



# **Живи в гармонии с планетами**

Люсьенда

18+

# Люсьенда

# Живи в гармонии с планетами

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=70509973](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70509973)*

*SelfPub; 2024*

## Аннотация

Книга основана на уникальной концепции влияния планет на человека, предлагает новый подход к самопознанию и гармонии. Автор раскрывает идею о том, что каждая планета излучает свою энергию, влияющую на нашу жизнь. Рождение под определенным положением планет определяет характер и судьбу, но подружившись с ними, можно изменить свою жизнь к лучшему. Книга предлагает практические советы по взаимодействию с различными планетами и активации позитивных сил, способных привлечь богатство, здоровье и удачу. Читатель узнает, какое значение несет в себе каждый день недели и как использовать эту информацию для улучшения своей жизни. Автор подчеркивает, что сотрудничество с планетами приведет к гармонии и самореализации. Книга напоминает о важности выбора своего жизненного пути и побуждает читателя к простому, но мощному действию – подружиться с планетами. Эта работа поможет каждому человеку найти свой путь к удаче и благополучию.

# Люсьенда

## Живи в гармонии с планетами

Каждая планета излучает свою энергию, которая воздействует на нас как на тонкую энергетическую систему. Когда мы рождаемся под определенным положением планет, это определяет наш характер, склонности и возможные события в жизни.

Как подружится с планетами и жить в гармонии с собой?

Если тебя преследует неудача, безденежье, проблемы со здоровьем, плохие отношения с родственниками и друзьями, то нужно просто подружиться с планетами.

К счастью, существует множество простых способов активировать позитивные силы планет, которые оказывают сильное влияние на человека. Каждой планете соответствует свой день:

Понедельник – Луна

Вторник – Марс

Среда – Меркурий

Четверг – Юпитер

Пятница – Венера

Суббота – Сатурн

Воскресенье – Солнце

Наладив отношения с планетами, можно обратить невезение вспять. Подружись с планетами и начни наслаждаться здоровьем, богатством и удачей!

Бороться и противостоять энергиям планет бессмысленно и даже опасно. Для самореализации и гармоничных отношений достаточно уважать небесные спутники. Проявляя уважение, мы пользуемся энергиями небесных светил себе во благо.

Осмотрите по сторонам, одним людям дается все легко, и они живут в почете и достатке, другим же приходится прогрызать себе путь сквозь скалы и невзгоды. Какой путь вы выбираете для себя, сложный и тернистый или радостный и беззаботный?

– Что нужно сделать?

– Просто подружиться с планетами!

Приятного прочтения.

Понедельник – Луна

Рекомендации на понедельник: как расположить к себе Луну и почувствовать ее энергию?

Луна очень важна для женщин, она олицетворяет женскую материнскую энергию созидания. Она отвечает за деторождение, интуицию, комфорт и благополучие.

Луна – планета Души, внутреннего равновесия и спокойствия.

Дисгармония приводит к депрессии, лени, апатии, бессоннице. Плохие отношения с матерью, другими женщинами,

нелюбовь к детям, бесплодие.

Сделай Луну счастливой!

Посмотри какие на сегодня рекомендации по лунному календарю.

Надень белую одежду

Носи жемчуг

Сделай влажную уборку по дому, вымой посуду вручную, протри пыль.

Прими ванну или душ

Пей на ночь молоко с медом

Пей больше воды в течении дня

В понедельник гуляй рядом с водоемами

Подари подарок женщине

Заботься о детях и пожилых людях

Займись Хатха-йогой

Соблюдай режим сна (ложись до 22:00, вставай до рассвета)

Поставь на рабочий стол питьевую воду, возьми с собой бутылку с водой, положи воду в машину.

Для продвинутых:

Поставь себе энергетическую защиту

Повторяй мантру 108 раз: ом намо бхагавате васудевайа

Сделай поклонение женскому роду

Соверши «Лунные практики»

Запиши в свой дневник что ты сегодня сделала для гармонизации Луны

Вторник – Марс

Марс – Бог войны, без него нет действий. Но, и с ним нужно научиться взаимодействовать.

Марс отвечает за решительность, храбрость, независимость, волевые качества, долг, порядок, дисциплину, постановку и достижение цели.

Дисгармония приводит к недостатку энергии. Отсутствие мотивации, отсутствие целей или неспособность их достигать. Лень, трусость.

Рекомендации на вторник: как расположить к себе Марс и почувствовать его энергию?

Сделай Марс счастливым!

Добавьте в свой образ оттенки красного

Займись физической активностью: спорт, йога, танцы

Начни день с зарядки или сделай несколько приседаний и прыжков. Это добавит бодрости на целый день. Главное направь свою энергию в русло и не создавай конфликтов.

Готовь пищу с любовью

Приготовление любых горячих блюд будут отличными упайями по Марсу.

Всегда доделывай дела до конца

Сделай один шаг к своей мечте (хочешь купить дом – посмотри варианты, поехать отдыхать – узнай какие есть отели)

Благовари и хвали мужчин за их дела, лучшие качества. Чем больше мужчин похвалишь, тем лучше.

Для женщин: уважай мужчин, прости всех мужчин, на которых у тебя есть обида. Как понять, что ты полностью избавилась от обиды и негатива? Подумай о человеке и искренне, от души скажите несколько раз: «Я желаю тебе счастья». Если не возникает сопротивления и недовольства, значит, ты избавилась от разрушительных эмоций, и твой Марс начал обретать хорошую энергию.

Наведи порядок на своем рабочем месте/в квартире

Для продвинутых:

Практикуй ненасилие на уровне тела, ума, разума: я не делаю никому плохо, не думаю ни о ком плохо и не говорю ни о ком плохо

По вторникам утром 108 раз читай мантру Марсу: ОМ  
КУМ КУДЖАЙЯ НАМАХА

Запиши в свой дневник что ты сегодня сделала для гармонизации Марса?

Среда – Меркурий

Гармоничный Меркурий дает возможность легко вступать в контакт с людьми, находить нужную информацию и принимать правильные решения в сложных вопросах.

Дисгармония дает сложности в обучении и большие проблемы с усвоением информации. Человеку сложно сделать логический вывод из сложившейся ситуации, принять правильное решение. Возникают трудности в общении с другими.

Рекомендации на среду: как расположить к себе Мерку-

рий и почувствовать его энергию?

Сделай Меркурий счастливым!

Добавь зеленый цвет в свой образ

Устрой прогулку в парк, лес

Отпишись от негативных мыслей и людей

Наведи порядок дома

Позвони или устрой встречу с другом или подругой

Сажай в среду деревья, ухаживай за ними, и чаще гуляй в лесу.

Развивай свой интеллект, получай дополнительное образование. Не останавливайся на уже когда-то приобретенных знаниях.

Развивай чувство юмора и позитивное мышление, старайся каждый день находить повод порадоваться жизни.

Расширяй кругозор: читай энциклопедии, смотри познавательные фильмы;

Любые занятия, требующие сосредоточенности: вышивка, мозаика, пилатес, выжигание по дереву подойдут для этого дня.

Лозунг Меркурия: «Учись и познавай новое»

Для продвинутых:

Среда – день для дыхательных практик

По средам читайте 108 раз мантру: Ом Намо Бхагаватэ Будхадэвайя

Запиши в свой дневник что ты сегодня сделала для гар-

монизации Меркурия?

Четверг – Юпитер

Рекомендации на четверг: как расположить к себе Юпитер и почувствовать его энергию?

Юпитер – планета социума и духовного развития. День нужно провести спокойно, поразмышлять на философские темы.

Юпитер самая благоприятная планета в Солнечной системе. Он несет энергию мудрости и благосклонен к тем, кто обучается.

Юпитер приносит удачу, богатство, счастливые отношения, помогает стать осознанным и духовно развитым человеком.

Дисбаланс приводит: к лени, к отсутствию успеха в бизнесе и отношениях, к чрезмерным потаканиям своих желаний, к проблемам со здоровьем.

Рекомендации на четверг: как расположить к себе Юпитер и почувствовать его энергию?

Сделай Юпитер счастливым!

Надень желтую одежду

Надень желтую одежду или добавь в свой образ желтые аксессуары: резинку, сумку, ремень, заколку. Носи золотые украшения с камнями – желтый сапфир или топаз. Первый день, когда ты наденешь камень, должен быть четверг. Пусть на рабочем столе находятся желтые предметы, напри-

мер желтый карандаш, подставка, кружка. Одним словом, в этот день окружи себя желтыми вещами.

Желтый – цвет олицетворяет мир и безмятежность.

Ешь желтые продукты, пей желтые напитки

Продукты: сладкий перец, кукуруза, жёлтая стручковая фасоль, яблоки, ананасы, бананы, дыня, лимон, светлый виноград, мёд. Обязательно во все блюда добавляй щепотку куркумы.

Согласно исследованиям, жёлтые продукты улучшают пищеварение, благотворно влияют на печень, полезны при расстройстве желудка, способствуют выводу из организма вредных веществ и излишков жидкости, активизируют работу мозга и нервной системы.

Желтые напитки: вода с лимоном, апельсиновый сок, молоко с куркумой. В этот день исключи алкоголь.

Голодай по четвергам

Откажись от мяса при приготовлении пищи. Если позволяет здоровье, устрой разгрузочный день. Ешь только рано утром или вечером.

Пост по четвергам поможет наладить отношения в браке и даст тебе возможность улучшить свое здоровье и финансовое положение.

Займись пожертвованием, помоги нуждающимся

Делай пожертвования в четверг, чтобы увеличить отдачу от своих пожертвований.

Пожертвование – мощный способ завоевать расположе-

ние Юпитера. Мотивация твоего жертвования важнее суммы, поэтому жертвуй только то, что можешь.

Любая помощь старым, больным и немощным доставит удовольствие Юпитеру. Покорми бездомных животных, птиц.

В четверг ухаживай за домашними растениями и деревьями.

Занимайтесь духовными практиками

В четверг читай духовные книги, книги по финансовой грамотности, философию.

Смотри и изучай литературу, связанную с твоей профессией, а также смотри эфиры духовных наставников.

Отправляйся в путешествие или паломничество

В четверг благоприятный день для путешествий или посещения святых мест.

Отложи серьезные изменения в своей внешности

Элементарная гигиена, такая как чистка зубов, не отменяется. Но, не следует в этот день: мыть голову, стричь волосы, бриться или стричь ногти! Об этом сказано в индуистских священных писаниях.

Подобные действия вызовут раздражение Юпитера. А это – проблемы с деньгами, неудача в бизнесе, провал в личных проектах.

Отложи тяжелую и сложную работу по дому

Чтобы увеличить силу Юпитера, постарайся сократить время на уборке. Отложите жесткую и грязную работу на

другой день, не нужно затеивать и большую стирку. В четверг ограничишься легкой уборкой для поддержания порядка в доме.

Начинай важные проекты по четвергам

Юпитер благословляет новые начинания, которые начинаются по четвергам. Поэтому начинай новый проект по четвергам!

Для продвинутых:

Читай 108 раз: ОМ ГРАМ ГРИМ ГРОМ САХ ГУРУВЕ  
НАМАХ

Читать: философию, духовные книги, финансовую грамотность

Смотреть эфиры с духовными наставниками / наставниками по карьере

Посетить святые места

Поразмышлять: «Что для меня богатство и достаток?». Написать 5 пунктов о своих самых важных ценностях в жизни. Начать так: «Для меня богатство и достаток, это...»

Подумай, какую пользу ты несешь в этот мир. Подтверди это хотя бы одним своим поступком или делом.

Молись, медитируй, занимайся духовными практиками, получай знания из священных источников.

Сделай талисман. Насыпь куркуму в мешочек и обвяжи его желтой ниткой, Возьми этот талисман с собой на работу или важные переговоры.

Запиши в свой дневник что ты сегодня сделала для гар-

монизации Юпитера

Пятница – Венера

Рекомендации на пятницу: как расположить к себе Венеру и почувствовать ее энергию?

Венера – женская планета. Планета красоты, талантов, желаний и удовольствий.

Венера отвечает за личные отношения, любовь и партнерство, удовольствия, радость жизни, творчество, красоту, искусство, женственность и обаяние, материальные ресурсы, благосостояние, за способность к зачатию детей, мочеполовую систему, почки, гормоны.

Дисбаланс приводит к проблемам в отношениях, к полноте, отрицанию своей женственности, недовольству внешности. Отсутствие радости, неспособность делать дела, неумение налаживать контакты с людьми, сложности в денежной сфере, проблемы с мочеполовой системой.

Рекомендации на пятницу: как расположить к себе Венеру и почувствовать ее энергию?

Сделай Венеру счастливой!

Красиво одевайся – особенно по пятницам

Подойдут все цвета радуги. Стань модницей: достань свои любимые наряды, украшения, сделай прическу и блистай.

Полюби себя

Пятница – это день женских практик.

В течение дня смотри в зеркало и говори: «Я тебя люблю и всегда буду любить».

Купи себе то, что хочется

В пятницу побалуй себя, купи себе все, что хочется. Не обязательно транжирить все сбережения, выбери себе безделушку, любимое блюдо, все что тебя порадует.

Этот день хорош для посещения парикмахерской. Сходи на маникюр, педикюр, массаж, обертывание.

Занимайся разными видами творчества

Пой, рисуй, танцуй, лепи, в общем делай все что приносит удовольствие. Зажги ароматическую свечу и разукрась мандулу. Посади цветы.

Смотри на красоту

Посещай по пятницам выставки, музеи, галереи, театры, концерты классической музыки.

Гуляй на природе – в парке, сквере, в лесу, у воды. Главное, любуйся видами, развивай в себе эстетическое воображение и вкус ко всему красивому. При этом важно пребывать в состоянии "здесь и сейчас".

Еда

Готовить с любовью и красиво оформляй блюда.

Для продвинутых:

Читай мантру Венере: Ом Шум Шукрая Намаха. (Читается 108 раз на протяжении 40 дней, начиная с пятницы. Либо по пятницам).

Научиться любить себя. Это наиважнейший аспект. Самое главное – поверить в себя, полюбить себя такой, какая ты есть. Это сделать непросто, но возможно. Используй медитации на раскрытие сердца, на раскрытие женственности и чувственности. В открытом доступе в интернете есть огромное количество мантр, которые можно просто слушать, занимаясь домашними делами.

Запиши в свой дневник что ты сегодня сделала для гармонизации Венеры

Суббота – Сатурн

Сатурн – суровый учитель. Говорят, что разжалобить Сатурн невозможно. Зато с ним можно подружиться, если соблюдать все его правила. И это не так уж сложно, как кажется на первый взгляд.

Сатурн отвечает за дисциплину, системность, структуру.

Слабый Сатурн в гороскопе даёт качества, которые мешают добиваться успеха и чувствовать радость жизни. Он очень сильно тормозит наше развитие. Поэтому лучше не мириться с его слабостью, а прорабатывать свой Сатурн, выводя его в плюс.

Лозунг Сатурна – «Терпенье и труд всё перетрут».

Рекомендации на субботу: как расположить к себе Сатурн и почувствовать его энергию?

Сделай Сатурн счастливым!

Надень синюю одежду

Надень синюю, фиолетовую или коричневую одежду. Добавь в свой образ синие аксессуары: резинку, сумку, ремень, заколку. Пусть на рабочем столе находятся синие предметы, например синий карандаш, подставка, кружка. Одним словом, в этот день окружи себя синими вещами. Сатурн любит классические вещи, будет здорово, если сегодня твой образ – классика.

Будь дисциплинированной

В помещении, котором ты работаешь, повесь часы со стрелкой. Аккуратные часики с циферблатом перед глазами – обязательно. Никаких цифровых дисплеев – только классические часы со стрелками. Сатурн – классика, структурность.

Не опаздывай на встречи, все делай вовремя. Планируй свой день.

Займись самоорганизацией

Найди способ самоорганизации. Веди ежедневник, дневника. Все это понятно – просто это надо делать. Соблюдай график, расписание.

Соблюдай аскезы

Порадовать Сатурн помогут аскезы, например откажись

в этот день от сахара, мучного, алкоголя, сигарет. Если ты давно хочешь отказаться от какой-либо привычки, но ничего не выходит, суббота отличное время для этого.

Просто берем и говорим себе: «3 дня не буду есть сахар. Вообще!» Прекрасно. И не так сложно. Или не три дня, а месяц. Главное – начать, а там может надолго пойти. Самое простое – это не есть ничего с 9 вечера. Или лучше с 6-ти.

Можно ввести привычку в субботу – в чем-либо себя ограничивать.

Физнагрузка и закаливание

В субботу обязательно сделай пару упражнений на все мышцы тела, это придаст тебе энергии.

Научись расслабляться

Разогрей колени и спину: массаж, самомассаж, йодная сетка.

Прими контрастный душ или расслабляющую ванну. Проветри помещение.

Медитируй.

Сходи на массаж, попроси близких его сделать или проведи сеанс самомассажа. Здорово будет если сходить в баню в сауну.

Говори мало

Постарайся в субботу много не болтать, не сыпать остроумием. Поменьше жестов и эмоций.

Следи за тем, чтобы речь и дела имели связь. Важны дела, а не слова. Выполняй обещания, отвечай за свои слова. Со-

блюдай график, расписание.

Заземляйся

Сатурн связан с землёй и первой чакрой. Для него благоприятно быть ближе к природе, работать на земле, сажать растения и деревья.

Можно выполнять специальные заземляющие практики, если они вам знакомы. Ходите по земле босиком, обнимайте деревья, трогайте землю, лежите на земле.

Займись творчеством

Сегодня будет забавно заняться лепкой из глины или пластилина. Можешь достигать заземления посредством своих хобби: вязание, пение, танцы. Это также работа с телом.

Готовь блюда из теста

Налепи пельмени, манты. Приготовь пирожки, пиццу.

Избавься от хлама

Очищение пространства и себя – еще один отличный способ заземлиться. Хлам, ненужные и сломанные вещи – отражение хаоса в твоём сознании, его надо расхламлять. Освобождай место для нового и не цепляйся за старое. Разбери шкаф и избавься от старых ненужных вещей.

Физический контакт

Обними близкого человека, возьми его за руку и вместе просто полежите на земле\полу.

Доведи все начатое до конца

Все дела, которые ты начинала, но не доводила до конца, доведи их до логического завершения именно сегодня

Совершенству нет предела

В субботу хорошо повторять пройденный материал. Совершенствоваться то, что уже сделано!

Помогай пожилым

Помогай пожилым людям спуститься с лестницы, разобраться с сервисами, перейти дорогу, прополоть грядки. Разговаривай с ними, им важно твое внимание.

Для продвинутых:

Заземляющие практики

Похвали себя за успехи и достижения – минимум 10 пунктов

Начни вести дневник – «Планирование» на неделю, год

Проведи анализ прожитой недели, что было сделано и не сделано. Что удалось отлично, а над чем еще стоит поработать.

Запиши в свой дневник что ты сегодня сделала для гармонизации Сатурна

Не планируй много на субботу. Все что запланировала доведите до конца, не откладывайте на потом.

Воскресенье – Солнце

Солнце активное начало и жизненный потенциал, способность человека творить и создавать.

Так как, Солнце управляет воскресеньем, в этот день благоприятно планировать свою деятельность на ближайшее будущее, на неделю.

Дисбаланс: неуверенность в себе, поздний подъем, неумение радоваться жизни.

Рекомендации на воскресенье: как расположить к себе Солнце и почувствовать энергию?

Сделай Солнце счастливым!

Надень желтую одежду

Цвета, которые усиливают Солнце – это желтый, оранжевый и светло-красный. Можно использовать эти оттенки в быту: обзаведись яркой посудой, скатертью или занавесками, добавь красок в свой интерьер, также носи одежду с оттенками Солнца.

Ранний подъем

На физическом уровне важен ранний подъем – так мы напитываем себя солнечной энергией. Особенно тяжело дается ранний подъем тем, у кого слабое Солнце. Подъем хорош с 5 до 7 утра.

Сделай йогический комплекс упражнений под названием «приветствие солнцу»

В нумерологии символом Солнца считается цифра 1. Используй в бизнесе и повседневной жизни числа, которые в сумме дают единицу.

Еда

Продукты Солнца – это пшеница и различные специи, такие как куркума, шафран, корица, красный и черный пе-

рец, имбирь. При правильном использовании этих пряностей влияние Солнца в твоём гороскопе будет увеличиваться.

Нежелательные продукты для Солнца: citrusовые (кроме лимона), помидоры, баклажаны, перец, картофель.

В воскресенье хорошо заниматься медитацией, саморазвитием, посещать храмы, церковь, общаться с отцом.

Постарайся делать пожертвования в храмы

Необходимо прописать свои жизненные цели на год, на 5 и на 10 лет, чтобы понимать, к чему ты хочешь прийти через это время.

Дари окружающим радость

Это самый верный способ усилить и гармонизировать Солнце. Чтобы в жизни было счастье, мы обязательно должны что-то бескорыстно отдавать, уподобляясь Солнцу, которое светит для всех нас, ничего не требуя взамен.

Постарайся провести день активно, если чувствуешь энергию Солнца

Развивай в себе солнечные саттвичные качества характера:

благородство, щедрость, великодушие, ответственность, достоинство, энтузиазм.

Контролируй и избавься от токсичных качеств характера: высокомерие, эгоцентричность, надменность, гневливость, горячность, горделивость.

Воскресенье – день радости Души. Спроси себя: «Что хочет моя душа сегодня?». Сделай это.

Чтобы ты сегодня не делала – наслаждайся процессом.

Относитесь уважительно к отцу, всем мужчинам, руководителю страны.

Проведи большое количества времени на открытом воздухе

Займись творчеством, так как солнечная энергия связана с творческим проявлением. Например, научись рисовать, фотографировать, вязать или шить.

Проявляй инициативу

Для продвинутых:

Желая на рассвете всем жителям планеты любви и счастья можно вылечить себя

108 раз: Ом Намо Бхагаватэ Рамачандрайя или Ом Сум Сурьяйя Намаха

Нужно стараться желать счастья всем живым существам, культивировать в себе все, что связано с радостью, и хотеть отдавать это другим.

Постарайтесь сегодня почитать мужа

Развивай в себе позитивное мышление

Запиши в свой дневник что ты сегодня сделала для гармонизации Солнца