

Co je cykličnost žen



Hluboko v sobě máme opak toho
co je nám předkládáno současnou společností:

- Nejsme stále jen rozumné a přemýšlivé
- Informace nehledáme kolem sebe
- Nejsme tvrdé a agresivní
- Neovládáme ostatní a nejsme rychlé
- Nepodáváme stálé a stejné výkony
- Nezáříme jako slunce a nejsme stále aktivní
- Nemilujeme cíle ani hmotu
- Neměníme naše okolí

Jsme OPAK ...jsme totiž ženy

Jsme tedy proměnné jako Měsíc na nebi

Žena má přesný opak toho, co muž. Žena má to, co má měsíc. Tedy velikost své síly či svého odhodlání stejnou jen 1x do měsíce. Chci tím připodobnit fáze měsíce. Neboli čtvrtka, půlka, nov, úplněk se opakují jen 1x do měsíce.

Žena má taky dobré nálady, špatné nálady, únavu či přemíru energie, otevřenost či uzavřenost sama sebe ale je to vždy jen 1x do měsíce. Nebude se jí to opakovat ani za týden, ani za 2 ani za 3 týdny.

Je to něco, co nás nikdy nikdo neučil. Že jsme kompletně navázané na měsíc. A pokud jsme se někdy přistihly, že při úplňku jsme málo spaly, nebyly unavené a přestěhovaly doma většinu nábytku... tak tato super schopnost se zase může objevit při dalším úplňku ale nikdy né dřív či později.

A co plyne z toho, že máme měsíčky? 😊



Jak vypadá ta proměnlivost ženy:

Žena během svého cyklu, který může být i nepravidelný anebo jinak krátký/dlouhý prochází 4 fázemi:

První fáze (dynamická)

Začíná přibližně 7 dnů po začátku menstruace. Tato fáze může trvat 4-7 dnů.

V této první fázi bývají ženy rozhodné, optimistické, plné energie, radostné, nezávislé a soustředěné.

Budete se umět dobře rozhodovat, budete výkonná, aktivní, rozhodná a přímočará. Tento týden je zesíleno vše, co se týká rozumu a myšlení: analýza, logika, objektivita.

Půjde vám jasně zaměřit pozornost a soustředit se na to co u čeho potřebujete myslet, logicky argumentovat a debatovat s intelektuály. Budete velmi přesvědčivá pro všechny muže. Budete moct číst i vědecké články a porozumíte jim. Ego se chce totiž co nejvíce prosadit.

Nyní doženete vše, co předtím stálo. Nyní můžete na svět přivádět i nové nápady, které budete chtít uskutečnit. Vše vám půjde od ruky a nebudete váhat jít do akce.

Pracuje hlavně mužská stránka naší osobnosti. A námi odvedená práce je jak za 2 lidi.

Paměť teď slouží výborně a naučíte se vše co bude potřeba. Sport vám půjde sám od sebe. Jakékoliv množství pohybu, vytrvalosti i fyzické aktivity vám nebude dělat problém.

V této fázi je dobré začít hubnout.

Jen teď vymyslete cíl a kroky, kterými se budete řídit po zbytek tohoto cyklu.

Plánujte finanční záležitosti. Budete mít i velmi pevnou vůli. Teď jde velmi svižně vyřídit všechny odkládané nepříjemnosti z předchozích týdnů.

Nezapojujeme tedy to, co teď nemáme, neumíme improvizovat a neumíme být přelétavé. Zároveň nezneužívejte tohoto období a nebuďte na ostatní tvrdé a bezohledné. Nemějte nároky na druhé a berme jejich potřeby v úvahu.

Věnujte se i partnerovi – neb si budete připadat atraktivní, budete se líbit i sama sobě. Vaše sexualita bude hravá a otevřená. Prosaďte si u partnera to, o čem dlouho sníte.

Jen teď vám půjde argumentovat proč potřebujete v domácnosti pomoci a od koho. V tomto týdnu nebudete zrovna naslouchací maminkou ale aktivní ženou, která řeší vše co doma týdně leželo.

V tomto období i zkoušejte nové a experimentujte. Užívejte si i fyzický pohyb. Jen teď si při sportu můžete nastavit vyšší cíle.



Druhá fáze (expresivní)

Po uplynutí první dynamické fáze, nastává období... opět často 7 dnů. Tedy v cyklu 7-14 den anebo méně/více. Toto období začíná ovulací.

V této fázi budeme krásné a přitažlivé. Jsme citlivé, jemné, více naladěné na druhé lidi. Nyní umíme výborně naslouchat a citlivě volit slova. Můžeme vytvářet nové vztahy, ale dařit se nám bude i upevňovat současné.

Používejte slovní spojení: Cítím, že..... Srdce je teď vaším mozkiem.

Půjde vám velmi dobře vcit'ování abyste se naladili na druhé lidi. Budete i umět mluvit jejich jazykem. Váš projev bude přesvědčivě výborný.

Seznamování se s neznámými lidmi je dobrý nápad. Budete ostatní muže svádět a každého okouzíte. Intuitivně podpoříte druhé, budete o ně pečovat a vycházet jim vstříc.

Jen dodržte, že jste v sebelásce a nesklouznete do obětování se pro druhé, popř. do přílišné vyzývavosti.

Pozor, aby se naše dítě nedusilo pod naší pečlivostí.

Zatím máte ještě spoustu energie, která začne koncem týdne ubývat.

Teď je výborný čas i na nové pracovní kontakty neb se velmi dobře budete umět nacist na své protějšky. Ale i opačně pokud hledáte kolegy, tak hlavně nyní se na ně velmi dobře naladíte.

Půjde vám přijmout odpovědnost za projekty a podporovat lidi ve svém okolí.

Váš vnitřní logický muž již není vůbec dominantní a jste krásně ženská – zaměřená na vnější svět, nebude vám ani vadit chození do společnosti.

Možná si všimnete, jak často myslíte na sex?

Změní se vám vůně a muže to upoutá a přitáhne. Partneri v této době i hodně žárlí. Nejspíš budete od partnera chtít slyšet i jak moc vás miluje. Romantika a svíčky či erotické prádlo vám bude připadat jako to nejnutenější a podstatné.

Jako matka budete ta nejněžnější a láskyplná. Rodinu nyní máte na prvním místě. Najdete v sobě neomezenou trpělivost na hry i rozhovory s dětmi.

Nezapomínejte na péči o vaše vztahy, povídejte si se svým okolím co nejvíc. V tomto období se ženy cítí z celého cyklu úplně nejlépe a nejvíce atraktivní. Nejspíš zvolíte i atraktivní oblečení a líčení. Bude vám dobře ve společnosti i na večírku.

Ještě máte dostatek energie na sport... vyzkoušejte i něco kolektivního.

Nejspíš vás potkají rozhovory, kdy se tak zapovídáte, že ztratíte pojem o čase.

Díky plodnému období budete toužit i po jiných partnerech. Mnohem více se bude otáčet po fyzicky zdatných mužích plných testosteronu.



Třetí fáze (kreativní)

Premenstruační např. 14-24 den

V tomto období zažijete největší harmonii těla i ducha. Budete velmi vnímavá sama k sobě. Nezajímá vás vnější svět. Navnímáte se na sebe, a to velmi hluboko. Často budete přemýšlet, jak se vám daří. A tak půjde snadno přijít na to co chcete a potřebujete.

PMS premenstruační syndrom a disharmonie v náladách či pocitech by měl naznačovat na kolik jste přetížená a spíš v mužské lineární energii, kterou ženy neunesou.

Nyní každá žena cítí, že je toho na ní opravdu až moc. Často budete zažívat únavu, vyčerpání a budete hledat přítelkyni, které se můžete svěřit.

Buďte v tomto týdnu velmi tichá, vnímejte sebe, braňte se negativním emocím, které by vás o sílu připravily definitivně.

Používejte slovní spojení: Vnímám, že...

Nejspíše budete mít velmi tvořivé období plné kreativity.

Dobrá soustředěnost je pryč a vnější svět vám nepůjde pochopit. Přesně ale poznáte své já a odlišíte se od ostatních.

Jen teď vysledujete své silné a slabé stránky.

Hlavně v této fázi budete velmi nápaditá v hledání řešení pro oblasti, které vůbec nefungují. A jistě vás napadne i originální řešení, které vás v žádné z předchozích fází nepotkalo.

Jste velmi moudrá a plně na svou vnitřní moudrost napojená.

Hlídejte si pozitivní myšlenky a negativní nedávejte šanci se rozjet.

Hlavně nyní začnete vyrábět, vařit nová jídla, malovat či plést. Budete mít touhu vše o sobě sdělit světu.

Nejspíše vás popadne chuť na generální úklid, přestěhování nábytku a malování. Vaše vnitřní já chce velkou změnu.

V tomto období jsou ženy plné pocity a nejsou ochotny tolerovat co se jim nelíbí.

Budete jistě velmi přecitlivělá... pak neváhejte odpočívat a ztišit se. Negativní myšlenky by se jinak mohly začít vkrádat do mysli. Nyní budete sobecká ale hodně se i kritizovat, odsuzovat a závidět.

Nejspíš jen mávnutím proutku se vaše dobrá nálada změní na černě černou pesimistickou.

Začíná velký odliv energie. V pracovní činnosti ucítíte duševní útlum a nemožnost fungovat racionálně. Ucítíte velkou touhu dokončit rozdělanou práci. Bohužel i běžné úkoly všedních dnů vás budou vyčerpávat.

Tento týden komunikujte jen písemně. Psané slovo vám půjde samo a velmi dobře.

Pokud někdo ve vašem okolí rozpoutá konflikt, uvede vás to do většího stresu a nepůjde nereagovat. Argumenty vás opravdu napadat nebudou.

V kondici určitě nebudete – prosím neplánujte si tedy žádné důležité schůzky. Vyjednávání vám nepůjde a protivník vás zatlačí kamkoliv bude chtít. Budete jednat velmi emotivně a profesionalita bude pryč.

Nyní ale můžete svým kolegům říct co si o jejich odvedené práci myslíte. Budou vás brát velmi vážně.

Partner pozná, že jste podrážděná možná budete až hádavá, obviňující a hysterická.

Budete vyžadovat i pochopení a objetí... kdykoliv toho na vás bude moc.

Hlavně partner vám může naznačit, že věci se ještě nehroučí a situace se zvládne.

Vůbec nerozebírejte situace, u kterých hrozí hádka. Všechno odložte a teď to neřešte. Možná i vašemu partnerovi přijdete jako nesnesitelná... mohlo by to i narušit váš vztah, a tak je lepší se partnerovi svěřit co prožíváte. A ať si nic nebere osobně.

Hlídejte si svou sílu při vyklízení skříní a přesouvání nábytku. Nadchne vás i nová výzdoba bytu a vybírání nových obrázků.

Pokud můžete vrhněte se hlavně na plení záhonků, práci s hlínou a květinami. Naše splíny se nejlépe odkládají v přírodě.

S dětmi podnikejte pouze nenáročné aktivity. Pozor ať na děti nepřenesete své nálady a negativní rozpoložení.

Intenzivní sport už nyní není vhodný. Mezi lidmi se vám nejspíše nebude vůbec chtít.

Pište to co vás baví? Příběhy či básničky? Zkuste ale i tanec měl by pro vás být léčivý a harmonizující.

V obchodech se budete chovat impulzivně. Chodte tam tedy jen po důkladném rozmyslu.

Nejspíš zažijete i velký hlad a budete hledat velmi tučná jídla.

Vyplaví se vše, co nemáte zpracované a teď vám to začne zcela bytostně vadit.



Čtvrtá fáze (reflektivní)

Přibližně v období 24-29den cyklu. Ženský cyklus končí a probíhá menstruace. Pokud nevzniklo těhotenství... tak vše odchází.

Nyní se máme přirozeně stáhnout do ústraní, velmi odpočívat a dobíjet baterky.

V tomto týdnu nesmíme a nemáme dělat žádné aktivity, neb by nás to stálo neuvěřitelné množství sil.

Budte napojená na svou intuice a jen „budte“.

Projděte si uplynulý měsíc a přemýšlejte co dál.

Pokud vás změny napadnou, jen si je poznamenejte.

Nedělejte žádné nové kroky... vyčkejte na dynamické následující období.

Tento týden se vyjadřujte slovním spojením: Víím, že...

Logika je fuč a racionální důkazy nám budou chybět, budeme mít jen silný pocit, že to vííme.

Možná přijdou i vhledy a vy budete moct obohatit sebe i ostatní. V tomto období nám půjde i snadno odpouštět.

Půjde nám jít do podstaty věcí a vidět co je důležité a naprosto v souladu s přírodou.

Budete se cítit velmi unavená, bez motivace, nulový chtíč něčeho dosáhnout, odpojená od vnějšího světa, velmi pasivní, velmi tolerantní. Naladěná jen na sebe.

Prožíváme velký odliv energie. Přepínání sama sebe nesmíme ani zkusit.

Ale sledujte, zda již na vás nepřichází síla být opět akční? U některých žen to může přicházet v prvních 2 dnech.

Pokud pracujete tak dělejte jen to, co je nutné a ani krapet navíc.

Vše na vědomé úrovni bude složité neb máte velmi snížené racionální smýšlení.

Nepůjde vám vybavovat si detaily z paměti.

Nyní opravdu nerozhodujte nic důležitého.

Teď ani nic neplánujte jak pro sebe, tak pro ostatní. Později byste litovala nebo vše měnila.

Důležité schůzky, kde záleží na výsledku se nyní zrušte.

Zkuste se zaobírat jen zapeklitými situacemi, které potřebují vizi a intuici či dobrý nápad..ten by nyní mohl přijít.

V tomto týdnu se nestyďte požádat partnera o podporu a převedte na něj neodkladné domácí činnosti. Také mu řekněte, zda chcete být spíš sama nebo v jeho blízkosti.

Často se stává, že žena má velkou touhu se s partnerem milovat... tak touze podlehněte a zkuste to.

Vařte velmi nenáročná jídla. Tento týden nenakupujte a zkuste se zásobit předem nebo nyní využijte internet a dovozkovou službu.

Uklízení zcela odložte nebo delegujte na rodinu.

Zkuste požádat i o pomoc s dětmi.

Při odpočinku buďte v teple, chodte brzo spát, jezte kvalitní čokoládu.

Cykličnost tedy detailně popisuje, kdy po sobě nesmíme chtít uklízet celou domácnost, kdy nesmíme jezdit na celodenní výlet, kdy naopak můžeme naplánovat velkou akci s partnerem, a ještě večer nám zbyde energie na rozdávání. Kdy je vhodné začít s novými plány a kdy přicházejí vnuknutí či ujasnění co vlastně chceme.

Chce to tedy nyní jediné: nebrat antikoncepci a být proměnlivá.

Bohužel při braní antikoncepce, nejsme proměnlivé. Jsme jako muži, máme celé 3 týdny v měsíci stejnou výši hormonů. To ale vede k naší přetíženosti. Necítíme vlastní tělo, necítíme vlastní sílu a jedeme tak jak nás vnější povinnosti volají.

V deníčku sledujte vždy jednu věc. Tedy např. únavu, hlad, nálady, deprese, nenávisť, spánek, touhu být sama, nevycházet apod. Celých 29dnů jen jeden směr, aby se to pak v dalším a dalším měsíci dalo hezky porovnat.




Pokud i tak vůbec nevíte kde začít, proč začít, jak začít, tak se na mě určitě obraťte. Dodám sebedůvěru, ukážu stávající možnosti, odhodlání a vysvětlím, jak se život promění po respektování své cykličnosti. Rozpustím strach a ukážu, že život žena může vést proměnlivý, a přitom je možné mít finanční příjem jako doposud.

Stáhněte si svůj první cyklický kalendář: [ZDE](#)

Mým cílem je každou ženu zasvětit do toho co je uvnitř ní.

Kontakt:

Veronika Blanická Tel. 773073442

-  [SKUPINA PSYCHOSOMATIKA](#)
-  [SKUPINA ŽENSKÝ MENSTR. CYKLUS](#)
-  [UZDRAVENÍ ŽEN](#)

www.uzdravenizen.cz

veronika.uzdravenizen@gmail.com

