

# Магический женский круг



Полнолуние и Летнее Солнцестояние

Пространство женского пути  
[www.moonwomen.ru](http://www.moonwomen.ru)



## *Цветы и выращивание растений*



- вырастить растение из семечка - как свое желание или качество*
- покупать себе каждую пятницу или понедельник цветы*
- научиться составлять букеты, экспериментировать*

# Ароматы и благовония



- *Окружайте себя приятными запахами, особенно утром (апельсин) и перед сном (лаванда)*
- **STYX** (*Anti Stress Mix*)
- **Do Terra** (*Whisper, Citrus Bliss, Balance*)
- **Aura Cacia** ([lherb.com](http://lherb.com))
- **Масло розы** имеет самые высокочастотные вибрации, оно способно поднять энергию на очень высокий уровень Любви, чистоты и творчества!
- *Покупайте натуральные арома-палочки (Светлого цвета, пушистые и душистые)*

# Ароматы и специи по восходящему знаку

## Овен

Специи: куркума, корица, женьшень, красный и черный перец, шафран, аир, трифала, солодка, женьшень, ашвагандха.

Ароматы: камфара, корица, эвкалипт, шафран, мирра, ладан, корень окопника, и сладкие ароматы, почти все цветочные, с нотками миндаля и ванили. ладан, кедр, можжевельник и другие хвойные.

## Телец

Специи: мирра, ладан, корень окопника, трифала, сладкие специи, фенхель, анис, шатавари, амалаки, листья малины.

Ароматы: ладан, кедр, можжевельник и другие хвойные, мята, эвкалипт, кедр, тимьян, шалфей, сандал, роза, ирис, жасмин, лотос, ромашка, мята, базилик, брами.

## Близнецы

Специи: мята, базилик, брами, сладкие специи, фенхель, анис, шатавари, амалаки, листья малины, мирра, ладан, корень окопника, трифала

Ароматы: благоприятны мята, эвкалипт, кедр, тимьян, шалфей, сандал, роза, ирис, жасмин, лотос, ладан, кедр, можжевельник и другие хвойные, ромашка.

## Рак

Специи: алтей, шатавари, корень окопника, куркума, корица, женьшень, солодка, ашвагандха.

Ароматы: жасмина, гардении, лотоса, лилии, а также сандала, с нотками цитрусовых и корицы, сладкие и цветочные, с нотками миндаля и ванили.

## Лев

Специи: красный и черный перец, шафран, аир, корица, куркума, корица, женьшень

Ароматы: камфара, корица, эвкалипт, шафран, солодка, женьшень, ашвагандха и сладкие ароматы, почти все цветочные, с нотками миндаля и ванили, цитрусовых и корицы.

## Дева

Специи: ромашка, мята, базилик, брами, сладкие специи, фенхель, анис, шатавари, амалаки, листья малины

Ароматы: мята, эвкалипт, кедр, тимьян, шалфей, сандал, роза, ирис, жасмин, лотос.

# Ароматы и специи по восходящему знаку

## **Весы**

Специи: сладкие специи, фенхель, анис, шатавари, амалаки, листья малины, мирра, ладан, корень окопника, трифала, ромашка, мята, базилик, брами.

Ароматы: роза, ирис, жасмин, лотос, ладан, кедр, можжевельник и другие хвойные, мята, эвкалипт, кедр, тимьян, шалфей, сандал

## **Скорпион**

Специи: куркума, корица, женьшень, алтей, шатавари, корень окопника, солодка, ашвагандха.

Ароматы: с нотками цитрусовых и корицы, сладкие ароматы, почти все цветочные, с нотками миндаля и ванили, жасмина, гардении, лотоса, лилии, а также сандала.

## **Стрелец**

Специи: солодка, женьшень, ашвагандха и сладкие, куркума, красный и черный перец, шафран, аир, корица.

Ароматы: цветочные, с нотками миндаля и ванили, цитрусовых и корицы, масла и благовония с камфарой, эвкалиптом, шафраном.

## **Козерог**

Из специй: мирра, ладан, корень окопника, трифала, сладкие специи, фенхель, анис, шатавари, амалаки, листья малины, ромашка, мята, базилик, брами.

Ароматы: ладан, кедр, можжевельник и другие хвойные, роза, ирис, жасмин, лотос, мята, эвкалипт, кедр, тимьян, шалфей, сандал.

## **Водолей**

Из специй: мирра, ладан, корень окопника, трифала, ромашка, мята, базилик, брами, сладкие специи, фенхель, анис, шатавари, амалаки, листья малины

Ароматы: ладан, кедр, можжевельник и другие хвойные, мята, эвкалипт, кедр, тимьян, шалфей, сандал, роза, ирис, жасмин, лотос.

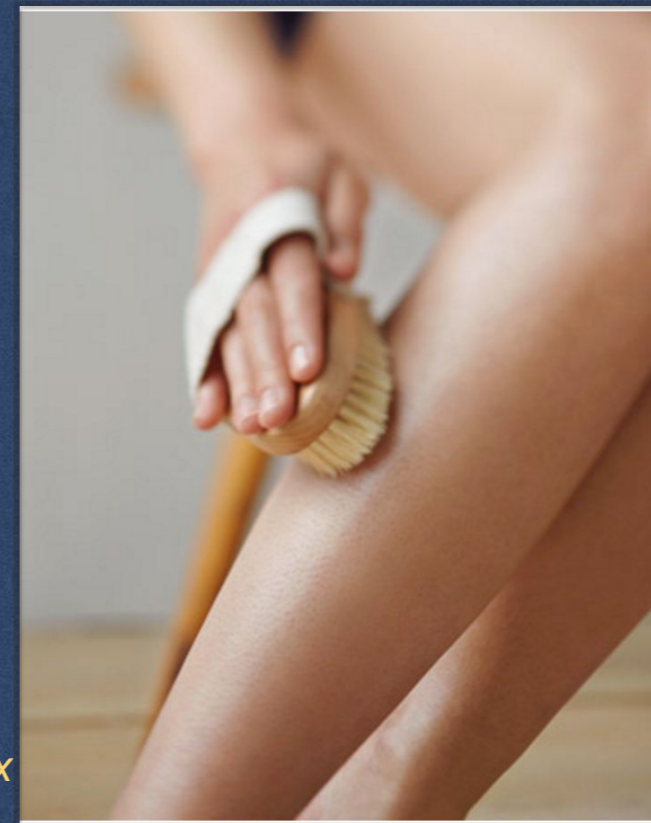
## **Рыбы**

Специи: солодка, жень-шень, ашвагандха и алтей, шатавари, корень окопника.

Ароматы: сладкие ароматы, почти все цветочные, с нотками миндаля и ванили, цитрусовых и корицы, жасмина, гардении, лотоса, лилии и также сандала.

# Уход за телом

- **Режим дня и Лунный календарь** (особенно, кто рожден в 15 лд)
- Утром делать простукивание меридианов и 5 тибетских жемчужин (Лунный фитнес с Дживой 1 месяц)
- **Сухой массаж щеткой** и душ с маслом после (увлажнение обязательно после эксфолиации)
- **Абхьянга** - масляный массаж, обязательно весной и осенью всем и особенно типу вата, у кого болят и хрустят суставы. (кунжутное, оливковое масло, кокосовое - только в жару)
- **Гладить свой живот**, массировать по часовой стрелке на 12 точек (как часы на циферблате) утром и перед сном.
- Перед сексуальной близостью массировать область живота и паха.
- **Массаж** - важно выбрать специалиста. Лучше всего если это женщина, она должна быть гармонична, потому что во время расслабления мы впитываем в себя все энергию человека, который на нас воздействует.
- Обнимать себя и гладить в течение дня, ощущать в объятиях ангела-хранителя, Бога, мужа.



# Дыхание и ГОЛОС



- Утром желательно поделать дыхательные техники, чтобы ощутить себя в этом мире - подышать животом, заземлиться после сна, подышать маткой, настроиться на предстоящий день.
- Найдите время раз в день - позвучать, дать невысказанным внутренним ощущениям выйти, можно это делать перед сном, либо в душе.
- В течение дня, если чувствуете как начинаете нервничать сделайте несколько циклов дыхания с задержками - Вдох : Задержка : Выдох 4 : 16 : 8 счетов по 10 дыханий 3 раза в день



# Танцы



- **танец тишины**
- **танец в темноте с повязкой**
- **танец мандала**
- **КИ** - контактная импровизация - это свободное исследование наедине с партнером возможностей движения, возможность поиграть, возможность совместного творчества и возможность просто быть и говорить через свое тело. Контакт учит быть "здесь-и-сейчас" при непрерывном изменении внешних условий, доверять пространству и партнеру, чувствовать и слушать.
- **Биоданза** - это система, позволяющая быстрым и позитивным образом укрепить личность человека. Она помогает нам раскрывать нашу сущность, развивать наши способности, в полноте выражать то, кто мы есть и счастливо наслаждаться своей уникальностью.
- \* **Подлинность**
- \* **Быть все больше и больше собой**
- \* **Смелость рисковать**
- \* **Способность преодолевать себя**
- \* **БЫТЬ ТОТАЛЬНОЙ.**

# Музыка



- Пробуждайте себя через слушание звуков природы
- Научитесь играть на любом музыкальном инструменте
- Попробуйте - варган, бубен, барабан, флейту
- Проживайте любое состояние через подходящую музыку

# Женские травы и чай

- **Иван-чай** - вместо обычного
- **Красная Щетка** — уникальный природный гормон, устраняющий нарушения в работе эндокринных желез.
- **Боровая матка** - оказывает противовоспалительное, противомикробное, противоопухолевое, рассасывающее, обезболивающее и мочегонное действие.
- **Шатавари** - уравнивает женскую гормональную систему.
- **Мелисса** - это природный антидепрессант, успокаивающий нервную систему.
- **Перечная мята** - это мощный антиоксидант, способный дарить женщине свежесть и молодость.
- **Ромашка.**
- **Маточная гвоздика** - способна возбуждать и повышать тонус гладких мышц матки.
- **Чай-масала**



0,5 л воды, 1 л молока, 5 см корня свежего имбиря, мелко тертого, 1-2 палочки корицы, 7 стручков кардамона, чуть раздавленных, 7 гвоздик, 3 стол. ложки йван-чая, сироп топинамбура или стевия по вкусу

Воду вместе с пряностями вскипятить и держать на среднем огне 5 минут, засыпать чай и через 3-5 минут добавить молоко. После закипания добавить сахар, выключить и дать настояться под крышкой 10 минут.

# Прогулки на природе

- *Хождение в юбке без нижнего белья*
- *Объятия с деревьями*
- *Умывание росой на растущую Луну*
- *Сбор целебных трав в Полнолуние (3 дня до и после)*
- *Полежать в позе младенца на Земле*
- *Пропустить энергию из Земли через стопы в тело*



# Рисование



- *Рисование мандал*
- *Мандалы из растений и лепестков*
- *Взрослые раскраски*
- *Роспись камней (Элспет Маклин)*
- *Дудлинг, Зенарт и Зентанглы*



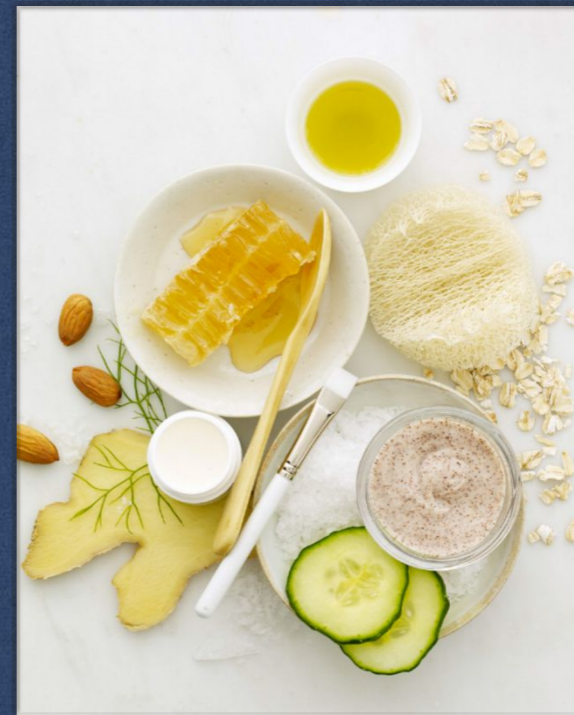
# Натуральная косметика

- **Уходная косметика** - убитаны (мука), гидролаты, масла и серумы (смесь масел) - «Жива»
- **Декоративная косметика** - Mineral Fusion, Physican Formula, Alima Pure, Kjaer Weis, RMS Beauty, Vapour Organic Beauty, W3LL People, Hurray , Acure Organics, Badger, Lily Lolo, Inika, Lippy Girl, ILIA
- Особенно важны бальзамы для губ!
- **Отказ от тампонов** (кроме фитотампонов), переход на натуральные прокладки - Green World (<http://gr-w.com/>)
- **Дезодоранты** - Soapwalla и Schmidt's, либо своими руками!

Ингредиенты для дезодоранта такие:

- кокосовое масло (3 столовые ложки)
- кукурузный крахмал или марантовая мука на выбор (2 столовые ложки)
- пищевая сода (2 столовые ложки) иногда вызывает раздражение
- эфирные масла на выбор — лаванда, чайное дерево, сладкий апельсин, розмарин, шалфей, пихта — (6 капель)

- **Переходите с кремов на масло и бальзамы**
- **Магазины** - Cosmothesa (Петербург, Самара, Екатеринбург)
- Iherb — доставка бесплатно от \$40.00 код на скидку GHQ629
- LoveLula — доставка по всему миру бесплатно
- Lookfantastic — доставка по всему миру бесплатно
- Cult Beauty — доставка бесплатная по коду CBWELCOME
- Naturisimo — доставка по всему миру бесплатно
- Beauty Bay — доставка бесплатная от £15



# Черный список

1. Procter & Gamble. Ему принадлежат: Max Factor, Olay, Pantene, Head & Sholders, Secret, Pampers, Always/Alldays, Tampax, Old Spice, Camay, Safeguard, Ace, Comet, Lenor, Tide, Ariel, Fairy, Муф и другие

2. Johnsons & Johnsons. Ему принадлежат: Clean & Clear, Carefree, O.B., Reach и другие

3. Unilever. Ему принадлежат: Dove, Rexona, Timotei, Sansilk, Clear VitABE, Ахе, Persodent, Domestos, Cif и другие

4. Coty. Ему принадлежат: Adidas, Lancaster, JOOP!, Davidoff и другие

5. Gillette. Ему принадлежат: Oral-B, Duracell, Braun и другие

6. Schwarzkopf&Henkel. Ему принадлежат: Fa, Schauma, Лоск, Ласка, Persil, Prill, Bref, Пемолюкс, Дени и многие другие

7. Colgate-Palmolive. Ему принадлежат: Lady Speed Stick, Mennen, Protex и другие

8. S.C. Jonsons. Ему принадлежат: Glade, OFF, Туалетный утёнок, Мистер Мускул и другие

9. Reckitt-Benckiser. Ему принадлежат: Veet, Cillit, Vanish, Calgon, Dosa, Tired и другие

10. L'Oreal Paris. Ему принадлежат: Lancome, Vichy, Giorgio Armani, Maybelline, Garnier и другие

химические парфюмированные отдушки (parfum/fragrance), формалин (DMDM hydantoin), бутилгидрокситолуол (butylated hydroxytoluene или BHT), парабены (methyl, ethyl, propyl, benzyl and butyl), триэтаноламин (triethanolamine или TEA), полиэтиленгликоль (PEG), ретинола пальмитат (retinyl palmitate).



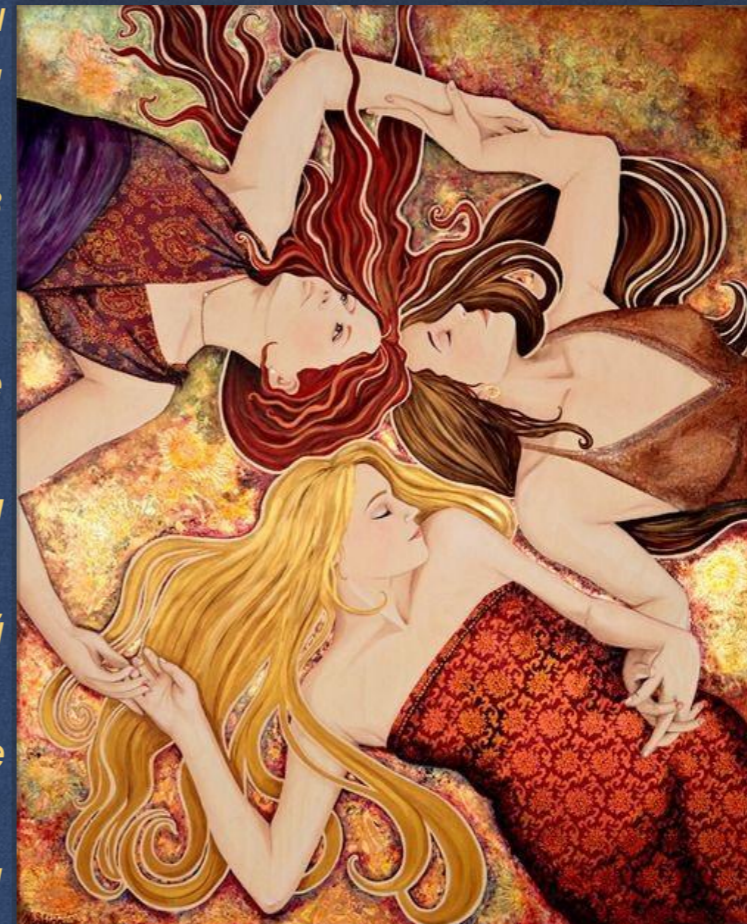
# *Псевдонатуральные марки*

- 1. Arbonne*
- 2. Aveda*
- 3. Aveeno*
- 4. Bio-Oil*
- 5. Covergirl Natureluxe*
- 6. Herbacin*
- 7. Herbal Essences*
- 8. Johnson's Natural*
- 9. Josie Maran*
- 10. Jurlique*
- 11. Korres Natural Products*
- 12. LUSH Cosmetics*
- 13. Melaleuca*
- 14. Moroccan Oil*
- 15. Natures Organics*
- 16. Nivea Pure & Natural*
- 17. Organix*
- 18. Origins*
- 19. Pure and Basic*
- 20. Simple Basics*
- 21. Tarte Cosmetics*
- 22. The Body Shop*



# Женский круг

- Регулярный обмен энергией с женщинами, которых вы хорошо знаете и цените (с каждой встречей понимание и принятие друг друга будет только расти);
- Наличие внутреннего счастья и хорошего настроения без ожиданий от мужчин и их внимания;
- Принятие себя, своей ценности, поднятие самооценки;
- Возможность прожить в спокойной обстановке все внутренние болезненные процессы;
- Возможность испытать невероятные сильные ощущения от совместной медитации и практик;
- Возможность прикоснуться к чудесам и обрядам древней женской магии;
- Каждый раз новые открытия и осознания, раскрытие своих талантов и способностей в кругу единомышленниц!
- Сила творить хорошие дела вместе: посетить дом престарелых, помочь малоимущей семье;
- Возможность отдыхать вместе: сходить в SPA салон, устроить пикник, пойти в кино, подготовиться к празднику;
- И конечно же обретение прекрасных подруг и духовных сестер!



# Поддержка Рода

*Призвать всех женщин Рода для помощи, помедитировать в кругу, попросить совета и обязательно поблагодарить в конце и отпустить в те пространства, где они находятся сейчас*



# Благодарность



- 1. Благодарить за все. Все что видите вокруг себя! Суть в том, что когда вам кажется, что у вас ничего нет и никому вы не нужны, просто посмотрите вокруг, сколько людей сделали все от них возможное, чтобы у вас это было.
- 2. Видеть всю цепочку. Кто создал, кто сотворил. Я ем еду, которую для меня кто-то вырастил и доставил. А уж за красоту природы, за наличие жизни, тела, воздуха, возможностей Вселенной можно говорить спасибо вообще постоянно!!
- 3. Благодарить за мелочи. Кто-то что-то подарил, позвонил, написал или сделал вам, близкие или нет, помните, они были не обязаны, а сделали. И это настоящее чудо!
- 4. Просто постоянно благодарите, пусть это станет вашей новой привычкой. И увидите, как повысится ваш уровень вибрации, наблюдайте, какие изменения это принесет в вашу жизнь, отмечайте в блокнот все чудеса, которые станут происходить.

# Летнее Солнцестояние

Лита, Лито, Лиго, Мидсам,  
Midsommar, Mean Samhraidh,  
Купала, Иванов день / ночь,  
Jonsook

*21 июня 2016 года, в 01:34  
по Московскому времени*



# Летнее Солнцестояние

Для язычников солнце обладало божественной властью над всем живым, а летнее солнцестояние означало наивысший расцвет всех сил природы, который воплощается в изобилии с созреванием урожая. Считалось, что от обрядов, проведенных человеком в этот день, зависят многие аспекты его жизни (здоровье, удача, семейное положение и так далее) на протяжении следующего года.

**Кельты праздновали Литу (Litha)** – солнцестояние, Середину лета. Лето для них начиналось Бельтайном 1 мая (Майский день) и завершалось Лугнасадом 1 августа).

К вечеру шли в ближайшую рощу, чтобы оставить для фей и эльфов приношения из еды и душистых пряных трав (последние, по поверьям, обладали особой магической силой, если были собраны на Литу). Поэтому вечером соберите травок впрок – зверобоя, душицы, ромашки, дикой мяты, вербены, дикого укропа, подорожника, листьев брусники и земляники.

Зверобой, золотистые цветы середины лета и символ летнего солнцестояния, как все считают, возвращает плодородие и силы, притягивает любовь, если собрать его в полночь или в канун фактического солнцестояния. Влюбленные, надеющиеся добиться взаимности, должны носить его при себе или хранить под подушкой.

Прыжки через костер, по верованиям древних, могли обеспечить процветание и защиту всей семьи. Влюбленные, взявший за руки, прыгали через огонь трижды, чтобы их брак был счастливым, богатым и многодетным.

В июне собирают первый мед, поэтому июньское полнолуние называлось медовым месяцем. После гуляний на Бельтайн многие пары ожидали прибавления, и конец июня был временем массовых языческих свадеб. Таким образом, понятие свадьбы было тесно связано с медовым месяцем июнем, и уже позднее превратилось в традицию, которой мы с удовольствием следуем и сейчас.

# Летнее Солнцестояние

**На Руси отмечали Купалу** – окончание весны и начало лета с его первым месяцем Кресенем. По народным приданиям данный праздник олицетворял соединение Неба (Отца) с Землей (Матерью), Огня и Воды, мужа с женой. Считалось, что в сердце каждого человека расцветает Огнецвет, и Природа наполняется любовью.

Ритуалы Купалы очень похожи на ритуалы Иванова дня и Литы - плели венки (символ солнца и жертвовали их воде), пили сурью (медовый напиток), прыгали через костры, приносили жертвы воде и огню, собирали целебные травы, совершали ритуалы, призывающие урожай и "очищающие душу и тело" омовения в реках, озерах и ручьях.

В купальскую ночь, вернее, уже на заре, положено купаться – вода в это время целебная, она смывает болезни, негативную энергию, усталость и ложь, дает крепкое здоровье. Окунитесь три раза, желательно с головой. Если же вода холодная и не располагает к купанию, то просто умойтесь речной водой. Вода, набранная из открытого источника именно в эту ночь, считалась целебной. Утром умывались росой, что на весь год давала силы и здоровья и встречали новый день новой жизни с новыми силами и радостью. Так же чтобы обрести крепкое здоровье, достаточно прыгнуть через ритуальный костер, попросив высшие силы об оздоровлении.

**Человек, прошедший этот день с радостью в сердце, даже без внешних проявлений чествования праздника летнего солнцестояния, обретает удачу, крепкое здоровье и возможности для повышения материального благополучия.**

**В день летнего солнцестояния усиливается солнечная энергия и резко возрастает потенциал для магии, ритуалов и медитаций. Это один из самых мощных дней года, когда возможно «намечтать» свое счастье, «запрограммировать» себя на позитив и радость.**

**Силы стихий и природы находятся в особой точке высшей наполненности и помогают творить чудеса. Это период взлета, радости, наслаждения, даже, можно сказать, экстаза.**

**Сила летнего солнцестояния может быть использована для решения, казалось бы, неразрешимых проблем и приносит свет, жизнь и надежду тем, кто находится в подавленном состоянии.**

# Ритуалы

## **Блинчики для любимого**

На солнцестояние, как и на Масленицу, принято печь блины, символизирующие собой солнце. Блинчики заговаривают, кропят святой водой. Например, если испеченным в день солнцестояния блином угостить любимого, это укрепит ваши отношения.

**Ритуал на перемены жизни.** Чтобы в корне изменить свою жизнь, в ночь с 21 на 22 июня нужно перевернуть как можно больше предметов в своем доме. Поставьте чашки и стаканы вверх дном, переверните обувь, переверните стулья. Все, что можно поставить наоборот или вверх тормашками — переверните и поставьте.

Во время этого ритуала важно думать о том, что ваша жизнь находится в ваших руках и именно с этого момента вы начинаете ее менять. После скажите «Дом вверх дном, другая жизнь начнется с новым днем!». Ложитесь спать. На утро по мере необходимости можете возвращать перевернутые предметы в их привычное положение.

**Ритуал на деньги.** Если хотите привлечь поток изобилия в свою жизнь, в день летнего солнцестояния возьмите всю мелочь из своего кошелька и положите ее под порог дома или в какой-нибудь проем или щель у входной двери. Пройдет совсем немного времени, и вы ощутите, как деньги начинают появляться в вашей жизни буквально из ниоткуда.

## **ОБРЯД НА СОЗДАНИЕ ОБЕРЕГА**

В день летнего солнцестояния принято было создавать обереги и талисманы. Самый известный оберег, который делали в этот день, это Лестница из узелков. Для того, чтобы сделать его, нужно взять летнюю желтого или золотого цвета и девять бусин любых цветов.

Схема плетения оберега очень проста — нанизываете на ленту бусинки по схеме: узел-бусина-узел-свободный кусок ленты, узел-бусина-узел и т.д. Если завязывать узлы переплетая ленту по часовой стрелке - это к обогащению, если против - это для отсекания лишнего из своей жизни.

Нанизывая каждую бусину, нужно загадывать по одному желанию, или же повторять одно и то же. После плетения конец и начало ленты нужно закрепить узелками. Этот оберег можно повесить у входной двери или носить с собой.

# Ближайшие мероприятия

*23 июня в 19.30 в рамках проекта Астро-Школа пройдет вебинар "6 дом гороскопа".*

*Главные сферы 6 дома - это наше здоровье, способность его сохранять / запускать, наш иммунитет к болезням, а также наша сила / слабость в сложных жизненных ситуациях.*

*Стоимость участия 500 рублей.*

*Для запроса реквизитов пишите в личное сообщение Марии.*

*Запись и доп материалы будут высланы всем участникам.*