

Как мы хорошо все знаем, существует такое понятие как лунный месяц, продолжительность которого около 29.5 дней (связанного с ее вращением вокруг Земли). Половину этого времени Луна «растет» - ее поверхность становится все более видимой с Земли в ночное время суток (за счет увеличивающейся поверхности освещения Солнцем), а половину «убывает» (Земля все больше «загораживает» солнечные Лучи от попадания на поверхность Луны в ночное время суток).

Изменения фаз роста и убывания Луны влияют на эмоциональное состояние человека. В полнолуние у пациентов с психологическими проблемами часто отмечается эмоциональное напряжение, тревожность, агрессивность, а в новолуние - склонность к депрессии. У здоровых людей похожая зависимость есть, но она менее резко выражена. В новолуние настроение меняется от подавленности до спокойствия, в полнолуние - от эмоционального подъема до тревожности, раздражительности и агрессивности. Естественно, все это зависит от конкретных особенностей характера человека и его положения в обществе, семье и т.д.

Фазы роста и убывания Луны регулируют ритм многих физиологических функций в организме человека.

Самым ярким примером такого месячного цикла является менструальный цикл у женщин. Его период по времени практически полностью совпадает с периодом лунного цикла. Часто начало менструации приходится на фазу полной луны. Лунный свет способен синхронизировать менструальные циклы. Если у женщины цикл нерегулярный, даже искусственная имитация лунного света может помочь в нормализации цикла.

Утверждается, что месячные, начавшиеся при Луне в Скорпионе (знаке ослабленного действия Луны) более обильные и болезненные, чем те, которые начались при Луне, например, в Близнецах, Деве и Весах. Критические дни, наступившие при Луне в Овне, могут сопровождаться резкими болями, повышением температуры и тупыми болями в нижней левой стороне живота. Менструация, начавшаяся в период убывающей Луны, менее болезненна, чем в другие фазы лунного цикла, поскольку сила влияния луны в эту фазу слабее.

Новолуние или нахождение Солнца и Луны в одном знаке зодиака - начало лунного месяца. В два первых и два последних дня лунного месяца Луна почти не видна, она не светит. Эмоционально эти темные дни без Луны проявляются глубокой погруженностью человека в себя, тайными страхами. Подсознание пробуждается и диктует свою волю в мышлении и поведении тем людям, у которых разум (Будхи) с его силой волей может слабо контролировать ум (Манас) с его привязками к органам чувств. Большинству людей в это время необходима психологическая поддержка. Возможно переживание одиночества, пессимизм.

В эти дни действие алкоголя сильнее, чем обычно. Увеличивается риск подхватить дурную болезнь. Ряд астрологов считают, что на новолуние сильнее реагируют мужчины, поскольку в их изначально более солнечной природе (Солнце - показатель мужской энергии), влияние лунной (женской) энергии уменьшается почти до минимума. В это время они напряжены, нервны, агрессивны, сексуально возбудимы.

В полнолуние Луна полностью освещена. Чаще всего именно в этот день рождается идея, отношения становятся ясными, человек получает плоды деятельности. Может произойти какой-то поворот в делах, они принимают новое направление. Человек чувствует эмоциональное напряжение. У психически неуравновешенных и больных людей усиливается беспокойство. В России народная мудрость не рекомендует спать под прямыми лучами полной Луны и ходить с непокрытой головой по улице.

Однако именно в полнолуние Будда достиг просветления. При правильном использовании энергии полнолуния можно добиться объективного отношения к окружающему миру, обрести мудрость и любовь. Полнолуние - время раскрытия всех лунных способностей. Женщины при полной Луне становятся более интуитивными, чувственными и чувствительными. Женская энергия (Луна – показатель женской энергии) при полнолунии становится еще сильнее.

В лунном месяце есть четыре критические точки - это дни точных фаз. Два основных критических дня - это новолуние (расстояние 0 градусов между Солнцем и Луной) и полнолуние (расстояние 180 градусов между Солнцем и Луной). Два промежуточных - это растущая Луна в первой четверти и падающая (в третьей четверти) – 8 и 23 лунные дни. В обоих этих случаях расстояние между Солнцем и Луной составляет 90 градусов.

Четыре критические точки лунного месяца - по статистике часто означают большее количество аварий и катастроф, обострения заболеваний. В эти дни внутренние процессы в человеческом теле и психике нестабильны, и лучше в это время не принимать ответственных решений.

### **Внимание!**

По ведическому календарю, **полнолуние** (максимальная точка роста Луны) наступает на переходе от 15 лунного дня (Пурнима) и 16 лунного дня (Кришна Пратипат). В западной астрологии полнолуние рассматривается в течение 15 дня (посередине этого дня).

Этот момент перехода из стадии роста в стадию убывания очень энергетически чувствительный. Здесь не так благоприятны активные действия во внешнем мире. Лучше духовные практики совершать. Тоже касается и 8 лунного дня (как для возрастающей, так и для убывающей Луны).

Когда происходит **новолуние** – переход от Амавасьи (30 лунного дня) к Шукла Пратипат (1 день возрастающей Луны) – у человека мало ментальных сил. Здесь

также не так благоприятны активные действия во внешнем мире. Лучше совершать духовные практики.

### **Период роста Луны («Шукла» на Санскрите).**

В целом здесь постепенно от 1 до 15 дня возрастает ментальная сила, поскольку Луна показывает ум (Манас) человека и отвечает за рост. Растет Луна, растет и ментальная энергия человека совершать действия.

В период растущей Луны хорошо начинать новые дела. Первые 5 дней хороши для планирования, образования фундамента для новых действий, начала действий. Затем с 6 по 10 дни идет развитие деятельности. С 11 по 15 дни благоприятно развивать свои знания, творческий и духовный потенциал, так как ментальная энергия набирает здесь максимальную силу.

### **Период убывания луны (Кришна).**

Здесь постепенно ментальная сила убывает, соответственно и способность человека совершать творческие действия, разрабатывать и воплощать новые проекты будет уменьшаться. Первые пять дней хороши для пересмотра каких-то вещей, реорганизации, реформирования. Здесь хорошо усваиваются, запоминаются какие-то вещи. Ментальная сила все еще высокая. С 6 по 10 дни убывающей Луны идет консолидация дел и сжатие, отступление от чего-то (например, от каких планов). С 11 по 15 дни благоприятно завершать вещи, оценивать сделанное.

В целом при растущей Луне больше есть сил для действий в материальной сфере, при убывающей в духовной сфере.

Ниже приведено описание благоприятной деятельности для каждого Лунного дня согласно ведической традиции.

- 1. Шукла Пратипат** – День новой Луны. В целом считается неблагоприятным днем для большинства действий, так как Луна еще слаба, у человека мало сил для совершения обширной деятельности. Хорошо в этот день медитировать, заниматься учебой, а также планировать новые направления деятельности.
- 2. Шукла Двигья** - Средне благоприятен. Хорош для поездок, свадьбы, в первый раз надевать драг. камни, для обрядов, связанных с домом или землей. Приобретения новых доходов или предметов, начала новых дел, формировании новых целей, для медицинского лечения.
- 3. Шукла Тритья** – В целом благоприятен. Хорош для поездок, строительства, медицинского лечения, обучения, осуществления религиозных церемоний, дарения подарков, свадьбы.
- 4. Шукла Чатурти** – В целом неблагоприятен. Хорошо для избавления от ненужных вещей, чистки дома или ума самого человека, для наказания. Хорошо для приготовления лекарств, но не для самого лечения. Неблагоприятно для начала проектов, поездок, инициаций, религиозных

- церемоний, надевания новых драг. камней. Приносит препятствия, отсрочки. Хорош для умиротворения Ганеша, помогающего преодолеть препятствия.
5. **Шукла Панчами** – Очень благоприятный день для многих действий: поездки, приобретения богатства и дарения подарков, религиозных церемоний, надевания драгоценностей, медитации, учебы, получения оккультных знаний, соблюдения поста, медицинского лечения и оздоровления, свадьбы. Хорошо поклоняться Шиве и Сарасвати. Плохой день для негативных действий, для наказаний.
  6. **Шукла Шашти** – В целом благоприятен. Плох для поездок, но хорош для надевания драг. камней, соблюдения поста, строительства, дел связанных с домом или землей, обучением, приготовления лекарств (но не лечения). Хорош для жестких действий, защиты от враждебных влияний.
  7. **Шукла Саптами** – В целом благоприятен. Хорош для поездок, использования, поддержания или покупки транспортных средств, физических упражнений, медицинского лечения, религиозных церемоний, свадьбы. Средне благоприятен для надевания драгоценных камней или новых одежд. Есть тенденция к жестким действиям, и следует не допускать этого.
  8. **Шукла Аштами** – В целом неблагоприятен. Хорош для обучения, физической активности, спорта, артистических действий, но лучше в этот день медитировать, делать ритуалы, целебные и восстановительные процедуры. Неблагоприятно для важных проектов, решений, поездок, секса.
  9. **Шукла Навами** – В целом неблагоприятен. Хорош для соревновательных действий (спорт, дебаты), упражнения, приготовления лекарств (но не лечение). Есть опасность использования чрезмерной силы. Плохо устанавливать божества, одевать драг. камни, путешествовать. Неблагоприятен день для секса. Один из лучших дней для медитации, чтения мантр и ритуалов.  
Кстати, по еврейскому календарю, именно в этот день (в первый месяц нового года) отмечается Йом-Кипур (Судный день), в который необходимо помолиться за все грехи, набранные за год, и попоститься. Другой очень важный день для молитв и поста в еврейской традиции - пост 9 Ава (лунный месяц Ав по еврейскому календарю) в память о разрушении Первого и Второго Храма в Иерусалиме, также связан с этим днем.
  10. **Шукла Дашами** – Очень благоприятный день. Хорош для поездок, надевания драг. Камней и новых одежд, свадьбы, церемоний и вечеринок, доходов, транспортных средств и домов, обучения, всех видов целебных процедур, замечательно для массажа с маслом, посещение важных людей. Очень хороший день для новых экспансивных дел. В этот день космическая мужская энергия (представленная Шивой) достигает своей максимальной силы.
  11. **Шукла Экадаши** – В целом благоприятен. Хорош для поездок, обучения, религиозных церемоний и медитаций, продвижения в социуме и в карьере, свадьбы и надевании драг. камней, упражнения, дела связанные с

- образованием. Хороший день для соблюдения поста. Хорошо поклоняться Вишну с мантрой, медитацией и постом.
12. **Шукла Двадаши** – В целом благоприятен. Хорош для свадьбы, религиозных церемоний, практик поклонения, благотворительности и отречения.
  13. **Шукла Трайодаши** – В целом благоприятен. Хорош для медицинского лечения, религиозных церемоний, медитации, поездок. Средне благоприятен для свадьбы или одевания драг. камней.
  14. **Шукла Чатурдаши** – В целом неблагоприятен. Хорош для изучения религиозных знаний, чтения мантр, медитации, особенно для случаев, когда нужна защита или убежище. Хорошо для приготовления лекарств (но не для лечения). Неблагоприятен для большинства действий, включая надевание драг. камней, поездок, секса. Этот день способствует неправильному пониманию и негативным эмоциям. В этот день хорошо сберегать личную энергию. Хорошо поклоняться Шиве.
  15. **Пурнима (Полнолуние)** – Благоприятный день для хороших действий: строительство домов, одевания драг. камней, для продвижения в карьере. Однако, лучше для религиозных ритуалов, поста, медитации, размышлений. Хорош для поклонения Божественной Матери. Этот день - время, когда мы испытываем результаты наших действий в течение месяца, многие вещи приходят к завершению. В этот день не надо начинать новые дела. Неблагоприятны поездки.
  16. **Кришна Пратипат** – День после полнолуния. Хорошо начинать новые предприятия, обучение, первый раз надевать драгоценности, делать религиозные церемонии, медитировать. Хорошо для свадьбы. Обрядов связанных с домом или землей.
  17. **Кришна Двितья** - Средне благоприятен. Хорош для поездок, свадьбы, первый раз надевать драгоценности, обрядов связанных с домом или землей. Приобретения новых доходов или предметов, начала новых дел, формировании новых целей, для медицинского лечения.
  18. **Кришна Тритья** – в целом благоприятен. Хорошо для поездок, строительства, медицинского лечения, обучения, осуществления религиозных церемоний, дарения подарков.
  19. **Кришна Чатурти** – в целом неблагоприятен. Хорошо для избавления от ненужных вещей, чистки дома или ума самого человека, для наказания. Хорошо для приготовления лекарств, но не для самого лечения. Неблагоприятно для начала проектов, поездок, инициаций, религиозных церемоний, надевания новых драг. Камней. Приносит препятствия, отсрочки. Хорош для умиротворения Ганеша, помогающего преодолеть препятствия.
  20. **Кришна Панчами** – Очень благоприятный день для многих действий: поездки, приобретения богатства и дарения подарков, религиозных церемоний, надевания драгоценностей, медитации, учебы, получения оккультных знаний, соблюдения поста, медицинского лечения и

- оздоровления, свадьбы. Хорошо поклоняться Сарасвати. Плохой день для негативных действий, для наказаний.
21. **Кришна Шашти** – В целом благоприятен. Плох для поездок, но хорош для надевания драгоценностей, соблюдения поста, строительства, дел связанных с домом или землей, обучением, приготовления лекарств (но не лечения). Хорош для жестких действий, защиты от враждебных влияний.
  22. **Кришна Саптами** – В целом благоприятен. Хорош для поездок, использования, поддержания или покупки транспортных средств, физических упражнений, медицинского лечения, религиозных церемоний, свадьбы. Средне благоприятен для надевания драгоценных камней или новых одежд. Есть тенденция к жестким действиям, и следует не допускать этого.
  23. **Кришна Аштами** – В целом неблагоприятен. Хорошо для обучения, физической активности, спорта, артистических действий, но лучше в этот день медитировать, делать ритуалы, целебные и восстановительные процедуры. Неблагоприятно для важных проектов, решений, поездок, секса.
  24. **Кришна Навами** – В целом неблагоприятен. Хорош для соревновательных действий (спорт, дебаты), упражнения, приготовления лекарств (но не лечение). Есть опасность использования чрезмерной силы. Плохо устанавливать божества, одевать драг.камни, путешествовать. Неблагоприятен день для секса.
  25. **Кришна Дашами** – Очень благоприятный день. Хорош для поездок, надевания драг. Камней и новых одежд, церемоний и вечеринок, доходов, транспортных средств и домов, обучения, всех видов целебных процедур, посещение важных людей. Очень хороший день для новых экспансивных дел. В этот день космическая женская энергия (представленная Божественной Матерью) достигает своей максимальной силы. Хорошо ей поклоняться в этот день. В этот день очень хорошо делать массаж с маслом. Интересно, что по еврейской традиции именно в этот день начинается праздник Хануки. С этим праздником связана история о том, как после победы евреев над греками, они искали масло (не оскверненное завоевателями), чтобы зажечь Менору (храмовый светильник), и нашли только один кувшинчик, и было в нем масла только на один день, но случилось чудо, и масло горело все восемь дней (необходимые для приготовления нового).
  26. **Кришна Экадаши** – В целом благоприятен. Хорошо для поездок, обучения, религиозных церемоний и медитаций, продвижения в социуме и в карьере, упражнения, дела связанные с образованием. Хороший день для соблюдения поста. Хорошо поклоняться Вишну с мантрой, медитацией и постом.
  27. **Кришна Двадаши** – В целом благоприятен. Хорош для религиозных церемоний, практик поклонения, благотворительности и отречения.
  28. **Кришна Трайодаши** – В целом благоприятен. Хорош для медицинского лечения, религиозных церемоний, медитации, поездок.
  29. **Кришна Чатурдаши** – В целом неблагоприятен. Хорош для изучения религиозных знаний, чтения мантр, медитации, особенно для случаев, когда

нужна защита или убежище. Хорошо для приготовления лекарств (но не для лечения), соблюдения поста.

Неблагоприятен для большинства действий, включая надевание драг. камней, поездок, секса. Этот день способствует неправильному пониманию и негативным эмоциям. В этот день хорошо сберечь личную энергию. Хорошо поклоняться Шиве.

**30. Амавасья (Новолуние)** – Благоприятный день для религиозных ритуалов и медитации, обучения и практик аскезы, для дарения подарков. Не благоприятен день для здоровья, но может быть важным временем для принесения целительной энергии для тех кто болен, особенно хронически. Неблагоприятен для большинства вещей, включая поездки, надевания драг. камней, секса. В этот день хорошо побыть интровертом.

Ниже несколько важных примечаний для изучающих ведическую (индийскую) астрологию.

Как учитывать значение лунного дня в Мухурте (подборе времени для запланированного действия)?

Лунный день – это лишь один из главных факторов при выборе времени для определенного действия. Вместе с этим как минимум следует учитывать день недели и Накшатру, в которой находится Луна.

Помимо этого надо смотреть положение Луны и других планет в астрологической карте конкретного человека на тот день, что вы рассматриваете (как минимум в карте Раши и в Лунной Карте) Плюс следует учесть значение текущего периода по системе Вимшоттари для данного человека.

Если указанные выше факторы благоприятны для намеченного действия, тогда можно к нему приступать.

\* В статье частично использовалось описание лунных дней из курса «Ведическая Астрология и Аюрведа» Др. Давида Фроули