Összhangban a Hold ritmusával

1. rész

Kapócs Anikó

A Holdfázisok – az Újhold, az Első negyed, Telihold és az Utolsó negyed – periodikus váltakozásából keletkezett a Holdhónap, mely őseinknek egyik legfontosabb időszámító eszköze volt.

Az ember évezredeken át harmóniában élt együtt a természet sokféle ritmusával. A természeti jelenségek, melyek rendszeresen ismétlődnek – nappalok és éjszakák váltakozása, a Holdfázis változásai, az évszakok változása -, határozzák meg a napot, a hónapot és az évet, az idő mérésének fő egységeit.

A Föld és a Hold egymáshoz viszonyított pályájának helyzete folyamatosan változtatja a gravitációs térerőt, ezzel jelentős befolyást gyakorol életünkre, egészségünkre. A természet számos jelensége - apály és dagály, időjárási jelenségek, születések, nők ciklusa, állatok magatartása, stb. -, kapcsolatban van a Hold járásával.

A Holdhónap 29,5 napból áll, 4 fázisa adja a teljes ciklust, mely áthalad a 12 állatövi jegyen. Így egyben a Hold két-két és fél napot időz, így aktiválja az egyes elemeket, mely erőknek a növényekre, állatokra, és emberekre gyakorolt hatása felismerhető, érezhető a mindennapokban. Különösen a testre és az egészségre, valamint a mezőgazdasági és kertészeti tevékenységekre gyakorolt hatása vált ismertté és bizonyítottá a tudomány számára.

A Hold, a test és az egészség kölcsönhatása

Hippokratész (i.e. 460 – 370.) a minden orvosok mesterora, már tudott a Hold-erőről, és tanítványaitit is erre oktatta: „Aki az orvostudományt anélküliműveli, hogy figyelembe venné a csillagok mozgásának hasznát, az bolond".

Így fogalmazott naplójában: **„Ne érintsd vassal a testnek azt a részét, amelyet az a jegy irányít, amin a Hold éppen áthalad."**

Az asztrológia csillagjegyei szerint vannak kedvezőtlen időszakok egy-egy sebészeti beavatkozás szempontjából, attól függően a Hold melyik jegyen halad át. E napokon a műtéteket, ha lehet mellőzni kell, kivéve a sürgős eseteket. Kerülendők továbbá a Holdtöltéhez közel álló napok, a vérzékenység veszélye miatt. Legalkalmasabb napok a Fogyó Hold idejére tehetők.

Alapelv az, hogy minden zodiákus jegyhez tartozó testrész és szerv kezelése és gyógyítása jóval hatékonyabb azokon a napokon, melyet a Hold urai.

A zodiákusok és az általuk uralt testrészek, szervek:

Kos: fej - agy, szem, arcüreg, fogak.

Bika: nyaki területek - gége, torok, hangszálak, fogak, állkapocs, tarkó, mandula, pajzsmirigy, fül.

Ikrek: tüdő, felső végtagok, gége, a vállöv csontjai és az idegrendszer.

Rák: gyomor, nyelőcső, mellkas, tüdő, hasnyálmirigy, anyamell, mell, máj, epe, lép, nyombél, rekeszizom, hátcsigolyák.

Oroszlán: szív, szem, hátgerinc, rekeszizom, vérkeringés, ütőerek, nagyagy.

Szűz: hasi területek - emésztőszervek, idegek, lép, hasnyálmirigy.

Mérleg: kiválasztó szervrendszer (vese, hólyag), női nemi szervek, lumbális csigolyák, keresztcsont, csípő és a bőr.

Skorpió: ivar, vastagbél és végbél, valamint húgy- és ivarszervek, férfi nemi szervek.

Nyilas: csípőízület, comb, farkscsigolyák, visszerek.

Bak: az összes ízület, különösen a térdízület, csontok, bőr, fogak, szőrzet, körüm.

Vízöntő: Látszás- és bokaízület, visszerek, idegrendszer.

Halak: lábfej, boka, sarok, nyirokrendszer, kötőszövetek.

A 4 táplálékminőség

A Hold állatövben való állásának jelentős befolyása van a táplálkozásra és az emésztésre is. A táplálékul szolgáló növény és a test harmonikus összetétele ez, mely két – két és fél napos időközökben változó impulzusokat jelez táplálékunk és testünk táplálékfelvevő képessége szempontjából. Növő Hold idején jelentősebb a tápanyagok beépülése.

... Aki eszerint éli a mindennapjait, az Univerzum ritmusával összhangban cselekszik

A táplálék és a Hold az adott állatövben:

Kos, Oroszlán, Nyilas: A legjobban felszívódó tápanyag a fehérje, fogyasztása rendkívüli hatással van a szervezet számára, különösen a fizikai testre és az érzékszervekre. Fogyasztásra ajánlott növényrész: a termés.

Bika, Szűz, Bak: Az ásványi sók beépülése sokkal hatékonyabb, melyek a vér táplálása szempontjából kedvezőek. Fogyasztásra ajánlott növényrész: a gyökér. Magas vérnyomás esetén kerülje a túlzott sófogyasztást.

Ikrek, Mérleg, Vízöntő: Az e napokon felszívódó zsírok, olajok a mirigyrendszert erősítik.

Fogyasztásra ajánlott növényrész: a virág.

Rák, Skorpió, Halak: Az idegrendszert jótékonyan befolyásoló szénhidrátok beépülése ekkor a legkedvezőbb. Fogyasztásra ajánlott növényrész: a level. Túlsúlyos emberek kerüljék ezeken a napokon a magas szénhidrát tartalmú „lisztes" ételeket.

A Holdfázisok hatásai

Minden időnek, évszaknak, holdfázisnak, órának saját ereje van. Ha az Újhold, Növő Hold, Telihold és Fogyó Hold időszakaival összhangba kerülünk, akkor kézérzetünk érezhetően javul, energiánkat pedig megsokszorozhatjuk, kiegyensúlyozottabbak és egészségesebbek lehetünk.

Az **Újholdnak** tisztító és testet – lelket gyógyító ereje van. Ezen a napon elkezdett böjtnek van a legerősebb hatása, a szervezet méregtelenítő folyamatában. Könnyebben szabadulhatunk meg káros szenvedélyektől, és sikeresebben kezdhetünk el egy új, egészségesebb életformát.

A **Növő Hold** gyarapítja a testi – lelki – szellemi kiteljesedést (minden kétszeresen hat). A folyamatok kívülről befelé hatnak, a befogadás, begyűjtés, felhalmozás optimális időszaka. Szervezetünk hatékonyabban és gyorsabban hasznosítja a felvett anyagokat (ásványi anyagok, vitaminok, szénhidrátok, zsírok, fehérjék). Fogyókúra és a tisztítókúra ilyenkor nem ajánlott!

A **Telihold** beteljesít, mint a legférnyesebb éjszaka a felismeréseinket, döntéseinket segíti elő. Az energiák szabadon áramlanak kifelé, fokozottan érzékenyek vagyunk ekkor.

A **Fogyó hold** a tisztulás ideje Az energiafolyamatok belülről kifelé hatnak, vagyis a kiengedés, méregtelenítés optimális időszaka, ezért alkalmas a fogyókúrák kezdésére, tisztító kúrák végzésére.

Hétköznapi tevékenységek

A Hold életünk része, mely szüntelen körforgásával fizikai és érzelmi hatást gyakorol ránk, erősen befolyásolja döntéseinket, erősíti, vagy éppen fékezi mindennapi tevékenységeink lendületét. A Hold hatását tégóta figyelemmel kísérték, az ebből levont következtetéseket feljegyezték, és az így megszerzett tudást és tapasztalatot használták a hétköznapokban is. Aki eszerint éli a mindennapjait, az Univerzum ritmusával összhangban cselekszik

KOS

Kedvező: mindenre, amit gyorsan akarunk elintézni. Tűzzel, fegyverekkel, szerszámokkal kapcsolatos ügyek intézésére. Sportolásra.

Kedvezőtlen: vitás esetek megbeszélésére, pénzügyek intézésére, tartós, vagy hosszú távú szerződések megkötésére. Kedvezőtlen mindenre, amit lassan, precízen kell végezni.

BIKA

Kedvező: kertészkedésre, földmunkákra, háziállatokkal, ház körüli tevékenységekkel kapcsolatos foglalkozásra. Vásárlásra, pénzügyekre, nőkkel kapcsolatos ügyek intézésére, kirándulásokra. Enkivonásra, lánykérésre.

Kedvezőtlen: minden olyan ügyre, amely gyorsaságot igényel, amelyből hiányzik az alaposság. Levelezésre, fém eszközökkel való foglalatossága. Vizsgázásra.

IKREK

Kedvező: ügyintézésekre, tárgyalások lebonyolítására, tanulmányok, levelek megírására, tanításra, tanulásra, tudományos munkákra, utazásra, közlekedésre, autóvásárlásra, repülésre, kapcsolatteremtésre.

Kedvezőtlen: alkalmazottakkal megbeszélésekre, ingatlanügyek intézésére, földműves tevékenységre, házasság kötésre, nagy koncentrációt igénylő feladatok elvégzésére, huzamosabb ideig tartó feladatok elvállalására.

RÁK

Kedvező: minden otthoni feladat, különösen a vízzel kapcsolatos tevékenységek elvégzésére (pl.: nagymosás, radieszteziai vízkeresés, stb.), családi összejövetelekre.

Kedvezőtlen: olyan ügyekre, amik állandósulást igényelnek, ugyanis a Rák a gyors változásokat szimbolizálja. A régi otthon elhagyására és az új otthon kialakítására. Érzelmi kapcsolat felbontására.

OROSZLÁN

Kedvező: nagy kreativitást igénylő tevékenységek végzésére, szórakozásra, kapcsolatteremtésre. Vásárlásra, sportolásra, állatokkal kapcsolatos tevékenységre.

Kedvezőtlen: költözésre, átépítésre.

SZŰZ

Kedvező: minden olyan feladatra, ami pontosságot és rendszerességet igényel. Háztartási munkákra, tanulásra, egyéb szellemi munkákra, kereskedelmi és pénzügyekre. Egészségügyi vizsgálatra.

Kedvezőtlen: házasságkötésre, ingatlanforgalomra, művészi és kulturális feladatok elvégzésére, spirituális tevékenységre.

MÉRLEG

Kedvező: házasságkötésre, szerelemre, új lakásba költözésre. Olyan dologra, amelyet gyorsan akarunk elintézni. Kibékülésre.

Kedvezőtlen: szakításra, hosszan tartó ügyek elkezdésére. Műszaki tevékenységre, és fémmel kapcsolatos munkára.

SKORPIÓ

Kedvező: Tűzzel, vassal kapcsolatos tevékenységre, műszaki munkára, gyógyszerek gyártására (homeopátia), gyógynövénygyűjtésre.

Kedvezőtlen: Általában skorpió jegyben semmit nem jó elkezdeni.

NYILAS

Kedvező: általában minden új dologra kedvező. Külföldi utazásra, házasságkötésre, új vállalkozások beindítására, költözködésre, peres ügyekre, vállással kapcsolatos tevékenységre.

Kedvezőtlen: hosszan tartó ügyek intézésére, alaposságot igénylő kétkezi munkára.

BAK

Kedvező: minden földdel kapcsolatos tevékenység végzésére, házépítésre, ingatlanforgalomra.

Kedvezőtlen: általában a kapcsolatokra, különös tekintettel a szerelemre, házasságra, barátságra. Pénzügyekre. Lelki problémák megvitatására.

VÍZÖNTŐ

Kedvező: mindenre, amit tartósnak szeretnénk, kapcsolatok építésére, közlekedésre, repülésre.

Kedvezőtlen: gyorsan elintézendő feladatok elvégzésére..

HALAK

Kedvező: vízzel kapcsolatos foglalkozásokra, háztartási feladatok végzésére, lelki problémák megbeszélésére, meditációra, spirituális tevékenységre.

Kedvezőtlen: új dolgok kezdeményezésére, pénzügyekre.

Összhangban a Hold ritmusával II.

Kapócs Anikó

Az ember évezredeken át harmóniában élt együtt a természet sokféle ritmusával. A természeti jelenségek, melyek rendszeresen ismétlődnek – nappalok és éjszakák váltakozása, a Holdfázis változásai, az évszakok változása -, határozzák meg a napot, a hónapot és az évet, az idő mérésének fő egységeit. A Holdfázisok – az Újhold, az első negyed, Telihold és az utolsó negyed – periodikus váltakozásából keletkezett a holdhónap, mely őseinknek egyik legfontosabb időszámító eszköze volt.

„Holdvilág" a kertben

A növények és a talaj, ugyanúgy, mint mi, belélegeznek (dagály) és kilélegeznek (apály). Ez a már ismert növekvő Hold – belégzés -, és fogyó Hold – kilégzés – Hold ritmusa.

A ***növekvő Hold*** a növények és az emberek számára egyaránt növekvő energiát jelent, mindent jobban visszatartanak. A növényekben lévő nedvek felfelé áramlanak, megerősödik a levél-, virág- és termésképződés. Ezek a napok alkalmasak *ültetésre, vetésre, szemezésre, oltásra.*

Fogyó Hold idején a növények nedvei lehúzódnak a gyökerek felé, fokozódik a gyökérképződés. Ekkor a legkedvezőbb a *föld alatt növekvő zöldségfélék ültetése és vetése, a metszés, locsolás, trágyázás.*

Az Állatok minden egyes jegyre a négy elem valamelyikéhez kapcsolódik, és minden elem hatással van a növény valamely részére.

Kos: termésnapok

Nagyon kedvező:
- terméshozó növények vetése, gyűjtése, vetni és ültetni minden olyasmit, aminek gyorsan kell nőnie, és azonnali felhasználásra való,
- gyümölcsfákat nemesíteni (növő Holdnál, október, november),
- gabonát aratni és elraktározni.

Kedvező:
- gyümölcsöt ültetni és vetni,
- gabonát vetni (növő Holdnál),
- gabonát, zöldséget és gyümölcsöt trágyázni (feltétlenül növő vagy Teliholdnál, áprilistól szeptemberig),
- gyümölcsfákat és bokrokat metszeni (fogyó Holdnál).

Bika: gyökérnapok

Nagyon kedvező:
- fákat, bokrokat, cserjéket és gyökérzöldségeket vetni, illetve ültetni - minden lassan nő, tartós lesz, a betakarított termés különösen alkalmas az elraktározásra.

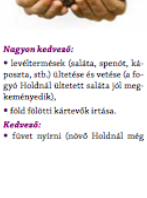
Kedvező:
- trágya- vagy komposztdombot rakni (fogyó Holdnál, májustól októberig),
- olyan kártevőket irtani, amelyek a földben fordulnak elő,
- gyökér termések konzerválása és elvermelése, pl.: burgonya, sárgarépa stb.

Ikrek: virágnapok

Nagyon kedvező:
- mindenféle futónövényt vetni, ültetni és palántázni.

Kedvező:
- virágokat ültetni és vetni,
- kártevőket irtani,
- olyan virágok időközi trágyázása, amelyek már nem akarnak rendesen virágozni.

Rák: levélnapok



Nagyon kedvező:
- levélterméseik (saláta, spenót, káposzta, stb.) ültetése és vetése (a fogyó Holdnál ültetett saláta jól megkeményedik),
- föld fölötti kártevők irtása.

Kedvező:
- füvet nyírni (növő Holdnál még jobb),
- szoba- és erkélynövényeket öntözni,
- virágokat trágyázni.

Kedvezőtlen:
- olyan növényeket ültetni és vetni, amelyeknek magasra kell nőniük,
- gyümölcsfákat és bokrokat metszeni,
- vermelni, raktározni.

Oroszlán: terménapok

Az Oroszlán a „legtüzesebb", legnagyobb kiszáríto hatású jegy az egész állatövben.

Nagyon kedvező:
- szüreszítő gyógynövények gyűjtése,
- gyümölcsfák és bokrok metszése (fogyó Holdnál, a téli metszésre megfelelő napok),
- a legjobb nap a gabonavetésre (növekedő Holdnál) nedves szántóföldeken.

Kedvező:
- füvet vetni (növő Holdnál),
- ültetni és vetni, de csak kis vízigényű növényeket,
- fákat és bokrokat ültetni,
- gyümölcsfákat nemesíteni (növő Holdnál, tavasszal).

Kedvezőtlen:
- műtrágyát használni.

Szűz: gyökérnapok

A legjobb napok szinte minden kerti, mezei és erdei munkára, aminek köze van az ültetéshez, az átültetéshez, a vetéshez és a palántázáshoz.

Nagyon kedvező:
- minden ültetési, palántázási és vetési munka, a föld mindent jól megnövesztet,
- fák bokrok és cserjék ültetése, amelyeknek gyorsan kell nőni,
- öreg fák átültetése (tavasz vagy ősz),
- gyep vetése (növő Holdnál),
- dugványozás (muskátli; növő Holdnál, összel fogyó Holdnál).

Kedvező:
- gabona, zöldség és gyümölcs trágyázása tavasszal (feltétlenül fogyó Holdkor vagy Teliholdkor!),
- földfeletti kártevők irtása.

Kedvezőtlen:
- kapálni és gyomlálni (a gyom gyorsan nagyra nő),
- salátát ültetni.

Bak: gyökérnapok

Nagyon kedvező:
- gazt gyomlálni (fogyó Holdnál).

Kedvező:
- gyökér és téli növények ültetése, vetése és palántázása,
- trágya- vagy komposztdomb rakása (fogyó Holdnál),
- földben előforduló kártevők irtása,
- gyökértermések konzerválása és elvermelése.

Vízöntő: virágnapok

Terméketlen jegy, minden kerti munkára alkalmatlan nap.

Kedvezőtlen:
- palántázni, mert az átültetett növények nem eresztenek gyökeret és kidőlnek.

Halak: levélnapok
- Minden ezen a napon leszedett növényt ajánlatos azonnal felhasználni.

Kedvező:
- levélterméseik ültetése és vetése,
- fűnyírás,
- burgonyaültetés fogyó Holdnál (különösen jó, ha a halak a Telihold utáni harmadik napra esik).

Kedvezőtlen:
- gyümölcsfák és bokrok metszése (növő Holdnál, főleg tavasszal),
- konzerválás, vermelés és raktározás.

Gyógynövények gyűjtése

Figyelembe kell venni a megfelelő nap és napszak kiválasztását a növényrészek begyűjtésekor.

Gyökér:
- Újhold, Telihold vagy fogyó Holdnál;
- tavasszal, ősszel;
- napkelte előtt vagy után;
- amikor a Hold a Bika, Szűz vagy Bak jegyben jár.

Virág:
- Telihold vagy növő Holdnál;
- napsütéses napon, közel a déli időhöz;
- az elvirágzás előtt, teljesen kinyílt állapotban;
- amikor a Hold az Ikrek, Mérleg vagy Vízöntő jegyben jár.

Level:
- növő Holdnál - kivétel a csalán, melyet kizárólag fogyó Holdnál érdemes gyűjteni és fogyasztani,
- harmatmentes fiatal növényrészeket;
- amikor a Hold a Rák, Skorpió vagy Hal jegyben jár.

Termés, mag:
- azonnali felhasználás esetén lehet növő Holdnál, de hosszabb idejű tároláskor csak fogyó Holdnál szabad leszedni;
- kerülendő a déli hőség;
- amikor a Hold a kos, Oroszlán vagy Nyilas jegyben jár.

Egyes betegségek, testrészek kezelésére, gyógyítására a megfelelő napokon leszedett gyógynövénynek hatása megsokszorozódik. Így ha tehetjük, a Hold járásához igazodva gyűjtsünk magunknak ezekből a növényekből.

Kos napok: fejfájásra és szembántalmakra.

Bika napok: torokfájásra és fülpanaszokra.

Ikrek napok: vállövi feszültség oldására és tüdőproblémákra, inhalálásához.

Rák napok: légcsőhurut (bronchitis), gyomor-, máj- és epebántalmakra.

Oroszlán napok: szív- és keringési panaszokra.

Szűz napok: emésztőrendszerre, a hasnyálmirigyre és az idegbántalmakra.

Mérleg napok: csípő panaszokra, bőr problémákra, vese- és hólyagbetegségekre.

Skorpió napok: nemi szervekre, a kiválasztó (vese) és emésztési (vastagbél) rendszer betegségeire. Ez a nap igen kedvező minden gyógynövény gyűjtésére.

Nyilas napok: visszérproblémákra, csípő ízület, comb fájdalmakra.

Bak napok: csont- és ízületi panaszokra (térd), bőrbetegségekre.

Vízöntő napok: visszér problémákra (lábszár, boka).

Halak napok: lábpanaszok esetén nyújtanak segítséget.