

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