



TURINYS

PRATARMĖ	8
KARTĄ GYVENO MĖNULIS...	11
MOTERIS – MĖNULIŠKA BŪTYBĖ	17
PAŽINKIME MĖNULĮ	25
UŽMEGZKIME RYŠĮ SU MĖNULIU.....	31
ZODIAKO MAGIJA	37
JUODOJO MĖNULIO ATMINTIS.....	47
KELIONĖ SU MĖNULIU.....	58
KOVAS.....	64
BALANDIS.....	74
GEGUŽĖ	84
BIRŽELIS.....	94
LIEPA	106
RUGPJŪTIS.....	116
RUGSĖJIS.....	128
SPALIS.....	138
LAPKRITIS.....	148
GRUODIS	158
SAUSIS	168
VASARIS.....	176
LITERATŪROS SĄRAŠAS	187
DAUGIAU INFORMACIJOS	189
PADĖKA.....	190

PRADARMĖ

Vaikystėje buvau mandagi ir drovi. Nesivoliiodavau ant žemės, bet visos mano joslės buvo aštrios lyg kokio žvėriuko. Užuosdavau kvapus už daugybės kilometrų, viską girdėdavau, mėgau atrasti naujų skonių, glamonėdavau vandenį, gėles, žolę ir svajodavau. Senelė, su kuria praleisdavau daug laiko, man pasakodavo apie augalus ir pagoniškas šventes, tarsi tai būtų savaime suprantama. Vieną dieną ji perdavė man savo dovaną – sapnavimo meną. Mėnulis buvo mudviejų bendražygis. Jaučiau pilnatvę, mano šešios joslės puikiai veikė. Tačiau bėgo laikas, aš užaugau ir daug ką pamiršau. Nusimečiau kailį ir ėmiau vilkėti drabužius. Prieš dvylika metų susilaukiau pirmojo vaiko – mergaitės. Kaip tik tada, patyrusi motinystę, vėl pradėjau aiškiau girdėti, regėti tai, kas nematoma, užuosti visus mane supančius kvapus, valgydama justi, kaip virpa kiekviena ląstelė, o liesdama žmones – jausti jų kūno energiją. Prisiminau, kokia buvau anksčiau. Tada žengiau pirmąjį žingsnį į ankstesniąją save – atsisakiau cheminės kontracepcijos ir grįžau prie natūralaus ciklo. Vieną naktį sapne pasirodė jau seniai mirusi močiutė ir perdavė žinią: aš turinti atsiliepti į Mėnulio šauksmą. Supratau, kokią dovaną ji įteikė – senelė man grąžino mano kailį.

Savo ruožtu kviečiu moteris, norinčias vėl atrasti savo pirminę prigimtį, leistis su manimi į kelionę šioje knygoje. Mėnulis – nuo protėvių laikų mus lydintis bendražygis, rodantis kelią į mus pačias. Mūsų visuomenė uoliai trynė prisiminimus apie ryšį su Mėnuliu – tai rodo, kokią baimę gali kelti moterų galia. Vis dėlto nuo neatmenamų laikų mūsų žingsnius valdo šio dangaus kūno ritmas – keturios fazės ir judėjimas žvaigždžių bei Žemės atžvilgiu; jo ritmas kosminis ir universalus, nes veikia viską: gimimą, augimą, nykimą, mirtį, kylančią ir slūgstančią energiją.

Siūlau atkurti ryšį su šiuo ciklu ir suvokti, kad toks pat ciklas vyksta ir mumyse. Gyventi natūraliau, kad (vėl) taptume tokios, kokios esame iš tikrųjų. Geriau suprasti save, labiau į save įsiklausyti ir vėl įvaldyti savo galią. Protėvių žinios ir atidus įsiklausymas į save mums atveria laukinio moteriškumo kelią.

Šiame chaotiškame pasaulyje mus šaukia galinga jėga. Mūsų, kaip moterų, vieta šiuo metu apibrėžiama iš naujo, santykiuose su vyrais ir gamta pamažu nusistovi pusiausvyra. Gerbti savo esybę – tai gerbti Žemę, jausti, kad turi savo vietą visatoje. Tad būkime lyg senovės šventyklų žynės – tapkime Mėnulio sergėtojomis. Išmokime suprasti jo energiją, interpretuoti fazes, jausti jo judėjimą žvaigždynais, naudoti su juo susijusius archetipus, prisiminti protėvių žinias apie magiškus augalus ir į savo gyvenimą įsileisti ritualą. Per jaunatį ir pilnatį, kai atsiveria du didieji mėnesio energiniai portalai, remkimės aktyviomis gamtos jėgomis ir išgyvenkime savo cikliškumą. Kaip vandenynuose būna potvyniai, taip ir mumyse vyksta vidinis judėjimas. Jį atskleidusios suvokiame visa ko nepastovumą ir pajuntame, kad esame mus pranokstančios sistemos dalis.

Perimkime laukinių moterų žinias, įsiklausykime, kaip vibruoja mūsų pilvas-žemė. Tapkime tokios, kokios iš esmės visada ir buvome – nepriklausomos, laisvos ir kūrybingos.

Noriu pacituoti dvi moteris, kurios man parodė kelią. Pirmoji – psichanalitikė Klarisa Pinkola Estes (Clarissa Pinkola Estés), savo knygoje *Bėgančios su vilkais* žodį „laukinis“ vartojanti „pirmine prasme, kuri nurodo natūralų gyvenimo būdą“* ir kuri intymumą sieja su tuo, kas visuotina. Ji ragina mus klausyti nuojautos, nes ši padeda suprasti vidinį ir išorinį pasaulį. Antroji moteris – amerikiečių ekofeministė ragana Starhawk, skatinanti moteris atkurti ryšį su savo esybe, intuicija, įsiklausyti į savo vidinį judėjimą ir suprasti, kaip tuo kasdien naudotis, kad vėl imtų veikti „vidinė galia“. Ryšį su Mėnuliu jaučianti moteris – tai laukinė moteris, besirūpinanti ir savo vidine, ir planetos ekologija. Mūsų visuomenėje, kurioje viskas vyksta greitai ir viskas vartojama, reikia atsigręžti į išmintį bei autentiškumą. Gyvenkime turiningą ir slaptą gyvenimą, atsižvelgdamos į ciklus. Rūpinkimės savo seserimis bei pasauliu ir išsilaisvinkime iš visko, kas mėgina mus pavergti. Būkime savo karalystės valdovės, savo gerovės ir Mėnulio sergėtojos.

* Clarissa Pinkola Estés, *Bėgančios su vilkais. Laukinės moters archetipas mituose ir pasakose*, 2005, Vilnius, Alma littera, iš anglų kalbos vertė Lina Būgienė. (Čia ir toliau – vert. past.)



KARTĄ GYVENO MĖNULIS

Kiekvieną naktį ciklišku pasižymintis Mėnulis keičiasi. Kaip ir mes, jis visada yra, bet niekada nebūna toks pat; atrodo, jis gali suprasti mūsų – kosmoso platybėse pasiklydusių žmonių – padėtį. Jusdamos jo tykų buvimą, jaučiamės ne tokios vienišos. Šioje knygoje visas kviečiu keičiantis mėnesiams kurti savo ryšio su Mėnuliu istoriją, visa širdimi atsiliepti į troškimą vėl atrasti protėvių išmintį: Mėnulis visada buvo žmonių bendražygis – gerokai anksčiau, nei apie tai papasakota rašytiniuose šaltiniuose. Kiekviena kultūra instinktyviai susikūrė kalbą, skirtą su juo bendrauti. Ryšys su Mėnuliu niekada nebuvo nutrūkęs – nei giliuose urvuose, nei antikinėse šventyklose, nei ikikrikščioniškųjų laikų giriose. Ir šiandien Mėnuo spindi mums virš galvų, tik Vakarų visuomenė pamiršo, kad jis yra mūsų vedlys. Todėl tyrą naktį jis budi ir laukia, kol mes, šio pasaulio žmonės, vėl užmegsime su juo ryšį.

○ PIRMYKŠTĖ VISUOMENĖ

Įsivaizduokime save basomis kojomis; ledinę nakties tylą skrodžia naktnių gyvūnų garsai, užverčiame galvą į dangų, šviečia pilnatis – vienintelis mūsų šviesos šaltinis. Mes laukėme šios akimirkos... Galbūt taip kiekvieną mėnesį susitikdavo pirmykštės moterys, išlįsdavusios iš urvų pasigrožėti spindinčiu dangaus šviesuliu. Jos pirmosios suprato, kad mūsų ciklai akivaizdžiai sinchroniški: Mėnulio ciklas prasideda jaunatimi ir tęsiasi 29 dienas, o moters menstruacijų ciklas vidutiniškai trunka 28–30 dienų. Taigi Mėnulis tapo pirmąja laiko skaičiavimo priemone. Keturios jo fazės atitinka gyvenimo etapus; jos tiksliai pavaizduotos ant neolito keramikos dirbinių. Europoje jau paleolito laikais buvo sudaryti pirmieji Mėnulio kalendoriai – įrantos ant kaulų žymėjo jo fazes, o atskaitos taškas, nuo kurio prasidėdavo naujas ciklas, buvo jaunatis. Ant šių artefaktų taip pat buvo nurodomi nėštumai ir menstruacijos. Galbūt taip pirmąkart suvokta, kad moteris, kaip ir Mėnuo, kiekvieną mėnesį miršta

ir atgimsta. Tais laikais (25–3 tūkst. m. prieš Kristų) visoje Europoje gyvavo Didžiosios Deivės, arba Deivės Motinos, kultas. Ji vaizduota įvairiai: kaip deivė-paukštė, 15 tūkst. m. prieš Kristų nupiešta Prancūzijos Peš Merlio urve, arba kaip ševronai – M arba V pavidalo ženklai ant forminių dirbinių, pavyzdžiui, ant vazų arba statulėlių, simbolizuojančių su moterimis ir Mėnuliu siejamą vaisingumą ir vandenį. Ji matoma žymiuose bareljefuose (pavyzdžiui, ant kalkakmenio išraižyta Loselio Venera, rasta Dordonės regione), arba skulptūrose (Lespiugo Venera iš Aukštutinės Garonos, Austrijoje aptikta Vilendorfo Venera arba Brasampui Dama iš Landų). Visur vaizduojamos apvalių formų moterys, moterys-gyvaitės, deivės-paukštės su Mėnulio ciklą simbolizuojančiais elementais: pusmėnuliu, apskritimu, ragu, kuriame išraižyta 13 mėnulių, *joni* (moters lytinių organų) piešiniu. Šiais gyvybės simboliais taip pat buvo garbinami vaisingumas, magija ir mirtis.

○ KOSMOGONIJOS

Ikikrikščioniškojoje epochoje Mėnulio kultas buvo paplitęs daugumoje kultūrų (graikų, romėnų, Mesopotamijos ir kt.). Šis dangaus šviesulys dažnai vaizduojamas kaip dievybė, pasaulio sukūrimo mituose jam suteikiama ir vyriškų, ir moteriškų bruožų. Mėnulis įkūnijo labai galingą pirmąpradę kuriamąją jėgą, iš kurios radosi Saulė ir Visata.

3000 metų prieš Kristų, kai atsirado raštas ir matriarchatą pakeitė patriarchatas, žmonės pradėjo garbinti Saulę. Nepaisant tokios radiklios permainos, Mėnulis tebebuvo siejamas su vidine moters galia, jam ir toliau buvo priskiriama dvasinė įtaka.

Senuosiuose inuitų, egiptiečių, šumerų, actekų ar keltų mituose atsispindi Saulės ir Mėnulio garbinimas; juodu dažnai vaizduojami kaip pora, kartais net sudaro trejybę su Žeme. Mėnuo dažniausiai kuo nors prasikaltęs, todėl turįs šviesti blankiau nei jo bičiulė Saulė. Kadangi jam reikia gėdingai slėptis, jis galįs pasirodyti tik naktį. Įdomu, kad Mėnulis, su moterimis ir jų ciklu siejamas dangaus kūnas, nuo pat patriarchalinės visuomenės susiformavimo pradžios suvokiamas kaip prasikaltęs ir atgailaujantis. Vienoje seniausią – šumerų – kosmogonijoje Žemė ir Dangus, iš pradžių buvę vienis, buvo atskirti vėjo: šis juos padalijo į dvi atskiras plotmes. Aukštai esantis dangus žymi vyriškumą, o apačioje esanti

Žemė – moteriškumą. Iš dievo Vėjo – Enlilio – gimė Mėnulis, vyriškas dievas, vadinamas Sinu arba Nana. Jis sukūrė šviesą: jo vaikai – Saulė ir Venera. Jis buvo vienas svarbiausių dievų – žmonių geradaris, apsaugos, vaisingumo ir, svarbiausia, naktinės šviesos simbolis.

Vėliau atsirado daug Mėnulio deivių – Hekatė, Selenė, Artemidė, Ištarė... Šio kulto žynėmis tapo „mergelės“, tai yra nuo vedybinių įsipareigojimų laisvos moterys: ugnimi bei vandeniu jos garbino Mėnulį ir nuogos atlikdavo ritualus.

○ ŠAMANAI

Nuo žilos senovės egzistuoja šamanizmas – praktikos, žmogų glaudžiai siejančios su kosmosu, gamtos ciklais, taigi ir su Mėnuliu. Šamanizmas paženklintas jį sukūrusių kultūrų, jo dvasiniai metodai bei ritualai susipynę su pirmykščiais tų tautų pasakojimais ir mitais. Jis susieja mūsų gyvenamąjį fizinį pasaulį ir mus supančius subtiliuosius pasaulius. Vienu ar kitu metu šamanizmas buvo būdingas visoms civilizacijoms; vienuoms jis tapo visuomenės pusiausvyrą užtikrinančiu pagrindu, kitos jį pakeitė dogmatiškesnėmis religinėmis praktikomis. Tačiau visur – nuo šiaurės Sibiro girių, kur, kaip manoma, atsirado šamanizmas, iki atokiausių Afrikos bei Amerikos kampelių – šamanas ir toliau įkūnija galimybę pasiekti tai, kas nematoma, jis – tiltas tarp žemiškų ir kosminių jėgų. Pasiekęs ekstazę ir transo būseną, jis leidžiasi į šamanišką kelionę, gydymas žmonių sielas ir kūnus. Vakaruose toks dvasinis ryšys su gamta buvo būdingas druidams ir druidėms, užėmusiems panašią vietą keltų civilizacijose.

Vystydamasis nuo seniausių laikų šamanizmas įgijo įvairių atspalvių. Tačiau kai kurie bendri elementai išliko, pavyzdžiui, „pasaulio medis“ arba „kosminis kalnas“, siejantys žemutinį ir aukštutinį pasaulius. Šamanai vadovaujami žvaigždžių ir planetų, ypač Didžiųjų Grįžulo Ratų ir, žinoma, Mėnulio, padėtimi. Visuotinis tikėjimas *axis mundi*, pasaulio ašimi, iš Mėnulio perėmė dviejų jo energijos judėjimų – augimo ir nykimo (pilnaties ir Juodojo Mėnulio) – ciklą. Beje, Mėnulio simbolikos motyvų aptinkame ir pasakojimuose apie pasaulio medį: Sibire jis, kaip ir Mėnuo, įkūnija vaisingumą, iniciaciją ir gyvenimo bei mirties ciklą. O Asirijoje

pusmėnuliu vainikuotas kamienas būdingas dievo Mėnulio atvaizdams... Medis – pasikartojantis Mėnulio kultų ir jo deivių alegorijų motyvas.

Mėnuo yra apskritas, todėl su juo glaudžiai siejasi Amerikos indėnų gydomasis ratas – šamanų praktikose jis sutampa su Mėnulio ciklu. Apskritame kaip pilnatis ir į keletą fazių suskirstytame rate pažymėtos keturios pasaulio šalys: jaunatis atitinka šiaurę, pilnatis – pietus, delčia – vakarus, o priešpilnis – rytus. Rate vaizduojamos keturios stichijos, keturi gyvenimo tarpsniai, keturi metų laikai ir nuolatinis atgimimas – visos temos, kurios susipina Mėnulio cikle.

Širdies ritmu bumsintis būgnas, iššaukiantis magišką jėgą, kuri mus stumia tyrinėti begalines erdves, – šamaniškų kelionių ir ritualų instrumentas. Jis pagamintas iš medžio, simbolizuojančio pasaulio medį, ir aptrauktas įtempta oda; šviesi jo spalva ir forma neabejotinai primena sidabrinį dangaus šviesulį. Beje, kai kurios tautos, pavyzdžiui, laplandai, būgną puošia mėnulio ir saulės piešiniais.

Šiandien šamanizmas paplitęs ir Vakaruose, daug žmonių, ypač moterų, taip patiria cikliškumą ir ryšį su gamta. Pasak amerikiečių lektorės ir šamanės Viki Nobl (Vicki Noble), moteriai kas mėnesį kraujuojant, vyksta „šamaniškasis gydymas“ – išvaloma praeitis. Kraujo tekėjimas suvokiamas kaip būtina mirtis, persimainymas, būdingas vien moterų ir Mėnulio ciklams. Jaučiame, kad mūsų kraujyje glūdi slapta dimensija, ir mėnesinės išties sužadina mumyse sakralų virpesį. Dabar gydymo ritualai perkeliami į šamaniškus ratus, į kuriuos žmonės susirenka per svarbiausias Mėnulio fazes – jaunatį ir pilnatį. Jei mus traukia juose dalyvauti, pakluskime šiam šauksmui. Tuo metu atliekami ritualai gali būti pirmas žingsnis šiuo keliu ir galimybė suvokti savo gebėjimą užmegzti ryšį su visata.

○ RAGANOS

Šis žodis tariamas pašnabždomis. Jau jame pačiame slypi ritualas. „Ragana“ buvo, yra ir bus išlikęs laukinis mūsų žmogiškumo aspektas. Tas laukiniškumas nėra nei demoniškas, nei barbariškas – veikiau tai laisvė, emancipacija, gebėjimas būti atsakingai už save ir harmoningai gyventi pagal gamtos dėsnius.

Nuo paveikslėlių vaikiškose knygose, kur ji vaizduojama tik bjauri ar žiauri, iki šiuolaikinių aistringų feminisčių – ragana žadina kolektyvinę

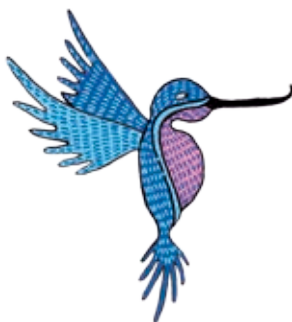
vaizduotę. Paminėjus šį žodį, kyla mintis apie moteris, kurios vidury nakties bėgioja laukais arba griebia šluotas ir drauge atlieka keistus ritualus. Raganos susirenka į koveną (arba klaną) per kiekvienos pilnates esbatą arba per šabašo ceremonijas – šios išsirutuliojo iš dionisijų, per kurias buvo garbinamas raguotas dievas, viduramžiais įgijęs velnio pavidalą. Taip mėnulis tapo raganos atributu, kaip ir katilas, magiški augalai ar juodas katinas.

Jeigu neapsiribosime folkloriniais raganos vaizdiniais, apie šią figūrą neįmanoma kalbėti neminint raganų medžioklės ir kraujo, kuris daug amžių buvo liejamas Vakarų žemėse. Moterys buvo žudomos iš neapykantos. Šios protėvių laikus menančios neapykantos ištakos aptinkamos Genezės knygoje, kurioje per gimtosios nuodėmės paženklintą levą visos moterys tampa iš emės blogomis būtybėmis. Priešingai priimtai nuomonei, labiausiai moterys persekiotos ne viduramžiais, o vėliau. XV amžiaus pabaigoje – XVII amžiaus pradžioje persekiojimai įgijo bauginamą mastą. Visuomenė turėjo būti pasirengusi tokiems dalykams, ji turėjo būti atvira visiškam antifeminizmui, kuris rėmėsi noru suskaldyti neturtingiausiųjų sluoksnį ir taip numalšinti bręstantį maištą bei atimti galią iš žemesnėmis būtybėmis laikomų moterų. Raganavimu būdavo apkaltinamos valstietės, žiniuonės, dažniausiai senyvo amžiaus ir, svarbiausia, neturinčios globėjo vyro. Visuomenės požiūriu, tokių moterų savarankiškumas kėlė pavojų, tad jį žūtbūt reikėjo išrauti su šaknimis. Ragana – ta, kuri regi. Jau iš paties žodžio viskas aišku. Žmonės kreipdavosi į tokias moteris, nes jos pažinojo gydomąsias žoles ir neretai kaime buvo vienintelės, galinčios numalšinti skausmą. Teisę gydyti iš jų atėmė universitetas, siekęs institucionalizuoti mediciną ir padaryti ją vyrų sritimi. Teliko jas sunaikinti, nutildyti, sudeginti. Vis dėlto, nepaisant siaubingų represijų, žodinė raganų kultūra išliko. Dievybių Saulės ir Mėnulio kultai buvo papildyti įvairiais ritualais, per kuriuos buvo skleidžiamos pagoniškos žinios. Tad Mėnuo, jo ciklas bei fazės ir toliau buvo esminiai atskaitos taškai, rodantys, kada reikia atlikti ritualus ir dirbti energinį darbą.

Šiais laikais raganos figūrą vėl imama sieti su dvasingumu, kuriame susipina ryšys su stichijomis, moteriškosios galios susigrąžinimas

ir politinis sąmoningumas. XX a. pradžioje daugiausia anglosaksiškose šalyse radosi „Wicca“* judėjimas. Esama kelių jo atšakų, bet visos pagrįstos pagoniškomis tradicijomis, visos kviečia vėl atsigręžti į gamtos jėgas, užmegzti ryšį su stichijomis ir propaguoja praktikavimo laisvę. Galią susigrąžinusi moteris raganos figūrai suteikia naują reikšmę. Ji pasirenka ne priešpriešinti save vyriškumui, o veikiau siekti pusiausvyros tarp dviejų polių, būdingų viskam, kas gyva ir negyva.

Jei suvokiame, kad mūsų įsipareigojimas sau patiems ir mūsų gėrovė – tai sandora su mus nešiojančia Žeme, tuomet ekologinės katastrofos krečiame mūsų sistemoje raganoms tenka nepaprastai svarbus vaidmuo. Suprasdamos gamtos ciklus ir su jais susijusias, jos nuolat pasineria į gamtos gelmes ir audžia saitus tarp Žemės Motinos ir Mėnulio. Raganos skleidžia pamatinį – pagarba bei dvasiniais mainais pagrįstą – santykį su pasauliu ir įkūnija vidinės ekologijos sampratą.



* Pavadinimas kilo iš senosios anglų kalbos žodžių *wicca*, *wicce* – liet. „žmogus, turintis magiškų gebėjimų“, „raganius“, „ragana“.

MOTERIS – MĖNULIŠKA BŪTYBĖ

Kiekviena moteris kalba Mėnulio kalba. Mes tik nebeprepsime, kad buvome pažinusios jo išmintį. Gyvenimo nepastovumą suvokiame dirbdamos su jo ciklais. Mes irgi vystomės pagal ciklišką dinamiką, o mūsų esybė – laukinės moters prigimtis – nuolat kinta. Pradėjusios žengti iniciacijų keliu prisideriname prie metų laikų energijų ritmo. Tampame žvaigžde, žole, upe, sąstingis ir nekintamumas mums svetimi, nes įsiliame į didįjį kosmoso judėjimą. Pabudimas, prasidėjęs pavasario lygiadienį, kai ima kilti medžių syvai, per metus įgyja įvairių atspalvių. Keisis mūsų kailis – patamsės, pasidengs variu ir auksu, – naujai patirsime savo vidinį pasaulį, o išsilaisvinusios iš senos energijos pasijusime visiškai apsivaliusios. Išmoksime įsiklausyti į savo ritmą ir judėti savo tempu. Jau vien ši mintis mums nepaprastai patinka! Išmokime justti savo poreikius, klausykime intuicijos ir tapkime energijos laidininkėmis. Rūpindamosi savimi įstengsime geriau rūpintis ir kitais.

○ MŪSŲ MOTERIŠKASIS CIKLAS

Mūsų menstruacijų ciklas trunka maždaug 28 dienas ir siejasi su vadinauoju sinodiniu mėnesiu, kuris trunka 29,5 dienos – tiek laiko praeina nuo vienos jaunaties iki kitos. Visa, kas gimsta, kada nors miršta. Mes, moterys, šį ciklą patiriame kiekvieną mėnesį, taip veikia mūsų kūnas: mėnesinės, laikotarpis po mėnesinių, ovuliacija, ikimenstruacinis laikotarpis, vėl mėnesinės. Jei neatsižvelgiame į šiuos pokyčius, tuomet atsisakome būdo pažinti save, nekreipiame dėmesio į vidinį judėjimą ir nesuprantame savo cikliškų būsenų. Naudodamosi Mėnulio kalendoriumi patyrinėkime, kaip mūsų ciklas susijęs su Mėnulio fazėmis. Daugelis pastebės, kad kraujuoja per jaunatį arba pilnatį. Jei taip nėra, atkurkime ryšį su Mėnuliu ir pamatysime, kad pamažu prisideriname prie jo fazių – visai kaip bendruomenėmis gyvenančios moterys, kurioms mėnesinės prasideda tuo pat metu.