Calendario dei digiuni 2026

Fuso orario: Asia/Kolkata

Chi pratica digiuna nell'ekádashii, l'undicesimo giorno dopo la luna piena e dopo la luna nuova: due volte al mese. Monaci e monache digiunano anche con la luna piena e con la luna nuova: quattro volte al mese. Il digiuno va dall'alba all'alba, senza cibo né acqua.

● Ekádashii: per tutti ● Luna piena e luna nuova: monaci e monache

Gennaio
- 3 Luna piena
- 14 **Ekádashii**
- 18 Luna nuova
- 29 **Ekádashii**

Febbraio
- 1 Luna piena
- 13 **Ekádashii**
- 17 Luna nuova
- 27 **Ekádashii**

Marzo
- 3 Luna piena
- 14 **Ekádashii**
- 18 Luna nuova
- 28 **Ekádashii**

Aprile
- 1 Luna piena
- 13 **Ekádashii**
- 17 Luna nuova
- 27 **Ekádashii**

Maggio
- 1 Luna piena
- 13 **Ekádashii**
- 16 Luna nuova
- 26 **Ekádashii**
- 30 Luna piena

Giugno
- 11 **Ekádashii**
- 14 Luna nuova
- 25 **Ekádashii**
- 29 Luna piena

Luglio
- 10 **Ekádashii**
- 14 Luna nuova
- 24 **Ekádashii**
- 29 Luna piena

Agosto
- 9 **Ekádashii**
- 14 Luna nuova
- 23 **Ekádashii**
- 27 Luna piena

Settembre
- 7 **Ekádashii**
- 10 Luna nuova
- 22 **Ekádashii**
- 26 Luna piena

Ottobre
- 6 **Ekádashii**
- 10 Luna nuova
- 22 **Ekádashii**
- 25 Luna piena

Novembre
- 4 **Ekádashii**
- 9 Luna nuova
- 20 **Ekádashii**
- 24 Luna piena

Dicembre
- 4 **Ekádashii**
- 8 Luna nuova
- 20 **Ekádashii**
- 23 Luna piena

Le date sono quelle dell'India. Dove la data locale cambia di un giorno, te lo dirà il tuo ácárya. Ananda Marga Pracaraka Samgha, India: Fasting Calendar 2026.