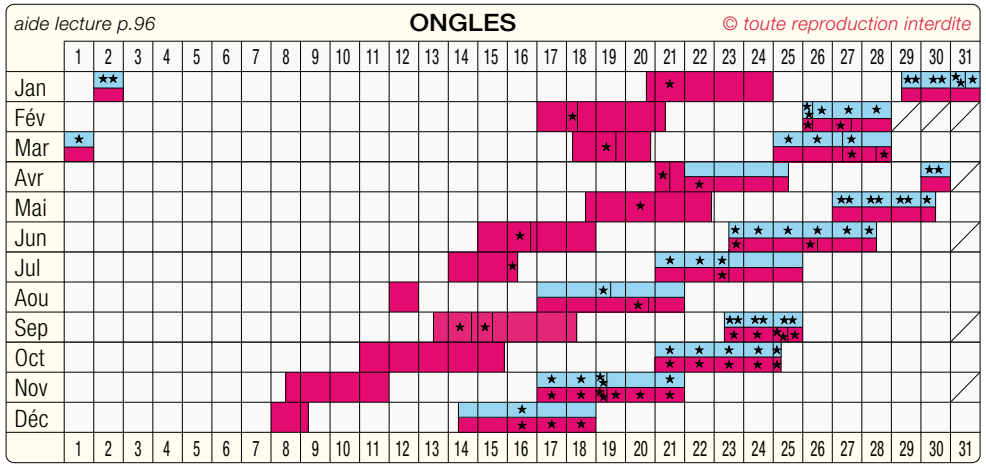
Ongles

Se couper les ongles suivant certaines influences lunaires permet de les stimuler et de les renforcer.
Pour des ongles plus solides, moins cassants, mais également pour limiter le risque d'ongles incarnés, nous vous conseillons de les couper aux dates suivantes.

Meilleurs jours pour la coupe des ongles :

- pour des ongles plus solides et moins cassants.
- pour limiter le risque d'ongles incarnés.
- jours favorables aux deux couleurs.
- ★ plus il y a d'étoiles, plus le jour est favorable.



Cors et durillons

Les extraire en lune décroissante, pendant le signe du Capricorne ou du Taureau. Dans une moindre mesure en lune croissante, pendant le signe de la Vierge ou de la Balance.

Verrues

Pour une élimination avec le suc de plantes comme la chélidoine, le souci ou le figuier : commencer le traitement en lune décroissante plutôt pendant le dernier quartier et si possible pendant les périodes k ou q, (voir courbes p. 72-95).

Vers

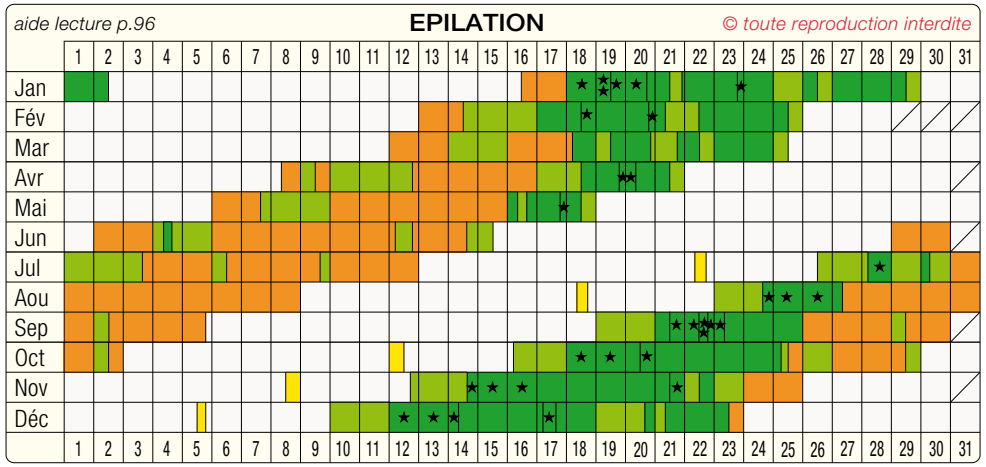
Pour plus d'efficacité, traiter contre les vers deux à trois jours avant la nouvelle lune ou à la rigueur deux à trois jours avant la pleine lune. Certains produits naturels s'avèrent efficaces contre les vers: ail, armoise, brou de noix, tanaisie, clous de girofle, graines de courges, etc.

Épilation

L'activité cellulaire de notre système pileux est plus ou moins forte suivant les différentes phases lunaires. Ainsi, certaines dates vont favoriser la repousse du poil alors que d'autres la freineront. Pour ralentir au maximum la repousse des poils, nous vous conseillons d'effectuer l'épilation aux dates suivantes :

Meilleurs jours pour une épilation qui retarde la repousse des poils :

- moyen,
- assez bon,
- bon,
- très bon,
- ★ excellent,
- s'il n'y a qu'une partie de la journée concernée, elle est délimitée par un trait vertical.



Soins de la peau

NETTOYER LA PEAU : (comédons, impuretés…) l'intervention sera mieux supportée si elle est faite lorsque la Lune est descendante et en aspect avec Vénus ☾ ☌ ✶ □ △ ♀(voir p. 14-17).

NOURRIR LA PEAU : pour les masques, les soins hydratants, les apports revitalisants… le moment d'application doit être choisi en fonction du type de peau.

- **Peau à tendance sèche et mixte :** meilleure efficacité en lune croissante, en évitant les signes suivants : Bélier, Cancer et Capricorne.

- **Peau à tendance grasse :** en lune décroissante, quand la Lune est en trigone et surtout en sextile au Soleil ☾ ✶ △ ☉ (voir p. 14-17), l'absorption des produits est un peu réduite, mais l'efficacité pour assainir la peau est beaucoup plus grande. Cette action en lune décroissante permet également d'éviter la dilatation des pores, pour une peau plus fine et plus ferme.

Si la peau est humidifiée avec de la rosée avant de mettre une crème, son effet en sera renforcé. La rosée est également un bienfait pour la santé si l'on y marche pieds nus.