



"Crveni mjesec" autorice Mirande Gray ženama omogućava spoznaju ciklične prirode, razumijevanje i shvaćanje kerativne, seksualne i duhovne moći žena tijekom menstrualnog ciklusa. Našim je precima menstrualni ciklus predstavljao izvor kreativnih, duhovnih, seksualnih, emocionalnih, mentalnih i tjelesnih energija. Bio je dar koji je omogućavao ženama da se iz mjeseca u mjesec regeneriraju, da se izraze u svijetu u kojemu su živjele, ali i da ga stvaraju, da razvijaju duboku vezu sa zemljom i obitelji, te da otvoreno iskazuju svoju mudrost i nadahnuće.

Ova knjiga uči ih kako da prihvate i sa strašću žive život ojačan mjesečnim ciklusom. Na temelju zapadnih mitologija i narodnih predanja, praktičnih vježbi i metoda istraživanja u njoj iznesenih, svaka će žena promijeniti način na koji razmišlja o sebi, svojem ciklusu i životu općenito.

"Crveni mjesec" pomoći će vam da:

- prihvatite svoju cikličnu prirodu te da se povežete s moćnim energijama četiri faze menstrualnog ciklusa;
- uživajte u tim energijama te da ih iz dana u dan koristite u kreativnim, čulnim i duhovnim aspektima života;
- osmislite rituale koji će omogućiti emocionalno prihvaćanje i transformaciju.

Kreativne promjene

"Crveni Mjesec" je napisana iz potrage autorice Mirande Gray za razumijevanje kreativne promjene koje žene doživljavaju tijekom mjeseca. Dijeljenjem iskustva s drugim ženama, očito je da je menstrualni ciklus ne samo neugodnosti koja se dogodila jednom mjesečno, nego i moćna kreativna, seksualna i duhovna snaga u životu žena. Zanimanje za folklor i mitologiju potaklo je gledanje na ciklus kao mogućnost nalaženja "višeg JA" i arhetipsku sliku žena koje se razvija iskustva iz mjeseca u mjesec, a možda obnavlja i dugo zaboravljenu mudrost o promjeni prirode žena.

U pričama i legendi našla sam četiri slike žene koje predstavljaju našu fizičku, emocionalnu, mentalnu, duhovnu i seksualnu energiju koje su izražene kroz četiri faze menstrualnog ciklusa: prije menstruacije, menstruacija prije ovulacije i ovulacija. Odjednom možemo promijeniti način na koji smo mi sami percipiramo, više ne kao linearna bića očekujući da ćemo biti ista osoba i imati iste sposobnosti i mentalni i emocionalni pristup iz tjedna u tjedan, već kao ciklički bića svjesni da prolazimo različite protoke energije, sposobnosti i karakteristike kao naš i ciklus tijekom mjeseca.

"Mjesečev kalendar"

"Crveni Mjesec" vas uvodi u četiri faze menstrualnog ciklusa kroz slike iz mitova i legendi, a zatim, uz pomoć "Mjesečevog kalendara" vas vodi do otkrivanja jedinstvene energije smještene u menstrualnom ciklusu. Razumijevanje našeg individualnog ciklusa i izražavanje kreativne/seksualne/duhovne energije u obliku u kojem su nastale donosi slobodu ostvarivanja našeg punog potencijala. Nadam se da ćete čitajući knjige zavoljeti svoj ciklus kao prekrasan dar ženstvenosti koji obogaćuje ne samo naš život i naše bliske odnose, već i zajednicu i društvu.

Miradna Gray je umjetnica, dizajnerica, spisateljica i učiteljica alternativnih terapija. Svoj je rad posvetila proučavanju uloge žene u suvremenom društvu, njezina odnosa prema menstrualnom ciklusu te utjecaja ženske ciklične prirode na zahtjevne ritmove svakodnevnog života. "Red Moon čita se kao bajka, ali je zapravo daleko više, to je nezaobilazno štivo za sve žene!. Ona je bila takva olakšanje i otkriće da shvate da ne bih trebao očekivati da će biti točno ista osoba tijekom mog ciklusa. Prihvatanje svih različitih aspekata sebe i znajući svaki aspekt prednosti i nedostataka je nevjerovatno Osnaživanje. "Joanna, Velika Britanija

Miranda Gray

Blagoslov maternice

Poziv svim predivnim ženama, posvuda, na usklađivanje na daljinu - Blagoslov maternice, na dane pun

Redosljed radnji na taj dan:

•Womb Blessing meditacija

•Primaj energiju Womb Blessinga 20 minuta

•Meditacija dijeljenja

•Zemlja-Yoni meditacija

•Primaj energiju Zemlja-Yoni Blagoslova 5 minuta

•Meditacija Arhetipa

Dodatne Meditacije Arhetipa uz sljedeći Worldwide Womb Blessing su:

• za sjevernu polutku: Iscjeljivanje Majki pretkinja

• za južnu polutku: Prihvatanje naših seksualnih energija

Idi na <http://www.womboblessing.com/wb.html>

da bi pronašla novu Zemlja-Yoni meditaciju i upute kako primiti Blagoslov i dati ga drugoj ženi.

<http://www.mirandagrays.co.uk/pdfs/miranda-gray-moon-dial.pdf>