



ŽIVOTNÍ STYL 18. 03. 2019

Jarní rovnodennost - jedinečný čas pro načerpání nové energie a zrod všeho nového

Jarní rovnodennost se už od dávných časů náležitě oslavovala, vždy se považovala za jeden ze čtyř hlavních svátků v roce. Jarní rovnodennost pro lidi...

Přichází jeden ze dvou magických časů v roce, a to jarní rovnodennost. Zatímco při podzimní rovnodennosti se zklidňujeme, připravujeme se na zimu a k odpočinku a bilancujeme, jarní rovnodennost nám přihrává energii a nové začátky. Při jarní rovnodennosti se prodlužuje den a tím pádem sílí sluneční energie, která je důležitým hybatelem našeho života. Jarní rovnodennost slavíme 20 nebo 21. března.

Při letošní jarní rovnodennosti Slunce vstupuje do znamení Berana, to znamená, že tento rok bude působení Berana velmi energické. A astrologického hlediska je jarní rovnodennost důležitá, jelikož Slunce prochází „jarním bodem“, který je začátkem zvěrokruhu. **V tento čas nabíráme energii a v létě pak naplno záříme.**

Jarní rovnodennost byl pro předky významný čas

Jarní rovnodennost se už od dávných časů náležitě oslavovala, vždy se považovala za jeden ze čtyř hlavních svátků v roce. Jarní rovnodennost pro lidi znamenala důležitý mezník, kdy odcházela zima a přicházel nový život a vše nové. Jedním z hlavních obřadů jarní rovnodennosti bylo [vynášení Morany](#) (Smrtky, Mareny, stařeny Zimy). Její figurína se společně se vším nepotřebným páčila nebo házela do vody. Tím došlo k symbolickému rozloučení a poděkování všemu starému a uvolnilo se místo pro nové.

Další obřad spočíval v přinášení ozdobených ratolestí děvčaty do vsi. Průvod děvčat procházel vesnicí za zpěvu a tance. **Jarní rovnodennost**, keltsky **Alban Eilir**, byla taky dobrou příležitostí pro jarní očistu, lidé se obřadně lidé šlehali zelenými ratolestmi a polévali pramenitou živou vodou. Nechyběla ani hostina, která vyjadřovala poděkování za nové síly, vzkříšení a obnovu. Při ní se většinou podávalo **sváteční pečivo**, jako je **mazanec**, z nejlepší mouky, dále vejce, tvaroh, máslo, med a také samozřejmě jarní bylinky.



Čas na očistu, úklid a zbavení se negativních myšlenek

S tím, jak jarní rovnodennost přináší světlo, energii a nový čerstvý vánek, **je dobré v tento čas udělat i očistu u vás doma**. Už předci prováděli velký úklid v domech, chlévech a na zahradách. Staré a nepotřebné věci a smetí pálily, odnášely za vesnici a lidé se zbavovali všeho, co nepotřebovali. **Udělejte tedy to samé a vrhněte se na kupu harampádí na půdě nebo v garáží, na kterou akorát sedá prach.**

Pokud máte doma oblečení, které nenosíte a akorát vám zavazí ve skříni, roztrďte je a darujte třeba na charitu. Umyjte okna, aby vám do domova pořádně svítilo slunce a neopomeňte ani zahradu. **Uvidíte, jak váš domov prokoukne a vám se uleví.**

Jarní rovnodennost je i skvělý čas pro to, věnovat sám sobě čas a prostor. **Spojte svoji vlastní energii s energií jara**. Můžete třeba vyrazit na procházku a kochat se probouzející jarní přírodou, buďto sám nebo se svým partnerem. **Nebo si jen tak pro radost natrhat jarní květiny a postavit je na stůl u sebe doma**. Dopřát si můžete také nějaký jarní pokrm z vajec s čerstvými jarními bylinkami nebo zkusit **detoxikaci organismu**.

Další jarní rituály, které si můžete dopřát

- **Připravte si vonnou koupel** - stejně jako se předci polévali vodou, aby se očistili, připravte si koupel s **domácí koupelovou solí**, která vám dopřeje regeneraci.
- **Navštivte své příbuzné**
- **Očistěte si domov od všeho zlého** - zapalte si doma svíčku a chvíli se u ní posadte. Poslouží také vykuřovadlo nebo odvar z nejsilnější očistné byliny, bílé šalvěje.
- **Uvařte si zelený pokrm z jarních bylinek**

Rovnodennost v roce 2019 připadá na 20. března v 22.58 hodin. Od tohoto dne se noc zkracuje a den prodlužuje, což trvá až do letního slunovratu, kdy je den dvakrát delší než noc.