

ним. Затем завершите ритуал, потушив свечу, и скажите: «Да будет так» или подберите какие-либо другие слова, которыми вы обычно завершаете ритуал. Если вы новичок в языческих традициях и пока еще не выбрали свой путь, то выражение «Да будет так» прекрасно подойдет вам.

Семь шагов до начала языческой практики

Многообразие путей и практик в язычестве может ошеломить новичков. Не так-то просто разобраться, с чего начать. Несколько лет назад я посетил презентацию Иана Корригана, она касалась развития частной языческой практики. Корриган — бывший архидруид международной языческой организации *Ár nDraíocht Féin*. Вдохновившись его идеями, я составил «программу семи шагов», чтобы помочь новичкам-язычникам найти свою индивидуальность в традиции. Эти семь шагов не приведут вас к какому-либо конкретному языческому пути, они скорее призваны помочь отыскать тот самый путь, который наиболее подойдет именно вам. Даже если вы родились в языческой семье или решили стать язычником несколько лет назад, вы обязательно найдете для себя что-то ценное в этой программе.

Шаг 1: установление контакта с духами

Полагаю, вы уже установили по крайней мере один эфемерный контакт с Духом, когда проводили Ритуал Посвящения. Мы выходим на контакт с Духом каждый раз,

когда просим его помочь нам в выборе пути или преподносим дары (подношения).

Первым шагом является понимание и выбор пути — новички сбивы с толку из-за большого разнообразия бесконечно возможных вариантов и необходимости отдать предпочтение какому-то из них. Есть так много богов и богинь из такого огромного количества пантеонов! С чего же начать? Может статься, что божество уже выходило с вами на связь. Люди, пережившие подобный опыт, часто говорят, что «Она позвала меня» или «Он похлопал меня по плечу», — но это скорее исключение, нежели правило. Вероятнее всего, вам придется сделать первый шаг самостоятельно. Сначала нужно решить, с каким именно богом или богиней вы хотели бы наладить контакт, и, чтобы сделать этот выбор, вам следует найти такой пантеон, который наиболее вам подходит.

Пантеон — это культурное «семейство» богов и богинь. Эллинистический (греческий) пантеон включает в себя двенадцать богов и богинь, или олимпийскую дюжину: это Зевс, Гера, Аполлон, Афина и так далее. Саксонский пантеон включает в себя Вотана, Фриггу, Тора, Эостре и прочих. Ирландский пантеон включает в себя таких божеств, как Бригитта и Мананнан мак Лир. Боги и богини любого из упомянутых пантеонов явно связаны между собой.

*Ни один пантеон не может быть лучше,
чем другие, так каким же образом выбрать?
Первое, что нужно учитывать, — ваша
собственная родословная.*

Если у вас итальянские корни, то римский пантеон может стать прекрасным выбором. Если ваше имя



О'Рейлли, для вас годится ирландский пантеон. И конечно, вы не ограничены своим происхождением, что очень хорошо, ведь мало кто в современных Соединенных Штатах может утверждать, что имеет одни-единственные культурные корни.

Если какой-либо конкретный пантеон привлекает вас, тогда, используя все средства, приступайте! Может быть, вас еще в школе вдохновляла греческая мифология? Или же комиксы про *Тора* (который с реальным Тором не имеет ничего общего, кроме имени) пробудили в вас интерес к скандинавским богам Асгарда. Есть бесконечное множество причин, почему вам следует обратить внимание на какой-либо пантеон. В большинстве случаев выбор будет все же случайным, но я обнаружил, что такого рода случайности очень часто таят в себе некий глубоко скрытый смысл.

Если же ни ваше происхождение, ни ваше сердце не приводит к нужному пути, сходите в библиотеку и полистайте там книги о различных мифологиях. Мне не очень нравится слово *мифология*, второе значение которого подразумевает «что-то ненастоящее». Вообще, *миф* — это греческое слово, которое переводится как «история», и мифологии тем самым становятся сборниками древних историй, объясняющими порядок во Вселенной, а также социальные и нравственные идеи. Помня об этом, прочтите пару книг.

Затем выбирайте.

Ознаменуйте момент выбора действием! Не беспокойтесь по поводу того, нашли вы правильный пантеон или нет, потому что никаких правил тут не существует. Пантеон, который кажется вам самым лучшим *прямо сейчас*, является для вас самым лучшим *прямо сейчас*. Точно

так же, как ничего не значащее свидание может в конечном итоге привести к свадьбе, первоначальный выбор пантеона может положить начало отношениям длиной в жизнь, Впрочем, позднее вы сможете поменять пантеон, если почувствуете необходимость.

После того как выбрали пантеон, нужно решить, с каким богом или богиней вы хотели бы установить контакт. Такой выбор обычно зависит от ваших личных интересов, так как с наибольшей вероятностью вы сможете установить хороший контакт с тем божеством, которое разделяет ваши интересы. Кеметический (египетский) язычник, у которого есть пять котов и большая коллекция статуэток котов и кошек, скорее всего, установит прекрасную связь с богиней Баст. Саксонский язычник, работающий в сфере правоохранительной деятельности, может быть связан с Тивом, богом порядка и справедливости. Римский язычник и вдобавок ценитель хороших вин мог бы установить связь с Бахусом. Но если вы обнаружите, что какой-либо бог или богиня в пантеоне подходит вам без явной на то причины, доверьтесь чутью.

Найдите изолированное, безопасное место, чтобы установить контакт с божеством. Это, возможно, будет ваш домашний алтарь, если он у вас есть, но главное — найти такое место, где бы вас никто не потревожил. Сделайте подношение, а затем сами попытайтесь установить цикл взаимодействия с божеством. Выбор подношения будет зависеть от пантеона и божества. Если же вы не знаете, какой подарок сделать, вам будет полезно узнать, что мед (медовое вино) обычно ценится большинством северных европейских божеств, в то время как оливковое масло, как правило, любят боги и богини южной Европы.



Другие культуры также имеют свои собственные предпочтения, но смело делайте подношения и им.

*Любой дар — это лучше,
чем ничего вообще!*

Если вы дома, то вам понадобится чаша для подношений. Налейте возлияние (подношение жидкости) в чашу, обращаясь к божеству. После чего, если это удобно, вынесите чашу на улицу и вылейте возлияние прямо на землю. Твердые дары, особенно пищу, также можно символически положить в чашу для подношений, а затем, позднее, разместить на земле или «похоронить» в земле.

Однажды кто-то спросил меня, почему меня так волнует процесс подношения даров, ведь бог, вероятно, может получить практически все, что только пожелает. Но это все равно что принижать ценность подарка ручной работы, который ребенок своими руками изготавливает для родителя. Конечно, родитель мог бы сделать или купить что-либо более хорошее, но он или она будет тем не менее рад такому подарку. Это акт дарения, который имеет высокую ценность сам по себе, а стоимость подарка прямо пропорционально соответствует тем усилиям, которые были приложены для его изготовления.

Когда вы готовы приблизиться к божеству и поднести дар, слова, которые вы будете произносить, следует придумать самостоятельно, они должны исходить из глубины вашего сердца, а не быть позаимствованными со страниц данной книги. Сначала поприветствуйте божество, назвав по имени, поднесите дар и попросите, чтобы он

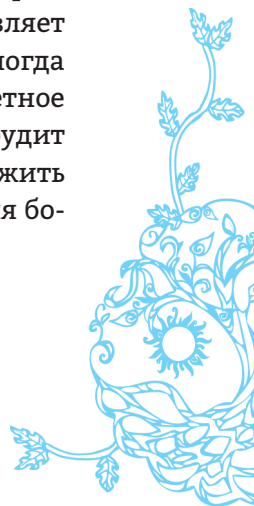
был принят. Если вы проводите ритуал дома, вылейте или положите подношение в чашу. Если вы находитесь на улице, положите ваше подношение прямо на землю. Исключение здесь составляет подношение, которое нужно сжечь, — обычно это ароматическое благовоние. Для благовоний вы можете использовать колбочки или палочки, но думаю, что, если вы смешаете ароматические травы по своему вкусу, это будет иметь большее значение. Травы следует сжечь в курительнице или в жертвенном сосуде на дисках с горящим углем, которые можно купить практически в любом магазине Нью-Эйдж или религиозной атрибутики.

После того как вы осуществили акт подношения дара, представьтесь и попросите у божества наставить вас и благословить. Не стоит задавать конкретные вопросы. Позднее вы сможете попросить об услугах, но только когда установите двухсторонние взаимоотношения с божеством, а сейчас просто выразите свою признательность и готовность принять любые благословения, которые божество дарует вам.

Далее следует самая важная часть — слушание. Успокойтесь настолько, насколько это вообще возможно, и внимательно следите за любыми впечатлениями, которые могут появиться. Ответ бога или богини редко проявляет себя в виде внятного голоса, однако это все-таки иногда происходит. Перед вами может возникнуть мимолетное видение, или вы почувствуете аромат, который пробудит давно забытые воспоминания. Или вы можете пережить некое «озарение», внезапное осознание присутствия божества и его послания к вам.

Или вы вообще ничего не почувствуете.

В таком случае не падайте духом.



Не ожидайте, что каждый раз, когда будете обращаться к богам и духам, вы приобретете опыт соприкосновения с Божественным. В процессе поднесения дара божеству вы предприняли определенные действия и уже наладили контакт.

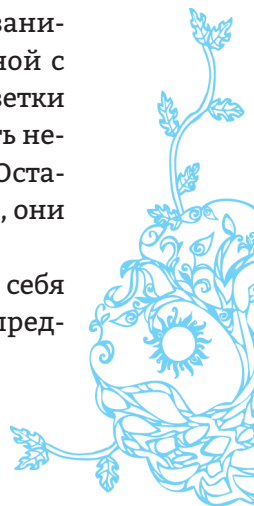
Если же вы до сих пор не установили двухстороннюю связь с божеством, даже после еще двух или трех проведенных «визитов», вежливо переключитесь от этого бога или богини к другим божествам.

В наши дни существует множество язычников, которые используют более разносторонний, эклектический подход при установлении контакта с Духом, перескакивая от одного пантеона к другому, собирая коллекцию из божеств-«покровителей», как если бы они были глиняными статуэтками. Представьте, что вы гуляете по Манхэттену, приветствуя всех и каждого. Насколько глубокими будут ваши отношения с этими прохожими? Вы не потратили ни минуты на то, чтобы узнать их. Вы понятия не имеете, кто все эти люди. Точно таким же образом может оказаться трудной задачей развивать действительно близкие отношения с дюжиной богов и богинь из различных пантеонов, никак не связанных между собой. Поэтому не рекомендую применять этот подход. Если вы хотите стать кому-либо хорошим другом, вы, как правило, проводите время с этим человеком. Вы встречаетесь с его или ее семьей и друзьями. И если вы хотите установить хорошие отношения с богом или богиней, вам следует посвящать ему или ей много времени.

Конечно, боги не являются единственными проявлениями Духа. Вы можете установить контакт с духами предков, выполняя похожий процесс подношения, а затем раскрывая себя перед предками, с тем чтобы получить от них благословение. Под предками я подразумеваю не только кровных родственников, но также тех, кто в той или иной степени вас когда-то вдохновил. В саксонских традициях, так же как и во всех германских, выражать почтение чьему-либо предку очень важно. Почитание предка является важным элементом в большинстве языческих традиций. Духи предков лично заинтересованы в вас — вы являетесь их наследниками, и, таким образом, они более предрасположены к тому, чтобы предложить вам помощь и дать совет.

Еще один контакт, который следует наладить — это связь с местными духами. В зависимости от направленности вашего духовного фокуса вы можете знать их как фей, эльфов, нимф или под какими-либо иными именами. Эти духи являются вашими соседями и, подобно вашим смертным соседям, могут помогать или, наоборот, чинить препятствия. Таким образом, для вашей же пользы с ними нужно завязать хорошие взаимоотношения. Если вы практикуете *Хал Сиду*, вы однозначно наладите контакт с вашими духовными соседями. Когда вы занимаетесь деятельностью, каким-то образом связанной с землей: сажаете ли семя, обрезаете ли непокорные ветки кустов, пропалываете сад, — не забудьте предложить немного кукурузных зерен или вина местным духам. Остановитесь на мгновение и прислушайтесь. Возможно, они захотят чем-то с вами поделиться.

Каким бы ни был ваш подход — чувствуете ли вы себя более комфортно, призывая божество или ваших пред-



ков или местных существ, — первый и самый главный шаг, который необходимо предпринять для воплощения в жизнь пути язычника, — это каким-либо образом установить контакт с Духом.

Шаг 2: создание своего личного сакрального пространства

«Есть у богов свое место в доме или нет?»

Это слова Маркуса Кассиуса Юлиануса, современного римского язычника и основателя реконструкционалистской организации под названием «Новый Рим». Он говорит о домашнем алтаре, — и я с ним полностью согласен.

Как только вы установили связь с Духом, следующий шаг — определиться с тем местом, где вы сможете поддерживать и продолжать выстраивать эту связь. Оно может быть простым или оборудованным по вашему вкусу, но должно находиться в вашем доме, быть священным и предназначаться исключительно для богов.

Дизайн этого сакрального пространства будет зависеть от нескольких факторов. Первый фактор, который следует принять во внимание, это ваш духовный фокус, — важно понять, на что он сориентирован. Греческий алтарь всегда будет содержать пламя, даже если это всего лишь одна-единственная свеча. Саксонский алтарь (the wéofod) всегда будет иметь статую или символический образ (the wéoh) почитаемого божества. Какой бы путь вы ни выбрали, алтарь должен отражать его эстетику. Сакральное пространство, которые вы выделите специально для ваших богов, должно стать таким местом, где они смогут с комфортом отдохнуть.

Место, где вы живете, также влияет на дизайн вашего сакрального пространства.

Некоторые язычники посвящают своим культам целые комнаты, украшая их соответствующими гобеленами, шкафчиками для благовоний и атрибутикой, там же размещается и сам алтарь. Разумеется, в рамках однокомнатной квартиры подобное вряд ли получится, но кто знает. Для кого-то комната может быть местом чудес и вдохновения, а для другого — ничем не примечательная жилплощадь, которую легко забыть среди суеты повседневной жизни.

Мой собственный алтарь находится в гостиной, поэтому я постоянно прохожу мимо него. Для меня это наилучший вариант. Сам алтарь расположился на библиотечном столике. Тем самым он довольно большой и притом отлично вписывается в просторную комнату. Если бы я создал такой алтарь в квартире-студии, он бы занял слишком много места и выглядел бы непривлекательно. Учитывайте размеры окружающего пространства и помните, что больше не всегда значит лучше.

Другой фактор — насколько вы свободны в выражении своего языческого образа жизни. Никто из тех, кто видел мой домашний алтарь — с его идолами, рунами и чашей для подношений, — уже не примет меня за члена южно-баптистской организации¹. Но многие люди из-за своего собственного страха или каких-либо жизненных обстоя-

¹ Традиционное убранство баптистских молитвенных домов очень простое и скромное.



тельств не обладают этой свободой. К сожалению, даже в XXI веке некоторые из нас теряли работу по причине невежества и предубеждений окружающих, — тогда, когда наша духовность становилась общедоступным знанием. А некоторые попросту боятся осуждения друзей, соседей или родственников.

У проблемы есть два возможных решения. Первое — это разместить алтарь там, где его никто, кроме вас, не увидит. Вы могли бы устроить алтарь в спальне или даже в подвале. Выделить отдельное помещение можно в том случае, если у вас большой дом. Как бы осторожны вы ни были, кто-то все равно может обнаружить ваш алтарь. И вот здесь начинаются проблемы — ведь если алтарь скрывали от посторонних глаз, значит, вам есть чего стыдиться.

Наилучшим решением будет «спрятать» алтарь у всех на виду. Ваш алтарь может быть скромным и непритязательным, и для не посвященного будет не более чем просто столиком с парой безделушек. Саксонский язычник, например, мог бы обустроить маленький столик одной-единственной, привлекающей внимание свечой, большим кварцевым кристаллом (представляющим собой бога Тора) и керамической (предназначенной для подношений) чашей. Разумеется, было бы лучше, если бы вы обладали свободой и открыто могли выражать свою духовность, но важным является и то, чтобы вы имели такое сакральное пространство, где смогли бы спокойно контактировать с Духом и где вас никто не потревожил бы.

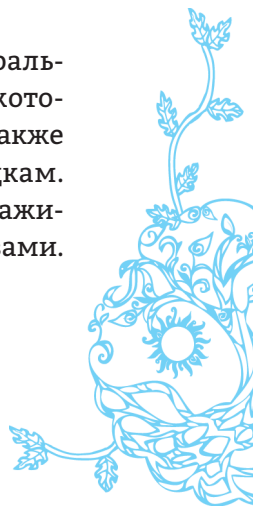
Ваш главный домашний алтарь должен находиться в помещении, чтобы вы могли общаться с богами даже в самую ненастную погоду. Но если у вас есть необходи-

мые ресурсы, — во всех смыслах этого слова, — прикоснитесь к земле! Второй алтарь, расположенный на улице, предоставит вам возможность слушать ветер, наслаждаться теплом солнца, которое принимает ваша кожа, почувствовать благодатную почву под ногами. Как и первый алтарь, уличный алтарь может быть простым или сложным, насколько хотите. Когда я переехал в Пенсильванию, то купил дом с беседкой на заднем дворе. Сначала я думал, что не проведу там много времени. Разве в наши дни кто-то рассиживается в беседках? Чтобы она не пустовала и не стояла без всякой цели, я превратил ее в саксонский храм¹, посвященный богу Инг-Фрейру. Согласно англосаксонской традиции, я поместил образ, представляющий его, внутрь беседки. (Древнеанглийское слово «алтарь» — *wéofod* — буквально обозначает «место, где стоит образ божества».) Для красоты я добавил несколько декоративных камней. Затем посадил некоторое количество трав и цветов вокруг беседки, так как Инг — это повелитель эльфов, который управляет растениями.

Уличный алтарь может быть настолько простым, что подойдет и гладкий плоский камень, который лежит там, где вы сможете ощутить особенную близость с богами, добавив минимальные атрибуты, относящиеся к вашему духовному пути.

До сих пор мы рассматривали алтарь как сакральное пространство для обитания наших богов. Некоторые люди, включая меня самого, любят держать также отдельный алтарь для выражения почтения предкам. Это не строгое требование, однако мы склонны налаживать связь с нашими предками иначе, чем с божествами.

¹ *Weofodsteall*.



*Как недавно описал один язычник,
обращение к божествам с какой-либо
проблемой похоже на аудиенцию у короля,
тогда как, общаясь с предками, вы просто
просите помощи у своей семьи.*

Алтарь предков может включать фотографии людей, которых вы знали при жизни, а также символические изображения дальних родственников. Я был знаком с язычниками, которые изготавливали «кукол» своих предков, — лепили из глины или шили набивные игрушки. Некоторые из этих кукол предназначались для изображения конкретных предков, другие носили более метафорический характер. На таком алтаре могут располагаться предметы, которые имели большое значение для кого-то из ваших предков. Например, рыболовный нож моего дедушки я храню на алтаре рядом с его фотографией. Плита с углями для ритуального сожжения благовоний и чаша для подношений, поставленные на алтарь, предназначены для того, чтобы предки смогли получить те дары, которые вы им преподнесете.

Как я упоминал ранее, предки необязательно должны быть представителями вашего рода. Речь о тех, кто в той или иной степени повлиял на ваш рост и развитие, на формирование вас как личности, кто привел вас туда, где вы находитесь сейчас. Приемный родитель (и его родители) также является предком. Если вы овдовели, ваша супруга тоже будет предком. Учитель или старший сосед, который вдохновлял вас в детстве, является таким предком. Это может быть близкий друг, ушедший из жизни и

повлиявший на вас. Даже домашний питомец может оказаться предком, поскольку сейчас животные-компаньоны важны для нас, как никогда прежде.

Я почитаю своих домашних животных, но не на том же самом алтаре, где чествую предков-людей. Наши отношения все же другие. Я могу обращаться к своей собаке Шине, чтобы ощутить тепло и комфорт, но, скорее всего, не стану спрашивать у нее совета, какой бы гениальной она ни была.

Не у всех есть достаточно пространства, чтобы отводить специальные места под многочисленные алтари, и не каждый человек чувствует в этом необходимость. Однако вам следует иметь по крайней мере одно сакральное место где-то в вашем доме, там, где вы сможете установить контакт с Духом. Есть ли у богов и предков свое и только свое место в вашем доме или же нет?

Шаг 3: составление своего собственного священного календаря

Если вы ничего не делаете со своим алтарем, он таковым и не является, тогда это просто стол или полка, на котором стоит плита с углями для ритуального сожжения благовоний, пара свечей и, возможно, две или три интересные статуэтки. Но каждое ваше действие здесь — выражение почтения, подношение даров и медитация — придает вашему священному пространству смысл. Вот почему следующий шаг — создание священного календаря, чтобы вы смогли контактировать с Духом на постоянной основе.

Значение данного шага нельзя недооценивать. Жизнь — это то, что происходит с каждым из нас. В скором времени вас может ожидать серьезный экзамен, или ваш босс попросит поработать сверхурочно, или ребенок не даст вам



поспать. Все это рутина, и поэтому так просто отложить «до завтра» свои духовные потребности. Проблема в том, что «завтра» — это еще один день, а жизнь не останавливается. На следующей неделе вы заболете гриппом или в гости неожиданно нагрянет старый приятель. А неделя, следующая за той неделей, принесет с собой новые дела и новые задачи. Те идеальные, безмятежные моменты, когда вы можете общаться с Духом без перерыва, — большая редкость, но только до тех пор, пока вы самостоятельно не предпримете определенные действия, чтобы установить и развивать постоянную связь с духами.

Постоянство — вот что является ключом. Люди, успешные во всем, чем бы они ни занимались, выработали привычку постоянно действовать определенным образом, и именно это привело их к успеху. День за днем. Экстренная убойная диета не приведет к долгосрочному стойкому результату — стабилизации и контролю веса. Люди, которым удалось похудеть, развивали долгосрочные здоровые привычки в питании. Так же и вы не сможете вдруг стать хозяином хорошо натренированной собаки только потому, что вы отвели ее на одну серию занятий по дрессировке, состоящую из десяти уроков. Хозяева прекрасно обученных собак постоянно поощряют своих питомцев за хорошее поведение и никак не наказывают за плохое. Успешные художники пишут картины или рисуют каждый день, успешные писатели пишут ежедневно, а успешные атлеты не пропускают тренировки.

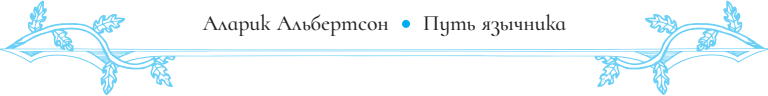
Поведение, ставшее привычкой, помогает сосредотачиваться на целях.

Чтобы развить привычку общаться с Духом, нужно выделить для этого специальное время. Вы должны посвятить его себе, богам и предкам. Взгляните на свой календарь. Каждый день вы уделяете время своему физическому телу: принимаете ванну или душ, чистите зубы, готовите пищу. Вы выполняете эти действия всю свою жизнь, и не составит труда найти время, которое вы постоянно сможете посвящать своему духовному телу. Составляя священный календарь, вы начинаете развивать привычку, которая впоследствии будет определять ваше поведение и тем самым подпитывать отношения с богами и предками.

От вас потребуется наличие реалистичной цели. Давайте вернемся к примеру с дрессировкой собаки. Мои собаки ведут себя относительно хорошо, потому что я занимаюсь с ними регулярно, каждый день. Можем ли мы уделить один час на тренировку собаки? Конечно, нет. Профессиональные тренеры делают это каждый день, но большинство из нас, включая меня самого, не может на постоянной основе проводить ежедневные одночасовые сессии, тренируя животных. Вместо этого Лаки и Цезарь терпеливо ждут, пока я наполню кормом их миски, сидят у задней двери дома до тех пор, пока я не скажу, что можно выйти на улицу, и один раз в день мы быстро прогоняем с ними целый комплекс активностей: отрабатываем команды «сидеть», «лежать», «замереть», «давать лапу», «стоять», «мыть посуду». (Ладно, конечно, ни Лаки, ни Цезарь не моют посуду. Я пока что только работаю над этим.) Много времени это не занимает. Вот почему я делаю все это каждый день.

Если ваша цель — подносить дары Одину и затем медитировать в течение получаса каждый вечер, наверняка, или даже абсолютно точно, вы потерпите неудачу. Ваш священный календарь должен показывать тот *минимальный*





период времени, который вы сможете посвятить общению с Духом. Но вы не ограничены этим периодом. Когда обстоятельства позволят и вы сами почувствуете необходимость в этом, вы, несомненно, сможете делать подношение Одину каждый вечер, а затем провести получасовую медитацию. Но будьте честны сами с собой и имейте в виду, что вы не сможете заниматься этим регулярно. Специально выделять время для сакрального общения с духами означает выработать долгосрочную привычку, — нечто такое, что будет в конечном итоге настолько же важным и естественным, как надевать по утрам нижнее белье (предполагаю, что носить нижнее белье — это ваша привычка).

Сколько времени вы сможете посвящать своим богам и предкам? Сколько вам потребуется, чтобы это общение вписалось в вашу повседневную жизнь не только сегодня или на этой неделе, но и на многие годы вперед?

Пятнадцать минут каждую неделю — вполне разумное обещание. Элементарно до абсурда, не так ли? Да, наверное, но именно абсурдно простое обещание вы сможете выполнить. Выберите день и время, по крайней мере пятнадцать минут, которые вы проведете у вашего алтаря, делая подношения Духу и прислушиваясь к тому, что ваши Боги и предки могут вам сказать. Это должно согласовываться с вашим образом жизни. Кому-то удобно выделить пятнадцать минут по вечерам во вторник, а кто-то другой предпочтет субботнее утро.

То, как вы проведете эти пятнадцать минут, будет отражать вашу духовность. Некоторые подношения следует делать Духу для того, чтобы подпитать процесс взаимодействия. Мы совершаем подношения нашим богам и предкам с тем, чтобы они могли дать нам что-то взамен. Подношение может быть простым — всего лишь несколь-

ко благовоний. Скандинавские и саксонские язычники отдадут предпочтение меду или элю. Римский язычник может подносить пшеницу или любое зерно — например, из магазинов здорового питания. А вот традиционные подношения у египетских язычников включают в себя хлеб и пиво. После того как вы преподнесли богам подарок, оставшееся время вы можете молиться, петь, медитировать или как-то иначе налаживать контакт с Духом.

Возможно, вы обнаружите, что каждый день проводите у алтаря полчаса или более. Однако жизненные обстоятельства меняются, появляются сложности, и вам следует постараться изо всех сил сохранить для себя это сакральное время — пятнадцать минут каждую неделю, которые вы выделили специально для общения с богами и предками. Священный календарь придаст вам уверенности в том, что ваша духовность по-прежнему остается частью обычной повседневной жизни — даже в периоды настоящего хаоса.

Каким бы простым ни показалось это обязательство на первый взгляд, может стать, что однажды у вас не найдется и пятнадцати минут за целую неделю. Например, вы попадете в больницу — или кто-то из ваших близких. Или вы обнаружите, что подвал затопило. Иногда что-то вторгается в наши планы. Если подобное случилось, решайте проблему, но пускай ваше священное время остается для вас высшим приоритетом. Откладывая его на потом, вы тем самым обесцениваете свою духовную работу.

Шаг 4: сакрализация повседневных активностей

Итак, вы наладили контакт с богами и предками. Вы создали сакральное пространство — алтарь, где смогли

