

Christine Dohler

12 nocy zimowego

PRZESILENIA

Rytuały i medytacje
na dobry rok

Dla wszystkich
kobiet, które chcą
odkryć swoją
wewnętrzną siłę



12 nocy zimowego
PRZESILENIA

Christine Dohler

12 nocy zimowego
PRZESILENIA

Rytuały i medytacje
na dobry rok

tłumaczenie
Ewa Kochanowska

*Treść książki nie zastępuje terapii ani porady lekarskiej.
Wszystkie zalecenia zawarte w tej publikacji zostały dokładnie
przemyślane i sprawdzone przez autorkę oraz wydawcę, jednak nie
ma gwarancji, że w szczególnej sytuacji nie wywołają jakiegóż szkody.
Wyklucza się zatem odpowiedzialność autora i wydawcy oraz jego
przedstawicieli za jakiegokolwiek szkody i straty finansowe.*

Tytuł oryginału: *Die weibliche Energie der Raumnächte. Eine magische
Reise für Frauen. Die schönsten Impulse, Rituale und Meditationen für
innere Einkehr und Reflexion*

Copyright © 2023 by Wilhelm Goldmann Verlag
a division of Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
München, Germany

Copyright © for this edition by Wydawnictwo Otwarte 2024

Copyright © for the translation by Ewa Kochanowska

Wydawca prowadzący: Ewelina Tondys

Redaktor prowadzący: Anna Małocha, Dagmara Małyszka

Przyjęcie tłumaczenia: Magdalena Kaczmarek

Opracowanie graficzne książki: Daniel Malak

Promocja i marketing: Kinga Smerlińska

Grafiki w książce: śnieżynki, choinka i tło na aplach – Shutterstock;
pozostałe – Patrycja Posyłajka, @tulamakes

Adiustacja, korekta i łamanie: CHAT BLANC Anna Poinc-Chrabąszcz

Projekt okładki: Monika Drobnik-Słocińska

Ilustracje na okładce: Patrycja Posyłajka, @tulamakes

Fotografia autorki: © Sebastian Fuchs

ISBN 978-83-8135-429-5


OTWARTE
www.otwarte.eu

Dystrybucja: SIW Znak. Zapraszamy na www.znak.com.pl

*Dla wszystkich kobiet, które chcą odkryć
swoją kobiecą mądrość i wewnętrzną siłę.*

Dla Ciebie.

Bo jesteś gotowa.



*Podczas Szczodrych Godów unoszą się zasłony,
ukazując to, co niewidzialne. W tym okresie możesz
się zanurzyć w głębi swojego bycia, przyjąć nową
perspektywę, świadomie zostawić za sobą to,
co stare, i pełna energii rozpocząć nowy rok.*



*Bądź otwarta na cuda
i daj się zaczarować.*

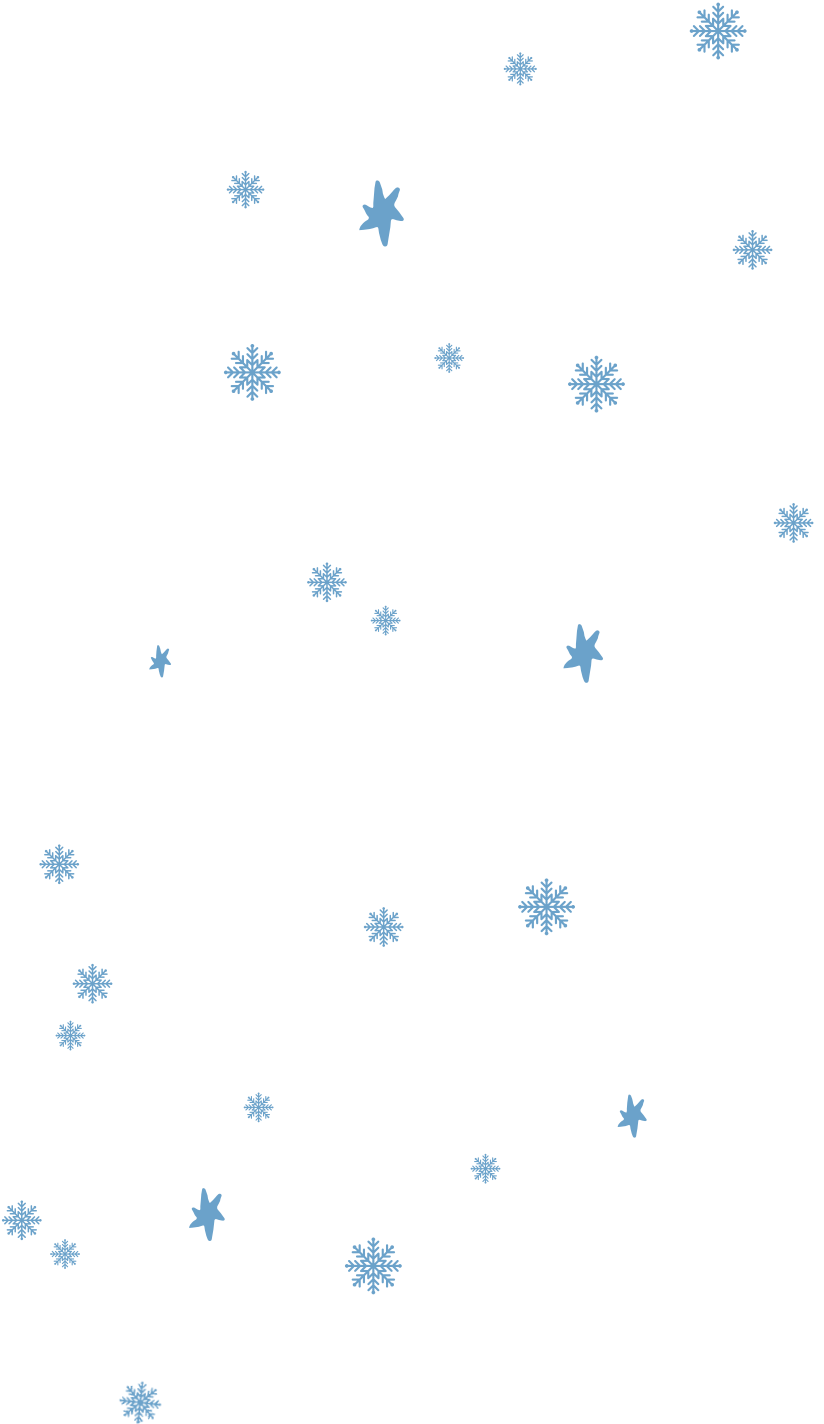




ROZDZIAŁ 1

WPROWADZENIE DO
SZCZODRYCH GODÓW







Jeśli jest jakiś okres w ciągu roku, kiedy możemy z czarować siebie i swoje życie, to są to Szczodre Gody, które trwają od pierwszego dnia Bożego Narodzenia do święta Trzech Króli 6 stycznia. Coraz więcej osób odkrywa magiczną moc – prowadzą dzienniki snów, celebrują drobne rytuały i starają się świadomie przeznaczyć ów sprzyjający przemianie czas na refleksję nad sobą. I przedłużają go o kolejne dni po świętach.

Szczodre Gody uchodzą również za okres, w którym zacierają się granice między światem ludzi a światem nadprzyrodzonym. Wierzy się, że (niewidzialne) istoty z innych wymiarów mogą wówczas wejść do świata ludzi. Sama musisz się przekonać, czy to prawda.

Jak doszło do powstania Godowych Świąt? Prawdopodobnie odpowiada za to germański kalendarz księżycowy, zgodnie z którym rok dzieli się na dwanaście miesięcy księżycowych i 354 dni. Brakujące według dzisiejszego



kalendارza solarnego jedenaście dni – lub dwanaście nocy – postrzegano jako istniejące poza czasem. Było więc prawie tak, jakby w ogóle nie istniały. Niejasne jest pochodzenie niemieckiego określenia Szczodrych Godów – *Rauhnächte*, choć może powinniśmy je tłumaczyć jako „Dymne Noce”. Słowo *Rauh* da się przekonująco wywieść od istniejącego w języku średniowysokoniemieckim słowa *rouch*, czyli „dym”, a jeden z rytuałów, również dzisiaj często praktykowany o tej porze, polega na okadzaniu (odymianiu) otoczenia ziołami, palonym drewnem lub żywicą.

Różnorakie początki Szczodrych Godów sięgają czasów przedchrześcijańskich. W wielu kulturach i regionach Europy istnieją różne obyczaje i rytuały związane z tymi świętami. Są rejony, gdzie na przykład okadza się dom, żeby wypędzić z niego złe duchy i oczyścić go przed nadejściem nowego roku. Gdzie indziej ruszają procesje, a ludzie w przerażających maskach ciągną ulicami, również by odstraszyć złe duchy. Do najpopularniejszych postaci związanych z Godowymi Świętami należą kołędnicy, spotykani w wielu regionach Europy. W krajach alpejskich znani są jako perchty – nierzadko demoniczne figury w upiornych maskach i zwierzęcych futrach. Szczodre Gody łączono też z przepowiedniami i wróżbami. Ludzie chcieli zyskać wgląd w przyszłość i odpowiednio wpływać na bieg losu.

Współczesnych świąt nie cechują już lęk i zabobony, lecz mistyka i duchowa głębia. Nie ma w nich mroku,



nawet jeśli niekiedy kładą się na nich cienie przeszłości, lecz są pełne lekkości i dają poczucie, że masz czas na to, co dla Ciebie ważne. I to powinno stać w tej książce na pierwszym planie – radość z nadchodzącego roku i przyjemność z odkrywania nowych aspektów siebie. Od 21 grudnia, najmroczniejszej nocy w roku, odradza się światło i każdego dnia jest odrobinę jaśniej. Tę energię możemy wykorzystać jako siłę napędową.

Wiele osób w tym okresie rozlicza się ze sobą i swoim wewnętrznym światem, medytuje, oddaje się refleksji oraz formułuje życzenia i cele na nadchodzący rok. Z doświadczenia wiem, że podczas Godowego Świąta sny i wizje są wyjątkowo intensywne i mogą zawierać ważne przesłania. Nasz los jednak w sporej mierze zależy od nas, a przyszłość też można zmieniać.

✧ ŚWIADOME PRZEŻYWANIE ✧ CZASU PRZEMIANY

Przełom roku świetnie się do tego nadaje, ponieważ oznacza czas przemiany. A świadome przeżywanie takich momentów w życiu jest bardzo ważną rzeczą, bo daje nam to poczucie głębi i pozwala zdobyć doświadczenie, że mamy moc ciągłego rozpoczynania od nowa. Pomiędzy jednym a drugim rokiem możemy zakończyć to, co stare, i rozpocząć coś nowego. Jeśli ktoś jeszcze nie zetknął się z takim podejściem, niech odwoła się



do następującego obrazu – Szczodre Gody przypominają chwilę bezruchu między dwoma oddechami, tylko znacznie dłuższą. Z tego też powodu świadome przeżycie tego okresu może nas ogromnie wzbogacić. Przeważnie możemy zrobić sobie wtedy wolne, mamy więcej czasu dla siebie lub spotykamy się z bliskimi. Wyraźnie łatwiej nam pozostać offline i czasami być nieosiągalną. Te szczególne noce są okazją, by wyjść poza ramy przyzwyczajęń lub zająć się tym, na co w ciągu roku brakuje nam czasu.



CZEGO SIĘ BOIMY



Przed setkami lat okadzano dom, obory i stajnie, by przepędzić złe duchy. Współczesnymi siewcami zamętu są raczej negatywne myśli, stres czy problemy. Bo to są złe duchy, które prześladują nas na co dzień. Należało także unikać wszelkich prac w gospodarstwie, gdyż powinno się kręcić jedynie koło losu. Tak więc podczas Szczodrych Godów nie wolno było prząść. W tym okresie pracowały jedynie Norny, boginie losu w nordyckiej mitologii. Przędły one nić życia każdego człowieka. Wszystkie inne koła musiały stanąć. Zgodnie z dawnym obyczajem nie prano wtedy i nie rozwieszano bielizny, gdyż mogły się w nią zaplątać złe duchy. Na przełomie roku zabronione było także pieczenie, dlatego robiono jedynie nadające się do długiego przechowywania



drożdżowe strucle lub kruche ciasteczka. Gdy ożywiamy stare zwyczaje w rodzaju Szczodrych Godów, nie zamierzamy budzić dawnych zabobonów, lecz chcemy wyrazić we współczesnym języku wyższy cel święta. Dziś nie rządzą nami zabobony. Wręcz przeciwnie, Szczodre Gody w nowoczesnym ujęciu przypominają nam o tym, że nasz los zależy od nas i nie jesteśmy ofiarami zewnętrznych okoliczności. Od początku trzeba koniecznie podkreślić, że wszelkie symbole i znaki, z jakimi stykamy się w tym czasie, są neutralne. To my nadajemy im znaczenie, ustalając że czarny kot przynosi pecha, a czarny kominiarz wróży szczęście. Czysta interpretacja.

Podobnie karty wróżebne nigdy nie są złe ani dobre, lecz mają po prostu określone znaczenie, które dla każdego wygląda inaczej.

Magia nie dzieje się zaś ot tak, po prostu, lecz współpracuje z nami w zależności od tego, jakie mamy nastawienie, w jaki sposób podchodzimy do życia. Nie mamy tu możliwości manipulacji, a już na pewno nie wobec kogoś innego. Ale możemy się pozytywnie nastawić i uwolnić od starych obciążeń, aby zobaczyć wszystkie roztaczające się przed nami możliwości i realizować je w swoim życiu. W każdym zaś razie możemy postanowić, że codzienność i jej wyzwania nie pochwyć nas w niewolę ciągłego stresu i trosk. Szczodre Gody są dobrą okazją, by przestawić zwrotnice ku swobodniejszej i niosącej spełnienie przyszłości, by wyrwać się z teraźniejszości. Nakaz zatrzymania kół podczas Godowych



Świąt dotyczy również pojazdów takich jak samochody, lecz w tłumaczeniu na język współczesności odnosi się przede wszystkim do chomiczego kołowrotka uciążliwych codziennych obowiązków, które więżą nas w przyziemnych drobiazgach i nie pozwalają dostrzec tego, co istotne.

Jak więc mogłybyśmy przetłumaczyć sobie tkanie nici na współczesność?

Dla wielu chodzi tu o to, by w tej fazie połączyć ze sobą wiele luźnych myśli, które snujemy przez cały rok. Gdy robi się spokojniej, mamy szansę na uporządkowanie ich i zadanie sobie pytania: co było, a co powinno nadejść? I co mogłoby się nam objawić podczas Szczodrych Godów?

Przypominają nam one ponadto o cyklu rocznym, a tym samym o cyklu życia. Zwłaszcza kobieca energia jest cykliczna i pokazuje nam, że nie jesteśmy każdego dnia takie same i nie funkcjonujemy linearnie. Żyjemy zgodnie z fazami natury, w tym naszej własnej. Oznacza to, że częścią życia jest przemijanie pewnych rzeczy i powstawanie nowych, że raz mamy mniej, a raz więcej energii, że różnie się czujemy, że bezustannie się zmieniamy, że jest branie i dawanie, a wszystko stale powraca. Ulgę przyniesie nam wiedza, jak same możemy sobie poradzić w kolejnych fazach życia – ponieważ społeczeństwo niewiele nam oferuje przestrzeni i rytuałów.





MISTYCZNA KOBIETA



SZCZODRYCH GODÓW

Pani Zima to coś więcej niż tylko baśniowa postać, która trzepie pościel, a wtedy na ziemi pada śnieg. Wszyscy wiemy, kim jest, ale czy naprawdę rozumiemy jej mistyczne znaczenie?

To dominująca żeńska moc podczas Szczodrych Godów, znana głównie w północnych regionach Niemiec i w Hesji. 6 stycznia, czyli koniec tych świąt, zwany jest także dniem Pani Zimy.

Na popularnych ilustracjach przedstawiana jest zasadniczo jako stara, mądra kobieta o siwych włosach i w długiej białej sukni. Istnieją jednak jej wyobrażenia w odpowiednio młodszych wersjach w innych porach roku. Jeśli odrzucimy postać z bajki, zobaczymy, jak odśłania ona jeszcze więcej aspektów bycia kobietą.

Pani Zima symbolizuje więc także nasz rozwój jako kobiet w cyklu życia. Zimą ukazuje się od swojej najświatlejszej strony, co jest dobrą wskazówką, że nadeszła pora, by odnaleźć własną mądrość. Na tym tle uwidaczniają się także inne jej liczne zalety:

- **Jako mądra kobieta:** uosabia cierpliwość i dobroć. W tej postaci często bywa postrzegana jako opiekunka ludzi i zwierząt – tu też odśłania się uniwersalny macierzyński i współczujący aspekt.



- **Jako młoda kobieta:** w tej postaci symbolizuje płodność. Ale także dojrzałość w sensie rozwoju. I piękno w sensie uroku.
- **Jako dzika kobieta:** w niektórych przekazach Pani Zima bywa opisywana jako postać dzika i nieobliczalna. Uosabia siłę i energię natury, nierzadko łączy się ją z burzami i innymi zjawiskami pogodowymi. Może to być jej straszliwa strona – pokazuje ona jednak, jak groźna jest niekontrolowana i nieobłaskawiona siła kobiety niedostosowanej i pozbawionej wszelkiej swobody.

Interpretacja Pani Zimy różni się w zależności od regionu. Uosabia ona często dualizm serdeczności i surowości. Życia i śmierci. Łączy jednak w sobie wszystko. Jest również powiązana z naturą, gdyż symbolizuje też praboginię, Matkę Ziemię – poza podziałem na dobro i zło oraz typowym dla baśni obyczajem karania.

Jeśli czytałaś baśń braci Grimm, co myślałaś o Pani Zimie? Jaki aspekt jej kobiecości szczególnie do Ciebie przemawia?

Mity i baśnie oczarowują nas swoim symbolicznym językiem, obecnym także podczas Szczodrych Godów. Tworzą ważne dobro kultury, zawierające w sobie mądrości, które przetrwały setki lat i ciągle nas urzekają. Od wieków, gdy dni robiły się krótsze, rodziny spotykały się na snuciu i słuchaniu opowieści, dlatego Godowe Święta są cudownym czasem na odkrywanie starych



i nowych baśni. Wprawdzie w większości są one zmyślone, ale tkwi w nich przecież mnóstwo prawdy i – tak jak sny – mają głębsze znaczenie symboliczne. Często ich tematem jest podróż bohatera lub bohaterki, czyli mówią o tym, jak człowiek porzuca znajome otoczenie, poddaje się próbom, spotyka nowych ludzi i wszelkiego rodzaju magiczne istoty, odkrywa siebie na nowo i bogatszy w doświadczenie powraca do domu. Są to opowieści o udanym życiu. Stare baśnie przeważnie przekazuje się ustnie, ich fabuła jest krótka i zwięzła, ponieważ skupiają się one na tym, co najważniejsze. Uderza również, że nie opisują nazbyt szczegółowo osób ani miejsc, dzięki czemu zostawiają przestrzeń dla wyobraźni. Ponadto świat normalny i świat magiczny tworzą niby oczywistą jedność, zwierzęta potrafią mówić, dzieją się czary, pojawiają się baśniowe istoty. Pozytywne działanie takich opowieści polega na tym, że często dobrze się kończą. Nie zawsze tak, jak życzył sobie bohater czy bohaterka, ale ich życie spełnia się w cudowny sposób, zdarzają się nieoczekiwane rozwiązania i wsparcie innych osób. W świecie baśni wszystko jest możliwe – cudowna perspektywa.



WZORCE KOBIECEJ MOCY

Jeśli generalnie rozmawiamy o kobiecej mocy, nasuwa się pytanie: gdzie są nasze wzorce? Wszędzie! W podróżach po całym świecie spotykałam wszędzie cudowne



kobiety żyjące zwyczajnym życiem. Takie, których nie sposób zapomnieć, w każdym wieku. Może tego rodzaju spotkania też nie są ci obce? Mogłabym teraz zboczyć z tematu i oddać się opowieściom, bo poznałam nieskończenie wiele wspaniałych kobiet, ale trwałe wrażenie wywarły na mnie te z nich, które według mnie harmonijnie połączyły w sobie wszystko to, co ja musiałam dopiero sobie uświadomić i czego musiałam się nauczyć – one po prostu żyją i istnieją w tak oczywisty sposób, że nie pozostaje miejsca na zbyt wiele niewiadomych.

Często jestem pytana, dlaczego nauczyciele duchowi to w dużej mierze wciąż mężczyźni. Z jednej strony wynika to stąd, że wiele kobiet nie czuje się pewnie, ukazując swoją duchowość. Z drugiej zaś stąd, że żyją one w pokorze (ale nie fałszywej skromności). Pamiętam pewną nauczycielkę zen na Hawajach, która uważała się za ogrodniczkę i w przeciwieństwie do niejednego męskiego guru dzieliła się swoją mądrością tylko wtedy, gdy rzeczywiście ją o coś pytano – lub w bardzo subtelny sposób. W swojej pierwszej książce *Am Ende der Sehnsucht wartet die Freiheit* (U kresu tęsknoty czeka wolność)¹ napisałam cały rozdział o tej kobiecie, u której przez jakiś czas mieszkałam i pracowałam nad wspomnianym tekstem. Na moim biurku do tej pory stoi karta, którą mi w odpowiedniej chwili wsunęła pod drzwi. Widnieje na niej zdanie: „Tylko w codzienności znajdziesz oświecenie”. Było to dla mnie ważne odkrycie między innymi z tego powodu, że wcześniej inni nauczyciele stale mi



powtarzali, że powinnam wiele medytować i że kobietom ciężko na co dzień iść duchową drogą. Co za bzdura!

Przebywając w klasztorze w Nepalu, zauważyłam, że mniszki mają mniej przywilejów niż mężczyźni. Klasztorzen też może być patriarchalny i zbudowany hierarchicznie. Ucisk i opresja jak najbardziej mogą występować w uduchowionych środowiskach.

My, kobiety, możemy jednak bez pomocy klasztorów, religii i nauczycieli zanurzyć się głęboko w duchowości bądź duchowej mądrości. To codzienność i my same jesteśmy dla siebie nauczycielkami. Eckhart Tolle pisze nawet w książce *Potęga terażniejszości*², że kobiety są bliższe „oświecenia”, ponieważ łatwiej im być w ciele i je odczuwać³.

Dla mnie zawsze miarą jest życie. I nie gonię za oświeceniem, raczej zależy mi na zyskaniu świadomości. Można wyglądać na uduchowioną osobę dzięki ubraniu, biżuterii, tatuażom, mieć ze sto kryształów lub oddawać się praktykom religijnym, a mimo to czuć niepokój, chciwość lub zagubienie.

Obecnie znajdziemy oferty szkoleń, kursów online i wyspecjalizowanych programów dotyczących rozmaitych tematów życia – uważam, że to fantastyczne. Jedno tylko chciałabym ci tu powiedzieć: zawsze myśl samodzielnie i tak też podejmuj decyzje. Patrz uważnie, kto ci przekazuje wiedzę, i nie daj się zwieść powierzchowności. To, że ktoś wygląda na uduchowioną osobę, nie znaczy jeszcze, że nią jest. Nikt nie jest lepszy od ciebie,



co najwyżej ma większe doświadczenie, dlatego szukasz inspiracji i wsparcia. Ważna jest też integracja wiedzy i doświadczenia z danej dziedziny (a to prawdziwa sztuka!). Czy słowa tego człowieka są zgodne z tym, jak naprawdę żyje i działa? Czy masz pewność, że jesteś w dobrych rękach? Czy ten ktoś zachęca cię, byś szła własną drogą? Czy nie czujesz presji, by korzystać z coraz to nowych ofert? I najważniejsze – czy nie rodzi się w tobie poczucie zależności? Tak nie powinno być! Musisz wiedzieć, że czasy guru się skończyły. Wszyscy są tylko ludźmi, a naszymu ego nie służy nadmiar podziwu. Uczymy się jako partnerzy. Po prostu jest tak, że niektórzy mają już większe doświadczenie na jakimś polu.

Cały czas doksztalcam się i uczę się na bieżąco, ale ogromnie liczy się dla mnie to, że jestem samodzielna i przyswajam te wiadomości i idee, które do mnie pasują, oraz że stale sama postępuję naprzód za pomocą poznanych metod i ćwiczeń, gdyż działają one długofalowo. Przykładowo, nie chciałabym, żeby na kursie dotyczącym finansów ktoś mi mówił, jak mam inwestować swoje pieniądze, lecz wolałabym uzyskać sprawdzone informacje na temat swoich możliwości, abym mogła sama postanowić, co obecnie mi odpowiada i jak mogę zmienić decyzję w zależności od sytuacji życiowej.

Nikt nie ma ostatecznych rozwiązań, nie zna cudownej drogi ani też nie ma monopolu na najlepszy coaching. Wiele szkoleń ma określony program. Chodzi o to, aby każdy podążał swoją własną drogą – znajdując



inspirację w ludziach, którzy są już kilka kroków dalej i zdołali pewne rzeczy wiarygodnie wcielić w życie. Bądź nadal własną nauczycielką. Zobacz, że to dzięki sobie idziesz do przodu.

Istnieją także określone kwestie, takie jak traumatyczne doświadczenia, ciężkie depresje lub uzależnienia, kiedy kursy online lub uczestnictwo w grupach w mediach społecznościowych nic nie dają lub dają bardzo niewiele. Lepiej zwrócić się po profesjonalne wsparcie, a nie szukać doradców na czacie czy wręcz pozwalać, by nas „uzdrowili”. Bez pośpiechu sprawdź, co ci odpowiada. A jeśli ci się spieszy lub czujesz, że znajdujesz się w kryzysie duchowym, sięgnij po bezpośrednie wsparcie⁴.

Wszyscy jesteśmy uduchowieni czy też mądrzy i powiązani ze sobą. Od naszej wolnej woli zależy, czy będziemy tak żyć. W całkowicie własny sposób. To dla mnie jest magia, czyli ciekawość badania i zgłębiania tego, co nadprzyrodzone i mistyczne, poprzez bardzo szczegółowe postrzeganie świata wokół siebie. Codziennie też pozwalałam sobie dojrzeć magię i doświadczyć jej.

W rozmaitych nurtach religijnych czci się boginie, mistyczki i święte jako nadprzyrodzone istoty. Uważam, że to cudowne, iż podczas tych szczególnych nocy możemy docenić energię owych dumnych i ujmujących wzorców – a także uświadomić sobie ich godność oraz wyjątkowe cechy jak miłosierdzie czy bezwarunkowe współczucie. Nie chcą nam niczego sprzedać, nie są uwikłane w świat poprzez swoje człowieczeństwo, lecz chcą nam



coś przekazać ze sfery absolutnej czystości, co możemy wszędzie zrozumieć bez słów. Nie chodzi tu o to, jak są przedstawiane czy opisywane biblijna Maria Magdalena, staroegipskie Izyda (bogini płodności) i Hathor (królowa nieba) bądź obdarzone podobnymi cechami irlandzka Brigid czy nordycka Freja. Zawsze idzie o to, jak je odczuwasz i postrzegasz jako energię. Ukazują się każdemu człowiekowi w tym aspekcie, którego akurat potrzebuje, w sposób, który jest dla niego zrozumiały. A także poprzez naturę, określone wydarzenia, poprzez sztukę, uczucia, wewnętrzne obrazy. I z tego powodu Szczodre Gody są tak cudowne – chcemy przecież chłonąć rzeczywistość wszystkimi zmysłami i otworzyć się na to, co niewidzialne.

Boginie czy mistyczki symbolizują kobiecość w różnych kulturach, choć te rozmaicie rozkładają akcenty – ostatecznie jednak zawsze chodzi o to, byśmy odkrywały te cnoty w sobie i je rozwijały. Bez takich wartości jak autentyczność nie możemy wzrastać i objawiać całego swojego potencjału. Przywołane kobiety są quasi-mentorkami, które postawiły kamienie milowe, byśmy mogły coraz głębiej i prawdziwiej doświadczać świata. Dlatego też zło nie może nigdy wygrać z dobrem – dobro ciągle staje się coraz mądrzejsze.

Każda z nas to potrafi! W każdej z nas tkwi boskość, dlatego też wszystkie jesteśmy boginiami i należą nam się korona, cześć i szacunek. Pojawia się tu kwestia odpowiedzialności, byśmy umiały tak żyć, wzmacniając



swoją więź ze źródłem, pielęgnując intuicję, pracując z cieniem i zespalając tkwiącą w nas boską iskrę z codziennym życiem. Byśmy poruszały świat naszą godnością i mądrością, przemieniały go oraz szerzyły wyższą świadomość.

Jeżeli znalazłaś wzorzec wśród bogiń lub znanych w historii mistyczek, pozwól, by ci się one uobecniły podczas Szczodrych Godów, lub zaproś je na święto. Może spotkasz wówczas również jakieś zwierzę lub inną istotę (poprzez karty wróżebne bądź innymi drogami). Poczuj, co może to dla ciebie znaczyć. Lub wyszukaj sobie intuicyjnie towarzyszkę, która w tej chwili mogłaby cię wzmocnić. Możesz też po prostu medytować nad cnотami i aspektami, jakie te kobiety reprezentują, nad empatią, odwagą, mądrością i dobrocią – po czym zintegrować je w sobie.

W każdym z rozdziałów tej książki znajdziesz także tekst, który płynie wprost ze zbiorowej mądrości kobiecej mocy. Potężnymi symbolami ważnych (kobięcych) energii mogą też być rośliny i zwierzęta jak róża czy wąż – urok róży i energia węża. Podzielę się z tobą ich magią podczas Szczodrych Godów.