

ELANA GROZAVU



Steleurythmie bei Frauen zur Linderung der Menstruations-Beschwerden.

Tag und Nacht, Sommer und Winter,
aus- und einatmen.

Die Frauen erleben die vier Jahreszeiten in
einem Monat. Die erste Zyklusphase bis zur
Ovulation, ist ein Einatmen. Wir sind tätig in
der Außenwelt. Nach der Ovulation, bis zu der
Periode, findet ein Ausatmen statt. Dies ist
eine nach innen gehende Tätigkeit. Eine Rückschau,
Verarbeitung, Loslassen von Altem um einen
Raum zu schaffen für das Neue, das in der
Periodenzeit herein kommen darf.

Mit der Blutung reinigt sich der physische
Körper. Wenn wir den ganzen Prozess bewusst
begleiten, kann auch eine ätherische Reinigung
statt finden. Der eigene ätherische Körper der
Frau und auch den Mann und die gesamte
Familie.

Der heutige Lebensrhythmus ist anders
wie der frühere. Das Ausatmen hat fast
kein Raum mehr. Für viele Frauen ist
die Periode eine Belastung anstatt die
Möglichkeit um daraus wieder neu geboren
hervorzugehen. Wir gehen durch den Tod mit
der Periode, um den mit neuen Kräften und
neuen Wissen in die Auferstehung zu kommen.

Wenn der Frauenzyklus erkannt und bewusst
begleitet ist, dann kann eine mögliche Einweisung
stattfinden, wie wir zur jeder Weihnachten erleben.