



# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort Daubenmerkl</b> .....	<b>9</b>
<b>Vorwort zur überarbeiteten Auflage von Miranda Gray</b> ....	<b>11</b>
<b>Danksagung</b> .....	<b>15</b>
<b>Einleitung</b> .....	<b>17</b>
Die Ziele dieses Buches .....	17
Die gesellschaftliche Einstellung zur Menstruation .....	18
<i>Das Menstruationstabu</i> .....	20
<b>Die menstruellen Energien</b> .....	<b>22</b>
<b>Die Erweckung</b> .....	<b>26</b>
<b>Das Dunkel des Mondes</b> .....	<b>60</b>
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
<b>Begegnung mit dem Mond</b> .....	<b>97</b>
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

<b>Der schöpferische Mond</b> .....	<b>156</b>
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
<b>Die Spirale des Mondes</b> .....	<b>201</b>
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
<b>Nachwort</b> .....	<b>229</b>
Literaturhinweise .....	230
Abbildungen .....	231