

Měsíční centra

Tajemství vnitřních proměn ženy

Název v originálu: The Moon She Rocks You

Autorka © Gurutej Kaur Khalsa

Překlad © Veronika Šilarová

Gurutej Kaur Khalsa

Gurutej je proslulá učitelka kundaliní jógy, kterou praktikuje a rozvíjí od roku 1969. Vyučuje po celém světě. Jejím posláním je probouzet duši všech, s kým se setká, a dělit se o nástroje a techniky na oživení energie v každém z nás.

Má jedinečné zkušenosti i přístup. Její učení vychází z jógy, ale zahrnuje mnoho věcí, které na běžných lekcích nikdy nezazní. A nadto je velmi srdečná, vtipná a má české kořeny.

Napsala čtyři knihy:

- A Slice of the Beloved: Connection for Relationships
- The Moon She Rocks You: Revealing the Secrets of Women's Inner Emotions (český překlad jako Měsíční centra v předprodeji [za zvýhodněnou cenu zde](#))
- The 13th Month: How to Get an Extra 29 Days Each Year
- Empower Your Essence (český překlad jako Objevte svou esenci v předprodeji [za zvýhodněnou cenu zde](#))

Další informace o Gurutej a její blog naleznete na webu gurutej.com.

Obsah knihy

MĚSÍČNÍ CENTRA

Úvod

Výzvy v životě ženy

Co mají ženy za problém?

Jak mohou měsíční centra ženám pomoci?

Objevování darů ženských emocí

11 měsíčních center

V jakém měsíčním centru se nacházíte?

Linie vlasů

Obočí

Tváře

Rty

Ušní lalůčky

Šíje

Bradavky

Pupík

Vnitřní stehna

Klitoris

Vagina

Na závěr

Přílohy

Cvičení

Meditace a mantry

Recepty