

Зодиак — в переводе с греческого — «круг животных», в него входит 12 созвездий, расположенных на пути движения Солнца, Луны и других планет. Каждый месяц года совпадает с определенным знаком Зодиака. По дню рождения человека можно определить, какой знак ему соответствует. Астрологический год начинается со знака Овен.

Овен (21 марта — 20 апреля)

Овен всегда стремится доказать свое первенство. Любит начинать новые дела, для этого он не жалеет ни сил, ни средств. Может подавлять своей мощью и энергией окружающих. Люди этого знака очень уверены в себе, любят руководить, своенравны, честолюбивы. Овны упорно идут к своей цели, не останавливаясь ни перед какими препятствиями. После того, как цель достигнута, может наступить период апатии. Овен любит риск, поэтому цели ставит перед собой максимально сложные. Но это его не страшит, потому что он — любитель всего нового, первооткрыватель. Овны достаточно прямолинейны, в большинстве случаев говорят то, что думают. Открыто выражают свои чувства, если чем-то или кем-то недовольны

Но если вам удастся подружиться с Овном, то это будет верный и преданный друг.

Как правило, люди этого знака имеют хорошее здоровье, они спортивные, энергичны. Имеют склонность к заболеваниям печени, желчного пузыря, желудка. Могут страдать от головных болей, невралгии. Лекарственные



растения, которые рекомендуются Овну: элеутерококк, лимонник, барбарис, алоэ, корни и листья одуванчика, мать-и-мачеха.

Телец (21 апреля — 20 мая)

Телец — знак стихии Земли, поэтому представляет собой надежность. Он очень практичен, трудолюбив, обладает большой выносливостью. Тельцы любят роскошь и комфорт вокруг себя. Любят и ценят красивые вещи, могут и сами приложить руку к их созданию. Могут применить свой талант на поприще дизайнера. Тельцы очень настойчивы в достижении своих целей, могут идти напролом. Редко прислушиваются к чужим советам, предпочитают обо всем иметь свое собственное мнение. Тельцы очень ревнивы, легко впадают в гнев, но быстро отходят. Бывают справедливы, способны к накоплению и сбережению.

Тельцы имеют крепкое физическое сложение, но так как они любят плотно и вкусно покушать, нередко возникают проблемы с лишним весом. Могут страдать из-за болезней горла, щитовидной железы, гипертонии, обмена веществ. Подвержены ангинам. Растения Тельца: морковь, свекла, капуста, картофель, репчатый лук. Ягоды: клубника, лесная земляника, у которых лекарственными считаются стебли и листья, помимо плодов. К тому же они с успехом применяются для лечения ангины.

Близнецы (21 мая — 21 июня)

Близнецы — типичный воздушный знак. И так же, как и воздух, он переменчив и непостоянен. Близнецы легко завязывают новые знакомства, сходятся с людьми, но, к сожалению, так же быстро и расходятся. Они очень любопытны, всегда готовы учиться чему-то новому, и это дается им легко. Управитель Близнецов Меркурий покров-



вительствует им в сфере торговли. Близнецы очень двойственный знак, это выражается в смене настроения. У них есть одна интересная особенность, что бы они ни делали, считают, что они всегда правы. Не любят долгосрочных обязательств и всегда найдут способ отказаться от своих обещаний. Развиты разносторонне, интеллектуально, эмоциональны.

У Близнецов большая вероятность возникновения нервных заболеваний из-за их чрезмерного беспокойства.

При неправильном образе жизни возможны простудные и инфекционные заболевания, в связи с этим полезны закаливания, физическая нагрузка, прогулки на свежем воздухе.

Растения Близнецов: солодка, алтей, календула, валериана, хмель, ромашка, хвощ, пустырник.

Рак (22 июня — 22 июля)

Рак является представителем стихии Воды. Раки внешне кажутся замкнутыми, однако в глубине души они чувствительны и эмоциональны. Раки могут быть решительными, энергичными при достижении своих целей. Из них получаются хорошие друзья, на которых можно положиться. Раки раскрывают свои таланты в окружении тех людей, которым они доверяют. На них можно положиться как в материальном, так и в моральном плане. Из них получаются очень хорошие родители, которые любят и заботятся о своих детях. Раки сильно увлекающиеся личности, у них богатый внутренний мир, который может раскрываться в народном творчестве. В то же время они очень решительные, деловые люди.

Раки часто бывают чувствительны к внешним условиям. Они могут быть мнительны по отношению к своему здоровью, в связи с частой сменой настроения могут



впадать в депрессию. Поэтому им необходимо чувствовать, что кто-то о них заботится. Нужно поддерживать у них положительные эмоции. Раки склонны к полноте. Слабые места: грудная клетка, пищеварительная система. Растения Рака: листья мать-и-мачехи, череда, мята, Melissa, чабрец ползучий, подорожник, розмарин, пастушья сумка, рис, овес.

Лев (23 июля — 23 августа)

Люди знака Льва природенные лидеры, они всегда стремятся находиться в центре внимания окружающих, прикладывают к этому массу сил и энергии. Знак Огня. Львы часто бывают непредсказуемы, любят приключения и перемены. Отважно и безрассудно бросаются навстречу новому. Они природенные артисты, любят похвалу и успех. Не любят критику. Упорно и настойчиво идут к намеченной цели. Честный и открытый знак, что привлекает к нему окружающих, добрый и отзывчивый, снисходителен к ошибкам других.

Представителям этого знака свойственен хороший иммунитет, сильный характер, атлетическое телосложение.

Из наиболее уязвимых органов — сердце, кровеносные сосуды и бронхи.

Растения Льва: ромашка, эхинацея пурпурная, цветы калины, пастушья сумка, боярышник, шиповник, хвощ, чабрец, календула, бессмертник, чистотел.

Дева (24 августа — 23 сентября)

Люди, рожденные под знаком Девы, очень трудолюбивы, что свойственно знакам Земли. Постоянно стремятся получить какие-то новые знания и навыки. Наблюдательны, любят учиться, часто добиваются хороших результатов. Предпочитают прямые и откровенные высказывания. Обязательны в своих обещаниях, упорны в



достижении своих целей, внимательны к мелочам. Во всем предпочитают трезвый расчет, спокойно воспринимают критику в свой адрес и, видя недостатки других, дают полезные советы и стараются помочь.

Знак Девы склонен к болезням пищеварительного тракта, поджелудочной железы, печени. Могут быть подвержены заболеваниям нервной системы и легких. Девы очень любят лечиться, легко могут придерживаться диеты, прислушиваются к мнению врача, ходят к нему за советом. Как правило, Девы не запускают болезнь, занимаются профилактикой, применяют в лечении народные средства.

Растения Девы: рожь, пшеница, ячмень, каланхоэ, подорожник, пастушья сумка, мята.

Весы (24 сентября — 23 октября)

Представители знака Весов — натуры, как правило, гармоничные, возвышенные, как и сама стихия, Воздух, к которой они принадлежат, но сомневающиеся в своих силах. Поэтому, когда им нужно принять какое-то важное решение, они очень долго колеблются, взвешивают все «за» и «против», советуются с другими людьми. Но если они что-то решили, то они уже упорно и бесповоротно движутся к своей цели и не терпят никакого давления на свой выбор. Тонко чувствуют прекрасное. Очень общительны и любвеобильны, справедливы.

Представители Весов обладают отменным здоровьем, атлетическим телосложением и силой.

Наиболее вероятные заболевания — это заболевания позвоночника и почек. Яблоки, арбуз, клевер, бруснику можно считать растениями Весов, поэтому их можно активно использовать при лечении различных заболеваний.



Скорпион (24 октября — 15 ноября)

Люди знака Скорпиона относятся к стихии Воды, они очень эмоциональные и страстные натуры, но тщательно это скрывают. Могут проявить себя только в моменты эмоционального напряжения, в критических ситуациях. Хладнокровны, выдержаны. Способны принимать ответственные решения в момент серьезной опасности. Упорны и настойчивы в достижении своих целей. Всегда идут до конца. Хорошие исследователи, могут заниматься экстремальными видами спорта или профессией, связанной с риском. Горды и эгоистичны. Крепки и выносливы. У Скорпионов крепкое тело и большой запас жизненных сил. Часто страдает горло, сердце. Нередко страдают от инфекционных заболеваний и алкоголизма. Хорошо понимают душевные переживания других людей, потому что сами подвержены частым депрессиям. Им трудно следовать диете.

Змееносец (16 ноябрь — 5 декабря)

Данное созвездие появилось несколько тысяч лет назад, но считается самостоятельным стало лишь сравнительно недавно. А ведь еще древние астрологи упоминали о нем в своих трудах.

Таким образом, созвездие Змееносец есть, а 13-го знака Зодиака — нет. Он является дополнением к характеристике знака.

Для характера Змееносца присуща двойственность. В нем существует, с одной стороны, холодная рассудочность, отрицание самого смысла жизни, разрушение всего на своем пути. Такие люди всегда бывают вне своего времени, вне общества, в котором они живут, «белые вороны» в чужой стае, герои-одиночки, стремящиеся познать запретное и обладающие сверхспособностями. Среди них много экстрасенсов и целителей.



Стрелец (5 декабря — 21 декабря)

Люди знака Стрельца жизнерадостны и общительны. Их стихия — Огонь. Интересы у Стрельцов очень разно-сторонни. У них философский взгляд на жизнь. Упорны и настойчивы в достижении намеченной цели, могут идти к ней всю жизнь. Из них получаются хорошие наставни-ки и учителя. Своей открытостью и прямолинейностью заслуживают авторитет у окружающих. Справедливые, с хорошим чувством юмора. Миролюбивые, но если пона-добится, будут отстаивать свои интересы в борьбе.

У Стрельцов обычно спортивное телосложение, это один из самых выносливых знаков Зодиака. Однако кро-веносная, нервная система — это его слабые места. Из-за активных занятий спортом нередки травмы и раны. Наиболее уязвимые места: печень и почки.

Растения Стрельца: лопух, лен, дуб, сосна, кален-дула.

Козерог (22 декабря — 20 января)

Козерог практичен, как сама Земля — ведь это его стихия. Самый амбициозный знак Зодиака. Умеет и лю-бит планировать свою жизнь, четко и упорно идет к на-значенной цели. Очень упорен. Всегда просчитывает все до мелочей, настоящий стратег. Прекрасно выражены организаторские способности. Решения принимает мед-ленно, тысячу раз все продумает и взвесит. Козероги очень скрытны. Все эмоции держат в себе, но в то же время внутри может бушевать целый вулкан страстей, который рано или поздно вырвется наружу. Обладают абстрактным мышлением, любят во всем точность. Серь-езны и консервативны еще с детских лет. Просты, верны, надежны, честны. Застенчивы и независимы.

У Козерогов слабое здоровье и недостаток жизнен-



ных сил. Постоянно мерзнут. Страдают от ревматических заболеваний. Также уязвимы пищеварительная система, кишечник, суставы и сердце. Часто подвержены депрессиям. С возрастом приобретают больше сил и здоровья. Обычно они долгожители. Должное внимание нужно уделять позвоночнику — делать гимнастику. Козерогам стоит больше отдыхать, так как чаще всего они трудолюбивы. Растения Козерога: ель, кора дуба, подорожник, полынь, тысячелистник, ромашка, календула.

Водолей (21 января — 20 февраля)

Представители Водолея характеризуются независимостью и упрямством. Хорошо развитая интуиция помогает им в принятии важных решений.

Обладает нестандартным мышлением, чем часто привлекает внимание окружающих. В делах исполнитель и изобретатель. Натура творческая. Обладает художественными способностями. Верный друг. Характер мягкий, ровный, вспыльчивый, но отходчивый. Если окружающие ему неинтересны — закрывается ото всех в своем внутреннем мире и живет в своих мечтах и фантазиях. Наиболее плодотворно работает в коллективе единомышленников. Склонен прислушиваться к чужому мнению, но все-таки от своего отказаться ему очень трудно.

Водолеи подвержены болезням селезенки, желудка, печени, легких. Также иногда страдают от нервных расстройств. Крайне полезны закаливания, физические нагрузки и прогулки на свежем воздухе.

Растения Водолея: плоды облепихи, смородины, женьшень, лимонник, Melissa.

Рыбы (21 февраля — 20 марта)

Рыбы по натуре своей — мечтатели. Обладают богатым воображением. Очень эмоциональны, романтичны.



У них обостренное чувство справедливости. Талантливы, могут заниматься искусством. Философски смотрят на жизнь, обладают хорошим чувством юмора. Замечательные психологи. Хорошо находят контакт со всеми представителями остальных знаков. Всегда готовы на оказание помощи и поддержки. Именно из-за этого могут возникнуть некоторые проблемы со здоровьем.

Здоровье слабое. Страдают заболеваниями пищеварительной системы. Иногда склонны к алкоголизму и наркомании. Возможны заболевания печени, тенденция к ожирению. Рыбам нужна чистая, незагрязненная среда. Этому знаку рекомендуется заниматься физическим трудом или упражнениями. Нагрузки на организм пойдут только на пользу. Рыбы не любят следить за своим здоровьем.

Растения Рыб: морские водоросли, подорожник, календула, хвощ, хмель.

ЯНВАРЬ

1 января

Это день радости, праздника, хорошего настроения. Он благоприятен для отдыха и развлечений. Овнов будут беспокоить головные боли, однако ближе к вечеру они стихнут. Тельцам рекомендуется при выходе на улицу лучше повязывать горло, иначе они рискуют его снова простудить. У Близнецов не предвидится никаких осложнений со здоровьем, поэтому они могут в праздничные дни не придерживаться никаких диет. Превосходному настроению Раков способствует обилие вкусной пищи. У Львов не возникнет никаких проблем со здоровьем. Девы сегодня могут смело пробовать различные экзотические блюда, вреда их здоровью они не принесут. Весы будут пребывать в дурном расположении духа из-за постоянных сомнений и колебаний. Забудьте о внутренних разногласиях хотя бы сегодня! Скорпионов побеспокоит желудочно-кишечный тракт. Стрельцам советуем не злоупотреблять спиртными напитками, это может привести к непредсказуемым последствиям. Змееносцы будут находиться в прекрасном расположении духа от позитивной праздничной атмосферы. Козерогам рекомендуется проводить больше времени в кругу семьи, посвятить общению с детьми. Постарайтесь избежать переедания, что, конечно, сложно сделать в связи с праздничными застольями. У людей этого знака довольно быстрый обмен веществ, поэтому они не любят ограничивать себя в еде, но с возрастом это может стать причиной недомогания. Поэтому полезно позаботиться о здоровом питании. Ре-



комендуется ограничивать количество жирной пищи, так как это приводит к увеличению холестерина в крови, который оседает на стенках сосудов, что впоследствии может привести к сосудистым заболеваниям, например гипертонии. Необходимо включать в свое меню такие продукты, как рис, печень, яйца, овощи и фрукты, в том числе инжир, землянику, чернослив, вишню. Хорошо также съесть 3—4 грецких ореха или горсточку фундука. Это поможет преодолеть усталость и справиться организму с хроническими болезнями, зарядит вас энергией. А вообще постарайтесь в этот день как следует отдохнуть, выспаться. Надо пить больше жидкости. Чтобы почувствовать прилив бодрости и сил, можно каждое утро натощак выпивать 1 стакан теплой воды, в которой разведены по 1 ст. л. меда и яблочного уксуса. Для Водолеев этот день пройдет энергично и насыщенно, он принесет им много новых приятных впечатлений. Рыб будет мучить депрессивное состояние из-за незначительных, даже выдуманных проблем.

2 января

День пробуждения новых сил. Полезна физическая активность любого рода. Можно заниматься спортом или загрузить себя работой, кому что больше нравится. Для избежания головных болей Овнам рекомендуется чаще совершать прогулки, не заточать себя на зиму в четырех стенах. Тельцам надо прекратить замыкаться в собственных комплексах. Если вы избавитесь от неуверенности в себе, вы увидите, что мир намного проще, чем вы его себе представляли. Близнецы начнут задумываться о диетах и голоданиях. Ни в коем случае им не стоит этого делать, иначе они рискуют приобрести проблемы в эндокринной и нервной системе. У Раков могут обостриться аллергические реакции по тем или иным причинам. Для



лечения желательно использовать травы вместо медикаментов. Для Львов сегодняшний день в плане здоровья пройдет без проблем. Девы ощутят недомогания, однако они не признаются себе в том, что нуждаются в лечении, убеждая себя в том, что они здоровы. Весы почувствуют незначительные недомогания в области почек. У Скорпионов снизится давление, появится слабость. Змееносцев побеспокоят непродолжительные головные боли. Стрельцы могут посвятить этот день занятиям любимым делом, творчеством. Вдохновение повысит их работоспособность. Им можно заниматься в этот день спортом, они находятся в отличной физической форме и могут рассчитывать на хорошие результаты. Это позволит найти выход их энергии. Полезно провести этот день на природе, совершить лыжную прогулку по лесу или отправиться на каток вместе с детьми. Но будьте осторожны, так как у людей этого знака уязвимы тазобедренные суставы, многие болезни начинаются с неприятных ощущений в области поясницы. А это уже служит сигналом для обращения к врачу. Если вовремя начать лечение, можно избежать хронических заболеваний. Козерогам надо проявлять осторожность при ходьбе, нечаянное падение может привести к перелому. Люди, рожденные под знаком Водолея, обладают хорошим иммунитетом. Но, чтобы сохранить его, нужно соблюдать некоторые правила. В этот день хорошо совершить прогулку на свежем воздухе, расслабиться, получить хороший заряд положительных эмоций. Постарайтесь соблюдать режим дня. Исключите из своей жизни хроническое недосыпание: на него болезненно реагирует нервная система. Рыбы избавятся от депрессии, пригласив к себе в гости дорогих людей или совершив с ними увлекательную поездку.



3 января

Очень активный день, день раскрепощения и свободы. Все начинания нужно доводить до конца. Овнам удастся это сполна благодаря присущей им настойчивости и целеустремленности. Тельцам необходимо научиться игнорировать мнение окружающих и не поддаваться чужому давлению. Близнецам следует обратить внимание на сердечно-сосудистую систему. Следует соблюдать щадящий режим и не забывать о профилактике. Не следует стараться переделать всю работу по дому сразу, нужно больше отдыхать, ложитесь спать пораньше, чтобы дать организму отдохнуть и восстановиться. Хорошо принять перед сном успокаивающую ванну с маслом лаванды, мяты, сосновой хвои или ромашки аптечной. Родившимся под знаком Рака советуем обратить внимание на качество продуктов, для них существует риск пищевого отравления. В этот день недуг подкосит Львов, у них может подняться температура. Девы будут чувствовать себя хорошо, праздничный отдых идет им на пользу. У Весов настроение испортится из-за начавшейся мигрени. У Скорпионов возникнут проблемы с сердечно-сосудистой системой. Змееносцам угрожает пищевое отравление из-за чрезмерного переедания. Стрельцы почувствуют внезапную усталость от собственных эмоций, им надо отрешиться от своих грустных дум. Потребуется большое количество энергии для людей, рожденных под знаком Козерога. Полезны любые перемены, связанные с обустройством дома, можно начать ремонт или сделать генеральную уборку. Прислушайтесь к своему самочувствию, если оно неважное, лучше отложить все дела на потом и ничем не заниматься. Следует обратить особое внимание на печень, благотворно повлияют на ваше здоровье употребление лекарственных сборов, физиотерапия. Рекомендуется пребывание на свежем воздухе:



зимний ветер и сквозняки сегодня не опасны для вас. Водолеям грозит простудное заболевание, поэтому необходимо предпринять профилактические меры. Для Рыб день пройдет благоприятно, эмоционально и физически они будут чувствовать себя комфортно.

4 января

День благоприятный для отдыха, общения. Постарайтесь использовать свои силы экономно, не растрачивать их по пустякам. Оптимистический день, день благожелательного отношения к людям. Хорошо заниматься домашними делами, можно сделать массу полезного с наименьшими энергетическими затратами. Овнов ссоры с близкими доведут до белого каления, им вряд ли удастся избежать серьезного скандала. Тельцам надо умерить свою резкость и быть сдержаннее на словах, как бы они ни жаждали говорить правду. Даже если вы и правы, лучше промолчите, собственное эмоциональное здоровье важнее, и не стоит растрачивать его по пустякам. Для Раков и Змееносцев день пройдет неплохо, однако вечером они предадутся грустным воспоминаниям и ощутят светлую грусть или ностальгию. Львам рекомендуется довести лечение до конца, иначе простуда грозит осложнениями. У Дев на нервной почве может появиться проблема с сердечно-сосудистой системой. Весы испортят себе день из-за неудовольствия, что окружающие мало прислушиваются к их мнениям и советам. У Скорпионов в этот день будет повышенное давление. Положительный и позитивный день для тех, кто родился под созвездием Змееносца. В этот день раскрывается их потенциал, который скрыт от глаз окружающих под неспешностью их поступков, что многих вводит в заблуждение. Но в этот день они смогут переделать огромное количество дел за достаточно короткий промежуток времени и совсем при



этом не устать. Но, впрочем, солидность характерна не для всех представителей этого знака, многие предпочитают не скрывать свой бурный темперамент и легко переходят к состоянию полной апатии. Нужно быть осторожными при обращении с острыми предметами. Возможны травмы. Стрельцам стоит придерживаться умеренности в еде, переедание может привести к непредсказуемым последствиям. Козерогам необходимо прекратить занятие самолечением и наконец прислушаться к советам медиков. Водолеи могут заняться своей внешностью, полезны всякие косметические процедуры. Это позволит вам значительно улучшить свое самочувствие. Наступило подходящее время для того, чтобы заняться спортом, аэробикой или шейпингом, оздоровительными мероприятиями. Только постарайтесь правильно распределять нагрузки. Организм должен привыкнуть, не нужно выкладываться полностью сразу же на первых занятиях, иначе появятся усталость и мышечные боли. Это принесет снижение тонуса вместо заряда бодрости и удовольствия. У Рыб возникнут проблемы в сердечно-сосудистой системе, им рекомендуется не злоупотреблять медикаментами и выпить прописанную дозировку.

В период напряженной работы хорошо пить соки, зеленый чай. Данные напитки обладают стимулирующим и иммунным действием. Можно побаловать себя энергетическим напитком — банановым флипом: нужно приготовить пюре из 1 банана, добавить к нему 2 ст. л. лимонного сока и 1 ст. л. облепихового сиропа.

5 января

День, который полон противоречий. У Овнов сейчас благоприятный период для того, чтобы заняться своим здоровьем. Хорошо начинать проведение оздоровительных процедур. Можно проводить самые радикальные пе-



ремены в образе жизни: сменить режим питания, попробовать бросить курить или избавиться от какой-нибудь другой вредной привычки. Благоприятны будут процедуры по очистке организма, это поможет вам избавиться от многих болезней. В остальном силы нужно поберечь, не стоит заниматься домашними делами. У Тельцов будет спокойно на душе, здоровье их также не побеспокоит. Близнецов поджидает проблема, есть риск подхватить бронхит. Ракам рекомендуется забыть депрессию, иначе они рискуют приобрести серьезные болезни. Существует доля риска у Львов заболеть ангиной. Девам сегодня будет эмоционально нелегко, главное — не унывать. Ведь уныние — причина всех болезней. Весов потревожат незначительные болевые ощущения в области почек. Для Скорпионов день пройдет энергично и весьма успешно. Змееносцы внезапно ощутят недовольство своим нынешним окружением. Помните, что у каждого свои недостатки. Стрельцам необходимо посетить врача, не ставьте заботу о своем здоровье на последнее место. У Козерогов, с одной стороны, возникает желание перемен и обновления в жизни, а с другой — необходимо остановиться, сделать передышку, продумать свои планы и распределить силы. В этот день хорошо сходить в гости, встретиться с друзьями, провести этот день подальше от дома. Сходите с детьми на улицу, покатайтесь с горки, поиграйте в снежки. Бодрости и энергии хватит на все. Нужно отдыхать, отключиться от всех проблем, расслабиться. Но будьте внимательны к своим органам дыхания, особенно это касается легких и бронхов. Попробуйте выполнять комплекс специальных дыхательных упражнений, это должно улучшить ваше самочувствие и здоровье. Профилактикой заболеваний пренебрегать нельзя, так как это очень важно для вас. Для Водолеев пройдет день раздраженно, в недовольстве существующим. Пом-



ните, что все жизненные явления преходящие и проходящие. Рыб в этот день поджидают проблемы с почками. Рекомендуем пока исключить из своего меню острое и жирное.

6 января

Один из свободных, легких и радостных дней. Весь мир вокруг наполнен гармонией. Для Овнов день пройдет позитивно, все их начатые дела дадут скорые результаты. Тельцам поднимет настроение хорошее самочувствие и прекрасный внешний вид. У Близнецов в этот день может случиться упадок сил, возникнут раздражительность и эмоциональный спад. И все это может послужить поводом для обострения хронических заболеваний. Поэтому следует уделить своему здоровью особое внимание. Постарайтесь в этот период больше отдыхать. Не поддавайтесь депрессии и усталости. На фоне нестабильного давления и напряжения могут проявляться головные боли. Можете попробовать такое средство для улучшения самочувствия: нарезать апельсин вместе с кожурой, взять 1 ст. л. этой смеси, добавить к ней немного гвоздики и 0,5 ч. л. мяты. Все это залить 1 стаканом кипятка, дать настояться. Пить в теплом виде вместо чая. Рак будет спокоен в этот день и позитивно настроен. Лев будет испытывать нетерпение из-за навалившихся проблем со здоровьем или в делах. Девы будут сетовать на то, что день проходит слишком однообразно. У Весов возникнет множество разных перспектив, начинаний, идей. У них появятся колебания, за какое дело сначала приняться после окончания праздников. Скорпионов беспокоит обострение поджелудочной железы. Возможна аллергическая реакция организма на острую и жирную еду. Змееносцы будут продолжать бессмысленное выяснение отношений. Стрельцы будут чувствовать не-



удовлетворенность положением своих нынешних дел. Возможна слабость организма, незначительные физические недомогания. У Козерогов появится множество занимательных новостей, которые они будут неустанно пересказывать друзьям, знакомым и близким. Веселые и жизнерадостные Водолеи заражают всех вокруг своей энергией, работоспособностью и творческой энергией. Для улучшения самочувствия хорошо прогуляться на свежем воздухе, поехать за город с друзьями, покататься на лыжах. После такой бодрой и энергичной прогулки хорошо завершить день посещением сауны или парной. Хорошо проводить очистительные процедуры. Если же вы не настроены на единение с природой, можете сходить в салон красоты или парикмахерскую, сделать новую прическу. Следите за питанием, воздержитесь от употребления в пищу слишком острых блюд и приправ, включите в меню отварную птицу и рыбу, приготовленную на пару. Рыбам советуем не затворяться в четырех стенах и чаще бывать на свежем воздухе. Можно сходить на каток или совершить прогулку на лыжах.

7 января

День повышенной ответственности за принятие решений. Хорошо провести его в тесном семейном кругу, среди самых близких вам людей, Устройте семейное торжество, чтобы порадовать своих близких, пообщайтесь с детьми. У Овнов сегодня в целом благоприятный день, способствующий укреплению здоровья. Но стоит обратить внимание на питание, стараться не переедать, ограничить употребление сладостей и изделий из теста, иначе это может привести к проблемам с излишним весом, от которого в дальнейшем будет очень трудно избавиться. Также следует ограничить употребление алкогольных и сладких газированных напитков. Тельцы ощутят резкий



спад настроения. Близнецы неплохо проведут день, однако ночью их может одолевать бессонница, они будут делать тщетные попытки уснуть. Раки возьмутся мучить себя лишними комплексами и несправедливыми упреками по поводу своей внешности. Львам не советуем злоупотреблять спиртными напитками, кажущееся здоровье может быть обманчиво, могут возникнуть проблемы с сердцем. Девы предадутся лени и откажутся даже от самого заманчивого времяпровождения. Весов вгонит в тоску неудовлетворенность своим материальным положением. Скорпиону не миновать раздора между близкими людьми. Будьте мягче, порою и вы бываете не правы. У Змееносцев настроение поднимется благодаря приезду близких людей, или он сам станет их гостем. Стрельцы проведут время увлекательно, оно принесет много приятных воспоминаний в дальнейшем. Козероги будут пенять на то, что проводят время скучно, безынтересно, будут укорять себя за упущенные возможности. Водолеям рекомендуем чаще бывать на свежем воздухе. Рыбы, обратите внимание на свое здоровье. Особенно это касается тех, у кого есть проблемы с сердечно-сосудистой системой. Возможны скачки артериального давления, так что лучше принять необходимые меры заранее. Можно делать следующие процедуры: на мочке уха расположены основные точки, отвечающие за зрение. Возьмитесь за мочку большим и указательным пальцами и разминайте ее в течение 10 с. Повторите этот массаж 5 раз, делая небольшие перерывы.

8 января

День связан с покоем, тишиной, благодатью. Гармония во всем. Хорошо провести его дома, отдыхая и расслабляясь. Можно строить планы на ближайшее будущее, предаваться мечтам. Овны наладят отношения со



всеми, с кем они были в ссоре. Близнецы отправятся в интересное путешествие или на прогулку. Раки наконец обретут внутреннюю гармонию, они окончательно расстанутся со своими прошлыми переживаниями и полностью станут готовы к новой жизни и новым чувствам. Львы примутся за воплощение своих давних идей и целей. Для них настал период исполнения желаний. Девам советуем предпринять профилактические меры против простудных заболеваний. Весы наконец перестанут колебаться и без сомнения примут верное решение. У Скорпионов есть риск пищевых отравлений. Обратите внимание на то, что вы едите! Для Змееносцев день пролетит быстро, духовно и физически им сегодня будет комфортно. Стрельцам рекомендуем заняться спортом, например посетите тренажерный зал или совершите лыжную прогулку. Козероги сегодня могут позволить себе эксперименты с экзотической кухней. Можно посетить, например, ресторан восточной кухни — японской или китайской, или просто побаловать домашних каким-нибудь экзотическим блюдом. Сегодня эффективны водные и закаливающие процедуры. Можно начинать занятия такими видами спорта, которые помогут вам изменить внешний вид и улучшат самочувствие (бодибилдингом или йогой). Улучшается восстановительная способность вашего организма, что позитивно сказывается на тех, кто активно занимается спортом, они смогут добиться значительных результатов. Среди негативных проявлений этого дня можно отметить склонность ко всякого рода аллергиям, как на пищевые продукты, так и на внешние проявления окружающей среды. Рекомендуются прогулки на свежем воздухе, посещение бассейна или сауны, что способствует выведению из организма шлаков. Ну а после интенсивных занятий спортом эта процедура необходима в качестве восстановительной. Водолеи в этот



день почувствуют незначительное недомогание или непродолжительную головную боль. Рыбы весь день будут чувствовать себя одиноко. Однако, пригласив вечером друзей, они могут кардинально изменить себе настроение.

9 января

Позитивный, благоприятный во всех отношениях день. Хорошо заниматься развитием физического тела. День накопления энергии. Овнам советуем сходить на каток или совершить лыжную прогулку. Спорт на свежем воздухе поднимет их тонус и избавит от продолжительных головных болей. Тельцам советуем исключить из рациона острую и жирную пищу, и желательно сладкую, возможны проблемы с желудком. Близнецы, будьте внимательны, особенно при приеме лекарственных препаратов, строго соблюдайте дозировку. И постарайтесь исключить из своего меню жирную и копченую пищу, а то могут возникнуть проблемы с желудком. Раки начнут строить новые замыслы, за которые примутся не в скором времени, уделяя много времени мечтам. Прекращайте мечтать, принимайтесь скорее за дела! У Львов не возникнет проблем со здоровьем, однако эмоционально они будут чувствовать себя неудовлетворенно. У Дев возникнут проблемы с деньгами и затруднения в общении с противоположным полом. Не стоит воспринимать все так обостренно. Весов ожидают хорошие новости, физическое здоровье не доставит никаких волнений и тревог. Скорпионам необходимо умерить потребление острого, иначе есть риск нажить проблемы с желудком. Для Змееносцев день пройдет прекрасно, даже счастливо. Стрельцы будут ощущать себя эмоционально удовлетворенными, здоровье не даст повода для тревог. У Козерогов отмечается прилив сил и активности, открывается «второе дыхание», настроение улучшится. Захочется на-



вести порядок дома, сделать генеральную уборку, вы будете очень активны и напористы в делах. Удачное время для того, чтобы заняться своей внешностью. Посетите салон красоты или купите что-нибудь из косметики, хорошо сходить в бассейн или сауну. Этот день хорошо подходит для творчества. Поэтому вы можете заняться любимым делом, вдохновение должно посетить вас, творите в свое удовольствие. Можно хорошо отдохнуть в компании близких друзей. Однако постарайтесь не злоупотреблять алкоголем, а то последствия могут негативно сказаться на вашем здоровье. Водолеи будут чувствовать себя одиноко, хотя на самом деле у них не все так плохо. Может, вы одиноки оттого, что никого вокруг себя не замечаете? У Рыб могут возникнуть проблемы с желудком и почками, снизится аппетит.

10 января

В этот день у Овнов возможна мигрень. Сегодня Тельцы почувствуют позитивную сторону жизни, начинается новый период в их жизни. Близнецы проведут день в приятной компании самых близких людей. Раков посетит вдохновение, и если они его не упустят, то могут начать осуществлять задуманное. Львам необходим эмоциональный отдых, отвлекитесь от проблем. То внимание, которое вы к ним прилагаете, бессмысленно в вашем случае. Данные проблемы могут быть только пережиты или исчезнуть сами собой. Девам нельзя откладывать визит к врачу, уделяйте своему здоровью больше внимания, оно того требуют! Весов будут угнетать ссоры и разлады с близкими людьми. Сделайте шаг к примирению первыми, и вы почувствуете облегчение. Скорпионы будут жалеть об опрометчиво сказанных словах. Но слова всегда можно взять назад. Так и поступите, забудьте о гордости, вы ощутите облегчение, а оно немаловажно для здоровья. У Змееносцев существует риск поссорить-



ся с близкими людьми и испортить себе настроение на весь день. У Стрельцов может к вечеру подняться высокая температура, только не злоупотребляйте медикаментами, пытаясь ее устранить. Козерогам следует быть внимательными на дорогах не только в автомобиле, но и на собственных ногах, иначе может произойти перелом. Также благоприятный день для развития творческих возможностей Водолеев. Можно начинать любые новые проекты. Вам захочется стать красивее, изменить что-то в своей внешности. Можно заниматься собой, украшать свой дом, сделать что-то красивое своими руками: панно или посадить новое экзотическое комнатное растение. Это доставит массу удовольствия, поднимет настроение, вызовет прилив сил для новых творческих свершений. Но не забывайте о своем здоровье и профилактике хронических заболеваний, например аллергии. Обратите особое внимание на глаза, они у вас быстро утомляются и воспаляются. Поможет снять воспаление отвар из листьев мяты перечной. Для его приготовления 2 ст. л. листьев мяты залейте 2 стаканами кипятка, кипятите на слабом огне в течение 5—10 мин. Затем отвар нужно охладить и процедить. Марлевую салфетку или бинт смочите в теплом растворе и приложите к глазам на 10 мин. Позитивный, благоприятный день. Полезны активные занятия различными видами спорта для людей, которые родились под знаком Рыб. Энергия так и переполняет их. Они сегодня энергичны и работоспособны, с легкостью завоевывают расположение и доверие окружающих людей. Их таланты помогут решить множество проблем. Так что, недолго думая, берите лыжи и отправляйтесь в лес на прогулку. Той энергии, что вы получите сегодня, хватит надолго. А после такой физической нагрузки самым хорошим завершением дня будут посещение сауны в компании друзей или приятная теплая ванна с ароматическими маслами.



11 января

Тяжелый, критический день. Пассивный день в плане любых начинаний. У Овнов существует риск простудить уши при выходе на улицу, не забывайте о теплой шапке. В хорошей физической форме находятся Тельцы. Им сегодня можно заниматься любыми видами спорта и деятельностью, где предусмотрены большие физические нагрузки. Можно кататься на коньках и лыжах, даже в горы подниматься. В плане питания вы тоже можете позволить себе все, что угодно, потому что энергию нужно восполнять. Включайте в свое меню больше витаминов. Тогда вам не будут страшны ни простуды, ни расстройства желудка. Будьте осторожны с алкогольными и стимулирующими напитками. Близнецы будут разрываться между разными вариантами решения проблем. Их сомнения и колебания окажутся тщетными, все разрешится само собой. Ракам надлежит помнить о своей физической форме, временно исключить из рациона сладкую, жирную, острую пищу. Наградой за лишения будет ваше стройное отражение в зеркале. У Львов не возникнет хлопот о здоровье и не появится никаких проблем. Из-за отсутствия проблем они могут даже заскучать. Девам все-таки нужно признать, что их здоровье вовсе не совершенно, и необходимо предпринимать какие-то меры по борьбе с недугами. Весам грозит перелом рук или ног! Будьте осторожнее! У Скорпионов напряженный период, на них навалилась накопившаяся усталость. Жизненный тонус понижен, грустное настроение, нежелание заниматься чем-либо. Позаботьтесь о себе сами, сегодня вас могут преследовать головные боли. Чтобы этого не произошло, нужно как следует выспаться и отдохнуть. Не следует планировать на этот день какие-то большие дела, можно легко растратить энергию впустую. Исключите из своего меню сладкую выпечку, это добавит вам



лишних калорий, от которых потом будет не так-то легко избавиться. А вот от голодания лучше отказаться, оно не пойдет вам на пользу. Змееносцы почувствуют уныние и тоску однообразия. Стрельцы проведут день в пассивном бездействии, окружающее будет казаться скучным и однообразным. У Козерогов может начаться резкая зубная боль, вам нужно показаться дантисту. Водолеям в этот день будет везти в плане настроения. Хоть они и будут вынуждены провести его в четырех стенах, эмоционально им будет очень уютно. Рыбы ощутят творческий подъем, начнется реализация их творческих планов.

12 января

Позитивный, светлый день, когда хорошее настроение и удача сопутствуют вам во всем. Однако у Овнов существует риск ушибов. Близнецам следует посетить дантиста, не откладывать лечение в долгий ящик. Раки проведут день в обществе приятных людей, день пройдет гладко и спокойно. У Львов будет аврал на работе, но они с ним постепенно справятся. А вот Девы сегодня склонны к меланхолии, потому и желающих с ними общаться будет мало, что еще более усугубит их пессимизм. Весам предстоит напряженный трудовой день, но проблем со здоровьем у них не предвидится, что уже хорошо. Скорпионов одолеет мигрень и высокая температура. Змееносцы проведут день в обществе дорогих им людей. Для Стрельцов день пройдет безоблачно, отношения с окружающими будут позитивными, здоровье также не доставит забот. У Козерогов может к концу дня начаться небольшая головная боль. Водолеям нужно ко всему относиться с юмором, во всем видеть положительные стороны. Хорошо совершать прогулки, можно с детьми, посещать культурные мероприятия, пойти на концерт или в театр, это принесет вам массу положительных эмоций.