



Prefazione


Sacro è il nostro corpo, sacri sono i nostri pensieri, le nostre emozioni, la nostra percezione del mondo e la nostra espressione in esso. Sacra è la nostra ciclicità mestruale e femminile. Sacra è la nostra danza ciclica, perfetta è la sua manifestazione in noi e – necessaria – nel mondo.

Il libro di Miranda Gray *Le tue Dee interiori* con delicatezza e dolcezza guida le donne alla comprensione di questa ciclicità e, giustamente, eleva il ciclo mestruale da semplice manifestazione fisica a manifestazione della Dea in noi. Ma quale Dea? Di quale Olimpo o credenza? Tutte e nessuna: semplicemente la manifestazione autentica di come ci sentiamo veramente in quel preciso momento, di come veramente vogliamo relazionarci – o meno – con il mondo e come lo percepiamo. Non c'è nulla nel mondo e nella società che non sia influenzato dalla ciclicità della donne.

Noi donne, come le fasi della Luna e le stagioni della Terra, abbiamo l'incredibile dono della mutevolezza, del rinnovamento e del cambiamento. Fluiamo in questi cicli e la vita fluisce in noi e attraverso noi. La vita esiste perché esistono le stagioni: Madre Terra sa quando è il momento di esprimere la sua piena vitalità in estate e saggiamente sa quando è il momento di cominciare a ritirarsi nell'oscurità durante l'autunno, per poter riposare nell'apparente morte dell'inverno e, rigenerata, rinascere in primavera.

La società moderna chiede alle donne di mostrare solo le stagioni luminose del ciclo mestruale (la primavera e l'estate, che corrispondono alle fasi della pre-ovulazione e dell'ovulazione) e di negare il proprio autunno e il proprio inverno (che corrispondono alle fasi della pre-mestruazione e della mestruazione del ciclo).

Noi donne, per poter sopravvivere in questa società, rischiamo di dimenticare la nostra natura ciclica e la sua perfezione. Se dimentichiamo questo, dimentichiamo l'essenza autentica del Femminile e ci precludiamo l'accesso



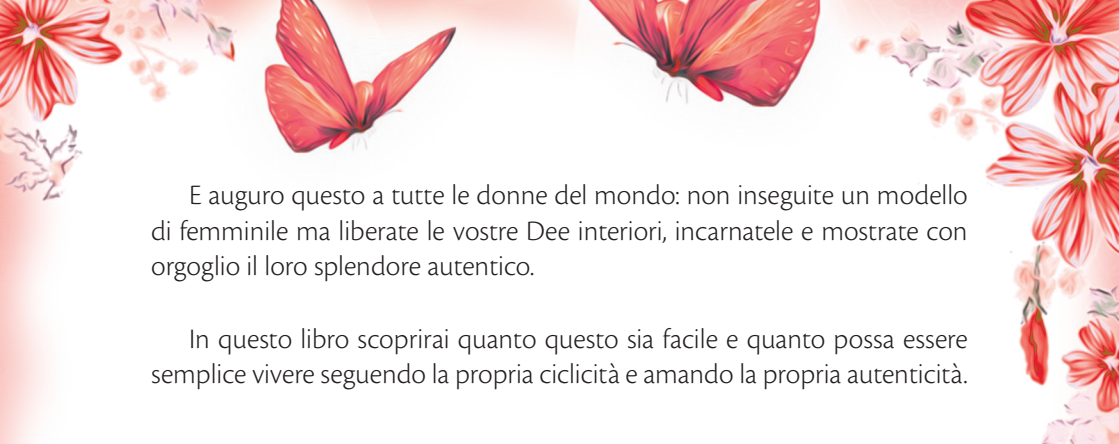
ai doni che tutte le fasi del nostro ciclo ci offrono. Sì, perché anche le fasi della pre-mestruazione e della mestruazione portano con sé dei doni e sono proprio le nostre Dee interiori a consegnarci.

Miranda inizia la descrizione delle nostre Dee interiori (le nostre capacità e abilità potenziate in base alla fase del ciclo mestruale che stiamo vivendo) attraverso una favola piena di magia e di incanto, un racconto mitologico che rispecchia pienamente lo stile narrativo dell'autrice. Il libro, infatti, oscilla tra spiegazioni logiche, razionali e lineari su come noi donne "funzioniamo" a livello fisico e descrizioni fiabesche che aprono con incanto la nostra percezione immaginifica e ci connettono facilmente e perfettamente con l'autentica Dea in noi.

Anche il ritmo del libro incarna perfettamente la ciclicità femminile: ogni Dea, ogni fase del ciclo mestruale si presenta con le proprie caratteristiche e ci mostra il suo dono. Noi donne, sapendo quale dono abbiamo a disposizione e quando, possiamo quindi organizzare in modo ottimale le nostre attività giornaliere, sia nella vita personale che nel lavoro.

Leggendo il libro, scoprirai che c'è un momento nella nostra ciclicità in cui siamo più forti fisicamente, un momento in cui più facilmente riusciamo a gestire una riunione di lavoro e momenti in cui abbiamo bisogno di riposare. Il nostro modo di amare, come anche la nostra sensualità e la nostra sessualità, fluttuano con noi: non sarebbe quindi molto più semplice che tutte le donne della società fossero consapevoli di queste abilità e di questi doni?

Seguo da molti anni gli insegnamenti di Miranda Gray a proposito del ciclo mestruale e dell'energia femminile e vivere in modo ciclico, avere la consapevolezza della mutevolezza delle mie energie e abilità e amare la mia natura femminile mi ha reso una donna più forte, più sicura e più amorevole. Sono più consapevole del mio reale valore e so dove sono sul mio percorso di vita.



E auguro questo a tutte le donne del mondo: non inseguite un modello di femminile ma liberate le vostre Dee interiori, incarnatele e mostrate con orgoglio il loro splendore autentico.

In questo libro scoprirai quanto questo sia facile e quanto possa essere semplice vivere seguendo la propria ciclicità e amando la propria autenticità.

Veronica Morosi

Moon Mother e
Management Assistant
di Miranda Gray

Tu sei sacra alla Dea,
senti l'Amore e la Bellezza della Dea irradiare da te
e porta il suo Amore e la sua Luce nel Mondo

Miranda Gray