эти знания могут быть очень полезны в первую очередь потому, что во многих отношениях влияние биоритмов можно предсказать.

Со дня рождения нас сопровождают **три ритма**, действующие в такт с очень медленно идущими внутренними часами: **телесный ритм** — 23 дня, **душевный ритм** — 28 дней и **умственный ритм** — 33 дня.

Каждый из этих ритмов половину своей продолжительности проходит постепенно приближающуюся к своей кульминации фазу роста. На своем пике роста ритм в крат-

чайшие сроки резко начинает двигаться почти вертикально вниз к исходной точке и переходит в фазу падения, пока не достигает самого минимума. Оттуда он также резко снова начинает двигаться вверх, к началу, где движение ритма начинается заново.

Для школьников умственный биоритм является самым важным. Особенно в день смены фазы в исходной точке зубрежка — часто напрасный труд, а экзамены в такие дни представляют особую сложность. В это время дети должны быть снисходительными к себе, потому что даже систематизированные знания иногда не так быстро закрепляются. А родители, естественно, должны, как взрослые люди, проявлять мудрость и мягкость. Чтобы рассчитать биоритмы, вам нужно лишь посчитать общее число дней, прошедших со дня рождения и разделить эту цифру на 23, 28 или 33. По остатку вы узнаете, в каком месте биоритма вы находитесь в данный момент. Не забывайте о високосных годах!

Вторая по важности причина проблем с учебой — питание. Здесь подробные рассуждения на эту тему перешли бы дозволенные рамки, но нужно сказать хотя бы о том, что питание очень сильно влияет на успехи детей. Например, молочные продукты нужно исключить из питания всех без исключения детей, так же, как и сладости, потому что они вызывают проблемы с концентрацией внимания. Постепенный переход на здоровое питание в сочетании с использованием биоритмов — один из самых верных способов облегчить вашим детям путь к успехам в учебе. Достаточно немного терпения и наблюдательности. Более подробную информацию вы найдете в нашей книге «Собственными силами».

Путешествия с детьми

Наши дети с нетерпением ждут длительного путешествия, которое мы хотим совершить на каникулах, но я немного боюсь этой поездки. Несмотря на лучшие намерения, в прошлом часто случалось, что поездка

действовала нам всем на нервы. Наверняка вам знаком вопрос: «Когда мы уже приедем?» Когда слышишь этот вопрос в двадцатый раз, а при этом не проехали еще и половины пути, начинаешь задумываться. Как мы можем лучше подготовиться в следующий раз? Прочитав вашу книгу «Разрешено все!», я подумал, что у вас найдется пара советов.

Очень часто все зависит от питания или выбора продуктов в дорогу, по крайней мере, судя по нашему опыту. Если дети не двигаются и наедаются от скуки, обычно это приводит к катастрофе.

Самое ужасное — это вездесущее печенье: оно делает детей ворчливыми, вызывает жажду и постоянную неприятную тяжесть в мочевом пузыре. Лучший вариант — небольшие бутерброды, но, пожалуйста, по возможности без колбасы и сыра. Это сочетание тоже приводит к раздражительности и нетерпеливости. Если вы не можете обойтись без колбасы, то, пожалуйста, выбирайте колбасу из натуральных продуктов, а между ее кусочками положите два листа свежего салата. Они компенсируют вред колбасы, бутерброды будут лучше усваиваться. Лучший вариант — салаты из натуральных овощей и овощные смеси для намазывания на хлеб, помните, что существуют очень полезные альтернативы «нормальным», вредным для здоровья бутербродным смесям.

Также важно знать, что нельзя пить холодные напитки! Это приводит к появлению у детей боли в животе и еще большей жажде и нетерпеливости. Лучше всего пить негазированную воду. Если вы выбираете фруктовые соки, то не берите смеси соков семечковых и косточковых плодов, например, яблочно-вишневый сок. Такие смеси ни один организм не усваивает хорошо. Ваш ребенок переносит или то, или другое. Со временем вы в этом убедитесь.

Против тошноты в поездках иногда полезно нюхать мешочки с лекарственными травами. При этом выбирайте только те травы, которые очень нравятся детям, например, листья мяты; иногда помогает мускатный орех. Собирать

травы нужно при растущей Луне, а наполнять мешочки — при убывающей, тогда запах держится очень долго. При склонности к тошноте дети не должны читать и играть, потому что это требует концентрации внимания. Лучше всего выбрать простые интеллектуальные игры и игры для рук, тогда тошнота не возникнет. Кстати, раньше мы всегда ездили ночью, потому что тогда дети спали и нас не задерживали пробки на дорогах.

Предрождественская пора и дети

Мы — небольшая женская компания, и мы испробовали уже многие советы из ваших книг, в основном успешно. Во время нашей последней встречи мы решили спросить у вас, что нужно сделать, чтобы предрождественская пора снова стала тихим и располагающим к размышлениям временем. Может, есть какая-нибудь уловка с использованием знаний о Луне, которая поможет избежать вездесущей спешки? Одна из нас — учительница, и она тоже со страхом ждет декабря, потому что тогда детей будет невозможно усмирить.

Нам также знакома эта проблема, потому что предрождественское время обросло таким огромным количеством ритуалов, что сложно к 27 декабря не захотеть в отпуск. А если есть дети, то почти невозможно освободиться от этой суматохи и снова заниматься делами сдержанно и спокойно.

Лишь недавно научно подтвердилось то, что уже давно известно разумным людям, а именно, что сладости пагубно действуют на успехи в учебе и память. Школы, в которых отказались от любых сладостей и подслащенных напитков и в которых детям продают только натуральную пищу, распрощались с «синдромом беспокойного ребенка». Другими словами, традиционный предрождественский календарь со сладостями — одна из главных причин растущего беспокой-

ства детей в канун Рождества, которое вовсе не является «предвкушением радости». Мы отказались от этого уже много лет назад. Вторая причина — большое количество орехов, которые переносят только люди Омега-типа и только в том случае, если они выращены без использования химии. «Нормальные» орехи обрабатываются большим количеством химикатов и находятся под большим излучением, потому что иначе они быстро прогоркают. Так что первый шаг — здоровое питание, может даже, время от времени голодание.

В канун Рождества мы часто готовим выпечку, но только вместе, и вместе мы приводим кухню в порядок. При этом мы поочередно готовим печенье для типов Альфа и Омега. Если мы печем печенье для типа Альфа, дети типа Омега не должны делать уборку на кухне, потому что им не было разрешено полакомиться, и наоборот. Так ребенок не только понимает свою значимость — он узнает, что для него полезно. Так мы сохраняем небольшой спокойный оазис хотя бы в кругу семьи.

Дети и питание

Мой сын с самого рождения — трудный ребенок, требующий много внимания. Какое питание вы рекомендуете в таком случае? Буду очень рада, если вы сможете вкратце мне ответить, потому что я не хочу смириться с тем, что моему сыну можно помочь только лекарствами.

Вероятно, ваш сын — очень умный ребенок, чей талант не находит нужной поддержки в детском саду и школе. То же можно сказать о легастениках, которые способны быстро все схватывать, но при своей скорости мысли имеют трудности с письмом и замыкаются в себе. В обоих случаях нормализовать ситуацию и отказаться от медикаментов почти всегда помогало сочетание нескольких элементов.

Во-первых, это работа в гармонии с личными биоритмами. У детей есть дни, когда новый учебный материал ни-

как не может закрепиться в памяти. Во-вторых, это отказ от определенных продуктов питания и питание в соответствии со своим типом (см. интервью в главе «Вопросы о здоровье, профилактике и лечении»). Фастфуд, сахар, белая мука и гамбургеры вызывают у ребенка беспокойство и непоседливое поведение или сильную усталость. А если вы кормите ребенка здоровой, но не соответствующей его типу питания пищей, это также провоцирует плохое настроение и раздражительность. Для начала лучше всего на неделю отказаться от всех продуктов с животным белком, а затем, в зависимости от результата, выбрать дальнейшие действия. Американские школы, которые запретили все сладкие напитки и заменили питание на натуральное, убедились, что ни одному ребенку больше не нужны ослабляющие их здоровье медикаменты, которые в большинстве случаев борются лишь с симптомами. Вы можете немедленно выяснить особенные способности вашего ребенка в нашей книге «Магия чисел». Вы сразу узнаете, какого рода поддержка необходима вашему ребенку.

Тайны воды

Я хотела бы еще кое-что рассказать. Я пью только родниковую воду. На новолуние вода в нашем источнике горчит. При убывающей и растущей Луне у нее обычный вкус, в это время выше содержание извести. Вода на полнолуние — моя любимая. Ее вкус немного напоминает вкус молока и сахара. Странно, что такой же вкус у родниковой воды во многих источниках и далеко в окрестностях. Я несколько раз пробовала эту воду, и каждый раз результат был одинаковый. Разумного объяснения этому нет, потому что в разных местах вода протекает через различные минеральные пласты.

Также вода по-разному закипает. В одну кастрюлю мы налили воду, набранную в день новолуния, в другую — воду, набранную в день полнолуния. Первая закипела

очень быстро и сильно кипела. Вода, взятая в день полнолуния, только немного булькает. Мы также совершили еще несколько опытов, и результаты оказались невероятными. Думаю, эти сведения могут быть вам интересны.

Мы рады, что с помощью собственных наблюдений вы обнаружили удивительные свойства воды. Мы пока не замечали, что вода может быть похожа на вкус на молоко и сахар, но мы точно знаем, что вы имеете в виду. Нам также знакомо различное поведение воды при кипении. Если воды немного, то это едва ли можно заметить, но, например, на фабрике-кухне было бы разумно в полнолуние ставить воду чуть раньше, потому что в это время она кипит медленнее.

Еще один пример — различное звучание воды в ручье в дни новолуния и полнолуния. Ручей звучит в полнолуние совсем по-другому, камни в нем «поют» иначе. При помощи микрофона эту разницу могли бы точно описать физики, специализирующиеся в области акустики. Рыба ведет себя при растущей Луне иначе, чем при убывающей, а в полнолуние рыба кумжа может преодолевать водопады высотой в четыре метра.

Это лишь немногие примеры тайн воды, которые человек пока не исследовал за некоторыми исключениями. Имеются в виду исследования энергии воды Виктора Шаубергера. Мы уверены, что если мы узнаем хотя бы часть этих тайн, мы никогда больше не будем использовать моря как место для свалки. Тогда мы будем обращаться с водой с тем уважением, которого она заслуживает.

Точность лунного календаря

В некоторых лунных календарях указана точная минута перехода Луны из одного знака зодиака в другой. Мне уже ясно, что раньше в календаре это не указывалось, но теперь ничто не мешает, ведь так?

Мы понимаем ход ваших мыслей, однако мы и впредь не будем указывать время с точностью до минуты в наших календарях — вполне обоснованно, как мы думаем. Иначе мы больше не могли бы выполнять нашу работу так же хорошо, как прежде. Указание точного времени перехода из одного знака зодиака в другой было и является путем, идя по которому, знания о Луне снова придут в забвение.

Во все времена составители календарей, несомненно, могли рассчитать фазы Луны с точностью до секунды. Однако положение Луны в знаке зодиака с незапамятных времен указывалось во всех культурах и календарях только с точностью до дня. Конечно, в этом случае нужно решить, какой именно момент выбирать, а он также с давних пор приходится на полночь, потому что даже если переход происходит в течение нескольких минут после полуночи, энергия предыдущего знака является определяющей для всего наступившего дня. Мы не знаем, почему так происходит, но опыт подтверждает этот факт. Однако еще важнее, пожалуй, то, что указание точного времени сделало бы знания о Луне слишком сложными для большинства читателей, но знания слишком ценны, чтобы допустить это. Переход сил происходит постепенно и никогда — в одну секунду. Влияния, которые оказывает положение Луны в разных знаках зодиака, пересекаются и смешиваются.

Кстати, лично мы очень редко учитываем точное время перехода между двумя знаками зодиака. Только если в календаре указаны три дня подряд одного и того же знака, мы знаем, что уже на третий день после полудня будет заметно влияние следующего знака, и мы это учитываем.

Однако в конечном итоге использование лунного календаря — дело ваших собственных ощущений. Это всегда должно приносить облегчение, а не должно осложнять жизнь еще больше. Если такой подход станет вашим принципом, все остальное получится само собой.

Различия между лунными календарями

Недавно через знакомую я узнала о книге «Дни посева по лунному календарю» и сразу же купила себе такую же на этот год. Я использую ваш лунный календарь уже несколько лет, и веду хозяйство в соответствии с ним. Однако при сравнении вашего календаря и книги о днях посева меня немного сбило с толку то, что в соответствующих знаках зодиака указано совершенно разное положение Луны — в марте разница в целых два дня.

Теперь передо мной стоит вопрос: какие расчеты верны? Буду очень рада ответу, который мне поможет, так как в этом году я хотела бы использовать ваши рекомендации для работ в нашем саду.

«Почему между сегодняшними лунными календарями существуют некоторые различия?» — этот вопрос занимает многих наших читателей. Сначала это было для нас небольшим сюрпризом, потому что о существовании других лунных календарей мы узнали только после выхода нашей первой книги.

Теперь об отличии календаря с днями для посева и всех других различающихся между собой лунных календарях. Когда вышла наша первая книга «Все в нужный момент», об этом еще не было речи, так как лунные календари, полезные в повседневной жизни, существовали только в той форме, в которой они приложены к нашим книгам. Тот же календарь без изменений использовался тысячелетиями. Сегодня мы знаем, что для различий в календарях существуют, как минимум, три причины.

Во-первых, все лунные календари почти без исключения рассчитываются одинаковым способом, а именно по положению Луны в знаке зодиака после весеннего равноденствия. Во все времена составители календарей имели возможность рассчитать время перехода от одного знака к другому с точностью до минуты. Поскольку с незапамятных времен положение Луны всегда указывалось только с точ-

ностью до дня, необходимо решить, какой момент считать моментом перехода. Есть два варианта. Стоит ли мне выбрать знак зодиака, в котором Луна находится в двенадцать ночи или в полдень? Календарь в приложении к нашим книгам рассчитан по положению Луны в полночь. Это способ, которым, как мы убедились, рассчитывались все лунные календари на протяжении столетий.

В этом и кроется главная причина некоторых различий в календарях — в выборе «момента» и указании с точностью до минуты перехода в другой знак. Последнее, как мы узнали, скорее, отпугивает большинство людей, пользующихся лунным календарем. Эти знания слишком ценны, чтобы сделать их сложнее для восприятия, чем они есть на самом деле.

Смена энергии происходит постепенно и никогда — за одну минуту! Виды влияния, которое оказывает положение Луны в знаке зодиака, пересекаются и смешиваются, особенно если в одном знаке Луна пребывает три дня подряд. Тогда в большинстве случаев в первый и третий день еще — или уже — можно отчетливо почувствовать влияние силы соседствующего знака.

Вторая причина различий между календарями — одновременно и одна из главных причин, почему в ходе истории знания о Луне снова и снова приходят в забвение. Между знаком зодиака и одноименным созвездием существует различие. Все созвездия разного размера, в то время как зодиакальный круг разделен на двенадцать равных — под углом 30° — «кусочков пирога», которые с созвездиями объединяются только по названию. Так, например, созвездие Весов в два раза меньше созвездия Девы.

Кроме того, правильный расчет времени знака зодиака всегда одинаков, но Луна из-за так называемой прецессии, как бракованные часы, немного «спешит». Это приводит к тому, что за 28 000 лет Луна проходит через все созвездия и только примерно через 25 000 лет снова займет ту же позицию, что и в знаке зодиака.

Поэтому опытному глазу видна уже заметная сегодня разница между астрономическим положением Луны и ее

положением в знаке зодиака, указанным в лунном календаре. Но это было известно во все времена: тысячелетиями составители календарей владели нужными знаниями и имели возможность учитывать эти отклонения при составлении лунных календарей. Наши предки были искусными мастерами расчета положения небесных тел и их орбит. Однако, что вполне обоснованно, у них не возникало повода включать в календарь эти отклонения, потому что значение имеет не положение Луны на небе, а ответ на вопрос: когда на Земле господствует влияние энергии Льва, чтобы удачно посеять злаки во влажную землю? Когда энергия Козерога поможет установить столбы для изгороди? На все эти вопросы отвечает лунный календарь в приложении к нашим книгам. Люди, практиковавшие знания о Луне, во все времена использовали этот календарь. Если сегодня кто-то основывает свои выводы на астрономическом положении Луны, он достигнет лучших результатов в своей деятельности, чем вообще не оглядываясь на лунные ритмы, но все могло бы быть и лучше!

Третья причина различий в календарях состоит в том, что сегодня лунные календари выпускаются многими издательствами. При этом, конечно, многое копируется, добавляется много лишней информации, например, информация о лунной магии, приготовлении еды в соответствии с влиянием Луны или «правила для крестьян». Кроме того, многие сведения при этом искажаются. Печально, что ложные сведения приносят знаниям о Луне дурную славу, а это гораздо больший вред, чем думают издатели и авторы. Каждый день, когда откладывается поиск истинных знаний о Луне, — потерянный день на пути к гармоничному сосуществованию человека и природы.

Итак, наши книги задуманы прежде всего как призыв читателям к действию, а не как застывший свод законов, на который нужно ориентироваться. Если вы всерьез задаетесь вопросом, какой из двух разных календарей имеет силу, нужно просто испробовать оба! В последние годы мы и сами так делали и советуем нашим читателям.

Напоследок, пожалуй, стоит привести слова одной читательницы, которая следующим образом сформулировала проблему различий в лунных календарях:

Я случайно узнала, что многие лунные календари рассчитаны иначе, чем ваши, и что из-за этого некоторые читатели в замешательстве. Конечно, я их понимаю, но я использую ваш календарь уже 7 лет, причем с удивительным успехом, в том числе при выборе времени сложных операций родственников. Я бы сформулировала это так: если кто-нибудь построит для меня дом моей мечты с красивой большой мастерской, где можно замечательно жить и работать, то я никогда не подумаю подвергнуть сомнению качество инструментов, при помощи которых построены дом и мастерская. Это все равно что подойти к Борису Беккеру после его первой победы на Уимблдоне и сказать: «Ты отлично играешь в теннис, но с твоей ракеткой что-то не так».

Вот что настоятельно необходимо человеку: больше времени, чтобы радоваться природе, чтобы упростить свою жизнь и отказаться от всех мнимых потребностей; больше времени, чтобы радоваться тому, что ему действительно необходимо в жизни, чтобы лучше узнать своих детей и друзей, а прежде всего, познать самого себя и Бога, который его сотворил.

(П. Йогананда)

Письмо из гимназии

Ученики одиннадцатого класса одной из баварских гимназий написали нам следующее длинное письмо в рамках школьного проекта. Мы отнеслись к этому письму очень серьезно, как вы можете увидеть из нашего ответа, и сделали столько его копий, чтобы хватило каждому ученику.

На уроке религии мы обсуждали вашу книгу «Собственными силами», и у нас есть несколько вопросов по ее содержанию. Уже с первых страниц вашей книги кое-что было нам непонятно.

Например, вы пишете, что каждый, с кем происходит что-то плохое, сам в этом виноват, потому что он сам накликал эти события негативными мыслями. Поэтому у нас появился вопрос, касается ли это, например, и жертв насилия. Мы не можем представить, как они сами должны нести ответственность за преступление, совершенное над ними.

Кроме того, вы объясняете все физические недуги душевными проблемами. Относится ли это ко всем болезням без исключения? Значит ли это, что врач, который лечит физические заболевания, борется с симптомами, а не с настоящей причиной? Стоит ли тогда обратиться к психологу? Мы думаем, что такая теория находится в опасной параллели с методами некоторых сомнительных «целителей рака», пытающихся бороться с раком и другими заболеваниями лишь «очищением» души. Это очень спорный вопрос.

Кроме того, мы заметили, что «духовная нагрузка» в любых ее проявлениях при любой болезни одна и та же, а именно: одиночество, нехватка любви, недостаток уверенности в себе и меланхолия. По общему мнению, эти факторы действительно существуют и касаются каждого.

Еще одна необъяснимая тема — кровопускание, которое вы описываете как способствующий здоровью метод лечения. Разве этот средневековый метод не используется лишь по незнанию? Ведь он всегда считался лишь последней надеждой на излечение — например, при борьбе с чумой в Средние века, — а его эффективность так и не была доказана научно. Вы пишете, что кровопускание должен проводить целитель, однако даете в своей книге указания, как можно сделать это само-

стоятельно. Неужели человек становится целителем, прочитав вашу книгу?

Мы надеемся, что вы примете во внимание наши вопросы и ответите на них. С нетерпением ждем вашего ответа.

Мы рады, что наша работа стала темой вашего занятия. Мы трудимся, прежде всего, для молодежи, потому что именно молодежь сможет направить наше будущее в нужное русло. Завтра мы не сможем отказаться от использования знаний о выборе правильного времени для защиты окружающей среды, и, возможно, кто-то из вас окажется на таком посту, что сможет помочь снова вернуть эти знания к жизни — с выгодой для всех живущих на Земле.

Наверняка вам еще никто не говорил, что в некоторых регионах еще несколько десятилетий назад жизнь в соответствии с лунными и природными ритмами была так же естественна, как для нас — использование мобильного телефона. Еще до Первой мировой войны почти в каждом календаре указывались фаза Луны и ее положение в знаке зодиака. Как эти знания могли так быстро прийти в забвение? *It's got no cash value* — они не имеют никакой денежной ценности, если выражаться фамильярно. В книге мы рассказали об этом подробно.

Теперь что касается вашего письма и ваших вопросов. Прежде всего, нужно сказать, что если бы мы ответили на ваше письмо в вашем стиле, то, вероятно, это мало бы вам помогло. Вы неверно цитировали, вырывали слова из контекста и прочитали книгу лишь поверхностно. Вы разобрали нас по косточкам и даже не подписали свои имена. Поэтому мы хотим ответить вам в стиле, который сквозит между строк вашего письма, и мы нашли для этого время. Давайте вместе взглянем на ваши вопросы.

Ваш первый вопрос: *Например, вы пишете, что каждый, с кем происходит что-то плохое, сам в этом виноват, потому что он сам накликал эти события негативными мыслями. Поэтому у нас появился вопрос, ка-*

сается ли это, например, и жертв насилия. Мы не можем представить, как они сами должны нести ответственность за это преступление.

С нами происходит то же, что и с вами. Мы также задаемся вопросом, чем провинился ребенок, который родился в жестокой и хладнокровной семье, где он не получает ни капли любви, в конце концов разочаровывается, ожесточается и во взрослом возрасте сам не может дарить любовь. Чем провинился ребенок, чей отец избивает его до смерти, потому что тот плачет всю ночь? Что он сделал, чтобы заслужить такую судьбу? Чем провинился человек, который выигрывает миллионы в лотерее, проматывает все деньги и становится счастливее, чем когда-либо прежде? (И это случается гораздо чаще, чем разумное использование выигрыша.) Эти вопросы и ответы на них волновали человечество с начала его существования.

Мы думаем, что, если мы хотим найти ответ, который действительно успокоит задающего вопрос, нельзя упустить из вида следующие два аспекта.

Во-первых, невозможно пытаться ответить на эти вопросы без истинной веры. Такая попытка ведет прямиком к жизни, лишенной всякой радости, к жизни, полной холода, стерильности и жалоб на мнимую несправедливость мира — совершенно независимо от материальных условий жизни человека. Только тот, кто искренне верит, может найти удовлетворительный ответ на эти вопросы, несущий душевное равновесие. Истинной вере нигде не учат, нужно обрести ее самостоятельно, вопреки любому противодействию и всем противоречиям. Часто самопровозглашенные духовные лидеры и главы церквей указывают неверный путь и находят бесчисленных последователей — только потому, что стремление людей к смыслу и истине так велико, а предложений утолить эту жажду так мало. Поэтому сегодня велика популярность сект. Они всего лишь искусственное, поддельное предложение в ответ на искреннее желание душ. Древнее изречение гласит:

«Фальшивое золото существует по трем причинам: во-первых, из-за алчности людей, во-вторых, из-за их неспособности отличить настоящую вещь от подделки, в-третьих, потому, что настоящее золото действительно существует».

Вычислить настоящее золото, найти истинную веру — эта способность распознавать истину откроется вам, только если вы научитесь любить самих себя. Это лучший рецепт против слабости перед соблазнами! Тот, кто любит себя, рано или поздно научится распознавать того, кто не любит себя, и вместе с тем поймет любого другого человека! У всего настоящего есть свои приметы: любой настоящий духовный лидер, любой настоящий друг всегда будет напоминать вам, что любовь — единственный смысл жизни, а ваша свободная воля — единственное средство, чтобы найти эту любовь и жить с ней. Вы переживете школьную пору здоровыми умом и душой только благодаря свободной воле, а не благодаря обещанию надежного будущего посредством высшего образования.

Чтобы осветить второй аспект, который, возможно, даст ответ на ваш вопрос, для начала необходима небольшая историческая справка. Примерно 1300 лет назад «духовные лидеры» христианско-католической церкви одним ударом, одним росчерком пера уничтожили учение о существовании у человека души, которая снова возвращается на Землю.

Столетиями, в течение 600 лет раннего христианства господствовала, да и сегодня во многих местах господствует абсолютная уверенность в том, что душа снова и снова рождается заново, чтобы решить круг определенных задач — с большим или меньшим успехом. Если ей это не удается, то она может сделать это в следующий раз! Самовольно уничтожая эту древнюю догму, церковные лидеры исходили из ошибочного допущения: «Если мы сразу будем проповедовать, что этот круг возможно пройти только на Земле, тогда наши прихожане будут еще больше стараться вести богоугодную жизнь, чтобы попасть в рай». Так они хотели отменить такую точку зрения: «В этот раз я еще погуляю, потому что я могу все исправить в следующей жизни». Отцы церкви

поистине сильно ошибались в своем мнении о природе человека, потому что в те времена гораздо чаще, чем сегодня, встречалась такая позиция: «Богоугодная жизнь, полная самодисциплины, для меня слишком утомительна и скучна. Лучше я перестану стараться и вообще не буду верить. А если ОН все же существует, меня оправдает его всемогущее прощение, если понадобится». И отцы церкви недооценили того, что происходит, если проповедовать убеждение вместо истины. Бессознательное человека чувствует ложь и испытывает душевные страдания.

Таким образом, отцы церкви избавились от знания о том, что все, что я делаю, возвращается ко мне. То, что я даю, возвращается — как хорошее, так и плохое. Уничтожить это знание было не так сложно, потому что в то время как и сегодня, довольно значительный период времени, который пройдет, прежде чем что-то «ко мне вернется» — вероятно, самая большая помеха, чтобы признать, что человек притягивает к себе как магнитом все, что с ним случается. То же происходит при неправильном питании: иногда проходят годы или десятилетия или вся жизнь, *прежде чем человек пожнет то, что посеял!*

Когда католическая церковь начала распространять убеждение, что у нас есть только одна, земная жизнь, это ничего не упростило. В различных религиях появилось такое невероятное количество лжи, что не стоит удивляться, как много людей переходит в другую религию, выходит из лона церкви или вырастает вообще без веры. Распространяется такая большая и правдоподобная ложь, что люди подрывают себя на бомбах, а именем Бога ведутся войны! Это совершенно нелицеприятно и совершенно примитивно! Никогда еще не было столько возможностей получить информацию и столько возможностей стать фанатиком.

«По плодам их узнаете их!» Это простое и безошибочное средство дал нам Иисус. «Не убий!» — и все же многие люди в наше просвещенное время присваивают себе право преступать эту заповедь, пользуясь бесчеловечным правилом: «Как ты мне, так и я тебе!» Как легкомысленно и быстро тво-

рится несправедливость и совершаются убийства. Конечно, это ни в коем случае не означает, что нужно пассивно со всем происходящим смириться. Ганди своим примером показал, к чему может привести жизнь без насилия. Сегодня действительно одна из самых больших сложностей — вести переговоры с примитивными, упрямыми и фанатичными людьми и разговаривать с ними так, чтобы прийти к мудрому и разумному решению.

Вывод: на ваш первый вопрос нельзя удовлетворительно ответить без истинной веры в продолжительное существование души и ее реинкарнацию. Может ли кто-нибудь верить, что так называемый «воин Бога», убийца, просто умирает и на этом все заканчивается? Не пожнет ли он то, что посеял, когда вернется на Землю в другом обличии? Такие вопросы мы должны задать себе, чтобы понять смысл и последствия действий. В повседневной жизни мы пользуемся многим, подчас не понимая полностью смысла наших действий. Но если мы вникнем в глубину вопроса и захотим знать больше, то мы уже не сможем не задумываться об этом.

Точно можно сказать одно: вы должны собственными силами в течение жизни найти собственные ответы, самостоятельно и независимо от влияния извне. Даже если эти ответы не понравятся вашему непосредственному окружению, потому что «нормальные» и «общепринятые» ответы выглядят иначе. Никогда не будьте настолько ленивы и не принимайте просто на веру все, что слышите или читаете, иначе вы откажетесь от одного из самых увлекательных приключений, которые вам предлагает жизнь. Что вы думаете об этом? Найдите время, чтобы найти свои ответы, и прислушайтесь к собственным ощущениям. Ни одна застывшая догма не поможет вам с ответом, и наши попытки найти ответ тоже.

«Почему Бог допускает столько страданий в мире?» Это один из древнейших вопросов человека. Нам понравился ответ Парамахансы Йогананды, святого нашего времени:

«Всякое страдание возникает от злоупотребления свободой воли. Бог даровал нам способность принять свободу

воли или отказаться от нее. Не по Его воле мы страдаем — Он просто не вмешивается, когда мы решаемся на деяние, которое принесет нам страдание.

Люди не прислушиваются к мудрым советам святых, но оказавшись в беде, ожидают спасения необыкновенными обстоятельствами или каким-то чудом. Господь может совершить все, но Он знает, что любовь и правильное поведение человека нельзя приобрести чудом.

Бог послал нас на землю как Своих детей, и поэтому мы должны к нему вернуться. Есть только одна возможность снова воссоединиться с ним: подчиняться своей собственной воле. Никакая другая сила на земле или на небе не может сделать этого за нас. Однако если вы от всего сердца взываете к Богу, Он пошлет вам учителя, который выведет вас из глуши страданий и приведет обратно в дом Его вечных друзей.

Господь даровал вам свободную волю и поэтому не может действовать подобно диктатору. Хотя Он всемогущ, Он не просто освобождает вас от страданий, если вы выбрали неверный путь. Справедливо ли ожидать, что Он освободит вас от любого бремени, если вы постоянно грешите против Его законов? Следуйте правилам, которые изложил в Нагорной проповеди Его сын; в этом состоит секрет счастья».

Существует разница между мнением, допущением, предположением и убеждением с одной стороны и знанием — с другой. Эту разницу сейчас замечают очень редко, поэтому мы говорим о ней здесь — только чтобы напомнить вам о ней. Так что на ваш первый вопрос у нас нет ответа, который смог бы сразу вас удовлетворить. Мы лишь знаем, что огромные страдания во всем мире можно объяснить, только имея истинную веру, — неважно, чье имя несет религия, из которой человек черпает мудрость, вдохновение и уверенность. Нам кажется, что мнимая несправедливость во всем мире только тогда будет объяснима и понятна, если принять в расчет, что нынешняя жизнь человека — не единственная

его жизнь. Без веры в то, что каждая душа получит по заслугам, на ваш вопрос не найти ответа. И нельзя найти ответ без абсолютной уверенности в существовании свободной воли.

Ваш второй вопрос: *Кроме того, вы объясняете все физические недуги душевными проблемами. Относится ли это ко всем болезням? Значит ли это, что врач, который лечит физические заболевания, борется с симптомами, а не с настоящей причиной? Стоит ли тогда обратиться к психологу? Мы думаем, что такая теория находится в опасной параллели с методами некоторых сомнительных «целителей рака», пытающихся бороться с раком и другими заболеваниями лишь «очищением» души. Однако это очень спорный вопрос.*

К возникновению острых физических заболеваний приводят не только телесные недуги, но и обстановка, в которой человек пребывает продолжительное время. Бессердечное, холодное окружение сказывается на всем: на цвете одежды, направлении линий и морщин на лице и по всему телу, структуре волос, цвете кожи, запахе изо рта и тела и т. д. и т. п. Настоящим хорошим врачам раньше было достаточно осмотреть пациента, получить анализы мочи и стула и почувствовать их запах, как уже был готов полный и правильный диагноз. Лишь непостижимо заносчивая современная медицина будто не замечает, как прогрессивны были многие методы врачевания наших предков (см. кровопускание). Прогресс? Разве прогрессивно и «современно» за пару десятилетий разрушить то, что идеально действовало тысячелетиями? На то, к чему приложил руку человек, больше нельзя смотреть без слез, разве только он познает природу, вместо того чтобы ставить на ней эксперименты, эксплуатировать ее и бороться с ней.

Сегодня из исследований известно, что истинные причины заболеваний (да, физические причины!) у более чем половины всех пациентов совершенно иные, чем указано в диагнозе. Почему? Потому, что в университете с самого

первого момента нам внушают, что все можно вырывать из контекста и раскладывать на составные части. В университете не только не учат человечности, но интенсивно изгоняют ее даже оттуда, где она еще есть, а потом это называется «практика пройдена».

Почти всюду по служебной лестнице продвигается тот, кому чужды человечность, взаимопомощь и любовь. Почему? А потому, что те, кто находится наверху и решает, кто выдержит экзамен и может продвинуться дальше, чувствуют угрозу со стороны человечности и искренности. Кстати, одна из главных причин, почему у женщин зачастую мало шансов сделать карьеру, заключается в том, что они почти всегда добрее, рациональнее, точнее и искреннее, чем мужчины. Мужчины неохотно позволяют мешать им пребывать в инертности.

Большая часть современных медиков занимается исключительно борьбой с симптомами, так же, как и фармацевтическая промышленность. Настоящее исследование причин требует слишком много усилий, приносит слишком мало денег и не позволяет получить Нобелевскую премию. Информация и истинная профилактика — а не «предварительный осмотр» — скучны и не повышают товарооборот. Кого мы видим по телевизору? Тех, кто проигрывает или выигрывает битву, а не великих молчаливых героев, которые препятствуют этим битвам. Вы видите героических пожарных, а не тех, кто предотвращает появление огня. Однако не верьте нам на слово — убедитесь в этом на собственном опыте.

Следующая поговорка родом из Китая:

«Выдающиеся врачи предотвращают болезни. Посредственные врачи занимаются еще не возникшими болезнями. Несостоявшиеся врачи лечат уже появившиеся болезни».

Сегодня все происходит с точностью наоборот! Чем интересуется тот, кто зарабатывает на болезни? Современная медицина добилась больших успехов в реаниматологии и лечении определенных болезней. Мы не хотим обесценивать или умалять эти заслуги, но мы советовали бы вам вни-

мательнее прочитать книгу «Собственными силами». А потом выходите на улицу и делайте свои собственные наблюдения. Разговаривайте с медсестрами и санитарами о врачах, разговаривайте, пока не узнаете правду. Всегда будьте проницательны и не позволяйте себя одурачить — менее всего своей собственной склонности давать «удобные» ответы.

Существует такое общее правило: пока научные исследования проводятся не только из чистого любопытства, то почти всюду они направлены не на благо человека, а чтобы получить ответ на вопрос: «Сколько денег и сколько наград это принесет и одобрят ли мои мама и профессор то, что я делаю?» Нет, найти психолога при появлении душевных проблем — не лучшее решение. Лишь иногда психолог бывает другом для людей. Всегда внимательно наблюдайте, кто дает вам совет и зачем. Какие интересы он преследует, давая совет? Что навело его на такие мысли? Наблюдайте и делайте собственные выводы. «По плодам их узнаете их».

Вы уже знаете этот закон природы? Никому не помогут жалобы, ни одну проблему нельзя решить и ни одну болезнь нельзя вылечить, борясь с проблемой или болезнью. Ни один человек не может перемениться к лучшему, если он не умеет делиться радостью с окружающими, если он не понимает, что важны только решения, принятые с любовью к людям и природе. Поступки, совершенные без радости и любви, абсолютно ни к чему не приводят. У того, кто постоянно занят проблемами, всегда появляются новые.

Даже организации по защите окружающей среды часто отказываются принимать людей всерьез и быть решительнее. Решения человека, которые осуществляются посредством запугивания или убеждения, недолго могут быть полезны и не приводят ни к чему постоянному — ни для того, кто принимает решение, ни для окружающей среды. Если что и важно, так это личный опыт и понимание природных взаимосвязей.

Возможно, вы думаете, что отдельно взятый человек не может ничего добиться. Это убеждение — кошмарный сон,

который окрасит всю вашу жизнь в серый цвет и будет виной каждой вашей проблемы теперь и в будущем. И рано или поздно вы проснетесь. Заранее радуйтесь тому, что это будет один из лучших дней в вашей жизни!

Вернемся к исследованию причин. Любой настоящий друг поможет вам выяснить причины проблем. Вы почувствуете, что истинные причины физических заболеваний нужно искать в совершенно другом месте и что даже хороший лекарь может лишь помочь вам вылечиться самостоятельно. Ваш вопрос — это в некотором смысле небольшой отвлекающий маневр. Почему? Потому что сегодня легче, чем раньше, снять с себя ответственность за самого себя или притвориться больным. Неудобно, заболев, в первую очередь спросить себя: «Когда в своей жизни я допустил ошибку, которая теперь превратилась в болезнь?» Легче бежать от проблемы, как все «нормальные» люди: «Доктор, ваша работа — лечить меня. Остальное меня не интересует».

Есть еще кое-что. Болезни и различные болячки в наше эгоистичное время — это для многих людей единственный способ получить хоть немного сочувствия и внимания. В чем же тогда причина болезни? В глубине души вы все точно знаете ответ: любовь и радость — это величайшая, самая лучшая и единственная настоящая медицина. Корнем почти любой болезни и расстройства здоровья, которые могут настичь организм, является недостаток любви и радости.

Ваш следующий вопрос: *Кроме того, мы заметили, что эта «духовная нагрузка» в любых ее проявлениях при любой болезни одна и та же, а именно: одиночество, нехватка любви, недостаток уверенности в себе и меланхолия. По общему мнению, эти факторы действительно существуют и касаются каждого.*

Как разнообразна внутренняя жизнь человека! На самом деле, когда мы, получив ваше письмо, почитали о «духовной нагрузке», то мы поняли, что сами уже когда-то говорили почти обо всех ее видах или говорим об этом до сих пор. Другими словами, вы абсолютно правы. Это касается

каждого — вчера, сегодня, завтра — но в различной мере и с разным влиянием. Духовная нагрузка приводит к различным результатам. Скряга наносит вред не тем органам, которым вредит холерик, а кроме того, с другими последствиями. Возможно, вам нужно почитать нашу книгу «Собственными силами», вне рамок домашнего задания.

Сколько разных людей окружают вас в повседневной жизни, столько же и различных видов «духовной нагрузки». Некоторые с криками убегают в лес, и их сметает неожиданно разыгравшаяся буря. Некоторые шепчут те же слова себе под нос и радуются, что остались нетронутыми. Они не замечают, что буря возвращается в другое место и в другое время.

Ваш следующий вопрос: *Еще одна необъяснимая тема — кровопускание... Разве этот средневековый метод не используется лишь по незнанию? ...Его эффективность так и не была доказана научно. Вы пишете, что кровопускание должен проводить целитель, однако даете в своей книге указания, как можно сделать это самостоятельно. Неужели человек становится целителем, прочитав вашу книгу?*

«Как немного из произошедшего записано, как немного из записанного спасено!!!» Об этом говорил еще Гете более 200 лет назад. Мы очень просим вас прочитать главу о кровопускании в книге «Собственными силами». Там не идет речи о самостоятельном проведении процедуры! Там мы пытаемся объяснить, почему этот чудесный метод лечения приобрел дурную славу и был незаслуженно забыт. На то, как сегодня наука и официальная медицина обращаются с мягкими и естественными методами лечения, знаниями наших предков и первобытных народов, глубочайшее влияние оказывают заносчивость, жажда денег и ложная гордыня.

Нет, пока кровопускание находится за пределами умственных способностей ученых, не присматривающихся к деталям. Они не осмеливаются исследовать то, чему не позво-

лено быть эффективным, потому что иначе разрушится все, что они с таким трудом построили за пару столетий.

Правильно проведенное кровопускание ничуть не потеряло своей ценности. Все, что нужно, — это правильная таблица и врач или целитель. Процедура проста и недорого стоит. В этом тоже кроется одна из причин пренебрежения. Еще не раз в течение жизни вы столкнетесь с такой логикой: с тем, что дешево стоит и эффективно действует, не считаются и борются — неважно, о какой сфере жизни идет речь. Недавно ученые впервые признали, что побочные эффекты правильно выписанных и верно дозированных химических лекарств являются четвертой по частоте причиной смерти во всем мире.

Ах да, еще кое-что в дополнение к вашему последнему вопросу. Указания по проведению кровопускания нужны читателям, чтобы удостовериться, что врач или целитель проводят его правильно. Пока не была опубликована наша книга, едва ли существовала какая-либо информация об этой процедуре. Становится ли человек целителем, прочитав нашу книгу? Наша книга может помочь предотвратить болезни посредством сведений, бывших долгое время недоступными. Наша работа сейчас и в будущем направлена на то, чтобы напомнить, что мы вольны идти своим путем и избавиться от бессмысленной борьбы с симптомами — и не только когда речь идет о нашем здоровье.

Мы благодарим вас за письмо и возможность ответить вам. Желаем вам всего хорошего, и пусть вас никогда не покидает любознательность.

Вопросы СМИ: интервью особого рода

За годы работы с нами были проведены сотни интервью на телевидении, радио и в газетах, и везде нам задавали вопросы такого рода: «Откуда происходят ваши знания?», «Сегодня полнолуние — что это значит?», «Что побудило вас обнародовать эти знания?», «Как вы объясняете успех ваших книг?». Мы действительно всегда были рады возможности познакомить широкую публику со знаниями о Луне, хотя иногда наши ответы и напечатанное позже или то, что передавали по радио, едва ли имели между собой что-то общее. Но и с этим мы научились жить. Особенно нам запомнились четыре интервью, в которых нам были заданы необычные вопросы и мы получили возможность дать полные ответы. Одно вы уже прочитали в конце второй главы, с еще тремя мы хотим познакомить вас в этой главе.

Мужчина и женщина под влиянием Луны: интервью с литературным журналом

В вашей книге «Все в нужный момент» вы объясняете основные правила жизни в соответствии с лунными ритмами. Что полезного может получить несведущий городской человек, если он начнет интересоваться вашими книгами и этими знаниями?

ИОГАННА: По опыту своих многочисленных докладов в городе я знаю, что большинство людей начинают жить в со-

ответствии с лунными ритмами, если ориентируются на них, когда моют волосы, стригут ногти, моют окна и стараются правильно питаться. Вы видите, когда ваш организм усваивает что-то лучше, а когда — совсем не переносит. Еще одна тема — полив цветов, прежде всего она важна для женщин, работающих в офисе, которые поливают и поливают их, и такой уход приводит к гибели цветов. Многие приходят утром в офис, в первую очередь варят кофе и поливают цветы. Через полгода растения, конечно, приходят из-за излишнего полива в плачевное состояние. Или если они еще живы и кто-нибудь забудет их полить, привыкшие к большому количеству влаги растения засохнут.

Вы выросли в Тироле и много узнали о влиянии Луны от вашего деда. Как случилось, что вы начали читать об этом доклады и делиться вашими знаниями? Когда вы начали систематизировать их?

ИОГАННА: Ну, они пока не систематизированы... Я иду на доклад без системы и плана, смотрю на людей и только тогда начинаю говорить, просто потому, что все люди разные, следовательно, разнятся и их интересы. Если бы я читала доклад в Южном Тироле и подготовила план, то зрители в Гамбурге, пожалуй, не прогнали бы меня со сцены, но что-нибудь пошло бы не так. Так читать доклады бесполезно.

Конечно, когда я приехала в Мюнхен, я перестала жить в соответствии с лунными ритмами. Хочется быть похожей на других, никто не хочет быть изгоем. Я чувствовала, что люди не просто не следовали этим правилам, — они вообще не знали о них или считали их суеверием. Тогда я была очень молода, а кто в таком возрасте хочет, чтобы на него наклеивали ярлыки? Я снова начала жить по лунному календарю, только когда ухудшилось мое самочувствие. Тогда я втайне от всех начала строить свою жизнь в соответствии с лунными ритмами, насколько это было возможно в городе — а это гораздо проще, чем принято думать. Тогда появились первые вопросы: «Когда и как ты это делаешь?» Например, что-то планировалось, и кто-то говорил: «Нет, в это время я не могу, в это время мне нужно сделать то-то и то-то». А я отвечала: «Ну, тебе вовсе не нужно это делать. Если ты сдела-

ешь это сегодня, то это принесет только вред». И тогда заинтересовавшиеся люди пришли к выводу, что мои знания верны. А многие тогда еще думали: «Ну, снова она со своими глупостями».

Потом как-то раз состоялся первый доклад, после которого произошел настоящий всплеск интереса. Конечно, во время доклада 90% слушателей смеялись, но остальные 10% сдвинули дело с мертвой точки, чего я никак не ожидала. После я уже не могла избежать новых докладов. Все остальное — история, мы записали знания о Луне. Томасу сперва пришлось испробовать все на практике и прочувствовать, потому что он родился в городе и не имел понятия об этих знаниях. Тогда он смог начать писать. Читатели не довольствовались одной книгой, им нужно было больше книг: о здоровье, о строительстве дома, о саде. Так мы стали работать над различными темами.

Но прорыв произошел сравнительно внезапно?

ИОГАННА: Да, успех пришел после первой книги, причем прошло некоторое время, прежде чем книга была принята в Баварии. Книга была больше ориентирована на жителей Баварии, а жители Гамбурга смеялись над этими знаниями. Впервые книга была опубликована в Южном Тироле, и каким-то образом она шаг за шагом завоевала весь мир, была переведена на другие языки и т. д.

ТОМАС: Как говорится, поначалу было сильное разделение между севером и югом.

ИОГАННА: Оно существует и сегодня, но уже не так заметно.

ТОМАС: Рост интереса наблюдается и на севере, и на юге, только количество различается. В стране существует это различие, но мы выяснили, что наши знания особенно открыто принимают на востоке Германии.

ИОГАННА: Там приятно делать доклады. Мы охотно туда ездим, это всегда очень интересно, и поездки доставляют нам большое удовольствие. Но у нас для этого не так много времени. Может быть, в следующем году мы снова туда поедем.

Через несколько лет вашей деятельности в качест-

ве докладчика вы начали сотрудничать с вашим будущим мужем, писателем Томасом Поппе, и с тех пор вы очень успешно работаете как одна «лунная команда». Вы еще помните, в каком положении Луна была в тот день, когда вы в первый раз встретились? Как развивалась совместная работа?

ИОГАННА: Нет, я этого уже не помню. Ты помнишь, Томас? *(Томас смеется и качает головой.)* Это был где-то май—июнь 1998 года. Общая знакомая сказала мне: «Я знаю писателя, который идеально подошел бы тебе». Я ответила: «Нет, с меня хватит писателей. Они или слишком умные и пишут слишком напыщенно — для моих читателей это не годится, — или не умеют писать, а в таком случае вообще ничего не выйдет». Я хотела писать о своих знаниях простыми словами. Я не хотела делать из них что-то сложное и изображать что-то секретное. Писатель или хороший, а тогда он привык писать так, как пишет, что мне не обязательно бы понравилось, или плохой, тогда тоже ничего бы не вышло. Так что я думала, что сотрудничество с писателем мне не подходит. Но я очень хорошо знала, что не смогу сама записать свои знания, и что я в то же время очень требовательна. И тогда моя подруга сказала: «Я тебе дам его книгу, увидишь сама». Когда я прочитала предисловие и поняла: «Вот он. Он пишет именно так, как мне нужно!» Саму книгу я не дочитала, она была уже не так похожа на его стиль. Я сказала ему: «Если ты будешь писать, как в этом предисловии, то мы сработаемся». «Да, хорошо», — ответил он.

Затем ему пришлось узнать все. Я дала ему список и сказала: «Встретимся через полгода». Через полгода я об этом уже не думала. Как-то раз я основательно разбирала свою сумочку, выпотрошила все на стол и нашла телефонный номер с мюнхенским кодом. Я подумала, что не знаю, чей это номер, но прежде чем выбросить, решила позвонить и узнать, чей же он. Ответил Томас и сказал: «Да, это очень странно, я как раз сегодня хотел тебе позвонить. Прямо сегодня. Это просто удивительно». А я подумала: «О, удивительно, это уже не очень хорошо, потому что я поставила

пару ловушек: в списке были намеренные ошибки, и некоторые советы просто не могли бы помочь».

И вот он пришел. Мы выяснили, что в этот день исполнилось ровно полгода с нашего первого разговора, то есть тогда мы еще помнили дату. Он испробовал все советы, и я подумала: отлично, если совпадет все, что не должно совпасть, будет очень жаль, потому что мы могли бы хорошо сработаться. Однако затем о паре вещей он сказал: «Да, мне жаль, я действительно очень старался, но цветы погибли». Я уже не помню, что еще там было, примерно три-четыре правила, которые не сработали, потому что я предоставила неверную информацию. И я подумала, ладно, он честный, умеет писать — подходит.

Нужно сказать, вы серьезно проверили вашего мужа.

ИОГАННА: Да, мне пришлось это сделать, потому что, передавая знания, несешь ответственность. Мне уже было ясно, что это может произвести небольшую революцию. Люди, которые всегда от чего-то зависят, станут независимыми. Это и сегодня является моей целью. Не запугать сначала, а потом сказать: «У меня есть противоядие, такие-то и такие-то таблетки». Я хочу, чтобы мои читатели освободились, а этого не получится, если автор обманывает людей с помощью своих книг. Таких книг уже предостаточно, в них все очень красиво написано, но за этими словами ничего не стоит. Мне это не нужно. Сегодня мы пишем так же, как и прежде. Мы разговариваем, сидим так же, как сейчас с вами, мой муж делает заметки, потом заметки становятся абзацем, страницей. Я еще раз перечитываю ее. То, что не совсем подходит, я подчеркиваю, тогда он уже знает, в чем дело. А потом вдруг появляется книга.

Лунный календарь находит применение, прежде всего, в саду и сельском хозяйстве. Но преобладающее сегодня сельское хозяйство с использованием химикатов очень далеко от предлагаемых вами принципов. Каким вы видите его развитие? Вы не думаете, что в будущем экологически чистое сельское хозяйство снова станет распространенным?

ИОГАННА: Это так, если занять правильную позицию...

Если человек говорит, что хочет сделать что-то, то с помощью лунного календаря он может немедленно что-то изменить. Он может действовать прямо по книге, для этого не требуется дополнительной подготовки. Если у него нет нужного настроя, то от книги тоже не будет пользы. Совсем недавно в вагоне-ресторане я слышала разговор о саде. Женщина унаследовала от матери земельный участок, и теперь ей нужно было сделать так много: удобрять, опрыскивать и т. д. Мне было очень сложно сдержаться, потому что она делает все то, что отравляет окружающую среду. Что делать, если сегодня молодые люди еще не изменили своих взглядов! Наши предки уже многое отравили, теперь мы должны быть разумнее. А подобные примеры понемногу лишают меня надежды.

Однако когда я делаю доклады и зал полон людей, а после доклада люди подходят и говорят: «Я сейчас точно следую лунному календарю, и у меня все больше получается», — тогда я снова вижу другую тенденцию. Это тоже дает надежду. Люди покупают книгу или календарь и начинают их использовать. И они сразу замечают, что знания действуют. Но иногда некоторые разочаровываются в зависимости от того, что они слышат вокруг и в зависимости от ежедневных изменений в организме. Я надеюсь, что люди станут ответственнее относиться к использованию окружающей среды или что они должны стать ответственнее. Тогда нашим преимуществом будет, если появятся книги, которые поддерживают эту тенденцию.

Лично с нами происходит то же: существуют темы, которые становятся важными спустя какое-то время. Темы, которые были бы важны уже десять лет назад, но которые я понимаю только сегодня. Осуждать кого-то иногда легче, чем действительно что-то изменить. То же происходит с другими людьми. Они знают, что больше нельзя использовать ядовитые удобрения — я больше не могу есть обработанные ими фрукты и овощи — но переход на натуральные продукты — сложный шаг. Он не происходит за один день.

Как «собственными силами» при помощи лунных ритмов сохранить или вернуть здоровье, вы описывае-

те в своей одноименной книге. Не становится ли жизнь еще сложнее, когда нужно следить не только за пользой питания, но и за выбором правильного времени? Легче ли воплотить в жизнь изменения, которые приносит жизнь по лунному календарю, если у человека трудности?

ТОМАС: Все зависит от первоначального стимула. Человек задумывается, если у него ухудшается самочувствие, когда появляется аллергия, а дети появляются на свет уже с нейродермитом и пр. Неудивительно, что наши книги и многие подобные работы пользуются сегодня таким успехом.

Давайте рассмотрим вопрос о том, усложняет ли использование лунного календаря жизнь. Ну, если бы это было так, мы бы не писали книги. По существу наши книги — это не что иное, как средство помочь памяти, средство, призванное напомнить о том, что и так существует — о совершенно естественных ритмах. Мы отдалились от природных ритмов. Возвращение к ним означает лишь расставание с полюбившимися привычками. Жизнь станет не сложнее, а в конечном итоге проще, если постепенно отказаться от вредных привычек и жить в согласии с природой. Книги должны приносить людям пользу, а не создавать дополнительные оковы. Одна из причин успеха наших книг — это большая степень свободы и большая степень независимости, которые они приносят каждому читателю. Если бы это было не так, я бы вообще не хотел писать книги.

При выборе правильного времени речь идет не только о растущей или убывающей Луне, но и астрологическом знаке соответствующего дня. Так, например, лиственные растения нужно поливать только в дни листьев, то есть в дни под знаком Рыб, Рака или Скорпиона. Знания о Луне тесно связаны с астрологией?

ИОГАННА: Я мало разбираюсь в астрологии, но она связана со знаниями о Луне. Когда мы заказываем наш гороскоп, выясняется, какими способностями обладает человек, и это замечательно. Если говорить о растениях, то лунный календарь — их гороскоп. В дни листьев лиственные растения реагируют на все иначе, чем в другие дни. Если поливать растения только в дни листьев, они всегда будут здоро-

выми и красивыми. Если поливать их в дни цветков, растения будут хилыми, а тля появляется только на больных и ослабленных растениях.

Промышленность хочет внушить нам: «Вы должны удобрять». Конечно, использование удобрений приводит к тому, что растения и плоды вырастают непомерно огромных размеров. Природа решает, что они больны, что они не в порядке, и начинает сокращать их количество. Она посылает паразитов, плесень, грибки с целью настолько ослабить растение, чтобы оно снова вернулось к нормальному размеру. Как только человек замечает паразитов, он начинает бороться с ними. И получается замкнутый круг. От опрыскиваний химией растения становятся слабее. Тогда нужно снова удобрять, чтобы они стали сильнее. Бесконечный замкнутый круг. Когда растения дают плоды, то эти плоды не выдерживают содержащегося в них переизбытка искусственных веществ. Тогда нужно снова их опрыскивать, чтобы кожура оставалась прочной. Затем плод насквозь отравляют, чтобы он дольше хранился. Результат — совершенно больной плод, выращенный на искусственных веществах для человека, который ест и пьет все подряд, а потом бежит к доктору, и ему делают укол. Эти плоды пусты. В них даже добавляют ароматизаторы, потому что они больше не пахнут, как настоящие. Так что полезно и просто необходимо, например, поливать растения только в дни листьев. Тогда будет просто сохранить растению здоровье. На открытом воздухе, на природе я ничего не делаю — в своем саду я ничего не поливаю, кроме растений прямо у стены дома, кадочных и балконных растений. В удобрении и поливе нет необходимости. Когда нам говорят, что все это нам нужно, это чистейшей воды обман.

Нашими книгами и докладами мы хотим показать, что возможен другой путь. И этого уже достаточно. Если кто-то готов выбрать этот путь, то в его распоряжении есть средства — наши книги. В нашей жизни тоже были времена, когда мы жили по другой системе. Наша задача — просвещать и быть наготове, если кому-то понадобится наша помощь.

Перед докладом: интервью со швейцарской ежедневной газетой

Иоганна Паунггер, сегодня вы делаете доклад о жизни в гармонии с лунными и природными ритмами. Запланировано ли время для вопросов и дискуссии?

ИОГАННА: Непременно! Мы не только обращаемся к людям, мы, прежде всего, разговариваем с ними, в том числе через наши книги, приглашая к диалогу. Это доставляет гораздо больше удовольствия всем сторонам и приносит больше пользы. Мы надеемся, что наши слушатели в Швейцарии примут это приглашение. Доклад без вопросов и дискуссии, без оживленного взаимодействия со слушателями представляется мне очень скучным.

Название вашей первой книги — «Все в нужный момент». Сколько лет вы собирали эти знания?

ИОГАННА: Я росла с этими знаниями с самого первого дня моей жизни. Мы узнавали их смысл и силу с детским или юношеским задором, ежедневно используя правило нужного момента, придерживаясь его, а иногда и не придерживаясь, подобно тому, как рыба узнает смысл и силу воды. Только переехав в Мюнхен в возрасте пятнадцати лет, я с большим удивлением увидела, что есть люди, которые в повседневной жизни не прислушиваются к лунным ритмам, и поняла, насколько они осложняют этим свою жизнь.

Можно сказать, что мы на этой земле «дети Луны» и всегда ими были?

ТОМАС: Мы «дети Луны» не больше и не меньше, чем дети Солнца, звезд, деревьев и рек, цветов и гор. Для каждого из нас наступает счастливый день, когда мы понимаем, до какой степени наша жизнь переплетена со всеми явлениями природы и связана с ними. Тогда же мы понимаем, до какой степени мы злоупотребляли дарами природы и пренебрегали ими. Генная инженерия и атомная энергетика — лишь два проявления этого пренебрежения. Один так называемый

«ученый» недавно сказал, что «естественно, неправда, что против любой болезни есть лекарственная трава, поэтому нам нужна химия и фармацевтика». И это говорит ученый, который должен знать, что изучена целебная сила менее чем 10% всех растений на Земле!

Лечение с помощью Луны, которое описано в вашей новой книге «Разрешено все!», — лишь профилактика или также и надежда, например, для людей, давно страдающих излишним весом?

ТОМАС: Для большинства полных людей жизнь и питание в гармонии с природными и лунными ритмами — единственная надежда достичь своего оптимального веса. Конечно, при условии, что решение сбросить вес — искреннее решение, личное желание без влияния извне — влияния идеалов красоты или чужих насмешек. Также важно, чтобы были устранены истинные причины нездорового лишнего веса. Лечение с помощью Луны — это своего рода диета, которая не мучает организм, проходит без коренного вмешательства в процессы, происходящие в нем, и не приводит к болезненным реакциям. Все, кто когда-нибудь пробовал одну из модных сегодня диет, точно знает, о чем мы говорим. «Эффект йо-йо», которого обоснованно опасаются, не наступает.

О чем идет речь в новой книге «Разрешено все!»?

ТОМАС: Для тех, кто устал от хаоса чудотворных диет, правил питания и запатентованных рецептов, эта книга может стать откровением, которого долго ждали. Десятилетиями мы вели войну против своего организма, вредили ему бесполезными продуктами питания, мучили его бессмысленными правилами питания, обманывали его вредными средствами по уходу за телом. С этой книгой можно научиться, наконец, заключить перемирие в этой войне и жить так, как хочется и необходимо вашему организму. Путь пролегает через постепенное и несложное знакомство с вечно ценными и простыми правилами здорового питания и разумного ухода за телом.

Как вы думаете, почему ваши книги имеют такой успех?

ИОГАННА: Во-первых, потому, что мы не склонны недооценивать читателя и воспринимаем его всерьез. Люди гораздо лучше понимают все истинное, полезное и разумное, чем нам пытаются внушить церковь, политика и некоторые авторы книг. Почему передачу о загадках природы *Universum* почти регулярно смотрят больше людей, чем все остальные программы? Во-вторых, именно потому, что в наших книгах нет ничего, что не основывалось бы на опыте и рано или поздно не приносило бы пользы читателю.

Госпожа Паунггер, господин Поппе, как вы разделяете между собой работу по созданию книги как соавторы?

ИОГАННА: Грубо говоря, почти за всю письменную работу отвечает мой муж, за всю устную — я. С самого начала я говорю так, как он думает и чувствует. А он всегда пишет так, как я думаю и чувствую. В этом состоит простота нашей совместной работы. И мы много друг с другом разговариваем, за завтраком, в машине, в поездке, в поезде, повсюду, если с нашими тремя детьми нам удается найти для этого время. Мой муж везде делает заметки, записывает слова на небольшой магнитофон, и позже из этого получаются книги. Он вырос в городе, точно знает городские условия, знает, как мыслят люди, поэтому он идеальный «толкователь» этих знаний. Для меня эти знания естественны, и если бы книги писала я, они были бы гораздо тоньше. Мы идеально друг друга дополняем.

Как реагирует на вашу работу наука?

ТОМАС: Реакция очень хорошая, наука проявляет большой интерес и энтузиазм. Мы сотрудничаем со многими настоящими врачами и настоящими учеными. Это люди, которые никогда не отказываются ни от чего и не умаляют ценность чего-либо только потому, что пока с этим не знакомы. Это люди, для которых достаточным доказательством является то, что что-либо хорошо действует тысячелетиями. Они необязательно требуют ответа на вопрос, почему что-либо действует, прежде чем с радостью использовать это. Однако так называемых «ученых» мы тоже встречаем время от времени. Это люди, для которых не существует ничего, что не вписывается в их косное шаблонное мышление. Мы

не думаем о них и не пытаемся переубедить их. Нам слишком ценно наше время.

Как уживаются религия и культ Луны?

ТОМАС: Без истинной веры жизнь бессмысленна, и мы не намереваемся создавать «культ Луны». Истинная религия никогда не уживается с фанатизмом, неважно, откуда исходит фанатизм — от Земли или от Луны, от политики, от науки или даже от самой церкви. Фанатичная религиозность противоречит сама себе. Для нас просто ужасно, что вокруг знаний о Луне иногда появляются похожие на культовые ответвления. К сожалению, на книжном рынке нас окружают многочисленные псевдокниги о Луне.

Связано ли стремление людей идти новыми путями и больше использовать «новые» древние знания со сменой тысячелетий?

ИОГАННА: Возможно, это играет роль, но я думаю, что главную причину стоит искать в другом. Подумайте спокойно, как мы, более-менее добровольно, отравляем себя на протяжении последних десятилетий консервантами, пестицидами, удобрениями, искусственным излучением, электросмогом, бесполезными продуктами питания, плохой водой. И как нас отравляют медицина и фармацевтика, ориентированные на борьбу с симптомами в попытке избавиться от последующих болезней и аллергии. Замкнутый круг, ориентированный на постоянный товарооборот. Каждый, кто хочет вырваться из этого круга и вести стоящую жизнь, обращается к тому, что принесет ему истинную помощь, следовательно, и к знаниям о лунных ритмах.

Приведет ли использование информации из ваших книг к новой эпохе Возрождения во всем мире?

ИОГАННА: Мы надеемся на это! И перевод наших книг на 24 языка поддерживает нашу надежду.

Заинтересованы ли женщины в знаниях о духовном мире и о влиянии Луны больше, чем мужчины, — и если да, то почему?

ТОМАС: Поначалу так и было. Женщины более открыты знаниям о лунных ритмах потому, что в основном они мыслят, чувствуют и действуют разумнее и практичнее, чем мы,

мужчины, — вопреки всем предрассудкам. Во всяком случае, я почти всегда убеждался в этом. В основном женщины сразу понимают, кроется ли за чем-либо какое-то фиглярство или это действительно полезная вещь, которая принесет семье пользу. Они мыслят и действуют терпеливее и дальновиднее и гораздо больше открыты всему новому, чем мужчины. Для женщин знания о Луне с бесчисленными возможностями их применения — настоящее откровение.

ИОГАННА: Я бы хотела добавить, что знания о Луне не имеют ничего общего с эзотерикой, астрологией и «духовным миром», как вы выразились. То, что раны сильнее кровоточат незадолго до полнолуния, а перед новолунием заживают быстрее, что навоз хорошо проникает в почву перед новолунием и остается на земле перед полнолунием — этот опыт получен в повседневной жизни.

Госпожа Паунггер, вы сами родом из крестьянской семьи и узнали и записали древние знания крестьян. Но лишь немногие из нас крестьяне. Какие же из этих знаний можно использовать в нашем технологичном мире?

ИОГАННА: Если мы подумаем о многообразии совершенно «технологичных» фирм, которые мы консультировали, — от крупных сельскохозяйственных и садоводческих предприятий и врачебных практик, столярных мастерских, лесопильных заводов, строительных компаний и городских управ до современных «технологичных» домохозяек, — то нигде не найти ни одной современной профессии, которая не выигрывала бы от использования знаний о Луне. Даже автомобильное лаковое покрытие сохраняется дольше и его можно перерабатывать с меньшим вредом для окружающей среды и здоровья, если при покрытии лаком избегать определенных дней месяца. Выгоду могут получить даже компании по производству программного обеспечения, если речь идет о выборе правильного времени для определенных дел, например, для выпуска новой программы.

Вы не могли бы перечислить несколько самых важных правил влияния Луны?

ТОМАС: Пожалуй, мы назовем чудесный круговорот, устроенный природой: человеческий организм освобожда-

ется от ядов и шлаков гораздо легче при убывающей Луне, только в это время разумно проводить курс очищения крови. Земля, напротив, при убывающей Луне гораздо лучше вбирает питательные вещества и удобрения и может их использовать. При растущей Луне, наоборот, эффективны все средства по укреплению организма, полученные вещества и витамины усваиваются легче, в то время как почва при растущей Луне настроена только на плодоношение и рост. Плоды урожая сочнее и ароматнее. Удобрения, напротив, попадают прямо в грунтовые воды, и земля гораздо хуже их впитывает.

Однако самый важный принцип гласит, что нужно оставить эти правила, если их использование не приносит никакой радости.

Легко ли понятны ваши доклады и книги непосвященным?

ИОГАННА: Мы пишем так, чтобы понятно было каждому и чтобы любой человек мог использовать эти знания. С докладами то же самое: я никогда не подумала бы говорить так, чтобы меня поняли только некоторые слушатели. Я считаю ужасной заносчивостью, когда докладчик использует непонятную терминологию и язык, доступный только посвященным. Тот, кто так поступает, хочет скрыть, как мало он знает. В мире нет ничего, что нельзя было бы объяснить простыми словами. Все остальное — лишь тщеславная болтовня.

Что вы думаете о Хильдегарде Бингенской?

ТОМАС: Удивительная женщина. Почти все ее знания сегодня так же ценны и полезны, как и в прежние времена. Однако некоторые ее знания истолковываются неточно и неполно, например, знания о кровопускании. В целом современная медицина может многому у нее поучиться. Современная медицина вообще через несколько лет или десятилетий снова вернется к тому, от чего сегодня отмахивается как от старомодного, несвоевременного или ненаучного. Через несколько лет многие области современной медицины будут признаны тяжкими врачебными ошибками. Это

происходит уже сегодня, но пока на этом зарабатывается много денег...

Какие возможности предоставят знания о Луне в будущем?

ИОГАННА: Вопрос, скорее, в том, какие возможности у нас будут в будущем без знаний о нужном моменте. Наше будущее немыслимо без этих знаний. Садоводство, сельское и лесное хозяйство — без использования ядов, безвредное для природы и человека — полезное для человека строительство из дерева, здоровье и выздоровление собственными силами — всего этого и многого другого будет гораздо легче достичь, действуя в соответствии с правилом нужного момента, а иногда даже только с его помощью. Все, что нужно, — сведения, немного терпения, уверенность в себе — и лунный календарь.

Решающее событие в горах: интервью с ТВ-газетой

Ученые скептически относятся к влиянию Луны на людей. Почему вы верите в силу Луны?

ИОГАННА: Я выросла со знаниями о правильном времени как рыба в воде, для меня это было вполне естественно. Конечно, маленький ребенок верит не всему, что ему говорят старшие. Поэтому мы часто не слушались и некоторые вещи делали в неподходящее время — с неминуемыми последствиями! Такие небольшие происшествия подогрели мое неутолимое любопытство и желание испытать знания о Луне во всех мыслимых жизненных ситуациях. Так что, конечно, я быстро заметила, что это не суеверие, не собрание нерациональных правил для крестьян, а точное знание фактов. Причины разгаданы лишь отчасти, и наверняка было бы увлекательно исследовать все причины, но для нас и наших читателей это не так важно.

Решающую роль для меня сыграл случай с удобрением. Однажды нам, детям, сказали, что мы должны в тот же день отнести удобрение на определенное поле, иначе будет

слишком поздно. Мы подумали, что можно сделать это и завтра, и решили, что лучше пойдем на рыбалку. Когда позже нам пришлось косить то же поле, оказалось, что земля не приняла удобрение, и мы видели его на косе, так что все поняли, какой проступок мы совершили. Поясним: удобрения, внесенные на поле в правильное время — при убывающей Луне, — почва принимает без остатка, и оно идет растениям на пользу. При растущей Луне оно остается на дернине, а потом вымывается в грунтовые воды.

Господин Поппе, ваша жена выросла на знаниях о влиянии Луны, для вас эти знания были неизведанной областью. Когда произошел поворот в вашем мировоззрении?

ТОМАС: Как скептично настроенному писателю с образованием ученого, знания о Луне были совершенно мне не знакомы. Большое любопытство и совершенно практичное, рациональное и убедительное изложение Иоганной знаний о Луне вдохновили меня испробовать все, чтобы было возможно для меня как городского жителя — от стрижки и выдергивания зубов до покраски обоев и мытья окон в правильное время! После этого я был «исцелен»! Единственной сложностью было держать свой энтузиазм в узде.

Сегодня мне жаль тех, кто не хочет осваивать знания о Луне. Они отказываются от одного из величайших сокровищ наших предков, причем без надобности, потому что и так придется проделать все те дела, которые могли бы только выиграть от использования правильно выбранного момента. Почему же тогда не выбрать подходящее время? Знания о Луне — это то немногое, что не будет стоить вам ни копейки и принесет огромную пользу, которую даже можно подсчитать.

Как воспринимают жизнь в соответствии с влиянием Луны ваши дети?

ИОГАННА: Они растут с этими знаниями так же естественно, как выросла я. «Мама, когда Луна в следующий раз во Льве?» — уже сами спрашивают они меня, если хотят пойти постричься. Для меня различие заключается лишь в том, что в своем окружении здесь, на востоке Австрии, они замеча-

ют, что знания о нужном моменте известны лишь немногим. Поэтому часто случается, что вопреки тому, что знают влияние Луны лучше других, они делают что-то в неправильное время просто потому, что не хотят чувствовать себя не такими, как все. Но в этом нет ничего страшного: они сами не выбрали бы неправильное время для действительно важных вещей, например, для визита к стоматологу. Самому важному они уже научились, а именно — доверять своему собственному опыту и не поддаваться искушению сойти с собственного пути. Даже если им придется отстаивать собственное мнение в споре с нами!

Какой совет вы дадите читателям, собирающимся долго и успешно использовать правила лунного влияния в жизни?

ИОГАННА: Собственно говоря, существует только один совет, который гарантирует успех, и у него две стороны. Выберите то, что вам по душе: обрезку роз, выращивание лекарственных трав, избавление от целлюлита, обработку дерева, и через некоторое время воспользуйтесь правилом нужного момента. Или, что еще лучше, примените эти правила в деле, в котором они, по вашему мнению, не действуют. И ради Бога доверяйте своим наблюдениям! Только личный опыт поможет вам не поддаваться чужому влиянию.

Знания о Луне чрезвычайно ценны, но стоит ли овладевать ими и воплощать их в жизнь — самостоятельный выбор каждого. Конечно, иногда мне становится грустно, когда я вижу, что знания о Луне могли бы быстро и без особых усилий помочь решить многие большие проблемы нашего времени. Например, при помощи лесопосадок в правильное время можно было бы быстро противодействовать катастрофическим наводнениям последних лет. Деревья сразу бы пустили корни, быстро бы росли, больше не было бы потерь и потравы животными. Но я утешаюсь мыслью, что, по крайней мере, миллионы наших читателей не станут ждать милости от политики и науки, чтобы использовать то, что помогало человечеству тысячелетиями.

Опыт читателей: жизнь в согласии с лунными ритмами

Во многих письмах к нам были не вопросы, а рассказы о достигнутых успехах или мнения читателей. Некоторые из них мы хотели бы представить вам в этой книге, потому что мы уверены, что они принесут пользу некоторым нашим читателям.

Уже много лет я читаю ваш лунный календарь и уже смогла использовать некоторые полезные советы. Я работаю ветеринаром, у меня собственная практика, и я обычно назначаю даты операций по лунному календарю. Конечно, это не всегда возможно и не значит, что операции, совершенные в неблагоприятное время, обязательно не удаются. Скорее, дело в том, что, как я выяснила, в благоприятные дни особо сложные операции можно провести почти «одной левой». Я просто хотела поделиться с вами, и желаю вам всего хорошего!

•

Около пятнадцати лет я страдаю непереносимостью гистамина и некоторых продуктов питания: коровьего молока, корицы, гвоздики, красных и белых бобов. Я заметил, что почти после каждого приема пищи чувствую себя настолько усталым, что мне приходится прилечь или выпить много кофе — конечно, с большим количеством сахара. Я прочитал в вашей статье, что если человек чувствует утомление после еды, это значит, что он не переносит какой-то продукт. После

этого я заполнил вашу анкету — я принадлежу к Альфа-типу. Так что, я, конечно, питался неправильно.

Ну да, первые четырнадцать дней мне было очень сложно, я совсем отказался от вредных продуктов!!! Я сделал все, как рекомендуется в вашей книге «Разрешено все!». Некоторое время мне пришлось бороться со своим организмом, а он бывал очень упрям. Когда самое трудное было позади, я начал искать путь к знаниям о Луне. Это было немного сложно, но сейчас я провожу уже второй курс лунной терапии и чувствую себя превосходно. Никакой усталости, никакого сахара, никакого кофеина, никаких глупых диет, никакой газировки. С тех пор как я придерживаюсь всех правил, указанных в вашей книге, у меня больше нет белого налета на языке, как раньше. Также исчезли боли в животе. Спасибо вам. Счастливого Рождества!

•

Мне исполнилось 82 года, а полгода назад я начала почти ежедневно делать вашу лунную гимнастику. Эта книга — настоящее откровение, и я хотела бы только сказать вам, что перед прочтением книги мне приходилось каждые две недели ходить к врачу, а начав делать гимнастику семь месяцев назад, я сходила к нему только один раз. Я чувствую себя на 20 лет моложе!

•

Я много лет использую ваш карманный календарь. Причиной стало заболевание печени (гемохроматоз — заболевание, характеризующееся накоплением железа в организме). Хороший семейный врач, использующая методы народной медицины, порекомендовала мне снизить повышенный уровень железа в крови кровопусканием. Этот уровень превышал показатель 580. После курса процедур он снова достиг показателя 70. Мне всегда проводили кровопускание в соответствии с вашей таблицей, за одним исключением. Этот визит к врачу я

по уважительным причинам не мог назначить согласно таблице. Во время этой процедуры у меня немедленно появились проблемы с кровообращением, и я потерял сознание.

С тех пор я назначаю все процедуры исключительно по вашей таблице, и каждый раз чувствую себя чудесно. Кроме того, я изменил свой рацион и резко уменьшил количество мяса, колбасы и жира. Алкоголь я также с тех пор больше не пью. Поэтому я преклоняюсь перед вашим трудом и восхищаюсь вашими стараниями уже в детском возрасте привлекать внимание к пользе здорового питания.

Небольшой совет к этому письму для наших читателей: уровень железа находится в норме, если организм получает достаточно меди. Если у вас есть сад или хотя бы пара горшков с травами, то стоит обрабатывать землю медными инструментами, потому что тогда медь попадет в организм через лекарственные растения, овощи и пр. Позже, когда все показатели крови придут в норму, нужно проводить процедуру кровопускания не чаще, чем раз в год.

•

В июле 2005 года я пережила тяжелую операцию на межпозвоночном диске, и меня неделями мучили ужасные боли в спине. После того как я услышала по телевизору о вашей лунной гимнастике, я была очень воодушевлена и сразу приобрела вашу книгу. Сначала я, не торопясь, за два дня прочитала ее. 27 июля я начала делать лунную гимнастику и, к своей большой радости и восторгу, почти избавилась от болей.

После первых упражнений я почувствовала себя очень расслабленно и освобожденно, а на следующее утро узнала, как это прекрасно — проспать всю ночь. Теперь я каждый день делаю три основных упражнения (обычно вместе с дочерью), а затем упражнения в соответствии с положением Луны в знаке зодиака и заключительное упражнение. Мой муж смог вздохнуть облег-

ченно, потому что меня больше не мучают боли, и уже два раза делал упражнения вместе с нами.

Я от всего сердца благодарю вас за то, что с вашей книгой «Гимнастика по лунным правилам» я зажила новой жизнью. Моя семья тоже благодарна вам, потому что непросто жить с женой и мамой, страдающей от постоянных болей.

•

Уважаемый господин Поппе, недавно я снова открыл обе ваши книги, которые вы опубликовали вместе с госпожой Паунггер, и был глубоко взволнован, прочитав предисловие к одной из них. И теперь я хотел бы сделать то, что давно хотел, а именно — поблагодарить вас, а также госпожу Паунггер за замечательное сокровище, которое вы просто и скромно передаете и рекомендуете читателям.

Прожив несколько десятков лет в университетском городе с клиникой, я могу сказать, что ни здесь, ни в округе я не смог найти всеобъемлющей компетентной помощи целителя, необходимой хронически больному человеку. Настоящим спасением для людей, игнорируемых официальной медициной, стали вы, потому что вы предоставили нам ваши знания на многие поколения вперед. Справедливости ради я хотел бы также сказать, что в поколении моих внуков снова происходит некоторое пробуждение, и молодежь осваивает некоторые области народной медицины и проводит консультации, что позволяет надеяться на расширение и рост ее популярности.

•

Четыре года назад у нас появилась счастливая возможность переехать из квартиры в дом с садом. Примерно в то же время мы узнали о вашей книге «Все в нужный момент» и лунном календаре. Теперь я могу сказать, что они принесли нам много радости: в нашем

саду овощи, цветы, деревья и кусты растут сильными, и все это на фоне сочно-зеленого газона. Вам точно понравятся наши фотографии «до» и «после». Работы по дому стали проще. Пропало ощущение, что приходится делать все сразу. Взлеты и падения переносятся теперь не так тяжело благодаря тому, что мы учитываем биоритмы.

С тех пор как я прочитала вашу книгу «Разрешено все!», моя жизнерадостность и интерес к здоровой сознательной жизни только увеличились. О прежних цветах в одежде — в первую очередь о черном — я больше ничего не хочу знать. Я прочитала книгу «Собственными силами» и стала уделять больше внимания цветам при приготовлении пищи. Уже много лет мои постоянные спутники — эфирные масла, камни и цветочная терапия Баха. Ваши написанные с пользой для человека, практичные книги и лунный календарь показали мне путь к сознательной, полной радости и активной жизни с любовью к природе, людям, растениям и животным. Большое спасибо!

•

Я хотел бы вкратце рассказать вам, что мои родители многое делают по вашему лунному календарю — делают уборку, занимаются в саду, пекут, ухаживают за цветами — и добиваются при этом больших успехов! Также мы придерживаемся вашего лунного календаря в сельском хозяйстве, насколько это возможно. Мы строго соблюдаем правила лунного влияния в работе с деревом, а также стараемся придерживаться их в уходе за животными.

Несколько лет назад мы отняли ягнят от матки в неправильное время. Вдвоем мы потратили целую неделю, прежде чем они наконец стали сосать вымя. Год спустя мы поймали нужный момент, все ягнята могли пить со второго приема пищи. В этом году мы снова отнимали их в день полнолуния. Вечером — за вторым

приемом пищи — все могли пить из ведра, и ни одно животное не нервничало, что само по себе было необычно. В среду, в день полнолуния, мы снова отняли нескольких ягнят, также без осложнений. Одна наша знакомая каждый год берет барана только у нас, потому что с ним нет проблем: он спокойный и послушный! Мы перевозим животных тоже только в правильное время!

•

Я много лет пользуюсь лунным календарем из вашей книги «Все в нужный момент» и хочу вам рассказать, с каким удовольствием я беру в руки этого «советчика». Он уже несколько раз был мне очень хорошим наставником, особенно в работе по саду. Чтобы испробовать ваши советы, я начал с того, что срубил рождественскую елку за три дня до одиннадцатого полнолуния. Многие нас высмеивали, но когда в июле следующего года елка на террасе была еще вся в хвое, наши друзья тоже сразу захотели такое дерево. Кто хочет праздновать Рождество с елкой без иголок?

Некоторое время спустя нам пришлось пожертвовать четырьмя метрами нашего сада для велосипедной дорожки, которую устраивала местная управа. Однако на этом участке была небольшая рощица: две туи высотой 2,45 м, 5-метровая плакучая ива, такой же высоты каштан и живая изгородь из елей примерно 2 м высотой. Мы нашли в вашем лунном календаре в приложении нужное время и пересадили их. Все деревья снова пустили корни! К сожалению, в этом году нам пришлось переехать. Но у нас снова есть сад, и мы готовы к новым экспериментам!

•

В вашем лунном календаре «365 дней в ритмах Луны» я нашла упоминание о вашей новой книге о косметическом уходе «Разрешено все!». Кроме того, я хотела бы воспользоваться возможностью и поделиться с вами

своим опытом по использованию знаний, полученных из ваших книг.

Четыре года назад я впервые услышала о лунном календаре, мы как раз переезжали в новый дом. Я начала обустраивать наш сад и, так как я почти ничего не понимала в садоводстве, спросила двух соседок, что и когда мне лучше всего посадить. Кажется, речь шла о петрушке, и одна из женщин, с которой мы подружились впоследствии, посоветовала мне повременить с посевом еще несколько дней, потому что именно тот день был очень неблагоприятен для посева. Она сказала, что идеальное время наступит через два дня, так написано в лунном календаре. Другая соседка засмеялась, сказала, что мы живем не в Средневековье, и посеяла сразу. Я подождала по совету первой соседки, хотя я тоже не верила в «такие вещи». Через несколько недель моя петрушка разрослась во всем великолепии, а петрушка моей соседки, хотя и находилась лишь в нескольких метрах, была довольно хилой, и ее поразили вредители. Когда я позже снова получала от моей подруги советы по домашней уборке и выбору времени для поездки за покупками, результаты оказывались просто потрясающими. Я одолжила у соседки карманный календарь «365 дней в ритмах Луны», а через несколько дней купила себе собственный. Через несколько недель я купила книги «Все в нужный момент» и «Собственными силами».

Должна заметить, что я очень рациональный человек и вообще не верю в чудеса, сверхъестественное и пр. Я изучала экономику и организацию производства и принимала на веру лишь результаты, доказанные научно. Многие вещи, которые я испробовала по вашим книгам, просто приятно меня удивили. Но самое главное — наш сын, у которого из-за аллергии на питание уже вскоре после рождения появилась тяжелая эндогенная экзема, уже 2 года не жалуется на недомогание благодаря специальной диете, которая тесно связана с лунными ритмами. Мы не использовали сильных медицинских

препаратов! Много недель я вместе с нашей целительницей экспериментировала, пробовала, пока не осталась довольна результатом. Сейчас сыну 7 лет, в последние месяцы он нагнал сверстников в физическом развитии и уже с нетерпением ждет, когда пойдет школу.

Использование знаний о Луне не является для меня догмой, но благодаря вашим книгам я научилась обращать больше внимания на природу, прислушиваться к своему внутреннему голосу и не принимать все, что мне говорят какие-то «эксперты» как нечто неизменное. Чтение ваших книг стало стимулом заняться народной медициной, ароматерапией и альтернативной медициной и также их использовать.

Меня не волнует, когда многие смеются над моим «помешательством на Луне». Но я уже радуюсь, когда, например, моя мама, которая всегда удивлялась, «как разумный человек может принимать такую чушь за чистую монету», в этом году в первый раз спросила меня о благоприятном времени для пересадки кадочных растений. Я желаю вам удачи в вашей работе и еще много интересных книг. Кроме того, желаю успеха в развитии вашего интернет-сайта: я всегда буду на него заходить и смотреть, есть ли новости.

•

Мы уже много лет следуем вашим советам из различных публикаций и снова и снова поражаемся тому, что почти все, о чем мы читаем и что мы пробуем делать, оказывается правдой и действует. Например, растения, посаженные в правильное время, растут гораздо лучше, чем растения, ради эксперимента посаженные в другое время. То же мы видим у наших соседей, которые тоже придерживаются вашего лунного календаря, будь то стрижка газона или полив цветов.

Моя жена говорит, что многие люди сверяются с лунным календарем в выборе даты для визита к парикмахеру. Все же Луна оказывает на нас определенное

влияние. Прослужив в патрульной службе 26 лет, я сам снова и снова замечал, что большинство ссор, драк и несчастных случаев вследствие агрессивности происходило в дни полнолуния. В соответствии с этим мы смогли скорректировать расписание дежурств.

•

Вам снова пишет восторженная читательница ваших книг «Все в нужный момент», «Собственными силами» и «Разрешено все!». Хочу отметить, что, на мой взгляд, последняя книга — лучшая. В ней вы превзошли самих себя. Прочитав примерно 7 лет назад вашу книгу «Все в нужный момент», я, к сожалению, использовала лишь некоторые советы по сохранению красоты и здоровья. Я учитывала дни для мытья окон и дни Льва и Девы для стрижки и химической завивки. Я могу только подтвердить ваши наблюдения.

Печально, что можно лишь использовать знания, но нельзя рассказать о них другим людям. Если попытаться, то в ответ слышишь: «Какая чушь! Если бы это было так, то парикмахерским пришлось бы закрываться в остальные дни». Не бойтесь, я не пытаюсь переубедить людей, не хотят — не надо. Странно лишь одно: люди замечают, что у меня хорошие волосы, но не верят, когда я объясняю им причины. То же касается дней для мытья окон. Особенно интересно обстоит дело с растениями, которые растут рядом с домом. Мне, как и моему спутнику жизни, приходится бороться с проблемами кожи — наверняка из-за неправильного питания. Вы говорили, что это значит, если на нашем участке на склоне холма в больших количествах растет крапива. Просто удивительно, как ваши наблюдения совпадают с моими.

Я могла бы привести вам еще так много примеров, но я не сделаю это уже потому только, что хочу, чтобы мне было о чем написать в следующем письме.

•

Уже несколько лет я читаю ваши книги и придерживаюсь правил влияния Луны. Многие книги я уже подарил врачам и анестезиологам, которые сначала смотрели на меня недоверчиво, но потом стали ими руководствоваться.

В этом году мне поставили уже два искусственных коленных сустава. Все были очень удивлены, что после первой операции я лежал в больнице только 7 дней, а после второй — лишь 4 дня. Кроме того, я прошел пешком уже много километров.

Многих знакомых я смог уберечь от операций в неправильное время, к тому же в день полнолуния, например, от операции от рака груди. Мой старший сын и его жена уже много лет работают врачами.

•

Ваши книги сопровождают меня по жизни уже несколько лет, и я снова и снова удивляюсь, как эффективны ваши советы.

Несколько лет назад я обустроила свой сад по вашей книге «Все в нужный момент» и добилась замечательных результатов. С тех пор наш сад становился все красивее: деревья и кусты очень быстро поправились и разрослись во всем своем великолепии. Слово «сорняк» с тех пор нам почти незнакомо. Я по-прежнему использую многие советы по ведению домашнего хозяйства, забочусь о теле и душевном состоянии на основании лунных ритмов, и я добилась больших успехов.

В марте я прочитала вашу книгу «Гимнастика по лунным правилам» и разработала комплекс упражнений. С тех пор многие люди с восторгом участвуют в этих занятиях. Я преподаю музыку и гимнастику, танцевальную терапию и синергетику. Этим я лишь хочу продемонстрировать, что я нахожусь в таком положении, что могу освоить упражнения и со знанием дела пе-

редать их другим людям, которым, возможно, сложно делать их в одиночку. Надеюсь, это то, на что вы рассчитывали в вашей работе.

•

Некоторое время назад вы прислали мне в мою садоводческую организацию описание правил выбора нужного времени для оздоровления и новой выкладки газона. Я строго придерживаюсь их уже несколько недель и с большим успехом. Когда я прочитал ваше письмо, я решил сразу три проблемы, и теперь вижу, что все три дела я совершил при убывающей Луне. Так как сейчас я готовлю рекламные листовки на осень, мне пришла мысль, что, пожалуй, их также стоит раздавать в соответствии с фазой Луны. Я не знаю, занимались ли вы уже этим, но если у вас есть совет по этому поводу, буду вам очень обязан.

Мы действительно можем вам в этом помочь. Мы выбрали бы дату в период растущей Луны и избегали бы дней Рака. Кроме того, мы выбрали бы число, в котором содержатся цифры «2» или «7», а идеально будет, если в числе даты будет еще и «1». Для объяснения причин понадобится больше места, но вы можете найти его в нашей книге «Магия чисел».

•

Я работаю инженером деревянных конструкций, и долгое время я усмехался над лунными ритмами, а потом мне в руки попала ваша книга «Все в нужный момент». При строительстве некоторых домов я попытался выбрать правильное дерево и соответствующее время. При этом я смог удостовериться, что в построенных домах дерево остается очень прочным и в нем не появляются трещины. Это было для меня очень убедительно. Теперь я хочу открыть фирму по планированию и консультированию в области строительства и обустройства дома, полезного для здоровья.

•

Сейчас, в командировке, я поняла, что пора поблагодарить вас за ваши книги. Почти три года назад мне подарили первую вашу книгу «Собственными силами», к которой первые три месяца я относилась с опаской. И все же я часто ее перелистывала. В первую очередь я попробовала привести в порядок свои ногти, которые до того всегда подпиливала по субботам. Все получилось — но ведь это могло быть совпадением... Когда мой парикмахер из-за выпадения волос хотел послать меня к дерматологу, я стала ходить на стрижку каждые четыре недели в дни Льва. Некоторое время спустя парикмахер спросил, что же такого сделал дерматолог, потому что волосы больше не выпадали. Так что это была вторая удача.

Моя коллега уже была у дерматолога из-за проблем с ногтями, но ничего ей не помогло. Я рассказала ей, что нельзя подпиливать ногти в субботу, лучше всего делать это по пятницам. Она попробовала, и семья заметила ее красивые ногти. Также с помощью лунной терапии она сбросила несколько килограммов, но когда она говорит, как это сделала, семья над ней только посмеивается.

«Гимнастика для пальцев» из вашей книги «Разрешено все!» стала в нашем офисе крылатым выражением, и мне кажется, что это правило действует, потому что у нас разрядилась атмосфера. Общее настроение стало спокойнее. Корневая резекция у стоматолога проходит замечательно. Я встретила женщину с полностью распухшим, синим лицом: ей сделали операцию незадолго до полнолуния.

Мне понадобилось немало времени, чтобы собраться с духом и написать вам это письмо. Мне неприятно писать о ногтях на пальцах, волосах или зубах. Я напоминаю себе бабушку, которая рассказывает о своей подагре. Но часто именно такие мелочи не совсем в порядке и

ежедневно доставляют кучу неудобств. И это прекрасно, когда все снова приходит в норму. Я хотела бы получить еще больше знаний из вашей лунной мастерской!

Три самых сложных вещи для человека — это не физические или умственные достижения, а во-первых, отвечать на ненависть любовью; во-вторых — делать невозможное возможным; в-третьих — признавать свою неправоту. Овладев искусством этих трех вещей, он овладеет искусством жизни.

(Энтони де Мелло)

Приложение

Что еще важно для нас

После выхода нашей первой книги мы постоянно получали многочисленные письма с просьбами дать адреса хороших специалистов в области биолокации, целителей и врачей, которые лечат согласно лунным и природным ритмам. Хотя каждый день таких врачей становится все больше, они безнадежно перегружены работой. Выбрать нужного врача так просто: если выбранный вами врач не принимает во внимание ваши желания, найдите другого. Мы понимаем, что в сельской местности сделать это не так-то просто, особенно пожилым людям, зависящим от тех, кто может их подвезти в город. В таком случае поможет только смелость поговорить с собственным врачом. Может, вы найдете общие интересы? Настоящий врач всегда сделает все, чтобы вы выздоровели и оставались здоровы. Тот же, кто, напротив, работает исключительно по шаблону, заинтересован только в получении денег или пренебрегает своим собственным опытом, а именно пониманием, что статистика и заученное наизусть никогда не охватывают единичные случаи.

Большая часть писем содержала вопросы о том, где можно получить определенные услуги или продукты в области нашей работы. Например: «Ваши книги просто замечательные, но где мне взять их? Кто сегодня уже ориентируется на лунные ритмы?» Из таких писем и воз-

никла наша рассылка. Наряду с написанием книг она доставляла нам все больше радости. Мы просто хотели показать, что есть и другие пути, что и сегодня еще возможно ведение хозяйства и производство на пользу потребителя, что, например, совсем не нужно использовать так много консервантов, как сегодня принято. Мы не пали духом и осмелились на этот шаг. У нас родилась мысль работать и производить продукцию в соответствии с лунными ритмами и при этом избегать неблагоприятных дней. Сначала мысль, затем воплощение. Было действительно непросто найти партнера для производства, при котором каждый месяц для производства могут быть неблагоприятны до 14 дней или больше. Но были и есть фирмы и производители, которые хотели осмелиться на что-то новое. Сегодня у нас есть доказательство, что это возможно, для всеобщего здоровья. Мы никогда не смогли бы совершить эту авантюру без мужества наших читателей и духа первооткрывательства всех участников. Сегодня мы почти всюду можем открыто говорить о лунных ритмах и знаниях о нужном моменте. Между тем от выбора правильного времени могут выиграть врачи, целители, столярные мастерские, садовые хозяйства, предприниматели в области строительства и многие другие.

Нас часто спрашивают, зачем, собственно, нужна эта рассылка. «Зачем вы так стараетесь?» — из лучших побуждений интересовались многие наши читатели. Ну, во-первых, мы хотим показать, что наши предки не были глупы, учитывая движение Луны и законы, определявшие «нужный момент». Будущее заставляет нас снова вернуться к естественным, берегущим природу и, таким образом, **достойным для человека** методам производства предметов потребления. Мы уже это делаем. Во-вторых, мы все вместе стараемся быть честными: занимаемся честным производством, не используя человека и природу в корыстных целях, честно сотрудничаем в ходе

торговли. Мы поощряем честную работу и использование древнего ремесла. Все больше людей должны понять: деньги, заработанные путем спекуляций и эксплуатации, недостойны и действительно вредны для окружающей среды. Взаимное противодействие во всем мире служит определенным интересам, и лишь истинное сотрудничество решит все проблемы. Если мы и наши читатели можем внести свою лепту, эта авантюра стоила того.

Лунная рассылка

Hauptstraße 34
D-83730 Fischbachau
Тел.: 0049-8028-904635
Факс: 0049-8028-9059958
Электронная почта: mondversand@t-online.de
Веб-сайт: www.paungger-poppe.com

Наши книги

Все в нужный момент

«Все в нужный момент» — так называется наша главная книга, с которой все началось. Несколько лет она была в числе бестселлеров и на сегодняшний день вместе с другими нашими книгами переведена на 24 языка. Из нее вы узнаете основные правила использования знаний о Луне во всех сферах жизни: от медицины, садоводства и сельского и лесного хозяйства до обыкновенного ведения домашнего хозяйства.

Собственными силами

«Профилактика и оздоровление в гармонии с природными и лунными ритмами» — так звучит подзаголовок нашей второй книги. Профилактика и оздоровление — собственными силами. Книга поможет читателю на собственном

опыте узнать, что укрепляет и ослабляет его тело, разум и душу с помощью основных элементов здоровой и радостной жизни — древних и по-прежнему ценных знаний: законов и ритмов природы, о которых мы забыли или разучились их замечать. Мы показываем, как можно стать физически и, прежде всего, интеллектуально неуязвимым против многочисленных видов негативного воздействия окружающей среды и, в первую очередь, против собственных, внушенных моделей мышления, убеждений и предрассудков. Эти знания будут сопровождать читателя на протяжении всей жизни. Это книга о медицине будущего — об искусстве, которому известно, что лучшее лекарство — любовь.

Разрешено все!

В этой книге мы описываем влияние и применение лунных и природных ритмов в питании, красоте и уходе за телом. Как я могу питаться с пользой для здоровья и ухаживать за телом с помощью природных средств, которые соответствуют моему индивидуальному типу и находятся в гармонии с лунными ритмами?

Секрет здорового питания состоит в понимании того, что существует два в корне различных типа питания: Альфа и Омега (см. интервью в главе «Вопросы о здоровье, профилактике и лечении»). Возможно, сливочное масло для вас — важнейший жир до самого преклонного возраста, в то время как другому человеку оно вредит, приводит к слабости и усталости. Кофе может отнять у вас последний энтузиазм и лишить вас сил, в то время как других этот напиток бодрит и освежает. Ваш организм пшеничная мука может медленно ослаблять, а для других немыслимо не начать день с хрустящего багета.

Книга разъяснит вам эти различия и эффект, которого можно достичь, если питаться в соответствии с собственным типом питания — без предписаний диет и правил питания. Кроме того, вы узнаете много нового из древних знаний о естественном, разумном уходе за телом. Речь идет прежде всего о том, как вы можете ухаживать за кожей доступными

средствами и давать ей все необходимое для выполнения всех функций, а не успокаивать химическими косметическими средствами. Книга уже помогла многим хроническим аллергикам.

Гимнастика по лунным правилам

«Мне уже 81, но с тех пор, как я делаю лунную гимнастику, мне больше не надо ходить к врачу». «У меня еще никогда не получалось регулярно делать гимнастику или физические упражнения, но пяти минут лунной гимнастики мой организм каждое утро ожидает с нетерпением. Я уже не могу начинать день иначе». Это две цитаты из писем, которые мы получили от читателей нашей книги «Гимнастика по лунным правилам». Секрет этой гимнастики — в правильном выборе времени для упражнений. Эта книга указывает простой и прямой путь к активизации «энергетической спирали» тела. Этот проторенный эффективный путь с использованием простейших средств подходит для любого возраста. Достаточно пяти минут в день!

Живой сад

Это книга, которой мы занимались долго и упорно. Текст на обратной стороне обложки гласит:

«Прекрасный здоровый сад не обязательно должен доставлять вам хлопоты. Авторы рассказывают о том, что действительно важно в садоводстве, а именно — об искусстве правильно выбрать время и о гармонии человека и природы. Тот, кто будет соблюдать некоторые правила, со временем сможет любоваться на цветущий живой сад. В этой книге мы передаем вам богатый ценный опыт — знания о выборе правильного времени для работы в саду и на природе, потому что, работая в саду в гармонии с лунными ритмами, вы сможете отказаться от применения удобрений и пестицидов и соберете живые плоды натурального качества. Вы насладитесь морем цветов и будете оберегать хрупкое природное равновесие. Любой садовод найдет в этой книге вечные и бесценные знания о полезных и декоративных растениях,

растущих в саду, на балконе или террасе. В книге «Живой сад» вы найдете бесчисленное множество простых советов и указаний о правильном времени для посева, посадке и сбора урожая, о том, как освободиться от многих обременительных работ, сохранить почву здоровой и превратить ваш сад в маленький райский уголок. Не в последнюю очередь вы узнаете, что значит действительно эффективная защита от улиток!»

В этой книге мы показываем читателю, как жизненно важно для нас всех начать по-другому относиться к земле — мудро и разумно, с любовью ко всему живому — неважно, занимаетесь ли вы растениями, растущими в комнате или на балконе, в саду или в поле. И прежде всего мы показываем, какую радость это приносит.

Лунный словарь

Лунный словарь содержит все важные сведения о лунных и природных ритмах (в том числе в таблицах), а также многие ценные знания для жизни с использованием искусственной продукции.

Магия чисел (Тирольский код судьбы) — книга готовится к выходу на русском языке

В этой книге мы знакомим наших читателей с другим аспектом семейной жизни Иоганны Паунггер-Поппе — одной из сторон повседневной жизни на ее ферме в Тироле, для большинства читателей это окажется так же ценно и полезно, как и знания о Луне. Эти советы так же универсальны и действенны независимо от эпохи, как и все, что мы публиковали прежде. Речь идет о глубинном значении цифр даты рождения. Знания, скрытые в дате рождения, могут стать подмогой во многих сферах жизни: от воспитания детей до выбора будущей профессии, а также, возможно, отысканию скрытых талантов и определения индивидуального типа питания до разумной профилактики и целенаправленных мер по улучшению самочувствия и лечению. Прочитав эту книгу, вы лучше поймете не только себя, но и других.

Луна в доме

Многие работы и замыслы можно осуществить проще и эффективнее при помощи древних знаний природных и лунных ритмов. Особенно это касается сферы ремонта, строительства дома и обработки древесины, где многие люди уже не могут позволить себе отказаться от использования правил выбора оптимального времени. В книге изложены основные правила выполнения важнейших работ в этих областях, а также подробная вводная информация. Тысячелетние знания, о которых рассказано в книге, помогут читателям отказаться от излишних химических ядов и консервантов и предотвратить многочисленные болезни. С этой книгой работа без ядов, безвредная для природы и человека, будет доставлять вам настоящую радость.

Об авторах

Иоганна Паунггер и Томас Поппе первыми заново открыли знания о влиянии Луны. Их книги и календари стали бестселлерами и год за годом служат надежным путеводителем для все возрастающего количества людей.

Иоганна Паунггер выросла с хорошим знанием лунных и природных ритмов. Ее дедушка поделился с ней своими огромными познаниями о здоровом образе жизни и сохранении жизненной энергии вплоть до преклонного возраста.

Томас Поппе, писатель и переводчик, много лет занимается вопросом влияния лунных ритмов на повседневную жизнь.

Вместе они написали бестселлеры «Все в нужный момент», «Собственными силами» и «Разрешено все!», которые ознаменовали возрождение знаний о здоровье и предоставили бесчисленные советы для разных областей жизни. Кроме того, они разработали обширный комплекс календарей, которые день за днем позволяют использовать знания о Луне на практике.

Лунный календарь
2012–2022

Условные обозначения

♈ Овен
♉ Телец
♊ Близнецы
♋ Рак
♌ Лев
♍ Дева
♎ Весы,
♏ Скорпион
♐ Стрелец
♑ Козерог
♒ Водолей
♓ Рыбы
● новолуние
☽ 2-я четверть
○ полнолуние
☾ 4-я четверть

2012

Январь

		♈	☽	
Пн	2	♈		
Вт	3	♈		
Ср	4	♉		
Чт	5	♉		
Пт	6	♊		
Сб	7	♊		
		♊		
Пн	9	♋	○	11:30
Вт	10	♋		
Ср	11	♌		
Чт	12	♌		
Пт	13	♍		
Сб	14	♍		
		♎		
Пн	16	♎	☾	
Вт	17	♏		
Ср	18	♏		
Чт	19	♐		
Пт	20	♐		
Сб	21	♐		
		♑		
Пн	23	♑	●	11:39
Вт	24	♒		
Ср	25	♒		
Чт	26	♓		
Пт	27	♓		
Сб	28	♈		
		♈		
Пн	30	♈		
Вт	31	♉	☽	

Февраль

Ср	1	♉		
Чт	2	♊		
Пт	3	♊		
Сб	4	♊		
		♋		
Пн	6	♋		
Вт	7	♌		
Ср	8	♌	○	1:53
Чт	9	♍		
Пт	10	♍		
Сб	11	♎		
		♎		
Пн	13	♏		
Вт	14	♏	☾	
Ср	15	♐		
Чт	16	♐		
Пт	17	♑		
Сб	18	♑		
		♑		
Пн	20	♒		
Вт	21	♒		
Ср	22	♓	●	2:34
Чт	23	♓		
Пт	24	♓		
Сб	25	♈		
		♈		
Пн	27	♉		
Вт	28	♉		
Ср	29	♉		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Март 2012

Чт	1	♒	☽	
Пт	2	♒		
Сб	3	♓		
		♓		
Пн	5	♓		
Вт	6	♈		
Ср	7	♈		
Чт	8	♉	○	13:39
Пт	9	♉		
Сб	10	♉		
		♉		
Пн	12	♉		
Вт	13	♊		
Ср	14	♋		
Чт	15	♌	☾	
Пт	16	♌		
Сб	17	♍		
		♍		
Пн	19	♍		
Вт	20	♎		
Ср	21	♎		
Чт	22	♏	●	18:37
Пт	23	♐		
Сб	24	♐		
		♐		
Пн	26	♑		
Вт	27	♑		
Ср	28	♒		
Чт	29	♒		
Пт	30	♒		
Сб	31	♓	☽	

Апрель

		♓		
Пн	2	♈		
Вт	3	♈		
Ср	4	♉		
Чт	5	♉		
Пт	6	♊	○	23:18
Сб	7	♊		
		♊		
Пн	9	♋		
Вт	10	♋		
Ср	11	♌		
Чт	12	♌		
Пт	13	♌	☾	
Сб	14	♍		
		♍		
Пн	16	♎		
Вт	17	♎		
Ср	18	♏		
Чт	19	♏		
Пт	20	♏		
Сб	21	♐	●	11:18
		♑		
Пн	23	♑		
Вт	24	♒		
Ср	25	♒		
Чт	26	♒		
Пт	27	♓		
Сб	28	♓		
		♈	☽	
Пн	30	♈		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Май 2012

Вт	1	♋		
Ср	2	♋		
Чт	3	♋		
Пт	4	♌		
Сб	5	♌		
		♍	○	7:35
Пн	7	♍		
Вт	8	♍		
Ср	9	♍		
Чт	10	♍		
Пт	11	♍		
Сб	12	♍		
		♍	☾	
Пн	14	♎		
Вт	15	♎		
Ср	16	♎		
Чт	17	♏		
Пт	18	♏		
Сб	19	♐		
		♐		
Пн	21	♑	●	3:47
Вт	22	♒		
Ср	23	♒		
Чт	24	♓		
Пт	25	♓		
Сб	26	♓		
		♋		
Пн	28	♋		
Вт	29	♋	☽	
Ср	30	♋		
Чт	31	♌		

Июнь 2012

Пт	1	♌		
Сб	2	♍		
		♍		
Пн	4	♎	○	15:11
Вт	5	♎		
Ср	6	♎		
Чт	7	♎		
Пт	8	♏		
Сб	9	♏		
		♏		
Пн	11	♏	☾	
Вт	12	♐		
Ср	13	♐		
Чт	14	♐		
Пт	15	♑		
Сб	16	♑		
		♑		
Пн	18	♒		
Вт	19	♒	●	19:02
Ср	20	♓		
Чт	21	♓		
Пт	22	♓		
Сб	23	♋		
		♋		
Пн	25	♍		
Вт	26	♍		
Ср	27	♌	☽	
Чт	28	♌		
Пт	29	♌		
Сб	30	♍		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Июль 2012

		♋		
Пн	2	♋		
Вт	3	♋	○	22:51
Ср	4	♌		
Чт	5	♌		
Пт	6	♍		
Сб	7	♍		
		♎		
Пн	9	♎		
Вт	10	♏		
Ср	11	♏	☾	
Чт	12	♏		
Пт	13	♐		
Сб	14	♐		
		♑		
Пн	16	♑		
Вт	17	♑		
Ср	18	♑		
Чт	19	♒	●	8:24
Пт	20	♒		
Сб	21	♒		
		♓		
Пн	23	♓		
Вт	24	♓		
Ср	25	♈		
Чт	26	♈	☽	
Пт	27	♉		
Сб	28	♉		
		♊		
Пн	30	♊		
Вт	31	♋		

Август 2012

Ср	1	♋		
Чт	2	♌	○	7:27
Пт	3	♍		
Сб	4	♍		
		♎		
Пн	6	♎		
Вт	7	♏		
Ср	8	♏		
Чт	9	♐		
Пт	10	♐		
Сб	11	♐		
		♑		
Пн	13	♑		
Вт	14	♑		
Ср	15	♑		
Чт	16	♒		
Пт	17	♒	●	19:54
Сб	18	♒		
		♓		
Пн	20	♓		
Вт	21	♈		
Ср	22	♈		
Чт	23	♉		
Пт	24	♉	☽	
Сб	25	♊		
		♊		
Пн	27	♋		
Вт	28	♋		
Ср	29	♌		
Чт	30	♌		
Пт	31	♌	○	17:58

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2012

Сентябрь

Сб	1	♎		
		♎		
Пн	3	♏		
Вт	4	♏		
Ср	5	♐		
Чт	6	♐		
Пт	7	♑		
Сб	8	♒	☾	
		♒		
Пн	10	♓		
Вт	11	♓		
Ср	12	♓		
Чт	13	♈		
Пт	14	♈		
Сб	15	♉		
		♉	●	6:10
Пн	17	♊		
Вт	18	♊		
Ср	19	♋		
Чт	20	♋		
Пт	21	♌		
Сб	22	♌	☽	
		♍		
Пн	24	♍		
Вт	25	♍		
Ср	26	♎		
Чт	27	♎		
Пт	28	♏		
Сб	29	♏		
		♐	○	7:18

Октябрь

Пн	1	♐		
Вт	2	♐		
Ср	3	♑		
Чт	4	♑		
Пт	5	♒		
Сб	6	♒		
		♒		
Пн	8	♓	☾	
Вт	9	♓		
Ср	10	♈		
Чт	11	♈		
Пт	12	♉		
Сб	13	♉		
		♉		
Пн	15	♊	●	16:02
Вт	16	♊		
Ср	17	♋		
Чт	18	♋		
Пт	19	♌		
Сб	20	♌		
		♍		
Пн	22	♍	☽	
Вт	23	♎		
Ср	24	♎		
Чт	25	♏		
Пт	26	♏		
Сб	27	♐		
		♐		
Пн	29	♐	○	23:49
Вт	30	♑		
Ср	31	♑		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

2012

Ноябрь

Чт	1			
Пт	2			
Сб	3			
Пн	5			
Вт	6			
Ср	7		☾	
Чт	8			
Пт	9			
Сб	10			
Пн	12			
Вт	13			
Ср	14	♋	●	2:08
Чт	15	♌		
Пт	16	♌		
Сб	17	♍		
		♍		
Пн	19	♎		
Вт	20	♎	☽	
Ср	21	♏		
Чт	22	♏		
Пт	23	♏		
Сб	24	♐		
		♐		
Пн	26	♑		
Вт	27	♑		
Ср	28	♑	○	18:45
Чт	29			
Пт	30			

Декабрь

Сб	1			
Пн	3			
Вт	4			
Ср	5			
Чт	6		☾	
Пт	7			
Сб	8			
Пн	10			
Вт	11			
Ср	12			
Чт	13	♌	●	12:41
Пт	14	♌		
Сб	15	♍		
		♍		
Пн	17	♎		
Вт	18	♎		
Ср	19	♏		
Чт	20	♏	☽	
Пт	21	♐		
Сб	22	♐		
		♑		
Пн	24	♑		
Вт	25	♑		
Ср	26	♒		
Чт	27	♒		
Пт	28	♒	○	14:21
Сб	29			
Пн	31			

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Январь 2013

Вт	1			
Ср	2			
Чт	3			
Пт	4			
Сб	5		☾	
Пн	7			
Вт	8			
Ср	9			
Чт	10			
Пт	11		●	23:43
Сб	12			
Пн	14			
Вт	15			
Ср	16			
Чт	17			
Пт	18			
Сб	19		☽	
Пн	21			
Вт	22			
Ср	23			
Чт	24			
Пт	25			
Сб	26			
			○	8:38
Пн	28			
Вт	29			
Ср	30			
Чт	31			

Февраль 2013

Пт	1			
Сб	2			
			☾	
Пн	4			
Вт	5			
Ср	6			
Чт	7			
Пт	8			
Сб	9			
			●	11:20
Пн	11			
Вт	12			
Ср	13			
Чт	14			
Пт	15			
Сб	16			
Пн	18		☽	
Вт	19			
Ср	20			
Чт	21			
Пт	22			
Сб	23			
Пн	25			
Вт	26		○	0:26
Ср	27			
Чт	28			

— Овен, — Телец, — Близнецы, — Рак, — Лев
— Дева, — Весы, — Скорпион, — Стрелец

Март 2013

Пт	1	♑		
Сб	2	♑		
Вс		♑		
Пн	4	♑		
Вт	5	♑	☾	
Ср	6	♑		
Чт	7	♒		
Пт	8	♒		
Сб	9	♒		
		♒		
Пн	11	♓	●	23:51
Вт	12	♓		
Ср	13	♈		
Чт	14	♈		
Пт	15	♉		
Сб	16	♉		
		♉		
Пн	18	♊		
Вт	19	♊	☽	
Ср	20	♋		
Чт	21	♋		
Пт	22	♋		
Сб	23	♌		
		♌		
Пн	25	♍		
Вт	26	♍		
Ср	27	♍	○	13:27
Чт	28	♎		
Пт	29	♎		
Сб	30	♎		
		♎		

Апрель 2013

Пн	1	♏		
Вт	2	♏		
Ср	3	♐	☾	
Чт	4	♐		
Пт	5	♐		
Сб	6	♐		
		♑		
Пн	8	♑		
Вт	9	♑		
Ср	10	♒	●	13:35
Чт	11	♒		
Пт	12	♓		
Сб	13	♓		
		♈		
Пн	15	♈		
Вт	16	♈		
Ср	17	♉		
Чт	18	♉	☽	
Пт	19	♊		
Сб	20	♊		
		♊		
Пн	22	♋		
Вт	23	♋		
Ср	24	♌		
Чт	25	♌	○	23:57
Пт	26	♍		
Сб	27	♍		
		♍		
Пн	29	♍		
Вт	30	♎		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Май 2013

Ср	1		
Чт	2		☾
Пт	3		
Сб	4		
Пн	6		
Вт	7		
Ср	8		
Чт	9		
Пт	10		● 4:28
Сб	11		
Пн	13		
Вт	14		
Ср	15		
Чт	16		
Пт	17		
Сб	18		☽
Пн	20		
Вт	21		
Ср	22		
Чт	23		
Пт	24		
Сб	25		○ 8:24
Пн	27		
Вт	28		
Ср	29		
Чт	30		
Пт	31		☾

Июнь 2013

Сб	1		
Пн	3		
Вт	4		
Ср	5		
Чт	6		
Пт	7		
Сб	8		● 19:56
Пн	10		
Вт	11		
Ср	12		
Чт	13		
Пт	14		
Сб	15		
			☽
Пн	17		
Вт	18		
Ср	19		
Чт	20		
Пт	21		
Сб	22		
			○ 15:32
Пн	24		
Вт	25		
Ср	26		
Чт	27		
Пт	28		
Сб	29		
			☾

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Июль 2013

Пн	1		
Вт	2		
Ср	3		
Чт	4		
Пт	5		
Сб	6		
Вс	7		
Пн	8	●	11:14
Вт	9		
Ср	10		
Чт	11		
Пт	12		
Сб	13		
Вс	14		
Пн	15		
Вт	16	☽	
Ср	17		
Чт	18		
Пт	19		
Сб	20		
Вс	21		
Пн	22	○	22:15
Вт	23		
Ср	24		
Чт	25		
Пт	26		
Сб	27		
Вс	28		
Пн	29	☾	
Вт	30		
Ср	31		

Август 2013

Чт	1		
Пт	2		
Сб	3		
Вс	4		
Пн	5		
Вт	6		
Ср	7	●	1:50
Чт	8		
Пт	9		
Сб	10		
Вс	11		
Пн	12		
Вт	13		
Ср	14	☽	
Чт	15		
Пт	16		
Сб	17		
Вс	18		
Пн	19		
Вт	20		
Ср	21	○	5:44
Чт	22		
Пт	23		
Сб	24		
Вс	25		
Пн	26		
Вт	27		
Ср	28	☾	
Чт	29		
Пт	30		
Сб	31		

— Козерог, — Водолей, — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Сентябрь 2013

Вс	1	♋		
Пн	2	♋		
Вт	3	♌		
Ср	4	♌		
Чт	5	♍	●	15:36
Пт	6	♍		
Сб	7	♎		
Вс	8	♎		
Пн	9	♎		
Вт	10	♏		
Ср	11	♏		
Чт	12	♐	☽	
Пт	13	♐		
Сб	14	♑		
Вс	15	♑		
Пн	16	♒		
Вт	17	♒		
Ср	18	♓		
Чт	19	♓	○	15:12
Пт	20	♈		
Сб	21	♈		
Вс	22	♈		
Пн	23	♉		
Вт	24	♉		
Ср	25	♊		
Чт	26	♊		
Пт	27	♋	☾	
Сб	28	♋		
Вс	29	♋		
Пн	30	♌		

Октябрь 2013

Вт	1	♌		
Ср	2	♍		
Чт	3	♍		
Пт	4	♍		
Сб	5	♎	●	4:34
Вс	6	♎		
Пн	7	♏		
Вт	8	♏		
Ср	9	♐		
Чт	10	♐		
Пт	11	♑		
Сб	12	♑	☽	
Вс	13	♒		
Пн	14	♒		
Вт	15	♒		
Ср	16	♓		
Чт	17	♓		
Пт	18	♈		
Сб	19	♈	○	3:37
Вс	20	♉		
Пн	21	♉		
Вт	22	♊		
Ср	23	♊		
Чт	24	♊		
Пт	25	♋		
Сб	26	♋		
Вс	27	♋	☾	
Пн	28	♌		
Вт	29	♌		
Ср	30	♍		
Чт	31	♍		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Ноябрь

Пт	1	♒		
Сб	2	♒		
Вс	3	♒	●	16:49
Пн	4	♒		
Вт	5	♒		
Ср	6	♓		
Чт	7	♓		
Пт	8	♈		
Сб	9	♈		
Вс	10	♉	☽	
Пн	11	♉		
Вт	12	♊		
Ср	13	♊		
Чт	14	♋		
Пт	15	♋		
Сб	16	♌		
		♌		
Пн	18	♌	○	19:15
Вт	19	♍		
Ср	20	♍		
Чт	21	♎		
Пт	22	♎		
Сб	23	♏		
		♏		
Пн	25	♏	☾	
Вт	26	♐		
Ср	27	♐		
Чт	28	♐		
Пт	29	♑		
Сб	30	♑		

Декабрь 2013

Вс	1	♒		
Пн	2	♒		
Вт	3	♓	●	4:22
Ср	4	♓		
Чт	5	♈		
Пт	6	♈		
Сб	7	♉		
Вс	8	♉		
Пн	9	♊	☽	
Вт	10	♊		
Ср	11	♋		
Чт	12	♋		
Пт	13	♋		
Сб	14	♌		
		♌		
Пн	16	♍		
Вт	17	♍	○	13:28
Ср	18	♎		
Чт	19	♎		
Пт	20	♎		
Сб	21	♏		
		♏		
Пн	23	♐		
Вт	24	♐		
Ср	25	♐	☾	
Чт	26	♑		
Пт	27	♑		
Сб	28	♒		
		♒		
Пн	30	♒		
Вт	31	♓		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Январь

Ср	1	♈	●	15:14
Чт	2	♈		
Пт	3	♉		
Сб	4	♉		
Вс	5	♊		
Пн	6	♊		
Вт	7	♋		
Ср	8	♋	☽	
Чт	9	♋		
Пт	10	♌		
Сб	11	♌		
Вс	12	♍		
Пн	13	♍		
Вт	14	♍		
Ср	15	♎		
Чт	16	♎	○	8:52
Пт	17	♏		
Сб	18	♏		
Вс	19	♐		
Пн	20	♐		
Вт	21	♐		
Ср	22	♑		
Чт	23	♑		
Пт	24	♑	☾	
Сб	25	♒		
Вс	26	♒		
Пн	27	♒		
Вт	28	♒		
Ср	29	♓		
Чт	30	♓		
Пт	31	♈	●	1:38

Февраль 2014

Сб	1	♈		
Вс	2	♉		
Пн	3	♉		
Вт	4	♊		
Ср	5	♊		
Чт	6	♋	☽	
Пт	7	♋		
Сб	8	♌		
Вс	9	♌		
Пн	10	♌		
Вт	11	♍		
Ср	12	♍		
Чт	13	♎		
Пт	14	♎		
Сб	15	♎	○	3:53
Вс	16	♏		
Пн	17	♏		
Вт	18	♐		
Ср	19	♐		
Чт	20	♐		
Пт	21	♑		
Сб	22	♑	☾	
Вс	23	♑		
Пн	24	♑		
Вт	25	♒		
Ср	26	♒		
Чт	27	♒		
Пт	28	♒		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Март 2014

Сб	1	♓	●	11:59
Вс	2	♓		
Пн	3	♈		
Вт	4	♈		
Ср	5	♉		
Чт	6	♉		
Пт	7	♉		
Сб	8	♊	☽	
Вс	9	♊		
Пн	10	♋		
Вт	11	♋		
Ср	12	♋		
Чт	13	♌		
Пт	14	♌		
Сб	15	♍		
Вс	16	♍	○	21:08
Пн	17	♎		
Вт	18	♎		
Ср	19	♎		
Чт	20	♏		
Пт	21	♏		
Сб	22	♏		
Вс	23	♏		
Пн	24	♏	☾	
Вт	25	♐		
Ср	26	♐		
Чт	27	♑		
Пт	28	♑		
Сб	29	♒		
Вс	30	♓	●	22:44
Пн	31	♈		

Апрель 2014

Вт	1	♈		
Ср	2	♉		
Чт	3	♉		
Пт	4	♊		
Сб	5	♊		
Вс	6	♊		
Пн	7	♋	☽	
Вт	8	♋		
Ср	9	♌		
Чт	10	♌		
Пт	11	♌		
Сб	12	♍		
Вс	13	♍		
Пн	14	♎		
Вт	15	♎	○	11:42
Ср	16	♏		
Чт	17	♏		
Пт	18	♏		
Сб	19	♏		
Вс	20	♏		
Пн	21	♐		
Вт	22	♐	☾	
Ср	23	♑		
Чт	24	♑		
Пт	25	♑		
Сб	26	♑		
Вс	27	♑		
Пн	28	♒		
Вт	29	♉	●	10:14
Ср	30	♉		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Май

Чт	1	♉		
Пт	2	♊		
Сб	3	♊		
		♋		
Пн	5	♋		
Вт	6	♌		
Ср	7	♌	☽	
Чт	8	♌		
Пт	9	♍		
Сб	10	♍		
		♎		
Пн	12	♎		
Вт	13	♎		
Ср	14	♏	○	23:15
Чт	15	♏		
Пт	16	♐		
Сб	17	♐		
		♑		
Пн	19	♑		
Вт	20	♒		
Ср	21	♒	☾	
Чт	22	♓		
Пт	23	♓		
Сб	24	♈		
		♈		
Пн	26	♈		
Вт	27	♉		
Ср	28	♉	●	22:40
Чт	29	♊		
Пт	30	♊		
Сб	31	♋		

Июнь 2014

		♋		
Пн	2	♋		
Вт	3	♌		
Ср	4	♌		
Чт	5	♍		
Пт	6	♍	☽	
Сб	7	♍		
		♎		
Пн	9	♎		
Вт	10	♏		
Ср	11	♏		
Чт	12	♐		
Пт	13	♐	○	8:11
Сб	14	♑		
		♑		
Пн	16	♒		
Вт	17	♒		
Ср	18	♓		
Чт	19	♓	☾	
Пт	20	♓		
Сб	21	♈		
		♈		
Пн	23	♉		
Вт	24	♉		
Ср	25	♊		
Чт	26	♊		
Пт	27	♊	●	12:08
Сб	28	♋		
		♋		
Пн	30	♌		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Июль 2014

Вт	1	♋		
Ср	2	♋		
Чт	3	♌		
Пт	4	♌		
Сб	5	♍	☽	
Вс	6	♍		
Пн	7	♎		
Вт	8	♎		
Ср	9	♎		
Чт	10	♏		
Пт	11	♏		
Сб	12	♐	○	15:24
Вс	13	♐		
Пн	14	♑		
Вт	15	♑		
Ср	16	♒		
Чт	17	♒		
Пт	18	♓		
Сб	19	♓	☾	
Вс	20	♈		
Пн	21	♈		
Вт	22	♉		
Ср	23	♉		
Чт	24	♊		
Пт	25	♋		
Сб	26	♋		
Вс	27	♋	●	2:41
Пн	28	♋		
Вт	29	♋		
Ср	30	♌		
Чт	31	♌		

Август 2014

Пт	1	♍		
Сб	2	♍		
Вс	3	♍		
Пн	4	♎	☽	
Вт	5	♎		
Ср	6	♏		
Чт	7	♏		
Пт	8	♐		
Сб	9	♐		
Вс	10	♑	○	22:09
Пн	11	♑		
Вт	12	♒		
Ср	13	♒		
Чт	14	♓		
Пт	15	♓		
Сб	16	♈		
Вс	17	♈	☾	
Пн	18	♈		
Вт	19	♉		
Ср	20	♉		
Чт	21	♊		
Пт	22	♊		
Сб	23	♊		
Вс	24	♋		
Пн	25	♋	●	18:12
Вт	26	♌		
Ср	27	♌		
Чт	28	♌		
Пт	29	♍		
Сб	30	♍		
Вс	31	♎		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2014

Сентябрь

Пн	1	♎		
Вт	2	♋	☽	
Ср	3	♋		
Чт	4	♋		
Пт	5	♊		
Сб	6	♊		
		♌		
Пн	8	♌		
Вт	9	♍	○	5:38
Ср	10	♍		
Чт	11	♎		
Пт	12	♏		
Сб	13	♐		
		♐		
Пн	15	♑		
Вт	16	♑	☾	
Ср	17	♒		
Чт	18	♓		
Пт	19	♓		
Сб	20	♈		
		♈		
Пн	22	♉		
Вт	23	♉		
Ср	24	♊	●	10:13
Чт	25	♋		
Пт	26	♋		
Сб	27	♌		
		♌		
Пн	29	♌		
Вт	30	♍		

Октябрь

Ср	1	♍	☽	
Чт	2	♎		
Пт	3	♎		
Сб	4	♏		
		♏		
Пн	6	♐		
Вт	7	♐		
Ср	8	♑	○	14:50
Чт	9	♒		
Пт	10	♓		
Сб	11	♓		
		♈		
Пн	13	♈		
Вт	14	♈		
Ср	15	♉	☾	
Чт	16	♉		
Пт	17	♊		
Сб	18	♊		
		♊		
Пн	20	♋		
Вт	21	♋		
Ср	22	♌		
Чт	23	♌		
Пт	24	♍	●	1:56
Сб	25	♎		
		♎		
Пн	27	♏		
Вт	28	♏		
Ср	29	♎		
Чт	30	♎		
Пт	31	♏	☽	

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Ноябрь

Сб	1	♑		
Вс	2	♓		
Пн	3	♓		
Вт	4	♈		
Ср	5	♈		
Чт	6	♈		
Пт	7	♉	○	2:22
Сб	8	♉		
Вс	9	♊		
Пн	10	♊		
Вт	11	♋		
Ср	12	♋		
Чт	13	♌		
Пт	14	♌	☾	
Сб	15	♌		
Вс	16	♍		
Пн	17	♍		
Вт	18	♎		
Ср	19	♎		
Чт	20	♎		
Пт	21	♏		
Сб	22	♏	●	16:32
Вс	23	♐		
Пн	24	♐		
Вт	25	♑		
Ср	26	♑		
Чт	27	♒		
Пт	28	♒		
Сб	29	♒	☽	
Вс	30	♓		

Декабрь 2014

Пн	1	♓		
Вт	2	♈		
Ср	3	♈		
Чт	4	♉		
Пт	5	♉		
Сб	6	♊	○	16:26
Вс	7	♊		
Пн	8	♋		
Вт	9	♋		
Ср	10	♋		
Чт	11	♌		
Пт	12	♌		
Сб	13	♍		
Вс	14	♍	☾	
Пн	15	♍		
Вт	16	♎		
Ср	17	♎		
Чт	18	♏		
Пт	19	♏		
Сб	20	♏		
Вс	21	♐		
Пн	22	♐	●	5:35
Вт	23	♑		
Ср	24	♑		
Чт	25	♒		
Пт	26	♒		
Сб	27	♓		
Вс	28	♓	☽	
Пн	29	♈		
Вт	30	♈		
Ср	31	♉		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Январь 2015

Чт	1	♋	
Пт	2	♋	
Сб	3	♋	
Вс	4	♋	
Пн	5	♌	○ 8:53
Вт	6	♌	
Ср	7	♍	
Чт	8	♍	
Пт	9	♍	
Сб	10	♎	
Вс	11	♎	
Пн	12	♏	
Вт	13	♏	☾
Ср	14	♏	
Чт	15	♐	
Пт	16	♐	
Сб	17	♑	
Вс	18	♑	
Пн	19	♒	
Вт	20	♒	● 17:13
Ср	21	♓	
Чт	22	♓	
Пт	23	♈	
Сб	24	♈	
Вс	25	♉	
Пн	26	♉	
Вт	27	♊	☽
Ср	28	♊	
Чт	29	♊	
Пт	30	♋	
Сб	31	♋	

Февраль

Вс	1	♌	
Пн	2	♌	
Вт	3	♍	
Ср	4	♍	○ 3:08
Чт	5	♍	
Пт	6	♎	
Сб	7	♎	
Вс	8	♏	
Пн	9	♏	
Вт	10	♏	
Ср	11	♐	
Чт	12	♐	☾
Пт	13	♑	
Сб	14	♑	
Вс	15	♑	
Пн	16	♒	
Вт	17	♒	
Ср	18	♓	
Чт	19	♓	● 3:47
Пт	20	♈	
Сб	21	♈	
Вс	22	♉	
Пн	23	♉	
Вт	24	♊	
Ср	25	♊	☽
Чт	26	♋	
Пт	27	♋	
Сб	28	♌	

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Март

Вс	1	♈		
Пн	2	♈		
Вт	3	♋		
Ср	4	♋		
Чт	5	♊	○	22:05
Пт	6	♊		
Сб	7	♊		
Вс	8	♌		
Пн	9	♌		
Вт	10	♍		
Ср	11	♍		
Чт	12	♍		
Пт	13	♎	☾	
Сб	14	♎		
Вс	15	♏		
Пн	16	♏		
Вт	17	♐		
Ср	18	♐		
Чт	19	♑		
Пт	20	♑	●	13:36
Сб	21	♒		
Вс	22	♒		
Пн	23	♓		
Вт	24	♓		
Ср	25	♈		
Чт	26	♈		
Пт	27	♉	☽	
Сб	28	♉		
Вс	29	♉		
Пн	30	♋		
Вт	31	♋		

Апрель 2015

Ср	1	♊		
Чт	2	♊		
Пт	3	♊		
Сб	4	♌	○	16:05
Вс	5	♌		
Пн	6	♍		
Вт	7	♍		
Ср	8	♍		
Чт	9	♎		
Пт	10	♎		
Сб	11	♏		
Вс	12	♏	☾	
Пн	13	♐		
Вт	14	♐		
Ср	15	♐		
Чт	16	♑		
Пт	17	♑		
Сб	18	♒	●	22:56
Вс	19	♒		
Пн	20	♓		
Вт	21	♓		
Ср	22	♈		
Чт	23	♈		
Пт	24	♉		
Сб	25	♉		
Вс	26	♋	☽	
Пн	27	♋		
Вт	28	♋		
Ср	29	♊		
Чт	30	♊		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Май 2015

Пт	1	♋		
Сб	2	♋		
Вс	3	♋		
Пн	4	♌	○	7:42
Вт	5	♌		
Ср	6	♍		
Чт	7	♍		
Пт	8	♎		
Сб	9	♎		
Вс	10	♎		
Пн	11	♏	☾	
Вт	12	♏		
Ср	13	♐		
Чт	14	♐		
Пт	15	♑		
Сб	16	♑		
Вс	17	♒		
Пн	18	♒	●	8:13
Вт	19	♓		
Ср	20	♓		
Чт	21	♈		
Пт	22	♈		
Сб	23	♈		
Вс	24	♉		
Пн	25	♉	☽	
Вт	26	♊		
Ср	27	♊		
Чт	28	♊		
Пт	29	♋		
Сб	30	♋		
Вс	31	♌		

Июнь 2015

Пн	1	♌		
Вт	2	♍	○	20:19
Ср	3	♍		
Чт	4	♍		
Пт	5	♎		
Сб	6	♎		
Вс	7	♏		
Пн	8	♏		
Вт	9	♐	☾	
Ср	10	♐		
Чт	11	♑		
Пт	12	♑		
Сб	13	♒		
Вс	14	♒		
Пн	15	♓		
Вт	16	♓	●	18:05
Ср	17	♓		
Чт	18	♈		
Пт	19	♈		
Сб	20	♉		
Вс	21	♉		
Пн	22	♊		
Вт	23	♊		
Ср	24	♊	☽	
Чт	25	♋		
Пт	26	♋		
Сб	27	♌		
Вс	28	♌		
Пн	29	♌		
Вт	30	♍		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Июль 2015

Ср	1	♒		
Чт	2	♑	○	6:19
Пт	3	♑		
Сб	4	♒		
Вс	5	♒		
Пн	6	♓		
Вт	7	♓		
Ср	8	♈		
Чт	9	♈	☾	
Пт	10	♉		
Сб	11	♉		
Вс	12	♉		
Пн	13	♊		
Вт	14	♊		
Ср	15	♋		
Чт	16	♋	●	5:24
Пт	17	♌		
Сб	18	♌		
Вс	19	♌		
Пн	20	♍		
Вт	21	♍		
Ср	22	♎		
Чт	23	♎		
Пт	24	♎	☽	
Сб	25	♏		
Вс	26	♏		
Пн	27	♐		
Вт	28	♐		
Ср	29	♑		
Чт	30	♑		
Пт	31	♑	○	14:42

Август 2015

Сб	1	♒		
Вс	2	♒		
Пн	3	♓		
Вт	4	♓		
Ср	5	♈		
Чт	6	♈		
Пт	7	♉	☾	
Сб	8	♉		
Вс	9	♊		
Пн	10	♊		
Вт	11	♋		
Ср	12	♋		
Чт	13	♋		
Пт	14	♌	●	18:53
Сб	15	♌		
Вс	16	♍		
Пн	17	♍		
Вт	18	♍		
Ср	19	♎		
Чт	20	♎		
Пт	21	♏		
Сб	22	♏	☽	
Вс	23	♏		
Пн	24	♐		
Вт	25	♐		
Ср	26	♑		
Чт	27	♑		
Пт	28	♒		
Сб	29	♒	○	22:35
Вс	30	♓		
Пн	31	♓		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Сентябрь 2015

Вт	1	♈		
Ср	2	♈		
Чт	3	♉		
Пт	4	♉		
Сб	5	♊	☾	
Вс	6	♊		
Пн	7	♋		
Вт	8	♋		
Ср	9	♋		
Чт	10	♌		
Пт	11	♌		
Сб	12	♍		
Вс	13	♍	●	10:41
Пн	14	♍		
Вт	15	♎		
Ср	16	♎		
Чт	17	♏		
Пт	18	♏		
Сб	19	♏		
Вс	20	♐		
Пн	21	♐	☽	
Вт	22	♑		
Ср	23	♑		
Чт	24	♒		
Пт	25	♒		
Сб	26	♓		
Вс	27	♓		
Пн	28	♈	○	6:50
Вт	29	♈		
Ср	30	♉		

Октябрь 2015

Чт	1	♉		
Пт	2	♉		
Сб	3	♊		
Вс	4	♊		
Пн	5	♋	☾	
Вт	6	♋		
Ср	7	♌		
Чт	8	♌		
Пт	9	♍		
Сб	10	♍		
Вс	11	♍		
Пн	12	♎		
Вт	13	♎	●	4:05
Ср	14	♎		
Чт	15	♏		
Пт	16	♏		
Сб	17	♐		
Вс	18	♐		
Пн	19	♑		
Вт	20	♑		
Ср	21	♑	☽	
Чт	22	♒		
Пт	23	♒		
Сб	24	♓		
Вс	25	♓		
Пн	26	♈		
Вт	27	♈	○	16:05
Ср	28	♉		
Чт	29	♉		
Пт	30	♊		
Сб	31	♊		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

2015

Ноябрь

Вс	1	♓		
Пн	2	♓		
Вт	3	♈	☾	
Ср	4	♈		
Чт	5	♈		
Пт	6	♉		
Сб	7	♉		
Вс	8	♊		
Пн	9	♊		
Вт	10	♊		
Ср	11	♋	●	21:47
Чт	12	♋		
Пт	13	♌		
Сб	14	♌		
Вс	15	♌		
Пн	16	♍		
Вт	17	♍		
Ср	18	♎		
Чт	19	♎	☽	
Пт	20	♏		
Сб	21	♏		
Вс	22	♐		
Пн	23	♐		
Вт	24	♑		
Ср	25	♑		
Чт	26	♒	○	2:44
Пт	27	♒		
Сб	28	♓		
Вс	29	♓		
Пн	30	♓		

Декабрь

Вт	1	♈		
Ср	2	♈		
Чт	3	♉	☾	
Пт	4	♉		
Сб	5	♉		
Вс	6	♊		
Пн	7	♊		
Вт	8	♋		
Ср	9	♋		
Чт	10	♋		
Пт	11	♌	●	14:29
Сб	12	♌		
Вс	13	♍		
Пн	14	♍		
Вт	15	♎		
Ср	16	♎		
Чт	17	♏		
Пт	18	♏	☽	
Сб	19	♏		
Вс	20	♐		
Пн	21	♐		
Вт	22	♑		
Ср	23	♑		
Чт	24	♒		
Пт	25	♒	○	15:11
Сб	26	♓		
Вс	27	♓		
Пн	28	♈		
Вт	29	♈		
Ср	30	♉		
Чт	31	♉		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Январь

Пт	1	♑		
Сб	2	♒	☾	
Вс	3	♒		
Пн	4	♓		
Вт	5	♓		
Ср	6	♓		
Чт	7	♈		
Пт	8	♈		
Сб	9	♉		
Вс	10	♉	●	5:30
Пн	11	♉		
Вт	12	♊		
Ср	13	♊		
Чт	14	♋		
Пт	15	♋		
Сб	16	♌		
Вс	17	♌	☽	
Пн	18	♍		
Вт	19	♍		
Ср	20	♎		
Чт	21	♎		
Пт	22	♏		
Сб	23	♏		
Вс	24	♐	○	5:45
Пн	25	♐		
Вт	26	♐		
Ср	27	♑		
Чт	28	♑		
Пт	29	♒		
Сб	30	♒		
Вс	31	♒		

Февраль 2016

Пн	1	♓	☾	
Вт	2	♓		
Ср	3	♈		
Чт	4	♈		
Пт	5	♈		
Сб	6	♉		
Вс	7	♉		
Пн	8	♊	●	18:38
Вт	9	♊		
Ср	10	♋		
Чт	11	♋		
Пт	12	♌		
Сб	13	♌		
Вс	14	♍		
Пн	15	♍	☽	
Вт	16	♎		
Ср	17	♎		
Чт	18	♏		
Пт	19	♏		
Сб	20	♏		
Вс	21	♐		
Пн	22	♐	○	22:19
Вт	23	♑		
Ср	24	♑		
Чт	25	♑		
Пт	26	♒		
Сб	27	♒		
Вс	28	♓		
Пн	29	♓		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Март 2016

Вт	1	♋		
Ср	2	♌	☾	
Чт	3	♌		
Пт	4	♍		
Сб	5	♍		
Вс	6	♎		
Пн	7	♎		
Вт	8	♏		
Ср	9	♐	●	5:54
Чт	10	♑		
Пт	11	♑		
Сб	12	♒		
Вс	13	♒		
Пн	14	♒		
Вт	15	♓	☽	
Ср	16	♓		
Чт	17	♈		
Пт	18	♈		
Сб	19	♉		
Вс	20	♉		
Пн	21	♊		
Вт	22	♊		
Ср	23	♊	○	16:00
Чт	24	♋		
Пт	25	♋		
Сб	26	♌		
Вс	27	♌		
Пн	28	♌		
Вт	29	♍		
Ср	30	♍		
Чт	31	♎	☾	

Апрель 2016

Пт	1	♎		
Сб	2	♎		
Вс	3	♏		
Пн	4	♏		
Вт	5	♐		
Ср	6	♐		
Чт	7	♑	●	15:23
Пт	8	♑		
Сб	9	♒		
Вс	10	♒		
Пн	11	♓		
Вт	12	♓		
Ср	13	♈		
Чт	14	♈	☽	
Пт	15	♉		
Сб	16	♉		
Вс	17	♉		
Пн	18	♊		
Вт	19	♊		
Ср	20	♋		
Чт	21	♋		
Пт	22	♋	○	9:23
Сб	23	♌		
Вс	24	♌		
Пн	25	♍		
Вт	26	♍		
Ср	27	♍		
Чт	28	♎		
Пт	29	♎		
Сб	30	♏	☾	

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2016

Май

Вс	1	♈		
Пн	2	♉		
Вт	3	♉		
Ср	4	♊		
Чт	5	♊		
Пт	6	♋	●	23:29
Сб	7	♋		
Вс	8	♌		
Пн	9	♌		
Вт	10	♍		
Ср	11	♍		
Чт	12	♍		
Пт	13	♎	☽	
Сб	14	♎		
Вс	15	♏		
Пн	16	♏		
Вт	17	♐		
Ср	18	♐		
Чт	19	♐		
Пт	20	♑		
Сб	21	♑		
Вс	22	♒	○	1:14
Пн	23	♒		
Вт	24	♒		
Ср	25	♓		
Чт	26	♓		
Пт	27	♈		
Сб	28	♈		
Вс	29	♈	☾	
Пн	30	♉		
Вт	31	♉		

Июнь

Ср	1	♊		
Чт	2	♊		
Пт	3	♋		
Сб	4	♋		
Вс	5	♌	●	6:59
Пн	6	♌		
Вт	7	♍		
Ср	8	♍		
Чт	9	♎		
Пт	10	♎		
Сб	11	♏		
Вс	12	♏	☽	
Пн	13	♏		
Вт	14	♐		
Ср	15	♐		
Чт	16	♑		
Пт	17	♑		
Сб	18	♑		
Вс	19	♒		
Пн	20	♒	○	15:02
Вт	21	♓		
Ср	22	♓		
Чт	23	♓		
Пт	24	♈		
Сб	25	♈		
Вс	26	♉		
Пн	27	♉	☾	
Вт	28	♊		
Ср	29	♊		
Чт	30	♋		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Июль 2016

Пт	1	♋		
Сб	2	♌		
Вс	3	♌		
Пн	4	♍	●	15:01
Вт	5	♍		
Ср	6	♎		
Чт	7	♎		
Пт	8	♎		
Сб	9	♏		
Вс	10	♏		
Пн	11	♐		
Вт	12	♐	☽	
Ср	13	♐		
Чт	14	♑		
Пт	15	♑		
Сб	16	♒		
Вс	17	♒		
Пн	18	♓		
Вт	19	♓		
Ср	20	♓	○	2:56
Чт	21	♈		
Пт	22	♈		
Сб	23	♉		
Вс	24	♉		
Пн	25	♊		
Вт	26	♊		
Ср	27	♋	☾	
Чт	28	♋		
Пт	29	♌		
Сб	30	♌		
Вс	31	♌		

Август

Пн	1	♍		
Вт	2	♍		
Ср	3	♎	●	0:44
Чт	4	♎		
Пт	5	♏		
Сб	6	♏		
Вс	7	♐		
Пн	8	♐		
Вт	9	♐		
Ср	10	♑	☽	
Чт	11	♑		
Пт	12	♒		
Сб	13	♒		
Вс	14	♒		
Пн	15	♓		
Вт	16	♓		
Ср	17	♈		
Чт	18	♈	○	13:26
Пт	19	♉		
Сб	20	♉		
Вс	21	♊		
Пн	22	♊		
Вт	23	♊		
Ср	24	♋		
Чт	25	♋	☾	
Пт	26	♌		
Сб	27	♌		
Вс	28	♍		
Пн	29	♍		
Вт	30	♎		
Ср	31	♎		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2016

Сентябрь

Чт	1	♍	●	13:03
Пт	2	♍		
Сб	3	♍		
Вс	4	♎		
Пн	5	♎		
Вт	6	♏		
Ср	7	♏		
Чт	8	♏		
Пт	9	♐	☽	
Сб	10	♐		
Вс	11	♑		
Пн	12	♑		
Вт	13	♑		
Ср	14	♒		
Чт	15	♒		
Пт	16	♓	○	23:05
Сб	17	♓		
Вс	18	♈		
Пн	19	♈		
Вт	20	♉		
Ср	21	♉		
Чт	22	♊		
Пт	23	♊	☾	
Сб	24	♋		
Вс	25	♋		
Пн	26	♌		
Вт	27	♌		
Ср	28	♌		
Чт	29	♍		
Пт	30	♍		

Октябрь

Сб	1	♎	●	4:11
Вс	2	♎		
Пн	3	♏		
Вт	4	♏		
Ср	5	♏		
Чт	6	♐		
Пт	7	♐		
Сб	8	♐		
Вс	9	♑	☽	
Пн	10	♑		
Вт	11	♒		
Ср	12	♒		
Чт	13	♓		
Пт	14	♓		
Сб	15	♈		
Вс	16	♈	○	8:23
Пн	17	♉		
Вт	18	♉		
Ср	19	♊		
Чт	20	♊		
Пт	21	♋		
Сб	22	♋	☾	
Вс	23	♌		
Пн	24	♌		
Вт	25	♌		
Ср	26	♍		
Чт	27	♍		
Пт	28	♎		
Сб	29	♎		
Вс	30	♎	●	21:38
Пн	31	♏		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Ноябрь 2016

Вт	1	♋		
Ср	2	♋		
Чт	3	♋		
Пт	4	♋		
Сб	5	♊		
Вс	6	♊		
Пн	7	♉	☽	
Вт	8	♉		
Ср	9	♉		
Чт	10	♈		
Пт	11	♈		
Сб	12	♓		
Вс	13	♓		
Пн	14	♒	○	17:52
Вт	15	♒		
Ср	16	♑		
Чт	17	♑		
Пт	18	♐		
Сб	19	♐		
Вс	20	♏		
Пн	21	♏	☾	
Вт	22	♎		
Ср	23	♎		
Чт	24	♍		
Пт	25	♍		
Сб	26	♍		
Вс	27	♌		
Пн	28	♌		
Вт	29	♌	●	16:18
Ср	30	♋		

Декабрь 2016

Чт	1	♋		
Пт	2	♊		
Сб	3	♊		
Вс	4	♉		
Пн	5	♉		
Вт	6	♉		
Ср	7	♈	☽	
Чт	8	♈		
Пт	9	♓		
Сб	10	♓		
Вс	11	♒		
Пн	12	♒		
Вт	13	♑		
Ср	14	♑	○	4:05
Чт	15	♐		
Пт	16	♐		
Сб	17	♏		
Вс	18	♏		
Пн	19	♎		
Вт	20	♎		
Ср	21	♎	☾	
Чт	22	♍		
Пт	23	♍		
Сб	24	♌		
Вс	25	♌		
Пн	26	♌		
Вт	27	♋		
Ср	28	♋		
Чт	29	♊	●	10:53
Пт	30	♊		
Сб	31	♊		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2017

Январь

Вс	1	♑		
Пн	2	♑		
Вт	3	♒		
Ср	4	♒		
Чт	5	♓	☽	
Пт	6	♓		
Сб	7	♓		
Вс	8	♈		
Пн	9	♈		
Вт	10	♉		
Ср	11	♉		
Чт	12	♋	○	15:33
Пт	13	♋		
Сб	14	♌		
Вс	15	♌		
Пн	16	♍		
Вт	17	♍		
Ср	18	♎		
Чт	19	♎		
Пт	20	♎	☾	
Сб	21	♏		
Вс	22	♏		
Пн	23	♐		
Вт	24	♐		
Ср	25	♐		
Чт	26	♑		
Пт	27	♑		
Сб	28	♑	●	4:07
Вс	29	♑		
Пн	30	♒		
Вт	31	♒		

Февраль

Ср	1	♒		
Чт	2	♓		
Пт	3	♓		
Сб	4	♈	☽	
Вс	5	♈		
Пн	6	♉		
Вт	7	♉		
Ср	8	♋		
Чт	9	♋		
Пт	10	♌		
Сб	11	♌	○	4:32
Вс	12	♍		
Пн	13	♍		
Вт	14	♍		
Ср	15	♎		
Чт	16	♎		
Пт	17	♏		
Сб	18	♏	☾	
Вс	19	♐		
Пн	20	♐		
Вт	21	♐		
Ср	22	♑		
Чт	23	♑		
Пт	24	♒		
Сб	25	♒		
Вс	26	♒	●	18:58
Пн	27	♓		
Вт	28	♓		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Март 2017

Ср	1	♌		
Чт	2	♌		
Пт	3	♍		
Сб	4	♍		
Вс	5	♎	☽	
Пн	6	♎		
Вт	7	♏		
Ср	8	♏		
Чт	9	♐		
Пт	10	♐		
Сб	11	♐		
Вс	12	♑	○	18:53
Пн	13	♑		
Вт	14	♒		
Ср	15	♒		
Чт	16	♓		
Пт	17	♓		
Сб	18	♓		
Вс	19	♈		
Пн	20	♈	☾	
Вт	21	♉		
Ср	22	♉		
Чт	23	♉		
Пт	24	♊		
Сб	25	♊		
Вс	26	♋		
Пн	27	♋		
Вт	28	♌	●	6:57
Ср	29	♌		
Чт	30	♍		
Пт	31	♍		

Апрель 2017

Сб	1	♎		
Вс	2	♎		
Пн	3	♏	☽	
Вт	4	♏		
Ср	5	♏		
Чт	6	♐		
Пт	7	♐		
Сб	8	♑		
Вс	9	♑		
Пн	10	♒		
Вт	11	♒	○	10:08
Ср	12	♒		
Чт	13	♓		
Пт	14	♓		
Сб	15	♈		
Вс	16	♈		
Пн	17	♈		
Вт	18	♉		
Ср	19	♉	☾	
Чт	20	♊		
Пт	21	♊		
Сб	22	♋		
Вс	23	♋		
Пн	24	♋		
Вт	25	♌		
Ср	26	♌	●	16:16
Чт	27	♍		
Пт	28	♍		
Сб	29	♎		
Вс	30	♎		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Май

Пн	1	♋		
Вт	2	♋		
Ср	3	♋	☽	
Чт	4	♋		
Пт	5	♍		
Сб	6	♍		
Вс	7	♎		
Пн	8	♎		
Вт	9	♎		
Ср	10	♏		
Чт	11	♏	○	1:42
Пт	12	♐		
Сб	13	♐		
Вс	14	♐		
Пн	15	♑		
Вт	16	♑		
Ср	17	♒		
Чт	18	♒		
Пт	19	♒	☾	
Сб	20	♓		
Вс	21	♓		
Пн	22	♈		
Вт	23	♈		
Ср	24	♉		
Чт	25	♉	●	23:44
Пт	26	♊		
Сб	27	♊		
Вс	28	♋		
Пн	29	♋		
Вт	30	♋		
Ср	31	♋		

Июнь 2017

Чт	1	♍	☽	
Пт	2	♍		
Сб	3	♍		
Вс	4	♎		
Пн	5	♎		
Вт	6	♏		
Ср	7	♏		
Чт	8	♏		
Пт	9	♐	○	17:09
Сб	10	♐		
Вс	11	♑		
Пн	12	♑		
Вт	13	♑		
Ср	14	♒		
Чт	15	♒		
Пт	16	♓		
Сб	17	♓	☾	
Вс	18	♈		
Пн	19	♈		
Вт	20	♈		
Ср	21	♉		
Чт	22	♉		
Пт	23	♊		
Сб	24	♊	●	6:30
Вс	25	♋		
Пн	26	♋		
Вт	27	♋		
Ср	28	♋		
Чт	29	♍		
Пт	30	♍		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Июль 2017

Сб	1	♑	☽	
Вс	2	♑		
Пн	3	♒		
Вт	4	♒		
Ср	5	♒		
Чт	6	♓		
Пт	7	♓		
Сб	8	♈		
Вс	9	♈	○	8:06
Пн	10	♈		
Вт	11	♉		
Ср	12	♉		
Чт	13	♊		
Пт	14	♊		
Сб	15	♊		
Вс	16	♋	☾	
Пн	17	♋		
Вт	18	♌		
Ср	19	♌		
Чт	20	♍		
Пт	21	♍		
Сб	22	♎		
Вс	23	♎	●	13:45
Пн	24	♏		
Вт	25	♏		
Ср	26	♐		
Чт	27	♐		
Пт	28	♑		
Сб	29	♑		
Вс	30	♑	☽	
Пн	31	♒		

Август 2017

Вт	1	♒		
Ср	2	♓		
Чт	3	♓		
Пт	4	♓		
Сб	5	♈		
Вс	6	♈		
Пн	7	♉	○	22:10
Вт	8	♉		
Ср	9	♉		
Чт	10	♊		
Пт	11	♊		
Сб	12	♋		
Вс	13	♋		
Пн	14	♌		
Вт	15	♌	☾	
Ср	16	♍		
Чт	17	♍		
Пт	18	♎		
Сб	19	♎		
Вс	20	♏		
Пн	21	♏	●	22:30
Вт	22	♏		
Ср	23	♐		
Чт	24	♐		
Пт	25	♑		
Сб	26	♑		
Вс	27	♒		
Пн	28	♒		
Вт	29	♓	☽	
Ср	30	♓		
Чт	31	♓		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2017

Сентябрь

Пт	1	♈		
Сб	2	♈		
Вс	3	♈		
Пн	4	♉		
Вт	5	♉		
Ср	6	♊	○	11:02
Чт	7	♊		
Пт	8	♋		
Сб	9	♋		
Вс	10	♌		
Пн	11	♌		
Вт	12	♍		
Ср	13	♍	☾	
Чт	14	♍		
Пт	15	♎		
Сб	16	♎		
Вс	17	♏		
Пн	18	♏		
Вт	19	♐		
Ср	20	♐	●	9:29
Чт	21	♑		
Пт	22	♑		
Сб	23	♒		
Вс	24	♒		
Пн	25	♒		
Вт	26	♓		
Ср	27	♓		
Чт	28	♈	☽	
Пт	29	♈		
Сб	30	♈		

Октябрь

Вс	1	♉		
Пн	2	♉		
Вт	3	♊		
Ср	4	♊		
Чт	5	♊	○	22:40
Пт	6	♋		
Сб	7	♋		
Вс	8	♌		
Пн	9	♌		
Вт	10	♍		
Ср	11	♍		
Чт	12	♎	☾	
Пт	13	♎		
Сб	14	♏		
Вс	15	♏		
Пн	16	♐		
Вт	17	♐		
Ср	18	♑		
Чт	19	♑	●	23:12
Пт	20	♑		
Сб	21	♒		
Вс	22	♒		
Пн	23	♓		
Вт	24	♓		
Ср	25	♓		
Чт	26	♈		
Пт	27	♈		
Сб	28	♉	☽	
Вс	29	♉		
Пн	30	♉		
Вт	31	♊		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

2017

Ноябрь

Ср	1	♑		
Чт	2	♑		
Пт	3	♑		
Сб	4	♒	○	9:22
Вс	5	♒		
Пн	6	♓		
Вт	7	♓		
Ср	8	♈		
Чт	9	♈		
Пт	10	♉		
Сб	11	♉	☾	
Вс	12	♊		
Пн	13	♊		
Вт	14	♊		
Ср	15	♋		
Чт	16	♋		
Пт	17	♌		
Сб	18	♌	●	15:42
Вс	19	♍		
Пн	20	♍		
Вт	21	♍		
Ср	22	♎		
Чт	23	♎		
Пт	24	♎		
Сб	25	♏		
Вс	26	♏	☽	
Пн	27	♐		
Вт	28	♐		
Ср	29	♑		
Чт	30	♑		

Декабрь

Пт	1	♑		
Сб	2	♒		
Вс	3	♒	○	19:46
Пн	4	♓		
Вт	5	♓		
Ср	6	♈		
Чт	7	♈		
Пт	8	♉		
Сб	9	♉		
Вс	10	♊	☾	
Пн	11	♊		
Вт	12	♋		
Ср	13	♋		
Чт	14	♌		
Пт	15	♌		
Сб	16	♌		
Вс	17	♍		
Пн	18	♍	●	10:30
Вт	19	♎		
Ср	20	♎		
Чт	21	♎		
Пт	22	♏		
Сб	23	♏		
Вс	24	♐		
Пн	25	♐		
Вт	26	♐	☽	
Ср	27	♑		
Чт	28	♑		
Пт	29	♒		
Сб	30	♒		
Вс	31	♓		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Январь 2018

Пн	1	♊		
Вт	2	♋	○	6:24
Ср	3	♋		
Чт	4	♌		
Пт	5	♌		
Сб	6	♍		
Вс	7	♍		
Пн	8	♎		
Вт	9	♎	☾	
Ср	10	♎		
Чт	11	♏		
Пт	12	♏		
Сб	13	♐		
Вс	14	♐		
Пн	15	♑		
Вт	16	♑		
Ср	17	♒	●	6:17
Чт	18	♒		
Пт	19	♒		
Сб	20	♒		
Вс	21	♓		
Пн	22	♓		
Вт	23	♈		
Ср	24	♈		
Чт	25	♉	☽	
Пт	26	♉		
Сб	27	♊		
Вс	28	♊		
Пн	29	♋		
Вт	30	♋		
Ср	31	♌	○	17:26

Февраль

Чт	1	♌		
Пт	2	♍		
Сб	3	♍		
Вс	4	♍		
Пн	5	♎		
Вт	6	♎		
Ср	7	♏	☾	
Чт	8	♏		
Пт	9	♐		
Сб	10	♐		
Вс	11	♐		
Пн	12	♑		
Вт	13	♑		
Ср	14	♒		
Чт	15	♒		
Пт	16	♒	●	1:05
Сб	17	♓		
Вс	18	♓		
Пн	19	♈		
Вт	20	♈		
Ср	21	♉		
Чт	22	♉		
Пт	23	♉	☽	
Сб	24	♊		
Вс	25	♊		
Пн	26	♋		
Вт	27	♋		
Ср	28	♌		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Март 2018

Чт	1	♋		
Пт	2	♌	○	4:51
Сб	3	♌		
Вс	4	♍		
Пн	5	♍		
Вт	6	♎		
Ср	7	♎		
Чт	8	♎		
Пт	9	♏	☾	
Сб	10	♏		
Вс	11	♐		
Пн	12	♐		
Вт	13	♐		
Ср	14	♑		
Чт	15	♑		
Пт	16	♒		
Сб	17	♒	●	17:11
Вс	18	♓		
Пн	19	♓		
Вт	20	♓		
Ср	21	♈		
Чт	22	♈		
Пт	23	♉		
Сб	24	♉	☽	
Вс	25	♊		
Пн	26	♊		
Вт	27	♋		
Ср	28	♋		
Чт	29	♌		
Пт	30	♌		
Сб	31	♍	○	16:36

Апрель

Вс	1	♍		
Пн	2	♍		
Вт	3	♎		
Ср	4	♎		
Чт	5	♏		
Пт	6	♏		
Сб	7	♐		
Вс	8	♐	☾	
Пн	9	♐		
Вт	10	♑		
Ср	11	♑		
Чт	12	♒		
Пт	13	♒		
Сб	14	♒		
Вс	15	♓		
Пн	16	♓	●	5:57
Вт	17	♈		
Ср	18	♈		
Чт	19	♉		
Пт	20	♉		
Сб	21	♊		
Вс	22	♊		
Пн	23	♋	☽	
Вт	24	♋		
Ср	25	♋		
Чт	26	♌		
Пт	27	♌		
Сб	28	♍		
Вс	29	♍		
Пн	30	♎	○	4:58

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Май 2018

Вт	1	♏		
Ср	2	♐		
Чт	3	♐		
Пт	4	♐		
Сб	5	♑		
Вс	6	♑		
Пн	7	♒		
Вт	8	♒	☾	
Ср	9	♒		
Чт	10	♓		
Пт	11	♓		
Сб	12	♈		
Вс	13	♈		
Пн	14	♉		
Вт	15	♉	●	15:47
Ср	16	♉		
Чт	17	♊		
Пт	18	♊		
Сб	19	♋		
Вс	20	♋		
Пн	21	♌		
Вт	22	♌	☽	
Ср	23	♍		
Чт	24	♍		
Пт	25	♎		
Сб	26	♎		
Вс	27	♏		
Пн	28	♏		
Вт	29	♏	○	18:19
Ср	30	♐		
Чт	31	♐		

Июнь 2018

Пт	1	♑		
Сб	2	♑		
Вс	3	♑		
Пн	4	♒		
Вт	5	♒		
Ср	6	♓	☾	
Чт	7	♓		
Пт	8	♓		
Сб	9	♈		
Вс	10	♈		
Пн	11	♉		
Вт	12	♉		
Ср	13	♊	●	23:43
Чт	14	♊		
Пт	15	♋		
Сб	16	♋		
Вс	17	♌		
Пн	18	♌		
Вт	19	♍		
Ср	20	♍	☽	
Чт	21	♎		
Пт	22	♎		
Сб	23	♏		
Вс	24	♏		
Пн	25	♏		
Вт	26	♐		
Ср	27	♐		
Чт	28	♑	○	8:52
Пт	29	♑		
Сб	30	♑		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Июль 2018

Вс	1	♒		
Пн	2	♒		
Вт	3	♓		
Ср	4	♓		
Чт	5	♓		
Пт	6	♈	☾	
Сб	7	♈		
Вс	8	♉		
Пн	9	♉		
Вт	10	♊		
Ср	11	♊		
Чт	12	♋		
Пт	13	♋	●	6:47
Сб	14	♌		
Вс	15	♌		
Пн	16	♍		
Вт	17	♍		
Ср	18	♎		
Чт	19	♎	☽	
Пт	20	♎		
Сб	21	♏		
Вс	22	♏		
Пн	23	♐		
Вт	24	♐		
Ср	25	♐		
Чт	26	♑		
Пт	27	♑		
Сб	28	♒	○	0:20
Вс	29	♒		
Пн	30	♒		
Вт	31	♓		

Август 2018

Ср	1	♓		
Чт	2	♈		
Пт	3	♈		
Сб	4	♉	☾	
Вс	5	♉		
Пн	6	♉		
Вт	7	♊		
Ср	8	♊		
Чт	9	♋		
Пт	10	♋		
Сб	11	♌	●	13:57
Вс	12	♌		
Пн	13	♍		
Вт	14	♍		
Ср	15	♎		
Чт	16	♎		
Пт	17	♏		
Сб	18	♏	☽	
Вс	19	♐		
Пн	20	♐		
Вт	21	♐		
Ср	22	♑		
Чт	23	♑		
Пт	24	♒		
Сб	25	♒		
Вс	26	♒	○	15:56
Пн	27	♓		
Вт	28	♓		
Ср	29	♈		
Чт	30	♈		
Пт	31	♈		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Сентябрь 2018

Сб	1	♉		
Вс	2	♉		
Пн	3	♊	☾	
Вт	4	♊		
Ср	5	♋		
Чт	6	♋		
Пт	7	♌		
Сб	8	♌		
Вс	9	♍	●	22:01
Пн	10	♍		
Вт	11	♎		
Ср	12	♎		
Чт	13	♏		
Пт	14	♏		
Сб	15	♏		
Вс	16	♐		
Пн	17	♐	☽	
Вт	18	♑		
Ср	19	♑		
Чт	20	♑		
Пт	21	♒		
Сб	22	♒		
Вс	23	♓		
Пн	24	♓		
Вт	25	♓	○	6:52
Ср	26	♈		
Чт	27	♈		
Пт	28	♉		
Сб	29	♉		
Вс	30	♊		

Октябрь 2018

Пн	1	♊		
Вт	2	♋	☾	
Ср	3	♋		
Чт	4	♋		
Пт	5	♌		
Сб	6	♌		
Вс	7	♍		
Пн	8	♍		
Вт	9	♎	●	7:46
Ср	10	♎		
Чт	11	♏		
Пт	12	♏		
Сб	13	♐		
Вс	14	♐		
Пн	15	♑		
Вт	16	♑	☽	
Ср	17	♑		
Чт	18	♒		
Пт	19	♒		
Сб	20	♒		
Вс	21	♓		
Пн	22	♓		
Вт	23	♈		
Ср	24	♈	○	20:45
Чт	25	♉		
Пт	26	♉		
Сб	27	♊		
Вс	28	♊		
Пн	29	♊		
Вт	30	♋		
Ср	31	♋	☾	

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

2018

Ноябрь

Чт	1	♋		
Пт	2	♋		
Сб	3	♌		
Вс	4	♌		
Пн	5	♍		
Вт	6	♍		
Ср	7	♎	●	20:01
Чт	8	♎		
Пт	9	♏		
Сб	10	♏		
Вс	11	♏		
Пн	12	♐		
Вт	13	♐		
Ср	14	♑		
Чт	15	♑	☽	
Пт	16	♑		
Сб	17	♒		
Вс	18	♒		
Пн	19	♓		
Вт	20	♓		
Ср	21	♓		
Чт	22	♈		
Пт	23	♈	○	9:39
Сб	24	♉		
Вс	25	♉		
Пн	26	♊		
Вт	27	♊		
Ср	28	♋		
Чт	29	♋		
Пт	30	♌	☾	

Декабрь

Сб	1	♌		
Вс	2	♍		
Пн	3	♍		
Вт	4	♎		
Ср	5	♎		
Чт	6	♎		
Пт	7	♏	●	11:20
Сб	8	♏		
Вс	9	♐		
Пн	10	♐		
Вт	11	♐		
Ср	12	♑		
Чт	13	♑		
Пт	14	♒		
Сб	15	♒	☽	
Вс	16	♒		
Пн	17	♓		
Вт	18	♓		
Ср	19	♈		
Чт	20	♈		
Пт	21	♉		
Сб	22	♉	○	21:48
Вс	23	♊		
Пн	24	♊		
Вт	25	♋		
Ср	26	♋		
Чт	27	♌		
Пт	28	♌		
Сб	29	♌	☾	
Вс	30	♍		
Пн	31	♍		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Январь 2019

Вт	1	♑		
Ср	2	♑		
Чт	3	♑		
Пт	4	♑		
Сб	5	♒		
Вс	6	♒	●	5:28
Пн	7	♒		
Вт	8	♓		
Ср	9	♓		
Чт	10	♈		
Пт	11	♈		
Сб	12	♈		
Вс	13	♉		
Пн	14	♉	☽	
Вт	15	♊		
Ср	16	♊		
Чт	17	♊		
Пт	18	♋		
Сб	19	♋		
Вс	20	♌		
Пн	21	♌	○	9:16
Вт	22	♍		
Ср	23	♍		
Чт	24	♎		
Пт	25	♎		
Сб	26	♏		
Вс	27	♏		
Пн	28	♐	☾	
Вт	29	♐		
Ср	30	♑		
Чт	31	♑		

Февраль

Пт	1	♑		
Сб	2	♒		
Вс	3	♒		
Пн	4	♓		
Вт	5	♓	●	1:03
Ср	6	♓		
Чт	7	♈		
Пт	8	♈		
Сб	9	♉		
Вс	10	♉		
Пн	11	♉		
Вт	12	♊		
Ср	13	♊	☽	
Чт	14	♋		
Пт	15	♋		
Сб	16	♌		
Вс	17	♌		
Пн	18	♍		
Вт	19	♍	○	19:53
Ср	20	♎		
Чт	21	♎		
Пт	22	♏		
Сб	23	♏		
Вс	24	♐		
Пн	25	♐		
Вт	26	♐	☾	
Ср	27	♑		
Чт	28	♑		

♉ — Овен, ♊ — Телец, ♋ — Близнецы, ♌ — Рак, ♍ — Лев
♎ — Дева, ♏ — Весы, ♐ — Скорпион, ♑ — Стрелец

2019

Март

Пт	1	♑		
Сб	2	♑		
Вс	3	♒		
Пн	4	♒		
Вт	5	♒		
Ср	6	♓	●	20:03
Чт	7	♓		
Пт	8	♓		
Сб	9	♈		
Вс	10	♈		
Пн	11	♉		
Вт	12	♉		
Ср	13	♊		
Чт	14	♊	☽	
Пт	15	♊		
Сб	16	♋		
Вс	17	♋		
Пн	18	♌		
Вт	19	♌		
Ср	20	♍		
Чт	21	♍	○	5:42
Пт	22	♎		
Сб	23	♎		
Вс	24	♏		
Пн	25	♏		
Вт	26	♐		
Ср	27	♐		
Чт	28	♑	☾	
Пт	29	♑		
Сб	30	♑		
Вс	31	♒		

Апрель

Пн	1	♒		
Вт	2	♓		
Ср	3	♓		
Чт	4	♓		
Пт	5	♈	●	12:50
Сб	6	♈		
Вс	7	♉		
Пн	8	♉		
Вт	9	♉		
Ср	10	♊		
Чт	11	♊		
Пт	12	♋	☽	
Сб	13	♋		
Вс	14	♌		
Пн	15	♌		
Вт	16	♍		
Ср	17	♍		
Чт	18	♎		
Пт	19	♎	○	15:12
Сб	20	♏		
Вс	21	♏		
Пн	22	♐		
Вт	23	♐		
Ср	24	♐		
Чт	25	♑		
Пт	26	♑		
Сб	27	♒	☾	
Вс	28	♒		
Пн	29	♒		
Вт	30	♓		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Май 2019

Ср	1	♈		
Чт	2	♉		
Пт	3	♉		
Сб	4	♉		
Вс	5	♊	●	2:45
Пн	6	♊		
Вт	7	♋		
Ср	8	♋		
Чт	9	♌		
Пт	10	♌		
Сб	11	♍		
Вс	12	♍	☽	
Пн	13	♎		
Вт	14	♎		
Ср	15	♏		
Чт	16	♏		
Пт	17	♏		
Сб	18	♐		
Вс	19	♐	○	1:11
Пн	20	♑		
Вт	21	♑		
Ср	22	♒		
Чт	23	♒		
Пт	24	♓		
Сб	25	♓		
Вс	26	♓	☾	
Пн	27	♈		
Вт	28	♈		
Ср	29	♉		
Чт	30	♉		
Пт	31	♉		

Июнь 2019

Сб	1	♊		
Вс	2	♊		
Пн	3	♋	●	14:01
Вт	4	♋		
Ср	5	♌		
Чт	6	♌		
Пт	7	♍		
Сб	8	♍		
Вс	9	♍		
Пн	10	♎	☽	
Вт	11	♎		
Ср	12	♏		
Чт	13	♏		
Пт	14	♐		
Сб	15	♐		
Вс	16	♑		
Пн	17	♑	○	12:30
Вт	18	♒		
Ср	19	♒		
Чт	20	♓		
Пт	21	♓		
Сб	22	♓		
Вс	23	♈		
Пн	24	♈		
Вт	25	♈	☾	
Ср	26	♉		
Чт	27	♉		
Пт	28	♊		
Сб	29	♊		
Вс	30	♊		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Июль 2019

Пн	1	♑		
Вт	2	♑	●	23:16
Ср	3	♒		
Чт	4	♒		
Пт	5	♓		
Сб	6	♓		
Вс	7	♈		
Пн	8	♈		
Вт	9	♉	☽	
Ср	10	♉		
Чт	11	♊		
Пт	12	♊		
Сб	13	♋		
Вс	14	♋		
Пн	15	♋		
Вт	16	♌		
Ср	17	♌	○	1:38
Чт	18	♍		
Пт	19	♍		
Сб	20	♍		
Вс	21	♎		
Пн	22	♎		
Вт	23	♏		
Ср	24	♏		
Чт	25	♏	☾	
Пт	26	♐		
Сб	27	♐		
Вс	28	♑		
Пн	29	♑		
Вт	30	♒		
Ср	31	♒		

Август 2019

Чт	1	♓	●	7:11
Пт	2	♓		
Сб	3	♈		
Вс	4	♈		
Пн	5	♉		
Вт	6	♉		
Ср	7	♊	☽	
Чт	8	♊		
Пт	9	♊		
Сб	10	♋		
Вс	11	♋		
Пн	12	♌		
Вт	13	♌		
Ср	14	♍		
Чт	15	♍	○	16:29
Пт	16	♍		
Сб	17	♎		
Вс	18	♎		
Пн	19	♏		
Вт	20	♏		
Ср	21	♏		
Чт	22	♐		
Пт	23	♐	☾	
Сб	24	♑		
Вс	25	♑		
Пн	26	♑		
Вт	27	♒		
Ср	28	♒		
Чт	29	♓		
Пт	30	♓	●	14:37
Сб	31	♈		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2019

Сентябрь

Вс	1	♍		
Пн	2	♎		
Вт	3	♎		
Ср	4	♏		
Чт	5	♏		
Пт	6	♐	☽	
Сб	7	♐		
Вс	8	♑		
Пн	9	♑		
Вт	10	♑		
Ср	11	♒		
Чт	12	♒		
Пт	13	♓		
Сб	14	♓	○	8:32
Вс	15	♓		
Пн	16	♈		
Вт	17	♈		
Ср	18	♉		
Чт	19	♉		
Пт	20	♉		
Сб	21	♊		
Вс	22	♊	☾	
Пн	23	♋		
Вт	24	♋		
Ср	25	♌		
Чт	26	♌		
Пт	27	♍		
Сб	28	♍	●	22:26
		♎		
Пн	30	♎		

Октябрь

Вт	1	♏		
Ср	2	♏		
Чт	3	♐		
Пт	4	♐		
Сб	5	♑	☽	
Вс	6	♑		
Пн	7	♑		
Вт	8	♒		
Ср	9	♒		
Чт	10	♓		
Пт	11	♓		
Сб	12	♓		
Вс	13	♈		
Пн	14	♈	○	1:07
Вт	15	♉		
Ср	16	♉		
Чт	17	♉		
Пт	18	♊		
Сб	19	♊		
Вс	20	♋		
Пн	21	♋	☾	
Вт	22	♌		
Ср	23	♌		
Чт	24	♍		
Пт	25	♍		
Сб	26	♍		
		♎		
Пн	28	♎	●	7:38
Вт	29	♏		
Ср	30	♏		
Чт	31	♐		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Ноябрь 2019

Пт	1	♑		
Сб	2	♑		
Вс	3	♑		
Пн	4	♒	☽	
Вт	5	♒		
Ср	6	♒		
Чт	7	♓		
Пт	8	♓		
Сб	9	♈		
Вс	10	♈		
Пн	11	♈		
Вт	12	♉	○	17:34
Ср	13	♉		
Чт	14	♊		
Пт	15	♊		
Сб	16	♋		
Вс	17	♋		
Пн	18	♋		
Вт	19	♌		
Ср	20	♌	☾	
Чт	21	♍		
Пт	22	♍		
Сб	23	♎		
Вс	24	♎		
Пн	25	♏		
Вт	26	♏	●	19:05
Ср	27	♐		
Чт	28	♐		
Пт	29	♑		
Сб	30	♑		

Декабрь 2019

Вс	1	♑		
Пн	2	♒		
Вт	3	♒		
Ср	4	♓	☽	
Чт	5	♓		
Пт	6	♈		
Сб	7	♈		
Вс	8	♈		
Пн	9	♉		
Вт	10	♉		
Ср	11	♊		
Чт	12	♊	○	9:12
Пт	13	♊		
Сб	14	♋		
Вс	15	♋		
Пн	16	♌		
Вт	17	♌		
Ср	18	♍		
Чт	19	♍	☾	
Пт	20	♎		
Сб	21	♎		
Вс	22	♏		
Пн	23	♏		
Вт	24	♐		
Ср	25	♐		
Чт	26	♐	●	9:13
Пт	27	♑		
Сб	28	♑		
Вс	29	♒		
Пн	30	♒		
Вт	31	♓		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2020

Январь

Ср	1	♑		
Чт	2	♑		
Пт	3	♒	☽	
Сб	4	♒		
Вс	5	♓		
Пн	6	♈		
Вт	7	♈		
Ср	8	♉		
Чт	9	♉		
Пт	10	♋	○	23:21
Сб	11	♋		
Вс	12	♌		
Пн	13	♌		
Вт	14	♍		
Ср	15	♍		
Чт	16	♎		
Пт	17	♎	☾	
Сб	18	♏		
Вс	19	♏		
Пн	20	♏		
Вт	21	♐		
Ср	22	♐		
Чт	23	♑		
Пт	24	♑		
Сб	25	♒	●	1:41
Вс	26	♒		
Пн	27	♒		
Вт	28	♓		
Ср	29	♓		
Чт	30	♈		
Пт	31	♈		

Февраль

Сб	1	♈		
Вс	2	♉	☽	
Пн	3	♉		
Вт	4	♊		
Ср	5	♊		
Чт	6	♋		
Пт	7	♋		
Сб	8	♋		
Вс	9	♋	○	11:33
Пн	10	♋		
Вт	11	♌		
Ср	12	♌		
Чт	13	♍		
Пт	14	♍		
Сб	15	♎		
Вс	16	♎	☾	
Пн	17	♏		
Вт	18	♏		
Ср	19	♐		
Чт	20	♐		
Пт	21	♑		
Сб	22	♑		
Вс	23	♒	●	19:31
Пн	24	♓		
Вт	25	♓		
Ср	26	♈		
Чт	27	♈		
Пт	28	♈		
Сб	29	♉		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Март 2020

Вс	1	♑		
Пн	2	♒	☽	
Вт	3	♒		
Ср	4	♒		
Чт	5	♓		
Пт	6	♓		
Сб	7	♈		
Вс	8	♈		
Пн	9	♉	○	21:47
Вт	10	♉		
Ср	11	♊		
Чт	12	♊		
Пт	13	♋		
Сб	14	♋		
Вс	15	♌		
Пн	16	♌	☾	
Вт	17	♍		
Ср	18	♍		
Чт	19	♍		
Пт	20	♎		
Сб	21	♎		
Вс	22	♏		
Пн	23	♏		
Вт	24	♐	●	13:28
Ср	25	♐		
Чт	26	♐		
Пт	27	♑		
Сб	28	♑		
Вс	29	♑		
Пн	30	♒		
Вт	31	♒		

Апрель 2020

Ср	1	♓	☽	
Чт	2	♓		
Пт	3	♈		
Сб	4	♈		
Вс	5	♈		
Пн	6	♉		
Вт	7	♉		
Ср	8	♊	○	6:35
Чт	9	♊		
Пт	10	♋		
Сб	11	♋		
Вс	12	♌		
Пн	13	♌		
Вт	14	♍		
Ср	15	♍	☾	
Чт	16	♎		
Пт	17	♎		
Сб	18	♏		
Вс	19	♏		
Пн	20	♏		
Вт	21	♐		
Ср	22	♐		
Чт	23	♑	●	6:25
Пт	24	♑		
Сб	25	♑		
Вс	26	♒		
Пн	27	♒		
Вт	28	♓		
Ср	29	♓		
Чт	30	♓		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2020

Май

Пт	1	♋	☽	
Сб	2	♋		
Вс	3	♍		
Пн	4	♍		
Вт	5	♎		
Ср	6	♎		
Чт	7	♏	○	14:45
Пт	8	♏		
Сб	9	♐		
Вс	10	♐		
Пн	11	♑		
Вт	12	♑		
Ср	13	♒		
Чт	14	♒	☾	
Пт	15	♒		
Сб	16	♓		
Вс	17	♓		
Пн	18	♈		
Вт	19	♈		
Ср	20	♈		
Чт	21	♉		
Пт	22	♉	●	21:38
Сб	23	♊		
Вс	24	♊		
Пн	25	♊		
Вт	26	♋		
Ср	27	♋		
Чт	28	♌		
Пт	29	♌		
Сб	30	♍	☽	
Вс	31	♍		

Июнь

Пн	1	♎		
Вт	2	♎		
Ср	3	♏		
Чт	4	♏		
Пт	5	♐	○	23:12
Сб	6	♐		
Вс		♑		
Пн	8	♑		
Вт	9	♑		
Ср	10	♒		
Чт	11	♒		
Пт	12	♓		
Сб	13	♓	☾	
		♓		
Пн	15	♈		
Вт	16	♈		
Ср	17	♉		
Чт	18	♉		
Пт	19	♉		
Сб	20	♊		
Вс	21	♊	●	10:41
Пн	22	♋		
Вт	23	♋		
Ср	24	♌		
Чт	25	♌		
Пт	26	♍		
Сб	27	♍		
		♍	☽	
Пн	29	♎		
Вт	30	♎		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Июль 2020

Ср	1	♋		
Чт	2	♋		
Пт	3	♌		
Сб	4	♌		
Вс	5	♍	○	8:44
Пн	6	♍		
Вт	7	♎		
Ср	8	♎		
Чт	9	♏		
Пт	10	♏		
Сб	11	♏		
Вс	12	♐		
Пн	13	♐	☾	
Вт	14	♑		
Ср	15	♑		
Чт	16	♑		
Пт	17	♒		
Сб	18	♒		
Вс	19	♓		
Пн	20	♓	●	21:32
Вт	21	♓		
Ср	22	♈		
Чт	23	♈		
Пт	24	♉		
Сб	25	♉		
Вс	26	♊		
Пн	27	♊	☽	
Вт	28	♋		
Ср	29	♋		
Чт	30	♌		
Пт	31	♌		

Август 2020

Сб	1	♍		
Вс	2	♍		
Пн	3	♎	○	19:58
Вт	4	♎		
Ср	5	♎		
Чт	6	♏		
Пт	7	♏		
Сб	8	♐		
Вс	9	♐		
Пн	10	♐		
Вт	11	♑	☾	
Ср	12	♑		
Чт	13	♒		
Пт	14	♒		
Сб	15	♒		
Вс	16	♓		
Пн	17	♓		
Вт	18	♈		
Ср	19	♈	●	6:41
Чт	20	♉		
Пт	21	♉		
Сб	22	♊		
Вс	23	♊		
Пн	24	♋		
Вт	25	♋	☽	
Ср	26	♌		
Чт	27	♌		
Пт	28	♍		
Сб	29	♍		
Вс	30	♍		
Пн	31	♎		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2020

Сентябрь

Вт	1	♑		
Ср	2	♒	○	9:21
Чт	3	♒		
Пт	4	♒		
Сб	5	♓		
Вс	6	♓		
Пн	7	♈		
Вт	8	♈		
Ср	9	♈		
Чт	10	♊	☾	
Пт	11	♊		
Сб	12	♋		
Вс	13	♋		
Пн	14	♌		
Вт	15	♌		
Ср	16	♍		
Чт	17	♍	●	15:00
Пт	18	♎		
Сб	19	♎		
Вс	20	♏		
Пн	21	♏		
Вт	22	♐		
Ср	23	♐		
Чт	24	♐	☽	
Пт	25	♑		
Сб	26	♑		
Вс	27	♒		
Пн	28	♒		
Вт	29	♓		
Ср	30	♓		

Октябрь

Чт	1	♓		
Пт	2	♈	○	1:05
Сб	3	♈		
Вс	4	♉		
Пн	5	♉		
Вт	6	♉		
Ср	7	♊		
Чт	8	♊		
Пт	9	♋		
Сб	10	♋	☾	
Вс	11	♋		
Пн	12	♌		
Вт	13	♌		
Ср	14	♍		
Чт	15	♍		
Пт	16	♎	●	23:30
Сб	17	♎		
Вс	18	♏		
Пн	19	♏		
Вт	20	♐		
Ср	21	♐		
Чт	22	♑		
Пт	23	♑	☽	
Сб	24	♒		
Вс	25	♒		
Пн	26	♒		
Вт	27	♓		
Ср	28	♓		
Чт	29	♈		
Пт	30	♈		
Сб	31	♈	○	18:49

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

2020

Ноябрь

Вс	1	♋		
Пн	2	♋		
Вт	3	♌		
Ср	4	♌		
Чт	5	♌		
Пт	6	♍		
Сб	7	♍		
Вс	8	♎	☾	
Пн	9	♎		
Вт	10	♏		
Ср	11	♏		
Чт	12	♐		
Пт	13	♐		
Сб	14	♑		
Вс	15	♑	●	9:07
Пн	16	♒		
Вт	17	♒		
Ср	18	♓		
Чт	19	♓		
Пт	20	♓		
Сб	21	♈		
Вс	22	♈	☽	
Пн	23	♉		
Вт	24	♉		
Ср	25	♊		
Чт	26	♊		
Пт	27	♊		
Сб	28	♋		
Вс	29	♋		
Пн	30	♌	○	13:29

Декабрь

Вт	1	♌		
Ср	2	♌		
Чт	3	♍		
Пт	4	♍		
Сб	5	♎		
Вс	6	♎		
Пн	7	♏		
Вт	8	♏	☾	
Ср	9	♏		
Чт	10	♐		
Пт	11	♐		
Сб	12	♑		
Вс	13	♑		
Пн	14	♒	●	20:16
Вт	15	♒		
Ср	16	♓		
Чт	17	♓		
Пт	18	♈		
Сб	19	♈		
Вс	20	♉		
Пн	21	♉		
Вт	22	♉	☽	
Ср	23	♊		
Чт	24	♊		
Пт	25	♋		
Сб	26	♋		
Вс	27	♋		
Пн	28	♌		
Вт	29	♌		
Ср	30	♍	○	7:28
Чт	31	♍		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2021

Январь

Пт	1	♋		
Сб	2	♋		
Вс	3	♋		
Пн	4	♌		
Вт	5	♌		
Ср	6	♍	☾	
Чт	7	♍		
Пт	8	♎		
Сб	9	♎		
Вс	10	♏		
Пн	11	♏		
Вт	12	♐		
Ср	13	♐	●	9:00
Чт	14	♑		
Пт	15	♑		
Сб	16	♑		
Вс	17	♒		
Пн	18	♒		
Вт	19	♓		
Ср	20	♓		
Чт	21	♈	☽	
Пт	22	♈		
Сб	23	♈		
Вс	24	♉		
Пн	25	♉		
Вт	26	♊		
Ср	27	♊		
Чт	28	♊	○	23:16
Пт	29	♋		
Сб	30	♋		
Вс	31	♌		

Февраль

Пн	1	♌		
Вт	2	♍		
Ср	3	♍		
Чт	4	♎	☾	
Пт	5	♎		
Сб	6	♏		
Вс	7	♏		
Пн	8	♏		
Вт	9	♐		
Ср	10	♐		
Чт	11	♑	●	23:05
Пт	12	♑		
Сб	13	♒		
Вс	14	♒		
Пн	15	♓		
Вт	16	♓		
Ср	17	♓		
Чт	18	♈		
Пт	19	♈	☽	
Сб	20	♉		
Вс	21	♉		
Пн	22	♉		
Вт	23	♊		
Ср	24	♊		
Чт	25	♋		
Пт	26	♋		
Сб	27	♌	○	12:17
		♌		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Март 2021

Пн	1	♑		
Вт	2	♑		
Ср	3	♑		
Чт	4	♒		
Пт	5	♒		
Сб	6	♓	☾	
Вс	7	♓		
Пн	8	♈		
Вт	9	♈		
Ср	10	♉		
Чт	11	♉		
Пт	12	♊		
Сб	13	♋	●	14:21
Вс	14	♋		
Пн	15	♌		
Вт	16	♌		
Ср	17	♍		
Чт	18	♍		
Пт	19	♍		
Сб	20	♎		
Вс	21	♎	☽	
Пн	22	♏		
Вт	23	♏		
Ср	24	♏		
Чт	25	♐		
Пт	26	♐		
Сб	27	♑		
Вс	28	♑	○	22:48
Пн	29	♒		
Вт	30	♒		
Ср	31	♓		

Апрель 2021

Чт	1	♓		
Пт	2	♈		
Сб	3	♈		
Вс	4	♉	☾	
Пн	5	♉		
Вт	6	♊		
Ср	7	♊		
Чт	8	♊		
Пт	9	♋		
Сб	10	♋		
Вс	11	♌		
Пн	12	♌	●	6:30
Вт	13	♍		
Ср	14	♍		
Чт	15	♍		
Пт	16	♎		
Сб	17	♎		
Вс	18	♏		
Пн	19	♏		
Вт	20	♏	☽	
Ср	21	♐		
Чт	22	♐		
Пт	23	♑		
Сб	24	♑		
Вс	25	♒		
Пн	26	♒		
Вт	27	♓	○	7:31
Ср	28	♓		
Чт	29	♈		
Пт	30	♈		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2021

Май

Сб	1	♊		
Вс	2	♊		
Пн	3	♋	☾	
Вт	4	♋		
Ср	5	♋		
Чт	6	♌		
Пт	7	♌		
Сб	8	♍		
Вс	9	♍		
Пн	10	♍		
Вт	11	♎	●	22:59
Ср	12	♎		
Чт	13	♏		
Пт	14	♏		
Сб	15	♏		
Вс	16	♐		
Пн	17	♐		
Вт	18	♑		
Ср	19	♑	☽	
Чт	20	♑		
Пт	21	♒		
Сб	22	♒		
Вс	23	♓		
Пн	24	♓		
Вт	25	♈		
Ср	26	♈	○	15:13
Чт	27	♉		
Пт	28	♉		
Сб	29	♊		
Вс	30	♊		
Пн	31	♋		

Июнь

Вт	1	♋		
Ср	2	♌	☾	
Чт	3	♌		
Пт	4	♍		
Сб	5	♍		
Вс	6	♍		
Пн	7	♎		
Вт	8	♎		
Ср	9	♏		
Чт	10	♏	●	14:52
Пт	11	♏		
Сб	12	♐		
Вс	13	♐		
Пн	14	♑		
Вт	15	♑		
Ср	16	♑		
Чт	17	♒		
Пт	18	♒	☽	
Сб	19	♓		
Вс	20	♓		
Пн	21	♈		
Вт	22	♈		
Ср	23	♉		
Чт	24	♉	○	22:39
Пт	25	♊		
Сб	26	♊		
Вс	27	♋		
Пн	28	♋		
Вт	29	♌		
Ср	30	♌		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Июль 2021

Чт	1	♓		
Пт	2	♓	☾	
Сб	3	♓		
Вс	4	♈		
Пн	5	♈		
Вт	6	♈		
Ср	7	♉		
Чт	8	♉		
Пт	9	♊		
Сб	10	♊	●	5:16
Вс	11	♊		
Пн	12	♋		
Вт	13	♋		
Ср	14	♌		
Чт	15	♌		
Пт	16	♍		
Сб	17	♍	☽	
Вс	18	♎		
Пн	19	♎		
Вт	20	♎		
Ср	21	♏		
Чт	22	♏		
Пт	23	♐		
Сб	24	♐	○	6:36
Вс	25	♑		
Пн	26	♑		
Вт	27	♒		
Ср	28	♒		
Чт	29	♓		
Пт	30	♓		
Сб	31	♓	☾	

Август 2021

Вс	1	♈		
Пн	2	♈		
Вт	3	♉		
Ср	4	♉		
Чт	5	♉		
Пт	6	♊		
Сб	7	♊		
Вс	8	♋	●	17:50
Пн	9	♋		
Вт	10	♌		
Ср	11	♌		
Чт	12	♌		
Пт	13	♍		
Сб	14	♍		
Вс	15	♎	☽	
Пн	16	♎		
Вт	17	♏		
Ср	18	♏		
Чт	19	♐		
Пт	20	♐		
Сб	21	♑		
Вс	22	♑	○	16:01
Пн	23	♒		
Вт	24	♒		
Ср	25	♓		
Чт	26	♓		
Пт	27	♓		
Сб	28	♈		
Вс	29	♈		
Пн	30	♉	☾	
Вт	31	♉		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2021

Сентябрь

Ср	1	♊		
Чт	2	♋		
Пт	3	♋		
Сб	4	♌		
Вс	5	♌		
Пн	6	♌		
Вт	7	♍	●	4:51
Ср	8	♍		
Чт	9	♎		
Пт	10	♎		
Сб	11	♏		
Вс	12	♏		
Пн	13	♐		
Вт	14	♐	☽	
Ср	15	♑		
Чт	16	♑		
Пт	17	♒		
Сб	18	♒		
Вс	19	♒		
Пн	20	♓		
Вт	21	♓	○	3:54
Ср	22	♈		
Чт	23	♈		
Пт	24	♉		
Сб	25	♉		
Вс	26	♉		
Пн	27	♊		
Вт	28	♊		
Ср	29	♋	☾	
Чт	30	♋		

Октябрь

Пт	1	♋		
Сб	2	♌		
Вс	3	♌		
Пн	4	♍		
Вт	5	♍		
Ср	6	♎	●	15:05
Чт	7	♎		
Пт	8	♏		
Сб	9	♏		
Вс	10	♐		
Пн	11	♐		
Вт	12	♑		
Ср	13	♑	☽	
Чт	14	♑		
Пт	15	♒		
Сб	16	♒		
Вс	17	♒		
Пн	18	♒		
Вт	19	♓		
Ср	20	♓	○	18:56
Чт	21	♈		
Пт	22	♈		
Сб	23	♉		
Вс	24	♊		
Пн	25	♊		
Вт	26	♊		
Ср	27	♋		
Чт	28	♋		
Пт	29	♌	☾	
Сб	30	♌		
Вс	31	♍		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

2021

Ноябрь

Пн	1	♑		
Вт	2	♑		
Ср	3	♒		
Чт	4	♒		
Пт	5	♓	●	1:14
Сб	6	♓		
Вс	7	♈		
Пн	8	♈		
Вт	9	♉		
Ср	10	♉		
Чт	11	♊	☽	
Пт	12	♊		
Сб	13	♋		
Вс	14	♋		
Пн	15	♌		
Вт	16	♌		
Ср	17	♌		
Чт	18	♍		
Пт	19	♍	○	12:57
Сб	20	♎		
Вс	21	♎		
Пн	22	♎		
Вт	23	♏		
Ср	24	♏		
Чт	25	♐		
Пт	26	♐		
Сб	27	♐	☾	
Вс	28	♑		
Пн	29	♑		
Вт	30	♒		

Декабрь

Ср	1	♒		
Чт	2	♒		
Пт	3	♒		
Сб	4	♓	●	11:42
Вс	5	♓		
Пн	6	♈		
Вт	7	♈		
Ср	8	♉		
Чт	9	♉		
Пт	10	♊		
Сб	11	♊	☽	
Вс	12	♊		
Пн	13	♋		
Вт	14	♋		
Ср	15	♌		
Чт	16	♌		
Пт	17	♌		
Сб	18	♍		
Вс	19	♍	○	8:35
Пн	20	♎		
Вт	21	♎		
Ср	22	♎		
Чт	23	♏		
Пт	24	♏		
Сб	25	♐		
Вс	26	♐		
Пн	27	♑	☾	
Вт	28	♑		
Ср	29	♑		
Чт	30	♒		
Пт	31	♒		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2022

Январь

Сб	1	♑		
Вс	2	♑	●	22:33
Пн	3	♒		
Вт	4	♒		
Ср	5	♓		
Чт	6	♓		
Пт	7	♈		
Сб	8	♈		
Вс	9	♉	☽	
Пн	10	♉		
Вт	11	♊		
Ср	12	♊		
Чт	13	♊		
Пт	14	♋		
Сб	15	♋		
Вс	16	♌		
Пн	17	♌		
Вт	18	♌	○	3:48
Ср	19	♍		
Чт	20	♍		
Пт	21	♎		
Сб	22	♎		
Вс	23	♎		
Пн	24	♏		
Вт	25	♏	☾	
Ср	26	♐		
Чт	27	♐		
Пт	28	♑		
Сб	29	♑		
Вс	30	♒		
Пн	31	♒		

Февраль

Вт	1	♓	●	9:45
Ср	2	♓		
Чт	3	♈		
Пт	4	♈		
Сб	5	♉		
Вс	6	♉		
Пн	7	♉		
Вт	8	♊	☽	
Ср	9	♊		
Чт	10	♋		
Пт	11	♋		
Сб	12	♋		
Вс	13	♌		
Пн	14	♌		
Вт	15	♍		
Ср	16	♍	○	20:56
Чт	17	♍		
Пт	18	♎		
Сб	19	♎		
Вс	20	♏		
Пн	21	♏		
Вт	22	♐		
Ср	23	♐		
Чт	24	♑	☾	
Пт	25	♑		
Сб	26	♒		
Вс	27	♒		
Пн	28	♓		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Март 2022

Вт	1	♒		
Ср	2	♒	●	21:34
Чт	3	♓		
Пт	4	♓		
Сб	5	♈		
Вс	6	♈		
Пн	7	♉		
Вт	8	♉		
Ср	9	♊		
Чт	10	♊	☽	
Пт	11	♊		
Сб	12	♋		
Вс	13	♋		
Пн	14	♌		
Вт	15	♌		
Ср	16	♌		
Чт	17	♍		
Пт	18	♍	○	11:17
Сб	19	♎		
Вс	20	♎		
Пн	21	♏		
Вт	22	♏		
Ср	23	♐		
Чт	24	♐		
Пт	25	♐	☾	
Сб	26	♑		
Вс	27	♑		
Пн	28	♒		
Вт	29	♒		
Ср	30	♓		
Чт	31	♓		

Апрель 2022

Пт	1	♈	●	10:24
Сб	2	♈		
Вс	3	♉		
Пн	4	♉		
Вт	5	♉		
Ср	6	♊		
Чт	7	♊		
Пт	8	♋		
Сб	9	♋	☽	
Вс	10	♋		
Пн	11	♌		
Вт	12	♌		
Ср	13	♍		
Чт	14	♍		
Пт	15	♍		
Сб	16	♎	○	22:54
Вс	17	♎		
Пн	18	♏		
Вт	19	♏		
Ср	20	♐		
Чт	21	♐		
Пт	22	♑		
Сб	23	♑	☾	
Вс	24	♒		
Пн	25	♒		
Вт	26	♓		
Ср	27	♓		
Чт	28	♈		
Пт	29	♈		
Сб	30	♉		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Май 2022

Вс	1	♉	●	0:27
Пн	2	♉		
Вт	3	♊		
Ср	4	♊		
Чт	5	♊		
Пт	6	♋		
Сб	7	♋		
Вс	8	♌		
Пн	9	♌	☽	
Вт	10	♌		
Ср	11	♍		
Чт	12	♍		
Пт	13	♎		
Сб	14	♎		
Вс	15	♏		
Пн	16	♏	○	8:14
Вт	17	♐		
Ср	18	♐		
Чт	19	♑		
Пт	20	♑		
Сб	21	♒		
Вс	22	♒	☾	
Пн	23	♓		
Вт	24	♓		
Ср	25	♓		
Чт	26	♈		
Пт	27	♈		
Сб	28	♉		
		♉		
Пн	30	♊	●	15:30
Вт	31	♊		

Июнь 2022

Ср	1	♊		
Чт	2	♋		
Пт	3	♋		
Сб	4	♌		
Вс	5	♌		
Пн	6	♌		
Вт	7	♍	☽	
Ср	8	♍		
Чт	9	♎		
Пт	10	♎		
Сб	11	♎		
Вс	12	♏		
Пн	13	♏		
Вт	14	♐	○	15:51
Ср	15	♐		
Чт	16	♑		
Пт	17	♑		
Сб	18	♒		
		♒		
Пн	20	♓		
Вт	21	♓	☾	
Ср	22	♈		
Чт	23	♈		
Пт	24	♉		
Сб	25	♉		
		♉		
Пн	27	♊		
Вт	28	♊		
Ср	29	♋	●	6:52
Чт	30	♋		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

2022

Июль

Пт	1	♋		
Сб	2	♋		
Вс	3	♋		
Пн	4	♌		
Вт	5	♌		
Ср	6	♌		
Чт	7	♍	☽	
Пт	8	♍		
Сб	9	♎		
Вс	10	♎		
Пн	11	♏		
Вт	12	♏		
Ср	13	♐	○	22:37
Чт	14	♐		
Пт	15	♑		
Сб	16	♑		
Вс	17	♒		
Пн	18	♒		
Вт	19	♓		
Ср	20	♓	☾	
Чт	21	♈		
Пт	22	♈		
Сб	23	♉		
Вс	24	♊		
Пн	25	♊		
Вт	26	♋		
Ср	27	♋		
Чт	28	♋	●	21:54
Пт	29	♋		
Сб	30	♋		
Вс	31	♌		

Август

Пн	1	♌		
Вт	2	♌		
Ср	3	♍		
Чт	4	♍		
Пт	5	♎	☽	
Сб	6	♎		
Вс	7	♏		
Пн	8	♏		
Вт	9	♐		
Ср	10	♐		
Чт	11	♑		
Пт	12	♑	○	5:35
Сб	13	♒		
Вс	14	♒		
Пн	15	♒		
Вт	16	♓		
Ср	17	♓		
Чт	18	♈		
Пт	19	♈	☾	
Сб	20	♉		
Вс	21	♉		
Пн	22	♉		
Вт	23	♊		
Ср	24	♊		
Чт	25	♋		
Пт	26	♋		
Сб	27	♋	●	12:16
Вс	28	♌		
Пн	29	♌		
Вт	30	♍		
Ср	31	♍		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

2022

Сентябрь

Чт	1	♎		
Пт	2	♎		
Сб	3	♎	☽	
Вс	4	♏		
Пн	5	♏		
Вт	6	♐		
Ср	7	♐		
Чт	8	♑		
Пт	9	♑		
Сб	10	♒	○	13:58
Вс	11	♒		
Пн	12	♓		
Вт	13	♓		
Ср	14	♈		
Чт	15	♈		
Пт	16	♉		
Сб	17	♊		
Вс	18	♊	☾	
Пн	19	♋		
Вт	20	♋		
Ср	21	♋		
Чт	22	♌		
Пт	23	♌		
Сб	24	♍		
Вс	25	♍		
Пн	26	♎	●	1:54
Вт	27	♎		
Ср	28	♎		
Чт	29	♏		
Пт	30	♏		

Октябрь

Сб	1	♐		
Вс	2	♐		
Пн	3	♑	☽	
Вт	4	♑		
Ср	5	♒		
Чт	6	♒		
Пт	7	♓		
Сб	8	♓		
Вс	9	♈		
Пн	10	♈	○	0:54
Вт	11	♉		
Ср	12	♉		
Чт	13	♉		
Пт	14	♊		
Сб	15	♊		
Вс	16	♋		
Пн	17	♋	☾	
Вт	18	♋		
Ср	19	♌		
Чт	20	♌		
Пт	21	♍		
Сб	22	♍		
Вс	23	♍		
Пн	24	♎		
Вт	25	♎	●	14:48
Ср	26	♏		
Чт	27	♏		
Пт	28	♐		
Сб	29	♐		
Вс	30	♑		
Пн	31	♑		

♈ — Овен, ♉ — Телец, ♊ — Близнецы, ♋ — Рак, ♌ — Лев
♍ — Дева, ♎ — Весы, ♏ — Скорпион, ♐ — Стрелец

Ноябрь 2022

Вт	1	♒	☽	
Ср	2	♒		
Чт	3	♓		
Пт	4	♓		
Сб	5	♓		
Вс	6	♈		
Пн	7	♈		
Вт	8	♉	○	15:02
Ср	9	♉		
Чт	10	♊		
Пт	11	♊		
Сб	12	♊		
Вс	13	♋		
Пн	14	♋		
Вт	15	♌		
Ср	16	♌	☾	
Чт	17	♌		
Пт	18	♍		
Сб	19	♍		
Вс	20	♎		
Пн	21	♎		
Вт	22	♏		
Ср	23	♏		
Чт	24	♏	●	2:57
Пт	25	♐		
Сб	26	♐		
Вс	27	♑		
Пн	28	♑		
Вт	29	♒		
Ср	30	♒	☽	

Декабрь 2022

Чт	1	♓		
Пт	2	♓		
Сб	3	♈		
Вс	4	♈		
Пн	5	♉		
Вт	6	♉		
Ср	7	♉		
Чт	8	♊	○	8:08
Пт	9	♊		
Сб	10	♋		
Вс	11	♋		
Пн	12	♋		
Вт	13	♌		
Ср	14	♌		
Чт	15	♍		
Пт	16	♍	☾	
Сб	17	♎		
Вс	18	♎		
Пн	19	♎		
Вт	20	♏		
Ср	21	♏		
Чт	22	♏		
Пт	23	♐	●	14:16
Сб	24	♑		
		♑		
Пн	26	♒		
Вт	27	♒		
Ср	28	♓		
Чт	29	♓		
Пт	30	♈	☽	
Сб	31	♈		

♑ — Козерог, ♒ — Водолей, ♓ — Рыбы, ● — новолуние
☽ — 2-я четверть, ○ — полнолуние, ☾ — 4-я четверть

Для заметок

Для заметок

Издание для досуга

ЛУННЫЕ КАЛЕНДАРИ
ОТ ИЗВЕСТНЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ

И. Паунггер, Т. Поппе

**ЛУННАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ
В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ**

Календарь до 2022 г.

Директор редакции прикладной литературы
Е. Капьёв
Ответственный редактор *А. Серов*
Художественный редактор *В. Терещенко*
Технический редактор *О. Куликова*
Компьютерная верстка *В. Фирстов*
Корректор *Т. Романова*

ООО «Издательство «Эксмо»
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21.
Home page: **www.eksmo.ru** E-mail: **info@eksmo.ru**

Подписано в печать 25.05.2012.
Формат 84×108 1/32. Гарнитура «KorinnaCTT».
Печать офсетная. Усл. печ. л. 21,84.
Тираж 4000 экз. Заказ № 4043

Отпечатано с готовых файлов заказчика
в ОАО «Первая Образцовая типография»,
филиал «УЛЬЯНОВСКИЙ ДОМ ПЕЧАТИ»
432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14

ISBN 978-5-699-53157-8

9 785699 531578 >

Оптовая торговля книгами «Эксмо»:
ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: **reception@eksmo-sale.ru**

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми покупателями *обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»*
E-mail: **international@eksmo-sale.ru**

International Sales: *International wholesale customers should contact Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.*
international@eksmo-sale.ru

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном оформлении,
обращаться по тел. 411-68-59, доб. 2299, 2205, 2239, 1251.
E-mail: **vipzakaz@eksmo.ru**

Оптовая торговля бумажно-беловыми и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:
Компания «Канц-Эксмо»: 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2,
Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87 (многоканальный).
e-mail: **kanc@eksmo-sale.ru**, сайт: **www.kanc-eksmo.ru**

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:
В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е.
Тел. (812) 365-46-03/04.
В Нижнем Новгороде: ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3.
Тел. (8312) 72-36-70.
В Казани: Филиал ООО «РДЦ-Самара», ул. Фрезерная, д. 5.
Тел. (843) 570-40-45/46.
В Ростове-на-Дону: ООО «РДЦ-Ростов», пр. Стачки, д. 243А.
Тел. (863) 220-19-34.
В Самаре: ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е».
Тел. (846) 269-66-70.
В Екатеринбурге: ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а.
Тел. +7 (343) 272-72-01/02/03/04/05/06/07/08.
В Новосибирске: ООО «РДЦ-Новосибирск», Комбинатский пер., д. 3.
Тел. +7 (383) 289-91-42. E-mail: **eksmo-nsk@yandex.ru**
В Киеве: ООО «РДЦ Эксмо-Украина», Московский пр-т, д. 6.
Тел./факс: (044) 498-15-70/71.
В Донецке: ул. Артема, д. 160. Тел. +38 (062) 381-81-05.
В Харькове: ул. Гвардейцев Железнодорожников, д. 8. Тел. +38 (057) 724-11-56.
Во Львове: ул. Бузкова, д. 2. Тел. +38 (032) 245-01-71.
Интернет-магазин: www.knigka.ua. Тел. +38 (044) 228-78-24.
В Казахстане: ТОО «РДЦ-Алматы», ул. Домбровского, д. 3а.
Тел./факс (727) 251-59-90/91. RDC-Almaty@eksmo.kz

Полный ассортимент продукции издательства «Эксмо»
можно приобрести в магазинах «Новый книжный» и «Читай-город».
Телефон единой справочной: 8 (800) 444-8-444.
Звонок по России бесплатный.

В Санкт-Петербурге в сети магазинов «Буквоед»:
«Парк культуры и чтения», Невский пр-т, д. 46. Тел. (812) 601-0-601
www.bookvoed.ru

По вопросам размещения рекламы в книгах издательства «Эксмо» обращаться в рекламный отдел. Тел. 411-68-74.

Новая книга от авторов бестселлера «Все в нужный момент» и других популярных книг, посвященных влиянию Луны на человека и его повседневную жизнь. Книгами Иоганны и Томаса пользуются миллионы людей по всему миру, а в Германии и Австрии они любимы и признаны почти в каждом доме. Искусство жить в гармонии с Луной и природными ритмами авторы получили от своих предков, в частности от деда Иоганны, а затем усовершенствовали благодаря многолетним научным наблюдениям, исследованиям и анализу десятков тысяч писем читателей.

В этой книге максимально доходчиво, в виде вопросов и ответов, изложены все необходимые сведения о практическом ежедневном использовании лунных и природных ритмов.

- Когда наилучшее время для лечения зубов и проведения операций?
- Может ли Луна помочь вам похудеть?
- Когда следует начинать новые дела?
- Как новолуния и полнолуния влияют на здоровье?

А также подробные ответы на 250 наиболее часто задаваемых вопросов о влиянии Луны на повседневную жизнь: здоровье, личную гигиену, домашний быт и сад. Новая энциклопедия будет полезна всем – от новичков до знатоков – и вместе с лунным календарем до 2022 года станет вашим незаменимым справочником на долгие годы.

Все, что вы хотели спросить о влиянии Луны на здоровье, дом и сад

ISBN 978-5-699-53157-8
9 785699 531578 >

ЭКСМО