

## **Boginje u svakoj ženi**

### **Interaktivne meditativne radionice**

#### **BOGINJE ILI ROBINJE – IZBOR ILI SUDBINA**

Iskustvo rada na sebi i sa drugima (ženama) otvorilo je mnoga pitanja i preispitivanja dosadašnjeg poimanja zadovoljstva sobom i životom.

Da li je dovoljno biti zdrava da bi bila zadovoljna?! A zdrava i bogata?

Znamo dovoljno i takvih osoba, a ne doimaju se sretno i zadovoljno. Pa što nedostaje, zapitamo se.

Uspostavljanje cijeline ličnosti zadatak je cijelog životnog puta. (K.G.Jung)

Ako ne osjećam da sam potpuna, cjelovita, zadovoljna, što je to što nedostaje?

Cijelog života događaju nam se situacije i ljudi na koje ne možemo utjecati i promijeniti ih, ali možemo mijenjati sebe i raditi na razvoju unutrašnjeg zadovoljstva, a to se postiže laganim i nježnim radom na sebi kroz razne metode upoznavanja i osvještavanja svog unutrašnjeg svemira. Sebe.

Često nas naša ženska intuicija mudro upozori u nekim trenucima i pokazuje put izlaska iz neugodnih situacija. Reakcija na način prihvatanja ili izbjegavanja određene situacije je stvar osobnosti svake pojedine osobe, a ta posebna, specifična i jedinstvena **Osobnost** je OSOBNOST karakteristična za određeni arhetip, u ovom slučaju personificiran kroz arhetip boginje.

Mi ćemo raditi metodu osvještavanja aspekata boginja u nama i .....

.....Iz recenzije „Svaka će se žena pronaći u jednoj ili više grčkih junakinja, a ni jedna se neće osjećati kritizirano. Knjiga **Boginje u svakoj ženi** nudi uvjerljive, jasne predodžbe koje mogu dovesti do samorazumijevanja i promjene.“

Sama knjiga je jednim dijelom poslužila kao motivirajući pokretač procesa samorazvoja, prvo kao pitka i zanimljiva priča, jer koja žena ne želi da se osjeća kao boginja, kao Afrodita, ili Atena, Artemida .....ali čitanjem i razmišljanjem proces ostaje samo na mentalnom/intelektualnom nivou i gubi mogućnost ostvarivanja u život jer nema pogonsko gorivo koje daju emocije .

( Npr. Na **intelektualnom** nivou znam da je štetno pušiti ali ne prestajem, ali ako mi pušenje izazove ozbiljnu vrtoglavicu i povraćanje, mučninu u tijelu(**fizički nivo**) zbog kojeg se prestrašim ( **emocionalni nivo**) za svoj život najveća je vjerovatnost da ću prestati pušiti)

Što je više nivoa uključeno u radu na samorazumijevanju sebe to je razina svjesnosti veća i stabilnija, te smo tim više samosvjesnije, bliže sebi, autentičnije i snažnije,

samim tim i zadovoljnije sobom i životom. Nivoi razvoja osobnosti se višeslojno mogu prikazati kroz arhetipske boginje.

Koja sam ja boginja!? Jedna dominantno ili više boginja? U kojoj fazi moga života je jedna više prevladavala od neke druge? Kako mi je to pomagalo ili štetilo?

Jesam li imala priliku razviti svoje prirodne kreativne sklonosti? Da li sam odgađala svoje snove zbog nekih ljudi i okolnosti ili sam hrlila svome zacrtanom cilju, a prepreke doživljavala kao zanimljivu igru koja je pobjede činila još slađim postignućem? Boginje u nama znaju odgovor na to i, čak što više, imaju i rješenje.

### **Tko su te boginje?**

#### **Kratki uvod iz kojeg možemo intuitivno osjetiti miris prepoznavanja sebe u nekoj od boginja**

**PERZEFONA**, ( rimska boginja Prozerpina/Kora)- kći, mlada djevojka i kraljica podzemnog svijeta, izražava žensku sklonost pokoravanju, pasivnosti te potrebu za udovoljavanjem drugima i potrebu da bude drugima potrebna. Sklonost spavanju i sanjarenju, sklona religijskom i/ili spiritualnom, osjeća se sigurno uz ( osobu) majku snažne i jake osobnosti, voli se maziti, proljeće je njeno doba.

**AFRODITA**, (rim.Venera)- boginja ljubavi i ljepote, „alkemijska“ boginja koja upravlja ženskim uživanjem u ljubavi i ljepoti, seksualnosti i senzualnosti te potiče na ispunjavanje kreativnih i prokreativnih funkcija, zanosna i zavodljiva, koketna ponašanja prema svima te prirodno i spontano zavodi svih, prosto kao urođeni način ponašanja.

**ATENA**, (rim.Minerva)- boginja mudrosti i umijeća, inteligencije, lukavosti, pravednog rata, zaštitnica ratnika predstavlja razboritu, samouvjerenu ženu koja se ne povodi za srcem, već za razumom. Otac je onaj kojeg želi zadiviti svojom inteligencijom i znanjem, te najčešće miljenica oca. Gotovo uvijek izuzetno sposobna poslovna žena sa značajnom karijerom je upravo Atena.

**ARTEMIDA**,(rim.Dijana)- boginja lova i Mjeseca, svjetla, života, zaštitnica lovaca/lovkinja personificira neovisan ženski duh usredotočen na postignuća, jednako dobro funkcionira bilo sama bilo u timu. Uvijek ostaje svoja i ne oprašta lako, ali uvijek postupa ispravno. Priroda je njen naravni dom i tu se najbolje osjeća usklađena sa samom sobom i cijelim svemirom. Nije vezana za kuću, voli promjene, užasava se rutine. Kao da je ona izmislila poznatu Rooseveltovu izjavu: „ Tko pretpostavlja sigurnost slobodi, ne zaslužuje nijedno“

**HERA**,(rim.Junona)-boginja braka i kraljica bogova, temeljna snaga, predstavlja ženu koja svoje uloge studentice, poslovne žene ili majke podređuje najvažnijem cilju pronalaženja supruga i sklapanja braka. Iza svakog velikog(čitaj uspješnog)

muškarca stoji velika žena, a to je baš Hera koja je vjerna, lojalna, sposobna i angažirana da za svog muškarca preuredi i pokori cijeli svemir, ako je to potrebno.

Druži se samo sa parovima. Nikada nema prijateljice koje nisu udate, a ako se razvedu gubi za njih interes.

**DEMETRA**(rim.Cerera)- boginja žita i majčinski arhetip, predstavlja ženski poriv pružanja tjelesne i duhovne potpore djeci. Podržavateljica sveg života, materijalno u svom najboljem obliku je bitno, plodovi prirode su Demetrini darovi suncu, kiši, vjetru, zemlji, čovjeku i bogu. Miris sela je miris života, njene su smočnice uvijek pune, ona je sretna kada daje. Djeca su centar njenog svijeta, a prazno gnijezdo je gubitak smisla života. Demetra je vječna majka sve djece i za dobrobit svog djeteta nijedna žrtva nije prevelika, pa taman propao Olimp.

**HESTIJA** (rim.Vesta)- boginja srca i ognjišta(vatre), utjelovljuje intuitivnu, strpljivu i stabilnu ženu koja utjehu nalazi u samoći te zrači osjećajem netaknutosti i potpunosti. Uživa u samoći koja joj daje osjećaj duhovnog smisla. Odlika Hestije je da je svjetovna moć apsolutno ne zanima, skromna je i gotovo nevidljiva poput zraka, ali kada nedostaje ništa ne razgorijeva unutarnju vatru života na mudar način. Njene vrijednosti su višeg reda i predstavljaju samo Jastvo.

Sve boginje imaju moć iskazivanja ljutnje što ih razlikuje od zemaljskih žena (robinja), mada su i one potčinjene patrijarhu, Velikom Zeusu, ali.....ne i

**LILIT**- iznenađenje potpune i ravnopravne slobode - A TO KOŠTA!

**Metode radionice su:**

- vođena fantazija,
- igra identifikacije sa aspektima pojedine boginje,
- psihodrama,
- aktivna meditacija i komunikacija iz pozicije uloge i van nje kroz koje ćemo osvještavati ograničavajuće stavove i uvjerenja, razine osjećaja od svjesnih, podsvjesnih do nesvjesnih, fizičku razinu koja osim zdravlja uključuje i zabavnije stvari poput izbora hrane, pića, mode i modnih detalja za pojedine boginje, glazbe, knjiga, rekreacije.....i spiritualne aspiracije.( sve što samo ispliva, a pokaže se da je ženama važno)
- simboli i rituali svakodnevnice
- transformacija po izboru
- integracija

**Vrijeme održavanja:** 4 puta mjesečno (1 x tjedno)

Svrha ovih radionica je trostruka:

- 1.) pomoći vam da sebe bolje upoznate i više cijenite
- 2.) pomoći vam da se bolje slažete sa svim vrstama ljudi i uživete u uspješnim međuljudskim odnosima razumijevajući ih na dublji način( kao kći, majka, supruga/partnerica, prijateljica, poslovna žena, teta....)
- 3.) pomoći vam izabrati pravi posao ili karijeru kako biste osigurali najveći stupanj osobnog zadovoljstva
- 4.) omogućiti da se lagano i po želji transformirate igrajući se sa životom , umjesto da se on igra s vama

Osnovni cilj je vlastiti samorazvoj, te prepoznavanje vlastitih i tuđih bitnih osobina kako biste razumjeli posebne naravi i osobnosti neke osobe što je ključ za učinkovito motiviranje i komuniciranje, te konačno za trajno unutrašnje zadovoljstvo.

**Dakle zašto samo miris boginje kad može cijela bočica parfema iz koje ćete se mušcat po vlastitoj volji .**

**SVE SE MOŽE TRANSFORMIRATI. KAŽE SE DA JE UČESTALO PONAVLJANJE STVARANJE RUTINE, RUTINA STVARA NAVIKU, NAVIKA STVARA KARAKTER, A KARAKTER STVARA SUDBINU. ZAŠTO MOJA/TVOJA SUDBINA NE BI BILA BOŽANSKA.**

**Dodatak:**

- PRIPADAJUĆE PLANETE
- BOJE
- BILJKE
- ŽIVOTINJE

Voditeljica:

Goranka Škoprc

voditeljica savjetovališta za žene udruge Domine