

SHRNUTÍ ČTYŘ FÁZÍ ŽENSKÉHO CYKLU

ŽENSKÉ JARO – OBDOBÍ AKCE

Co se se mnou děje: Mám spoustu energie, dobrou náladu a jsem ráda s lidmi. Nepotřebuji tolik jíst ani spát, zato musím stále něco dělat. Jsem sebevědomá, ničeho se nebojím a ráda se pouštím do nových věcí. Myšlením i chováním jsem nejvíc podobná klukům.

Co mi jde: Skvěle mi jde učení: rychle si vše zapamatuji a pochopím i složitější věci. Také se mi dobře daří organizování: hravě naplánuji party pro kámošky, rodinnou dovolenou nebo svůj učební plán. Snadno si poradím s kdejakou výzvou.

Na co si dát pozor: Jsem netrpělivá a potřebuji mít všechno hned. Na ostatní můžu působit jako ledová královna, která je chladná k pocitům druhých a jde si tvrdě za svým. Hlídám si, abych si toho na sebe nenabrala moc, protože tuto sílu a energii nebudu mít navždy.

ŽENSKÉ LÉTO – OBDOBÍ HRAVOSTI

Co se se mnou děje: Jsem na vrcholu sil, ale už nemám potřebu stále se za něčím honit a něco dokazovat. Užívám si své letní pohodičky. Mám hezčí vlasy i pleť a cítím se krásná a sexy. Více se mi líbí kluci a trávím více času i s kamarádkami nebo na sociálních sítích.

Co mi jde: Skvěle mi jde komunikovat s ostatními a nalaďovat se na to, co cítí a potřebují. Mám schopnost přesvědčit kohokoli o čemkoli: že tu školní látku fakt umím nebo že ten nový telefon opravdu potřebuji. Lehce zvládnu i odprezentovat referát před celou třídou.

Na co si dát pozor: Stále se někde zakecávám a hůř se mi soustředí na učení. Mám tendenci vidět všechno a všechny až příliš růžově. Při nakupování mám sklon utrácet mnohem více peněz než jindy.

ŽENSKÝ PODZIM – OBDOBÍ TVOŘENÍ

Co se se mnou děje: Začíná mi ubývat síla a jsem více citlivá a zranitelná. Potřebuji více odpočívat a pravidelně a dostatečně jíst. Může se mi zhoršit pleť, více se mi mastí vlasy a přibírám na váze. Potřebuji se stáhnout z vnějšího světa a být více sama se sebou.

Co mi jde: Jsem na vrcholu své kreativity. Snadno napíšu slohovku nebo seminárku, vytvořím školní projekt nebo něco vyrobím. Mám spoustu skvělých a originálních nápadů. Ráda si uklidím v pokoji a dokončím rozdělané úkoly.

Na co si dát pozor: Jsem více kritická a chyby vidím všude, nejvíce na sobě. Je pro mě lepší, když se teď vyhnu místům s větší koncentrací lidí a omezím i pobyt na sociálních sítích. Potřebuji si bedlivě střežit své hranice.

ŽENSKÁ ZIMA – OBDOBÍ ODPOČINKU

Co se se mnou děje: Jsem na úplném dnu svých fyzických i psychických sil. Moje tělo se čistí a regeneruje. Odchází ze mne menstruační krev. Dobíjím baterky na další období. Potřebuji klid, ticho, samotu a teplo.

Co mi jde: Mám nejsilnější spojení se svým podvědomím a intuicí, a to mi přináší vnitřní moudrost. Tu můžu využít ke zhodnocení svého života a nasměrování na správnou cestu. Také můžu ze svého života propustit vše, co už mi neslouží.

Na co si dát pozor: Ctím své období zimního spánku. Hodně odpočívám, netlačím na sebe, neusiluji o žádné fyzické ani psychické výkony. Moje síla teď spočívá v něčem úplně jiném.