



Лунное
планирование

для

Женщин

#жк_СчастливаяЯ

Онлайн курс Полины
Федотенковой по
планированию и
достижению целей по-
женски,
с учётом лунных
циклов и влияния
планет

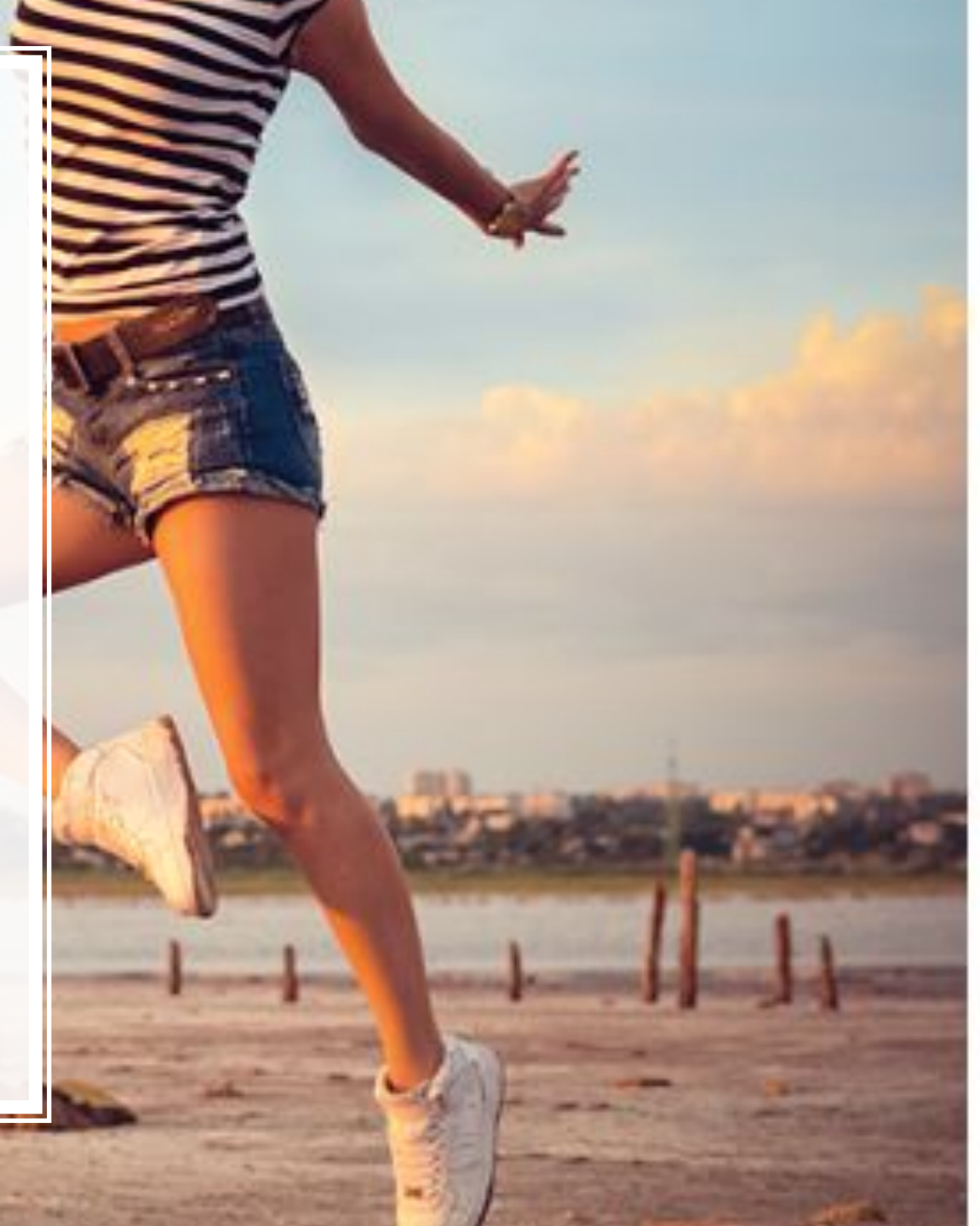
ЧТО БУДЕТ СЕГОДНЯ:

-
- Основы лунного планирования
 - Особенности Новолуния сентябрь - 2017
 - Полезные привычки месяца
 - Полезные привычки месяца для вашего **дома**
 - Аскезы месяца
 - Мантры месяца
 - Чек-листы месяца и как с ними работать
 - П л а н и р о в а н и е месяца по 12 домам гороскопа



Есть множество способов прийти к истинной себе и стать более счастливой!

Лунное планирование – это **один из** эффективных инструментов достижения своих целей легко и без надрыва, в согласии с ритмами природы и при поддержке самой Вселенной.

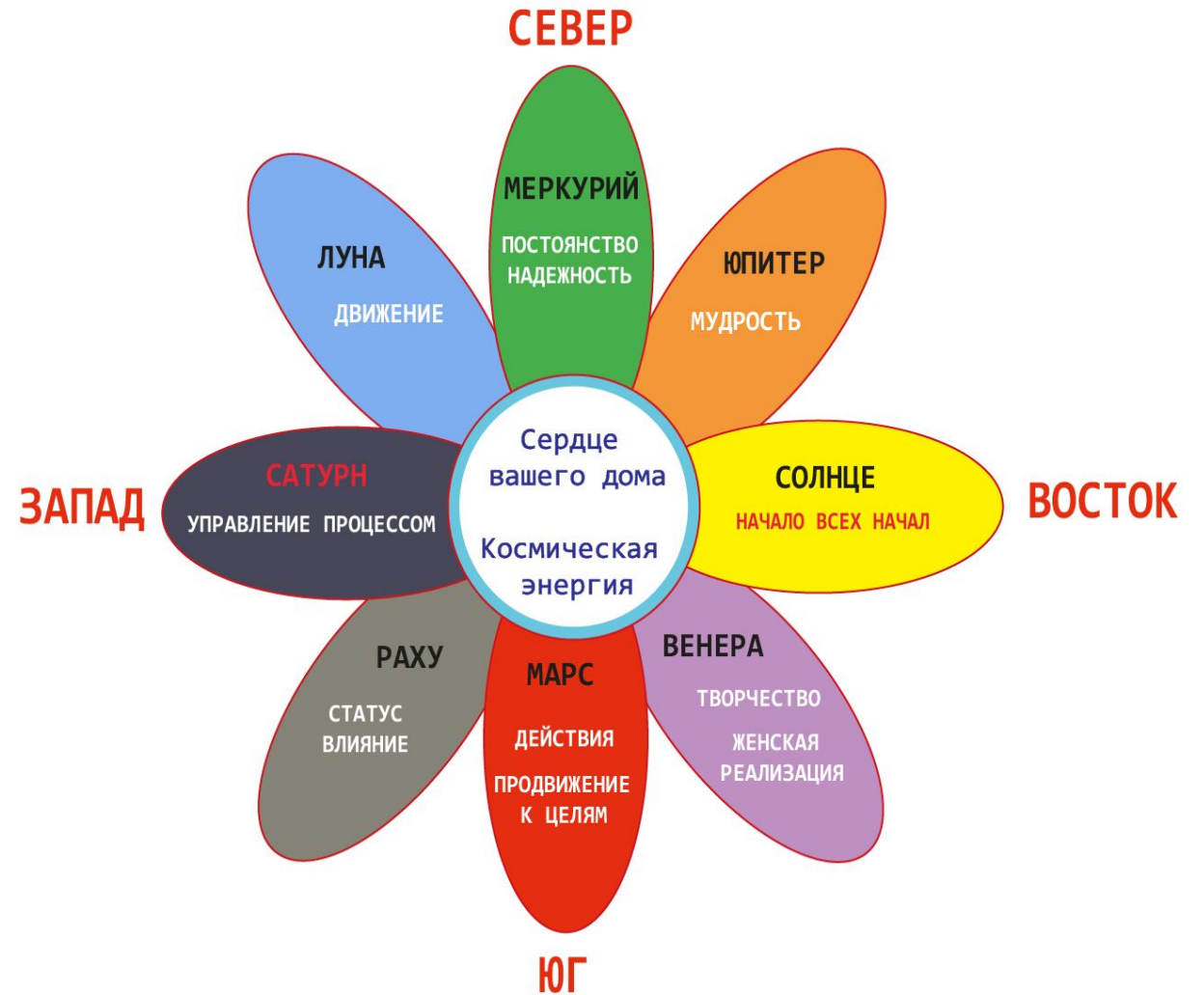


ПЛАНЕТЫ и ВАСТУ

Васту – наука о домах. В доме проходит большая часть нашей жизни и создав гармонию в своем доме мы можем улучшить все сферы своей жизни.

Все мы ходим по Земле и на всех нас и на наш дом влияют планеты.

Васту рассматривает взаимосвязь планет Солнечной системы и УРОВНЯ ЭНЕРГИИ внутри любого жилища и помогает **сделать влияние планет на человека позитивным через пространство дома**, чтобы в жизни стало меньше препятствий, а больше счастья, здоровья, любви, гармонии.



ЛУНА и ЛУННЫЕ РИТМЫ

Луна - самое близкое к нам небесное тело. Она, после Солнца, наиболее сильно воздействует на все живое.

Лунные ритмы чрезвычайно важны для живого организма, все живое на земле живет в Лунном ритме.

Женское планирование построено на ритмах Лунных фаз.



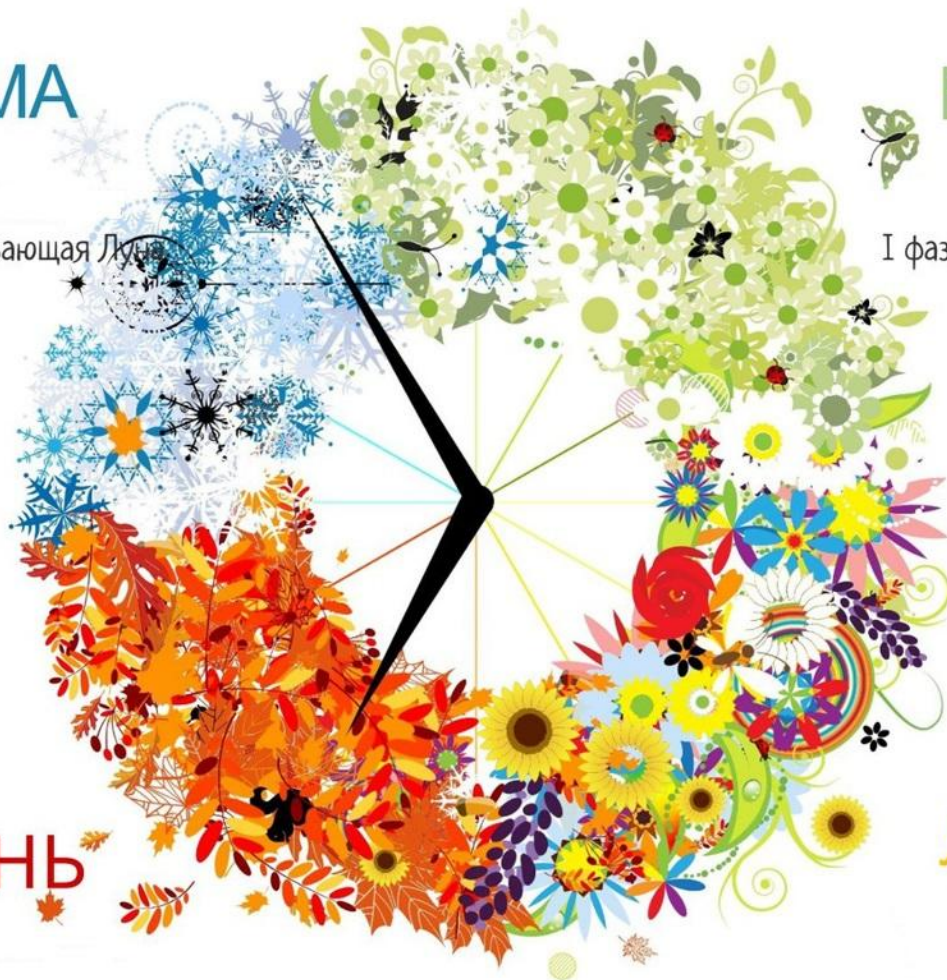
Новолуние

ЗИМА

ВЕСНА

IV фаза: убывающая Луна

I фаза: растущая Луна



ОСЕНЬ

ЛЕТО

III фаза: убывающая Луна

Полнолуние

II фаза: растущая Луна

Новолуние

ЗИМА

ВЕСНА

IV фаза: убывающая Луна

I фаза: растущая Луна

ОСЕНЬ

ЛЕТО

III фаза: убывающая Луна

II фаза: растущая Луна

Полнолуние

5 октября

С 13 по 19 октября

- ✓ Подводим итоги
- ✓ Благодарим и завершаем все начатые дела
- ✓ Очищаем себя и свой дом

С 6 по 12 октября

- ✓ Собираем первые плоды
- ✓ Продолжаем начатое
- ✓ Исправляем недочеты

С 20 по 26 сентября

- ✓ Планирование задач
- ✓ Генерация идей
- ✓ Начало дел
- ✓ Выработка полезных привычек

С 27 сентября по 4 октября

- ✓ Реализация запланированного
- ✓ Активные действия
- ✓ Свадьбы, переезды, крупные покупки

- ✓ Сильное волшебное женское время
- ✓ Лунные практики для счастья и изобилия

НОВОЛУНИЕ

- ✓ закладываем «фундамент» на весь предстоящий месяц
- ✓ Засеиваем «семена» своих желаний

ПОЛНОЛУНИЕ

- ✓ Сильное волшебное женское время, эмоциональный подъём
- ✓ Лунные практики для счастья и изобилия



Новолуние

Астрологически Новолуние наступает в тот момент, когда Солнце и Луна образуют аспект соединения в одном из знаков Зодиака.

Так было угодно природе, что **каждое новолуние каждый раз начинается в новом зодиакальном доме.**

Знаки сменяют друг друга в порядке следования их в Зодиаке - если предыдущее новолуние было в знаке Льва, то следующее наступит, когда Луна будет находиться в знаке Девы.



Особенности

Нового лунного месяца

Весь предстоящий лунный месяц пройдет в знаке Девы. Если прошлый месяц (Лев) был в энергиях праздника, отдыха, творчества и романтической любви.

То этот месяц благоприятен для **очищения** своего пространства жизни и ума от всего ненужного и старого и планирования на этом месте **новых перспектив**.

Месяц в Деве несет энергию осмотрительности, практичности, желание просчитывать все свои действия, педантизма в делах и жизни.

Направляем свое внимание к:

- ✓ Диагностике своего здоровья
- ✓ Внимательному отношению к деньгам
- ✓ Следить за своей речью, избегать чрезмерных обещаний и пустых разговоров
- ✓ Рутинным и кропотливым делам, разложить всё по полочкам. В голове и жизни.



Особенности

Нового лунного месяца

Знаком Девы управляет Меркурий – главная «денежная» планета, поэтому особое внимание уделяем деньгам и как мы с ними взаимодействуем.

Меркурий отражает разум человека, рациональные, организаторские способности, интеллект, контакты, связи, коммуникабельность. Меркурий - это планета интереса. Отвечает за речь и письмо.

Уделяем внимание **Северному сектору дома**, который находится под управлением Меркурия.



Полезные привычки м е с я ц а



- Важно заняться **диагностикой** своего здоровья, техники, автомобиля и ввести 1 полезную привычку для здоровья.
- Совершать обдуманные и практичные покупки: эко-продукты, натуральная косметика и постельное белье и т.п.
- Осознанная организация своей повседневности: как вы просыпаетесь, как засыпаете, как и что вы едите. *Книга «Магия утра»
- Осознанное отношение к деньгам: распределить свои доходы, посчитать реальные расходы и выделить главное в своих тратах. Ежедневно вести «Мой денежный дневник»

Полезные привычки месяца для вашего Дома

- Гармонизируем Северный сектор дома: расхламляем, наводим порядок, облегчаем, добавляем зеленый цвет, первоэлемент «Вода» и «усилители». «Усилители» для Севера вешаем в среду: **картины** с изображением зеленой тропической листвы, бамбук в воде, зеленый горошек, окно с видом на спокойную воду; **растения** не цветущие: мята, драцена, монстера, якуба японская, традесканция; **янтра** Меркурия; **зеркало**; копилка или **сейф**
- Освободить «главную точку напряжения» в доме – Брахмабинду (центр вашей квартиры)
- Навести порядок в документах, аптечке и целебных травах. Начать хранить в



Аскезы (главные практики) месяца

- Следить за своей речью: не обманывать, не сплетничать, не критиковать.
- Разгрузочный день по средам
- Вести «Денежный дневник» в течение 21 дня без перерыва!



Мантры месяца

м е с я ц а

- Мантра Сарасвати, которая очищает ментальную сферу от «мусора». Для улучшения концентрации внимания, гармонизации работы интеллекта, для удачного начала нового учебного года.

<https://www.youtube.com/watch?v=QNXpalxX7VQ>

- Если предстоят важные встречи — прослушайте мантры, посвященные Вишну

<https://www.youtube.com/watch?v=eCNrTEkuAuQ>

- Для гармонизации коммерческой деятельности — прослушайте мантру, посвященную Вишну (форма Винкатешвара)

<https://www.youtube.com/watch?v=Cy6RetDoaLw>

- Для гармонизации здоровья и снижения фактора стресса (мантра гармонизируют работу нервной системы)



Первая неделя – закладываем фундамент



ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
Луна Белый	Марс Красный	Меркурий Зелёный	Юпитер Желтый	Венера Розовый	Сатурн Синий	Солнце Оранжевый
	29 лунные сутки	1 лунные сутки	2 лунные сутки	3 лунные сутки	4 лунные сутки	5 лунные сутки
18	19 Очищение дома. Подводим итоги и благодарим.	20 НОВОЛУНИЕ Пишем цели на месяц	21 Денежный ритуал, первые шаги в реализации и планов	22 День активных действий и покупки для себя любимой	23 Пишем планы на неделю, прогулки на природе. Аскеза	24 День насыщения вкусной пищей, начало курса витаминов

ВТОРНИК, 19 сентября, 29 лунные сутки

АКЦЕНТ ДНЯ: сегодня поднимется из глубин подсознания все, на что вы закрывали глаза - нерешенные проблемы, невыполненные обещания, ненависть, гнев, обиды. Проанализируйте события дня - все это развертывание кармы вашего женского рода, как только увидите закономерность и начнете реагировать по-другому – программа развалится. Избегайте конфликтов и выяснений отношений. Подводим итоги месяца.

ВАСТУ-СОВЕТ: ОЧИЩЕНИЕ ПРОСТРАНСТВА. Соберите в пакет 30 ненужных вещей со всей квартиры, начиная от фантиков, старых газет, перегоревших лампочек до надоевшей картины и изношенных туфель. Поблагодарите вещи, за то что послужили вам и отправьте на помойку. Затем протрите пол водой с солью, а затем сами примите душ, добавив в гель горстку соли. Они снимет энергетическую грязь и усталость.

ПРАКТИКА ДНЯ:

НЕЗАВЕРШЕНКИ

Недоделанные дела – это наша разбазаренная энергия, которую необходимо вернуть себе и пустить на достижение целей. Как это сделать?

1. Напишите список недоделанных дел. Все, которые сможете вспомнить за сознательную жизнь. Нереализованные мечты и брошенные на полпути цели.
2. Вычеркните из этого списка те дела, которые уже потеряли свою актуальность и вы не хотите их доделывать.
3. Обведите кружочком те, которыми вы займетесь в этом месяце. Но не более 5.

Перед началом планирования - практика БЛАГОДАРНОСТИ

- вспомните все события, которые произошли с вами за последний лунный месяц
- Не расстраивайтесь, если в воспоминаниях всплывут не очень приятные моменты. Постарайтесь взглянуть на ситуацию спокойно и сделать для себя необходимые выводы.
- Если вам захочется записать свои благодарности прошедшему месяцу – запишите их.



Главная практика Новолуния

НОВОЛУНИЕ - самая правильная ежемесячная природная точка для постановки целей и формирования каркаса предстоящего месяца.

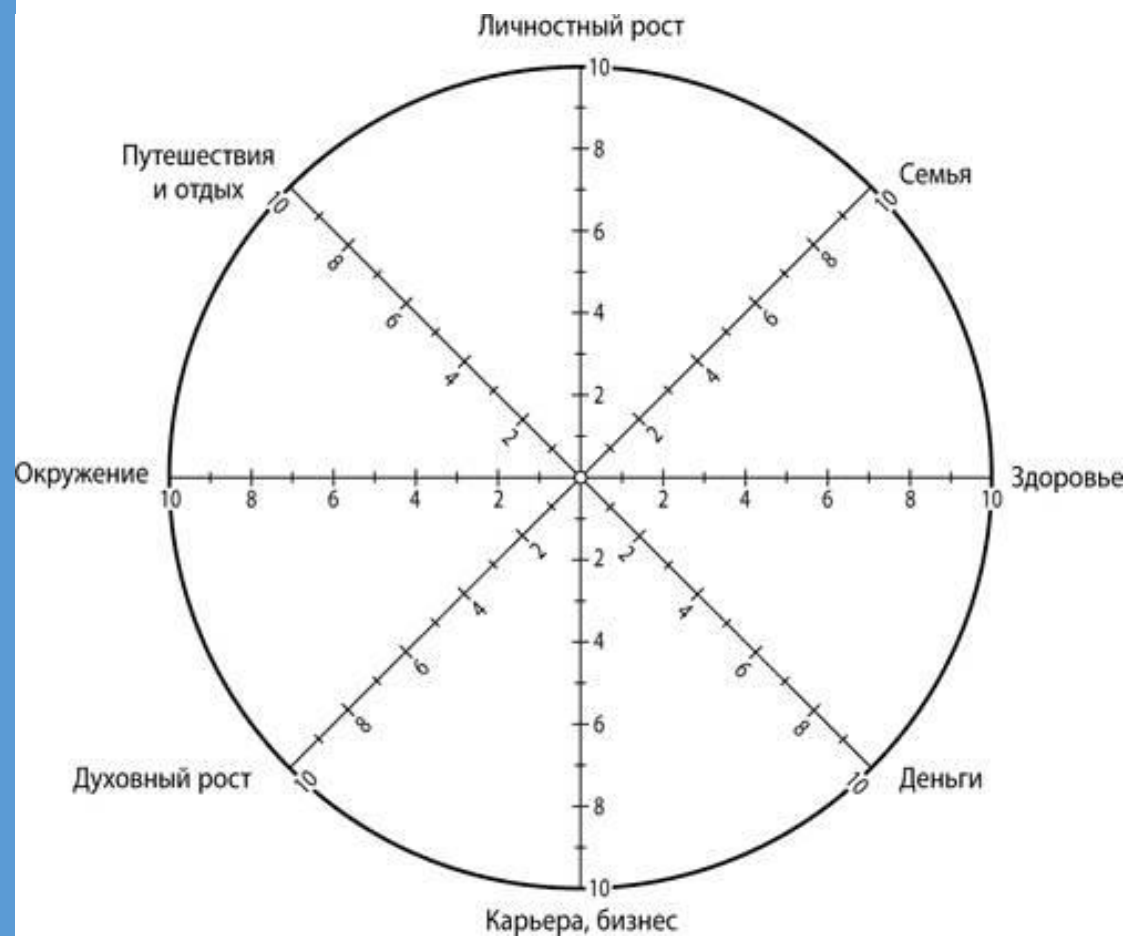
В этот волшебный день месяца важно четко сформулировать свои желания и запрограммировать свое благополучие и процветание на месяц вперед.

Важно думать позитивно, потому что в этот день негативные образы также очень сильно могут отразиться на Вашей жизни.



Диагностика своей жизни. Колесо баланса

- Здоровье, самочувствие, стиль
- Деньги, автомобиль.
- Творчество, курсы
- Дом
- Дети
- Отношения с родителями
- Отношения с мужчинами
- Спорт, режим дня, полезные привычки, питание
- Путешествия
- Карьера, самореализация
- Друзья, единомышленники
- Духовное развитие, благотворительность.



Диагностика своей жизни. Колесо баланса

Уделите особое внимание сферам жизни, которые набрали менее 5 баллов



Приступаем к планированию

Остановите бег мыслей,
выдохните...

Зажгите свечи, включите
приятную музыку, звуки природы,
налейте вкусный напиток и
уединитесь на 1,5 – 2 часа. Это
время только для вас!





Запишите планы

на ближайший месяц в этой области жизни:

1. С 20 сентября по 20 октября Я стройная, жизнерадостная и красивая Женщина-Муза.

2. К 20 октября 2017 года я вылечила у стоматолога все свои зубки, сходила на консультацию к гинекологу, пропила курс витаминов для волос и увидела положительный эффект и тд.

- Настрой. Правильное внутреннее состояние.
- Забота о себе и своем теле: диагностика здоровья, особенно желудочно-кишечного тракта. Массаж, витамины, уход за кожей и волосами.
- Гардероб, стиль

Ваши деньги

- Автомобиль
- Количество денег
- Планируемые приобретения

Запишите планы

на ближайший месяц в этой области жизни:

1. С 20 сентября 2017 года Я получаю более 50 000 рублей из разных источников. Деньги приходят ко мне легко!

2. К 20 октября 2017 года я езжу за рулём своего нового надёжного авто/ я радуюсь своему новому смартфону/ я с удовольствием фотографирую своим новым профессиональным фотоаппаратом и тд.

Творчество

- Мастер-классы
- Домашнее творчество
- Кратковременные курсы, в том числе онлайн

Запишите планы

на ближайший месяц в этой области жизни:

1. К 20 октября 2017 года Я освоила технику декупаж и оформила красивую шкатулку в подарок маме
2. К 20 октября 2017 года Я сходила на 3 занятия по фламенко и стала чувствовать себя более женственной, желанной и раскрепощённой.

Ваш дом

- Гармонизация и обустройство дома по Васту
- Покупки для дома
- Качество отношений в семье
- Памятные даты
- Связь с родом: чувство силы и поддержки рода

Запишите планы

на ближайший месяц в этой области жизни:

1. 20 октября 2017 года я обновила постельное бельё дома К, перестирала все шторы.
2. К 20 октября я сделала Васту-карту своей квартиры и научилась определять где какой сектор у меня находится
3. В октябре 2017 года я организовала семейный обед, где мы с родителями весело и душевно провели время



Ваше партнерство

- Умение жить в позиции «выиграть – выиграть»
- Баланс любви к себе и заботы о других
- Гармония и понимание в партнерских отношениях

Запишите планы

на ближайший месяц в этой области жизни:

1. К 20 октября 2017 года я с удовольствием сходила на 10 свиданий с достойными мужчинами, среди которых был мой будущий муж
2. С 20 сентября 2017 года Я создаю любящие и нежные взаимоотношения со своим мужем. Я горжусь его успехами, вдохновляю и поддерживаю его. И чувствую его заботу и покровительство.

После написания целей продолжите список из 3-6 недоделанных дел:

1. К 20 октября 2017 года я оформила страховой полис, загран.паспорт и тд
2. К 20 октября 2017 года я разобрала все документы дома и в офисе, и выкинула ненужные.

А также допишите аскезы и полезные привычки, которые вы выбрали на этот месяц, если они не дублируются с целями.

