

The book cover features a vibrant, abstract background with shades of red, orange, and purple. A large, soft-edged white circle is centered in the upper half, containing the main title. The text is in a serif font, with the title in red and the subtitle and author's name in white.

Poselství pro ženskou duši

Ženská moudrost
pro všechny fáze
vašeho cyklu


Miranda Gray

OSULE

Poselství
pro ženskou
duši



OSULE



Poselství pro ženskou duši

Ženská moudrost
pro všechny fáze
vašeho cyklu

Miranda Gray

KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Gray, Miranda

[Spiritual Messages for Women. Český]

Poselství pro ženskou duši: ženská moudrost pro všechny fáze vašeho cyklu / Miranda Gray;
z anglického originálu Spiritual messages for women: Feminine wisdom for the menstrual cycle
přeložila Dana-Sofie Šlancarová. -- Vydání v českém jazyce 1. -- České Budějovice: OSULE, 2019.
-- 134 stran

ISBN 978-80-906017-7-2

316.346.2-055.2 * 159.923.2 * 159.922.1-055.2 * 2-58-055.2 * 159.947.5 * 612.662 * (0:82-4)

- ženy
- sebepoznání
- feminita
- ženská spiritualita
- afirmace
- menstruační cyklus
- úvahy

159.92 – Vývojová psychologie. Individuální psychologie [17]

Miranda Gray: Poselství pro ženskou duši
Ženská moudrost pro všechny fáze vašeho cyklu

Z anglického originálu Spiritual Messages for Women: Feminine wisdom for the
menstrual cycle, vydaného nakladatelstvím OSULE v České republice v roce 2012,
přeložila Dana-Sofie Šlancarová.

Jazyková redakce a korektura: Jiří Lněnička
Ilustrace, obálka a sazba: Lenka Blažejová, www.blazejova.cz
Tisk: CPI Moravia Books s. r. o.
Vydání v českém jazyce 1. České Budějovice: OSULE, 2019

ISBN 978-80-906017-7-2 (tištěná kniha)
ISBN 978-80-906017-8-9 (elektronická verze)

Text copyright © 2012 Miranda Gray
Publishing copyright © 2019 OSULE, s. r. o.

Miranda Gray: www.mirandagrays.com / www.wombblessing.com
OSULE, s. r. o.: www.osule.cz / www.cycklickazena.cz

PODĚKOVÁNÍ AUTORKY

Ráda bych srdečně poděkovala Daně-Sofii Šlancarové za všechnu její pomoc, energii a nadšení věnované tomu, aby tato kniha mohla přijít na svět. Bez ní by tato poselství byla stále jen v mém počítači!

A pak chci také poděkovat svému muži za jeho vytrvalou pomoc a podporu ve všem, co dělám, stejně jako všem úžasným ženám z celého světa, které se mnou sdílejí svou duchovní cestu při *Požehnání ženského lůna*.

PŘEDMLUVA NAKLADATELKY

Jsem velmi ráda, že v češtině vychází další kniha Mirandy Gray, autorky revolučních knih o ženské cykličnosti *Rudý měsíc* a *Cyklická žena. Poselství pro ženskou duši* doplňují to, co v předchozích dvou titulech více či méně chybělo: informace o tom, **jak můžeme jako ženy trvale zůstat ve spojení se svou duší, se svým vyšším Já, s Bohem, s Bohyní, s Vesmírem, s Božským ženstvím** (ať už tomu říkáme jakkoli) **i během proměn, jimiž každý měsíc procházíme.**

Protože v našem (ženském) životě **se díky hormonálním proměnám mění** nejen to, jak přemýšlíme, jak se chováme, jak se vztahujeme k lidem, jaká práce nám jde a co nám naopak nejde, jakou máme chuť na jídlo nebo na sex, jak komunikujeme se svými blízkými a s celým svým okolím, jestli chceme být s lidmi, anebo si naopak potřebujeme zalézt do své jeskyně a být nějaký čas o samotě – ale proměňuje se i to, jak funguje **naše spiritualita.**

Ať už je vaše náboženské vyznání jakékoli (anebo ať jste bez vyznání), **určitě jako žena pozorujete ve svém životě proměnlivost toho, jak se vám daří se napojovat** nejen na Boha (Bohyni atd.), pokud v něco takového věříte, ale i **na vás samotnou**, na vaši duchovní část, na vaše vnitřní touhy a potřeby.

A právě *Poselství pro ženskou duši* vám mohou pomoci, aby ani tato vaše část nezůstávala opomenuta a nenaplněna. Abyste pochopily, jak se i ona proměňuje během čtyř fází vašeho menstruačního cyklu a co můžete dělat, abyste dokázaly i této své důležité životní potřebě vyjít vstříc.

Miranda v knize střídá termíny *Goddess* (Bohyně), *Divine* (Bůh, Boží) a *Divine Feminine* (Božské ženství). V českém překladu tato označení přejímáme – ale vy si za ně můžete dosadit **jakékoli jiné označení, které** vyhovuje vám osobně a **lépe popisuje vaše vlastní vnímání spirituality**.

Texty poselství mají rovněž poetický rozměr, který jsme se spolu s korektorem Jiřím Lněničkou snažili co nejvíce zachovat a převést i do češtiny. Jirkovi, který se podílel už na překladu knihy *Cyklická žena*, patří velké díky za úžasnou spolupráci i při překladu této knihy.

Když jsem tuto knihu chystala k jejímu anglickému vydání v roce 2012, zažívala jsem na jejích stránkách chvíle neskutečné lásky, pochopení, přijetí, pozhnání a vnitřního klidu. Totéž jsem cítila při jejím překladu – a totéž přeju i vám. Ať je váš život díky poselstvím z této knihy zase o něco šťastnější a naplněnější a vy jste zářícím ztělesněním ženy-bohyně, ať už to pro vás znamená cokoli.

Srdečně vaše
Dana-Sofie Šlancarová,
překladatelka knihy, nakladatelka
a zakladatelka projektu
Cyklická žena®

PŘEDMLUVA AUTORKY

Tato kniha je průvodcem, který vám připomíná, že jste žena – a že jako žena jste byla stvořena, abyste v důvěrném objetí tančila s Bohyní a s její pomocí vytvářela a realizovala své sny. Připomíná vám, že jste ztělesněním Božského ženství a že vaším posláním je léčit svět i sebe samu a také o obojí pečovat. Budete-li si v průběhu svého měsíčního cyklu číst jednotlivá poselství z této knihy, vybudujete si živoucí, intimní a nádherný vztah s Božským ženstvím, a díky tomu budete žít krásný, naplněný, inspirující a tvůrčí život.

Naše vztahy se s časem vyvíjejí a mění. Živé zůstávají ty, v jejichž jádru je láska a přijetí. A aby zůstal živým i náš vztah s Bohyní, musíme přijmout nejen fakt, že nás stvořila cyklicky proměnlivé, ale i skutečnost, že neustálými proměnami prochází rovněž náš vztah s ní. A že pokud chceme, aby Bohyně vstoupila do našeho každodenního života, musíme se naučit tyto proměny vítat a milovat.

Poselství na následujících stranách vám pomohou začít milovat sebe samu, přijmout svou přirozenou proměnlivost a naučit se tančit vzrušující tanec s Bohyní, který při vaší cestě labyrintem neustále mění tempo i směr. Ve chvílích, kdy se cítíte odpojená od své božské taneční partnerky, vám tato poselství pomohou se s ní znovu spojit a pustit, co je třeba, aby vás opět mohla podporovat a vést. Pak můžete dál prozkoumávat a oslňovat svět všemi těmi nádhernými způsoby, jimiž vyjadřujete své Božské ženství i svůj vztah s ním ve svém životě a ve světě kolem vás.

Miranda Gray

ÚVOD

Tato kniha vznikla z hluboké vnitřní potřeby přijít na to, jak ve svém životě můžeme neustále zažívat milující Boží přítomnost i ve chvílích, kdy máme pocit, že nám v oblasti spirituality nefunguje to, co jindy. Duchovní techniky, které nás dokázaly jeden týden přivést blíže k Bohu, další týden nezabírají. A tak se ptáme samy sebe: Proč mi modlitba, která fungovala minulý týden, dnes nepřináší stejný pocit napojení a vnitřního klidu? Proč se mi vyznání, které mě v předchozích dnech tolik otevřelo božské lásce a míru, zdá teď tak prázdné? Proč nyní vnímám rituál nebo obřad, který ještě před týdnem vyjadřoval mé láskyplné vědomí si Boží přítomnosti, jako vzdálený a cizí?

Tato hluboká vnitřní potřeba, tato touha zažívat milující Boží přítomnost a žít ve vztahu s Bohyní, která se o nás zajímá, naslouchá nám, přijímá nás, podporuje nás, uzdravuje nás a chce s námi spolupřetvářet náš život, je velmi silná. Volá z prázdnoty, kterou v sobě cítíme – z pocitu, že nám něco chybí. Přichází tehdy, když nerozumíme samy sobě, své ženské spiritualitě a svému přirozenému vztahu s Bohem.

Je totiž velmi zásadní si uvědomit, že **ženský přístup ke spiritualitě se liší od toho mužského**. Jako ženy přemýšlíme, cítíme a prožíváme svět, sebe i Boha jinak než muži. A s tím souvisí jedno úžasné tajemství:

Naše spiritualita se proměňuje s tím, jak se měníme my – v průběhu našeho života, během ročních období, pod vlivem proměn měsí-

ce, ale také (a to především) během našeho měsíčního menstruačního cyklu.

Náš vztah s Bohem se proměňuje podle toho, jak se proměňujeme my. A tak, místo abychom si myslely, že naše spiritualita a vědomí Boží lásky má jen jednu podobu, můžeme k tomu přistupovat jako k proměňujícímu se vyjádření. Stejně jako můžeme stále tančit s jedním a tím samym partnerem, když se waltz promění v tango, můžeme zůstat ve spojení s Bohyní i během svých neustálých proměn. Jakmile si tuto skutečnost jednou uvědomíme, můžeme se ponořit do úžasného naplňujícího tance s Božským ženstvím, který je plný života a vzájemné spolupráce. Když se do Bohyně zamilujeme a dokážeme ji zcela přijmout, zažíváme sebezpříjetí, sebeúctu, sebelásku a pocit soudržnosti a jsme schopny naplno žít v souladu s tím, čím máme doopravdy být.

Laskavá a podmanivá poselství shromážděná v této knize jsou napsána tak, aby mluvila přímo k vašemu proměňujícímu se *Já* a pomáhala vám neustále cítit přítomnost Božského ženství ve vašem životě a v souladu s ním vytvářet a realizovat vaše sny. Jazyk těchto poselství záměrně není příliš konkrétní a slovo „Bohyně“ v nich můžete zaměnit za jméno jakékoli bohyně, případně jiné označení, které s vámi rezonuje více. Její jméno můžete také měnit podle fáze, v níž se právě nacházíte – můžete jí říkat například Panna (pro *fázi akce*), Matka (pro *fázi srdce*), Čarodějka (pro *fázi vhledů*) nebo Vědma (pro *fázi bytí*) – anebo použít označení Jasná Panna, Jasná Matka, Temná Panna a Temná Matka, pokud chcete zohlednit fáze měsíce.

Do knihy můžete nahlížet každý den, abyste v ní našla inspiraci, podporu i odpovědi, které v danou chvíli potřebujete, nebo můžete číst jednotlivá poselství popořadě. Můžete je také používat ve spojení s ročními obdobími, lunárním cyklem či fázemi svého života.

Cyklické ženy – tedy ženy, které zažívají menstruační cyklus – však mohou tato poselství využívat jedním velmi účinným způsobem, jenž odráží onu naši hlubokou vnitřní potřebu. Je to cesta, která nás vede od všedního prožívání do hlubin našeho nitra a pak zase zpátky na světlo světa – **cesta labyrintem**. A právě na této cestě vám mohou být poselství z knihy cennou oporou a provázet vás vaším cyklem i jeho fázemi s jejich proměňujícími se energiemi, emocemi, potřebami a tužbami. Najdete v nich inspiraci, jak v jednotlivých fázích cyklu léčit pocit nepropojenosti s vaším skutečným *Já* – s Božským ženským. Každé poselství je napsáno tak, aby vytvářelo a dále posilovalo vaše spojení s Bohyní, a váš vztah s ní se tak mohl stát trvalou součástí vašeho každodenního života.

CESTA LABYRINTEM

ČTYŘI ÚROVNĚ ŽENSKÉHO VĚDOMÍ

Tato kniha je určena především ženám. Ne snad, že by z poselství v ní obsažených nemohli těžit i muži – ale spíše jde o to, že její uspořádání odráží jedinečnost naší ženské spirituality.

Jako cyklické ženy prožíváme život jako cyklus **čtyř různých úrovní vědomí**. To, jak vnímáme svět kolem sebe, jak přemýšlíme o svém místě v něm a o svém poslání a jak nahlížíme samy na sebe, závisí na převažující úrovni vědomí, v níž se v dané chvíli nacházíme.

První úroveň vědomí známe všechny velmi dobře. Patří sem myšlenky, slova, logické uvažování, struktura, akce a cíle. To je náš rozum, naše „**rozumová mysl**“.

Pod touto úrovní leží naše pocity a emocionální reakce. Zde platí, že to, jak se cítíme, je důležitější než logika. Také potřeby druhých lidí jsou na této úrovni důležitější než naše vlastní. Naším přirozeným postojem je pečovat a starat se o druhé a být s nimi ve spojení. Naše tvořivost je velmi praktického charakteru a zhmotňuje se ve světě v konkrétních formách a výsledcích. Takto vnímáme skrze svou „**pocitovou mysl**“.

Tyto dvě úrovně vědomí většinou považujeme za nejméně problematické a nejvíc „normální“.

Pod „pocitovou myslí“ se nicméně nachází další vrstva, a sice naše „**podvědomá mysl**“. Zde se ukládají všechny informace, které nedokáže zpracovat naše „rozumová mysl“. Na této úrovni máme přístup k hlubším rovinám našeho vědomí, takže jsme schopny propojovat věci jindy nespojitelné, zažívat okamžiky inspirace i chvíle „hurá, už to mám!“ a rozumět nejrůznějším věcem, aniž bychom o nich předtím cokoli věděly. Dokážeme se zde rovněž spojit se svými nenaplněnými potřebami a tužbami, se zasutými vzpomínkami a také s pocity a přesvědčeními, jež zásadně ovlivňují naše reakce a způsoby jednání.

Na čtvrté, nejhlubší úrovni vědomí jsme pak spojeni s Celkem a zažíváme pocit celistvosti. Je to místo odevzdání se, místo vnitřního klidu, vyrovnanosti a pouhého bytí. To je naše „**spirituální mysl**“, díky níž jsme ve spojení s pravdou, životní moudrostí a nejhlubším smyslem.

Poselství v této knize jsou rozdělena podle těchto čtyř úrovní vědomí a jsou formulována tak, aby s vámi komunikovala s ohledem na převládající energii a potřeby každé z vašich čtyř fází. Umožňují vám si tyto proměňující se energie nejen více uvědomovat a lépe vnímat jednotlivé úrovně (fáze), ale pomáhají vám také se zbavit možného vnitřního odporu ke změnám, vyrovnat se s přicházejícími výzvami a budovat v sobě milující, přirozeně plynoucí a tvořivý vztah s Božským ženským.