

Čarobnica/  
Eternal Woman



element vode  
REGENERACIJA



Krepi izvorno moč v telesu in polni rezervoar naše energije.

Ob energijski izgorelosti, visokem stresu ali hormonski izsušenosti nam vrača moč in uravnava hormonski sistem.

Ščiti pred stresom.

Spodbuja sočnost telesa.

med 17 in 19 uro

27. in 28., 1., 2. in 3. dan  
(ali luninega cikla)

november, december,  
januar, (februar)

**Povezujemo z/s:**

ledvicami,  
jajčniki,  
nadledvično žlezo,  
epifizo in hipofizo,  
maternico,  
s celotnim hormonskim  
sistemom (spolnimi hormoni),

spodnjo veko,  
področjem brade,  
sluhom,  
z lasmi,  
kostmi, zobmi in sklepi,  
z možgani - s povezanostjo leve  
in desne možganske polovice,  
z neurotransmitorji,  
s spominom,  
z libidom in plodnostjo,

z globokim pomlajevanjem,  
kvalitetnim spanjem  
in nočno regeneracijo,

z melatoninom in  
rastnim hormonom,  
uravnanim kortizolom,  
kostnim mozgom,  
mitohondriji  
in DNK.

Vizionarka/  
Visionary Woman



element lesa  
ENERGIJA



Vrne te v čas najstništva, mladosti in dozorevanja.

Vizionarka telesu vrača mladost in prožnost ter pomaga pri čiščenju organizma.

Je tvoj Navdih, tvoj Fokus, tvoja Igrivost. Tvoja Rast. Je tista, ki Raziskuje. Tista, ki Napreduje.

Tista, ki te zbudi in napolni z svežo energijo. Predstavlja energijo sončnega vzhoda, jutra in jasnosti.

takoj zjutraj

5., 6., 7., 8., 9. in 10. dan  
(ali luninega cikla)

marec, april, (maj)

**Povezujemo z/s:**

jetri, žolčnikom,  
obrvmi, čeljustnim sklepom,  
z očmi in vidom, čistilnimi  
procesi razbremenitve telesa,  
z živčnim sistemom (vagus),  
krvjo  
in metabolično prožnostjo in  
prožnostjo telesa.

Povezana je tudi s  
pomlajevanjem, obnovo,  
mladostno svežino,  
mitohondrijsko signalizacijo  
in dopaminskim ravnovesjem.

In SCN uro v možganih -  
v hipotalamusu, ki uravnava  
cirkadiane in hormonske ritme  
v telesu.

Magnetična/  
Magnetic Woman



element ognja  
SOČNI HORMONI



Predstavlja energijo ovulacije in užitka, plodnosti in oploditve na vseh področjih tvojega življenja.

Oživilja tebe in tvoje življenja.

Je tvoja notranja iskra strasti, navdušenja, živosti.

Odgovorna je za Intimnost. Tvojo sočnost in privlačnost.

Radost in ljubezen.

Spoštovanje sebe.

Moč manifestiranja.

Govorništvo in nastopanje.

med 11 in 15 uro

12., 13., 14., 15., 16. in  
17. dan (ali luninega cikla)

maj, junij, julij

**Povezujemo z/s:**

srcem, jezikom in  
tankim črevesjem,  
sijajem tvojega obraza in očmi,  
napeto in elastično kožo,  
dvignjenimi ustnimi kotički,  
prsmi in s tem kako mladi so  
reproduktivni organi.

Odgovorna je za optimalno  
delovanje vse 'elektrike' v  
telesu v povezavi z živčnim  
sistemom in možgani.

Tudi za optimalno srca, ožilja,  
do celičnih komunikacij,  
od krožnih mišic in  
do orgazmov.

Povezana je z žlezo Timus.  
Z ženskimi hormoni in  
sočnostjo celotnega  
hormonskega sistema.

Aklimistka/  
Alchemy Woman



element zemlje  
RAVNOVESJE



Predstavlja utelešenost. Prijateljstvo s telesom in idealno telesno težo.

Zdravje na vseh nivojih.

Negovanje. Drugih in sebe.

Sposobnost okušati  
sladkosti življenja.

Teamski duh.

Materinskost.

med 9 in 11 uro  
zjutraj

prehodi iz ene  
faze cikla v drugega

februar, avgust in  
prehodi letnih časov

**Povezujemo z/s:**

vranico, s trebušno slinavko,  
želodcem, s celicami,  
vsemi mišicami obraza  
in telesa,  
zgornjo veko,  
s spodnjim delom ličnic,  
zgornjo ustnico in s slino.

Uravnava krvni sladkor ter PH  
razmerje v telesu.

Povezana s čvrstostjo obraza in  
telesa, polnostjo prsi.

Vpliva na telesno težo,  
vodo in celulit.

Enako velja za vnetja.

Od vranice - elementa zemlje v  
nas je odvisno ali je naš  
organizem v stanju  
degeneracije ali  
regeneracije.

Kraljica/  
The Queen



element kovine  
IMUNSKI SISTEM



Kraljica v tebi sedi na prestolu tvojega imunskega sistema.

Je zaščitnica, varuhinja pred vnetji.

Zakladnica progesterona.

Povečuje obilje.

Tvoj pogum in odločnost, a  
sočnost.

Zdrave meje.  
Občutek varnosti in moči.

Mentalna moč in  
čustveni mir.

Je spuščanje, odpuščanje,  
organiziranost in disciplina.  
Zmožnost dokončanja  
začetega.

zjutraj / zvečer

20., 21., 22., 23., 24. in  
25. dan (ali luninega cikla)

september, oktober  
(november, december)

**Povezujemo z/s:**

pljuči, ščitnico in ščitničnimi  
hormoni,  
s kožo in dihalni,  
imunskim sistemom,  
žlezo timus in s črevesjem.

Z metabolizmom in  
absorpcijo hranil in  
avtoimunimi težavami in  
alergijami.

Na obrazu pa z nasolabialnim  
delom, ter z ličnicami.

Kraljica v tebi je odgovorna za  
hormon progesteron.