



1

## ВСЕЛЕНКОЕ ЖЕНКОЕ НАЧАЛО



**П**осле появления из вселенского разума созидательная женская энергия начала функционировать как движущая сила эволюции. Именно женская энергия, льющаяся из каждого уголка Вселенной и от женской особи каждого вида, позволяет создавать и производить потомство.

Женская энергия — всеобъемлющая и жизнеутверждающая. Она побуждает человечество объединяться и испытывать интимную близость друг с другом. Эту энергию нельзя отнять, и потому она делает всех целителями, любовниками и — на самом глубоком уровне — сияющими трансцендентными существами, способными преобразовывать мир благодаря работе и отношениям.

Хотя в XXI веке мужчины и женщины переживают возрождение свободы и осознанности, если заглянуть достаточно глубоко в самого себя, можно обнаружить кармическое наследие, помешавшее вам стать тем человеком, которым



вы могли бы быть. Это наследие проявляется в виде едва различимых блоков, которые вы носите в энергетическом поле – тонком поле энергии и самосознания, что существует внутри и везде вас окружает.

Позже мы поговорим об энергетическом поле более подробно. В настоящий момент важно, чтобы вы знали, что энергетическое поле состоит из энергетических проводников, которые позволяют выражать свою сущность и контактировать с окружающим миром одновременно на физическом и нефизическом уровнях.

Именно тонкие энергетические блоки в энергетическом поле человека и порождаемые ими ограничивающие привычки объясняют, почему даже при всей той свободе, которая есть у человека сегодня, у многих людей возникают трудности в раскрытии своего потенциала – потенциала, который полностью развит уже при рождении, тот, о котором говорили древние мастера йоги и тантры, потенциал, что будет развиваться и расцветать на разных этапах жизни.



## Жизнеутверждающая энергия

Книга «Энергетическое целительство для женщин» была задумана как практическое руководство, которым вы можете воспользоваться для самоисцеления и исцеления любимых людей на уровнях души, духа и тела. В последующих главах вы научитесь выполнять простые упражнения для получения доступа к неограниченному изобилию жизнеутверждающей женской энергии внутри вас. Вы также научитесь свободно делиться женской энергией с любимыми людьми и теми, кто получит пользу от вашего исцеления. Жизнеутверждающая женская энергия – это

основа силы, творчества и сияния женщины. Эту энергию можно укрепить в каждой женщине. Энергия, о которой мы говорим, называется по-разному и почитается во многих обществах. Даосы в Китае называют ее Ци или Ки. В Индии она называется праной или Шакти. Как бы ее ни называли, эта необыкновенная энергия помогает лечить травмы и физические болезни. Ее можно использовать для избавления от ограничивающих привычек, которые сдерживают вас и разрушают взаимоотношения. И, что особенно важно, поскольку эта энергия имеет только универсальные качества, она может исцелить душу и дух на самых глубоких уровнях, чтобы вы смогли испытать трансцендентную любовь и радость, которые являются неотъемлемым правом.



### Универсальные качества женщины

Универсальные качества женщины включают в себя исцеление и силу, креативность и сияние, которые ее поддерживают. В эти качества также входят удовольствие, любовь, близость, радость и хороший характер – качества, что на протяжении тысячелетий разделяли женщины всех культур. Эти качества не наносят вреда, они подразумевают преданность, целеустремленность, дисциплину, спокойствие, долготерпение и храбрость. Воспринимая себя как воплощение вселенского женского начала, вы дадите себе возможность быть самой собой и делиться этим в полном объеме.

По сути дела, включив эту жизнеутверждающую энергию в повседневную жизнь и прославляя ее универсаль-

ные качества, вы, в одиночку или вместе с партнером, подтвердите истину: «Женщины – это божества, женщины – это жизнь, женщины – это украшение». Эти слова из книги доктора Джона Мамфорда «Тантрический экстаз» приписываются Будде.



## Женское наследие

Возможно, вам это не известно, но совершенствование и прославление универсальных женских качеств было центральной частью обычаев многих традиционных обществ. Хотя подавляющее их большинство исчезло много лет назад или было поглощено более могущественными обществами, есть те, кто по-прежнему держится за древние родовые обычаи.

В современном мире наибольшей группой людей, сохраняющей эти древние традиции, является народность минангкабау с острова Суматра. Минангкабау – одно из немногочисленных обществ, приложивших усилия, чтобы сохранить обычаи, которые уравнивают потребности женщин и мужчин и открыто стремятся совершенствовать жизнеутверждающие качества женственности.

Такие народы, как минангкабау, матриархальны. Они обеспечивают возможности для женщин, которые стремятся исцелить тело, душу и дух и более свободно делиться природной женской силой, творческими способностями и сиянием.

Матриархальные общества когда-то были распространены по всему миру, и живущие в них женщины приравнивались к драгоценным камням, так как они олицетворяли качества вселенского женского начала.





## Драгоценный камень

Даже сегодня эта действительность отражена в индийской традиции девадаси. Традиционно эти индийские верховные жрицы были способны исцелять окружающих с помощью танца, потому что их учили свободно излучать чистую сущность женской энергии, что наряду с исцелением дарует жизнь. Один из способов, которым девадаси совершенствовались и восхваляли драгоценность женского начала, — использование мудр в танце и исцелении.

Мудра — это символический жест, который можно произвести кистями и пальцами или в сочетании с языком и стопами. Слово «мудра» берет корни из санскрита: *mud* означает «восторг» или «наслаждение».

Хотя западная цивилизация не знакома с мудрами, они веками использовались на Востоке для укрепления физического, интеллектуального, эмоционального и духовного благополучия. Даосы в Древнем Китае использовали их для поиска душевного спокойствия; индийские мистики — для достижения самадхи (просветления); а целители — чтобы лечить все, от мигреней до артрита.

Мудры работают, так как они стимулируют поток тонкой энергии — прана-ци — через особые энергетические центры и меридианы в тонкой энергетической системе. Стимулируя эти точки в течение продолжительных периодов времени, обычно в течение пяти и более минут, можно высвободить заблокированную энергию, которая может исцелить самоограничивающие и разрушительные паттерны (модели поведения) и повысить уровень самосознания.

Как и девадаси, вы можете высвободить драгоценный камень внутри себя, выполняя мудру драгоценного камня.



Мы разработали ее, так как драгоценный камень напрямую связан с кундалини-шакти. Кундалини-шакти является величайшим хранилищем женской энергии в человеческом теле. Соответственно, она представляет собой источник внутренней силы и уверенности для каждого, кто готов придерживаться универсальных качеств женщины. Пробудив в себе драгоценный камень, вы сделаете значительный шаг на пути к ощущению древней силы, творчества и сияния вселенского женского начала внутри себя.

## УПРАЖНЕНИЕ

### Мудра драгоценного камня

Чтобы выполнить мудру драгоценного камня, займите удобное положение и выпрямитесь. Затем поднесите язык к верхней части рта и сдвиньте его назад, пока твердое небо не станет мягким. Удерживайте его в таком положении и соедините подошвы ступней. Соедините наружную сторону указательных пальцев от кончиков до первого сустава. Затем соедините



Рисунок 1. Мудра драгоценного камня

кончики средних пальцев, чтобы получился треугольник. Потом сведите вместе безымянные пальцы. Соедините внешнюю сторону безымянных пальцев так, чтобы они соприкасались от первого до второго сустава. Соедините кончики мизинцев, чтобы получился еще один треугольник. Затем положите большой палец левой руки в «гнездо», сформированное указательным пальцем правой руки, а большой палец правой руки — в «гнездо», сформированное указательным пальцем левой руки.

Закройте глаза и удерживайте мудру в течение 10 минут. В скором времени вы почувствуете, что центр осознания проявляется из глубины вашей души. Это драгоценный камень.

Ничего не делайте после того, как установили с ним контакт. Вы получите больше пользы от мудры, если откажетесь от всяких стремлений и позволите мудре драгоценного камня привести вас к более глубокому восприятию врожденной силы и сияния.

Можете использовать мудру драгоценного камня как часть обычного распорядка энергетической работы или всякий раз, когда стремитесь повысить уверенность в себе и внутреннюю силу.



## Растущий ребенок

От мастеров тантры мы знаем, что детям до достижения семилетнего возраста свойственно чтить универсальные качества женщины, представленные в виде драгоценного камня. Тем не менее по мере взросления дети порой лишаются естественного почтения к этим качествам.

Нарушение, о котором мы говорим, не ограничивается физическим уровнем. Люди — это межпространственные существа, и растущий ребенок может стать мишенью для

негативных факторов на нефизических измерениях. Эти негативные факторы имеют форму энергетических проекций от других людей и кармического багажа – плотной самоограничивающей энергии, которую каждый носит с собой в тонком энергетическом поле из одной жизни в другую. На эти темы мы еще поговорим позже. Для начала важно осознать, что дети особенно подвержены этим воздействиям, так как они растут, а их эго проявляется и начинает контролировать жизнь. Они усваивают культурные ценности, которые их обесценивают, и по мере того, как становятся более привязанными к полям тонкой, нефизической энергии, их тело блокирует естественный поток жизнеутверждающей женской энергии и само энергетическое поле, что наполняет ее и выходит за ее пределы.

Это правда, что жизнеутверждающая женская энергия приносит удовольствие, любовь, близость и радость в жизнь каждого человека, и это та же энергия, что создает среду, с помощью которой люди могут делиться ей с кем-нибудь еще, кто готов получить эту энергию и открыт ей.



## Кассандра

Этот момент ярко отражает трагическая история Кассандры из греческой мифологии. Из-за своих уникальных качеств Кассандра, мифическая дочь троянского царя Приама и царицы Гекубы, была одарена богом Аполлоном силой пророчества. К сожалению, когда она отвергла сексуальные домогательства Аполлона, он проклял ее, и те самые качества, что сделали ее необыкновенной женщиной и привлекли бога медицины и врачевания: ее красота, независимость, сила и ум, привели к краху и дальнейшей смерти.





## Охота на ведьм

Потом последовали отвратительные времена охоты на ведьм в Европе и Северной Америке. В XIV веке, во время и после эпидемии бубонной чумы (1347–1349), люди в Центральной Европе обрушили страх и ярость на «распространителей чумы», которые, как они верили, стремились уничтожить соседей с помощью магии и яда. Количество процессов о колдовстве, особенно против женщин, с XIV–XV веков медленно, но стабильно увеличивалось. Затем, около 1550 года, число случаев преследования взлетело до небес. Как отметил американский историк Стивен Кац, «общая картина четко показывает, что рост – паника – помешательства на колдовстве был неотделим от общественного осуждения женщин» (А. Джонс).



## Женщины в современном обществе

К счастью, современных женщин больше не проклинают боги и не осуждают за колдовство. В действительности, за последние 200 лет взгляды общества на женщин изменились. В большинстве передовых технологических обществ законы и обычаи стали иными, что означает, что естественные женские устремления больше не подавляются и/или не обесцениваются.

Смысл этого прост: если вы примете универсальные качества женственности, вы сможете получать удоволь-

ствие от способности предаваться интимным и трансцендентным отношениям. Решения будут подкреплять ваши цели, а тело будет глубоко признательно вселенскому женскому началу.

Вне зависимости от возраста женщина, которая принесла драгоценный камень в самосознание и погрузилась в универсальные качества женственности, озарит любое помещение, в которое войдет. Такая женщина проявит новую женственность в мире, объединяющем мифы, прославляющие вселенское женское начало, и свободу, достигнутую женщинами в современном западном обществе.

Мы называем ее новой женщиной, что исцелила себя и является маяком света и любви, — сияющей женщиной.



**Вы можете изменить  
свою жизнь**

Выполнив мудру драгоценного камня, вы сделали первый шаг. Следующим шагом будет преодоление страха, который блокирует доступ к энергетическому полю. Вы сделаете это, выполняя мудру бесстрашия. После этого вы выполните мудру принятия себя, чтобы принять себя такой, какая вы есть в настоящий момент.

Как только предпримете эти шаги, все, что нужно будет сделать, — это использовать то, чему вы научитесь в следующих главах, чтобы исцелить тело, душу и дух.

Будьте уверены: освоив сначала внутренние перемены, вы высвободите всю необходимую силу, энергию и творческий потенциал и сможете выражать их свободно.



## УПРАЖНЕНИЕ

### Мудра бесстрашия

Чтобы выполнить мудру бесстрашия, займите удобное положение и выпрямитесь. Затем поднесите язык к верхнему нёбу и сдвиньте его назад, пока твердое нёбо не начнет изгибаться и смягчаться. Как только язык займет это положение, соедините стопы, чтобы они соприкоснулись друг с другом. Затем сведите указательные пальцы так, чтобы их кончики касались друг друга.

После того как они соприкоснулись, соедините кончики больших и средних пальцев. Держите кончики указательных пальцев над кончиками больших и средних пальцев. Затем соедините кончики безымянных пальцев и кончики мизинцев.

Практикуйте мудру в течение 10 минут. Затем расслабьте пальцы и верните язык и ступни в нормальное положение.

Вы можете использовать эту мудру как часть обычного распорядка энергетической работы или всякий раз, когда привязанность к ограничивающим убеждениям или создан-

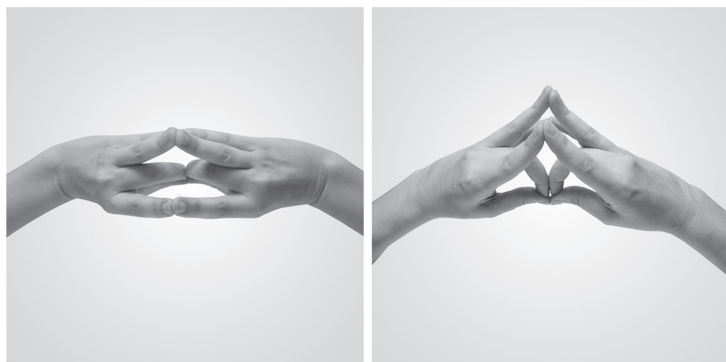


Рисунок 2. Мудра бесстрашия

ным человеком архетипам вызывает страх и мешает свободно излучать энергию универсальных качеств. Повторяйте упражнение по мере необходимости.

## УПРАЖНЕНИЕ

### Мудра принятия себя

Мудра принятия себя поможет принять себя, даже когда вы оказались в ловушке ограничивающих убеждений или другие люди заставляют отказаться от главных ценностей, чтобы удовлетворить их потребности.

Чтобы выполнить мудру, займите удобное положение и выпрямитесь. Затем поднесите язык к верхнему нёбу и сдвиньте его назад, пока твердое нёбо не начнет изгибаться и смягчаться. Касайтесь кончиком языка верхнего нёба, пока соединяете стопы. Затем соедините бугры Венеры и кончики больших пальцев. Проведите указательным пальцем правой руки над указательным пальцем левой руки так, чтобы кончик правого пальца опирался на второй сустав левого пальца. Средние пальцы расположите вместе, чтобы их кончики соприкасались. Как

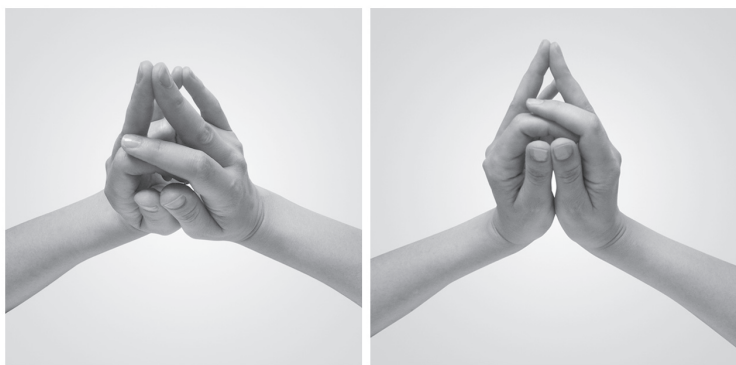


Рисунок 3. Мудра принятия себя

только они соприкоснутся, соедините наружные стороны безымянных пальцев от первого до второго сустава. Затем сведите внутреннюю часть мизинцев от кончиков до первых суставов.

Практикуйте мудру в течение 10 минут. Затем расслабьте пальцы и верните язык и ступни в нормальное положение. Повторяйте упражнение по мере необходимости.

Регулярно практикуя мудру принятия себя, вы сможете принять себя такой, какая вы есть в настоящий момент, и приблизитесь на шаг ближе к тому, чтобы стать сияющей женщиной.



## Выводы

Как и у любой женщины, у вас есть огромное количество женской энергии, которая дремлет внутри. Процесс исцеления начинается с того момента, когда вы принимаете универсальные качества женственности и освобождаете эту энергию, чтобы она свободно излучалась через энергетическое поле и физическое тело. Вы сделаете это, выполнив мудру драгоценного камня.

Практикуя мудру бесстрашия для изгнания страха, вы высвободите еще больше энергии. А выполнив мудру принятия себя, вы начнете процесс, который шаг за шагом приблизит к достижению личных и духовных целей. В следующей главе вы научитесь восстанавливать центр силы в физическом теле и тонком энергетическом поле, а также в подлинном разуме – подлинном средстве исцеления.

