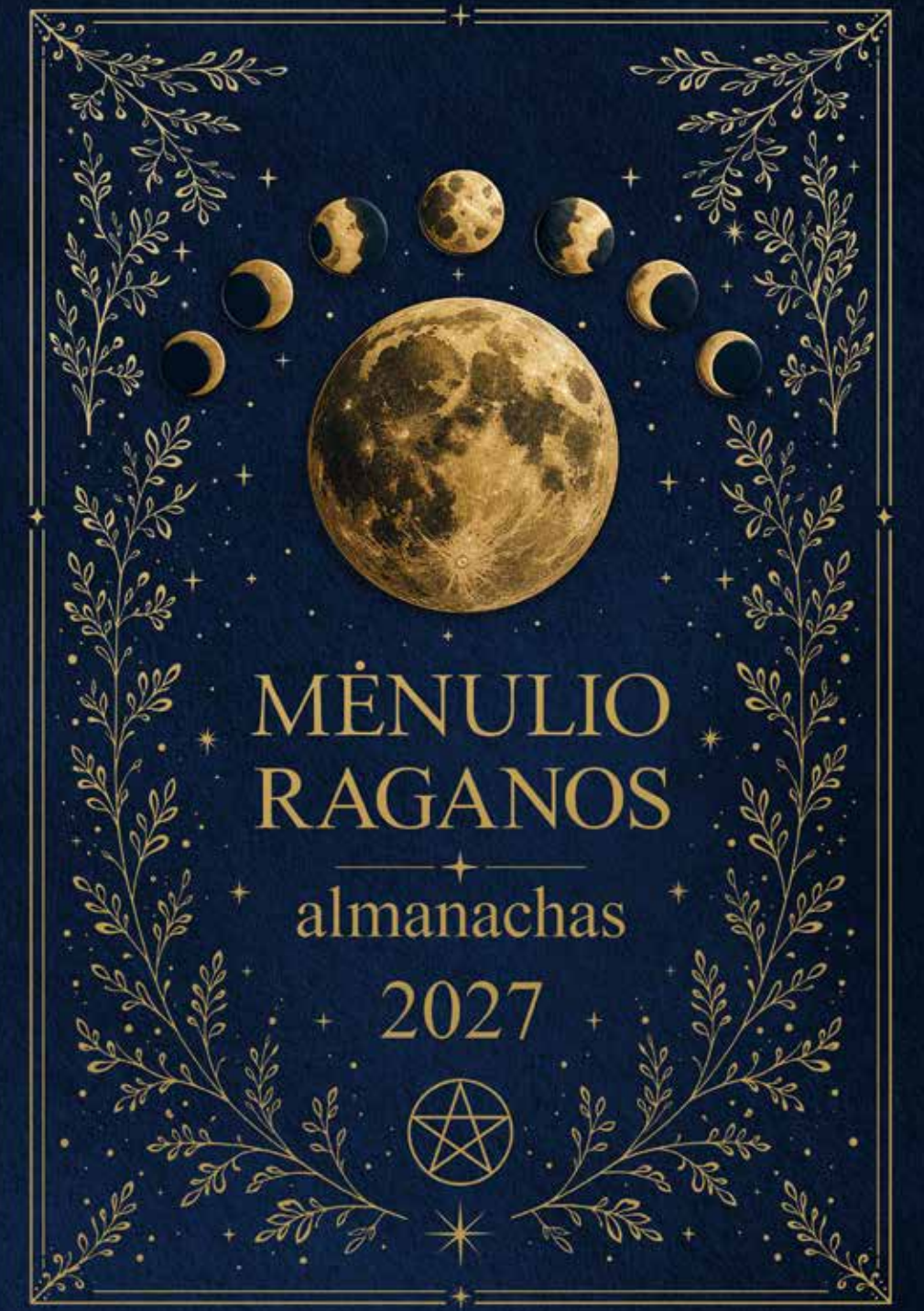




MÈNULIO RAGANOS

almanachas

2027



2027

Sausis	Vasaris	Kovas	Balandis	Geguže	Birzēlis
P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S
1 2 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4	1 2	1 2 3 4 5 6
4 5 6 7 8 9 10	8 9 10 11 12 13 14	8 9 10 11 12 13 14	5 6 7 8 9 10 11	3 4 5 6 7 8 9	7 8 9 10 11 12 13
11 12 13 14 15 16 17	15 16 17 18 19 20 21	15 16 17 18 19 20 21	12 13 14 15 16 17 18	10 11 12 13 14 15 16	14 15 16 17 18 19 20
18 19 20 21 22 23 24	22 23 24 25 26 27 28	22 23 24 25 26 27 28	19 20 21 22 23 24 25	17 18 19 20 21 22 23	21 22 23 24 25 26 27
25 26 27 28 29 30 31		29 30 31	26 27 28 29 30	24 25 26 27 28 29 30	28 29 30
				31	
Liepā	Rugpjūtis	Rugsējis	Spalis	Lapkritis	Grūdis
P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S
1 2 3 4	1	1 2 3 4 5	1 2 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5
5 6 7 8 9 10 11	2 3 4 5 6 7 8	6 7 8 9 10 11 12	4 5 6 7 8 9 10	8 9 10 11 12 13 14	6 7 8 9 10 11 12
12 13 14 15 16 17 18	9 10 11 12 13 14 15	13 14 15 16 17 18 19	11 12 13 14 15 16 17	15 16 17 18 19 20 21	13 14 15 16 17 18 19
19 20 21 22 23 24 25	16 17 18 19 20 21 22	20 21 22 23 24 25 26	18 19 20 21 22 23 24	22 23 24 25 26 27 28	20 21 22 23 24 25 26
26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29	27 28 29 30	25 26 27 28 29 30 31	29 30	27 28 29 30 31
	30 31				

2028

Sausis	Vasaris	Kovas	Balandis	Geguže	Birzēlis
P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S
1 2	1 2 3 4 5 6	1 2 3 4 5	1 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4
3 4 5 6 7 8 9	7 8 9 10 11 12 13	6 7 8 9 10 11 12	3 4 5 6 7 8 9	8 9 10 11 12 13 14	5 6 7 8 9 10 11
10 11 12 13 14 15 16	14 15 16 17 18 19 20	13 14 15 16 17 18 19	10 11 12 13 14 15 16	15 16 17 18 19 20 21	12 13 14 15 16 17 18
17 18 19 20 21 22 23	21 22 23 24 25 26 27	20 21 22 23 24 25 26	17 18 19 20 21 22 23	22 23 24 25 26 27 28	19 20 21 22 23 24 25
24 25 26 27 28 29 30	28 29	27 28 29 30 31	24 25 26 27 28 29 30	29 30 31	26 27 28 29 30
31					
Liepā	Rugpjūtis	Rugsējis	Spalis	Lapkritis	Grūdis
P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S
1 2	1 2 3 4 5 6	1 2 3	1	1 2 3 4 5	1 2 3
3 4 5 6 7 8 9	7 8 9 10 11 12 13	4 5 6 7 8 9 10	2 3 4 5 6 7 8	6 7 8 9 10 11 12	4 5 6 7 8 9 10
10 11 12 13 14 15 16	14 15 16 17 18 19 20	11 12 13 14 15 16 17	9 10 11 12 13 14 15	13 14 15 16 17 18 19	11 12 13 14 15 16 17
17 18 19 20 21 22 23	21 22 23 24 25 26 27	18 19 20 21 22 23 24	16 17 18 19 20 21 22	20 21 22 23 24 25 26	18 19 20 21 22 23 24
24 25 26 27 28 29 30	28 29 30 31	25 26 27 28 29 30	23 24 25 26 27 28 29	27 28 29 30	25 26 27 28 29 30 31
31			30 31		

2029

Sausis	Vasaris	Kovas	Balandis	Geguže	Birzēlis
P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S
1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4	1 2 3 4	1	1 2 3 4 5 6	1 2 3
8 9 10 11 12 13 14	5 6 7 8 9 10 11	5 6 7 8 9 10 11	2 3 4 5 6 7 8	7 8 9 10 11 12 13	4 5 6 7 8 9 10
15 16 17 18 19 20 21	12 13 14 15 16 17 18	12 13 14 15 16 17 18	9 10 11 12 13 14 15	14 15 16 17 18 19 20	11 12 13 14 15 16 17
22 23 24 25 26 27 28	19 20 21 22 23 24 25	19 20 21 22 23 24 25	16 17 18 19 20 21 22	21 22 23 24 25 26 27	18 19 20 21 22 23 24
29 30 31	26 27 28	26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29	28 29 30 31	25 26 27 28 29 30
			30		
Liepā	Rugpjūtis	Rugsējis	Spalis	Lapkritis	Grūdis
P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S	P A T K P Š S
1	1 2 3 4 5	1 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4	1 2
2 3 4 5 6 7 8	6 7 8 9 10 11 12	3 4 5 6 7 8 9	8 9 10 11 12 13 14	5 6 7 8 9 10 11	3 4 5 6 7 8 9
9 10 11 12 13 14 15	13 14 15 16 17 18 19	10 11 12 13 14 15 16	15 16 17 18 19 20 21	12 13 14 15 16 17 18	10 11 12 13 14 15 16
16 17 18 19 20 21 22	20 21 22 23 24 25 26	17 18 19 20 21 22 23	22 23 24 25 26 27 28	19 20 21 22 23 24 25	17 18 19 20 21 22 23
23 24 25 26 27 28 29	27 28 29 30 31	24 25 26 27 28 29 30	29 30 31	26 27 28 29 30	24 25 26 27 28 29 30
30 31					31



SVEIKA ATVYKUSI Į 2027 METUS



Metai keičia vieni kitus, metų laikai sukasi ratu, o Mėnulis danguje nuolat primena, kad gyvenimas vyksta ciklais. Po tamsiausios nakties sugrįžta šviesa, po žiemos ateina pavasaris, o kiekviena pabaiga tyliai ruošia vietą naujai pradžiai.

„Mėnulio raganos almanachas“ kviečia metus išgyventi lėčiau ir sąmoningiau, daugiau dėmesio skiriant tam, kas vyksta ne tik mūsų kasdienybėje, bet ir gamtoje. Tai nėra prognozių knyga ir ne bandymas nuspėti ateitį. Veikiau tai metų palydovas, padedantis pastebėti ritmus, kurie mus supa nuo seniausių laikų – Mėnulio fazes, metų laikų kaitą, gamtos ženklus ir tradicines lietuviškas šventes.

2027 metų tema – Mėnulio vedamos transformacijos. Tačiau transformacija šiame almanache suprantama ne kaip staigus virsmas ar didžiulė permaina. Dažniau ji primena sėklą, kuri po žeme ilgai nematoma kaupia jėgas, kol ateina laikas sudygti. Kartais pokyčiai vyksta tyliai ir nepastebimai, tačiau būtent jie ilginiui tampa svarbiausiais.

Šiuose puslapiuose rasi svarbiausias Mėnulio fazes, metų rato šventes, gamtos stebėjimus, augalus, nedidelius ritualus ir klausimus apmąstymams. Tebūnie tai vieta, kurioje gali trumpam sustoti, pasižymėti savo mintis ir prisiminti, kad nereikia skubėti greičiau nei juda gamta.

Tegul šie metai būna kupini dėmesingo stebėjimo, prasmingų atradimų ir mažų kasdienių stebuklų.

KAIP NAUDOTIS ŠIUO ALMANACHU



Šis almanachas sukurtas tam, kad lydėtų tave visus metus. Jį gali atsi-
versti kiekvieną dieną arba tik svarbiausiais Mėnulio ciklo momentais – per
jaunatį, pilnatį, lygiadienius ar metų rato šventes.

Kiekvieno mėnesio pradžioje rasi trumpą mėnesio temą, svarbiausias
Mėnulio fazes ir gamtos ženklus. Jaunaties puslapiai skirti naujoms idė-
joms, ketinimams ir pradžioms. Pilnaties puslapiai kviečia stabtelėti, įver-
tinti tai, kas subrendo, ir paleisti tai, kas nebetarnauja.

Gamtos ženklų skiltys padės pastebėti, kaip keičiasi aplinka už lango, o
metų rato švenčių intarpai primins senąsias lietuviškas tradicijas ir jų pras-
mę šiandien. Ritualai šiame almanache yra paprasti ir lengvai pritaikomi
kasdienybėje – jiems nereikia ypatingų priemonių ar pasiruošimo.

Svarbiausia šio almanacho dalis esi tu pati. Todėl nebijok rašyti pastabų,
žymėti įžvalgų, fiksuoti sapnų, idėjų ar mažų kasdienybės atradimų. Metų
pabaigoje šie puslapiai taps ne tik kalendoriumi, bet ir tavo asmeniniu
2027 metų žemėlapiu.

MĖNULIO FAZĖS IR JŲ REIKŠMĖ



Nuo seniausių laikų žmonės stebėjo Mėnulį kaip vieną patikimiausių gamtos laikrodžių. Jo ciklas trunka maždaug 29,5 dienos ir nuolat primena, kad gyvenime viskas vyksta etapais – ateina laikas pradėti, auginti, brandinti ir paleisti. Šiame almanache kiekviena fazė tampa kvietimu sustoti ir atkreipti dėmesį į tai, kas vyksta tiek aplinkoje, tiek mūsų viduje.

Jaunatis – pradžios metas



Jaunaties metu Mėnulis danguje beveik nematomas. Tai naujo ciklo pradžia, laikas apmąstyti, ko trokštame, kam norime skirti savo dėmesį ir energiją. Jaunatis kviečia sėti idėjas, kurti planus ir atsigręžti į ateitį.

Klausimas sau: Ką noriu auginti ateinančiomis savaitėmis?

Priešpilnis – augimo metas



Po jaunaties Mėnulis pamažu pilnėja. Tai veiksmo, mokymosi ir judėjimo pirmyn etapas. Tai metas, kai idėjos pradeda įgauti formą, o pradėti darbai reikalauja nuoseklumo.

Klausimas sau: Kokį mažą žingsnį galiu žengti šiandien?



Pilnatis – aiškumo metas

Pilnaties metu Mėnulis atsiskleidžia visu savo grožiu. Tai kulminacijos, įžvalgų ir matomumo laikas. Dažnai būtent tuomet aiškiau matome savo pastangų rezultatus, jausmus ar situacijas, kurios anksčiau buvo miglotos.

Klausimas sau: Kas mano gyvenime tapo aiškiau?



Delčia – paleidimo metas

Po pilnaties Mėnulis ima mažėti. Tai natūralus laikas peržiūrėti, kas pasiteisino, o ko jau nebereikia nešti toliau. Delčia kviečia atsisveikinti su nereikalingais įpročiais, mintimis ar įsipareigojimais ir pasiruošti naujam ciklui.

Klausimas sau: Ką atėjo laikas paleisti?

Mėnulio fazės nėra taisyklės ar nurodymai. Jos veikiau primena gamtos ritmą, kurio dalimi esame ir mes. Kartais pradžiai reikia daugiau laiko, kartais pilnatvė ateina netikėtai, o kartais paleidimas tampa svarbiausiu žingsniu. Stebėdama Mėnulį, pamažu imi pastebėti ir savo pačios ciklus.



2027 METŲ TEMA



MĖNULIO VEDAMOS TRANSFORMACIJOS

Transformacija retai vyksta per vieną dieną. Dažniausiai ji prasideda nuo mažų, beveik nepastebimų pokyčių – minties, sprendimo, naujo įpročio ar kitokio žvilgsnio į save. Kaip sėkla po žeme tyliai kaupia jėgas augimui, taip ir svarbiausi pokyčiai dažnai prasideda nematomi.

2027-ieji kviečia pasitikėti procesu. Nebūtina visko žinoti iš anksto ar skubėti ten, kur dar neatėjo laikas. Mėnulio ciklas primena, kad kiekvienas etapas turi savo paskirtį. Yra metas pradėti, metas veikti, metas džiaugtis vaisiais ir metas paleisti.

Šių metų kelionėje lydės dvylika mėnesių temų, susijusių su gamtos ritmu ir žmogaus vidiniu pasauliu. Vieni mėnesiai kvies drąsiau žengti pirmyn, kiti – stabtelėti ir įsiklausyti. Tačiau visi jie primins tą pačią tiesą: pokytis nebūtinai turi būti triukšmingas, kad būtų reikšmingas.

Tegul 2027-ieji tampa metais, kai mažiau kovojame su gyvenimo tėkme ir daugiau mokomės judėti kartu su ja.

LIETUVIŠKAS METŲ RATAS



Mūsų protėviai laiką matavo ne tik mėnesiais ar savaitėmis. Metų ritmą žymėjo gamtos virsmai, darbai ir šventės, kurios primindavo svarbiausius metų ciklo momentus. Šiame almanache prisiminsime keletą jų.

GAMOS IR METŲ RATO ŠVENTĖS 2027

Vilko Mėnulis – 2027 m. sausio 22 d.

Pirmoji metų pilnatis. Vidinės stiprybės ir krypties paieškų metas.

Grabnyčios – 2027 m. vasario 2 d.

Šviesos sugrįžimo šventė. Senovėje stebėti pirmieji artėjančio pavasario ženklai.

Užgavėnės – 2027 m. vasario 9 d.

Žiemos palydėtuvės ir pasiruošimas naujam augimo ciklui.

Pavasario lygiadienis – 2027 m. kovo 20 d.

Diena ir naktis susilygina. Astronominio pavasario pradžia.

Jorė – 2027 m. balandžio 23 d.

Gyvybės, žalumos ir žemės pabudimo šventė.



Gėlių Mėnulis – 2027 m. gegužės 20 d.

Pavasario gausos ir žydėjimo pilnatis.

Vasaros saulėgrįža – 2027 m. birželio 21 d.

Ilgiausia metų diena ir trumpiausia naktis.

Rasos – 2027 m. birželio 23–24 d.

Šviesos, vandens, žolynų ir gyvybės pilnatvės šventė.

Elnio Mėnulis – 2027 m. liepos 18 d.

Augimo, stiprėjimo ir brandos pilnatis.

Žolinė – 2027 m. rugpjūčio 15 d.

Dėkingumo žemei, derliui ir augalų pasauliui šventė.

Derliaus Mėnulis – 2027 m. rugsėjo 16 d.

Svarbiausia rudens pilnatis, susijusi su derliaus nuėmimu.

Rudens lygiadienis – 2027 m. rugsėjo 22 d.

Šviesos ir tamsos pusiausvyra. Astronominio rudens pradžia.

Ilgės – 2027 m. spalio pabaiga

Senasis vėlių minėjimo laikotarpis. Ryšio su protėviais metas.

Tamsiojo meto pradžia – 2027 m. lapkritis

Gamta užbaigia aktyvų ciklą ir pasuka į žiemos rimtį.

Adventas – Nuo 2027 m. lapkričio 28 d.

Laukimo, tylos ir vidinio susitelkimo laikas.

Žiemos saulėgrįža – 2027 m. gruodžio 21 d.

Trumpiausia metų diena. Saulės sugrįžimo šventė.

Kūčios – 2027 m. gruodžio 24 d.

Šeimos, protėvių ir namų židinio vakaras.

Kalėdos – 2027 m. gruodžio 25–26 d.

Šviesos sugrįžimo ir naujo ciklo pradžios šventė. Stebėdami šiuos metų ženklus, lengviau prisimename, kad ir mes esame gamtos ciklo dalis.



2027 METŲ DANGAUS AKCENTAI

Mėnulis ir Saulė nuo seno padėjo žmonėms orientuotis laike. Jie žymėjo sėjos pradžią, derliaus metą, metų virsmus ir švenčių ciklą. Šiame puslapyje surinkti svarbiausi 2027 metų dangaus įvykiai, prie kurių galėsi sugrįžti visus metus.

PILNAČIŲ VARDAI

Sausis	Vilko Mėnulis – 2027 m. sausio 22 d.
Vasaris	Sniego Mėnulis – 2027 m. vasario 20 d.
Kovas	Sliekų Mėnulis – 2027 m. kovo 22 d.
Balandis	Rožinis Mėnulis – 2027 m. balandžio 21 d.
Gegužė	Gėlių Mėnulis – 2027 m. gegužės 20 d.
Birželis	Braškių Mėnulis – 2027 m. birželio 19 d.
Liepa	Elnio Mėnulis – 2027 m. liepos 18 d.
Rugpjūtis	Eršketo Mėnulis – 2027 m. rugpjūčio 17 d.
Rugsėjis	Derliaus Mėnulis – 2027 m. rugsėjo 16 d.
Spalis	Medžiotojų Mėnulis – 2027 m. spalio 15 d.
Lapkritis	Bebro Mėnulis – 2027 m. lapkričio 14 d.
Gruodis	Šaltasis Mėnulis – 2027 m. gruodžio 13 d.

2027 METŲ UŽTEMIMAI

Vasario 6 d. – žiedinis Saulės užtemimas.

Vasario 20 d. – pusšėšėlinis Mėnulio užtemimas.

Liepos 18 d. – pusšėšėlinis Mėnulio užtemimas.

Rugpjūčio 2 d. – visiškas Saulės užtemimas (Lietuvoje bus matomas tik dalinis Saulės užtemimas) – vienas ilgiausių XXI a. visiškų Saulės užtemimų. Visiškumo fazė kai kuriose vietose truks daugiau nei 6 minutes. Tai bus ilgiausias užtemimas, matomas nuo sausumos. Paskutinį kartą toks užtemimas buvo stebimas 1991 metais, o sekantis tik 2114 metais.

Rugpjūčio 17 d. – pusšėšėlinis Mėnulio užtemimas.

Užtemimai primena, kad net ir reguliarūs dangaus ciklai kartais atneša netikėtų akimirky. Šiame almanache juos vertinsime pirmiausia kaip astronominius įvykius ir progą pakelti akis į dangų.

VERTA STEBĖTI DANGŲ

Sausis – Kvadrantidų meteorų lietus.

Sausis–vasaris – ryškiausias Marso matomumas.

Balandis – Lyridų meteorų lietus.

Gegužė – Eta Akvaridų meteorų lietus.

Birželis–liepa – prieš aušrą spindi Venera.

Rugpjūtis – Perseidų meteorų lietus.

Spalis – Orionidų meteorų lietus. Geriausias metas stebėti Saturną.

Lapkritis – Leonidų meteorų lietus.

Lapkritis–gruodis – vakaro danguje ryškiai matomas Jupiteris.

Gruodis – Geminidų meteorų lietus.

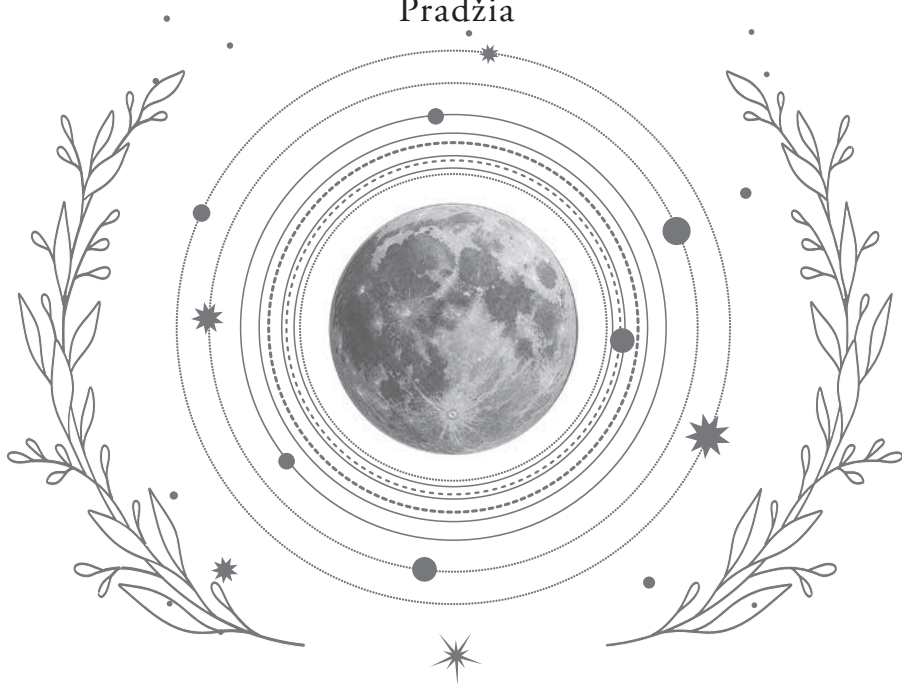
Net keliolika minučių po atviro dangumi gali priminti, kokio didelio ir nuostabaus pasaulio dalis esame.

SAUSIS

VILKO MĖNULIO MĖNUO

MĖNESIO TEMA

Pradžia



Po šventinio šurmilio ir trumpiausių metų dienų
sausis atneša ramybės pojūtį. Gamta vis dar
ilsisi, tačiau šviesos jau po truputį daugėja.
Tai metas ne skubėti, o susitelkti į tai, kas iš tiesų svarbu.
Kaip po sniegu nematomi bręsta pavasario pažadas,
taip ir mūsų sumanymai dar tik ieško savo formos.

MĖNESIO DOSJĖ

ARCHETIPAS: Sėjos sergėtoja

AUGALAS: Pušis

KRISTALAS: Dūminis kvarcas

SAPNŲ SIMBOLIS: Kelias

MANTRA: Viskas prasideda nuo mažo žingsnio.

KLAUSIMAS: Ką noriu auginti šiais metais?

DANGAUS RITMAS

-  Jaunatis – 2027 m. sausio 7 d.
Pirmoji metų jaunatis kviečia pradėti naują ciklą. Tai tinkamas metas apsibrėžti kryptį ir pagalvoti, kam šiais metais norėtum skirti daugiau dėmesio.
-  Priešpilnis – 2027 m. sausio 15 d.
Metas pereiti nuo minčių prie veiksmų ir žengti pirmuosius žingsnius.
-  Pilnatis – Vilko Mėnulis – 2027 m. sausio 22 d.
Sausio pilnatis nuo seno vadinama Vilko Mėnuliu. Žiemos naktys vilkų balsai primindavo apie laukinės gamtos gyvybę net ir šalčiausiu metų laiku. Ši pilnatis kviečia prisiminti savo vidinę stiprybę ir pasitikėti pasirinkta kryptimi.
-  Delčia – 2027 m. sausio 29 d.
Laikas peržiūrėti mėnesio pradžioje išsikeltus ketinimus ir atsakyti to, kas trukdo judėti pirmyn.



MĖNESIO LAIŠKAS

Sausis dažnai laikomas naujų pradžių mėnesiu, tačiau gamta primena kitokią tiesą – viskas turi savo laiką. Medžiai dar neleidžia pumpurų, žemė tebemiega po sniegu, o dienos ilgėja vos pastebimai. Tai metas, kai nereikia skubėti pildyti metų planų ar reikalauti iš savęs greitų rezultatų.

Vietoj to sausis kviečia kurti tvirtus pagrindus. Skirti laiko tam, kas svarbu, išsigryninti kryptį ir leisti mintims subręsti. Kaip sėkla žemėje pirmiausia leidžia šaknis, taip ir kiekvienam naujam sumanymui reikia erdvės įsitvirtinti.

Šį mėnesį verta daugiau stebėti nei skubėti. Pastebėti ilgėjančias dienas, šerkšną ant medžių šakų, žiemojančių paukščių balsus. Dideli pokyčiai dažniausiai prasideda nuo mažų ženklų.

ARCHETIPAS

Sėjos sergėtoja

Sėjos sergėtoja žino, kad ne kiekviena pradžia matoma iš karto. Ji nesivaiko greitų rezultatų ir neskuba išrauti sėklos vien tam, kad įsitikintų, ar ji jau dygsta. Jos stiprybė slypi kantrybėje ir pasitikėjime procesu.

Sausio mėnesį šis archetipas primena, kad svarbiausia ne padaryti kuo daugiau, o pasirinkti tai, kam iš tiesų verta augti. Kiekvienas sprendimas, mintis ar ketinimas yra tarsi sėkla, kurią sodiname ateities derliui.

Klausimas apmąstymui: Kokias sėklas šiuo metu sodinu savo gyvenime?

MĖNESIO AUGALAS

Pušis

Pušis visžalė net ir šalčiausią žiemą. Ji primena ištvermę, tvirtumą ir gebėjimą išlikti savimi keičiantis metų laikams. Lietuvių liaudies tradicijoje pušynai buvo laikomi ypatingomis vietomis, kuriose žmogus galėdavo atgauti jėgas ir nusiraminti.

Sausio mėnesį pušis kviečia prisiminti savo vidinį stuburą ir tai, kas suteikia stabilumo. Net ir tada, kai aplink daug nežinomybės, svarbu turėti tvirtą pagrindą.

KRISTALAS

Dūminis kvarcas

Dūminis kvarcas siejamas su stabilumu, žemiškumu ir gebėjimu išlaikyti aiškų protą. Sausio energijai jis tinka kaip priminimas, kad stiprybė dažnai slypi paprastume ir gebėjime išlikti ramiai.

GAMTOS ŽENKLAI

Ši mėnesį gamtoje

- Diena pailgėja beveik valanda.
- Miškuose gausu gyvūnų pėdsakų sniege.
- Zylės ir geniai dažniau lankosi prie sodybų.
- Saulė vis aukščiau pakyla virš horizonto.
- Po sniegu augalai kaupia jėgas pavasariui.

SENOLIŲ PASTEBĖJIMAS

Jei saulis gausiai pasipuošia šerkšnu, metai gali būti derlingi.

RITUALAS

Trijų žvakių ritualas

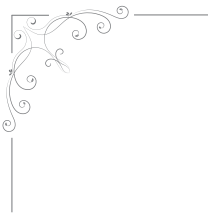
Uždek tris žvakes. Pirmoji simbolizuoja tai, ką palieki praėjusiais metais. Antroji – tai, ką nori sustiprinti. Trečioji – tai, apie ką dar nedrįsti svajoti garsiai.

Kelias minutes pabūk tyloje ir užrašyk pirmas kilusias mintis.

MĖNESIO RECEPTAS

Pušų spyglių arbata

Į puodelį karšto vandens įberk šaukštelį smulkintų pušų spyglių ir palaikyk 10 minučių. Arbata pasižymi gaiviu miško aromatu ir nuo seno buvo vertinama žiemos metu.



SAUSIS

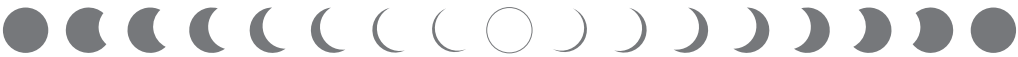
PIRMADIENIS	ANTRADIENIS	TREČIADIENIS
4 Susirašyk planus	5 Palanku tvarkytis	6 Trys Karaliai
11 Veik nuosekliai	12 Stiprink gerus įpročius	13 Laisvės gynėjų diena
18 Ieškok sprendimų	19 Skirk laiko namams	20 Drąsiau veik
25 Rinkis paprastumą	26 Palanku ilsetis	27 Užbaik smulkmenas

MĖNESIO REFLEKSIJA

Šį mėnesį supratau:

Esu dėkinga už:

Į vasarį pasiimu:



KETVIRTADIENIS	PENKTADIENIS	ŠEŠTADIENIS	SEKMADIENIS
	1 Naujųjų metų diena	2 Ramus startas	3 Skirk laiko sau
7 Daugiau svajok	8 Palanku planuoti	9 Ieškok aiškumo	10 Mokykis naujo
14 Tęsk pradėtą	15 Irkis veiksmų	16 Palanku bendrauti	17 Pasitikek savimi
21 Ivertink pažangą	22 Vilko Mėnulis – pamatyk rezultatus	23 Klausyk intuicijos	24 Dalinkis idėjomis
28 Paleisk įtampą	29 Atsisakyk pertekliaus	30 Tvarkyk erdvę	31 Pasitik vasarį medituodama



JAUNATIES PUSLAPIS

SAUSIO 7 D. JAUNATIS

Nauji metai prasideda jaunaties ritmu.

Skirk laiko apmąstyti svarbiausias kryptis ir pasirinkimus.

UŽRAŠAMS

Ką noriu pradėti? _____

Kam skirsiu daugiausia dėmesio? _____

Kokio jausmo siekiu šiais metais? _____

PILNATIES PUSLAPIS

SAUSIO 22 D. VILKO MĖNULIS

Pilnatis kviečia sustoti ir pažvelgti į tai,
kas tapo aiškiau per pirmąsias metų savaites.

UŽRAŠAMS

Kas mane nustebino? _____

Kuo galiu didžiuotis? _____

Ką noriu paleisti? _____



Skaitykite likusius
202 iš **224** puslapių,
įsigiję šią knygą

www.obuolys.lt

KITI KNYGŲ FORMATAI:



klausykla.lt

**Audio
knyga**



**Elektroninė
knyga**



Mėnulio ragana – tai ta,
kuri girdi tylų žemės alsavimą ir
moka panaudoti mėnulio
šviesos burtus.