



АСТРОДИЕТОЛОГИЯ

Материалы к вебинару

Обозначения знаков зодиака, планет и аспектов

Символические обозначения аспектов, знаков Зодиака и планет.

Аспекты:

- ♌ - соединение
- ✳ - секстиль
- - квадратура
- △ - тригон
- ♋ - оппозиция
- ☾ - лунное затмение
- ☼ - солнечное затмение

Знаки:

- ♈ - Овен
- ♉ - Телец
- ♊ - Близнецы
- ♋ - Рак
- ♌ - Лев
- ♍ - Дева
- ♎ - Весы
- ♏ - Скорпион
- ♐ - Стрелец
- ♑ - Козерог
- ♒ - Водолей
- ♓ - Рыбы

Планеты:

- ☉ - Солнце
- ☾ - Луна
- ☿ - Меркурий
- ♀ - Венера
- ♂ - Марс
- ♃ - Юпитер
- ♄ - Сатурн
- ♅ - Уран
- ♆ - Нептун
- ♇ - Плутон
- ♁ - Восходящий лунный узел



Базовый тип питания. Чего хочет Луна?

- Луна в овне-насыщенная питательная пища, острая и пряная. Крайне не рекомендуются диеты и голодание. Пищу лучше употреблять в горячем виде.
- Луна в тельце – умеренно насыщенная пища, пищеварение медленное, поэтому нежелательны перекусы, нужен распорядок питания, есть в одно и то же время, тщательно пережёвывать, растягивать приём пищи по времени. Хорошо употреблять качественные, дорогие продукты, нельзя есть мучное, дрожжевое, сладкое.
- Луна в близнецах-лёгкая пища маленькими порциями, но часто, разнообразие, часто вводить новые продукты. Можно есть на бегу, пища должна быть лёгкой в приготовлении, состоящей из множества ингредиентов. Идеальный вариант – пять приёмов пищи в день небольшими порциями до 18. Хорошо принимать пищу в компании.



Базовый тип питания. Чего хочет Луна?

- Луна в раке – домашняя еда, молочные продукты. можно есть всё, пищеварение хорошее. Не есть пищу в плохом настроении. Очень психосоматичны. Стоит ограничить сладкое и мучное.
- Луна во льве – очень важна подача, сервировка, ритуал принятия пищи. Еда должна быть насыщенная из серии блюд первое, второе, третье, десерт, сладости, деликатесы. Не рекомендуется голодать и ограничивать себя в питании. Исключение составляет пища с высоким содержанием холестерина, жирное, жареное.
- Луна в деве – хорошо придерживаться разных диет, маленькие порции, но часто. Следует ограничить потребление мяса и тяжелых продуктов, подходит раздельное питание и пища из маленьких деталей. Нежелательно есть копчёное, консервированное. Только натуральные и свежие продукты, приготовленные на пару и сырые.

Базовый тип питания. Чего хочет Луна?

- Луна в весах – легкая пища, не рекомендуется употреблять много мяса, рыбы. Придерживайтесь распорядка. Не желательно острое, солёное, пряное. Хорошо есть в кафе, ресторанах. Не рекомендуется тяжелая, острая, мучная, сладкая пища.
- Луна в скорпионе – хорошее пищеварение. Рекомендуется всё острое, пряное с сильными вкусовыми свойствами приветствуются любые эксперименты с едой, интуитивное питание. Нежелательно голодать. Очень хорошо подходит жидкая еда – супы, соусы, подливы. Полезны морепродукты. Периодически нужен детокс и разгрузочные дни на жидкостях. (кефир соки).
- Луна в стрельце – еда должна быть очень разнообразной и насыщенной, хорошо чередовать периоды питания. Например: неделя без мяса, неделя на соках, следующая с мясом. Пищеварению способствует приём пищи в дорогих ресторанах, дорогие блюда, продукты высокого качества, экзотическая пища и кухня других культур. Снизить количество жирной и жареной пищи.



Базовый тип питания. Чего хочет Луна?

- Луна в козероге – лучше всего есть плотно, но редко. Однако, нежелательно сильное переедание. Лучше всегда оставаться немного голодным. Полезно голодание, однако, вегетарианство не рекомендуется. Приём пищи должен быть в одно и то же время.
- Луна в водолее – подойдут любые эксперименты с едой. Вегетарианство, праноедение, легкая пища. Питаться маленькими порциями, часто. Хорошо принимать пищу в больших компаниях и общественных местах. После 18 желательно не есть.
- Луна в рыбах – средиземноморская диета, хорошо есть жидкую пищу супы, водянистые фрукты и овощи. Еда должна быть насыщенной и питательной, приготовленной на пару, полезной, можно сладости. Не рекомендуется голодание и любые ограничения. Вегетарианство возможно, но не жёсткое. Усвоению пищи помогает музыкальный фон и питьё во время еды.

Аспекты Луны и их компенсация

- Солнцу – учиться быть в центре внимания и набираться ресурсов в в одиночестве. Заботиться о ком-либо. Устраивать и посещать праздники, вечеринки, творческие мероприятия. Дарите подарки и просите их. Уделяйте внимание внешнему виду.
- Венере – заполнять эмоциональную пустоту, налаживать личную жизнь, забота и уход за собой, внимание к внешнему виду(одежда), любовь к себе, танцы и увлечения искусством, творческое хобби. Учиться принимать комплименты и не реагировать на критику, не сравнивать себя ни с кем и никогда.
- Меркурий – не держать стресс в себе, а говорить о нем. Вести блог, дневник, выступать на публике. Постоянное обучение новому. Чтение. Спиннеры и прочие антистресс игрушки. Забота о своем здоровье. Поддержание порядка дома.
- Плутону, Марсу – спорт, лидерство, сверхнагрузки, волонтерство, пение, курсы ораторского мастерства, НЛП, «мужские» увлечения, наглость ,как второе счастье

Аспекты Луны и их компенсация

- Юпитеру - поставить себе цель, пробиться в элитарное общество или другую культуру, работать над собой, своими знаниями, уважением к себе, гардеробом. Похудение с помощью мотивации. Стать экспертом в этой области, примером для других, начать учить делиться своим мнением изобрести свой подход к питанию и упражнениям. Поменять количество еды на качество.
- Сатурну - взять на себя ответственность за семью. Развиваться в социуме, как профессионал и карьерист. Перестать жадничать, копить и сдерживать, а начать отдавать в мир свои таланты и ресурсы. Курсы тайм менеджмента, жильё в горах, или периодический выезд в горы. Оформление интерьера в тёмные тона с добавлением металла, камней. Забота о пожилых людях и животных. Делегирование обязанностей. Избавление от страха совершить ошибку. Избавление от чувства вины и долга.

Аспекты Луны и их компенсация

- Нептуну – жалеть животных, не пить алкоголь. Заботиться о здоровье, проводить ароматерапию, заниматься благотворительностью. Завести дома аквариум. Отдыхать от социума и близких – лес, рыбалка, кругосветные путешествия, паломничество и т.д. Иммигрировать или жить далеко от родителей. Интересоваться творчеством, психологией, эзотерикой, музыкой, осознанными сновидениями, тонким планом. Брать псевдоним, читать фэнтези и любовные романы, жить у воды, гулять под дождём. В конце дня принимать душ. Заниматься плаванием.
- Урану – Необходимо завести необычных животных, изучать астрологию, дизайн человека, нумерологию, интересоваться IT, будущим, технологиями, изучать работу мозга, придерживаться прогрессивных взглядов. Жить отдельно от родителей, при этом дружить с ними, тусоваться с единомышленниками. Участвовать в форумах и общественных движениях, коллективных мероприятиях, разрешать себе нестандартные выходки, расхламлять пространство вокруг себя.



Что делать с мотивацией?

- Начать работать со внутренним ребенком, гармонизировать отношения с родителями, расстановки, регрессия, психолог. Удовлетворить своего внутреннего ребенка через прокачку солнца – отдачу созидательной энергии в мир: «Я творю и показываю». Самооценка – наше все!
- 