

Poděkování	5
Předmluva k revidovanému vydání	6
Úvod	11
Cíle této knihy	11
Jak se na menstruaci dívá naše společnost	12
Menstruační energie	16
Jak si lépe uvědomovat svůj cyklus	17
<i>Kapitola první</i>	
Probuzení	20
<i>Kapitola druhá</i>	
Temnota měsíce	53
Duální žena	56
Udržovatelka míry	61
Strom lůna	64
Had	66
Měsíční zvířata	69
Temná bohyně	78
Svrchovanost	81
Šamanka a kněžka	84

<i>Kapitola třetí</i>	
Setkání s měsícem	89
Menstruační cyklus	89
Měsíční hodiny	92
Cyklus bílého a cyklus rudého měsíce	99
Jak dojít k uvědomění	101
Jak pracovat s uvědoměním	109
Měsíční hodiny v každodenním životě	111
Rozšířené měsíční hodiny	140
Tipy pro další práci	143
 <i>Kapitola čtvrtá</i>	
Tvořivý měsíc	145
Ženská tvořivost	145
Jak probudit tvořivé energie	151
Jak projevit tvořivé energie	157
 <i>Kapitola pátá</i>	
Měsíční spirála	188
Ženská tradice	188
Návrat postrádaných ženských archetypů	190
Jak vést a učit děti	193
Přechodové rituály	196
 Slovo na závěr	 215
 Knižní ilustrace	 216
O knize napsaly	217
O autorce	219