

ПРИВЕТСТВИЕ

Приветствую всех женщин мира... Вы утроба мира, матрица творения... Эфемерное и вечное... Темное и божественное... Каждая из вас — богиня внутри, а внешне — жрица, космический танец воплощенной гибкой Шакти...¹

Мы — это начало, и внутри нас — целая Вселенная. Приветствую вас — любопытные, утонченные, открытые, участливые, любящие, нежные, добрые (но не сердите нас!). Всех, кто нарушает правила, прокладывает тропы, укрепляет узы.

В нас живет любовь. Мы вскармливаем будущее и преобразуем настоящее. Босиком и на каблуках, из спальни в зал заседаний, из дома в офис. Давайте вернем себе святость наших тел. Внутри каждой зарождается новый мир.

Я приветствую тех, кто еще находится в зависимом положении: ломайте стереотипы и будьте тверды — у вас достаточно сил, чтобы добиться перемен. Приветствую тех, кто свободен и использует силу сияния, чтобы нести добро в мир. Будем же сиять вместе — как одно целое, как ЖЕНЩИНЫ. Пусть этот свет поддерживает и направляет вас. Эта книга — труд моей души, а все слова на этих страницах — продолжение меня. Посвящаю книгу каждой из вас...

С любовью к вам,

Лейтем

¹ Ш á к т и (санскрит — мощь, сила) — в индуизме является супругой бога Шивы, реже — Вишну и других; в более широком смысле — и творческая, и разрушительная женская энергия божества. (Прим. перев. — здесь и далее.)



«Мы — то, что мы думаем».
Будда



ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие 13

Вступление 18

ПОРТАЛ № 1. ПРОБУЖДЕНИЕ

Глава 1. Увидеть сияние 23

Глава 2. Игровая пауза 46

Глава 3. Раскопки 65

ПОРТАЛ № 2. ВОСПЛАМЕНЕНИЕ

Глава 4. Духовность и медитативные практики 121

Глава 5. Женское начало и священные циклы 143

Глава 6. Ваше неповторимое «я». Идеи и страсть 197

ПОРТАЛ № 3. ВОПЛОЩЕНИЕ

Глава 7. Возвращаем ваше королевское
достоинство 229

Глава 8. Наставничество 280

Глава 9. Питаться, чтобы сиять 297

Глава 10. Двигаться, чтобы сиять 329

Глава 11. На пороге 345

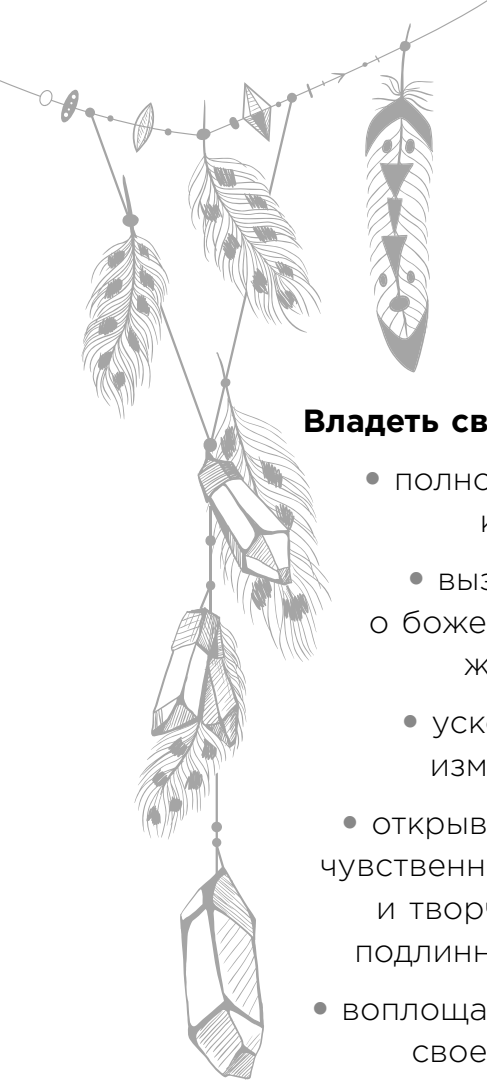
Послесловие 355

Благодарности 358

Словарь сияния 361

Источники 366

Об авторе 373



Владеть своим сиянием — значит:

- полностью выразить себя как женщина;
- вызывать дискуссию о божественной и дерзкой женственности;
- ускорить позитивные изменения изнутри;
- открывать для себя красоту, чувственность, восприимчивость и творчество как порталы подлинного самовыражения;
- воплощать любовь и выполнить свое предназначение.

ПРЕДИСЛОВИЕ

В детстве я любила играть на улице босиком, собирать перышки и камни, кружиться и лежать в траве, глядя в небо. Мать-Природа раскрыла мою силу, я была очарована ее ритмами. При мне распускались цветы, а дубы открывали свои тайны. Это была идиллия. Я бегала за бабочками и прыгала через скакалку, стараясь не потревожить дождевых червей. Моей игровой площадкой был окружающий мир, и он давал мне большое количество возможностей.

Когда я была маленькой, то думала, что выражение «огонек в глазах» означает, будто у меня внутри есть настоящая звезда, которая смотрит на другую, которая высоко в небе, и с удивлением и восхищением глядит на свое отражение. В сумерках за каждым моим движением следила луна, а на рассвете для меня вставало солнце. Я верила, что сделана из звездной пыли.

Когда подросла, я узнала о туманностях, которые бывают похожи на радужную оболочку глаза, — это межзвездные питомники маленьких звезд, планет, созвездий и галактик. В них гигантские скопления космических частиц и газов бешено вращаются, порождая вибрацию творения и придавая форму расширяющейся Вселен-

Зажги свой внутренний свет

ной. Ученые говорят, что примерно чайная ложка такого газа и космической материи, из которых состояли первые звезды в галактике, живет сегодня в каждом из нас. Значит, мы действительно сделаны из звездной пыли!

Этот божественный танец энергий, бурлящих внутри, сочетается с нашей уникальной женственностью, и в результате рождается творческое начало, сила, пробуждающая и активизирующая способность притягивать к себе то, чего мы желаем больше всего, создавать желаемую жизнь, включая все мечты, мысли и намерения. Мы — алхимики. У нас есть способность взять то, что дала нам жизнь, и превратить во что-то новое, нечто большее, чем мы даже можем представить. Эта врожденная творческая сила, которой обладают все женщины, — вибрация космоса, мощная энергия инстинктов, пробуждаемая внутри нас, в сочетании с неистовой женственностью — именно ее я называю силой сияния.

Добро пожаловать в мир сияния! Моя книга о том, как впустить в жизнь этот космический танец, как настроиться на вашу внутреннюю галактику и на ваше собственное Священное сияние. Вы — настоящее чудо, шедевр Божественного творения! До вас не было никого, подобного вам, и никогда не будет другой такой, когда вы уйдете. Используйте это время, чтобы осветить окружающее своим сакральным светом, чтобы ваша уникальная магия оставила след в мире. Вы поймете, что он исходит из самой глубины нашего существа — из темноты. Помните, именно тьма порождает все видимое.

Нас учили бояться собственных сил, тьмы, таинственной силы притяжения, стыдиться тех вещей, которые делают нас уникальными. Мы боимся темноты, ассоциируем ее с чем-то плохим. Я помню, как в начальной школе на уроке естествознания нам объясняли, что черный

цвет — это отсутствие света. В видимом спектре белый отражает свет, и поэтому в нем присутствуют все цвета, а вот черный — поглощает свет и, значит, является отсутствием цвета. Меня это поразило: наука отрицала то, что знала моя душа, — тьма есть свет мира. Именно в ней мы находим огромную силу и благодать. Темная, сырая почва питает корневые системы и дает начало растительной жизни. Во тьме матки рождается новая жизнь. Темное ночное небо позволяет нам видеть сны по ночам. Это необходимая часть космического порядка; тьма — божественна.

Ваше сияние прокладывает путь во тьме, зажигает свет вокруг нас и возвращает нас самих — в духе и плоти. Мы должны сеять семена уверенности в себе и убежденности и выпалывать послания, подрывающие силу, красоту, блеск и жизнестойкость. Я приглашаю вас воздать должное тем своим качествам, от которых вы, возможно, давно отвернулись, осветить темные уголки внутри себя, куда боитесь заглянуть. Выведите их на свет — и сможете стать своей самой сильной итерацией и привлечь на свою орбиту все, что захотите. Я приглашаю вас на церемонию посвящения себе.

Существует эфирное сияние, и оно не прекратится, пока мы относимся с почтением к священному потоку творческой энергии, текущей через нас. Именно про него я говорю и хочу, чтобы оно проявилось во время нашего совместного путешествия по страницам книги. Мы все обладаем силой сияния. Этот свет внутри неумолим. Все, чего он касается на своем пути, становится благодатным. Мы рассмотрим важнейшие практики, которые позволят зажечь и поддерживать его, и тогда вы будете неотразимы везде — на совещании, в спальне, в зеркале. Если сейчас вы находитесь на жизненном перепу-