



ВИЛМА ГЕНРИХ

ТАНЦУЯ
НАД
БЕЗДНОЙ

12 практик для пробуждения
древней женской силы

УДК 133
ББК 86.42
А49

Иллюстрация на обложке
В. Бортник, М. Агеевой

Алешина-Генрих, Вилма Александровна.

А49 Танцующая над бездной. 12 практик для пробуждения древней женской силы / Вилма Генрих. — Москва : Эксмо, 2024. — 352 с. — (Спасибо, Вселенная!).

ISBN 978-5-04-194576-3

Много веков ваша внутренняя сила пряталась где-то в глубинах тела.

Вы сжимались от боли.

Не верили в себя.

Боялись этой силы.

Но пришло время проявить ее.

Пришло время вспомнить себя — Древнюю, Дикую, Звездную, Свободную Женщину.

Вилма Генрих, проводник, экстрасенс, создатель магических текстов и образов, свободная и проявленная женщина, написала эту книгу-манифест, книгу-гриммуар, книгу-компас, чтобы вы нашли выход из лабиринта ума и воссоединились с дикой женской природой.

Она написала эту книгу для женщин, которые хотят пробудиться.

В каждой главе вы найдете практики и энергетические послания от Звездной Матери, которые помогут вам стать той, кем вы всегда являлись — Женщиной планеты Земля.

**УДК 133
ББК 86.42**

© Генрих В., текст, 2024
© Бортник В.О., иллюстрации в блоке
и на обложке, 2024
© Агеева М.Д., иллюстрация на обложке, 2024
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо»,
2024

ISBN 978-5-04-194576-3

ОГЛАВЛЕНИЕ

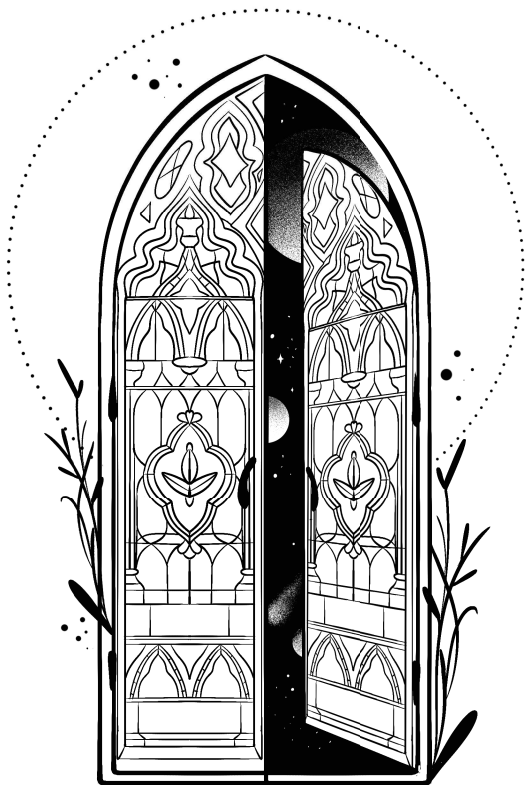
ВСТУПЛЕНИЕ	9
ГЛАВА 1. ЗВЕЗДНАЯ МАТЬ	24
Моя история	30
Практика	41
Послание звездной матери	44
ГЛАВА 2. ТЕМНОТА	46
Моя история	55
Практика	61
Послание звездной матери	63
ГЛАВА 3. СТРАХИ	64
Моя история	80
Практика	84
Послание звездной матери	88
ГЛАВА 4. ТЕЛО	92
Практика	100
Моя история	104
Практика	106
Послание звездной матери	111

ТАНЦУЯ НАД БЕЗДНОЙ

ГЛАВА 5. МАТКА	114
Моя история	134
Практика	136
Практика	140
Послание звездной матери	141
ГЛАВА 6. СЕРДЦЕ	144
Моя история	173
Практика	177
Послание звездной матери	182
ГЛАВА 7. ЖИВОТ	184
Моя история	200
Практика	205
Практика	207
Послание звездной матери	210
ГЛАВА 8. ГОРЛО	212
Практика	218
Текст для работы	220
Практика	225
Практика	237
Моя история	238
Послание звездной матери	241
ГЛАВА 9. ТРЕТЬЕ ОКО	244
Практика	264
Моя история	266
Послание звездной матери	270

ОГЛАВЛЕНИЕ

ГЛАВА 10. БЛИЗНЕЦОВЫЕ ПЛАМЕНА ...	274
Моя история	292
Практика	293
Послание звездной матери	300
ГЛАВА 11. ДИКОСТЬ	302
Моя история	313
Практика	317
Послание звездной матери	318
ГЛАВА 12. СВОБОДА	320
Моя история	328
Практика	333
Практика	335
Послание звездной матери	337
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	341



ВСТУПЛЕНИЕ

Послушайте меня.

Пришла пора пробудиться.

Много веков ваша внутренняя сила была спрятана в глубине вашего тела.

Было много тел. И много страха. И много сомнений.

Пришла пора узнать, кто вы.

Пришла пора стать той, кто вы ЕСТЬ.

Услышьте меня.

Ничего не имеет смысла: ни деньги, ни семья, ни дети, ни карьера, если вы не являетесь СОБОЙ.

Если вы живете НЕ СВОЮ жизнь.

Если вы не счастливы.

Если вы не свободны в своих чувствах.

Пришло время перестать быть ЖЕРТВОЙ.

Перестать кланчить любовь.

Доказывать всем, что вы достойны.

Перестать скукоживаться от своей боли.

Перестать быть маленькой девочкой.

ТАНЦУЯ НАД БЕЗДНОЙ

Вытряхните всю боль, освободитесь от нее.
Вспомните, кто вы.
Вспомните, что жизнь — это не выживание,
а Игра.

Каждая женщина этого мира хранит в себе от-
печатки унижения, стыда за свое тело, неверие
в себя, боль и жертвенность.

Так БЫЛ устроен мир.
Но сейчас мир изменился.
И новому миру нужна наша женская сила.
Ваша сила.
Поэтому вы не можете остаться в стороне.

Моя жизнь изменилась второго августа две ты-
сячи четырнадцатого года.

В этот день я почти умерла.
Я была на самом дне, без денег, без любви, без
крыши над головой.

Мое тело разрушалось от алкоголя и наркоти-
ков. Внутри меня не было света, я не знала, куда
идти, у меня не было цели, не было желаний и не
было сил.

Только долги, тоска и страх.

Но я не умерла.

В тот день, когда я пришла в себя, я поняла, что
я здесь для чего-то другого.

ВСТУПЛЕНИЕ

Не чтобы уничтожить себя.
Не чтобы, скукожившись, переживать дни сурка
один за другим.

Я здесь не чтобы бояться.

Я здесь для того, чтобы узнать, кто я, и проявить наконец-то свою силу.

Силу моей природы, силу моего Духа.

Мою женскую силу.

Семь лет мне потребовалось, чтобы возродиться.

Я занялась своим телом, практиками, творчеством.

Я накапливала знания и по-новому знакомилась с собой.

В две тысячи восемнадцатом году я впервые попала к шаману на Алтае.

Там, в ритуальном дыму можжевельника я увидела, что я должна делать.

И я начала говорить.

Я начала петь.

Я начала распространять свою силу.

Вокруг меня стали собираться женщины, которые хотели пробудиться.

ТАНЦУЯ НАД БЕЗДНОЙ

Женщины, которые устали быть жертвами или
воинами.

Через мое горло и слово, через мою энергию,
с ними стали происходить удивительные вещи.

Прошло еще пять лет; и теперь я пишу эту книгу.

Эта книга создана, чтобы ПРОБУДИТЬ ТЕБЯ.

Ту тебя, которая все еще лежит, свернувшись
в глубине твоей матки.

Ту тебя — Древнюю, Дикую, Чувственную, Му-
дную и Свободную Женщину.

Я не буду вас жалеть.

Я не буду вытирать вам слезы.

Я буду вас пробуждать, каждым словом и каж-
дой буквой.

Это книга — манифест.

Эта книга — противоядие.

Примете его, и ваше исцеление НЕМИНУЕМО.

Отбросьте все страхи.

Просто стряхните их со своих плеч.

Отбросьте сомнения.

Они лишь отяжеляют вас.

Отбросьте иллюзии.

ВСТУПЛЕНИЕ

Освобождение не будет легким.

Отбросьте прошлое.

Оно вас не определяет.

Только СЕЙЧАС.

Этот самый момент, когда вы приняли решение стать свободной и выпустить в мир свою Силу, потому что СЕЙЧАС все живое нуждается в ней.

Почему сейчас?

Посмотрите вокруг.

Природа истощена.

Мужчины заигрались в свои «взрослые» игры.

Реальность напичкана страхами перед будущим и злостью.

Соревнование и достижение укоренились в человеческом сознании. Материя поглощает духовность.

Поэтому миру нужны мы.

Свободные, любящие, мудрые, чувственные женщины, которые могут заполнить этот мир нежностью и страстью.

Женщины, которые возродят природу, снова и снова соединяясь с ней.

Миру нужна женская ласка и женская сила, способная творить и рожать.