

Международная научная школа Универсологии Институт Универсального Прогнозирования Институт Социосистемологии и инновационных технологий расширения сознания.

Прогноз по здоровью на ноябрь 2019 года

На протяжении всего месяца будут преобладать мягкие женские энергии, помогая проявить чувствительность, приятие, доброжелательность, миролюбие, в отношениях проявится глубина чувств. Желательно эти энергии направить на единение во имя мира на Земле.

В этот период рекомендуем принимать дополнительные меры для активизации и поднятия тонуса организма: по утрам взбадривать себя холодным душем и поднимаем жизненный тонус природными средствами. Осень благоприятное время для организма, чтобы наполнить его природными витаминами.

Общие правила для поддержания организма в тонусе остаются неизменными:

- Снижение (или сведение к нулю) в рационе количества жирных и мучных продуктов.
- Снижение (сведение к нулю) количества употребляемого алкоголя.
- Отказ от фастфуда.
- Употребление свежей воды (не менее полутора литров ежедневно).
- Не переедать. Оканчивать трапезу с ощущением легкого голода.
- Употребление злаков и орехов.
- Натуральные овощные соки.

А так же полезна будет активная динамическая гимнастика, спонтанные танцы и т.п. Поднимающие тонус фито сборы: женьшень, радиола розовая и левзея софлоровидная, элеутерококк, пион уклоняющийся (Марьин корень). Продукты, повышающие тонус: яблоки, перец, хумус, морковь, сельдерей, квашенная капуста, черника, смородина, малина, тыквенные семечки.

На протяжении всего месяца преобладает стихия воды и ослаблена стихия воздуха. Это будет способствовать проявлению чувствительности к миру, но при этом может наблюдаться эмоциональная нестабильность и некоторая замкнутость.

Постарайтесь более гармонично проявлять свои эмоции, чтобы сохранить имеющиеся отношения. Легче относитесь ко всему, что происходит в вашей жизни. Для того чтобы восполнить недостаток воздуха, старайтесь усилить энергообмен с миром, будьте открыты в отношениях, обучайтесь, обменивайтесь информацией, встречайтесь с новыми людьми, тем самым активизируя взаимосвязи всех процессов в организме. А настрой на свой внутренний мир через медитацию, сонастройка на высшее и практика «Баланс четырех стихий» поможет вам в этом. Соблюдайте питьевой режим,

ограничьте прием воды в вечернее время. Увеличьте двигательную активность, больше гуляйте на свежем воздухе.

Возможны обострения заболеваний, связанные с иммунной дисфункцией и застоянными явлениями в лимфатической системе. Важна профилактика чистоты лимфы: массаж лимфатический, фито сбор для улучшения лимфотока: 25 г листа розмарина, 20 г цветков тимьяна, 15 г мяты кучерявой, 10 цветков боярышника, 10 г корня девясила, 10 г корня дягиля лекарственного. Все это можно приобрести в ближайшей аптеке. Две столовых ложки смешанных трав надо залить двумя литрами воды и прокипятить. Через час настой можно пить. Для вкуса добавь мед. Курс — 14 дней.

Первую половину месяца проявлен кардинальный крест. Весь месяц будет наиболее проявлен фиксированный крест. Болезни могут резко начинаться, сопровождаться высокой температурой, но могут перейти к затяжным, хроническим заболеваниям. Поэтому нужно быть внимательным к своему организму, желательно не заниматься самолечением, лучше обратиться к специалисту, который поставит диагноз, а затем начать процесс восстановления здоровья.

Новолуние 26 октября в 18 ч.05 мин. мск. Луна в Стрельце

Новолуние благоволит всему новому, наступают благоприятные дни для старта новых проектов. В Новолуние, чтобы снять эмоциональное напряжение и беспокойство, полезно пить успокаивающие травы, принимать водные процедуры, проводить медитации и сонатрайку на поток жизни. В это Новолуние вы можете выйти за свои пределы, заняться тем, что вы еще не делали, наметить планы для своего развития. Период Новолуния благоприятен для избавления от вредных привычек. В это время желательно снизить любые нагрузки на организм.

На протяжении всего месяца обратить внимание на сердечно – сосудистую (особенно в конце ноября!), дыхательную, моче-выделительную системы и состояние репродуктивных органов.

Сердечно - сосудистая система - возможно повышение артериального давления.

Необходимо переводить избыток энергии в творческое русло, проявлять сердечность в отношениях, принимать мнение других людей и развивать чувствительность к близким людям и окружающему миру. Снижению артериального давления способствует употребление ягод калины красной, брусники, кизила, зерен граната. Кроме того, при повышенном давлении рекомендуется употреблять сельдерей, свеклу, гранат, бруснику, чай из ягод: боярышника, рябины, шиповника, черноплодной рябины, калины, зеленый чай и чай каркаде. Можно применять природные диуретики (мочегонные средства) - отвары трав: буквица, валериана, мордовник, сушеница болотная.

Репродуктивная система. Переизбыток энергии в репродуктивной системе может вызывать воспалительные процессы в ней, обострение хронических заболеваний половой сферы, что требует профилактики. Важно уделить внимание отношениям с партнерами противоположного пола, стремясь к красоте и гармонии.

Дыхательная система. Возможны хронические вялотекущие процессы. Обратить внимание на согласование в отношениях, так как от этого будет зависеть функционирование и здоровье дыхательной системы. Активизировать процессы в дыхательной системе помогут следующие практики: огненная пранаяма и

четырёхтактное дыхание.

Моче-выделительная система будет ослаблена. Избегайте переохлаждений, следите за своевременным опорожнением кишечника. Чтобы не было застоев в этой системе верьте в жизнь, реализуйте все свои способности и таланты, а также обратите внимание, на соответствие имеющихся ресурсов вашим целям.

Полнолуние 12 ноября 16 ч. 34 мин. мск. Луна в Тельце

В Полнолуние наши чувства и эмоции обостряются. В это время хорошо слушать музыку и наслаждаться произведениями искусства, общаться с природой, поддерживать и укреплять отношения.

В этот период не следует начинать новые дела и принимать важные и судьбоносные решения.

В период Полнолуния психика человека становится очень уязвимой, возможна бессонница из-за переизбытка энергии. Операции в Полнолуние делать не рекомендуется, возрастает опасность кровотечений.

В Полнолуние следует проявлять умеренность во всем. В дни Полнолуния рекомендуется исключить из употребления животный белок. Следует отказаться от больших физических нагрузок.

Влияние транзитных планет на здоровье людей

Транзитный Сатурн будет оказывать влияние на людей, день рождения которых приходится на следующие даты:

- со 2 по 14 января (особенно 6-8 января);
- со 2 по 14 апреля (особенно 6-8 апреля);
- с 3 по 16 июля (особенно 8-10 июля);
- с 4 по 17 октября (особенно 9-11 октября).

В ноябре вас могут мучить страхи, может проявляться более мрачный взгляд на жизнь, возможны депрессии, охлаждения в отношениях, даже расставания. Может наблюдаться неуверенность при принятии решений, возможны неудачи в делах.

Постарайтесь не впадать в уныние! Ведь угнетенные состояния снижают сопротивляемость организма. Займитесь интересным делом, встретьтесь с друзьями, порадуйте своих близких и друзей, и ваше настроение будет улучшаться, а здоровье сохраняться.

Весь ноябрь вам стоит быть осторожными, остерегайтесь падений (особенно в гололед), необходимо поберечь кости и зубы, т.к. они у вас «под ударом». Избегайте чрезмерных нагрузок на сердце, на позвоночник. Позаботьтесь о здоровье и иммунитете, чаще

бывайте на свежем воздухе, на природе. И ваше здоровье не пострадает. Под мощным воздействием транзитного Урана, устремляющего к внутренним изменениям и обновлению, продолжают находиться 4 группы людей, родившиеся в период:

- с 18 по 31 января (особенно 24-25 января);
- с 18 по 31 апреля (особенно 24-25 апреля);
- с 21 июля по 2 августа (особенно 26-27 июля);
- с 21 октября по 2 ноября (особенно 26-27 октября).

Всем 4-м группам, особенно 2-ой, стоит позаботиться о своем здоровье, т.к. происходит обновление их энергетики, что может приводить к нервному перенапряжению, у 2-ой группы к тому же увеличена вероятность инсультов и инфарктов. Постарайтесь не сопротивляться новому, спокойнее относиться к происходящему, больше гуляйте и отдыхайте. Увеличен риск несчастных случаев, будьте внимательны на дорогах! Транзитный Плутон продолжает мощно влиять на жизнь и здоровье следующих групп людей, родившихся:

- С 5 по 17 января (особенно 10-12 января);
- С 5 по 17 апреля (особенно 10-12 апреля);
- С 7 по 20 июля (особенно 13-15 июля);
- С 7 по 20 октября (особенно 13-15 октября).

У представителей всех 4-х групп длительное время может наблюдаться состояние повышенного беспокойства, ощущение опасности. Возможны кардинальные перемены в жизни: как кризисы, так и прорывы на работе, в отношениях, могут обостриться заболевания, проявиться способности воздействовать на большие массы людей, т.к. энергетика человека сильно повышается.

Хорошее время для изменений непроработанных черт своего характера, для преображения. Может возрастать сексуальная и творческая энергия. Важно пустить ее в нужное русло, хотя не всегда получается ею управлять.

Нужно соблюдать осторожность в ситуациях, выходящих за рамки повседневности. В общественных местах, в транспорте, увеличена опасность травм и заболеваний; правда, выживаемость может тоже возрасти. Однако не стоит искушать судьбу... Позаботьтесь о здоровье и безопасности! Проявляйтесь более гармонично! Относитесь легче к происходящему! И помните, этот период жизни вам дан, чтобы вы могли разрушить в себе старые и отжившие установки (в себе, а не в окружающих, так как они лишь помогают вам увидеть непроработанные качества), и выйти из него преображенными! Рекомендуем профилактировать состояние здоровья, особенно сердечно-сосудистой

системы и укреплять иммунитет: баланс 4 Стихий (ежедневная практика), сонастройка, медитация на гармонизацию отношений в фамильном, родовом, народном древе.

На протяжении всего месяца стоит обратить внимание на свое здоровье Близнецам и Ракам.

Звезды предупреждают, но помните, что ваше здоровье в ваших руках!

Прогноз для вас подготовили специалисты Института Универсального Прогнозирования и Института Социосистемологии: Спиридонова Галина – Миасс, Потехина Тамара – Оренбург, Наймушина Галина – Пермь, Соколова Светлана – Тюмень, Дорошенко Наталья – Новосибирск, Шестакова Галина – Екатеринбург, Пивняк Оксана- Днепр.