

הטבלה המחזורית 2018-2019



מקרא	אוגוסט	יולי	יוני	מאי	אפריל	מרץ	פברואר	ינואר	דצמבר	נובמבר	אוקטובר	ספטמבר	
ירח חסר ☉	4	7	9	12	14	17	17	20	23	25	28	30	2 א
ירח מלא ☾	5	8	10	13	15	18	18	21	24	26	29	1	3 ב
דימום 💧	6	9	11	14	16	19	19	22	25	27	30	2	4 ג
הפרשות 🌫️	7	10	12	15	17	20	20	23	26	28	31	3	5 ד
אנרגיה גבוהה ⬆️	8	11	13	16	18	21	21	24	27	29	1	4	6 ה
אנרגיה נמוכה ⬇️	9	12	14	17	19	22	22	25	28	30	2	5	7 ו
ביוץ !	10	13	15	18	20	23	23	26	29	1	3	6	8 ש
מיחוסים ✨	11	14	16	19	21	24	24	27	30	2	4	7	9 א
רעבה 🍷	12	15	17	20	22	25	25	28	31	3	5	8	10 ב
מינית 🍷	13	16	18	21	23	26	26	29	1	4	6	9	11 ג
סקס ❤️	14	17	19	22	24	27	27	30	2	5	7	10	12 ד
	15	18	20	23	25	28	28	31	3	6	8	11	13 ה
	16	19	21	24	26	29	1	1	4	7	9	12	14 ו
	17	20	22	25	27	30	2	2	5	8	10	13	15 ש
	18	21	23	26	28	31	3	3	6	9	11	14	16 א
	19	22	24	27	29	1	4	4	7	10	12	15	17 ב
	20	23	25	28	30	2	5	5	8	11	13	16	18 ג
	21	24	26	29	1	3	6	6	9	12	14	17	19 ד
	22	25	27	30	2	4	7	7	10	13	15	18	20 ה
	23	26	28	31	3	5	8	8	11	14	16	19	21 ו
	24	27	29	1	4	6	9	9	12	15	17	20	22 ש
	25	28	30	2	5	7	10	10	13	16	18	21	23 א
	26	29	1	3	6	8	11	11	14	17	19	22	24 ב
	27	30	2	4	7	9	12	12	15	18	20	23	25 ג
	28	31	3	5	8	10	13	13	16	19	21	24	26 ד
	29	1	4	6	9	11	14	14	17	20	22	25	27 ה
	30	2	5	7	10	12	15	15	18	21	23	26	28 ו
	31	3	6	8	11	13	16	16	19	22	24	27	29 ש

המחזוריות שלנו לא נועדה להיות סוד מפנינו, הנשים. כל מה שאפשר לגלות דרכה, כל מה שאפשר ללמוד ממנה, פרוס בטבלה- בהינף עפרון, סימון קטן. אפשר לשמור מקופל ביומן, אפשר לתלות על המקרר. הטבלה מציעה את השנה בעמודות של 28 יום. אפשר ללמוד על סדירותו של המחזור (קו ישר או מתפתל) אורכו (קו נוטה מעלה או מטה) ולצפות מתי יגיע בפעם הבאה. תגדיל לעשות מי שתתעד תופעות גוף ורגש נוספות, ואז בבהירות נגלית ההשפעה ההוליסטית של המחזוריות על חיי האישה.