

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРОВ .....	5
<b>ГЛАВА 1. Семь факторов влияния Луны</b>	
<i>Прошлое и настоящее</i> .....	11
<i>Новолуние</i> .....	18
<i>Растущая Луна</i> .....	19
<i>Полнолуние</i> .....	19
<i>Убывающая Луна</i> .....	20
<i>Положение Луны в Зодиаке</i> .....	20
<i>Восходящая и нисходящая Луна</i> .....	21
<i>Комбинированные воздействия</i> .....	23
<i>Влияние Луны в зависимости от ее положения в Зодиаке</i> .....	25
<i>Момент соприкосновения</i> .....	28
<b>ГЛАВА 2. Ритмы Луны и здоровье</b>	
<i>Размышления о здоровье</i> .....	31
<i>Причины и лечение заболеваний</i> .....	34
<i>Правильное питание — основа здоровья</i> .....	37
<i>Ритмы Луны и питание</i> .....	40
<i>Рекомендации по правильному питанию</i> .....	45
<i>Некоторые сведения о целебных травах</i> .....	50
<i>Некоторые важные правила поддержания здоровья</i> .....	65
<i>Проблема хирургических операций</i> .....	67
<i>О правильном общении с врачами</i> .....	70
<i>Фактор качества места</i> .....	71
<i>Как избавиться от плохих привычек</i> .....	74
<i>Ритмы органов тела в течение суток</i> .....	76
<i>Влияние положения Луны в Зодиаке на человеческий организм</i> ..	78
<b>ГЛАВА 3. Ритмы Луны в саду и огороде</b>	
<i>Влияние Луны на природу</i> .....	93
<i>Посев, посадка и пересадка</i> .....	99
<i>Полив и увлажнение почвы</i> .....	102

Севооборот и соседство растений . . . . .	103
Борьба с сорняками и вредителями . . . . .	106
Обрезка растений, прививки . . . . .	114
Особая роль дней Девы . . . . .	117
Внесение удобрений . . . . .	119
Сбор урожая, хранение и консервирование . . . . .	124
Учет положения Луны в Зодиаке при выполнении различных работ . . . . .	126
<b>ГЛАВА 4. Ритмы Луны в сельском и лесном хозяйстве</b>	
Мы все — в одной лодке! . . . . .	137
Учет ритмов Луны в сельском хозяйстве . . . . .	139
Укладка плит на дорожках и уход за гидротехническими сооружениями . . . . .	143
Ограды, опоры . . . . .	144
Установка стогов . . . . .	144
Работы в хлеву . . . . .	144
Выгон скота на луг . . . . .	145
Учет ритмов Луны в лесном хозяйстве . . . . .	147
Выбор нужного момента для рубки леса . . . . .	153
Выбор нужного момента для раскорчевки и прореживания леса . . . . .	154
Деревья, предназначенные для изготовления инструментов и мебели . . . . .	154
Деревья, которые не будут гнить . . . . .	155
Огнеупорное дерево . . . . .	156
Дерево, не дающее усадки . . . . .	157
Дерево как строительный материал . . . . .	158
Особо прочное дерево . . . . .	160
Новогодние елки . . . . .	160
<b>ГЛАВА 5. Луна — помощница в повседневной жизни</b>	
Домашние работы . . . . .	163
Стирка . . . . .	166
Химическая чистка . . . . .	167
Большая домашняя уборка . . . . .	169
Проветривание . . . . .	170
Окраска и лакирование . . . . .	173
«Качество дней» и загородные прогулки . . . . .	175
Советы по уходу за телом . . . . .	177
Уход за кожей . . . . .	177
Уход за волосами . . . . .	177
Уход за ногтями . . . . .	180
Массаж . . . . .	181
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> . . . . .	182
<b>ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ 2009–2018 гг.</b> . . . . .	183

## ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРОВ

**В** течение многих лет меня снова и снова просили рассказать о тех знаниях, которые я получила с раннего детства: обо всех факторах влияния ритмов Луны на жизнь на Земле, т. е. о том, как влияют различные фазы и положение Луны в Зодиаке на многие жизненно важные процессы. Благодаря своему дедушке я узнала, что наблюдение, интуиция и опыт — это ключ ко многим загадкам природы, которые еще не разгаданы с помощью науки.

Я очень хорошо помню свое первое выступление. Меня предупреждали заранее, что я могу столкнуться с насмешкой. Однако мое внутреннее убеждение было настолько крепким и я была так уверена в поддержке моих друзей, что мне было безразлично, сколько слушателей будут надо мной смеяться. Для меня было важно только одно: даже если только один человек воспримет эти данные самой природой сведения, тогда это древнее знание останется живым. Ведь оно передавалось через века от поколения к поколению и именно сегодня может иметь большое значение для нас всех и для мира, в котором мы живем.

Успех этого первого выступления вдохновил меня и на последующие, и сегодня, после многих лекций, я решила

написать книгу. Я особенно радуюсь той любознательности, с которой многие люди воспринимают информацию о влиянии ритмов Луны. Если сначала я видела много недоверчивых лиц, то уже через короткое время возникал буквально взрыв интереса. И сегодня очень многие врачи и предприниматели применяют знания о «нужном моменте» в своей профессии. Для меня учет различных факторов влияния Луны — дело привычное, но я счастлива тем, что очень многие люди сегодня стали доверять этим старинным знаниям.

Моя точка зрения такова: если вас это заинтересовало, то вы должны получить знания, которые будут сопровождать вас всю жизнь (причем вам не придется обращаться к справочникам, руководствам и таблицам). Эти знания войдут в вашу плоть и кровь, и вы сможете передать их своим детям как «стартовый задел» для их собственного опыта. Если вы не выросли с этими знаниями, как я, то, прочтя эту книгу, вы получите возможность накопить собственный опыт. После некоторых попыток эти знания не будут больше казаться вам необычными и вы вскоре заметите, какую неоценимую помощь они оказывают вам во всех делах.

Эта книга возникла как результат совместной работы с моим другом Томасом Поппе. И пусть она станет для всех читателей доброй помощницей и облегчит им решение многих жизненных проблем.

*Иоганна Паунггер*

\* \* \*

Многие дела начинаются с маленьких, незначительных мелочей — например, с телефонного звонка.

«Послушай, я познакомился с женщиной, которая может тебя сильно заинтересовать. Может быть, вы напишете вместе книгу. Ее зовут Иоганна Паунггер. Я рассказал ей о тебе. Она хочет с тобой познакомиться...»

«Напишем книгу? О чем?» — ответил я слегка ошарашенно, так как я как раз бился с одной книгой, которая мне не давалась, а вдохновение оставило меня.

«Погоди, это не так просто объяснить.»

Ага, еще и это.

Но, любопытный от природы, я согласился. Тогда я и не подозревал, что меня ожидает.

Многие события и происшествия в моей жизни заслуживают эпитетов «необыкновенное, редко встречающееся, торжественное, обогащающее», однако встреча с госпожей Паунггер не укладывалась ни в одну из этих категорий. Характер встречи с ней был для меня так непривычен, что я не мог выбрать для себя ни один из масштабов, куда бы я мог поместить ее в моем сознании.

При всем при том не произошло ничего необычного или сенсационного: мы встретились в лесном кафе, поговорили немного о теме задуманной книги, обменялись любезностями и забавными историями, чтобы преодолеть первоначальную дистанцию, и пофилософствовали о том о сем. Она читала одну из моих книг и вынесла впечатление, что я как раз тот, с кем вместе она смогла бы записать свои старинные знания. Она рассказала о своем родном Тироле, о своем детстве — она была одной из десяти детей в крестьянской семье, — о переезде в Мюнхен, и все время, почти между прочим, проскальзывали намеки об очень нужных знаниях, которые на ее родине до сих пор широко распространены и которые передал ей ее дед: знания о ритмах Луны и ее влиянии на природу, на человека, животных и растения.

Последовали другие встречи с Иоганной Паунггер, и прошло еще значительное время, прежде чем мы оба решили, что пора начинать работу над книгой. Мы узнали друг друга, и между нами воцарилось доверие. Все больше людей посещали ее лекции, интересовались старинными знаниями и обращались с просьбой написать обо всем этом. Эта книга — результат гармоничной совместной работы, содружества, которое я могу назвать счастливым. Только в некоторых местах вы встретите короткие пассажи от первого лица, которые передают личные переживания или утверждения госпожи Паунггер либо мои.

Даже сам процесс написания книги превратился для меня в учебный процесс особого рода. Сначала я забывал старую поговорку о том, что «воодушевление для ученика — это то же самое, что сон для охотника». Но постепенно

мне становилось все яснее, что Иоганна Паунггер не стремится ничего доказать и кого-то обучить, что ее знания не нуждаются в оправдании, потому что они говорят сами за себя. Она ни в коем случае не собиралась убедить читателя в том, что он получает патентованные рецепты или универсальное средство, помогающее справляться со своими проблемами. Нужно не только совершать все «в нужный момент», но и делать это с соответствующим мышлением и настроением.

Это знание должно войти «в плоть и кровь» и приучить человека к внимательному отношению к себе самому и к окружающему миру.

Постоянное обращение к этим правилам, экспериментирование с ними обостряет наше внимание к вещам, которые нас окружают, и позволяют нам замечать даже те взаимосвязи в нашей жизни, которые в конечном итоге находятся за рамками этих правил.

В прежние времена высшим долгом обладающего знанием — будь то ремесленник или философ — было: очень ответственно передать дальше свои знания (но не предчувствия и догадки). Многообразие советов и подсказок, которые касаются учета ритмов Луны почти во всех важных областях нашей повседневной жизни: от целительства, домашнего хозяйства и проблем питания до работ в саду, в поле и огороде — поражает воображение.

*Томас Потте*