

❖ L'influsso della luna su natura, salute e vita quotidiana

Servirsi della luna

JOHANNA PAUNGER
THOMAS POPPE



La luna influenza in maniera determinante il buon esito di molte nostre azioni. Questo manuale, che riscopre la saggezza della tradizione popolare, c'insegna come utilizzare il calendario delle fasi lunari e dei segni zodiacali e ci offre una ricchissima gamma di consigli e suggerimenti per scegliere il momento giusto per ogni cosa. Per sapere quando cominciare una dieta, tagliare i capelli, innaffiare le piante, fare un viaggio e molto altro in armonia con la luna.

CON IL CALENDARIO LUNARE FINO AL 2016

Johanna Paungger e **Thomas Poppe** sono noti in tutta Europa per numerosi libri dedicati all'influsso della luna sulla natura e sull'uomo, tra i quali, *Salute e benessere in armonia con le fasi della luna*, *Il dizionario della luna* e *L'agenda della luna*. Presso Corbaccio è stato pubblicato *La luna e l'arte della ginnastica*.

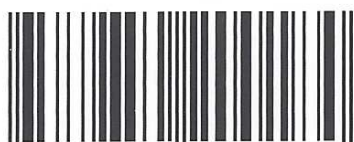
In copertina: © Marka
Grafica Studio Baroni

BENESSERE CORPO MENTE

€ 7,50

www.tealibri.it

ISBN 88-502-0018-8



9 788850 200184

PREFAZIONE DEGLI AUTORI	9
I. I SETTE IMPULSI DELLA LUNA	
Passato e presente	13
Luna nuova	19
Luna crescente	20
Plenilunio	20
Luna calante	20
La luna nello zodiaco	21
Luna ascendente e luna discendente	22
Effetto delle combinazioni (correlazioni)	24
Ritmi particolari	26
Il momento del contatto	26
Tabella delle costellazioni	28
II. VIVERE IN MODO SANO, ESSERE E RIMANERE SANI IN ARMONIA CON I RITMI LUNARI	
Pensieri sulla salute	29
Causa e terapia	32
Buona alimentazione, buona digestione:	
pilastri della salute	34
L'influsso della posizione della luna sull'alimentazione	36
Consigli generali per una sana alimentazione	41
È cresciuta un'erba?	
Piccole notizie sulle erbe	45
L'erba giusta al momento giusto	48
Regole inerenti la raccolta delle piante	48
Il momento giusto	49
La forza misteriosa della luna piena	52
Conservazione delle erbe medicinali	53
Preparazione e uso	54
Tre esempi in cui servirsi delle erbe	56
Regole importanti per la salute	58
A proposito degli interventi chirurgici	59
«Il posto giusto»: fattore salute	61
Come ci si libera dalle cattive abitudini	63
Il ritmo degli organi nel corso della giornata	65
Visita dal dentista	66
Interazione tra posizione della luna nello zodiaco: corpo e salute	67

TEA - Tascabili degli Editori Associati S.p.A., Milano
www.tealibri.it

© 1991 by Heinrich Hugendubel Verlag, München
© 1994 by Frasnelli-Keitsch Coop. a.r.l., Bolzano
Edizione su licenza della Frasnelli-Keitsch
Titolo originale
Vom richtigen Zeitpunkt
Prima edizione TEA Pratica maggio 1996

Ristampe: 17 16 15 14 13 12 11 10 9 8
 2009 2008 2007 2006 2005

Regole di base	68
Ariete	69
Toro	71
Gemelli	72
Cancro	73
Leone	74
Vergine	75
Bilancia	76
Scorpione	77
Sagittario	78
Capricorno	79
Acquario	80
Pesci	81
Come trattare con i medici	82
III. I RITMI DELLA LUNA IN GIARDINO E IN NATURA	85
Le proprietà degli impulsi delle costellazioni stellari	89
Seminare, piantare e trapiantare	90
La scelta della fase lunare	91
La scelta della costellazione	92
Annaffiare ed irrigare	93
Coltivazione alternata e gruppi di piante	94
Trapiantare, cambiare vaso e piantine da trapianto	95
Lotta contro le erbacce e i parassiti	96
La prevenzione è la miglior medicina	98
Lotta ai parassiti	98
Lotta alle erbacce	102
Potatura di alberi, piante e siepi	103
Potatura degli alberi da frutto	103
Innesto	104
Una medicina (quasi) infallibile per piante ed alberi malati	104
Giorni della vergine, giorni di lavoro	106
Alimentazione delle piante	107
Regole generali per la concimazione	107
La concimazione dei fiori	109
Cereali, verdura e frutta	109
Il compost - riciclaggio naturale	110
Raccogliere, immagazzinare e conservare	112
Viticoltura	113
I segni zodiacali in giardino e nei campi	
Ariete	115
Toro	116

Gemelli	117
Cancro	118
Leone	119
Vergine	120
Bilancia	121
Scorpione	122
Sagittario	123
Capricorno	124
Acquario	125
Pesci	126
IV. IL MOMENTO GIUSTO	
NELL'ECONOMIA AGRICOLA E FORESTALE	127
I ritmi lunari in agricoltura	
Coltivazione di cereali	129
Giorni della sorte	129
Parassiti e malerbe	130
Concimazione	130
Raccolto e immagazzinamento di cereali	131
Costruzione di sentieri e di opere idriche	132
Recinti	133
Posa del palo per l'essiccazione del fieno	133
Cura della stalla	133
Come condurre il bestiame al pascolo	134
Gravidanza	134
Pulcini sani, polli sani	135
Apertura della stalla	135
Svezramento dei vitelli	135
Regole per l'economia forestale	136
Il momento giusto per l'abbattimento degli alberi	140
Dissodare e diramare	141
Attrezzi e mobili di legno	141
Testimonianze sull'abbattimento degli alberi e sui giorni per dissodare	143
Legno duro che non marcisce	144
Legno che non si infiamma	144
Legname che non cala	145
Legna da ardere	145
Legno per assi, per segheria e da costruzione	146
Legno per ponti e per barche	146
Legno per attrezzi e per pavimenti	146
Legno che non si fende	147
Alberi di natale	147

V LA LUNA COME «AIUTANTE» NELLE FACCENDE DOMESTICHE E NELLA VITA DI OGNI GIORNO.....	149
Pulire, lavare e smacchiare	
Giorno di bucato	151
Pulitura a secco	152
Pavimenti in legno, parkett	152
Finestre e vetro.....	152
Porcellana.....	153
Metalli.....	153
Scarpe	154
Muffa.....	154
Grandi pulizie	154
Dall'arieggiare fino alle gite in famiglia	
Arieeggiare, ma bene.....	155
Riporre indumenti estivi e invernali.....	156
Conservare, mettere nei vasetti, immagazzinare	156
Dipingere e laccare.....	157
Riscaldare in autunno	157
Mettere le finestre per l'inverno.....	158
Cura delle pinate d'appartamento	158
Qualità del giorno ed escursioni	159
Consigli per la cura del corpo	
Cura della pelle	160
Cura dei capelli	161
Cura delle unghie.....	162
Massaggi.....	163
PER IL FUTURO.....	165
CALENDARIO LUNARE	167

PREFAZIONE DEGLI AUTORI



a alcuni anni a questa parte mi viene chiesto di divulgare le conoscenze con le quali sono cresciuta, conoscenze che riguardano i ritmi lunari ed il loro influsso su tutta la vita terrestre. Devo ringraziare mio nonno il quale mi ha portato a capire che sensibilità, osservazione e sperimentazione sono, in natura, la chiave per intendere molte cose che la scienza non è riuscita a chiarire.

Ricordo molto bene la mia prima conferenza, qualche anno fa. Mi avevano avvisato che sarei stata derisa e fors'anche schernita. L'appoggio di mio marito e la mia convinzione interiore erano però talmente forti che poco mi importava di quante persone avrebbero potuto farlo. Un'unica cosa contava per me: se una sola persona avesse appreso questa meraviglia della natura, sarebbe rimasta in vita un'antica «scienza», trasmessa, sperimentata, usata nel corso dei secoli; scienza che, proprio in questi tempi, potrebbe rivelarsi di grande valore.

Il successo di quella prima volta mi ha incoraggiato ed ora, dopo molte conferenze, mi accingo a scrivere le mie esperienze. Mi conforta sapere che molte persone sono aperte alla conoscenza dei ritmi lunari. All'inizio vedevo facce incredule, ma dopo alcuni tentativi si è sviluppato un interesse esplosivo. Le fasi lunari per me non sono nulla di nuovo, ma sono felice che molte persone si avvicinino oggi con fiducia a questa antica scienza.

Il mio desiderio è quello di far conoscere una scienza che potrà accompagnare il lettore per tutta la vita senza bisogno di consultare manuali e tabelle, che un po' alla volta gli entri nel sangue e che possa trasmetterla ai propri figli i quali ne faranno delle esperienze in prima persona. Anche se il lettore non è cresciuto con questi principi, il libro può essere l'occasione per fare esperienze simili, un aiuto più valido di mille esempi descritti. Dopo i primi approcci questo libro non sembrerà più strano e si capirà come tutto sia semplice.

Il libro è nato dal lavoro svolto insieme con mio marito e con l'amico Thomas Poppe e mi auguro che per tutti i lettori di buona volontà sarà un'illuminazione ed un compagno utile in molte situazioni di vita!

Johanna Paungger



Grandi avventure possono cominciare da piccole cose, poco appariscenti: lo squillo del telefono, ad esempio. «Ho conosciuto una signora che, certo, potrebbe interessarti ... Potreste forse scrivere un libro insieme ... Si chiama Johanna Paungger. Le ho parlato di te e desidera conoscerti.»

«Scrivere un libro? E di cosa?» risposi un po' seccato. Proprio in quel momento mi stavo occupando di un libro che non amavo e l'ispirazione mi aveva abbandonato.

«Aspetta, non è così facile a spiegarsi ...»

Come se non bastasse!

Curioso di natura come sono, acconsentii pur non sapendo a cosa sarei andato incontro.

Molte circostanze ed esperienze della mia vita mi hanno arricchito e meritano di essere designate come «eccezionali, strane, notevoli», ma l'incontro con la signora Paungger non rientra in queste categorie. È stata una cosa talmente nuova che non ho saputo trovare in me unità di misura per sistemarla in un qualche angolo dei miei pensieri e dei miei sentimenti.

E dire che non è capitato nulla di straordinario o di spettacolare: ci siamo trovati in un caffè ai margini del bosco, abbiamo parlato poco del libro in progetto, ci siamo scambiati cortesie e raccontati aneddoti per superare le distanze iniziali ed abbiamo filosofeggiato su questo e su quello. Leggendo uno dei miei libri, mi diceva, ha sentito che sarei stata la persona giusta per scrivere insieme con lei di una antica scienza. Ha narrato del Tirolo, sua patria, della sua fanciullezza – nove fratelli, famiglia di contadini – del suo trasloco a Monaco ... e sempre, quasi per caso affioravano accenni ad una scienza particolare, ancora viva nella sua terra e che suo nonno le aveva fatto conoscere: la scienza dei ritmi lunari ed il loro influsso su natura, persone, animali e piante.

Mi è rimasto in mente un aneddoto che può chiarire il periodo in cui cominciai ad apprendere queste cose dal nonno. Raccontò che quegli anni trascorsero quasi senza parole, soltanto guardando, osservando, toccando, vivendo, sperimentando. Una volta, però, ponendo una domanda circa la raccolta di un'erba medicinale, si sentì rispondere dal nonno: «Guarda attentamente.»

Prima di avere la certezza di essere pronti per iniziare un libro, seguirono molti altri incontri con Johanna Paungger. Con la conoscenza s'era instaurato anche un rapporto di reciproca fiducia. Sempre più persone frequentavano le sue conferenze, cominciavano ad interessarsi all'antica scienza dei ritmi lunari e la spingevano a mettere per iscritto tutto ciò che aveva imparato. Questo libro è il frutto di un armonico e felice lavoro di équipe. La signora Paungger ha contribuito con le sue conoscenze e le sue esperienze, io con la penna e la mia esperienza a mia volta. In certi punti si troveranno brevi passaggi scritti in prima persona: si tratta di fatti ed esperienze personali della signora Paungger o miei.

Lo stesso scrivere si è rivelato per me un particolare processo di apprendimento. Avevo dimenticato il vecchio detto: per chi impara l'entusiasmo è come il sonno per il cacciatore. Piano, piano mi è stato chiaro che la signora Paungger non vuole convincere nessuno, che la sua scienza non ha bisogno di alcuna giustificazione poiché alla fine si dimostra da sola. Il suo scopo principale è quello di dare al lettore la certezza di aver finalmente trovato la ricetta, forse la panacea, per risolvere i suoi problemi. Rispettare il «momento giusto» non basta, se non è accompagnato dal giusto modo di pensare e dalla buona predisposizione. Fissarsi le disposizioni nella mente ed attenersi strettamente ha la stessa funzione di una stampella alla quale ci si appoggia fintantoché è necessario e si getta via quando non serve più. Dopo la scienza dovrebbe entrare nel sangue e rendere attenti verso se stessi e l'ambiente. L'uso quotidiano e la sperimentazione di queste regole rafforza la nostra attenzione verso le cose che ci circondano e ci fa scoprire relazioni riguardanti la nostra stessa vita che, alla fine, superano le regole stesse.

Nell'antichità era compito precipuo del sapiente, indifferente se artigiano o filosofo, quello di trasmettere responsabilmente il suo sapere (non i suoi sentori, le sue supposizioni, le sue idee, le sue convinzioni). Per la prima volta abbiamo a disposizione – per quanto la forma scritta possa essere adeguata – la scienza dei ritmi lunari. Una gamma di consigli e suggerimenti che riguardano quasi tutti i campi del quotidiano: dalla medicina alla casa, all'alimentazione, al lavoro in giardino e nei campi.

La pazienza è l'unico prezzo da pagare per trarre vantaggio da questo libro; solo così esso potrà divenire il punto di partenza per scoprire un altro mondo.

Thomas Poppe

I

I SETTE IMPULSI DELLA LUNA

*È così piacevole esplorare natura
e se stessi allo stesso tempo,
senza arrecare violenza né ad essa né al proprio spirito,
portando entrambi, insieme,
in equilibrio, in delicata armonia.*

(Goethe)

PASSATO E PRESENTE



er secoli l'uomo, per garantirsi la sopravvivenza, è vissuto in costante armonia con i molteplici ritmi della luna. Osservava con occhi attenti e sottostava alle necessità, all'inizio ancora senza chiedersene la ragione. Gli eschimesi, ad esempio, vivono ancora in condizioni ambientali dure ed impensabili, in mezzo al ghiaccio perenne. La loro lingua distingue quaranta diverse espressioni per la parola neve: hanno imparato a riconoscere quaranta diversi stati di acqua ghiacciata. Ma solo due di queste quaranta specie di ghiaccio e neve sono adatte alla costruzione degli igloo, delle loro abitazioni.

L'uomo non osservava attentamente solo lo stato delle cose, ma anche quale interazione venisse a crearsi tra lo stato stesso ed il momento dell'osservazione: il giorno, il mese, la stagione, la posizione del sole, della luna, delle stelle. Molti monumenti archeologicamente importanti dei tempi antichi dimostrano quanto valore i nostri antenati attribuissero alla precisa osservazione degli astri ed al calcolo del loro corso. Non solo per puro desiderio di ricerca, bensì per trarre il maggior utile possibile dalla conoscenza degli influssi sul tempo esercitati da ognuna delle costellazioni. I loro calendari erano elaborati seguendo il corso della luna e del sole e servivano per la previsione di particolari forze-impulsi che solo in determinati momenti agivano sulla natura, sull'uomo e sugli animali e ritornavano ad intervalli regolari. In particolare a quelle forze che all'unisono con il corso della luna influiscono su tutta la vita e determinano il successo o l'insuccesso della caccia e del raccolto, dell'immagazzinamento e delle cure.

Il ricercatore naturale Charles Darwin nella sua opera classica «L'origine dell'uomo» ha semplicemente trascritto una nozione già conosciuta, e ritenuta di grande utilità, da molte generazioni

prima di lui: «L'uomo, come le belve e persino gli uccelli, è soggetto a quella misteriosa legge per la quale certi processi normali quali la gravidanza, la crescita delle piante e la maturazione dei frutti, il decorso delle malattie dipendono dai *periodi lunari*.»

Sensi acuti, vigilanza, capacità di percezione e precisa osservazione della natura, del mondo degli animali e delle piante, hanno fatto dei nostri antenati dei «maestri nella scelta del giusto momento».

Hanno infatti scoperto

- ◆ che numerosi fenomeni della natura – bassa ed alta marea, nascite, eventi meteorologici, ciclo mestruale e altre cose – sono in relazione con il corso lunare;
- ◆ che molti animali nel loro agire si regolano con la posizione della luna, che gli uccelli, ad esempio, raccolgono il materiale per la costruzione del nido solo in certi periodi, cosicché i nidi si asciugano più in fretta dopo la pioggia;
- ◆ che l'effetto ed il successo di numerose attività quotidiane e non – abbattere piante, cucinare, mangiare, tagliarsi i capelli, lavorare in giardino, concimare, lavare, far uso di medicinali, operazioni e altro – sono soggetti a ritmi naturali;
- ◆ che a volte operazioni e medicinali in certi giorni sono più utili e invece si rivelano inutili o addirittura dannosi in altri, indipendentemente dalle dosi, dalla qualità degli stessi e dalle capacità dei medici;
- ◆ che piante e loro parti, a seconda dei giorni, sono soggette ad energie diverse: conoscere tutto ciò è determinante ai fini del successo nella formazione, nella cura e nel raccolto dei frutti; che erbe medicinali raccolte in determinati periodi contengono più principi attivi che in altri.



Naturalmente era cura dei nostri antenati tramandare ai figli il loro sapere e le loro esperienze. Era dunque necessario dare agli influssi osservati nomi semplici, facili da comprendere e, soprattutto, inserirli in un sistema chiaro che permettesse sempre ed ovunque di descrivere le forze e prevedere i futuri impulsi. Era importante individuare un orologio del tutto particolare.

Sole, luna, stelle, con la natura come cornice esterna, si sono offerti volontari, per così dire, come lancetta e quadrante. Il motivo è molto semplice: l'essenza del ritmo è ripetizione. Se si osser-

va, per esempio, che il periodo migliore per la semina di una determinata pianta dura esattamente due o tre giorni al mese e la luna in quel momento attraversa sempre le stesse stelle, diventa ovvio racchiudere quelle stelle in un quadro, dando alla costellazione un nome chiaro e tipico per la particolare caratteristica degli influssi. La costellazione diviene così la lancetta nel quadrante del firmamento.

I nostri antenati hanno isolato grossomodo dodici impulsi di forze dalle diverse proprietà e colorazioni. Hanno dato dodici diversi nomi alle stelle attraversate durante uno di questi impulsi dal sole (nel corso di un anno) e dalla luna (nel corso di un mese).

Così sono nate le dodici costellazioni dello zodiaco: Ariete, Toro, Gemelli, Cancro, Leone, Vergine, Bilancia, Scorpione, Sagittario, Capricorno, Acquario e Pesci.

L'uomo aveva escogitato un «orologio stellare» sul quale poteva leggere quali influssi dominavano quel momento, in base al quale poteva prevedere il futuro, gli influssi favorevoli o meno che avrebbero influenzato i suoi propositi. Molti calendari del passato si regolavano sul corso della luna in quanto le forze indicate e annunciate dalla posizione della luna nello zodiaco sono molto più significative per la vita di ogni giorno dell'uomo che non quelle della posizione del sole. Del resto, si sa che ancora oggi molte delle nostre festività dipendono dalla posizione della luna. Pasqua, ad esempio, dalla fine del secondo secolo dopo Cristo viene festeggiata la prima domenica dopo il plenilunio dall'inizio della primavera.

Verso la fine del 19° secolo, quasi all'improvviso, la scienza di questi particolari ritmi della natura cadde nel dimenticatoio; forse anche perché ogni sistematizzazione porta con sé una sorta di sonnifero. Se l'orologio segna mezzogiorno, non è più indispensabile controllare la posizione del sole. Se l'osservazione diretta di impulsi e forze che dominano un giorno non giocano più alcun ruolo, anche le regole e le leggi, che hanno radici in esse, perdono validità.

Causa dell'abbandono della scienza è la promessa fattaci dalla tecnologia moderna e dalla medicina: soluzioni «più rapide» a tutti i problemi della vita di ogni giorno. Per breve tempo, essa è riuscita anche a darci l'illusione di mantenere questa promessa. L'osservazione ed il rispetto dei ritmi naturali sembravano di colpo essere diventati superflui. Quest'antica scienza sopravvisse, alla fine, solo in singole regioni.

Giovani contadini, guardie forestali e giardinieri dei «tempi moderni» ridevano dei loro genitori e nonni, parlavano di superstizione e si affidavano completamente all'uso smodato di macchine, strumenti, concimi e pesticidi. Credevano di poter ignorare la scienza dei loro genitori circa la scelta del giusto momento e i raccolti sempre più abbondanti per molto tempo sembravano aver dato loro ragione. Così hanno perso il contatto con la natura e hanno cominciato, all'inizio inconsciamente, a contribuire alla distruzione dell'ambiente, sorretti sempre dall'industria che ha saputo costruirsi intorno un alone di fiducia dando l'impressione di essere in grado di risolvere qualsiasi problema. Nessuno, oggi, può ignorare il prezzo che siamo costretti a pagare per aver disatteso i ritmi delle leggi naturali: i raccolti diminuiscono e i parassiti imperversano perché il terreno viene depredato senza che si possa proteggere e rigenerare, l'uso dei pesticidi si è moltiplicato nel giro di pochi decenni senza pertanto raggiungere successi ragguardevoli. Qualità e valore nutrizionale del raccolto parlano chiaro.

I progressi della chimica e della farmaceutica hanno sedotto i medici portandoli alla convinzione di poter ignorare impunemente il movimento ondulare della vita e la vita stessa nella sua totalità. La rimozione veloce del dolore e dei sintomi era già considerato un «successo terapeutico»; la ricerca delle cause e la prevenzione, la pazienza e la disposizione a una lunga «collaborazione» con il paziente, sono invece rimaste in secondo piano. Inoltre, con i metodi scientifici moderni, la scienza dei ritmi lunari è sì dimostrabile, ma difficile da motivare; la domanda del «perché?» rimane per il momento senza risposta. Nella razionalità di molti scienziati, un buon motivo per ignorarla totalmente!

E noi tutti a cuor leggero continuiamo a non prestar fede alla scienza dei ritmi. Lo facciamo perché abbiamo eletto la comodità a breve termine quale bene supremo, a spese della ragione, della misura e del modo, ma credendo di poter superare tutto, anche la natura, superiamo solo noi stessi. Al ritmo infernale del nostro tempo ci affrettiamo costantemente dal passato al futuro perdendo il momento presente, l'unico attimo dove c'è vita.

«Il cittadino dipende sempre più da prestazioni di servizi che non può influenzare, da esperti che gli consigliano e gli prescrivono come deve vivere. Nella confusione di consigli e suggerimenti, le capacità normali e connaturate soffocano, l'uomo rimane dipendente e subordinato come un bimbo, e tale deve rimanere. Non ha fiducia in se stesso, nel futuro e neanche nella forza di autoregolamentazione della vita.»

Ricarda Winterswyl, Süddeutsche Zeitung del 20.4.1991

Ma ignoriamo i ritmi anche per il più semplice dei motivi: ci sono sconosciuti. Forse chi legge è un pioniere che vuole riconquistare questa scienza, piano piano, senza precipitazione e senza fretta: non è mai troppo tardi per ridare vita ad una scienza antica. Lei aspetta solo persone che non si nascondono dietro giustificazioni del tipo «tanto da soli non si può concludere niente». Invece, proprio nella salvaguardia dell'ambiente, nonostante si voglia far credere il contrario, ogni piccola azione – anche quella del singolo – conta: spesso molto di più di grandi gesti e, soprattutto di grandi parole.

Tutte le regole e le leggi esposte in questo libro sono frutto di esperienze personali e di fatti vissuti. Nulla si basa sul sentito dire, su supposizioni o su convinzioni. Esistono molti altri ritmi e fattori di influsso nella natura che sono in correlazione con i ritmi umani, l'attività delle macchie solari, le irradiazioni dello spazio e della terra, e simili. Questo libro si limita ai sette «stati» della luna:



luna nuova



luna crescente



luna piena



luna calante



posizione della luna in una costellazione dello zodiaco



luna ascendente



luna discendente

Ancor oggi non è possibile dare una risposta definitiva alla domanda se la luna e la sua costellazione nel firmamento eserciti o no un influsso diretto o se, come già detto, la posizione della luna e delle stelle abbia solo la funzione di lancetta che mostra o segnala di volta in volta l'influsso osservato.

Chi sa un po' di astronomia e riconosce le costellazioni dello zodiaco nel firmamento può essere meravigliato dal fatto che la posizione «effettiva» del sole e della luna sia un po' diversa da quella indicata dal calendario. Ma non si tratta di una grossa di-

screpanza se la luna si trova ancora in Ariete, mentre il calendario dà già l'influsso del Toro. C'è da credere al calendario. Responsabili di questa differenza, in un ritmo di 28.000 anni, sono certe deviazioni di sole, luna e stelle. L'influsso delle costellazioni dello zodiaco non viene calcolato sulla effettiva posizione della luna, ma dal «punto della primavera», dal momento dell'equinozio del 21 marzo. L'esperienza dimostra che è giusto questo calcolo per la determinazione degli influssi: anche se la luna è realmente ancora nei Pesci, governa già l'impulso di forza che i nostri antenati hanno denominato «Ariete».

Le basi del calcolo sono molto complesse e non è questo il luogo per spiegarne le precise relazioni; per saperne di più si può consultare l'ampia letteratura astronomica esistente sul mercato.

La discrepanza tra l'effettiva posizione della luna e la posizione della luna sul calendario può forse dare un'idea delle possibili cause dei ritmi lunari: con questo si è potuto stabilire che la costellazione stessa – a distanza di miliardi di anni luce – non gioca alcun ruolo nel riconoscimento e nell'utilizzo dei dodici impulsi di forza. Per dare un esempio, un ricercatore che voglia documentare l'interazione tra posizione della luna e qualità degli impulsi, dovrebbe tener d'occhio i fenomeni di risonanza che si producono dalla rotazione e dall'oscillazione di luna, terra e pianeti intorno al sole. Come se dovesse studiare uno strumento musicale multidimensionale, che dà dodici toni chiaramente diversi tra loro.

Già da piccola mi sono resa conto di quale significato abbia la risonanza, la co-oscillazione di un corpo con l'oscillazione impressa da un altro corpo. Giocando in giardino accanto ad una vasca da bagno di zinco vuota, ho udito per alcuni minuti una leggera musica e un annunciatore del notiziario. I suoni provenivano dalla vasca e spariscono non appena percepiti. In particolari condizioni, la vasca possedeva le stesse frequenze del trasmettitore radio vicino, la sua struttura rafforzava le oscillazioni fino a renderle udibili.

Le forze ed i loro effetti su uomini, animali e piante – indipendentemente dalle loro cause – sono sempre dimostrabili con l'esperienza. La ricerca delle cause, invece, per il momento, deve accontentarsi di speculazioni, opinioni o convinzioni, certo non ancora a lungo. Da tempo ormai si vanno affermando frasi del tipo: «Il Capricorno agisce sulle ginocchia» o «La luna piena influisce sulla psiche». Queste espressioni, per la loro stessa semplicità, sono state lasciate così nel libro.

LUNA NUOVA



Nei ventotto giorni della sua rotazione intorno alla terra, la luna mostra una sola parte, quella che noi vediamo in tutto il suo splendore al plenilunio. L'altra parte rimane nel buio eterno. Gli astronomi definiscono la rotazione fissa di un satellite intorno ad un altro corpo celeste «rotazione legata». Se, vista dalla terra, la luna si trova tra la terra ed il sole, ci mostra la sua faccia oscura. Quasi non si vede e sulla terra c'è luna nuova, definita anche dagli antichi «luna morta».

È importante notare che in periodo di luna nuova, la luna rimane da due a tre giorni con le stesse stelle sullo sfondo, nella stessa costellazione zodiacale nella quale si trova il sole. È facilmente comprensibile se si pensa che a luna nuova, la luna si trova più vicina al sole, formando così quasi una linea tra sole, luna ed osservatore sulla terra. La luna nuova in marzo si trova sempre nei Pesci, in agosto sempre nel Leone e così via.

Questa regola va ricordata se si vuole calcolare approssimativamente la posizione momentanea della luna nelle costellazioni dello zodiaco: la luna rimane sempre da due a tre giorni in una costellazione. La luna piena che succede alla luna nuova di marzo ha percorso la metà dello zodiaco, ha attraversato sei costellazioni e deve, dunque, trovarsi nella Vergine o nella Bilancia. Questo principio può essere applicato a tutti gli altri mesi dell'anno.

La luna nuova sul calendario è indicata normalmente con un disco scuro. Un lasso di tempo molto breve in cui essa esercita impulsi particolarmente forti su uomo, animali e piante. Chi, per esempio, digiuna in questo giorno, previene molte malattie perché la capacità di disintossicarsi del corpo è al massimo. Se ci si vuole liberare di cattive abitudini, questo è il giorno più propizio. Alberi malati, dopo la potatura, possono guarire. La terra comincia ad ispirare.

Gli impulsi dei giorni di luna nuova non si avvertono tanto quanto quelli della luna piena perché l'inversione dei poli ed il nuovo orientamento delle forze, da luna calante a crescente, non sono così forti come, viceversa, al plenilunio.

LUNA CRESCENTE



Già alcune ore dopo la luna nuova, sulla superficie lunare, muovendosi da sinistra a destra, appare una piccola falce dalla parte della luna esposta al sole: la **luna crescente** portandosi dietro i suoi influssi caratteristici comincia il suo cammino. I sei giorni circa di viaggio fino alla mezza luna vengono anche definiti primo quarto e il cammino fino al plenilunio, dopo circa tredici giorni, secondo quarto.

Tutto quello che viene somministrato al corpo per la rigenerazione ed il rafforzamento per quindici giorni agisce doppiamente. Quanto più la luna cresce, tanto più è difficile guarire da ferite e operazioni. La biancheria, per esempio, con la stessa quantità di detersivo, non diventa pulita come in luna calante. Con la luna crescente e la luna piena nascono più bambini.

PLENILUNIO



La luna ha compiuto il suo viaggio intorno alla terra. La faccia che mostra al sole è un chiaro disco rotondo nel cielo. Vista dal sole, la luna si trova ora «dietro» la terra. Nel calendario la **luna piena** è rappresentata da un disco chiaro.

Anche nelle poche ore del plenilunio uomini, animali e piante percepiscono chiaramente una forza. Il cambiamento di direzione degli impulsi della luna, da crescente a calante, si fa avvertire di più che non il cambiamento di forze a luna nuova.

I sonnambuli si muovono nel sonno, le ferite sanguinano più abbondantemente del solito, erbe medicinali colte in questo giorno sprigionano maggiori forze, alberi potati ora potrebbero morirne, i distretti di polizia devono fare i conti con un incremento di violenza e di incidenti, levatrici devono predisporre turni speciali.

LUNA CALANTE



La luna si sposta lentamente, la sua faccia oscura fa la gobba da destra a sinistra, comincia la fase di **luna calante** che dura circa tredici giorni (terzo e quarto). Dobbiamo nuovamente essere grati ai nostri antenati per la scoperta dei particolari influssi di questo periodo: le operazioni riescono meglio, le faccende di casa scivolano via più facilmente, mangiando un pochino più del solito non si in-

grassa. Molti lavori in giardino e nella natura vengono favoriti (la semina e la piantagione di verdure che crescono sotto terra) o sfavoriti, come per esempio l'innesto degli alberi da frutto.

LA LUNA NELLO ZODIACO



La terra gira intorno al sole. Il sole, visto dalla terra, nel corso di un anno, si trattiene circa un mese in una costellazione dello zodiaco. Le stesse costellazioni vengono attraversate dalla luna nel corso della sua rotazione intorno alla terra che dura circa ventidue giorni. La permanenza della luna in ciascuna delle dodici costellazioni è di circa due giorni e mezzo.

Le dodici diverse forze associate alla posizione della luna nello zodiaco raramente si fanno sentire come in luna piena. L'influsso su piante, animali e uomo è chiaramente percettibile, in particolare gli effetti sul corpo e sulla salute, in giardino ed in agricoltura (raccolta, diserbatura, concimazione). La luna nella Vergine (elemento terra), per esempio, nel regno vegetale corrisponde al «giorno della radice». Tutto ciò che si intraprende in questi due o tre giorni per favorire la crescita di radici risulta più efficace che in altri.

La medicina specialmente, un tempo, osservava coscienziosamente la scienza delle relazioni tra posizione della luna e decorso della malattia. Ippocrate, mentore di tutti i medici, era a conoscenza delle forze della luna ed istruiva inequivocabilmente i suoi discepoli: «È sciocco colui che esercita la medicina senza considerare l'utilità del movimento stellare» e ancora «Non operate quella parte del corpo dominata dalla costellazione che la luna sta attraversando».

Su noi uomini la posizione della luna nello zodiaco esercita influssi specifici su corpo ed organi. Si dice usualmente che ogni zona del corpo sia governata da una determinata costellazione. Nella tabella riassuntiva che conclude il capitolo si potranno trovare precise relazioni.

I nostri antenati medici hanno scoperto il seguente principio:



Tutto quello che si fa per il bene della regione del corpo governata dal segno attraversato in quel momento dalla luna, risulta più attivo eccezion fatta per le operazioni chirurgiche.

Tutto quello che affatica o strapazza la regione del corpo governata dal segno attraversato in quel momento dalla luna risulta più dannoso

Dovrebbero essere evitati, se possibile, interventi chirurgici a quegli organi o parti del corpo; le operazioni d'urgenza sottostanno ad una legge più alta.

Se la luna è crescente nell'attraversare il segno che domina quell'organo, la somministrazione di preparati rigenerativi per quello stesso organo risulta più efficace che se la luna fosse calante. Se la luna sta calando, invece, viene coronato da successo tutto ciò che si fa per disintossicare e decongestionare il corrispondente organo.

Gli interventi chirurgici sono solo apparentemente un'eccezione a questa regola. Pur servendo al bene di quell'organo particolare o di tutto il corpo, il momento dell'operazione e quello che segue risulta essere gravoso per l'organo stesso. Nel secondo capitolo verranno trattate più dettagliatamente queste relazioni.

 LUNA ASCENDENTE
 E LUNA DISCENDENTE

In questo libro si accenna spesso alla **luna ascendente e discendente** (in certe regioni definita anche luna sorgente e calante o declinante).

Le espressioni ascendente e discendente non hanno nulla a che vedere con le fasi della luna, che sia calante o crescente. Luna ascendente e discendente sono definizioni che dipendono dalla posizione della luna nello zodiaco.

Tutte le costellazioni dello zodiaco (Sagittario / Gemelli) che, nel corso di un anno, vengono attraversate dal sole dal solstizio invernale (21 dicembre) al solstizio d'estate (21 giugno) possiedono una **forza ascendente**: la forza dell'inverno e della primavera che segnala il graduale aumento, l'espansione, la crescita, la fioritura. Una **forza discendente** è propria della seconda metà dell'anno (Gemelli / Sagittario): la forza dell'estate e dell'autunno, che significa maturazione, raccolto, decadimento e riposo.



I segni Gemelli e Sagittario nel linguaggio comune non vengono ben definiti in quanto, essendo punti solstiziali o d'inversione tra le forze ascendenti e discendenti, non possono appartenere prettamente ad una delle due forze. La differenza precisa diviene importante solo per ciò che si ha in mente.

Sagittario		Gemelli	
Capricorno		Cancro	
Acquario		Leone	
Pesci	forza	Vergine	forza
Ariete	ascendente	Bilancia	discendente
Toro		Scorpione	
(Gemelli)		(Sagittario)	

Entrambe le proprietà, ascendente e discendente, si fanno notare anche nel percorso di ventotto giorni della luna attraverso lo zodiaco; come se le forze della primavera, dell'estate, dell'autunno e dell'inverno si facessero sentire nel breve corso di un solo mese. Aiutano a dare un colore individuale a ciascun segno e – a seconda della fase lunare – fanno sentire i loro effetti in particolare in giardino, in natura, ma anche in medicina.

Il tempo della luna ascendente è stato definito anche come «tempo del raccolto», i segni con forza discendente «tempo della semina». Nel giardinaggio e in agricoltura è di grande utilità l'osservazione di questi due diversi impulsi oltre che l'osservazione degli altri ritmi. La luna ascendente (*Sagittario / Gemelli*) è il periodo dei succhi; frutta e verdura sono particolarmente succosi, viene favorita la crescita delle piante in superficie. In luna discendente (*Gemelli / Sagittario*) i succhi si ritirano verso il basso e viene agevolato lo sviluppo delle radici.

Per distinguere i due impulsi, in passato, si è approntato un codice:

-  sul calendario voleva dire luna ascendente = tempo di raccolto;
-  viceversa, indicava luna discendente = tempo di semina.

Un altro semplice metodo per ricordare quale segno abbia forza ascendente o discendente richiede la conoscenza delle parti del corpo dominate dalle costellazioni dello zodiaco. Con l'aiuto della tabella alla fine del capitolo ciò non dovrebbe risultare difficile.

L'influsso *Ariete* e *Toro* è ascendente. Questi due primi segni dello zodiaco dominano le estremità superiori, dal capo alla nuca, alla cintura scapolare. Gli ultimi quattro segni, *Sagittario* (punto d'incrocio), *Capricorno*, *Acquario* e *Pesci*, sono anche ascendenti e dominano le estremità inferiori: coscia, ginocchia, gambe e piedi. Questi segni nello zodiaco portano verso l'esterno: spalle in su e di lato e ginocchia in giù = forza ascendente.

I sei segni centrali (*Gemelli / Sagittario*) portano verso l'interno del corpo e influenzano i suoi organi interni: petto, polmoni, fegato e reni fino al bacino = forza discendente.

EFFETTI DELLE COMBINAZIONI (CORRELAZIONI)

I sette impulsi di forza descritti possono interagire, rafforzarsi, indebolirsi e contribuire ad orientare diversamente le stesse proprietà degli impulsi.

Esempio: misure per la disintossicazione del corpo in luna calante in una costellazione con forza discendente risultano più attive che non in una costellazione con forza ascendente (basta ricordare che tutti gli organi interni, dunque anche quelli disintossicati, sono governati da segni con forza discendente!).

Se la luna è in Leone, un'operazione al cuore sarebbe influenzata sfavorevolmente poiché la forza negativa della luna crescente (tra febbraio ed agosto) viene notevolmente rafforzata. Un preparato per rafforzare il cuore, invece, è più attivo se somministrato in un segno con forza ascendente in luna crescente, piuttosto che in luna calante in un segno con forza discendente.

Si lascia ai pionieri tra i lettori, in special modo i medici ed i guaritori, il compito di studiare i seguenti ritmi traendone le opportune conclusioni.

Conosco personalmente alcuni medici e guaritori che raccolgono esperienze su questi ritmi. Sono proprio le lunghe malattie e quelle croniche che possono essere sanate con questo metodo. In questo caso, però, è necessario un atteggiamento leggermente diverso. Sono indispensabili osservazione e pazienza: due virtù che mal si combinano col nostro vivere febbrile.

Ripartizione dei segni zodiacali nelle fasi lunari

Segno	in luna crescente	in luna calante
Ariete	da ottobre ad aprile	da aprile ad ottobre
Toro	da novembre a maggio	da maggio a novembre
Gemelli	da dicembre a giugno	da giugno a dicembre
Cancro	da gennaio a luglio	da luglio a gennaio
Leone	da febbraio ad agosto	da agosto a febbraio
Vergine	da marzo a settembre	da settembre a marzo
Bilancia	da aprile a ottobre	da ottobre ad aprile
Scorpione	da maggio a novembre	da novembre a maggio
Sagittario	da giugno a dicembre	da dicembre a giugno
Capricorno	da luglio a gennaio	da gennaio a luglio
Acquario	da agosto a febbraio	da febbraio ad agosto
Pesci	da settembre a marzo	da marzo a settembre

Per non consultare sempre la tabella, si potrebbe ricordare la regola approssimativa di seguito specificata.

Il segno zodiacale nel quale si trova il sole è – a partire da quel mese – mezzo anno in luna calante e mezzo anno in luna crescente. A marzo, per esempio, il sole è nei Pesci e la luna nuova è nei Pesci.

La seguente osservazione è particolarmente interessante. Rapportando la conoscenza delle regioni del corpo governate dai segni zodiacali con le indicazioni sopra riportate relative al corso dell'anno dei segni zodiacali e la luna e la media, si troverà conseguentemente che le misure intraprese per la cura degli organi o di parti del corpo, avranno nelle due metà dell'anno effetti diversi. Osservazione convalidata da varie esperienze.

Esempio: operazioni all'anca (la regione dell'anca è dominata dalla Bilancia) ottengono migliori risultati nei mesi da ottobre ad aprile (Bilancia sempre in luna calante), piuttosto che nell'altra metà dell'anno, presupponendo, però, che l'intervento non venga fatto proprio nei giorni della Bilancia.

Una volta compreso questo ritmo, si può trasporre a tutti gli altri organi e parti del corpo.

Ogni segno zodiacale, spostato nel tempo di un mese, ha per mezzo anno la forza sostenitrice per disintossicare e mezzo anno per la somministrazione di elementi rigenerativi. Ho scoperto queste relazioni prendendo sempre nota se un rimedio aiuta particolarmente o se ha solo un buon effetto in un particolare momento. Annoto anche se un preparato, altrimenti definito buono, somministrato nella fase lunare favorevole o nella costellazione opportuna non ha ottenuto l'effetto desiderato. Dopo lunghe osservazioni posso affermare che certi trattamenti in autunno ottengono più velocemente l'effetto desiderato piuttosto che in primavera o in estate e viceversa.

Una delle regole più importanti è, comunque, che **gli interventi chirurgici sono da effettuarsi, se possibile, in luna calante** anche se questa regola non trova applicazione ed è ancora sconosciuta ai medici. Non entra facilmente nei «cassetti scientifici»! D'altra parte ci son voluti anni per capire che prima delle operazioni bisogna lavarsi le mani...

RITMI PARTICOLARI

Leggendo questo libro si verrà a conoscenza di altri ritmi del tutto particolari: regole e date particolari, assolutamente indipendenti dalla posizione della luna. Essi dipendono da fenomeni per noi strani ed inspiegabili, e d'altra parte non tenteremo nemmeno di chiarirli, che accadono tra cielo e terra. Come si può, infatti, spiegare che la legna tagliata il primo marzo dopo il tramonto del sole non brucia?

Siamo fiduciosi che esistano lettori interessati e curiosi, disposti semplicemente a provare queste leggi strane sì, ma tanto valide quanto le altre.

IL MOMENTO DEL CONTATTO

A molti interessa la domanda: come può essere che una data giusta per il raccolto di un frutto o per la somministrazione di un medicinale agisca spesso positivamente a lungo nel tempo se, come spesso accade, dopo poco tempo domina già l'influsso negativo contrario che condanna la stessa azione al fallimento? L'energia negativa non potrebbe assorbire quella positiva?

Facciamo un esempio: le patate raccolte ed immagazzinate al momento giusto si conservano per mesi. Raccolte solo un paio di giorni prima o dopo marciscono in breve tempo.

La risposta è forse un po' enigmatica, ma corrisponde al vero. Fattore determinante è il momento del «contatto», il momento dell'azione nei confronti di uomo, animale o pianta.

Toccando un essere nella natura in un particolare momento, con i miei pensieri o con le mie mani, con i miei propositi interiori o esteriori, trasmetto delle energie, delle forze che sono caratteristiche delle fasi lunari e della presenza della luna nello zodiaco. Come una lente, che convergendo su un solo punto le energie disponibili e disperse, ottiene l'effetto maggiore.

Queste forze sono così potenti che anche il solo toccare patate già immagazzinate, a seconda del momento, può avere risultati differenti. Se si vede che le patate marciscono perché sono state raccolte al momento sbagliato, si può ancora rimediare cambiando luogo d'immagazzinamento in un giorno adatto. Viceversa, si può constatare come patate già messe in cantina all'improvviso marciscano perché sono state toccate in un momento sbagliato, magari solo per il breve tragitto che le ha portate in cucina.

Questo può, forse, offrire una risposta chiarificatrice alle esperienze apparentemente contraddittorie nella vita di tutti i giorni, in medicina, in giardino, in natura e in casa. Il principio può essere applicato a tutte le regole presentate in questo libro.

LA TABELLA DELLE COSTELLAZIONI

La tabella sulla pagina seguente è un importante strumento. Offre uno sguardo d'insieme sui differenti impulsi d'azione delle singole costellazioni zodiacali sulle parti del corpo, parti delle piante, qualità dell'alimentazione, ecc. Essa mostra, inoltre, i simboli più semplici delle costellazioni zodiacali per facilitare il ritrovamento e l'identificazione dei segni nel calendario allegato al libro. La tabella potrebbe essere fotocopiata perché accompagni nella lettura del libro.

VIVERE IN MODO SANO, ESSERE E RIMANERE SANI IN ARMONIA CON I RITMI LUNARI

«Credi di poter prendere l'universo tra le mani e renderlo perfetto?
Non penso che si possa fare.

L'universo è sacro.
Non lo puoi perfezionare.
Se lo vuoi cambiare, lo distruggi.
Se lo vuoi possedere, ti sfuggirà.

Così le cose accadono, a volte prima, a volte dopo.
Talvolta respirare costa fatica, altre no.
Qualche volta c'è forza, qualche volta debolezza.
Qualche volta ci si sente trasportare verso l'alto, altre oppressi.

Per questo il saggio evita l'esagerazione,
la dismisura, la soddisfazione di sé.»

(Lao Tse)

PENSIERI SULLA SALUTE



Tutti credono di sapere cosa sia la salute. Fino a pochi anni fa veniva ufficialmente definita «assenza di malattia» da parte dell'Organizzazione Mondiale della Sanità ... forse perché si considera la salute bene supremo solo quando la si perde! Tuttavia è una definizione lontana dalla realtà e attualmente molti medici e guaritori si stanno adoperando per dare un'altra definizione di salute. Così scrive il medico di Monaco dr. Harald Kinadeter, autore di diversi libri: «Salute è la forza e la capacità di divenire ciò che siamo, superando tutto ciò che lo impedisce» e definisce lo stato che ne risulta «un armonico concorrere di processi diversi che caratterizzano l'uomo al servizio di un'idea che segue il senso della vita.»

I nostri antenati conoscevano queste relazioni. Sacerdoti-medici guaritori, sciamani e uomini di medicina lavoravano e guarivano tenendo presente che noi uomini non siamo macchine. Che siamo più di un sistema, riuscito più o meno bene, di ossa, nervi, muscoli ed organi, tenuti insieme da un «caso» dell'evoluzione.

TABELLA DELLE COSTELLAZIONI

Segno	simbolo	zona del corpo	sistema organico	parte della pianta	elemento ascen. discen.	qualità nutritiva	qualità del giorno
Ariete		naso, testa, cervello, occhi	organi di senso	frutto	fuoco	proteine	giorno del calore
Toro		laringe, organi della lingua, denti, mascella, gola, tonsille, orecchi	circolazione del sangue	radice	terra	sali	giorno del freddo
Gemelli		spalle, braccia, mani, polmoni	sistema ghiandolare	fiore	aria	grassi	giorno dell'aria della luce
Cancro		torace, polmoni, stomaco, fegato, cistifellea	sistema nervoso	foglia	acqua	carboidrati	giorno dell'acqua
Leone		cuore, schiena, diaframma, circolazione del sangue, arterie	organi di senso	frutto	fuoco	proteine	giorno del calore
Vergine		organi digestivi, nervi, milza, pancreas	circolazione del sangue	radice	terra	sali	giorno del freddo
Bilancia		reni, anca, vescica	sistema ghiandolare	fiore	aria	grassi	giorno dell'aria della luce
Scorpione		organi genitali, ureteri	sistema nervoso	foglia	acqua	carboidrati	giorno dell'acqua
Sagittario		coscia, vene	organi di senso	frutto	fuoco	proteine	giorno del calore
Capricorno		ginocchia, ossa, articolazioni, pelle	circolazione del sangue	radice	terra	sali	giorno del freddo
Acquario		gambe, vene	sistema ghiandolare	fiore	aria	grassi	giorno dell'aria della luce
Pesci		naso, testa, cervello	sistema nervoso	foglia	acqua	carboidrati	giorno dell'acqua