

Inhaltsverzeichnis

Geleitwort	9
Vorwort zur überarbeiteten Auflage	11
Danksagung	15
Einleitung	17
Die Ziele dieses Buches	17
Die gesellschaftliche Einstellung zur Menstruation	18
<i>Das Menstruationstabu</i>	20
Die menstruellen Energien	22
Die Erweckung	26
Das Dunkel des Mondes	60
Das zweigeteilte weibliche Wesen	63
Die Bewahrerin des Maßes	69
Der Baum des Schoßes	72
Die Schlange	74
Mondtiere	77
<i>Der Schmetterling</i>	78
<i>Das Einhorn</i>	80
<i>Die Taube</i>	81
<i>Das Pferd</i>	82

<i>Der Kranich</i>	83
<i>Die Eule</i>	84
<i>Der Hase</i>	85
Die Dunkle Göttin	86
Souveränität oder die Göttin des Landes	89
Die Schamanin und Priesterin	92
Begegnung mit dem Mond	97
Der menstruelle Zyklus	97
Die Mond-Chronik	100
<i>Die Energien des Jungfrau-Aspekts</i>	105
<i>Die Energien des Mutter-Aspekts</i>	105
<i>Die Energien des Zauberin-Aspekts</i>	105
<i>Die Energien des Aspekts der Alten</i>	106
Entwicklung des Selbst-Bewusstseins	109
<i>Inneres Gewahrsein</i>	111
<i>Bewusstheit als Instrument</i>	118
<i>Die Mond-Chronik und das Alltagsleben</i>	120
Die Phase der Alten	121
<i>Umgang mit den Energien des Aspektes der Alten</i>	123
Die Jungfrau-Phase	130
<i>Umgang mit den Jungfrau-Energien</i>	132
Die Mutter-Phase	135
<i>Umgang mit den Mutter-Energien</i>	137
Die Zauberin-Phase	141
<i>Umgang mit den Zauberin-Energien</i>	142
<i>Der fortwährende Zyklus</i>	148
Erweiterung der Mond-Chronik	151
Fortführung der Arbeit	154

Der schöpferische Mond	156
Die Kreativität der Frauen	156
<i>Die traditionellen Künste der Frauen</i>	159
Erweckung der kreativen Energien	163
Freisetzung der kreativen Energien	168
<i>Ausdruck durch die Hände</i>	171
<i>Ausdruck durch den Körper</i>	175
<i>Ausdruck durch die Umgebung</i>	187
<i>Ausdruck durch den Geist</i>	191
<i>Erdung</i>	197
<i>Kreativitätsblock</i>	199
 Die Spirale des Mondes	 201
Die Tradition der Frauen	201
Wiedereinführung der fehlenden weiblichen Archetypen	204
Anleitung und Belehrung Ihrer Kinder	207
Initiationsriten	209
<i>Das Initiationsritual der ersten Blutung</i>	211
<i>Die menstruelle Tochter</i>	218
<i>Ritual der Mutterschaft</i>	220
<i>Das Ritual der Menopause</i>	223
 Nachwort	 229
Literaturhinweise	230
Abbildungen	231