

ЗВЁЗДЫ  
ЭЗОТЕРИКИ

Галия Галиева

«ЛУЧШИЙ ПАРАПСИХОЛОГ РОССИИ - 2016» журнал ESQUE

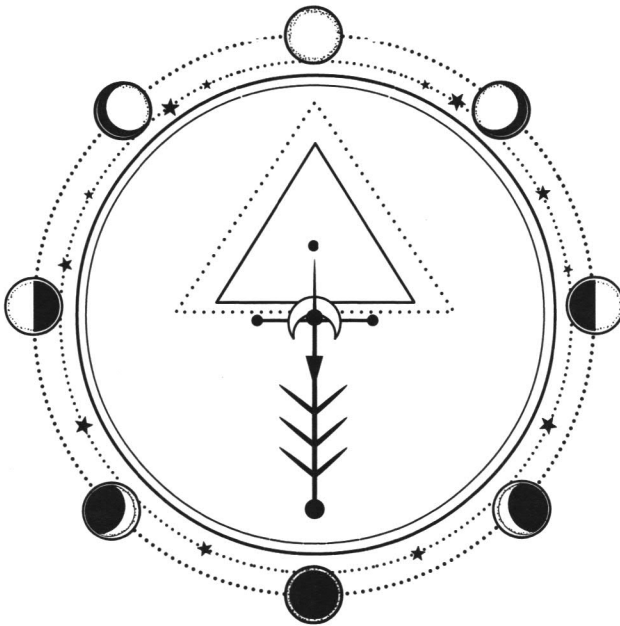
МАГИЧЕСКИЙ  
ДНЕВНИК  
ТАРОЛОГА



Галия Галиева

«ЛУЧШИЙ ПАРАПСИХОЛОГ РОССИИ — 2016» по версии журнала ESQUE

# МАГИЧЕСКИЙ ДНЕВНИК ТАРОЛОГА



Ростов-на-Дону



2019



УДК 133.3  
ББК 86.41  
КТК 00143

Г15

**Галиева, Галия.**

**Г15** Магический дневник таролога / Галия Галиева. — Ростов н/Д : Феникс, 2019. — 222 с. : ил. — (Звезды эзотерики).

**ISBN 978-5-222-30813-4**

Книга включает в себя расчет даты рождения и анализ арканов личности, а также большой тест-проработку арканов, который поможет в выявлении самых неожиданных сторон себя, определении талантов, причин жизненных сложностей, скрытых страхов и желаний.

Этот метод взаимодействия с арканами подходит как для самостоятельной работы, так и для работы с другими людьми.

Дневник включает в себя пустые страницы для заполнения, чем не следует пренебрегать. Если есть страх «испортить книгу», не нужно идти у него на поводу.

УДК 133.3  
ББК 86.41

**ISBN 978-5-222-30813-4**

© Галия Галиева, 2018  
© Оформление: ООО «Феникс», 2018

## Для кого написана эта книга?

Для тех, кто готов к трансформациям, развитию своих способностей, познанию себя и переменам на качественно ином уровне.

Дневник будет полезен и профессиональным тарологам, и начинающим обучаться этому искусству, а также психологам при работе с людьми или тем, кто хочет развить интуитивные и творческие способности.

## Для чего выполнять ее упражнения?

Для того, чтобы:

- понять свои способности и их предназначение;
- понять проблемные зоны и проработать их;
- развить воображение;
- развить аналитические способности;
- развить интуитивные способности;
- лучше понимать свои ощущения и послания от подсознания, интерпретировать их;
- освоить работу с картами Таро и нумерологией;
- применять полученные знания на практике.

## Почему дневник?

Когда мы пишем, мы вынуждены облекать свои мысли в слова. Это помогает осознать то, что до процесса записей было понятным лишь смутно и обрывочно.

В процессе записи мы переводим бессознательные процессы на сознательный уровень, и, при необходимости, можем возвращаться к записям, дополнять, наблюдать за своей трансформацией. А значит, двигаться по пути эзотерического развития планомерно и более продуктивно и осознанно.

Многие начинающие да и профессиональные психологи и эзотерики пренебрегают ведением записей как в процессе учебы или работы над собой, так и в работе с клиентами. Нам может казаться, что мы все помним или же что информация настолько мимолетна и ее так много, что зафиксировать невозможно.

Но со временем все же приходит осознание такой необходимости, так как понимаешь, что даже неполная или неточная запись лучше, чем ничего, и испытываешь досаду, что восстановить

важные размышления, которые происходили именно в тот день и именно в той обстановке, по прошествии времени уже нельзя. Поэтому не стоит оставлять это на потом, чтобы впоследствии жалеть об упущенном времени.

Дневник позволит увидеть, как мы трактовали когда-то свой сон, карту дня, расклад и что получилось в результате. Это поможет уточнить те значения карт, которые нам не приходили в голову в тот момент, и учесть это при дальнейшей работе.

Можно заполнять дневник, когда удобно, работать с арканами по мере возможности. В этом деле не нужно торопиться.

Пройдет время, и можно будет вернуться к своим записям и сравнить их со своими актуальными представлениями. Отношение ко многим арканам изменится. И можно будет выполнить работу с ними еще раз.

Чем глубже мы понимаем психические процессы, духовные законы, тем больше смыслов арканов для нас раскрывается. Какие-то аспекты арканов так и остаются непонятыми — мы как будто сопротивляемся их пониманию, и это тоже повод задуматься и разглядеть в себе то, что мешает принятию этих аспектов.

Не нужно стремиться сделать как можно больше, все и сразу. Работа должна происходить равномерно и постепенно, стать привычной, важной и необходимой.

Некоторые люди, осваивая новую информацию, делают рывок, а потом не могут найти в себе силы вернуться к занятиям. Некоторые постепенно снижают усилия, сталкиваясь с трудностями. Нужно радоваться каждому шагу, заканчивать работу в тот момент, когда усталость еще не наступила, чтобы с нетерпением ждать следующей возможности погрузиться в это исследование и продолжить путешествие к себе.

# Карты Таро

---

Таро — система символов, колода из 78 карт: 22 — старших и 56 — младших арканов. Каждый аркан Таро — это комплекс смыслов, вибраций, энергий, соприкасаясь с которыми, активируются соответствующие им области нашей психики. Рисунок каждого из арканов — символы, изучая и передавая знания о них, мы век за веком постигаем духовную мудрость, актуальную во все времена.

Кажется, перед нами всего лишь карта, но у нее есть свое информационное поле. Когда мы смотрим на карту, соприкасаемся с ее информационным полем, реагирует наше собственное поле. И наши ощущения, реакции при этом — кладезь информации для нас. Ее нужно осознать, изучить и осмыслить.

Итак,

## СТАРШИЕ

### АРКАНЫ:

- 0 — Шут,
- 1 — Маг,
- 2 — Жрица,
- 3 — Императрица,
- 4 — Император,
- 5 — Иерофант,
- 6 — Влюбленные,
- 7 — Колесница,
- 8 — Справедливость/Регулирование,
- 9 — Отшельник,
- 10 — Колесо Фортуны,
- 11 — Сила/Вождение,
- 12 — Повешенный,
- 13 — Смерть,
- 14 — Умеренность/Искусство,

- 15 — Дьявол,
- 16 — Башня,
- 17 — Звезда,
- 18 — Луна,
- 19 — Солнце,
- 20 — Эон/Суд,
- 21 — Мир, Вселенная.

Эти 22 энергии, 22 шага мы попробуем освоить в рамках нашего эксперимента.

Кроме старших в Таро входят 56 младших арканов. Они состоят из 4 мастей — Кубки (Чаши), Жезлы (Посохи), Диски (Пентакли) и Мечи. В каждой масти — по 14 карт: 4 «фигурных» (Рыцарь, Принц, Королева и Принцесса) и 10 нумерных — от туза до 10.



# Таро как способ работы с подсознанием

---

Любое изучение, особенно эзотерического плана, следует начинать не с теории, а с практической работы.

В нашем собственном информационном поле уже есть все знания, нужно лишь уметь их оттуда извлекать. Теория же упорядочит полученный опыт.

Первый шаг в этой работе — учиться лучше слышать себя, свои ощущения, улавливать мельчайшие изменения в состоянии. Когда мы соприкасаемся с другим полем — это изменение происходит. И именно оно несет информацию.

Например, когда мы смотрим на картину, ощущаем ее информационное поле, наши поля смешиваются, картина что-то привносит в наше поле, в чем-то трансформирует его. Уловить это изменение — значит, понять, какую информацию несет картина, какие чувства в нас пробуждает.

Мы постоянно соприкасаемся с энергиями, они напоминают нам что-то еле уловимое, а потом новые энергии перекрывают старые, и вот мы уже оказываемся на новой волне переживаний. В ощущениях легко заплутать, не понимая, почему те или иные образы вызывают определенные переживания. А в таком состоянии трудно понять, что это за информация и для чего мы ее получили.

Это целый процесс — учиться распознавать ощущения, которые возникли при настрое на какого-либо человека, предмет, аркан Таро и что угодно еще. Это требует осознанности, концентрации внимания, умения наблюдать за собой.

Так как на нас воздействует множество объектов, то наши ощущения постоянно меняются. Поэтому мы не успеваем осознать эти ощущения. Посмотрев на картину, часто мы можем лишь произнести нечто невнятное — «нравится», «не нравится», «хорошая» и т.д. Но что это значит на самом деле?

Мы не привыкли разбираться в своих ощущениях, а в них, между тем, много информации. Из каких деталей складывается это «нравится»? Почему одно нравится, а другое вызывает противоположные чувства? Разбирая по деталям свое впечатление от картины или, например, карты Таро, мы увидим, что какой-то цвет особенно нас волнует, какая-то

деталь картины особенно привлекает внимание, вызывает ассоциацию или воспоминание. И все это информативно. Нас неспроста что-то волнует, а что-то оставляет равнодушным, что-то притягивает, а что-то отталкивает.

В энергоинформационном поле есть информация и о прошлом, и о настоящем, и по вариантам будущего. О нас самих или ком-то другом. При правильном настрое, задав себе вопрос, например какой человек стоит перед нами, мы получаем ответ в виде еле уловимых ощущений, которые нам и нужно учиться понимать.

Так мы можем настроиться на энергии скульптура, художника, ученого, фильма, предмета... чего угодно.

Сонастроившись, мы частично «заражаемся» чужим полем, например, тем, что сейчас чувствует другой человек. Но часто этого не осознаем, так как наше сознание настроено на другое. Мы даже не замечаем пришедшей от другого информации, к тому же нам не хватает навыка верно считывать свои ощущения.

В тренировке интуиции, эмпатии, экстрасенсорных способностей прекрасно помогают карты Таро. Арканы Таро — инструмент-посредник между нашим сознанием и подсознанием, имеющим доступ в энергоинформационное поле. Это символы, которые пробуждают в нас реакции, подсказывают нам и уточняют наши ощущения. С помощью Таро мы можем извлекать информацию из своего подсознания.

В обычной жизни мы также пользуемся такими «посредниками»: например, в отчаянии мы можем сказать «моя жизнь рухнула». Образ рушащегося дома жизни — это символ, который позволил нам передать другому человеку свои ощущения. И когда мы размышляем об аркане Падающая Башня, то можем собрать все отклики на этот образ, все реакции и воспоминания.

В Таро множество символов, которые позволяют легче сформулировать свои ощущения. Каждая карта — как отдельная индивидуальность, с которой нужно наладить контакт, понять ее, понаблюдать за ней, прожить свои реакции на нее, понять их причины.

Ассоциативное и символическое мышление и способность к творчеству напрямую взаимосвязаны. Развивая одно, повышаем навык применения второго.

Творчество — это умение передавать свои ощущения с помощью символов, образов, слов. Работа с Таро эти умения прекрасно развивает.

# Таро как метод анализа личности

---

## Расчет своих арканов

Перед началом работы можно высчитать, какие арканы связаны с тобой не только по ощущениям, но и исходя из даты рождения.

**Аркан основы личности** — это аркан, наиболее ярко проявляющийся в жизни. Можно назвать его арканом миссии, задачей жизни. Ты несешь в мир функции этого аркана, как положительные, так и отрицательные. И в чертах твоей личности могут присутствовать черты, присущие этому аркану.

**Чтобы узнать аркан основы личности**, сложи все числа даты рождения, например:

$$11.04.1989 = 1 + 1 + 4 + 1 + 9 + 8 + 9 = 33.$$

Если число больше 22, то отними из него 22:  $33 - 22 = 11$ .

Если число меньше 22, то именно оно и будет являться искомым арканом.

Полученный аркан — это аркан основы личности. В данном примере это число 11.

Или, например,

$$13.09.1975 = 1 + 3 + 9 + 1 + 9 + 7 + 5 = 35.$$

Число 35 больше 22, поэтому отнимаем из него 22 и получаем 13. Значит, аркан основы личности этого человека — 13.

Еще один пример:

$$1.1.2001 = 1 + 1 + 2 + 1 = 5.$$

Число 5 меньше числа 22, поэтому аркан основы личности — число 5.

**Аркан отработки** — это аркан, над которым ты пришел работать, тот аркан, который отправляет тебе испытания.

Чтобы его высчитать, снова складываем числа даты рождения, но на этот раз полученную сумму складываем, пока не получится однозначное число.

При этом числа, которые получаются в процессе сложения еще до получения однозначного числа, также будут иметь значение.

Например,

$$11.04.1989 = 1 + 1 + 4 + 1 + 9 + 8 + 9 = 33.$$

Полученное число 33 складываем еще раз:  $3 + 3 = 6$ .

Значит, аркан отработки — 6.

Или, например,

$$13.09.1975 = 1 + 3 + 9 + 1 + 9 + 7 + 5 = 35.$$

Полученное число 35 складываем еще раз  $3 + 5 = 8$ .

Значит, аркан отработки — 8.

Или,  $15.9.1995 = 39$ .

Полученное число 39 складываем еще раз  $3 + 9 = 12$ .

Полученное число складываем до получения одного числа:

$$1 + 2 = 3.$$

В данном случае оба числа, полученные при сложении, будут арканами отработки: 12, 3.

Последний аркан отработки — 13, он соответствует числу даты рождения 49. На этом арканы отработки личности заканчиваются. Поэтому, начиная с 14-го аркана, в категории отработки личности стоят прочерки.

**Аркан таланта** — это то, что нас поддерживает, то, что может удаваться лучше всего, то, что помогает в жизни.

Чем лучше удастся обрабатывать предыдущий аркан, тем лучше раскрывается аркан таланта.

Рассчитать его очень просто: для этого нужно взять число рождения. Если оно больше числа 22, то отнять из него 22, например, для расчета аркана таланта у рожденного 31 октября из 31 нужно отнять 22. Полученное число 9 и есть искомое число.

Или, например, у рожденного 19 ноября аркан таланта и будет число 19 (так как оно меньше числа 22, то ничего из него отнимать не нужно).

## Совместимость

С помощью расчетов дат рождения можно определить и то, как и какие арканы влияют на твои отношения с конкретным человеком.

**Аркан основы отношений** — это аркан, который является ключевым в твоих отношениях с интересующим тебя человеком. В ваших отношениях могут проявляться как положительные, так и негативные стороны аркана.

Для расчета аркана основы отношений рассчитай свой аркан основы личности и интересующего человека.

А затем сложи полученные числа. И если оно больше 22, вычти из него 22. Если оно меньше 22, то это и будет искомое число.

Например, твой аркан основы личности 12, а у партнера — 18.

Сложив их, мы получим 30. Это больше 22, поэтому вычитаем 22, получаем 8 — значит, аркан основы отношений у вас 8.

**Аркан отработки отношений.** Этот аркан показывает, с какими сложностями можно столкнуться при взаимодействии с партнером, для каких испытаний вы встретились. Чтобы узнать, какой аркан в ваших отношениях ты прорабатываешь, нужно также рассчитать свой аркан отработки и аркан партнера, а затем сложить их.

Если полученное число больше 22, то, как обычно, вычитаем из него 22.

Например, у тебя аркан отработки 9, а у партнера — 8. Если их сложить, получаем 17, значит, это и будет аркан отработки.

Если у одного из партнеров не один аркан отработки, а два, то и арканов отработки отношений будет два.

Например, если получилось два аркана отработки: 12, 3, а у партнера один — например, 5, то в ваших отношениях будет два аркана отработки 17 (как сумма 12 и 3) и 8 (как сумма 3 и 5).

**Аркан таланта отношений.** Этот аркан означает, что вы будете раскрывать друг в друге, что будет помогать вашим отношениям, какова будет награда для каждого из вас, если вы справитесь с испытаниями отработками. Для расчета этого аркана сложи арканы талантов свой и партнера и, если число больше 22, отними свой из него 22.



Несколько примеров:

Екатерина: 12.08.1988

Андрей: 15.02.1977

- **Екатерина**

**Аркан основы личности:** 15.

$(1 + 2 + 8 + 1 + 9 + 8 + 8 = 37. 37 \text{ больше } 22, \text{ поэтому } 37 - 22 = 15).$

**Аркан отработки:** 10, 1.

(Складываем сумму даты рождения  $37. 3 + 7 = 10. 1 + 0 = 1).$

**Аркан таланта:** 12 (число рождения).

- **Андрей**

**Аркан основы личности:** 10.

$(1 + 5 + 2 + 1 = 9 + 7 + 7 = 32. 32 \text{ больше } 22, \text{ поэтому } 32 - 22 = 10).$

**Аркан отработки:** 5.

(Складываем сумму даты рождения  $32: 3 + 2 = 5).$

**Аркан таланта:** 15 (число рождения).

- **Екатерина и Андрей**

**Аркан основы отношений:** 3.

$15$  (аркан основы личности Екатерины)  $+10$  (аркан основы личности Андрея)  $= 25$ . Это число больше 22, поэтому вычитаем из него 22:  $25 - 22 = 3$ . Значит, **Аркан основы отношений:** 3.

**Арканы отработки отношений:** 15 и 6.

$10$  (аркан отработки Екатерины)  $+5$  (аркан отработки Андрея)  $= 15$ .

$1$  (второй аркан отработки Екатерины)  $+5$  (аркан отработки Андрея)  $= 6$ .

**Аркан таланта отношений:** 5.

$12$  (аркан таланта Екатерины)  $+ 15$  (аркан таланта Андрея)  $= 27$ . Это число больше 22, поэтому  $27 - 22 = 5$ .

Здесь можно записать свои арканы, арканы своих близких и арканы отношений с ними.

# Путешествие по 22 арканам

---

Мы начнем работу со знакомства со старшими арканами. Ты проработаешь каждый из них изнутри, что позволит не только лучше узнать аркан, но и будет тестом — какой аркан у тебя проработан, какой нет и с чем в твоей жизни это связано. Соприкасаясь с энергиями каждого аркана, ты получишь реакции, ощущения, которые важно понять и проинтерпретировать.

Более того, ощущения будут возникать не только при созерцании аркана, но даже если он будет лежать вверх рубашкой.

Работа с каждым арканом будет состоять из нескольких этапов:

- 1. Выбор карты не глядя.
- 2. Настрой на карту, лежащую вверх рубашкой.
- 3. Осознание ощущений и образов, которые возникают при настрое.
- 4. Настрой на карту, лежащую открыто, то есть вниз рубашкой.
- 5. Осознание ощущений и образов, которые возникают при созерцании карты.
- 6. Наблюдение за тем, как проявляют себя энергии этого аркана в жизни и в течение отдельно взятого дня.
- 7. Увиденный после этой работы сон либо событие в жизни.
- 8. Анализ полученной информации.

# Подготовка

---

## Выбор колоды

Карт Таро огромное множество. Ты можешь выбрать себе ту колоду, которая больше всего приглянулась.

## Контакт с колодой

Купив колоду, проведи своего рода ритуал, цель которого — ощутить колоду как часть себя. Нужно вытащить карты из коробки и внимательно разглядеть каждую, переложить их в мешочек, который лучше сшить самостоятельно, но можно и купить в специализированном магазине. Положи колоду на ночь под подушку, можешь проделывать это не одну ночь, а несколько ночей подряд. Днем же старайся носить колоду с собой. Необходимо привыкнуть к колоде, начать чувствовать ее как нечто свое, родное. Теперь можно приступить к работе с картами и ведению дневника.

## Основные правила работы

Это должен быть ритуальный процесс, проходящий каждый день одинаково. Для этого нужно выбрать подходящее место, где никто не будет беспокоить, и время, желательно вечернее. Приготовь свечи, которые также понадобятся в процессе работы. Перед началом организуй свое пространство, убери все лишнее, зажги свечу.

После того как подготовка закончилась, придерживайся следующих правил:

- Не давай колоду никому в руки.
- Старайся по возможности носить карты с собой.
- Не работай с картами просто из любопытства или в качестве развлечения.
- Нельзя работать с Таро в состоянии алкогольного или иного опьянения.

Приучи себя ежедневно уделять какое-то время ведению дневника.

## Настрой на работу с Таро

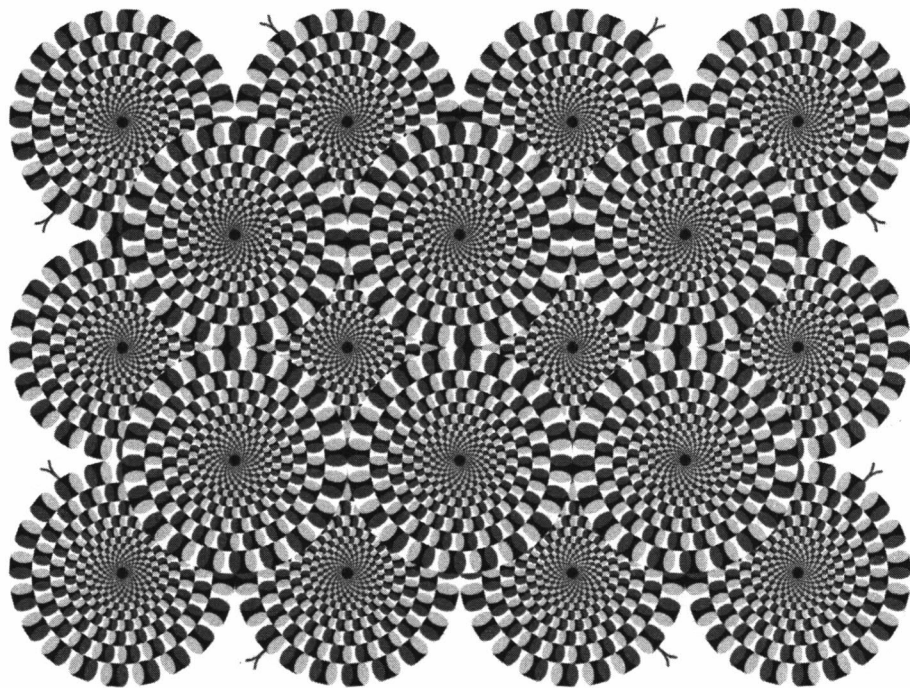
Для правильной работы необходимо настроиться определенным образом. И, прежде чем приступить к освоению Таро, мы потренируем переход в необходимое для этой работы состояние.

Именно с перехода в полутрансовое состояние и следует начинать каждый день работу с Таро, особенно в процессе обучения.

Итак, начнем.

Выбери для работы подходящее место. Отключи телефон и убедись, что никто тебя не побеспокоит. Зажги свечу. Включи спокойную медитативную музыку или, если удобнее, пусть царит тишина.

Посмотри на картинку, которая представлена ниже. Смотри на нее «застывшим» взглядом, концентрируясь в области центра лба. В конце концов в области лба должно возникнуть тягучее состояние.



Постарайся достичь зрительного эффекта неподвижности кругов (можно пользоваться любой другой «оптической иллюзией» — таких картинок в интернете множество. Выбери ту, при которой эффект «шевеления» наиболее выражен, и постарайся убрать его). Запомни свои ощущения. Удерживай картинку в неподвижном состоянии 20 секунд.

Затем посмотри на свечу этим же «застывшим» взглядом. Созерцай огонь некоторое время. Таким же взглядом созерцай некоторое время воздух.

Запомни состояние, которое возникает при таком взгляде. В процессе созерцания внутри тебя будет тишина. Именно так следует настраиваться перед каждым упражнением и работой с арканами Таро.

## Проработка арканов

А теперь начнем работать над каждым арканом. Итак, повторю некоторые правила. Нужно выбрать время, когда никто тебя не побеспокоит, выбрать удобное место (желательно работать каждый раз в одном и том же).

Начиная работу над арканом, сначала используй вышеописанный метод настроя на работу с Таро.

Каждый день работай над одной картой, максимум двумя.

Обязательно записывай, что получается, прямо в процессе упражнения.

### НЕКОТОРЫЕ

#### ПОЯСНЕНИЯ:

- **Образы в закрытом и открытом виде сильно отличались.**

Это означает, что мы испытываем отрицание этого аркана, срабатывает наш механизм защиты, мы отрицаем наличие этой проблемы в себе (рассматривая аркан, мы описывали его положительно, а когда мы работаем с ним, не видя его (рубашкой вверх), образы были неприятными), либо, напротив, преувеличиваем ее. Внутренне мы уже разрешили проблему, но сознанием до сих пор за нее цепляемся (видя аркан мы описываем его негативно, но при работе с арканом рубашкой вверх испытывали приятные ощущения).

- **Перевернув и увидев карту, начинаешь опираться на привычные ассоциации.**

То есть когда карта лежала рубашкой вверх, ты испытывал некие ощущения, приятные или неприятные. Но когда карта была открыта, ты увидел символы, которые вызвали у тебя привычные и шаблонные ассоциации. Ты начинаешь вытеснять первую реакцию, считаешь ее глупой и неверной. Но это не так. Это как раз сигнал о том, что у тебя существует разрыв между сознанием и подсознанием в понимании этого аркана. Нужно относиться с полным доверием к своим ощущениям и понимать, что какие бы они ни были, они прочно связаны с энергией той карты, с которой ты работаешь.



**Искажение изображений.**

Наш мозг устроен так, что неопределенный и неявный образ или ощущение он дорисовывает до наиболее знакомого и понятного для себя. Так, например, если мы видим человека с раскрытыми руками, то мы как бы уже видим последующие объятия. Если мы видим маленькие желтые крупинки, то мозг может предположить, что это, например, пшено. С этим же можно столкнуться при работе с арканом, когда при взгляде на аркан закрытый, рубашкой вверх мы получили неопределенный образ, например, в виде трех-четырех параллельных линий. Наш мозг может дорисовать это, как вилку. Причем так быстро, что мы можем не поймать этот момент. Но, раскрыв карту, можем увидеть, что на аркане изображены как раз параллельные линии. Поэтому образы нужно записывать их именно такими, как они появлялись, стараясь ничего не додумывать.

# День 1 \_\_\_\_\_

Перемешиваем 22 аркана. Не глядя вытаскиваем одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле (это может быть давление в какой-либо области, боль в груди или вдруг возникшая боль в желудке, тяжесть в ногах, покалывание в руках или приятные ощущения и т.д.). При этом не следует акцентироваться и анализировать, возникли ли эти ощущения только сейчас или вы просто не замечали их ранее. Это неважно. Важно, что именно после начала работы с Таро они были замечены.

Как только физическое ощущение появилось, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

Усиливай эти эмоции.

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---



---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---



---



---



---



---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---



---



---



---



---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

Опиши увиденное.

---

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---



---



---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---



---



---



---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---



---



---



---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---



---



---



---

Следующий день будет посвящен этой карте. Запиши свои наблюдения этого дня.

---



---



---



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**КОММЕНТАРИЙ**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# День 2 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт ту, с которой уже поработали, перемешиваем оставшиеся. Не глядя, по ощущениям, вытаскиваем одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотри на нее «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

Усиливай эти эмоции.

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---

---

---

---

---

---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---

---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---

---

---

---

---

---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---

---

---

---

---

---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какое первое впечатление от этой карты?

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---

---

---

---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---

---

---

---

---

---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---



---



---



---



---



---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---



---



---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# День 3

---

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся двадцать. Не глядя, вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---



При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---



---



---



---



---



---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---



---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---



---



---



---



---



---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---



---



---



---



---



---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---



---



---



---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---



---

Какое первое впечатление от этой карты?

---



---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---



---



---



---



---



---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---



---



---



---



---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---

---

---

---

---

---

---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---

---

---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# День 4 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся девятнадцать. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

Усиливай эти эмоции.

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---

---

---

---

---

---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---

---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---

---

---

---

---

---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---

---

---

---

---

---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---



---



---



---

Какие формы тебе видятся?

---



---



---



---

Опиши увиденное.

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какое первое впечатление от этой карты?

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---

---

---

---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---

---

---

---

---

---



Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---



---



---



---



---



---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---



---



---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# День 5 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся восемнадцать. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---



---



---



---



---



---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---



---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---



---



---



---



---



---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---



---



---



---



---



---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---



---



---



---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---



---

Какое первое впечатление от этой карты?

---



---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---



---



---



---



---



---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---



---



---



---



---



---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---

---

---

---

---

---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---

---

---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# День 6

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся семнадцать. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

---

Усиливай эти эмоции.

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---

---

---

---

---

---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---

---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---

---

---

---

---

---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---

---

---

---

---

---



Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какое первое впечатление от этой карты?

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---

---

---

---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---

---

---

---

---

---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---



---



---



---



---



---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---



---



---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# День 7 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся шестнадцать. Не глядя вытаскиваем одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---



---



---



---



---



---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---



---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---



---



---



---



---



---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---



---



---



---



---



---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---



---



---



---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---



---

Какое первое впечатление от этой карты?

---



---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---



---



---



---



---



---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---



---



---



---



---



---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---

---

---

---

---

---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---

---

---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся пятнадцать. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---

---

---

---

---

---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---

---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---

---

---

---

---

---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---

---

---

---

---

---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какое первое впечатление от этой карты?

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---

---

---

---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---

---

---

---

---

---



# День 9 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся четырнадцать. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---



---



---



---



---



---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---



---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---



---



---



---



---



---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---



---



---



---



---



---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---



Опиши увиденное.

---



---



---



---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---



---

Какое первое впечатление от этой карты?

---



---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---



---



---



---



---



---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---



---



---



---



---



---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---

---

---

---

---

---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---

---

---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# День 10 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся тринадцать. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

Усиливай эти эмоции.

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---

---

---

---

---

---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---

---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---

---

---

---

---

---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---

---

---

---

---

---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какое первое впечатление от этой карты?

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---

---

---

---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---

---

---

---

---

---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---



---



---



---



---



---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---



---



---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# День 11 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся двенадцать. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

---



При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---



---



---



---



---



---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---



---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---



---



---



---



---



---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---



---



---



---



---



---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---



---



---



---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---



---

Какое первое впечатление от этой карты?

---



---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---



---



---



---



---



---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---



---



---



---



---



---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---

---

---

---

---

---

---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---

---

---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# День 12 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся одиннадцать. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

---

Усиливай эти эмоции.

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---

---

---

---

---

---

---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---

---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---

---

---

---

---

---

---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---

---

---

---

---

---

---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какое первое впечатление от этой карты?

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---

---

---

---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---

---

---

---

---

---



Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---



---



---



---



---



---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---



---



---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# День 13 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся десять. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---



---



---



---



---



---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---



---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---



---



---



---



---



---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---



---



---



---



---



---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---



---



---



---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---



---

Какое первое впечатление от этой карты?

---



---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---



---



---



---



---



---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---



---



---



---



---



---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---

---

---

---

---

---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---

---

---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# День 14 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся девять. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

---

Усиливай эти эмоции.

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---

---

---

---

---

---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---

---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---

---

---

---

---

---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---

---

---

---

---

---



Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---



---



---



---

Какие формы тебе видятся?

---



---



---



---

Опиши увиденное.

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какое первое впечатление от этой карты?

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---

---

---

---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---

---

---

---

---

---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---



---



---



---



---



---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---



---



---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# День 15

---

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся восемь. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

---

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---



---



---



---



---



---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---



---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---



---



---



---



---



---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---



---



---



---



---



---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---



---



---



---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---



---

Какое первое впечатление от этой карты?

---



---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---



---



---



---



---



---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---



---



---



---



---



---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---

---

---

---

---

---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---

---

---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



# День 16 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся семь. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

Усиливай эти эмоции.

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---

---

---

---

---

---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---

---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---

---

---

---

---

---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---

---

---

---

---

---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какое первое впечатление от этой карты?

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---

---

---

---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---

---

---

---

---

---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---



---



---



---



---



---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---



---



---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# День 17 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся шесть. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---



---



---



---



---



---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---



---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---



---



---



---



---



---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---



---



---



---



---



---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---



Опиши увиденное.

---



---



---



---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---



---

Какое первое впечатление от этой карты?

---



---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---



---



---



---



---



---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---



---



---



---



---



---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---

---

---

---

---

---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---

---

---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# День 18 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которыми уже поработали, перемешиваем оставшиеся пять. Не глядя вытаскиваем из колоды одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---

---

---

---

---

---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---

---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---

---

---

---

---

---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---

---

---

---

---

---



Опиши увиденное.

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какое первое впечатление от этой карты?

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---

---

---

---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---

---

---

---

---

---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---



---



---



---



---



---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---



---



---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# День 19 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которой уже поработали, перемешиваем оставшиеся четыре. Не глядя вытаскиваем одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---



При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---



---



---



---



---



---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---



---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---



---



---



---



---



---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---



---



---



---



---



---

Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---



---



---



---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---



---

Какое первое впечатление от этой карты?

---



---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---



---



---



---



---



---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---



---



---



---



---



---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---

---

---

---

---

---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---

---

---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# День 20 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которой уже поработали, перемешиваем оставшиеся три. Не глядя вытаскиваем одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

Усиливай эти эмоции.

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---

---

---

---

---

---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---

---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---

---

---

---

---

---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---

---

---

---

---

---



Опиши увиденное.

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какое первое впечатление от этой карты?

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---

---

---

---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---

---

---

---

---

---



Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---



---



---



---



---



---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---



---



---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# День 21 \_\_\_\_\_

Убираем из 22 карт те, с которой уже поработали, перемешиваем оставшиеся две. Не глядя берем одну карту и кладем перед собой рубашкой вверх.

Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---



---



---



---



---



---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---



---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---



---



---



---



---



---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---



---



---



---



---



---



Опиши увиденное.

---



---



---



---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---



---

Какое первое впечатление от этой карты?

---



---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---



---



---



---



---



---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---



---



---



---



---



---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---

---

---

---

---

---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---

---

---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Берем последнюю карту и кладем перед собой рубашкой вверх. Смотрим «застывшим» взглядом, пока не появятся ощущения в теле.

Как только физическое ощущение было замечено, можно закрыть глаза. Усиливай ощущения в теле. Открыв глаза, запиши результаты.



Опиши физические ощущения подробно (в какой части тела, приятные или неприятные и т.д.).

---

---

---

---

---

---

---

Закрой глаза. Продолжай усиливать ощущения. При каком эмоциональном состоянии возникают такие ощущения? Опиши подробно эмоциональное состояние.

---

---

---

---

---

---

---

Усиливай эти эмоции.

При каких событиях в своей жизни ты испытывал эти ощущения? Опиши подробно, с чем в твоей жизни ассоциируются эти эмоции.

---

---

---

---

---

---

С каким человеком в твоей жизни ассоциируются эти ощущения?

---

---

Усиливай ощущение от человека. Опиши его.

---

---

---

---

---

---

Что за чувства, ситуации, связанные с этим человеком, приходят на ум?

---

---

---

---

---

---



Отпусти на волю воображение. Какие картинки приходят в голову? Удели этому процессу минут 5, после чего, открыв глаза, запиши подробно увиденное.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

А теперь вновь смотри на карту «застывшим» взглядом. Представь, что она становится все более прозрачной и ты начинаешь видеть то, что на ней изображено.

Какие цвета ты видишь?

---

---

---

---

---

Какие формы тебе видятся?

---

---

---

---

---

Опиши увиденное.

---

---

---

---

А теперь переверни карту и запиши ее название.

---

---

Какое первое впечатление от этой карты?

---

---

Какие ощущения в тебе вызывает карта, когда ты на нее смотришь?

---

---

---

---

---

---

Разгляди внимательно символы, которые на ней изображены. Распиши подробно, что означает каждый символ для тебя.

---

---

---

---

---

---

Что изменилось в твоих ощущениях от нее, что отличается — совпадает с тем, что ты видел, когда еще не знал, что это за карта?

---



---



---



---



---



---

Как ты думаешь, почему эта карта вызвала изначально в тебе те ощущения?

---



---



---

Следующий день будет посвящен этой карте.  
Запиши свои наблюдения этого дня.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

# Значения арканов

Теперь можно перейти к значениям арканов (более подробно они описаны в моей книге «Практическая нумерология. Тайны символов и чисел»).

Перечитывая свои записи, проанализируй, почему тот или иной аркан вызвал именно такую реакцию. Те образы, люди, отношения, ситуации, которые вспомнились при работе с арканом, те эмоции и ощущения, которые он вызвал, — неслучайны. Они могут показать, что в твоей жизни не допрожито, засело внутри, требует внимания, забирает энергию...

Так, можно определить «проблемные» арканы и, работая над ними в своей жизни, совершенствовать ее.

Например, аркан «Влюбленные» вызвал ощущения неприятные и болезненные, что может говорить о проблемах в личной жизни и неразрешенных вопросах, которым следует уделить внимание.

Или, например, аркан Смерть может вызвать притяжение и удовлетворение, что также может говорить о некой потребности завершить один период жизни и начать другой.

## Аркан 0. Шут

*Вся наша жизнь — игра.*

### Общее значение

Шут — это все, что угодно — способность быть любимым и свободой.

Жизнь как она есть. Игра... со всеми ее положительными и отрицательными сторонами, которые сменяют друг друга, нередко оказываясь собственными противоположностями.

Шут отправляет нас в путешествие жизни, заводя в самые разные ситуации, как Трикстер. Порой мы и сами не знаем, почему оказались в той или иной истории главным действующим лицом. Но приходится с ней справляться и осознавать хотя бы постфактум.

Шут — как внутренний ребенок, маленький играющий Бог: непосредственность, легкость, удивление, интерес к жизни, радость. Он увлекает за собой в разные события. Порой энергии Шута нам очень не хватает, если мы начинаем относиться ко всему слишком серьезно, или, напротив, детство захватывает нас полностью, приводя к последствиям, которые приходится долго расхлебывать, так как мы, увлеченные своим внутренним ребенком, пускаемся

во что-то, что приносит потом вполне взрослые проблемы. Куда шагнем — туда и попадем.

Шут может привести, завлечь нас куда угодно. Он не привязан к какой-то определенной установке, идее, образу, сценарию. Он может меняться, стать любим, каким только пожелает. И мы под его влиянием также чувствуем себя способными быть разными, какими только пожелаем.

Эта энергия может погрузить нас в неопределенность и хаос, может подтолкнуть к переменам, может своей легкомысленностью погубить все наши старания, а может вдохнуть жизнь и легкость.

## Испытания и дары Шута

Соприкасаясь с энергиями этого аркана, мы раскрываем свой творческий потенциал. Какие реакции в тебе это вызывает?

Если они приятные, то, возможно, у тебя достаточно хороший контакт со своим внутренним ребенком. Способность восхищаться и удивляться окружающему миру. С какими людьми, образами, ситуациями ассоциировался у тебя этот аркан при работе? Возможно, именно то, что показало тебе подсознание, связано у тебя с энергиями Шута.

Например, при созерцании карты в закрытом положении в твоём воображении возникали образы путешествия, дороги. Значит, твоя энергия Шута связана с путешествиями, и, путешествуя, ты можешь наполнять себя этой энергией.

Если аркан Шут вызывает неприятные чувства — стоит подумать над причинами такой реакции.

Отрицательные ощущения от аркана могут говорить о боязни спонтанности, нежелании рисковать, страхе неопределенности и т.д. Какие ситуации привели к этим внутренним препятствиям перед энергиями Шута?

Например, при созерцании карты в закрытом положении тебе захотелось плакать, вспомнилась какая-то грустная история. Возможно, твоя детская энергия заблокирована этой ситуацией и твой ребенок оказался заперт в этом моменте твоей жизни.

Что привносит в твою жизнь несвободу? Может быть, это человек, материальные вещи, отношения, деньги, болезнь, ограничивающая тебя во всем работа или зависимости — алкогольная, наркотическая. А может, свободы в твоей жизни стало так много, что она управляет тобой?

Может быть, ты избегаешь ответственности, отовсюду бежишь и при намеке, что тебя ограничат, боишься взрослеть, избегаешь серьезных отношений, не умеешь планировать и управлять своей жизнью, финансами?.. И энергия Шута захватила тебя, не давая развернуться другим арканам?

На самом деле несвобода и излишняя свобода существуют параллельно.

Кто-то застревает на этом аркане, оставаясь вечным ребенком-мечтателем, не желая брать ответственность за свою жизнь, и беспечность приводит к проблемам... А кто-то боится его в себе, всячески избегая любой неопределенности и свободы. Но оба варианта есть две стороны медали одного и того же.

Полностью освобождая себя в одном, возможно, ты сильно ограничиваешь себя в другом. Или, освобождая себя, причиняешь боль другому.

Найти ту свободу, которая истинна, внутреннюю свободу — это урок аркана Шут. Когда мы внутренне свободны, нам не требуется доказывать себе это, нарушая все запреты. Мы способны находиться и в рамках, если это необходимо, продолжая быть свободными внутренне. Или освобождаться от чего-то ненужного, хотя решиться на это бывает непросто.

### Упражнение

Закрой глаза. Представь Шута в том образе, который тебе придет в голову. Вступи с ним в контакт, поздоровайся. Задавай ему любые вопросы, какие придут в голову: куда он зовет тебя? Как он к тебе относится? Есть ли у вас конфликт, и если да, то почему? Попробуй пойти за ним. Куда он поведет тебя? Попроси у него что-нибудь тебе дать. Например, он может дать тебе некий предмет из твоей реальной жизни или показать жест или тайный знак и сказать, что теперь это будет вас связывать.

После такого упражнения каждый раз, когда ты захочешь наполнить себя энергиями Шута, этот предмет может помогать тебе, если даже просто брать его в руки.

### Упражнение «Контакт с Шутом»

Закрой глаза. Вообрази себя в одежде шута. И представь, что ты в этом образе можешь делать в своей жизни все, что хочешь. Что ты хотел бы изменить? Как бы ты себя вел, если бы ничего тебя не ограничивало? Такое упражнение может показать твои истинные желания.

### По дате рождения/Личность

**Аркан основы личности:** энергия Шута — наш внутренний ребенок, стремящийся познавать неизведанное. Все условности для него — не более чем правила игры, и они имеют ничуть не большее значение, ведь их можно сменить по собственному желанию. Энергии этого аркана позволяют нам сохранить свое детское божественное видение мира и спонтанность, творческий полет и готовность к

рisku. Обратная сторона этого аркана — легкомысленность, безответственность. Чтобы потенциал Шута был реализован, необходимо уметь делать выбор и пускать всю энергию туда, в этом выбранном направлении. И это уже аркан Маг.

Как Шут, ты можешь отражать людей, позволять им чувствовать себя свободными, такими, какие они есть. И в этом для них может быть особая твоя ценность, ведь одна из твоих особенностей — способность принимать людей такими, какие они есть.

**Аркан отработки:** Шут может всячески испытывать тебя, превращая жизнь в череду непредсказуемых событий, заводя в лабиринт неожиданных поворотов с приятными и неприятными сюрпризами. Он учит пребывать в неопределенности, находить нестандартные решения, относиться к жизни проще, не придавая каждому ее повороту повышенную значимость. А чтобы этому научиться, нужно пережить его уроки. Пока к неожиданным событиям, которые «организовал» тебе Шут, ты относишься с опаской и боишься, что потеряешь контроль над своей жизнью, пока ты не научился относиться к жизни играючи, подобные испытания могут приходиться к тебе раз за разом, пытаясь заставить тебя сбавить столь серьезное к жизненным передрягам отношение.

**Аркан таланта:** если же Шут — аркан твоего таланта, то можно отнести к его энергиям как поддерживающим тебя в жизненном пути. Это и творческие способности, и способность быть разным, любовь к приключениям, креативность и развитое воображение. Эти энергии ты можешь приносить и в жизнь окружающих людей.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** Шут в качестве основы отношений придает партнерам легкость и непредсказуемость при взаимодействии друг с другом. Возможно, вы встретились для того, чтобы сделать жизнь друг друга интереснее, свободнее. Шут может заводить в самые разные ситуации, исход которых каждый раз — загадка. И это создает в этих отношениях ощущение игры, приключений.

**Аркан отработки отношений:** Шут будет испытывать ваши отношения тем же — всей неопределенностью, легкомысленностью, которые ему свойственны. Такие отношения могут быть непредсказуемыми, непонятными, неопределенными. Партнерам нужно учиться воспринимать друг друга такими, какие они есть.

**Аркан таланта отношений:** если вы справитесь с арканом отработки отношений, то Шут одарит партнеров всей своей многовариативностью — вы сможете раскрыть в себе самые разные качества, стать более творчески свободными, превратить ваши отношения в интересное путешествие, при котором можно испытать все, что только пожелаешь.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает свои ощущения: «Я чувствую желание идти. Шагать по дороге. Я будто что-то держу в руках. Несу с собой. Свобода. Легкость. Интерес. Хорошие ощущения...»

Мы можем сказать, что энергия Шута хорошо знакома ученику, связана для него с путешествиями. Он ощущает жизнь, как путь. Для того чтобы получить энергию аркана, вероятно, он путешествует часто и ему это нравится. Он доверяет жизни и идет по ней свободно.

Анализируя, как проходил процесс настроя на этот аркан, можно сделать вывод, что с Шутом у ученика связаны в основном приятные ощущения. Это говорит о том, что он принимает в себе эти энергии.

## Анализ ощущений от аркана

Перечитай свои записи, сделанные при работе с арканом Шута. Какое ощущение от аркана преобладало? Как ты думаешь — почему?

Ответь себе на эти вопросы, чтобы понять, насколько гармонично энергия этого аркана присутствует в твоей жизни.

Что неприятное связывает тебя с этим арканом?

Что тебя ограничивает?

Как можно это изменить?

Что ты должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что позволяет тебе быть в контакте с арканом Шута? Какие увлечения, люди, предметы у тебя с ним ассоциируются и могут помочь тебе активировать энергии Шута при их нехватке?

Свободно ли ты себя чувствуешь в потоке своей жизни? Достаточно ли в твоей жизни творчества?

Что тебе нужно привнести в свою жизнь, а от чего отказаться?

Получаешь ли ты удовольствие от жизни?

А может быть, свободы и творчества в твоей жизни слишком много и любое ограничение вызывает неприятные чувства? Каких правил ты избегаешь? Почему?

## Работа над арканом

Работа над этим арканом в себе требует баланса свободного потока жизни, приключений, легкости и в то же время определенности, ответственности.

Жизнь — это площадка для игры. Отношение к жизни как к чему-то очень и очень серьезному равноценно потере вкуса к ней.



Относись к своей жизни как режиссер-сценарист, придумай, какие события тебе хотелось бы видеть в своем фильме/жизни. Может быть, романтическую историю? Или героический подвиг? Выбери любую роль, любой сценарий и поиграй в него в своей жизни.

Учись смеяться над собой. Если ты обретишь энергию аркана Шут, тебе станут подвластны любые перемены и достижения. Не бойся перемен, рискуй, проявляй во всем спонтанность и творческий подход! Действуй! Не бойся реакций других людей и трудностей, будь свободен в своих проявлениях, будь любим, разным, каким только пожелаешь! Иди по дороге жизни смело — ты пройдешь там, где другие не решатся даже заглянуть за порог. Не упускай возможности отправиться в неизведанное!

## Переход от аркана 0 к аркану 1

Шут ни к чему не привязан, для него все дороги открыты и возможны любые варианты. Но наступает момент, когда нужны определенность цели и направленность воли.

# Аркан 1. Маг

*Я знаю, что я хочу.*

Маг — это способность управлять своей жизнью. Внутренняя целостность. Инициативность, воля, способность действовать и добиваться своего.

Все многообразие встречающихся нам людей или событий — лишь разные ипостаси проявления нашего внутреннего мира. Мы сами создаем мир вокруг себя в соответствии со своими внутренними установками и картиной мира. Можно сказать, каждый из нас живет в своем мире, видя его сквозь фильтр своего сознания и действуя в нем, ограничиваясь собственными же рамками.

И каждый из нас — творец своего мира. Кому-то создание желаемого для себя удастся лучше, кому-то хуже и мешают собственные недоработки. Но каждый содержит эту энергию — Мага — как частицу этой силы творца в себе.

Что бы ни происходило в жизни, в тебе есть главная сила, которая никогда тебя не оставит, и даже в самой сложной ситуации ты можешь обнаружить в себе силу Мага, способного все изменить, творить свою жизнь, какой ты хочешь ее видеть.

В гармонии с этим арканом человек чувствует себя достаточно сильным, чтобы принимать самостоятельные решения, считает, что может управлять собой и своей жизнью.

Представим, что в нас есть 4 стихии, 4 инструмента:

- ♦ эмоции (вода);
- ♦ информация (воздух);
- ♦ материальное, дом (земля);
- ♦ сила, социальное, карьера (огонь).

Каждая стихия должна занимать свое место и проявляться в соответствующей ей сфере. Огонь — в бизнесе и карьере, потому что в этих сферах мы должны быть достаточно активны, способны к конкуренции.

Воздух — в информации, образовании, потому что наш ум должен быть достаточно гибок и динамичен.

Вода — в отношениях, потому что чувства к другому человеку, как вода, текучи и обволакивают, способны нас окутать, наполнять и этого человека и наполняться им.

Земля — в финансах и доме, потому что в этих сферах важны стабильность и основательность.

Но кроме основной своей сферы стихия может при необходимости применяться и в сферах, непосредственно с ней не связанных. Но если мы путаемся в стихиях, неумело ими управляем, то они гасят одна другую.

Так, например, если мы занимаемся бизнесом (стихия огня) эмоционально и чувственно (стихия воды), то погрязаем в сплошных переживаниях в отношении тех вопросов, к которым эмоционально относиться не стоит. Обижаемся на начальника, переживаем из-за действий конкурента и тому подобное.

Дело требует огня, упорства, активности, но не воды, которая может потушить огонь, и тогда весь запал исчезнет.

Так же, в личной жизни — для нее нам требуются чувства, стихия воды. Но если мы в отношениях опираемся на огонь, то стремимся захватить партнера, добиваемся его всеми мыслимыми и немыслимыми способами. И тогда эти отношения становятся похожими не на любовь, а на поле битвы.

Огонь должен быть направлен на работу, связи, дела, а вода — на чувства и отношения с близкими людьми и всем, что мы любим.

Что касается земли, она должна обеспечивать нам стабильность и защищенность существования. А значит, нам следует позаботиться о наличии места проживания, денег на еду, тепло и т.д.

Стихия же воздуха связана с интеллектом. Интеллект позволяет нам разрешать сложные проблемы, конфликтные ситуации.

Если же наш интеллект слишком ограничивается стихией земли, мы мыслим шаблонно, не давая свободы своим мыслям.

И наоборот, если в наших материальных делах слишком много воздуха — мечтаний, мыслей, идей, то никакой стабильности построить и удержать не удастся.

Важно, чтобы все стихии выполняли свои функции, не мешая друг другу. И умение ими управлять, расставлять их так, как это требуется, при необходимости меняя, сочетая, — искусство Мага.

Если при работе с арканом Маг возникли приятные ощущения, воодушевление, энергетический подъем, это говорит о гармоничных отношениях с арканом, способности влиять на события.

Если же карта вызвала неприятные ощущения, сопротивление, то, возможно, все выходит из-под контроля. Излишнее самомнение или недостаток воли могут создавать в жизни препятствия. С какими образами, людьми, ситуациями связано это у тебя? Непроработанный Маг — это задержка, путаница, нерешительность, эгоизм. Может, ты слишком много на себя берешь — амбиции порой играют противоположную роль в нашей жизни и подталкивают к вечной борьбе с пространством, чтобы доказывать себе и другим свое превосходство, не позволяя уступать, и от этого чувствуешь себя непризнанным и непринятым. Другая, противоположная предыдущей, сложность, которая может присутствовать в твоей жизни, — это ведомость, избегание действий, и тогда твои амбиции могут быть глубоко запрятаны и ты никак не можешь начать жить своей жизнью.

Где баланс и равенство — как выстраивать свою жизнь и управлять ею, но при этом не пытаться управлять всем вокруг? Как быть признанным, но не испытывать в этом потребности и не быть зависимым от общественного мнения? Эти и прочие подобные вопросы ставит перед нами аркан Маг.

### Упражнение «Контакт с Магом»

Закрой глаза. Увидь своего внутреннего Мага. Он знает, как сделать то, что ты хочешь. Спроси его — «как?». Задавай ему интересные тебя вопросы, выслушай, что необходимо сделать. Может быть, он подскажет тебе какие-то конкретные действия, а может быть, предложит совершить ритуал, и ты его проделаешь в своем воображении. Доверься ему. А потом сам стань Магом, увидь свой образ стоящим перед собой. Ощути в себе силу Мага и объясни себе, что и как необходимо сделать еще раз. Придай себе уверенности. Так ты обрешь своего внутреннего Мага, который обладает волшебными способностями совершать чудесные перемены.

### По дате рождения/Личность

**Аркан основы личности:** ты несешь энергии Мага в мир, а значит, способен сам кроить жизнь по своим сценариям и помогать другим быть увереннее в себе. Ты обладаешь достаточной силой, целеустремленностью, способностью достичь многого — главное, чтобы ты направлял на это достаточно энергии и действительно этого

хотел. При этом аркан остерегает тебя — не возгордись этим и не считай себя всемогущим.

**Аркан отработки:** Маг говорит о том, что в твоей жизни будут происходить события, проверяющие тебя на способность отстаивать свое, быть ведущим, а не ведомым. Через разные жизненные обстоятельства Маг будет учить тебя проявлять свои желания, инициативу, брать управление жизнью в свои руки. Но также это и испытания, в которых ты можешь начать лезть на рожон и излишне стремиться к лидерству, а это чревато «незачетом» отработки испытаний Мага.

**Аркан таланта:** Маг обещает при преодолении испытаний аркана отработки раскрыть тебе все прелести осознанного управления своей жизнью, целеустремленности, внутренней собранности и умения концентрироваться, направляя всю свою энергию в нужное русло. Управление всеми сферами жизни, правильная расстановка приоритетов, сила желания, способная творить чудеса, — все это дары аркана Маг.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** Маг приучает обоих партнеров совместно строить желаемое, при контакте друг с другом им может проще удаваться реализация задуманного. Но остерегает от попыток соперничать с партнером в том, кто из вас лучше, кто лидер.

**Аркан отработки отношений:** если это аркан отработки, то ваши отношения могут испытываться ситуациями, где вам с партнером будет сложно договориться, каждый будет тянуть одеяло на себя. Каждый будет пытаться создать из другого то, что удобно ему, и этим вы также можете испытываться. Придется учиться не строить в этих отношениях из себя жертву или не превращаться в тирана, который «знает, как лучше».

**Аркан таланта отношений:** ваше взаимодействие с партнером может наполнять вас уверенностью. Вы можете помогать друг другу в обретении целостности, наращивании внутренней силы, реализации задуманного.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученица описывает ощущения: «Чувство тяжести в голове. Давит виски, тяжесть в области лба. Как будто кровь приливает к голове, боль вплоть до мигрени. Очень сильная концентрация в голове. Чувствую, что все мои силы направлены на эту концентрацию. И я от этого уже устала. Ощущение неприятное. Хочется расслабиться. Похоже на ситуацию, когда много думаешь, сильно сконцентрирован. А хотелось бы легкости, полегче чтобы было. Для меня это привычное состояние, я от этой сверхконцентрации уже устала».

Когда повернула карту и увидела, что на ней изображен Маг, — вздохнула: это привычное состояние, приходится много работать, много концентрироваться».

В данном случае мы можем сказать, что человек привык находиться в состоянии постоянной сверхконцентрации Мага, он управляет своей силой, направляет энергию, но, похоже, этой энергии даже слишком много в его жизни. В данном случае разумно просто отдохнуть от Мага.

### Анализ ощущений от аркана

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Управляю ли я своей жизнью или действую необдуманно?

Понимаю ли причинно-следственную связь своих поступков, способен ли добиваться целей — краткосрочных и долгосрочных?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### Работа над арканом

Учиться взаимодействовать, не заикливаться на своей уникальности, уметь уступать, не жалея об этом, а ценя.

Действовать, концентрируясь на желаемом.

Ставить себе цели, двигаться к ним.

Мыслить шире, гармонично задействуя стихии.

Не тратьте попусту слова там, где нужно действовать решительно.

Не быть пассивным, доверять себе.

### Переход от аркана 1 к аркану 2

Энергия аркана Маг дает нам силы и мощь для реализации желаемого. Но, начиная действовать, эта энергия входит во взаимодействие с другими. И это взаимодействие — аркан 2, Жрица.

## Аркан 2. Жрица

*Все, что ты видишь вокруг, есть твои отражения.*

Все виды взаимодействий связаны с арканом Жрица.

Нечто целое воспринимается нашим сознанием как пара противоположностей. Хотя они половинки единого и зеркальные отражения друг друга.

Мы все отражаемся друг в друге, пребывая в иллюзорном представлении, что окружающие нас люди и их поведение не зависят от наших собственных импульсов и реакций на них. Понимание этой взаимосвязанности всего существующего — это «тайное знание», которое можно символизировать образом Жрицы, сидящей между двух колонн.

Энергия этого аркана связана с эзотерикой, с тонкой чувствительностью, мудростью, кармой, судьбой.

Жрица дает нам понимание двойственного смысла любых качеств, ситуаций, смыслов и учит понимать обе стороны единого целого. Черное и белое, как две стороны любого человека, любой ситуации...

Небесная мать, учащая нас, что все в мире зеркально. Она встречает нас с нашими отражениями, раз за разом показывая, что пока мы не изменимся сами, не изменится то, с чем мы будем сталкиваться в своей жизни.

Приятные ощущения, притяжение к аркану, улучшение состояния при настрое и медитации на аркан говорят о том, что у тебя хорошая чувствительность, способность к эмпатии. Какие образы приходили в процессе работы с арканом? Подсознание может подсказать тебе те ситуации, тех людей, которые связаны с получением уроков по этому аркану.

Если карта вызвала неприятные ощущения, то, возможно, что-то ты не способен принять в себе, а следовательно, и в других людях, не можешь проявлять сочувствие, эмпатию. Возможна крайняя проявленность какого-то личностного качества, что создает конфликты с окружающим миром, отсутствие взаимопонимания с окружающими. Если при работе с этим арканом ощущения были особенно неприятные, это может означать неприятие судьбы, слепоту в отношении вопросов кармы, непонимание причинно-следственных связей. А значит, невозможность найти истину.

### Упражнение «Контакт со Жрицей»

Закрой глаза. Представь свою внутреннюю Жрицу. Вступи с ней во взаимодействие. Услышь ее предсказания, ответы на интересующие тебя вопросы. А потом представь, что ты сам стал Жрицей, увидь себя со стороны, задающего вопросы и ответ себе. Эта практика поможет тебе усилить контакт со своей интуицией.

### По дате рождения/Личность

**Аркан основы личности:** Жрица дарует эмпатию, чувствительность, умение понимать людей, их чувства, эмпатию, чувствительность. Ты можешь понимать то, что многим недоступно, так как они могут мыслить однобоко. Развивай в себе понимание скрытых смыслов конфликтов, которые могут происходить в тебе и в дру-

гих людях. Можно сказать, одна из твоих функций — показывать окружающим двойственность всего существующего. Например, если кто-то убежден, что прав, а второй — виноват, то это не так. Каждый из них в чем-то прав, а в чем-то виноват. И тогда одна из задач Жрицы — объяснение скрытых смыслов и причин их конфликта. Почувствуй их обоих и помоги им понять друг друга. Но также энергия Жрицы в основе личности может вызывать излишнюю ранимость, потребность в эмоциональном одобрении окружающих и зависимость от их мнения.

**Аркан отработки:** Жрица может отправлять испытания, в которых раз за разом ты будешь сталкиваться со своими зеркалами, реакциями, которые учат тебя понимать взаимоотношения противоположностей. Пока ты будешь упорно видеть лишь одну сторону медали, схожие конфликты и схожие ситуации могут повторяться раз за разом. И работа над арканом — это понять, что ты принимаешь в себе, из-за чего не можешь принять другого человека или ситуацию.

**Аркан таланта.** Жрица может говорить о том, что пройдя испытания своего аркана отработки, ты можешь раскрыть в себе особые интуитивные способности, чувствовать и понимать людей, заниматься взаимоотношениями, помогать в этом другим.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** Жрица в основе отношений говорит о том, что вы можете тонко чувствовать друг друга. Нужно беречь и ценить это. Как партнеры вы можете многое раскрыть друг в друге. При конфликтах отвечай себе на вопрос, что партнер отразил в тебе, на какое твое качество таким образом был вынужден среагировать.

**Аркан отработки отношений:** Жрица учит и испытывает во взаимоотношениях, ставя тебя и твоего партнера в ситуации, где вы вынуждены находиться на противоположных позициях. Наша судьба — прохождение сквозь череду внешних и внутренних конфликтов, которые мы бесконечно разрешаем, совершенствуясь или сдаваясь на этом пути. Конфликт по своей сути — это противоречие, с которым мы сталкиваемся внутри или вне себя: любит он меня или ненавидит? Хорошо это или плохо? Конфликт, или противоречие, подталкивает нас к поиску решений и центра, золотой середины.

**Аркан таланта отношений:** Жрица, если вы прошли испытания, дарует вам особое взаимопонимание, душевность в ваших отношениях, хотя в таких отношениях часто оба очень ранимы. Вы отражаете друг друга, тонко чувствуете и можете помочь друг другу в лучшем понимании себя.



## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Ощущение, словно тянет от плеч к голове, вверх. Как будто оба плеча тянутся к макушке. Приятные ощущения. Я на своем месте. Темное небо и звезды, в руках шар. Чувствую себя знающей, сильной. Вижу пуму — сильную, хищную, но играющую с мячиком, шаром. Я чувствую свою силу, но как будто просто играю. С чем это связано в моей жизни? С музыкой. С работой. С мамой. Образы? Раскрывающаяся ветка, кустик с почками, меч, Жанна д'Арк...»

Перевернув карту, ученик рассматривает детали, не испытывая сопротивления. То, что он видит, довольно ожидаемо для него. Мы видим, что энергия аркана ощущается достаточно сильно и принимается. Два плеча — как две противоположности, тянутся к центру — макушке. Возможно, ученик еще только играет со своей силой (пума), но чувствует в себе большую мощь, которую при необходимости может реализовывать.

## Анализ ощущений от аркана

С какими людьми я чувствую родство, а с какими мы полные противоположности?

На какое поведение я провоцирую других людей? Какие импульсы им подаю своим поведением?

Как я отношусь к окружающим?

Какие качества в других людях мне сложнее всего принять и почему?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что приятное или неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

## Работа над арканом

Учитывать чувства окружающих людей.

Научиться видеть противоположности, знать о них.

Не бояться смотреть правде в глаза.

Выходить из зоны комфорта.

Не избегать конфликтов, а уметь их решать.

## Переход от аркана 2 к аркану 3

Жрица видит противоположности. И теперь можно соединить их в новой идее. Это акт творчества, изобретения нового.



## Аркан 3. Императрица

*Создавай мислереформы — и они воплотятся.*

Императрица, число 3, снимает противоречия и создает новое воссоединение двойственного состояния бытия. Энергии этого аркана связаны с мышлением, изобретательностью, способностью к компромиссам, а также с земной матерью, материнскими энергиями.

Это мягкое женское управление — умение находить компромисс в конфликтах, изобретать новое, чтобы разрешить былое противоречие. Придумать то, что может удовлетворить обе стороны какого-либо конфликта.

Если ощущения при работе с этим арканом были приятные, то какими именно они были? Вероятно, это те образы, ассоциации, которые связаны в твоём подсознании с женскими энергиями, и именно там хранится твой ключ к творчеству, к идеям и открытиям. Изучая свои ощущения во время работы с арканом, ты можешь увеличить к ним доступ.

Плодотворность, умение мягко управлять. Хорошая связь с мамой, с женским началом в целом. Умение заботиться, Продумывать планы, схемы. Контакт с внутренней женщиной, умение быть женственной, мудрой, но строгой, любящей, умеющей держать границы — для женщин, а для мужчин — принятие женственности, любовь к женскому началу, близкий контакт с мамой либо тяга к этим ощущениям.

Если при просмотре этой карты возникали неприятные ощущения, то, возможно, присутствует неприятие матери, осознанное либо нет, неприятие женственности или, наоборот, поглощенность ею настолько, что она душит.

Неумение справляться с энергиями Императрицы может приводить к апатии, невозможности компромиссов, зависимости от любви. Для мужчин — это излишняя подавленность женским началом, пассивность, женственность, зависимость от женщин, погрязание в чувствах, нет мужественности, страх перед женщинами или сопротивление женскому началу. Плохой контакт с матерью, избегание чувств. У женщин — это искаженная женственность, болезненное отношение к себе как к женщине, стремление все брать на себя, быть мужественнее, забывать построить семью, сосредоточившись на карьере, либо вести себя в личной жизни по-мужски.

### Упражнение «Контакт с Императрицей»

Закрой глаза. Увидь свою внутреннюю Императрицу. Спроси у нее о своих внутренних и внешних конфликтах. Спроси, как разрешить их. Попроси совета и поддержки. Спроси, чем тебе лучше за-

ниматься, в чем твой талант. Выслушай ее, а потом сам ощути себя Императрицей, сидящей среди цветов и растений, увидь со стороны свой образ стоящим перед Императрицей. Дай себе советы.

## По дате рождения/Личность

**Аркан основы личности:** Императрица дарует умение мягко управлять, разрешать конфликты, находить аргументы в защиту разных точек зрения, проявлять зрелость в рассуждениях, заботе, чувствах. В то же время негативная сторона аркана может выражаться в том, что в чем-то не будет хватать жесткости — то есть слишком ярко выраженная мягкость и компромиссность или, напротив, жесткость как страх быть слишком мягким. Все это — признаки сложностей во взаимоотношениях со своей внутренней женщиной, корень же этого — в отношениях с матерью.

**Аркан отработки:** в качестве аркана отработки Императрица отправляет испытания, в которых приходится искать выход, на первый взгляд, из безвыходной ситуации, при этом не ожесточаясь, не впадая в принципиальность, но проявляя изобретательность. А также могут быть сложности в проявлении себя как женщины — у женщин или при контакте с женщинами — у мужчин. Императрица будет отправлять испытания в виде конфликтов с женщинами, с которыми нужно учиться находить компромиссы, а также проявлять свои женские качества и гибкости.

**Аркан таланта:** Императрица может даровать для женщины реализованность, новые идеи, открытия, для мужчины — контакт со своей внутренней женщиной и, как следствие, гармонию в отношениях с женщинами в целом. В то же время необходимо помнить, что аркан таланта может поначалу казаться проблемной зоной, но если принять в себе энергии Императрицы, он будет основной силой.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** Императрица в основе отношений говорит о большой роли женской энергии в этих отношениях. Взаимодействуя с партнером, вы оба учитесь проявлять заботу, находить компромиссы, новые идеи, строить планы, которые удовлетворят обоих, наполнять друг друга уверенностью и поддержкой.

**Аркан отработки отношений:** Императрица может отправлять испытания, в которых нужно понять, как совместить управление и семью, жесткость и мягкость, контроль и любовь. Возможно, женские качества в этих отношениях будут проявляться искаженно, женщина может не приниматься мужчиной, испытывать давление либо кто-то в паре будет стремиться слишком доминировать. Помните, что вы оба равны, принимайте друг друга, ищите точки соприкосновения, не пытайтесь подавить.

**Аркан таланта отношений:** раскрывает в вас обоих умение принимать друг друга, проявлять заботу, наполнять свою жизнь энергиями открытий, понимания и заботы. При таком взаимодействии вам может приходиться много новых идей, желание творить, проявлять заботу.

### Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик начинает описывать свои ощущения: «Я чувствую давление на глаза, ощущение песка в глазах, сложно их открыть, сложно смотреть на свет. На что похоже? Как будто долго не спал, бессонница, глаза устали смотреть. Как будто долго всматривалась, пыталась что-то увидеть. Когда усиливаю это ощущение, то будто пытаюсь смотреть под водой... Что я вижу? Как будто сверкает что-то на дне, и я ныряю за этим. Это ключ. Если бы я его получила? То это дало бы мне ощущение надежности. Что это за ключ? Небольшой, вроде бы старый, от дома, нет яркий, от ящичка, от бабушкиной шкатулки. С каким человеком это связано? Как будто его нет, но он есть... Это бабушка. Она холодная, таинственная, даже пугающая, как ведьма. Она будто держит меня за веревочку, как якорь. Мне нужно освоить воду, другое пространство. Что я вижу? Камешки, ракушки, песок, солнце греет... И все скользкое такое, мокрое, как ил, влажное, слизь на ракушках... И это неприятно. В человеке? Ну все слизистые. Сопли, слюни... Немного стыдное. Ощущение что жалкий, слабый»... Дальше идут воспоминания о детстве, деревне, бабушке и тетушке. Погружение в женское, темное, таинственное...

То есть мы видим, что ученик, не зная, что за карта перед ним, входит в пространство аркана. Присутствует нежелание смотреть на женское, стыд... Он пытался что-то разглядеть в женском, пытался разгадать это, ему это удавалось нелегко. Возможно, контакт с матерью и другими женскими образами устанавливался непросто. Он испытывает одновременно отторжение от женского и интерес к нему. Работа над этим связана с принятием женского как чистого, светлого, любящего, воды — Жизни, но в то же время темного, холодного, таинственного, пугающего — Смерти.

### Анализ ощущений от аркана

Какими у меня были отношения с матерью? Как я отношусь к женской части себя?

Как отношусь к женщинам, ценю ли женские качества?

Как отношусь к проявлению заботы и чувств? Способен ли на это или жду этого от других? В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что приятное и неприятное связывает меня с этим арканом?

Умею ли находить компромиссы? Готов ли менять былую точку зрения?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

## Работа над арканом

Гармонизировать в себе женскую энергию, находить компромиссы.

Для мужчин — отношение к женщинам: разобраться в отношениях с матерью и их влиянием на отношения с другими женщинами. Как быть в отношениях с женщиной, давая ей при этом право быть собой?

Подчиняться ей или подчинять ее. А может, удастся создать с ней равноправие? Бороться с ней или принять ее? Как справиться со своими «женскими проявлениями» — как дать им место в своей жизни, не боясь и не избегая их, но и не отдаваясь им всецело?

Для женщин — отношение к самой себе и другим женщинам; также разобраться в отношениях с матерью. Стать гибче в отношениях с мужчинами, уметь наполнять энергией любви окружающий мир. Мягко руководить.

В чем-то уметь полагаться на других, но не контролировать. Не упиваться властью, но быть мудрой королевой. Быть хитрее, мудрее, уметь сглаживать углы, не бояться женских проявлений, осознать, насколько важно уметь управлять мягко.

## Переход от аркана 3 к аркану 4

Императрица рождает идеи и смыслы. Но их необходимо реализовать, осуществить в материальном мире, преодолевая его инерцию и сопротивление.

# Аркан 4. Император

*Воплощай задуманное.*

Предыдущий аркан был связан с идеями, а этот отвечает за их реализацию. И связан с энергией Земного отца, порядком, твердым управлением, материализацией задуманного.

Четкие границы квадрата, числа 4, символизируют состояние стабильности, равновесия и устойчивости.

Аркан связан также с телом — как нашей оболочкой, границами.

При приятных ощущениях от аркана — хороший контакт с мужским началом, отцом, умение материализовывать задуманное, готовность строить, действовать, надежность.

Для женщины гармоничные ощущения от аркана — хороший контакт с отцом, внутренним мужчиной и другими мужчинами.

Для мужчины — умение быть мужчиной, реализовывать желаемое, управлять, руководить.

Если при просмотре от аркана ощущения были неприятные, то это может говорить о проблемах во взаимоотношениях с отцом, неприятием мужской энергии либо с избыточным ее проявлением.

Непроработанность этого аркана может проявляться двояко: с одной стороны, это тирания, властность, потребность доказывать свою правоту, стоять на своем, бескомпромиссность, с другой — неумение материализовывать, бездейственность, отрицание своей мужской части и ее ответственности, саморазрушение, подчинение.

### Упражнение «Контакт с Императором»

Закрой глаза. Встреться со своим внутренним Императором. Задай ему вопросы. Пойми, к чему он подвигает тебя, какие шаги нужно предпринимать здесь и сейчас. Как нужно действовать, как будут выглядеть материализация твоей идеи, твой результат, твоя победа. Стань сам Императором, представь, что показываешь себе то, что получилось из твоей идеи.

### По дате рождения/Личность

**Аркан основы личности:** Император говорит о том, что ты сильный человек с выраженным мужским началом, для которого важна реализация своих задумок. Свойственна жесткость убеждений. Руководящая позиция. Охрана своих внутренних границ, а также и значимость внешних. Важно иметь место, где ты хозяин.

Негативная сторона этого аркана — неумение идти на компромиссы, нехватка женской энергии, способности видеть разные грани, отсюда — категоричность, желание быть правым. И в то же время в чем-то излишняя мягкость и неспособность реализовать задуманное. Все это разные ипостаси нашего взаимодействия с внутренним мужчиной. И чтобы понять их лучше, нужно разобратся во взаимоотношениях с отцом.

**Аркан отработки:** Император может создавать испытания во взаимоотношениях с мужчинами, потребность все время тестировать на прочность. Твоя задача — научиться управлять этой энергией, не переходя ни в тиранию, ни в бесконтрольность и безответственность. Нужно найти ту золотую середину, при которой ты способен управлять своей жизнью, но и ограничивать себя жесткими рамками.

**Аркан таланта:** Император дарует способности к материализации, способность проявлять мужские черты характера, управлять, руководить.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** в этих отношениях можно многое материализовать, раскрыть в себе мужскую силу, создавать что-то совместно с партнером. Но мужская энергия в отношениях будет преобладать. Партнеры будут стремиться к стабильности в отношениях друг с другом. Важно прийти к компромиссам, совместно продумав то, что хотелось бы вместе создать. Партнеры обладают недюжинной силой, могут реализовать практически любое начинание.

**Аркан отработки отношений:** Император создает ситуации, когда каждый считает себя правым и не хочет слышать другого. В таких отношениях важно уметь давать право выбора и сохранять личное пространство другого партнера. Если один будет пытаться тянуть одеяло на себя, стремясь доминировать, отношения могут выглядеть как «начальник — подчиненный».

**Аркан таланта отношений:** Император обещает, что, по крайней мере, в сфере карьеры и реализации задуманного вы сможете друг друга поддержать и помочь раскрыться. Общение с партнером придает вам чувство собственной значимости и уверенности в себе. Это могут быть крепкие отношения, в которых оба уверены друг в друге.

### Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Чувствую рот, челюсти сжаты, желваки катаю, улыбка легкая, ощущение замысла, игры какой-то, азарт. Но состояние не очень гармоничное, ощущается некоторая неустойчивость. Как будто строю что-то из кубов, но они стоят немного косо. Что-то строю, но немного шаткое. Нравится и не нравится одновременно. Если основательно, то все серьезно, а тут игра немного, добавляю провокацию. Но это идет от внутренней дисгармонии, тревога в области сердца. Боюсь, что из-за этой тревоги не способен построить основательно. Не хватает спокойствия. С какими людьми связано? С женщинами... Я не могу дать им что-то, что им от меня нужно...»

Здесь мы видим, что ученик готов действовать, строить, материализовать. Но не очень уверен, что может сделать это до конца. Он боится взяться за что-то основательно, так как не уверен, что ему удастся это достроить или построенное получится совершенным. Поэтому он играет, пробует. С одной стороны, ему хотелось бы делать все основательнее, но вероятность неудачи его пугает. Он испытывает давление со стороны женщин и, возможно, испытывал желание дать что-то больше своей матери, но реализовать это не мог, отчего поселилась неуверенность. В этом случае можно анализировать отношения его родителей, понять, с кем он себя идентифицирует. В этом примере, вероятнее всего, — с отцом. Отец

ученика мог недодать что-то своей жене. Что-то отцу не удавалось реализовать, чем мать ученика была недовольна. Необходимо поработать над тем, что ученик не отвечает за действия отца, снять прямую идентификацию, не брать на себя ответственность за неудачи отца на себя.

## Анализ ощущений от аркана

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что приятное или неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

Как проявляются мои мужские черты? Если я женщина, даю ли право другому мужчине быть мужчиной? Или выбираю тех, кто ведет себя как ведомый? Если я мужчина, не проявляю ли излишнюю слабость или, напротив, тиранию и авторитарность?

Каким был мой отец? Какие у меня с ним были отношения в детстве, какие сейчас? Что я делаю, повторяя за ним, в чем бессознательно не желаю быть похожим? Удалось ли мне освободиться от ощущения, что отец все еще управляет мной?

## Работа над арканом

Уравновешивать в себе две стороны Императора — не становиться ни слишком тираничным и своенравным, но и не быть пассивным и слабовольным.

Уметь проявлять как гибкость, так и отстаивать свои границы.

Уметь руководить, но и подчиняться.

Уметь побеждать, но и уступать.

Отстаивать свои границы, но и давать свободу выбора и не посягать на границы других.

Создавать стабильность в своей жизни, но не замыкать себя в ней, как в четырех стенах.

Разобраться в отношениях с отцом, с мужчинами в целом, мужской частью в себе; для женщин — не проявлять излишнюю жесткость в отношении мужчин, но и не подавлять в себе мужское начало, найти баланс; строить гармоничные отношения с мужчинами, научиться доверять.

## Переход от аркана 4 к аркану 5

Император умеет управлять и строить. Но то, что Император создал, должно обрести смысл, свое место в мире, свою жизнь.



# Аркан 5. Иерофант

*Земные тайные знания.  
Место в нашем мире, роду, семье.*

Число 5 — это вдыхание жизни в материю, возникающая в центре взаимодействия четырех стихий. Это существование здесь и сейчас, в это время и в этом месте. Энергия этого аркана связана с нашим родом, местом, которое мы в нем занимаем, профессиональным положением, а также с передачей знаний. Иерофант отвечает за то, принимаем мы это место или нет — свое здесь и сейчас, место в своем роде, профессиональной среде, в жизни в целом.

А также Иерофант связан с тем, какую информацию мы получаем от пространства в зашифрованном виде — в виде снов, знаков, загадок.

Аркан Иерофант — как Высшее Я. Это тот внутренний голос, который говорит: так можно, а так нельзя.

## При работе с арканом

Если при просмотре этого аркана возникали приятные ощущения, гармония, то это говорит о принятии своего места в мире, о понимании знаков, посылаемых Вселенной, понимании своих корней, рода, традиций, готовность передавать их следующим поколениям.

Если ощущения неприятные, то это неприятие себя, своего места, рода, родителей. Проблемы — в принятии и традиций рода и в их передаче. Возможны проблемы с созданием семьи, в отношениях с родителями или детьми. Оторванность от общего. Непонимание знаков Вселенной.

Иерофант (5) учит, Дьявол (15) проверяет и искушает. Как духовный учитель, Иерофант учит нравственным принципам, понимание своей общности с окружающим миром. В лице Иерофанта, как духовного учителя в нашей жизни может выступать и отдельный человек, и родители, но прежде всего — это наше внутреннее Я, которое дает нам направление дальнейшего движения в жизни.

## Упражнение «Контакт с Иерофантом»

Закрой глаза. Встреться со своим внутренним Иерофантом. Спроси у него, что ты пришел привносить в мир; какие ценности, в какой профессии, каково твое место в мире, в семье. Иерофант может показать тебе, чего хочет твое Высшее Я. Стань сам Иерофантом, увидь свой образ со стороны стоящим перед Иерофантом. Соблюдения каких правил, традиций, ценностей, выполнения какой роли в мире ты можешь себе посоветовать?



## По дате рождения/Личность

**Аркан основы личности:** если Иерофант — аркан основы личности, можно предполагать, что человек способен быть хорошим наставником, хранителем традиций, оберегающим свою семью и род.

**Аркан отработки:** в качестве отработки Иерофант отправляет испытания, в которых нужно учиться преодолевать свою категоричность, недоверие к окружающим, высокомерие и даже духовную гордыню. Могут происходить сложности с созданием семьи, во взаимоотношениях с родителями. Излишний консерватизм, а потом наплевательское отношение к своим же ранее звучавшим ценностям также могут проявляться в качестве испытаний для личности. В то же время борьба против общепринятого может родить новые идеи.

**Аркан таланта:** верность, признание ценности семьи, традиций. Советы, мудрость. Защита и утверждение моральных принципов. Способность обучать, передавать знания.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** в таких отношениях может выглядеть и организовываться все правильно, соблюдением традиций. Такой аркан в основе может способствовать созданию семьи, брачным обетам. Он означает родство, духовную связь.

**Аркан отработки отношений:** нежелание закреплять отношения, метания, сложности с созданием семьи. Испытание отношений нарушением обещаний, неопределенностью, страхом скрепления отношений. В паре могут отрабатываться родительско-детские отношения, и если партнер в семье, например, пытался когда-то уйти из родительского дома, то что-то подобное он может проигрывать и в отношениях с партнером. Для работы над этим арканом паре необходимо выяснить, какие родительские модели поведения влияют на их отношения и каким образом.

**Аркан таланта отношений:** общие идеалы, устремления, ценности. Оба партнера могут чувствовать, что их взаимодействие может быть стабильным, они могут получать друг от друга ценную информацию, обучаться.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Мои ощущения убегают от меня, как только я пытаюсь их уловить, они ускользают, их нет. У меня нет ощущений, я только вдыхаю воздух, моя голова становится легкой, как шар, и начинает подниматься. Это приятно, но я немного нервничаю, что такой легкий, что могу улететь. А вроде как нельзя еще. Получается, что

что-то еще должен был сделать, но сбежал. Ускользнул. Немного не по себе от этого. С чем это связано в жизни? Ну вот когда ушел из института, потому что понял, что это не то... Я не хотел ускользать, начинал все серьезно, но ускользал, не специально, у меня не было желания не сдерживать обещания. Просто внимание переключается. С кем связано? Ну, может, с мамой... Какие образы? Рассвет, утро, свежесть, приятное ощущение, но подпорчено слегка...»

Перевернутая карта вызвала у ученика чувство стыда, чувство нерадивого ученика.

Мы видим, что связь с арканом ощущается, как желание подняться, возвыситься. В то же время начинает срабатывать страх, что совершается нечто запретное. Человек чувствует некую свою задачу, но нет уверенности в готовности выполнять ее. Вероятно, ответственность и последовательность ассоциируются с негативным поглощающим образом матери, от которой хочется ускользнуть. Тогда любое определенное место и роль — работа, отношения и тому подобное — могут напоминать ему поглощающий и ограничивающий образ матери, из-за чего он будет испытывать желание сбежать, бросить деятельность, отношения и так далее. В таком случае ему может быть интересным лишь то, что неопределенно. Соответственно, работа над этим арканом может быть связана с принятием, что мать более его не ограничивает, с принятием своего места в мире, из которого нет необходимости сбежать.

### Анализ ощущений от аркана

Принимаю ли я своих родителей, если нет, то в чем?

Как я отношусь к вопросам создания семьи и продолжения рода?

Чувствую ли в себе готовность иметь дом, семью, детей, постоянную профессию?

Считаю ли, что моя профессия и есть мое призвание?

Живу ли здесь и сейчас?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### Работа над арканом

Развиваться духовно.

Прорабатывать вопросы рода, семьи, чувство ответственности.

Учить, передавать знания.

И одновременно уметь не навязывать свои принципы другим.

Уметь получать и отдавать.

Отпускать детей, давать им возможность получать свой самостоятельный опыт.

Ценить родителей, но не превращать их в кумиров.

Не цепляться за какие-либо готовые системы, избегать фанатизма.

## Переход от аркана 5 к аркану 6

Мы получили некое место, мы слушали голос учителя, но наступает необходимость принимать самостоятельные решения, экспериментировать, предпринимать действия, получать свой результат.

# Аркан 6. Влюбленные

*Трудиться и наслаждаться.*

После того как мы получили свое место в этом мире на аркане Иерофант, мы стремимся понять себя и окружающий мир. Он привлекает нас, зовет к себе, но для того чтобы изучить его, мы вынуждены нарушить ограничения и бесполость, духовность аркана Иерофант.

Мы притягиваемся друг к другу, влюбляемся и враждуем, стремимся к удовольствиям и испытываем боль. Земной мир открывает перед нами свои возможности и обещает награды.

Аркан Влюбленные связан с вкусом к жизни и способностью терпеть ее лишения, физическими удовольствиями, но и трудом, который необходим, получением денег, но и способностью их отдавать, гармонией внутренней женщины и мужчины и взаимодействием с другими — сексуальностью, притяжением или отторжением... И так формируется наше Земное Я.

Оно подталкивает нас к материальному земному миру и творению в нем. Мы начинаем стремиться к удовольствиям, земным благам, стремимся управлять ими.

Все это требует выбора на перепутьях нашей земной жизни. Можно сделать простой выбор — искать наслаждение, но избегать боли. Но результат будет малым, человек получит доступные ему наслаждения и остановится или будет повторять их снова и снова, впадая в зависимость от них. Но гораздо сложнее — выбрать трудный путь, тогда можно получить и большие награды по его завершении. И это уже переход к аркану 7, Колесница.

Работа с арканом Влюбленные заключается в том, чтобы учиться этому выбору и принятию решений в любой момент. Делать выбор — привилегия свободного человека. У несвободного человека с непроработанным числом 6 выбора нет. Он может впасть

в зависимость, метаться между двумя вариантами в отношениях, профессии.

Если аркан вызвал приятные ощущения, то это говорит о том, что в тебе все это уживается гармонично — понимание красоты форм, способность создавать красоту, откликаться на зов своего сердца, сексуальность.

Если же при настрое на карту возникли неприятные ощущения, то это может говорить о непроработанности аркана. Следует проанализировать внимательно, какие именно эмоции, ситуации, люди возникли при настрое на карту и как они связаны со значениями этого аркана.

Может быть, это отрицание земных благ, либо бесконечная погоня за ними. Много чувств, но нет ясности, двуличие, ошибочные связи, стремление к одним наслаждениям, легкой выгоде, быстрому удовлетворению. Пренебрежение моральной стороной физических наслаждений. Например, легкомысленное отношение к сексу, наркотикам и т.д. Или вседозволенность — «я поступаю так, потому что так хочется, нравится, почему бы и нет».

### Упражнение «Контакт с Влюбленными»

Закрой глаза. Представь себя в раю, эдемском саду. Тебя разбирает любопытство. Представь, что ты вкушаешь запретный плод. И тут перед тобой открывается мир наслаждений, красоты отличий, форм. Осмотри свое прекрасное тело. Осмотри прекрасное тело человека перед тобой. Ты взволнован, ты открыл для себя земной мир. Но чтобы наслаждаться его благами, тебе придется трудиться. Почувствуй, что тебе дает мир взамен, сколько прекрасного он тебе открывает. Ощути себя влюбленным в этот мир во всем его многообразии.

### По дате рождения/Личность

**Аркан основы личности:** аркан Влюбленные в основе личности говорит о натуре, любящей красоту, ценящей комфорт, практичность, финансовое чутье, сексуальность. Человек имеет особо утонченный вкус, чувство прекрасного, хорошо понимает, как создавать красоту форм.

Его привлекают красота земного, красота тела, природы, тех благ, которые дарит нам Земля.

Но всем этим можно очень увлечься. И аркан остерегает от придания этим земным благам повышенной значимости. Можно заработать много денег, но в погоне за ними потерять самое ценное. Можно всеми силами совершенствовать свое тело, но упустить все остальное.

**Аркан отработки личности:** может приносить испытания в области любви, денег, признания.

На что мы готовы пойти, чтобы обрести желаемое? Постоянные сомнения, выбор — это испытания, с которыми придется сталкиваться, ведь не так-то просто понять, где границы наших желаний. Эти решения нужно делать самим, нарушая запреты, ошибаясь и спотыкаясь, шаг за шагом учиться мыслить самостоятельно.

**Аркан таланта:** раскрывает в нас способность видеть красоту форм, создавать красоту в себе и вокруг себя. Это умение управлять материальными благами, самостоятельность.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** партнеры могут испытывать друг к другу притяжение, интерес. Могут хорошо удаваться совместное решение финансовых вопросов, создание комфорта друг для друга. Может присутствовать сексуальное притяжение. Но в то же время возможны поверхностность отношений и сомнения в правильности своего выбора.

**Аркан отработки отношений:** испытания могут быть связаны со сложностями в выборе партнера, с метаниями между партнерами, нежеланием прекращать вольный образ жизни, уходить из родительского дома, со сложностями с взрослением и самостоятельным заработком, также возможна склонность к зависимостям.

**Аркан таланта отношений:** взаимное притяжение друг к другу, сексуальность, тяга к комфорту, удача в делах, финансах.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Ощущаются давление на плечи и лопатки, жжение. Ощущение тонизирующее, но не очень приятное. При усилении — чувство, что должны быть сильные крылья, мощные крылья. И хвост. Я — дракон. То спускаюсь с гор, то выпрыгиваю из воды. Передо мной город, который я пришел освоить, изучить, узнать. Город маленький по сравнению со мной. Изучив его, я чувствую, что мне нужно его беречь и защищать. С кем из людей можно связать это чувство? С дедушкой».

Перевернув карту, ученик испытал удивление и недоумение. Ведь, казалось бы, то, что он ощущал от аркана, не содержало и намека на Влюбленных. Но, анализируя глубже, понял: завоевание и защита. Дракон и в паре ему — город. Дракон доминирует и управляет, а хрупкий город оберегаем им.

Оказалось, ученик так же видит свою роль и в отношениях с другими людьми. Он ощущает свою мощь, другого человека видит как хрупкий объект освоения, которым он способен полно-

стью управлять. Дед был главой семьи, он был похож на этот образ. В этом случае именно семья деда была моделью семьи, правильной семьей по представлениям ученика. Поэтому он и стремился повторять похожую модель отношений в своей текущей жизни.

Работа над арканом связана с тем, чтобы ученик научился себя идентифицировать не только с драконом, но и с городом, научился быть объектом защиты.

### Анализ ощущений от аркана

Как я отношусь к земным благам и удовольствиям? Готов ли я их получать?

Не слишком ли я ими увлечен?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### Работа над арканом

Полюбить себя.

Осознать свое отношение к деньгам.

Уметь получать выгоду.

Уметь трудиться.

Создавать красоту.

Уметь получать наслаждения и отказываться от них, если это необходимо.

### Переход от аркана 6 к аркану 7

От земной гармонии Влюбленных, из Эдема — в самостоятельный путь. Здесь заканчивается «человеческое», обычное счастье.

## Аркан 7. Колесница

*Вперед, в путь!*

На этой стадии мы, услышав зов души, решаемся пойти в путешествие, которое выходит за рамки достигнутого комфорта. Это решение требует отказа от всего привычного, готовности пережить испытания ради больших целей. Это путешествие, в которое нас ведет Высшая сила. На пути возможны поощрения и наказания, с которыми сталкивается Колесничий, но ему нужно смело продолжать идти вперед. Он находится в контакте с Высшим, чувствует поддержку и верность выбранного пути.

Работа над арканом предполагает освоение управления своей колесницей жизни. Чтобы управлять ею, нужно управлять всеми противоположными силами и качествами, которые в нас есть — разумом и чувствами, женским и мужским, слабостями и достоинствами. Двигаться вперед, помня, что все в наших руках. На пути возможны испытания, но если мы хотим прийти в жизни к чему-то большему, чем-то, что достигнуто на данный момент, нам нельзя бояться и останавливаться.

Контакт с этим арканом связан с решимостью и везением. Для человека, который в гармонии с этим арканом, ветер всегда попутный. В чем же тогда обратная сторона этого аркана? Например, в том, что можно перестать управлять своей колесницей, просто доверившись ветру. Человек может расслабиться, решив, что ему все равно повезет.

Приятные ощущения от аркана, притяжение могут говорить о твоём ощущении правильности своего пути, понимании своего предназначения, решительности, умения поймать удачу за хвост, о контакте с Высшим. Все возможно, если этого захочет — и ты можешь смело следовать этому девизу, помня лишь о том, чтобы никто не остался под колесами твоей колесницы.

Неприятные ощущения, сопротивление аркану могут быть связаны с потерей цели, непониманием, куда в жизни двигаться дальше. Жизнь может ассоциироваться с дорогой, полной препятствий, в которой управлять своей колесницей кажется невозможным. Возможно, ты просто сбился с пути или не позволяешь себе жить так, как требует твое сердце. Направляясь по одному маршруту, ты можешь сворачивать все время, так и не достигнув желаемого. Может, тебя сбивают с толка эмоции, может, пугают препятствия.

### Упражнение «Контакт с Колесницей»

Закрой глаза. Представь управляющего колесницей. Он сидит уверенно и движется вперед. Задавай вопросы, интересующие тебя, связанные с тем, куда двигаться в жизни дальше, как управлять собой, своей жизнью. А потом представь, что ты сам управляешь колесницей. Ты чувствуешь уверенность и понимание своего пути. Представь свой образ со стороны стоящим перед колесницей, объясни ему, что ему нужно делать, куда двигаться дальше, как управлять собой.

### По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** решимость, понимание, куда двигаться, хороший контакт с Высшим, стремление вперед. Возможно, любовь к путешествиям, переменам, перемещениям. Возможно, что-то важное произойдет в дороге либо вдали от дома. Новые открытия, везение, озарение.



**Аркан в отработке:** страх перемен. Надо решиться — бросить любимую работу, уехать в другой город, если тянет на это. Уметь управлять собой и в плохом, и в хорошем состоянии. Обуздывать разные стороны себя. Возможны испытания как везением, так и трудностями, чтобы проверить, насколько человек сможет продолжать управлять своей колесницей жизни.

**Аркан в таланте:** человек, умеющий владеть разными своими качествами, чувствами, способный делать выбор и двигаться в его направлении, преодолевать сложности. У него хороший контакт с Высшим, он знает, куда и зачем двигаться в жизни. В этом человек может помогать и другим людям.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** общие цели, совместный путь. Колесницы партнеров движутся вместе в одном направлении. Можно сказать, что этим людям по пути. Они способны совместно преодолевать сложности, двигаться вперед.

**Аркан отработки отношений:** разные устремления, гнетущие ситуации, создающие сомнения в своем пути. Партнеры могут не понимать, как им двигаться дальше вместе. Непонимание друг друга: один может стремиться к тому, от чего другой бежит, и наоборот. Для работы с этим арканом партнерам нужно научиться не препятствовать друг другу, а попытаться понять, куда хочет двигаться партнер и для чего.

**Аркан таланта отношений:** партнеры могут влиять друг на друга таким образом, что оба благодаря своему взаимодействию становятся смелее, увереннее, решают те проблемы, которые по отдельности, вероятно, были бы им не по силам. У них могут быть общие цели, общие задачи. Их партнерству сопутствует удача.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Захотелось в туалет. Ощущение удерживания того, что нужно вылить. Странно: как будто я не хочу в туалет и хочу, удерживаю. Непонимание, чего хочу и как поступить: ждать, что пройдет, удерживать или пойти в туалет... Запутался. Не могу идти дальше. Помутнение. Вспомнилась ситуация, в которой никак не мог сделать выбор — поверить человеку, что измены не было, и остаться с ним или не мучать себя сомнениями и расстаться. Тяжелое чувство невозможности сделать выбор. Это мешает мне идти дальше, двигаться вперед».

Увидев карту, ученик подтверждает свои ощущения. Он действительно не понимает, куда двигаться дальше. Решение им не принято, это его тормозит, но сил удерживать это уже нет, надо на что-то



решаться. Работа над арканом в данном случае заключается в том, чтобы принять решение, сделать выбор и идти, не изводя себя сомнениями.

### Анализ ощущений от аркана

В каких ситуациях мне удавалось решаться на что-то и, отказываясь от легкого пути, двигаться к своим целям?

В каких ситуациях я чувствовал себя победителем, которому удалось преодолеть все препятствия?

В каких ситуациях я не справлялся со своей колесницей и жизнь ставила меня в тупик?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### Работа над арканом

Простить себя за ошибки.

Не бояться идти вперед.

Принять, что твой путь — это твой путь, и ты принимаешь решения, каким он должен быть.

Путь — это черно-белое, которое сменяет друг друга, испытания на пути не страшны.

Уметь управлять этим, не коря себя и окружающих за то, что приходится порой непросто.

Верить в то, что весь мир поддерживает тебя.

### Переход от аркана 7 к аркану 8

От уверенности и движения Колесницы — к пониманию, что все в мире находится в равновесии. Познание законов и причинно-следственной связи, системы, в которой мы существуем.

## Аркан 8. Равновесие, Справедливость

*Сила — в равновесии.*

Этот аркан связан с высшей нейтральной силой, не отдающей предпочтение ни одной из двух равных частей, ее составляющих. Это система, в которой одно постоянно переходит в другое, весы, в которых все равномерно. Причинно-следственная связь всего су-

шествующего. Если одна сторона весов перевесит, равновесие нарушится.

О чем это?

Свобода и долг. Дисциплина. Проверка. Обязательства. Насколько мы берем на себя обязательства, настолько мы должны помнить и о своей свободе. Работа должна равномерно чередоваться с отдыхом, время, уделяемое духовному, — со временем, уделяемым материальному. Число 8 требует сопоставления целей и средств, слова и дела, желаемого и должного.

Баланс важен во всех областях. Стоит одной стороне начать перевешивать, равновесие нарушается и начинаются сложности. Так, если мы перегружаем себя работой, но не уделяем времени личной жизни, эмоциональная сфера не удовлетворяется, и это отражается, в свою очередь, на работе. И в таком случае, стараясь уделять еще больше времени работе, чтобы исправить положение, мы усугубляем свое эмоциональное состояние.

Так проблема начинает вращаться по кругу.

Это может привести к застреванию на числе 8, аркане Равновесия, и тогда число 9 срабатывает отрицательно. А это означает, что что-то в нашей жизни приходит к завершению, может разрушиться личная жизнь, например.

Таким образом, чтобы проработать аркан, необходимо внимательно посмотреть, какие сферы в жизни разбалансированы. И постараться каждой уделять достаточное внимание. И тогда следующая стадия — число 9, аркан Отшельник — приведет не к ошибкам и негативным последствиям, а к мудрости и пониманию.

Также равновесие важно и внутри каждой отдельно взятой сферы жизни. В отношениях важно правильно устанавливать баланс свободы и обязательств. Границы наших отношений могут обсуждаться. Кто из нас и чем обязан другому, а в чем — свободен, все это может как распределиться равномерно, так и приводить к сложным отношениям, в которых один партнер берет на себя все, пытаясь спасти отношения, а второй все свои силы тратит исключительно на свои дела.

В отношении самого себя баланс — это способность регулировать поощрение себя и ограничения, самомотивация и самоконтроль.

Баланс здесь подразумевает и соотношение того, сколько сил мы отдаем себе, и сколько другим. Сколько от них получаем, и сколько они получают от нас.

Если от карты при работе с ней были ощущения приятные, это говорит о хорошем понимании роли равновесия в жизни и умении жить в системе, ответственности.

Если же ощущения неприятные, то следует проанализировать, что именно вызвало к карте неприязнь, какие образы возникали

и чем они были неприятны. Где нарушены система, равновесие? Вероятно, в этих образах и ощущениях можно обнаружить корень своих сложностей и дисбаланса в жизни.

Для анализа непроработанности этого аркана важно понимать причинно-следственную связь: если не получаешь деньги, возможно, многое ранее получал за счет других и т.п.

### Упражнение «Контакт с Равновесием»

Закрой глаза. Представь себя стоящим у весов. Они взвешивают твои дела — плохие и хорошие, взвешивают соотношение того, чему и как ты уделяешь время. Проси их взвешивать разные сферы своей жизни. Посмотри, в чем у тебя нарушен баланс. Попроси весы показать тебе, в чем в твоей жизни нет равновесия. А потом сам стань весами. Ощути, что такое равновесие и что такое его нарушение.

### По дате рождения/Личность

**Аркан основы личности:** функция человека с этим арканом в основе личности — установление справедливости, равновесия. Помощь в этом себе и окружающим. Рассудительность, ответственность. Такие люди могут заниматься созданием совершенных систем, следить за порядком, стараться восстанавливать справедливость. Юридическая, судебная, политическая и подобные системы могут вызывать у них интерес.

**Аркан в отработке:** аркан может отправлять испытания, в которых человека проверяют на способность удержать равновесие и выполнить взятые на себя обязательства. Его могут искушать на измену — сможет ли он не нарушить взятые на себя обязательства верности? Его могут искушать увлечься чем-то сверх меры — сможет ли он удержать границы и не разрушать другие свои сферы жизни? Его могут испытывать излишними ограничениями его свободы — сможет ли он удержать свои границы? С этим арканом в отработке можно столкнуться с отсутствием в своей жизни меры и баланса, искажением понятий справедливости и равноправия, может проявляться склонность к криминальному и аморальному поведению. Способен ли ты видеть только свою правду или увидишь и правду другого?

Если у тебя это число в отработке, возможно, ты сам склонен ставить себе рамки. То есть, считая определенные желаемые вещи невозможными, лишая себя возможности реализовать желаемое. Это может быть связано с вопросами семьи, долгом перед родственниками, друзьями, отношениями как с окружающими в целом, так и с противоположным полом. Ты стремишься все контролировать или, напротив, слишком боишься ставить другим рамки,

считаешь себя ответственным за то, за что ответственным в действительности не являешься, и избегаешь ответственности там, где нужно бы ее признать. В тебе борется желание самореализоваться, с желанием соответствовать навязанным окружающими тебе людьми нормам. Нарушение весов может быть и в соотношении ответственности и свободы — иногда навешиваешь на себя кучу обязанностей, много «надо» и «должен», но, набрав слишком много, вдруг возникает непреодолимое желание освободиться от груза. Получив же полную свободу от обязательств, начинаешь снова их набирать. И так по кругу. Это может привести к быстрому переутомлению, незаконченным делам, невыполненным обязательствам.

**Аркан в таланте:** способность к объективности, установлению равновесия как в себе, так и в окружающем мире. Для тебя важна справедливость, и ты можешь ее привносить в мир. Таким людям могут подойти профессии, связанные с установлением порядка, справедливости, равноправия, равновесия, законом, регулированием, систематизацией процессов.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** отношения партнеров могут быстро перейти к установлению порядка взаимодействия, обязательств в отношении друг друга, вплоть до документального их закрепления. Уравновешенность, искренность, взаимное уважение и соблюдение интересов, правил и обязанностей, которые могут приводить, с одной стороны, к уверенности в партнере, но, с другой, в любовных отношениях — к выяснению отношений, кто и какие правила нарушил.

**Аркан обработки отношений:** пара может проходить испытания в отношении своей верности друг другу, возможны нарушение обещаний, договоренностей, измены, сложности с взаимобязательствами, возможна нечестность, необходимо учиться все это преодолевать. Партнерам нужно учиться доверять друг другу, в чем-то ограничивать, а в чем-то оставлять зону свободы, равномерно распределять обязанности, понимая, что второй человек — не собственность.

**Аркан таланта отношений:** партнеры стремятся к идеальному равновесию в отношениях, оба соблюдают правила, установленные друг другу. Равноправие. Они могут помогать друг другу навести порядок в своей жизни, дисциплинироваться, уравновесить разные аспекты своего существования.

## Пример работы с настроем на поле аркана

160 Карта рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Ощущения сосредоточены в двух местах — рот и руки. Во рту — замо-

раживание, в руках — истекающая энергия, поток которой уходит вверх. Чем больше энергии в руках, тем больше замораживаются зубы. Эмоции? Необходимость отдаться процессу. Так надо. Я не могу говорить, раскрывать рот, выражать себя, я наблюдаю за происходящим. Спонтанные образы — танцующая индианка и сидящий йог. Старый стул, второй стул стоит к нему спинкой, круг в пантеоне наверху и темная лестница, уходящая вниз».

Анализируя увиденное, мы с учеником отметили, что было важно молчание, рот был «заморожен». Бессловесное и безоценочное наблюдение процесса ассоциировалось у него с тем, что такое справедливость. Происходит некий процесс, который ученик безмолвно наблюдает. Образы приходили парные, сбалансированные — динамичный танец индианки и неподвижно сидящий йог, ее яркие одежды и его аскетичный образ, два стула, как весы, стоящие спинками друг другу, устремление вверх (круг пантеона) и спуск вниз (лестница в темноту).

Работа с этим арканом может заключаться в том, чтобы помнить о нем и в любой ситуации находить и видеть его присутствие, по желанию, приходиться в равновесие.

## Анализ ощущений от аркана

Что в моей жизни можно считать уравновешенным, а что выбилось из равновесия?

В чем я требую с других больше, чем с себя, а в чем, наоборот, полностью себя загружаю, не умея разделять обязанности?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом? В чем в моей жизни была нарушена справедливость?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

## Работа над арканом

Понять систему своей жизни и постараться ее совершенствовать.

Понять свои границы и границы других людей.

Уравновешивать разные сферы своей жизни.

Уравновешивать разные качества своей личности.

Взятые на себя обязательства выполнять, но лишнего на себя не брать.

## Переход от аркана 8 к аркану 9

От понимания законов мира и причинно-следственной связи — к мудрости и духовной зрелости.

# Аркан 9. Отшельник

*Глази в суть.*

Это число — символ высшей мудрости, центра восьмерки, как системы мира. На этом этапе душа прошла испытание божественного суда — весов — и получила мудрость, духовное знание. Здесь происходит конец одного опыта и переход к новому уровню существования. Аркан выражает также идею владения тремя мирами — Посвящения.

Пройдя проверку на умение удерживать баланс и равновесие, понимать причинно-следственную связь, с которыми связано число 8, мы переходим к следующему этапу — получению знаний обо всем пройденном пути. Это период подведения итогов, выводов, дабы не совершать прежних ошибок в дальнейшем.

Число 9 и аркан Отшельник связаны и с памятью. Люди с хорошо развитым арканом помнят много ситуаций, их развитие и финал, благодаря чему могут иметь представление, к чему приведет подобная же ситуация в жизни другого человека, и дать мудрый совет.

Аркан Отшельник — мудрец, обретший истинный внутренний свет. Погружаясь во внутреннее, он одинок, он может переживать свой собственный ад, но выходить оттуда со знаниями, с мудростью, которая доступна лишь тому, кто многое пережил.

Нет иного пути обретения мудрости, кроме как обращение-взгляда в свое внутреннее пространство. Порой для этого нужно отстраниться от окружающего мира, просто побыть с самим собой наедине, чтобы понять всю полученную извне информацию, чтобы прислушаться к тому, верным ли путем мы идем или следует что-то изменить, а потом уже — вновь выйти из своей пещеры и делиться с миром своими знаниями.

Это и есть наш процесс духовного развития: мы взаимодействуем с миром, а потом погружаемся внутрь и обрабатываем новую информацию, раскрываем в себе новое и с новыми знаниями вновь выходим во внешний мир. Делясь с окружающими знаниями, получаем новое и от них. И вновь погружаемся внутрь себя, чтобы проработать полученное.

Стараясь не заглядывать внутрь себя, мы можем быть активны, всеми любимы, но совершенно не понимать, что представляет собой наш внутренний мир. Наши желания будут нам известны. Предыдущий опыт жизни будет как неосвоенный урок, который никак не сможет повлиять на дальнейшие изменения, которых, возможно, нам бы очень и хотелось.

Избегая же контакта с внешним миром, мы лишаемся информации и всего, что несет нам общение с другими. Мы лишаемся

новых импульсов, своих на них реакций, знаний. И тогда мы крутимся внутри себя лишь уже в знакомых «комнатах» внутреннего мира.

Какие ощущения были во время работы с этим арканом? Что происходило с твоим полем при контакте с полем этого аркана? Анализируя это, можно понять свое отношение к духовному развитию, к работе над собой, к умению погружаться внутрь себя.

Если при работе с арканом были приятные ощущения, то это может говорить о мудрости и хорошем контакте с арканом, духовности, погружении в себя.

Неприятные ощущения от работы с картой говорят о непроработанности аркана. Или же происходит излишнее погружение, которое ведет к неприятию энергии этого аркана. Это может привести к застреванию в анализе и самокопанию, зацикливанию на прошлом, изоляции. Или, напротив, это нежелание погружаться в себя, делать выводы. Это ведет к необдуманным поступкам, навязыванию окружающим своего незрелого опыта, бесконечному погружению в воспоминания.

## По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** Отшельник в качестве основы личности наделяет человека особой мудростью, способностью погружаться в себя, но и возможным одиночеством. Такие люди нуждаются в духовных практиках, духовном развитии, чтобы реализовать свой потенциал. Их функция — прежде всего делиться мудростью. Они могут обладать особыми возможностями в понимании подсознания других людей, а также способностями к гипнозу. Как правило, это хорошие советчики. Но важно помнить: нужно уметь как забираться в пещеру, так и выбираться из нее. Погружаться в себя, а затем делиться полученными знаниями с окружающим миром.

**Аркан в отработке:** Отшельник в отработке отправляет испытания, связанные с потребностью оставаться в одиночестве, и порой вынужденно. Могут происходить ситуации, в которых нужно что-то потерять, чтобы понять ценность этого, а также ситуации, когда нужно суметь проявить духовную зрелость. Нужно быть аккуратным, чтобы не зациклиться на мудрости и духовном развитии, но и не избегать их в страхе заглянуть в свои глубины. Возможны потребность уходить в себя, испытания одиночеством, потери.

**Аркан в таланте:** простое понимание жизни, мудрость. Такой человек внутренне может быть всегда одинок, но стремиться делиться советами и своим внутренним светом с теми, кому это необходимо. Ему может быть свойственно понимание разных вариантов разворота событий, так как он сам через многое прошел. Хороший советчик.



## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** при взаимодействии оба партнера могут чувствовать себя отдаленными, одинокими, каждый увлечен своим. Паре нужно уметь как отдаляться, так и выходить из своей пещеры навстречу другому, так как тогда произойдет их обмен мудростью, которую они получили, пока каждый находился в своей пещере.

**Аркан отработки отношений:** пара испытывается отдалением, оба могут чувствовать себя одинокими друг с другом. Могут задумываться о смысле своих отношений в принципе. Работа над арканом в этом случае состоит в том, чтобы давать партнеру возможность отстраниться, если это необходимо, но и помогать ему возвращаться к глубокому и доверительному общению. Важно, чтобы партнеры не закрывались друг от друга совсем, делились своими мыслями, чувствами, выводами, мудростью.

**Аркан таланта отношений:** в этом союзе партнеры влияют друг на друга таким образом, что каждый начинает задумываться о более глубоком смысле своей жизни, стремится к духовному развитию. Это глубокий и духовный союз, в котором оба могут стать мудрее и лучше понимать самих себя.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Ощущение озноба. Передергивает, потеря равновесия, неуверенность, страх быстрой волной. Похожее ощущение было, когда иду прыгать на батуте и предчувствие травмы. Тревога. Сигнал — будь внимательнее. И еще схожие ситуации — сигнал, что этот человек опасен, непредсказуем».

В перевернутой карте внимание привлекает фонарь, освещающий темноту: хочется взглядываться в темноту предстоящего, понять, что там.

Работа с арканом — доверять себе, понимать, что ты уже достаточно мудр, чтобы не совершать тех же ошибок.

## Анализ ощущений от аркана

Готов ли я погружаться в себя?

Делаю ли я выводы из прошлых ошибок?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?



## Работа над арканом

Доверие.

Не бояться одиночества, оставаясь наедине с собой, познавать свой внутренний мир.

Думать о прошлом, не вытесняя его, но и не заикливаясь на его событиях.

Впускать других в сердце, но и не бояться их потерять.

Изучать психологию, эзотерику.

## Переход от аркана 9 к аркану 10

От мудрости — к познанию своей судьбы.

# Аркан 10. Фортуна

*Управляй собой!*

Колесо Фортуны — аркан, связанный и со временем, и с круговоротом событий, его цикличностью и динамикой. Можно представить 10, как 1, крутящийся 0 — как творца, крутящего колесо жизни.

То одна его сторона наверху, то другая. Одно событие сменяется другим. Куда крутится это колесо? Можем ли мы влиять на его движение?

Достигший 9, может познать 10, а значит, и получить возможность управлять своим Колесом Судьбы. Понимая, что события разворачиваются не так, как нам хотелось бы, уметь повернуть его в нужном направлении.

Если аркан вызвал приятные ощущения, то можно говорить о принятии своего движения жизни, готовности к разным ее поворотам. А также, возможно, об уверенности, что судьба все-таки в твоих руках тоже. Анализируя эти ощущения, исходящие от аркана, можно определить, что придает такую уверенность, что считается важным в жизни.

Если же аркан вызвал неприятные реакции, то можно анализировать, в чем заключаются сложности, которые кажутся неподвластными, принесенными извне. При работе с арканом могут прийти образы, чувства и истории жизни, которые вызывают ощущение невозможности справиться с ними, повторяющиеся, как замкнутый круг.

Мы можем пройти все числа от 1 до 9, где 1 — это инициатива, 2 — взаимодействие, 3 — это планы, идеи и мысли, 4 — материализация, 5 — здесь и сейчас, место в роду, профессии и жизни в целом, 6 — плоды труда, 7 — поощрения и наказания, 8 — система и равновесие, 9 — выводы и мудрость. Но действовать одинаковым способом, каждый раз проходя эту цепочку событий по схожему сценарию, считая это своей судьбой.

Например, женщине может встречаться один и тот же тип мужчин, отношения с которым могут приводить к одним и тем же проблемам. Или, например, на каждой следующей работе мужчина может конфликтовать с начальником и увольняться.

Почему так происходит?

Мы можем сталкиваться с повторяющимися сценариями, пока не разгадаем их причину. Если наша психика когда-то не сумела что-то понять, она заставляет нас снова и снова переживать схожее событие, пока мы его не освоим. Так, например, если когда-то ребенок остался один в ожидании мамы дома и очень боялся, то раз за разом он может оказываться в состоянии ожидания других людей и переживать детские эмоции. Ему будет казаться, что судьба заставляет его оказываться в этой ситуации снова и снова. Но это его внутренний малыш пытается понять, почему к нему не пришли вовремя. Надо пытаться общаться с этим малышом, давая ему чувство защищенности и убеждая, что в той ситуации мама его любила, и т.п.

Я это называю петлей времени. Если мы когда-то что-то не сумели понять или событие было слишком тяжелым, частица нас как будто застревает в этом времени. Эта «петля» времени заставляет нас бесконечно проживать схожие ситуации, мы, как магниты, притягиваем их, так как застряли в этой «петле».

В течение жизни, пока мы растем, мы получаем от родителей, черпаем из собственного опыта определенный набор установок, привычных реакций, моделей поведения. Не все эти установки помогают нам. Среди них могут оказаться такие, которые каждый раз приводят нас к негативному исходу. Это выглядит как закливание.

Человек продолжает действовать так же, поэтому ситуация повторяется, но у него может быть установка, что он действует правильно. И именно эта установка может сыграть с ним злую шутку.

Например, в вышеприведенном примере у мужчины может быть установка, что начальник должен быть добрым и сочувствующим. Поэтому, каждый раз сталкиваясь с начальниками другого типа, он будет встречать проблемы, так как изначально его позиция предвзята.

Если произошло закливание, значит, какая-то из наших моделей поведения и установок требует изменений. Так, женщина из нашего примера, встречающая один и тот же тип мужчин и проблемы, связанные с ними, могла бы попробовать обратить внимание на другой тип, разбивая тем самым свою замкнутую программу.

Какие ситуации жизни повторяются? Как развернуть колесо в нужном направлении и перекрыть негативный сценарий в более для себя желаемый? На данные вопросы мы должны искать ответ при работе с этим арканом.

Также следует обратить внимание на свои повторяющиеся сны. Они могут подсказать, в какой области жизни требуется твое внимание и есть эффект замкнутого круга.

### Упражнение «Контакт с Колесом Фортуны»

Закрой глаза. Представь себя стоящим перед Колесом своей Судьбы. Спроси у него, что в твоей жизни повторяется и почему. Задай интересующие тебя вопросы, касающиеся твоей судьбы.

### По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** если колесо Фортуны — основа личности человека, то в его жизни может происходить много событий, которые кажутся случайностью: встреча с будущим супругом/супругой, как будто по стечению обстоятельств, новая работа, куда удалось устроиться, потому что вовремя оказался в нужном месте. Такая полоса везения может перейти и в ровно такую же полосу неудач... С такой основой личности можно либо просто жить в потоке жизни, принимая ее цикличность, либо все же пытаться и самому влиять на ход событий, разворачивая колесо в нужном тебе направлении.

**Аркан в отработке:** испытания Колеса Фортуны могут быть связаны с неожиданными поворотами судьбы, с которыми непросто справиться. Следует остерегаться расчета на авось. Аркан учит: или ты управляешь своим Колесом, или будешь бегать в нем, как белка в колесе. Для прохождения испытаний, отправляемых этим арканом, нужно учиться искать новые решения, менять установки, чтобы выбираться из замкнутого круга схожих событий.

**Аркан в таланте:** способность управлять удачей, моделирование желаемого.

### По датам рождения/Отношения

Как аркан основы отношений Колесо Фортуны может означать, что знакомство выглядело как неожиданное стечение обстоятельств, а отношения закрутились и события происходили как будто независимо от самих людей. Это отношения, в которых присутствует цикличность — подъем и спад. Куда приведет это Колесо — никто не знает. Случайно вы можете встретиться, но так же случайно и расстаться. Обстоятельства могут складываться как в пользу вашей пары, так вас может преследовать и череда неприятных непредвиденных событий.

**Аркан отработки отношений:** испытания Колесом Фортуны пары могут происходить в виде неожиданных поворотов судьбы. Возможно, вам не раз в этой паре придется случайно узнать о чем-то не совсем приятном либо по кругу переживать что-то, с чем вы с

удовольствием предпочли бы не сталкиваться... Колесо может испытывать ваши отношения на прочность.

**Аркан таланта отношений:** ваше влияние друг на друга можно сравнить с Колесом Фортуны, которое может разворачивать жизнь, приводя к переменам. Отношения могут закрутиться как будто не по вашей воле, приводя к изменениям в разных областях жизни. Что из этого получится? Будет ли это приятная полоса или она приведет вас к замкнутому кругу и сложностям? Что приносят вам эти отношения? С Колесом нужно быть аккуратным, порой кажется, что оно катится в нужном направлении, но вовремя не может остановиться. Управляйте им, чтобы ваши отношения крутились в верном направлении, принося друг другу удачу и счастье.

### Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Давление в глазах, тяжело смотреть. Мечом пронзают птицу, прямо в сердце, льется кровь, тушка съезжает по мечу к рукоятке, голова птицы отрывается и катится, падает в воду, там ее съедает рыба. Но я смотрю эмоционально отстраненно, как в кино, не чувствую своей связи с этими событиями. Так происходит, когда я вынуждена сталкиваться со сложными событиями, мне все равно надо что-то делать, повторять раз за разом попытки и требования, пока я не добьюсь своего. Возникло воспоминание о женщине в инвалидной коляске. Понятно, что она сталкивается с некоторыми ограничениями в движении, но она старается не придавать этому значения. Как и я. Это все не так сложно для меня, это привычно, это нормально...»

Увидев, что за карта была перед ней, ученица начинает размышлять о цикличности, повторяемости схожих ситуаций в своей жизни и попыток как-то их изменить, признает, что у нее есть ощущение толкания тяжелого колеса. Однако пока она предпочитает отстраняться от этого ощущения, не думать об этом.

Работа над арканом — принятие цикличности и монотонности, но при этом понимание, что ты можешь быть в нижнем положении, и тогда это окрашивается в темные тона, но можешь быть и наверху Колеса, надо понимать относительность и повторяемость обоих состояний. Ученице стоит подумать, почему какое-то неприятное событие, связанное для нее с требованиями к себе и окружающим, повторяется раз за разом.

### Анализ ощущений от аркана

Что в моей жизни бесконечно повторяется? Хотел бы я это изменить?

Какими могут быть причины этих повторений? Какие схожие решения каждый раз я принимаю, что приводит к этим повторам событий?

Движусь ли я в жизни в том направлении, в котором хочу?

Куда катится моя жизнь? Что я хотел бы изменить в ее маршруте?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### Работа над арканом

Проанализировать повторяющиеся события жизни и понять их причины — какое событие было первым из этой череды? Что в этом событии осталось непонятым, почему возникла потребность проходить его раз за разом?

Как можно изменить поведение, чтобы не приходиться раз за разом к повторению этого сценария?

Проанализировать повторяющиеся сны, понять, в чем их общая тема, чем эти сны вызваны.

### Переход от аркана 10 к аркану 11

От познания судьбы — к переменам в ней и управлению.

## Аркан 11. Вождеделение

*Управляй своей силой.*

Аркан Сила, или Вождеделение, — число 11, в котором две равные единицы взаимодействуют друг с другом, что может означать как их борьбу, так и возможность объединиться. Число 11 связано также с преодолением границ — мы преодолеваем круговорот судьбы числа 10, совершая какой-то революционный прорыв в своей жизни.

Как совершить этот прорыв?

Если аркан 11 не проработан, то в нас нет этой энергии для прорыва. Вся энергия уходит на внутреннюю борьбу. Борются психическое внутреннее пространство и эго.

Это, привыкшее к чему-то, с трудом готово это менять. И, избегая перемен, мы можем подавлять свои глубинные желания. Но на удержание своих истинных желаний будет уходить много энергии.

Внутренние конфликты могут происходить между разными частями нашего Я, отчего мы вновь будем лишаться энергии. То одна

часть нашего Я, то другая может подавляться нами, а потом вырваться, слепо снося все вокруг.

Не борясь, но заглянув внутрь себя без страха, мы можем обнаружить, что наши субличности — не враги друг другу, а необходимые друг другу соратники. И лишь объединив их, можно совершить желанный прорыв.

Подобное же происходит у нас в отношениях с людьми. Порой мы, сами того не понимая, предпочитаем бороться с тем человеком, союз с которым был бы для нас наиболее плодотворен.

Если аркан вызывает приятные ощущения, то какого типа эти ощущения? Образы, пришедшие в работе над этим арканом, могут говорить о том, что именно может позволить тебе примирить в себе разрозненные частицы. Испытывал ли ты прилив энергии при работе с арканом? Какой образ, человек или ситуация создавали этот прилив энергии?

Этот аркан связан с готовностью к действиям, с твоей внутренней согласованностью и способностью направить все силы на желаемый прорыв. Соответственно, все, что возникало в подсознании, наполняя тебя энергией, — это подсказки для тебя, то, на что ты мог бы опираться в себе для совершения этого прорыва.

Ты способен менять не только свою жизнь, но и влиять на перемены вокруг. Возможно, в пришедших при работе с арканом 11 образах ты увидел то, что и нужно наконец решиться сделать в своей жизни?

Если аркан вызвал неприятные ощущения, то какого типа? В твоём подсознании мог всплыть былой конфликт, на удержание которого до сих пор тратится много энергии. Возможно, с чем-то в жизни твое эго до сих пор не смогло смириться и буйствует внутри. Проанализируй свои реакции.

Внутренняя борьба всегда провоцирует борьбу внешнюю. И если внутри тебе не удастся договориться с какими-то частями себя, ты продолжаешь с ними бороться во внешнем мире.

Неумение управлять своими эмоциями, агрессией — это растрата огромной энергии в пустоту. Направлять эту энергию можно продуктивно, стремясь совершать перемены в существующей системе.

### **Упражнение «Контакт с Силой»**

Закрой глаза. Представь себя стоящим перед львом и девушкой. Спроси у них, как они взаимодействуют. Задай им вопросы, как правильно тебе применять свою силу, как сделать так, чтобы они действовали согласованно, на что эту силу направить. Ощути себя львом и попробуй повзаимодействовать с девушкой. А затем смени роль — попробуй почувствовать себя девушкой и взаимодействуй со львом.

## По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** аркан Сила в качестве основы личности означает, что в тебе заключены революционная сила и мощь, страстность натуры, способность вести за собой. Но эта сила может растрачиваться впустую или подавляться. Сила и разум должны действовать согласованно.

**Аркан в отработке:** сложность в управлении своей силой. Испытания связаны с преодолением внутренних и внешних конфликтов. Вся сила уходит на борьбу с собой. Проработка аркана связана с преодолением бесполезных войн и умением направить свои силы на действительно важные перемены.

**Аркан в таланте:** революционная сила. Новшества, привнесенные в окружающий мир. Преодоление круговорота однообразности, победа. Человек с такими талантами способен вершить великие дела. Важно, чтобы они были во благо окружающим.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** могут составить пару, в которой оба равны, и две силы хоть и пытаются бороться, но могут очень плодотворно действовать вместе. Это усиление друг друга, часто через сопротивление, через борьбу. У такой пары большой потенциал к совместным достижениям.

**Аркан отработки отношений:** испытания могут быть связаны проверкой правильности использования силы партнера. Оба могут тратить силы на борьбу друг с другом. В то время как преодоление испытаний связано со способностью объединять две силы в одну, чтобы направить ее на совместные достижения, а не борьбу друг с другом. Возможны проявление жесткости в отношении друг друга, постоянное чувство напряжения и сомнений. Аркан через столкновения учит партнеров быть сильнее. Партнеры должны учиться как управлять, так и подчиняться друг другу, гармонично двигаясь вместе в едином направлении.

**Аркан таланта отношений:** союз, в котором оба равны и вместе составляют мощную силу, способную привести к кардинальным изменениям в жизни друг друга. Вместе вы способны вершить большие дела. Главное, помнить, что в этом союзе вы оба равны, и действовать совместно.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Затылок стянуло, на голове словно шлем, что-то тяжелое, хочется выпрямиться, чтобы это удержать. Сила пошла какая-то, ощущение силы. Уверенность, приятное чувство. На голове — корона, как обруч.



Я умею делать что-то важное, зрелое. Хочется кивать головой, правильно, молодец, хорошо, так. Связано с мужским. С каким человеком? Дед. Его опыт, уверенное движение, знание, что делать. Спонтанные образы — руль, лошадь, лодка, все, что движется и чем можно управлять».

Увидев карту, ученик испытывает удовлетворение, так как аркан был точно назван. Он комментирует, что ощущал силу и способность ею управлять.

Работа с арканом должна заключаться в проверке, обладает ли человек только силой слепой, силой инстинкта. Или она управляема интуицией, тонкой энергией. В данном случае, возможно, именно сдерживающее ощущение обруча или короны и являлось образом интуиции, управляющей слепой силой инстинкта. Для ученика связь с энергией аркана, возможно, осуществляется через управление чем-то — машиной, лошадью, лодкой.

### Анализ ощущений от аркана

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### Работа над арканом

Разобраться с внутренними конфликтами.

Научиться направлять энергию вовне.

Действовать, менять окружающее.

Научиться терпению.

Прислушиваться к интуиции.

Направлять энергию в созидание.

### Переход от аркана 11 к аркану 12

От управления своей силой — к готовности жертвовать.

## Аркан 12. Повешенный

*Не бойся потерять себя.*

На этой стадии наступает готовность к добровольной жертве. Сможем ли мы пожертвовать своим личным Я, чтобы очиститься от ложных представлений и страхов потерять личное, от своих ограничений и установок, к которым так привязаны?



Когда наш взгляд сфокусирован только на профессиональных или материальных аспектах жизни, что-то большее может ускользнуть от понимания. Мы могли быть настолько убеждены в своей правоте, настолько отдаться власти какой-то своей позиции, что это нам просто не позволяло увидеть ситуацию с другой стороны. Но, когда мы отказываемся от привычного, добровольно освобождаемся от установок материального мира, за который так крепко привык держаться наш ум, уходим «в лес» своего бессознательного, мы испытываем мучительный период, почва уходит из-под ног, мы уже не настолько безапелляционно уверены в себе, как это было раньше и мешало прозреть. Это сродни погружению в самые глубинные страхи, исход которого неизвестен.

И вот мы устремляемся в то пространство, в котором готовы испытать страх. Это жертва ради нового. Так проходили и древние посвящения, при которых важно было уметь остаться в природной среде со своими страхами наедине, чтобы повзрослеть и обрести контакт со своей внутренней силой. Это познание через страдание, лишение, боль, чтобы увидеть ситуацию иначе, сменить фокус, посмотреть на ситуацию с другой стороны.

Освобождение от привычного всегда болезненно. Но в такие сложные периоды мы можем получить доступ в те области, которые в привычном состоянии были закрыты.

Стоит перестать держаться за эти убеждения, как перед нами открывается новый мир, озаряют новые истины. Что делать дальше — пока неизвестно. Старое уходит, новое не пришло. Сознание из обыденного переходит на новый уровень — понимания иных законов, влияющих на мир.

Так, аркан Повешенный связан с переворачиванием привычных взглядов. Материальный и духовный миры как бы меняются местами. Повешенный начинает видеть духовный мир, при этом материальный мир перестает быть единственно ценным.

Энергия этого аркана — наш проводник к творчеству, эзотерическим знаниям, измененному состоянию сознания, трансу. Его обратная сторона связана с невозможностью души адаптироваться к земным условиям — паническими атаками, страхами, самоубийством, наркоманией и алкоголизмом, шизофренией, мазохизмом. Или страхом перед всем этим настолько, что эго пытается нас отгородить от любых намеков на потерю контроля над сознанием.

Как и в любом другом аркане, на Повешенном можно застрять. Можно полюбить и лелеять это свое измененное состояние сознания, находиться в нем, уже не стремясь возвращаться в сознание. Это может привести к увлечению наркотическими и алкогольными веществами, к тому, что материальные дела начнут рушиться, потому что человек уже перестанет ценить их.

Привыкнув к состоянию «жертвенности», можно начать им и гордиться, и даже не стремиться встать на ноги, а продолжать сеть, даже если и пора было бы перейти к следующему шагу.

Приятные ощущения, притяжение к аркану могут говорить о его проработанности, необычном взгляде на вещи, нестандартном подходе, творческих способностях, другом мышлении, талантах в искусстве. Значит, твое поле не боится этого погружения и этих состояний, когда эго теряет контроль. С какими событиями в жизни у тебя связана энергия Повешенного? Что в твоей жизни перевернуло сознание? Какие люди этому поспособствовали? Возможно, подсознание показало тебе эти образы.

Если ощущения от аркана были неприятные, то энергии этого аркана у тебя могут быть не проработаны. Что этому мешает? Или, возможно, с этими энергиями связаны неприятные воспоминания, потому что ты с ними не смог справиться? Радости нет, достижения не удовлетворяют, своя непохожесть угнетает, творчество через боль и страдания, нет понимания смысла жизни.

Например, ты можешь увидеть свое место работы, и это может сопровождаться чувствами тоски и горечи. Проанализируй, может быть, твоя работа уже не вызывает в тебе уверенности и ты чувствуешь себя жертвой обстоятельств, находишься там в подвешенном состоянии. Чтобы сделать шаг дальше, тебе нужно признать это. Взглянуть на то, на что ты смотреть боялся: может быть, пора с этой работы уйти?

### Упражнение «Контакт с Повешенным»

Закрой глаза. Представь Повешенного. Задай ему вопросы: чем он жертвует? Для чего? Что должен отдавать ты? Задавай ему вопросы, связанные с причинами твоих мучений, застреваний. Выслушай его ответы. Представь, что ты сам стал повешенным. Почему ты висишь? Что ты чувствуешь? Что ты получаешь от этого состояния? Что отдаешь миру? Готов ли отказаться от всего?

### По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** нестандартный взгляд на мир, познание через страдание. Важно уметь видеть эту свою особенность, не обесценивая и отличных от себя людей. Такой человек может бессознательно все доводить до критической точки, чтобы уже в последний момент заняться решением нужного ему вопроса. Он учится и раскрывает свои истинные таланты в кризисных ситуациях.

**Аркан в отработке:** испытания, связанные с этим арканом, могут быть в областях, где требуется жертвовать собой и своими убеждениями, где все застревает в неопределенности, происходит застой. Надо

разобраться с вопросами жертвенности в своей жизни. Кто жертва, а кто тиран? Проживать жизнь или отдать ее в жертву другому — например, созависимость. Или стать тираном, мучая окружающих, — зависимость (алкоголизм, наркомания). Это те испытания, с которыми может столкнуться человек с этой отработкой. Чувство вины.

Нужно учиться отдавать, не бояться терять себя, раскрывать свой гений, принимая все многообразие своего внутреннего мира. Возможно, для этого придется пройти через боль и страдания, пережить лишения. Столкнуться с ситуациями, где требуется жертвовать собой, — например созависимость. Переживать чувство вины и изгойство. Отрабатывать аркан — значит, понимать в себе это и принимать озарения и таланты, даруемые этим арканом.

**Аркан в таланте:** интуиция, мистические озарения, нестандартные идеи, чувствительность, способность находить выход из критических ситуаций. Важно, чтобы ваши особенности были задействованы в вашей деятельности — творчестве, духовной сфере, там, где требуются открытия и новые подходы.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** непростые отношения, в которых всегда то один, то второй могут чувствовать себя чем-то жертвующим другому. Совместные открытия через болезненные ситуации — непростое обучение. Отношения, требующие осмысления. Партнеры могут пережить совместные кризисы, в которых их отношения висят на волоске. При условии понимания особенностей друг друга, готовности жертвовать чем-то ради партнера, то этот союз хорош для совместного духовного развития.

**Аркан отработки отношений:** испытания могут быть связаны с тем, что оба держат друг друга в подвешенном состоянии, мучают. Каждый должен чем-то жертвовать, но жертвовать тяжело. Партнеры могут требовать и ждать жертв от второго. Прохождение этих испытаний — научиться не держаться за свои установки, уметь друг другу отдавать, поддерживать.

**Аркан таланта отношений:** в этих отношениях большую роль может играть совместное преодоление сложностей, помощь друг другу, через партнера можно раскрыть более глубокие чувства, понимание себя. Взаимодействие может подарить паре осмысление и пересмотр жизненных ценностей и кардинальные перемены в жизни. Результат этого взаимодействия может быть необычен, нестандартен, например, открытие, озарение, произведение искусства, необычное решение проблемы, новый ракурс, новая идея. Взаимодействие может помочь увидеть жизнь с другой, новой для себя стороны.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Ощущение глотания. Набираю воздух, чтобы сказать, но не говорю. Это привычное состояние. Очень привычное. Хочется кашлять. Говорение заменяется питьем или едой. Напряженное все время горло получает награду вкусом. Связано с публичностью, выступлением, внимание публичным, с растерянностью. Трудно говорить по телефону. Это школьные ощущения, надо что-то говорить у доски, презентовать себя, надо соответствовать, но слишком много сигналов, непонятно как в этой ситуации себя вести. Напряжение, напряжение...».

На открытую карту реакция нервная. Видно, что аркан сильно заряжен.

Ученику страшно терять свое лицо. Страх публичности как раз говорит об этом же — он боится, что его не поймут, не признают. Это непроработанный Повешенный. Нужно не цепляться за какой-то желаемый образ себя, а отдаться тому процессу, которым он занимается, например публичному выступлению, не думая о реакции социума. Заметно сильное застревание на аркане. Склонность к мазохизму, мучительному нестабильному перевернутому положению. Необходимо сдаться, оставить себя старого в прошлом, потерять себя, умереть в каком-то смысле, чтобы действовать свободно.

## Анализ ощущений от аркана

Чем я жертвую в своей жизни и ради чего/кого?

От кого я жду жертв в отношении себя и почему?

Чем я не могу пожертвовать ни за что и чего я из-за этого лишуюсь?

Что мне дали периоды мрачных/грустных/депрессивных состояний? Что я для себя из них вынес?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

## Работа над арканом

Разобраться с ощущением себя жертвой, чувством вины.

Принимать свой нестандартный взгляд на мир.

Уметь делать что-то без оплаты, но и смело говорить о стоимости работы.

Если помогать, то уметь делать это бескорыстно.  
 Уметь отказывать.  
 Не вестись на манипуляции других.  
 Уметь отдавать.

## Переход от аркана 12 к аркану 13

От готовности жертвовать — к прощанию и отпусканию прошлой жизни и старого Я.

# Аркан 13. Смерть

*Оставшая немужна в прошлом.*

Аркан Смерть связан с прощанием со старым Я. На Повешенном мы принесли в жертву свои убеждения, установки и получили представление о той стороне себя, к которой не было доступа раньше. Так, человек, привыкший проявлять во всем инициативу, уверен, что иначе в его жизни ничего не получится. Но на аркане Повешенный он может пожертвовать этой своей уверенностью. Не проявлять инициативу и с удивлением обнаружить, что тогда она может прийти и извне. Открытие, пришедшее к нам на аркане Повешенный, приводит к тому, что мы уже не можем жить, как раньше, так как наш мир и представление о себе изменились.

Наступает время для аркана Смерть. Он означает расставание с прошлым, смерть всего старого, освобождение от него.

Ощущения, приходящие во время настройки на аркан, связаны с нашим умением либо неумением отпускать прошлое и принимать новое в свою жизнь. Во время настройки на аркан могут всплыть события из жизни, люди, образы, с которыми нам когда-то пришлось попрощаться или потребность прощания с которыми мы внутренне признаем. Прощание может означать как расставание с человеком, так и кардинально иные отношения с ним, то есть смерть прежнего типа отношений.

Неприятные ощущения от карты — невозможность перемен или страдания, что они произошли. Неготовность с ними мириться. Душевные муки. Цепляние за прошлое. Невозможность расстаться с тем, с чем расстаться нужно. Что за образы, ситуации, люди вспомнились при работе с арканом — возможно, именно с ними нужно поработать.

Если мы застреваем на какой-то трансформационной ситуации, связанной с потерей, расставанием, переходом на иной образ жизни, то часть нас как будто продолжает находиться на этом аркане — в состоянии Смерти. Так, каждый из нас как будто име-

ет «труп» внутри — когда произошло нечто для нас страшное, часть души «умерла», мы не смогли принять эту ситуацию и похоронили часть себя где-то в глубине подсознания. Работа над арканом — это возвращение себя в эти ситуации, чтобы расстаться с ними, допережить их и оживить эту часть своей души.

Об этом могут быть сны, в которых присутствуют трупы, возможно, это ситуация, которую мы не хотим помнить и которая требует того, чтобы ее вытащили и разобрались, часть себя, от которой мы отказались, «похоронили». Например, если когда-то произошло нечто болезненное при попытке высказать свои чувства, любовь и мы были поняты превратно или осмеяны, мы могли подавить, «убить» свою любящую и чувственную часть, так как она принесла нам боль. Значит, нужно вернуться в эту болезненную ситуацию, вспомнить себя чувствующего и любящего, прожить вместе с той частью себя боль, выплакать ее и принять свою забытую часть души.

Когда-то мне часто снился сон, что я ухожу из квартиры то знакомых, то друзей, то просто с какого-то неизвестного мне места с собакой в руках. Этот сон я не понимала, и пока не удавалось разобраться в его причинах, в разных вариациях он продолжал ко мне приходить. Однажды меня осенило: этот сон был желанием изменить когда-то давно произошедшее, поскольку внутри я случившееся так и не смогла принять. Уезжая в другой город учиться, я изменила в своей жизни все — место жительства, окружение, образ жизни. Это было непросто, я справлялась, как могла. И я не взяла с собой свою собаку, она осталась в другом городе с мамой. Через какое-то время собака умерла от старости.

Чувство вины, что я могла бы ее взять с собой в другой город, хотя в действительности это было невозможно, так как мне и самой негде было жить, видимо, глубоко засело в моем подсознании. Как будто часть меня, часть моей души вынуждена была перестать чувствовать, «умереть», чтобы пережить все это. И когда по прошествии многих лет я поняла, что мне безумно стыдно перед собакой, я начала рыдать, оплакивать ее смерть, свою вину перед ней, свой отъезд... И та часть души, которую я игнорировала, вновь оживала, чувствовала, освобождалась. После этого сны о ней прекратились.

Порой нам слишком сложно признать и пережить свою вину перед кем-то, неразделенную любовь или предательство близкого, потерю или другие тяжелые для нас чувства, и мы «замораживаем» эти чувства в себе.

Чтобы оживить себя, надо вернуться мысленно в те ситуации, пережить их заново, освободиться от их тягостного хранения внутри. Выплакаться, выговориться, написать об этом... В дневник, или стихи, а может, песню... Можно нарисовать рисунок, стара-

ясь передать в нем чувства, а, может, придумать танец. Искусство помогает нам передать самые глубокие чувства, проживая и освобождая их из внутреннего заточения. И шагнуть дальше в жизнь, оставив в прошлом то, что уже нужно отпустить.

Если справляемся с арканом, то отпускаем старое, прошлое, свои былые установки, привычки, даем дорогу новому. Если не прорабатываем, то цепляемся, мучаемся, находимся в депрессивном состоянии.

Способность принять, что прошлое нужно оставить в прошлом, трансформирует нас, открывает путь к переменам. Все в нашей жизни не удержать. Мы меняемся, и меняется жизнь вокруг нас.

### Упражнение «Контакт со Смертью»

Представь, что видишь перед собой Смерть. Поговори с ней. Зачем она пришла? Чего от тебя хочет? Задай ей интересующие вопросы и выслушай ответы. Представь, что ты сам — Смерть. Увидь свой образ со стороны. Поговори с позиции Смерти с самим собой.

### По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** в жизни такого человека аркан проявляется таким образом, что он часто как будто начинает жизнь заново. Ему особенно важно понимать это и принимать. Благодаря этой своей особенности он может помогать своим появлением и другим людям начинать новую жизнь и забывать старое. Аркан может придавать человеку смелость, умение трансформироваться, меняться, но в то же время обратная сторона аркана может проявляться в виде долгих переживаний и нежелания отказываться от прошлого. Каждый раз преодолевая обратную сторону аркана, человек все больше принимает свою способность к трансформации, и умение помогать в этом другим совершенствуется.

**Аркан в отработке:** аркан Смерть в отработке при расчетах встречаться будет крайне редко, только если мы будем рассматривать рожденных в конце 2000-х. Испытания от аркана Смерть связаны с потребностью пережить потерю себя старого, старого окружения в целом. Проработка связана с умением дать место новому и проживанием трансформационных ситуаций.

**Аркан в таланте:** быть открытым новому, меняясь и оставляя себя старого в прошлом. Менять жизнь окружающих. Помогать им что-то оставлять в прошлом, привносить в их жизнь новое, например, начинать то, что они никогда не делали. Вдохновлять на перемены. В профессиональной деятельности такой человек может создать нечто уникальное, а также заниматься чем-то, что трансформирует людей, преображает их.



## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** отношения, трансформирующие партнеров, связаны с тем, что каждый из них помогает другому оставить прежний уклад жизни в прошлом. Партнеры могут способствовать друг другу в том, что что-то в их жизни кардинально меняется — это может быть и работа, и круг общения, и место жительства, и страна, и прежний образ жизни. Хорошие это перемены или нет, заранее предугадать нельзя. Возможно, им также придется пережить расставание друг с другом, чтобы отношения перешли на новый уровень. В целом это непростые отношения, требующие от обоих внутренней зрелости. Они могут влиять на то, что каждый из партнеров вынужден от чего-то отказаться, оставить что-то в прошлом, чтобы внутренне измениться.

**Аркан отработки отношений:** испытанием пары может быть расставание, которое необходимо пережить. Возможно, после этого расставания будет новый этап отношений, где оба, обновленные и переосмыслившие роль друг друга в жизни, возобновят свой союз, но уже на новом уровне и в новом качестве.

**Аркан таланта отношений:** партнеры помогают друг другу в непростом процессе перемен в жизни. Помогают меняться личностно, как будто прошлая личность каждого из них меняет кожу на новую, и в этом они играют главную роль в жизни друг друга.

### Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученица описывает ощущения: «Чувствую расширение в груди, как при вдохе. Хочется дать простор сердцу. Но сердце сдавлено, хочется, чтобы оно ожило, забило. Чувствую, что надо аккуратнее с собой, бережнее. И это связано с длительными отношениями. Не могу больше имитировать. Играть в любовь. Обиды. Мужские образы, знакомые, с ними связано, что сердце перестало работать, закрылось. И сжато. Как будто чувства были не так восприняты, неуместны, нелепы, обесценены, и сердце сжалось...»

Увиденная карта вызывает понимание, узнавание, да, то, что ученица чувствовала, похоже на состояние смерти. Она объясняет, что в прошлом что-то в ней умерло. Какая-то часть нее, способность чувствовать.

Работа с арканом — нужно понять ситуацию, которая больше всего задела ее чувства в прошлом. Заново прожить ситуацию, позволить сердцу снова биться, разобраться в этой истории.

### Анализ ощущений от аркана

Были ли в моей жизни периоды, когда приходилось начинать все заново?



Какие ситуации в жизни мной не допрожиты, что я не выплакал, не довыстрадал?

Есть ли сны, когда мне снятся те, кого уже нет в живых, или те, с кем или с чем отношения давно прекратились? Что в этих отношениях осталось для меня недоразрешенным?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### Работа над арканом

Уметь отпускать то, что нужно оставить в прошлом.

Научиться любить жизнь.

Не бояться возвращаться мысленно в прошлые болезненные ситуации.

Допрожить то, что вытеснялось или подавлялось.

Принять, что все имеет свой конец и начало.

Начинать новое, не цепляясь за старое.

### Переход от аркана 13 к аркану 14

От прощания с прошлым — к искусству создания нового.

## Аркан 14. Искусство

*Соблюдай гармонию.*

После освобождения от прошлого, ложных установок, мы способны создать новое Я, и это аркан Искусство, или Умеренность. Так, после тяжелых жизненных ситуаций, расставаний, мы переживаем боль утраты, но обновляемся, освобождаемся. И главный смысл этого аркана — соединение противоположностей, принятие того, что не принималось ранее, интеграция тех качеств в себе, которые отрицались.

То есть когда старое умерло, можно создавать новое таким, каким хочется его видеть. После потери своих былых установок новые создавать мы можем уже более зрело. Понимая, что все должно быть в нас уравновешено.

Если, например, в детстве нам внушали, что важно быть сильным, а слабым — недопустимо, то мы могли стать личностью тревожной, постоянно стыдящейся своей слабости и испытывающей сложности из-за этого. Но, отказавшись и попрощавшись со своим

старым представлением о том, что надо быть только сильным, мы освободили себя. И теперь можем создать себе новые представления: нужно быть в меру сильным и позволять себе в меру слабость.

Внутренняя борьба или искусство внутреннего единства? — это главный вопрос, который стоит при работе с этим арканом.

Сильное и слабое. Инстинкт и разум. Активность и пассивность. Силы противоположностей и сила четырех стихий — искусство их соединения в себе — высшее мастерство.

Внутри в этот период возможны пустота, обновление и легкость, и в этом состоянии в наших силах построить в своей жизни что-то иначе, в новом виде, иначе себя вести, не повторять былых ошибок. Создавая нового себя и новую жизнь, мы переживаем метаморфозы, раздвигаем свои границы. Не только внутри себя, но и в работе или отношениях.

В отношениях с партнером мы можем в чем-то проявлять «воду» — нежность, чуткость, в чем-то «огонь» — силу и страсть, в чем-то активность, в чем-то пассивность, быть разными — и в этом искусство этого аркана, в котором важно во всем знать меру. Так, например, после периода размолвок партнеры начинают пытаться вновь построить отношения, оставив былые сложности в прошлом, пытаются идти друг другу на уступки, изменить поведение.

В работе это гибкость и дипломатия, которая также требует умения вести себя по-разному. В отношении самого себя — это также примирение в себе противоположностей, соединение расщепленных частиц самого себя, мы стремимся достичь внутренней и внешней гармонии. И тогда наша жизнь становится сбалансированнее во всех сферах, потому что мы уже умеем управлять разными ее составляющими и частицами самих себя.

Аркан Искусство (Умеренность) — это энергия творчества, искусства идеальных соотношений, способность соединять несоединимое... Благодаря энергиям этого аркана мы способны трансформировать свои качества, искать их верное соотношение.

Аркан символизирует то, как мы своей мыслью творим образы. И правильный образ — залог правильного результата, который получим в результате своего труда.

Обратная сторона аркана — это актерская игра. Двойная жизнь. Двуличие. Когда мы, умея играть своими качествами, пользуемся этим. С одним человеком ведем себя одним образом, с другим — иначе. Так, муж может компенсировать недостающие качества жены, встречаясь с другой женщиной. Он соединяет несоединимое — жену и любовницу. Или человек работает на своего руководителя и его конкурента одновременно, с обоими пытаясь сохранить отношения, соединить несоединимое, потому что они чем-то компенсируют друг друга.

Если при работе с арканом ощущения были приятные, то можно говорить, что искусство создавать гармонию вам знакомо и удастся. С какими людьми, образами, историями ассоциировался в вашем подсознании этот аркан? Какие ощущения при этом присутствовали? Люди, которые вам вспомнились, возможно, как-то связаны со смыслами, описанными выше. Может, они помогли вам стать гармоничнее, может, у них вы учились чему-то, что было вам ранее не свойственно.

Если же ощущения от аркана были неприятные, болезненные, возможно, ты до сих пор не можешь принять что-то отличное от себя в других или не можешь уравновесить в себе противоположности. Что тебе вспомнилось? Какие образы нарисовались? Какие чувства при этом присутствовали?

### **Пример работы с настроем на поле аркана**

При работе с ученицей с этим арканом ей пришел образ гармонии. Этот образ породил целый ряд других образов — музыки, оркестра, вспомнилось, как мама решила, что дочери следует ходить не в музыкальную школу, а в спортивную. Она не могла объяснить свои чувства. Это было что-то вроде тревоги и пустоты.

Когда мы открыли карту и она увидела, что там лежала карта «Искусство», ее реакция была очень сильной. Она заплакала и сначала сама не могла понять, почему.

Мы начали разбирать ее ассоциации. Гармонь — это гармония, музыка и оркестр, играющий слаженную музыку, вызывали в ней странные чувства, потому что ей именно этого в жизни и не хватало. Вспомнившаяся история о маме была подсказкой, что когда-то она вынужденно начала заниматься не тем, чем ей было интересно. Девочку тянуло к музыке, а занималась она спортом, воспитывая боевой дух, конкурентность, волю. А музыка так и осталась несбывшейся мечтой.

В результате в жизни она подавляла свои чувства — чувство прекрасного, нежность, которые ассоциируются у нее с музыкой, а в делах была довольно активна и жестка.

Работа с арканом помогла ей увидеть, что ее «музыкальная» часть в ней никуда не делась. Она может гармонично ужиться в ней с боевой и активной стороной ее души.

Иногда у некоторых людей соприкосновение с этим арканом вызывает довольно сильные чувства. Аркан энергетически соединяет несоединимое, и если в человеке есть серьезный конфликт, то контакт с этим арканом может вызвать в нем болезненные чувства и негодование.

## Упражнение «Контакт с Искусством»

Закрой глаза. Представь ангела перед собой. Задай ему вопросы, связанные с тем, каким ты хотел бы быть. Какие качества в тебе следует усилить? Какие уравновесить? Что изменить в отношениях с людьми? Выслушай его ответы. Представь, что ты сам Ангел. Расскажи себе, каким ты хотел бы видеть себя и свою жизнь.

### По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности** говорит о способностях к искусству, дипломатии, ведению переговоров. Актерских способностях. Умении творить, «соединять несоединяемое». Чувство меры. Это люди — алхимики по своей натуре, часто с тонким чувством прекрасного. В то же время они могут казаться двойственными, ведущими двойной образ жизни, ведя себя одним образом с одними и совсем иначе — с другими.

**Аркан в отработке:** -----

**Аркан в таланте:** эти люди могут опираться в себе на творческие способности, создавать что-то новое. Могут примирять спорящих, быть хорошими дипломатами, урегулировать конфликтные ситуации. Им подойдут и профессии, в которых нужно из разных частей собрать гармоничное целое: это может быть и кулинария (как соотношение разных продуктов), и театр, кино, и политика, и дипломатия.

### По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** отношения как искусство. Пара учится примирению с отличным от себя, учится уживаться и принимать те качества второго, которые ему несвойственны. В такой паре обычно присутствует игра. Они могут каждый раз представлять друг перед другом как будто заново, в новом образе. В то же время нужно быть аккуратными с этой игрой, не заиграться в нее, так как она может привести и к двойной жизни.

**Аркан отработки отношений:** партнерам важно учиться искусству общения друг с другом. Могут быть испытания, в которых следует проявлять гибкость, быть с партнером разным в зависимости от ситуации, уметь в чем-то подстроиться под него. У такой пары возможны двойная жизнь, игра, обман, ношение масок. Оба могут быть друг для друга не тем, кем они воображают. Возможны противостояние партнеру и сложности во взаимопониманиях после срывания масок, а также резкая смена отношений.

**Аркан таланта отношений:** принятие природы другого человека, совместное творчество, отношения, полные приключений, откры-

тий. Такой паре никогда не будет скучно вместе. Их умение видеть различия и принимать их помогает им во взаимоотношениях не только друг с другом, но и с окружающим миром в целом.

### **Пример работы с настроем на поле аркана**

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Обострился слух. Начинаю слышать все четко, звеняще, могу определить каждую точку, каждый источник звука. Создается ощущение сферы вокруг. Ясность ума, свежесть, приятное чувство, хорошее здоровье, концентрация. Не чувствую нижней части тела — голова, руки, плечи, лопатки. Спонтанный образ — космонавт, как будто в открытом космосе свободно летает, вращается, плавает».

Увиденная карта вызывает у ученика улыбку, согласие. Но, возможно, ученик слишком концентрируется на мыслительных и абстрактных процессах, не уделяя внимания телу и материальным делам.

### **Анализ ощущений от аркана**

Какие противоположные качества в моей жизни уживаются?

Какие стороны себя я подавляю, считая, что они для меня невозможны?

Каким качествам себя мне следует уделить внимание и развивать, чтобы стать гармоничнее?

Чего я недостаточно даю своему партнеру, а чего недостаточно получаю от него? А в чем слишком переусердствую? Как можно было бы это сгармонизировать?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### **Работа над арканом**

Разнообразить свою жизнь.

Научиться сочетать в себе разные качества.

Постараться увидеть и принять в себе противоположные качества.

В общении уметь проявлять гибкость, принимая отличия других.

### **Переход от аркана 14 к аркану 15**

От создания себя нового — к главному испытанию.

## Аркан 15. Дьявол

*Притягивай к себе, что нужно,  
не ищущаясь на лишнее.*

В предыдущем аркане мы учились тонкому искусству гармонии. Этот аркан сталкивает нас, чувственным миром, земным, со всеми его предложениями. А также с теневой стороной нашей личности, которую также нужно понять и интегрировать. Пока мы ее боимся, мы невольно находимся в ее власти. На этом аркане мы учимся принимать свои потребности, желания, не подчиняясь им, но признавая их.

Любая установка в сознании или любая психологическая доминирующая функция создают в бессознательном собственную противоположность. Пока эта противоположность неосознанна, сознательная установка может развиваться однобоко, а бессознательная — набирать обороты. Например, установка, что системность — это хорошо, а спонтанность — плохо, приводит к сознательному стремлению к системности, в то время как бессознательная потребность в спонтанности возрастает. В таком примере спонтанность подавляется и становится теневой. Понимание и осознание противоположных качеств в себе и признание тех, о которых мы и не подозреваем, — это всегда непростой и новый шаг в процессе нашего развития.

Аркан Дьявол — символ доступа в самую глубинную зону, в теневую, туда, где заперты наши сокровища, непризнанные качества, но куда мы так боимся заглянуть. Этот аркан усиливает, прумножает как наши таланты, так и слабости. Потому с этой энергией нужно работать аккуратно.

Энергия Дьявола искушает нас самыми земными желаниями, проверяя нашу гармонию на прочность. Земные блага, успех, власть, деньги, сексуальные желания, наркотики, алкоголь, азартные игры — все это, если мы не знаем достаточно хорошо себя и не проработаны, может спровоцировать проявление нашей теневой стороны. Мы можем быть захвачены инстинктами, впасть в зависимости, испытывать постоянное внутреннее давление своего «темного начала», своей Тени, с которой боялись встретиться лицом к лицу. Для работы же над арканом Дьявол нужно понять эти свои стороны, а не бояться и не прятать их от самих себя, иначе они только разрастутся.

Однажды при работе с клиентом мы разбирали историю его отца. Он идеализировал свою жену, мать клиента, страну. Боялся видеть их темные стороны, желая лишь гордиться ими и поэтизи-

ровать. В критический момент жизни вылезла наружу его теневая сторона, которая за годы идеализации разрослась в нем до неведомых размеров. У него случился психоз, при котором он называл страну страшными словами, унижал и оскорблял жену. Вылез наружу и один из главных его комплексов — деньги. Он, как честный человек, не претендовал на большие, как хотелось бы, заработки. Но желание жить в большем комфорте сидело в нем. И при психозе тайные желания вырвались наружу. Он начал считать, что у него были миллионы, что жена его обворовывала и обманывала. Скромность, присущая этому человеку в обычном состоянии, вдруг при психозе обернулась своей противоположностью — манией величия и манией преследования.

Сознание мужчины, упомянутого в примере, не выдержало такой волны, вырвавшейся из бессознательного, что привело к неоднократным психозам и его госпитализации.

Как правило, к зависимости склонны люди, находящиеся в плохом контакте со своей теневой стороной. Они ее склонны подавлять до такой степени, что она всячески стремится получить свое место в их мире, подталкивая к употреблению. Ослабленное Эго тогда перестает так усердно отстаивать себя, и теневые качества «выбивают себе место». Таким образом, еще один момент, на который может повлиять неспособность осознать противоположности в себе, — это риск «сбивать» напряжение с помощью алкоголя и подобных «глушителей» сознания. Алкоголь, наркотики, ослабляя сознание, вытаскивают наружу теневые стороны личности, которые в обычном состоянии эго склонно подавлять. Так, тактичный и робкий может осмелеть, добрый — озвереть, агрессивный — проявлять терпимость, умный — позволить себе быть глупым и т.д.

Важно не пытаться подавить противоположную позицию в себе, но стремиться к ее осознанию. Научиться вытаскивать свои подавленные качества без употребления, осознавая их, примиряясь с ними, — это зрелость, стремясь к которой, зависимый может избавиться от своей болезни.

Символически теневые стороны часто связаны с черным цветом, чем-то страшным, пугающим, демоническим. В сказках символический Дьявол также удерживает наши подавленные качества характера, идеи, желания, способности, освободив которые, мы можем обрести целостность. Спасти их, освободить их, вновь обрести потерянное — это одна из многих задач, которые мы можем выполнить, погружаясь в недра своего Я.

Поэтому сны с черными мужчинами, демоническими образами и тому подобным, порой так пугающие нас, не столь страшны, а информативны и способствуют снятию внутреннего напряжения, если их осознать и проанализировать.



Если мы уже не боимся собственных желаний, то можем управлять ими. И тогда можем достигать успеха, но не зависеть от него. Получать деньги, но не жить ради них. Управлять земными благами, но не давать им управлять нами.

При работе с арканом могут возникнуть самые глубинные желания, страхи. Возможно, придут образы теневой стороны личности. Проанализируйте подробно, что за ситуации, люди пришли вам в голову и как это может быть связано с энергией этого аркана.

### Упражнение «Контакт с Дьяволом»

Закрой глаза. Представь, что перед тобой Дьявол. Поговори с ним. Чем он тебя искушает? Чего от тебя хочет? Что требует взамен? В чем твои самые большие страхи? Чем в себе ты не можешь управлять? Задавай ему интересующие вопросы и выслушай ответы. А потом представь, что ты сам — Дьявол. Твой образ стоит перед Дьяволом. От лица Дьявола поговори с собой, объясняя ответы.

### По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** обаятельность, харизма, успех, но часто — гордыня, с которой и пришел справляться человек в этот мир. Достижение эгоистических целей. Комплекс сверхчеловека. Способен видеть обман, слабые места других и пользоваться этим. Может попадать в разрушительные ситуации, проверяться на прочность. Сексуален, к нему тянутся люди, авантюрен. Любит земные удовольствия, роскошь. Он может пытаться этим пользоваться, манипулировать, притягивать к себе людей, но в то же время этот знак возлагает особую ответственность — не навредить, суметь не воспользоваться во вред доверием людей. Удачны сферы, связанные с известностью, популярностью, а также дела, требующие финансового чутья, — бизнес, инвестиции.

**Аркан в отработке:** -----

**Аркан в таланте:** обаяние, успех, известность, признание, деньги, притягательность, но при этом возможны потребность быть лучшим и зависимость от этого, принижение окружающих, навязывание своей воли, что может привести к проблемам во взаимоотношениях с окружающими и риску потерять наработанное. Добиваться своего может любыми путями, может достичь успеха в политике, бизнесе. Но этот аркан в таланте требует большой духовной работы, чтобы справляться со своей мощной энергетикой, которая может быть разрушительна.



## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** интерес друг к другу, в то же время и сопротивление ему, непонимание, стоит ли этому человеку доверять или не стоит с ним связываться, притяжение может смениться желанием отдалиться и избавиться от этих отношений. Может присутствовать ревность, сексуальность, совместное получение удовольствий, но также подталкивание друг друга повести себя не совсем правильным для окружающих способом. Возможны как успех и достижения, которым партнеры друг другу способствуют, так и предпочтение собственной выгоды.

**Аркан отработки отношений:** испытания пары могут быть связаны с недовольством партнеров друг другом в материальных вопросах (одному надо больше, второй не способен это дать) и другого типа эгоистичными желаниями, с искушениями со стороны других людей, через которые партнеры проверяются на искренность своих отношений. Если вы хотите быть вместе, не допускайте излишней зависимости друг от друга.

**Аркан таланта отношений:** социальный статус, материальные достижения, которые возможны при содействии друг другу. Но и жесткие уроки, если партнерам не удастся справиться со своими эгоистичными потребностями.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Живот, напряжение мышц живота, разделяющее на верхнюю и нижнюю части. Чувствую внутри себя процесс подъема энергии и как будто на уровне живота сдерживаю ее, не даю подняться, это похоже на подавление гнева или сдерживание себя от действий, даже когда они требуются немедленно. Пытаюсь затормозить, остановить, чтобы подумать, посмотреть спокойно. Если отпустить эту энергию на волю, то глаза залиты кровью, ум не спокоен. Связано с отцом — отец очень сдержанный человек, контролирует свой гнев».

Увидев карту, не удивляется, напряжение ощущается как соответствующее.

Очень много подавленного гнева, подавленная агрессия, ситуация, берущая начало в детстве. Поток жизненной энергии кундалини блокируется, гнев зажимается в животе. Не трансформируется в действие, а удерживается.

Необходимо научиться не останавливаться, не бояться спонтанной активности, принять ее как уравнивающую противоположность склонности к медлительности и сдержанности.

## Анализ ощущений от аркана

Какие качества в себе я боюсь признать?

В чем я боюсь себе признаться?

От чего я могу впасть в зависимость?

В каких ситуациях я рискую пойти по ложному пути?

Каковы мои слабости?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

## Работа над арканом

Научиться притягивать желаемое.

Не бояться своих скрытых сторон.

Научиться управлять гневом и своими желаниями.

Нарабатывать гибкость.

Научиться прислушиваться к окружающим.

Работать над эгоизмом, учиться состраданию.

Учиться многовариативности, избавляясь от категоричностей.

Освободиться от зависимостей.

## Переход от аркана 15 к аркану 16

От главного испытания — к избавлению от былых ограничений.

# Аркан 16. Башня

*Освободи себя от привязки к формам,  
суть — в душе.*

Если на аркане Дьявол возникла сильная зависимость от чего-то — денег, власти, контроля, другого человека и тому подобного, то аркан Башня связан с болезненной потерей, причем порой довольно жесткими вынужденными способами. Но также это разрушение иллюзорного представления, что мы что-то можем в этой жизни удержать и контролировать полностью. Шок, разрушение старого образа жизни, разрыв.

Так, могут выясниться измены, если партнер на аркане Дьявол увлекся кем-то на стороне, проблемы со здоровьем, если увлекся нездоровым образом жизни, потеря работы, если искусился совершать что-то, например, ради власти и денег.

Потерять в этой жизни мы можем что угодно. Полностью мы ничем не владеем.

Если мы не способны избавиться от чувства всемогущества, вседозволенности и справиться со своими зависимостями по собственному желанию, избавление произойдет не по нашей воле и особенно жестко. Как чистка, при которой то, от чего мы впали в такую зависимость, будет отнято.

Это всегда больно, но это и освобождает нас от власти ложного Я, которое может пребывать в иллюзии, что оно способно контролировать все. Работа над арканом Башня связана с избавлением от эгоистичных амбиций, гордыни.

Чем более мы способны отказаться от гордыни, тем более внутренне свободны и ни к чему не привязаны, а значит, можем раскрыть свои истинные таланты и способности.

Башня может проявляться в жизни по-разному, но, как правило, она связана с самыми глубокими и тяжелыми переживаниями, которые нам случилось испытать.

Неприятные ощущения от карты — гордыня, потребность в признании окружающих, стремление доказывать свою значимость, страх остаться ни с чем, отказ что-то отпускать, непризнаваемая потребность разрушить старую модель поведения, нехватка сил на избавление от этого, страх наказаний.

Если чувства при работе с арканом нелегкие, но выход из них ощущается, возможно, речь о пройденных испытаниях.

Люди, способные к выдерживанию энергий этого аркана, обладают огромной энергией, не боятся перемен.

## Упражнение «Контакт с Башней»

Закрой глаза. Представь себя летящим из разрушенной башни. Над тобой сияет глаз. Спроси у глаза, почему это происходит. Что ты делал не так? От чего должен освободиться? Представь, что ты и есть этот глаз. Ты разрушаешь Башню. Объясни своему образу, зачем это нужно.

## По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** стойкие и выносливые, непредсказуемые, новаторы, помогают приносить перемены, решительные. Башня в основе личности дает уникальную силу разрушать старое и освобождать место для нового. Это может быть дизайнер, который способен изменить устаревший интерьер, или полиция, или прокурор, способный разрушить преступные действия. Но может проявляться и в стремлении к саморазрушению и разрушению того, что нужно уберечь. Конфликтность.

**Аркан в отработке:** -----

**Аркан в таланте:** помощь другим в избавлении от страхов и комплексов, освобождение от оков, гордыни, возможно, иногда жесткими способами и не осознавая этого. Разрушает старое, чтобы создать новое. Любит перемены. При неумелом управлении этой энергией — разрушения, которые могут исходить от человека. Важно направить энергию в верное русло — например, строительство (разрушение устаревшего и строительство нового), дизайн (изменение старого стиля на новый), прокурор («разрушение» преступной деятельности).

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** партнеры даны друг другу как бы для проверки на прочность, но также могут помочь друг другу пережить сложный кризис. Может означать также совместное освобождение от каких-то зависимостей. Непростые отношения, могут делать друг другу больно, тем самым, с одной стороны, делая сильнее, но это может даваться болезненно и тяжело обоим. Функция, которую партнеры несут друг другу, — освобождение от придания значимости достижениям, своим успехам, материальным благам, иллюзиям, что человек может контролировать абсолютно все, чувства личного всемогущества.

**Аркан отработки отношений:** в отношениях присутствует разрушительное начало. Также отношения пары могут испытываться разрушениями как в их собственном взаимодействии, так и сложностями вне них, которые их отношения могут создавать. Сложности могут исходить от самых разных внешних и внутренних причин. Пара может пережить расставание либо не быть в силах разорвать отношения, от чего могут быть разрушения в их жизни. Внешние обстоятельства могут мешать и казаться непреодолимыми. Тяготящие обязательства, которые могут мешать разрыву отношений или мешать соединиться. В таких отношениях следует быть аккуратным, так как в них или из-за них могут происходить самые тяжелые последствия. Отработка в таких отношениях предполагает умение пережить катастрофы, отпускать, не держаться за построенное. Пусть оно и может разрушиться, потом оно может быть построено вновь. Уметь относиться к этому философски, не цепляясь за то, что все должно быть только так, как «я хочу», доверять тому, что происходит, даже если это ссора или разрыв.

**Аркан таланта отношений:** совместная борьба с чем-то тяжелым, критическим. Тяжело управлять энергиями разрушения, поэтому, несмотря на то что этот аркан в таланте отношений, он может казаться неуправляемым. Эти отношения могут помочь освободиться от внутреннего груза, давления амбиций, тщеславия, жестких установок.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Тревожность и напряжение в солнечном сплетении, неприятная щекотка поднимается наверх по пищеводу. Ступор, хочу что-то сказать, но чувствую как будто черный колючий цветок застрял в горле. Смесь обиды, гнева, тревоги, усталости. Хочу сказать «я — есть». Связано с фигурой отца, он меня не слышит, он очень высоко. Вспоминаются предметы из детства, игрушки, синий свитер отца».

Увиденная карта не вызывает удивления. При анализе выясняе́м множество тщетных попыток и провалов раз за разом, недостижение результата вплоть до привычки уже самому разрушать почти доделанное, чтобы это не сделала внешняя сила, чтобы было не так больно. Проблемы с самовыражением связаны с фигурой отца, он слишком идеален, высок, до его уровня, кажется, не дотянуться, и он так никогда и не заметит ребенка, говорящего ему «Я есть!».

Работа с арканом — умение сдаться, прекратить сопротивление, дать совершиться разрушению, не бояться обесценивания, не придавать этому значения, отдаться процессу, не ожидая результатов, выражать чувства, не боясь реакций. Не бояться разрушения «построенных башен», так как порой их разрушение и приводит к желаемым открытиям и результатам.

При работе с этим арканом у одной моей ученицы были необычные чувства. Она видела свет, небо, как будто она гуляла по какой-то поляне одна, потом пошел дождь, и она гуляла под дождем. Дождь омывал ее. Больше образов она представить не могла. А физическое ощущение отметила у себя в области груди. Когда я спросила, какое, она ответила, что что-то одновременно и сжатое, и легкое.

Когда мы открыли карту, она увидела, что на ней изображена Падающая Башня, она очень удивилась. На аркане изображены молнии, разрушение. А ее образы были столь противоположными, на первый взгляд.

Мы начали обсуждать, с чем для нее связан образ поля. Оказалось, что с детством, деревней, в то же время с чувством одиночества. А дождь как будто очищал ее.

Мы вспомнили ситуации, связанные для нее с Башней. Она рассказала, как переживала самую глубокую боль в своей жизни. Она была очень привязана к мужу, он умер от болезни. Она осталась одна, была совершенно не приспособлена к жизни без него, потому что вся ее жизнь была посвящена исключительно ему. Она помогала ему в его работе, дома заботилась о нем, а дети ее давно выросли.

Она пережила Башню, потеряла того, кто для нее был самым дорогим человеком в жизни, и избавилась от иллюзии, что способна управлять чужой жизнью. Много плакала. Обсуждая ее видение, мы поняли, что этот дождь и был ее слезами, которые смывали с нее боль.

## Анализ ощущений от аркана

Какими были самые большие потери в моей жизни? Почему они произошли?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

## Работа над арканом

Понять, в чем нужны перемены.

Простить себя и других.

Освободиться от привязок.

Усмирять гордыню.

Общаться на равных.

Не привязываться к материальному.

Не бояться потерь и освобождать себя от ожиданий.

## Переход от аркана 16 к аркану 17

От освобождения от былых ограничений — к нахождению своего истинного призвания.

# Аркан 17. Звезда

*Следуй своей звезде, она укажет путь.*

Аркан Звезда — звезда путеводная. Путеводная сила Вселенной. Она дарует исцеление после «разрушений Башни» и надежду, показывает дальнейший путь развития, помогает выйти из кризиса. Самое сложное остается позади.

Соприкоснувшись с энергиями Звезды, человек начинает понимать то, чего не понимал ранее, предвидит, чувствует тоньше и глубже, куда двигаться дальше, в чем его предназначение, кто он есть на самом деле.

Энергия этого аркана — возвышенное состояние, вдохновение, вера, наполненность...

В этом состоянии мы чувствуем особую связь с окружающим миром, раскрываются экстрасенсорные способности, развивается интуиция, и мы понимаем, что нужно делать и как.

Какие ситуации, люди и образы приходили к тебе в процессе работы с арканом? Какие чувства наполняли? Они могут быть подсказками, связующими звеньями с энергиями Звезды. Если ощущения при видении этих образов приятные, их можно применять при желании настроиться на энергии этого аркана. Если ощущения были неприятные, то, может, именно с этими образами и ситуациями связаны недоработки с энергиями Звезды. Возможно, эти ситуации недопоняты, не прожиты и мешают чувствовать себя наполненным, знающим свой путь, верящим в свое светлое будущее. Это может приводить к творческой нереализованности, непониманию, как найти свой путь и в чем его смысл жизни, потере вдохновения.

Работая с арканом, вы можете разобраться с тем, что именно вам мешает поверить в свою Звезду, — может быть, истории детства, разочарование в себе, в близком человеке и тому подобное. Попробуйте прожить их внутренне, простить и отпустить все, что было, и настройте себя внутренне на образ Звезды, сияющей для вас и показывающей вам путь.

При всей везучести и творческой одаренности, которые дарит аркан Звезда, он может привести и к «звездной болезни» и гордыне, если не делиться его энергиями, не помогать другим исцеляться и находить свой путь, не чувствовать благодарность за возможность испытывать эту целительную энергию Вселенной.

### **Упражнение «Контакт со Звездой»**

Закрой глаза. Представь себя стоящим на поляне под звездным небом. Над тобой женщина, льющая воду, которая оживляет все вокруг. Поприветствуй ее. Встань под поток воды, которую она льет. Прими энергии, которые будут наполнять тебя. Над твоей головой — звезда, почувствуй что она — твоя путеводная. Ты с ней в контакте, и она укажет тебе дальнейший путь. Попроси у нее поддержки. Задай интересующие тебя вопросы. Постой под потоком воды некоторое время. А затем поблагодари пространство за полученные энергии.

Поменяйся с ней ролями. Ощути, что ты сам льешь воду на свой образ, который видишь со стороны стоящим внизу. Подскажи себе дальнейший путь, которым хочешь двигаться. А затем возвращай свое внимание обратно в текущий момент.



## По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** человек с арканом Звезда в основе личности обычно довольно чутко чувствует свои желания, стремится к их исполнению как в отношении себя, так и других, старается им помочь. Верит в свою звезду. Чувствует себя проводником, помогает увидеть путеводную звезду другим. Знает себе цену. Творческая натура, которой подходит сфера искусства, может блистать на сцене, быть в центре внимания, получить известность в выбранной сфере. Может быть баловнем судьбы и иметь много талантов. Ставит высокие цели, масштабная личность. Может стать учителем духовной школы, раскрывать таланты в других людях.

**Аркан в отработке:** -----

**Аркан в таланте:** артистизм, развитая интуиция, способность показывать путь другим людям. Высокие идеалы. Стремится ввысь, и это видно во всем. Мечтатель, увлекающий к мечтам и других людей, давая им надежду на их воплощение. Чуток к тонким материям и склонен видеть философские смыслы во всем. Чувствует свою особую миссию с детства. Ведет людей за духовными знаниями и высокими идеалами. Сильная энергетика. Несет поток энергии, способный возродить, одухотворить самые разные сферы деятельности.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** этот союз целительно воздействует на обоих партнеров. Какого бы типа эти отношения ни были, партнеры могут оказывать поддержку друг другу даже на энергетическом уровне. Возможен совместный путь в направлении общей путеводной звезды. Увлеченность друг другом и доверие, мечты. Свет, изливающийся друг на друга. Отношения на тонком плане, духовное чувствование, притяжение, даже если люди находятся на большом расстоянии.

**Аркан отработки отношений:** испытания этой пары могут быть связаны с увлеченностью разными целями, но при этом с большим взаимным притяжением. Партнеры могут исцелять друг друга, открывать путь. Хотя возможны и несбывшиеся мечты... Также возможно, что партнеры будут мысленно или даже и физически находиться далеко друг от друга, например, в разных городах, как будто у каждого своя путеводная звезда, а жизнь разводит их в разные стороны. Им следует учиться беречь особенности друг друга, уважать ценность выбранного пути.

**Аркан таланта отношений:** в этих отношениях у партнеров как будто общая путеводная звезда, общие ценности, цели, мечты. Их общение может быть друг для друга исцеляющим, наполняющим.



Поддерживать друг друга они могут на самом тонком уровне. Вышеуказанные отношения.

### Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Живот сдавило, желудок. Неприятные ощущения. При усилении — концентрация, напряжение, хочется выпрямиться и сесть. Руки разведены, но хочется их соединить, но не получается. Странное чувство, что если я поддаюсь притяжению рук и дам им соединиться, доверюсь, то все будет хорошо. Я их соединяю, мне легче, склонив голову, ощущение, что надо признать, что я ошибалась, что надо было это сделать раньше. И вижу перед собой младенца. Как будто он появился от соединения моих рук. Я на руках поднимаю его из воды к воздуху.

Следующим образом перед глазами возникает Пан. Как на картине Врубеля «Пан». Я смотрю ему в глаза. Но не хочу к нему приближаться. Я его хорошо знаю, как будто я и боюсь к нему приближаться, но понимаю, что на самом деле не боюсь и это просто игра. И потом все же приближаюсь. Становится смешно, легко и хорошо.

Стоять перед Паном, немного волнуясь и испытывая и страх, и любопытство, — такое детское чувство, которое мне нравится. Ты как бы боишься, тебе нравится бояться, хотя ты знаешь, что можешь сделать то, чего как бы боишься, легко. Насмотревшись на этот образ, ловлю себя на мысли, что мне этот Пан надоел. И я как будто стала каким-то акробатом с вытянутым колпаком и носом, как у клоуна, который на велосипеде поднимается на небо...»

Когда ученица увидела карту, заволновалась. Она комментирует, что вероятно, Звезда призывает ее решиться на беременность, так как руки соединились и появился младенец. Что она до сих пор боится мужчин, как страшных Панов, но пора ей перестать играть и решиться на более тесный контакт с ними. В целом впечатления от работы с арканом остаются положительными. Ей становится легче думать на эту тему, она начинает рассуждать о том, почему для нее мужчина выглядит как загадочный Пан, и такой сказочный образ помогает более свободному описанию ощущений.

Я предлагаю ей подумать об отношениях Пан и Девочка, стоящая перед ним, как модели отношений в ее жизни.

### Анализ ощущений от аркана

Какие у меня мечты?

К какой звезде я держу путь? Какого будущего желаю?

Что мне мешает реализовать свои желания?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### Работа над арканом

Раскрывать свои таланты.

Избегать тщеславия.

Помогать другим открывать свой путь.

Развивать интуицию.

Поверить в свои мечты и найти пути к их воплощению.

Верить в себя и свою счастливую звезду.

### Переход от аркана 17 к аркану 18

От понимания своего предназначения — к управлению своим внутренним миром.

## Аркан 18, Луна

*Все, чего мы боимся, внутри нас.*

Мы уже увидели свою путеводную Звезду, а сейчас пускаемся в дальнейшее путешествие по арканам. Наш внутренний мир теперь освещен, но свет этот еще неявен и создает иллюзии и искажения — так и при свете Луны по ночам нам может показаться что угодно.

Подсознание не столь понятно нам, как сознание, поэтому подсознательный мир символически менее освещен и связан с Луной, а сознательный — с Солнцем.

Луна связана как с обманом, чем-то скрытым от нас, так и возможностью вскрыть обман. С мистическими откровениями — например, когда вдруг мы понимаем, что кто-то нас обманывает, или нам приходит в голову ответ на вопрос, который мы, казалось бы, и знать не могли. С чувствительностью, эзотерикой, познанием тайного. Ее откровения порой болезненны. И иногда мы сами не хотим знать того, что нам вскрывается, и предпочитаем обманываться. Под влиянием непонятных посылов подсознания нам легко запутаться, обмануться, погрузиться в эмоции, сбиться с пути. Работая с арканом Луна, мы учимся тонко чувствовать, быть внимательными к тому, что происходит у нас внутри, пытаться понять, где правда, а где ложь... Луна способна нас заморозить, но и запутать.

При работе с арканом могут вспомниться ситуации, связанные с чувствами, требующими большего внутреннего освещения, понимания. Ситуации и люди, которые до сих пор остались неразгаданными, непонятыми. Страхи, сомнения, разрешению которых следует уделить внимание.

### Пример работы с настроем на поле аркана

При работе с арканом Луна, лежащим рубашкой вверх, ученица испытала злость, обиду, начала задыхаться. Она сказала, что похожее чувство испытывает почти постоянно в моменты непонятно откуда берущейся тревоги. На вопрос, с чем у нее это чувство ассоциируется, в слезах начала рассказывать о том, что ее первый муж был алкоголиком. Он все время обещал ей перестать пить, она чувствовала, что он ее обманет, но старалась верить. А потом он напивался тайком, и она совершенно утратила в него веру. Но не могла заставить себя развестись с ним из-за чувств к нему, страха предать его, желания помочь и из-за маленького ребенка, которого боялась лишить отца. Каждый раз, когда вскрывалась очередная его тайная попойка, каждый раз, когда он очередной раз обманывал ее, она начинала испытывать боль и обиду, которые стали в конце концов постоянными фоновыми ее чувствами. Но она не осознавала, что именно эта история стала вызывать в ней постоянный страх, что ее обманут, и панические состояния тревоги. Поняв корни своего состояния, она начала изучать тему созависимости и излечиваться от нее.

В глубине души она была до сих пор поглощена той историей, хотя после нее прошло уже около 10 лет, и следующий муж старался ни в чем не нарушать ее доверие. Но подсознательно в ней уже жил страх. Так с Луной связаны наши страхи, сомнения и тот болезненный опыт, который мы пережили в жизни и который продолжает влиять на нас изнутри. Те чувства, которые мы испытывали, могут казаться страшными демонами нашего внутреннего мира, хотя, если мы решаемся пролить на них свет и разбирать, порой оказываются не столь и ужасающими.

Разгипнотизироваться от их влияния, посмотреть своим страхам в глаза, верить в свои чувства, доверять себе — это работа над арканом Луна.

Если при работе с арканом возникали приятные ощущения, чувство доверия, знания, мистические чувства, это говорит о хорошем контакте со своим подсознанием, эзотерических способностях, тонком видении, чувствительности, проницательности.

Если же всплывали болезненные образы и чувства, это подсказка о том, чего мы боимся, что стоит вытащить из подсознания, не бояться разглядеть. Потому что пока оно запрятано там, оно влияет на всю нашу жизнь и эмоциональное состояние.

## Упражнение «Контакт с Луной»

Закрой глаза. Представь, что ты оказываешься в пространстве, освещенном Луной. Вступи с ней в контакт. С одной стороны она освещает светом, он мягкий и серебристый и символизирует окутывающие тебя чувства, нежность, доверие, очарование. Можно попросить у нее поддержки в вопросах, связанных с чувствами, отношениями, пониманием своего внутреннего мира. Но у нее есть и другая сторона — холодная и темная, и она может раскрыть тебе то, о чем ты, вероятно, боишься знать. Задай ей вопросы, которые тебя интересуют. Что ты скрываешь от себя? Что происходит у тебя внутри? Пусть Луна поможет тебе узнать свое подсознание... А потом можешь представить, что сам становишься Луной, освещающей свой внутренний мир. Что ты в нем видишь? Постарайся наладить контакт с этим пространством, не бойся его. Наполняйся энергией Луны.

## По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** мистические способности, эмоциональность, много сомнений, связь с подсознанием. Чутье, где правда, а где ложь. В то же время склонность запутаться в них из-за недоверия своим ощущениям. Возможно, стремление как узнавать правду, так и утаивать ее. При хорошем контакте с собой — способность помогать другим в преодолении страхов и работе с подсознанием (психология, гипноз, эзотерика). Нужно остерегаться выбора ошибочных путей в жизни — связи с криминалом, зависимостями, сектами...

**Аркан в отработке:** — -----

**Аркан в таланте:** Луна в таланте позволяет тонко чувствовать, если что-то происходит за спиной, говорит о проницательности. Таким людям могут подойти и творческие профессии, и связанные с расследованиями, с психологией, эзотерикой и другими областями, где присутствует работа с неизвестной информацией, которую нужно обнаружить. Загадочная, таинственная аура этих людей привлекательна и завораживает.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** возможно, очень тонко понимающие друг друга люди, глубокая эмоциональная связь, со своими общими тайнами, но также в таких отношениях могут присутствовать обман, страхи, потребность скрывать отношения либо раскрытие каких-то тайн... Помощь друг другу в раскрытии своих подсознательных мотивов, страхов. Неизвестность, неопределенность. Что-то может происходить за спиной. Этой паре нужно учиться доверять друг другу.

**Аркан отработки отношений:** испытания, связанные с обманом, сокрытием, с детскими травмами, ревностью, обидами. Преодоление испытаний связано с раскрытием тайного. Необъяснимая и опасная тяга друг к другу, в которой оба могут не признаваться. Вскрытие больных областей друг друга. Страх. Риск находиться в тумане и жить неосознанно. Отработка аркана связана с пониманием глубин другого.

**Аркан таланта отношений:** пара помогает друг другу знакомиться со своим подсознанием, освещая все больше самые потаенные уголки души. Вскрытие скрытых талантов. Мистическая сила. Совместное познание скрытого. Помощь друг другу в преодолении самых глубинных страхов.

### Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученица описывает ощущения: «Тяга идет, притяжение. Хочется смотреть туда, будоражит. Образ глаза, все вращается вокруг этого глаза. Ощущение, что я одна, вижу свет костра. Похожее чувство, когда я начинаю что-то делать одна. Как будто мне 15 лет, а может быть, и 1000 лет, ощущаю себя древней. Я движусь одна, но вижу, что впереди свет, неугасаемая жизнь, иду к нему. Темно, тихо, не страшно...»

Увиденная карта не вызывает у ученицы удивления. Оказалось, что в 15 лет она уходила из дома, решила на самостоятельный шаг, пошла в свой страх. В целом энергии аркана воспринимаются спокойно, с принятием, интересом, стремлением к свету.

### Анализ ощущений от аркана

Какие страхи мешают мне в жизни? Где их корни?

Какие отношения и ситуации могли оставить во мне болезненный след? Как можно их вытащить, осознать, исцелить?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### Работа над арканом

Осознать страхи.

Работать с подсознанием.

Психология.

Магия.

Раскрыть творческий потенциал.

## Переход от аркана 18 к аркану 19

От управления своим внутренним миром — к реализации своих желаний и счастью.

# Аркан 19. Солнце

*Жизнь прекрасна!*

После неяркого света Луны переходим на следующую стадию — ясного солнечного света. Ощущения от этого аркана можно сравнить с тем, когда мы после долгой неясной погоды, холодов выходим на улицу и солнечные лучи возвращают нас к жизни. Возникает детская радость, настроение поднимается. И в этот момент все становится не столь важным, потому что просто тепло и хорошо на душе. Аркан Солнце дарит эту радость, наполняет теплом, придает оптимизма, возвращает способность просто быть счастливыми здесь и сейчас, насыщает жизненные силы.

Когда мы разрешаем свои внутренние сложности, то начинаем светиться изнутри. Просветление — это обретение Света. Мы сами становимся Солнцем, которое может освещать окружающий мир, и радоваться этому.

Аркан Солнце учит нас радоваться жизни и ее дарам, не осложнять все амбициями, уметь просто быть счастливым, но в то же время помнить, что нужно не закрывать глаза на какие-то ситуации и проблемы, если они возникают, признавать их, решать, но не терять при этом внутреннего Солнца.

Но можно наблюдать и обратную сторону этого аркана, когда мы настолько веселы и оптимистично настроены, что не замечаем ни подводных камней, ни предупреждающих знаков. И тогда можно сказать, что Солнце ослепляет нас. И мы можем в своей радости, успехе, достижениях стать слепыми к чужим страданиям и несчастьям, перестать замечать то, что требует нашего решения и внимания.

При работе с этим арканом могут возникать образы, люди, ситуации, каким-то образом связанные в нашем подсознании с чувством детского счастья. Возможно, это момент, когда мы детьми играли во дворе, наполненные радостью. Или, может быть, это первые победы на работе. Или поездка с любимым человеком, когда нам просто было хорошо вместе. Или все то, что у нас ассоциируется с настоящим счастьем. Если чувствуешь, что в текущей жизни не хватает энергий аркана Солнца, то увиденные образы могут стать подсказкой, что именно следовало бы вернуть в свою жизнь, чего в ней недостает.

Обрати внимание, не стал ли ты считать своим Солнцем конкретного человека, людей, их мнения, свои достижения. Тогда ты пытаешься получать свет не от своего внутреннего источника, а ждешь его от окружающих, что никогда полностью тебя не удовлетворит. Никто не сможет заменить тебе твой внутренний источник радости и света.

Если твой внутренний свет стал кем-то обусловленным, начал зависеть от чего-то внешнего, то при работе с арканом Солнце могут вспомниться ситуации, связанные с нереализованными ожиданиями.

Могут вспомниться ситуации, в которых что-то омрачило твое внутреннее Солнце. Вспомни эти ситуации, постарайся проанализировать их, вернуть себе поколебленную тогда веру в себя и в свое счастье.

Например, тебя могли пристыдить, осмеять. Те люди, скорее всего, не придавали значения таким ситуациям, но, возможно, они пошатнули твою радость и веру в свою ценность. И ты спрятался, ушел в тень, усомнившись, что Солнце продолжает светить и что ты сам способен светить. Тогда могла возникнуть внутренняя установка, что счастье наступит тогда, когда твое место под Солнцем признают. То есть, например, кто-то скажет: «Ты самый лучший». При таком варианте ты мог начать думать, что ты — истинное Солнце лишь тогда, когда кто-то говорит тебе, что ты Солнце.

Как защитная реакция, могло возникнуть тщеславие — постоянная потребность в признании своей исключительности — или внешняя излишняя скромность — как нахождение в тени и страх быть в центре внимания, под светом Солнца, увиденным и замеченным, иначе вдруг такого признания исключительности не произойдет.

В таком случае работа над арканом Солнце — это выйти в свет, не бояться показывать себя, презентовать свои идеи, светить, несмотря на то, видит это кто-то или нет, одобряет или нет — творить, любить, жить! Не ждать реакций, не зависеть от них. Помнить, что Солнце светит нам само по себе. И мы светим, как Солнце, сами по себе. Это Солнце внутри нас, божественная искра жизни, которая в нас есть, несмотря ни на что, пока мы дышим и существуем. Можно просто радоваться тому, что мы можем жить.

## Упражнение

Ощути себя ребенком, который играет, наслаждаясь Солнцем. Насладись этим состоянием, проникнись ощущением счастья. Пообщайся с Солнцем. Ты можешь попросить его наполнить тебя теплом и радостью. Или можешь задать вопросы — например, что тебе нужно изменить в своей жизни, чтобы начать чувствовать себя солнечно и радостно.



А потом поменяйся с Солнцем ролями. Ощути себя Солнцем, светящим ребенку и наполняющим его светом. Пойми, что это легко — делиться светом, и от этого радостнее и тебе самому.

## По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** открытость и гармония во взаимодействии. Согласие и тепло в отношениях, наслаждение взаимной любовью, детская радость и непосредственность в восприятии друг друга. Способность дарить тепло окружающим, видеть их позитивные стороны. Но стремление к радости и легкости может быть настолько сильным, что может появиться страх посмотреть некоторым фактам в лицо. И тогда детская беззаботность может граничить с легкомысленностью и поверхностностью.

**Аркан в отработке:** -----

**Аркан в таланте:** баловень судьбы, человек, способный быть в центре внимания, оптимизм, которым можно делиться с другими. Тот, кто может создавать праздник одним своим присутствием.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** Солнце в основе отношений наполняет пару светом и радостью при общении друг с другом, такой паре может быть просто хорошо находиться вместе. Теплые отношения, забота друг о друге, взаимопонимание. Но есть и обратная сторона аркана — можно предаться иллюзиям, воспринимать все преувеличенно позитивно и оптимистично, даже если повода для этого нет.

**Аркан отработки отношений:** каждый из партнеров может испытывать Солнце второго, создавать ситуации, в которых пропадают непосредственность и радость, возникают сомнения в нужности, заслуженности того, чтобы быть счастливым. Возможны депрессии — «омрачение солнца». В таких отношениях важно учиться светить, несмотря ни на что, радоваться жизни и пытаться поддерживать в этом и своего партнера.

**Аркан таланта отношений:** способность дарить друг другу радость, достигать совместного успеха, признание уникальности и исключительности друг друга. Осознанные отношения. В таких отношениях вы принимаете партнера, поддерживаете в нем свет и радость жизни.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученица описывает ощущения: «Волнение в сердце. Неудобство сидения, любая поза раздражает, все мешает. Все не так, хочу спокойствия, чтобы было душевно, легко. Все запуталось, одно, другое, третье, четвертое — все требует каких-то решений и все не получается. Я загнала сама себя в угол.



Поставила в угол во всех сферах. Не знаю, что делать, хочу сбежать. В рай, где море, солнце, люди счастливые, я счастливая. С каким человеком связаны ощущения? С моими отношениями, в которых я чувствую себя наказанной...»

Увиденная карта вызывает волнение, заряженный аркан. Слезы. Анализируя, ученица объясняет, что ей в последнее время особенно тяжело. И она, сама не понимая почему, только ухудшает свое положение, как будто наказывая себя за что-то — берет на себя много дел. А партнер в отношениях ей не помогает, а только упрекает во всем. Из-за количества дел и ответственности не позволяет себе расслабиться. Старается все время держать себя в тонусе, так как расслабление может привести к тому, что она что-то не успеет. Например, хочет побыть в тепле и уезжает туда, где холодно. Это самонаказание после длительного обсуждения оказалось связанным с чувством вины перед матерью.

Работа над арканом. Выяснить, почему человек закрывает свое Солнце, сам лишает себя солнечного света. Он наказывает себя. Почему? Из-за чего или кого? Возможно, это вина перед матерью, запрет быть слишком счастливой, чтобы искупить эту вину.. Необходимо разрешить своему Солнцу выйти из-за туч, понять, что ты имеешь право быть счастливым сам по себе.

## Анализ ощущений от аркана

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Ставлю ли я свое счастье в зависимость от чего бы то ни было?

В какие моменты жизни я был счастливым?

Что делает меня счастливым?

Что неприятное связывает меня с этим арканом? Что омрачает мое счастье?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

## Работа над арканом

Нести радость в мир и радоваться ему самому.

Не зазнаваться.

Тренировать осознанность.

Помогать относиться к жизни радостно и легко.

Не заикливаться на своем личном успехе.

## Переход от аркана 19 к аркану 20

От реализации себя — к началу новой эпохи в жизни.

# Аркан 20. Эон

## *Начало новой жизни.*

После обретения света, осознанности мы переходим к следующему аркану, связанному с перерождением, получением своей истинной силы.

Мы прошли огромный путь по картам Таро и обрели контакт с самими собой. На этом аркане начинается новая эпоха нашей жизни, в которой мы уже глубже понимаем себя, свое предназначение, миссию.

Этот аркан связан с божественной силой, с которой мы в контакте и которую ощущаем в себе. Поддержка Высших сил. И это понимание Бога в себе — наша награда за длинный путь работы над собой. Освобождение от всего, что сковывало и мешало действовать по своему усмотрению.

Ощущения от аркана во время настройки могут быть связаны с состоянием возвращения к жизни, обновления, обретения понимания себя и своей жизни.

Если при работе с Эоном возникают неприятные ощущения, возможно, ты сопротивляешься переменам, для которых пришло время, боишься признать истинные свои желания и пойти по пути своего настоящего предназначения.

Работа над этим арканом связана с развитием интуиции, принятием себя как проводника божественной энергии, самосовершенствованием.

Застревание на этом аркане — повторение кармических сценариев, хождение по кругу, осуждение, нежелание совершенствоваться, преобразоваться, косность мышления, страх «потерять себя старого», цепляние за свои убеждения.

### **По дате рождения/Личность**

**Аркан в основе личности:** оставление одного пути и переход на другие рельсы, обновление, высвобождение доселе скрытых возможностей и талантов. Такой человек может быть законодателем и основоположником в какой-то сфере, задавать тон, призывать к ответственности, тем или иным образом взывать к окружающим.

**Аркан в обработке:** -----

**Аркан в таланте:** Эон в таланте дарует особую поддержку Высших сил. Обладатель этого аркана в таланте, как правило, чувствует это и сам. Он может преуспеть в развитии людей, раскрывая их способности, нести особые высшие идеи, обладать удивительной интуицией. Также возможны способности к медицинской деятельности.

## По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** кармические отношения, защищенность, сокровищница друг для друга, спасение, возвышенные чувства, ментальная общность. Тем не менее отношения могут быть нелегкими, так как любой процесс обновления требует мудрости и духовной зрелости, развитию которых друг в друге партнеры и способствуют.

**Аркан отработки отношений:** препятствия, которые кажутся непреодолимыми, кармические отработки. Именно то, что пережить кажется сложнее всего, может вдруг возникнуть в отношениях в качестве испытания. Могут случаться конфликты на уровне глубинных ценностей, когда, кажется, партнеры не могут найти общий язык. Но насколько сложна такая отработка, настолько же велика и награда за нее.

**Аркан таланта отношений:** партнеры находятся под особой поддержкой Высших сил. Их отношения могут привести к кардинальным переменам, новой эпохе в жизни, а также помочь каждому из них в обретении своего истинного Я и преодолении глубинных проблем.

## Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Желание скрестить руки и ноги. Не столько закрыться, сколько замкнуть все потоки внутри себя, чтобы собраться. Становишься твердым, собранным. Сосредоточенным. Это приятное чувство, но не расслабление, а концентрация, как при принятии решений. Как будто происходит постановка задач, начальный этап чего-то, и это не личные задачи, а более объемные, исторические, что ли... Вспомнился учитель истории, мудрость его, опыт, спокойствие, большие знания...»

Увиденная карта вызвала у ученика узнавание. Он отметил, что стремление скрестить руки и ноги похоже на позу эмбриона. Действительно, описание его ощущений похоже на зарождение чего-то нового, на готовность к началу чего-то очень важного в его жизни.

Работа над арканом — расширить понимание, что наступила новая эпоха во всех сферах, не только в личной и социальных, а это принципиально новое состояние, второе рождение.

## Анализ ощущений от аркана

Какие события в моей жизни способствовали моему духовному росту?

На какие эпохи можно поделить историю моей жизни? Лучше ли я понимал себя и окружающий мир с каждой новой эпохой?

Что в своей жизни я хотел бы начать заново?

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### Работа над арканом

Доверять интуиции.

Контакт с Высшими силами.

Простить род.

Не бояться перемен.

### Переход от аркана 20 к аркану 21

От начала новой жизни — к полной гармонии со Вселенной.

## Аркан 21. Вселенная

*Все происходит так,  
как должно происходить*

Все происходит так, как должно происходить. Обновленные, мы начинаем жить в гармонии со Вселенной. Внешний и внутренний миры примиряются, и чувство любви ко всему мирозданию наполняет нас. Жизнь отныне — не арена борьбы, но танец, который мы танцуем свободно и легко. Доверяя Вселенной, мы получаем и ее доверие — необычайную и чудесную поддержку, которой нам более нет смысла сопротивляться. Мы принимаем ее и, наполненные, способны ею делиться, распространяя любовь и гармонию вокруг себя.

Любовь и воля в нас больше не противоречат друг другу. Цели и действия не противоречат чувствам и истинным желаниям.

По ощущениям, которые возникли при настрое на этот аркан, можно получить представление об отношении к своей жизни в целом. Что в ней гармонично, а что нет.

Работа над арканом предполагает расширение своих взглядов, сознания, сферы деятельности, способности делиться своими знаниями и гармонизацией окружающего мира.

Познание мира, людей, различных культур, стран, путешествия по миру. Глобальное мышление, которое не делит мир на свое и чужое, а воспринимает целостно.

Если при работе с арканом ощущения были приятные, то это может говорить об искренности с самим собой, духовном богатстве и гармонии в душе.

Если аркан не проработан — узкое мышление, недовольство тем, что дает жизнь, чувство невозможности влияния на происходящие события. «Не могу», «не умею», «не получится» и тому подобные выражения. Протест, сопротивление. Непонимание своего места в мире. Желание иметь все сразу. Все это признаки недостаточного понимания и принятия энергий этого аркана, наличия мешающих качеств личности, установок, над которыми нужно работать. Если есть то, что не принимается, отвергается, — то важно понимать причины этого. В каких своих проявлениях Вселенная кажется враждебной?

### По дате рождения/Личность

**Аркан в основе личности:** сильная энергетика, гармония с собой. Но особенно нужно осознавать свой жизненный опыт, чтобы события, через которые человек проходит в жизни, не создали барьер для его безусловной любви к миру. Ведь именно эта любовь — та энергия, которую он пришел распространять в мир. И потому и сферы деятельности, которые более всего подошли бы для него, могут быть связаны с улаживанием конфликтов, помощью, гармонизацией окружающего и творчеством. Это могут быть, например, дипломаты, психологи, экологи, люди искусства.

**Аркан в отработке:**-----

**Аркан в таланте:** целостность натуры, легкость, с которой все в жизни удается, если быть в ее потоке и доверять ей. Исследование новых горизонтов. Созидание. Помощь окружающим. Любовь к путешествиям. Возможна международная деятельность.

### По датам рождения/Отношения

**Аркан основы отношений:** прочная глубокая связь. Важнейшие отношения в жизни. Партнеры могут доверять друг другу, освобождать друг друга от всех предвзятостей. Вселенная как будто сама выстраивает их отношения, обучая их доверию и принятию друг друга. Вместе они могут создать гармоничный союз, в котором каждый оказывает поддержку другому и способен видеть в нем лучшее. Партнерам важно учиться раз за разом создавать эту гармонию, не давая ее нарушить разностям представлений, взглядов, качеств характера, принимать отличия как должное, так как из этих отличий и скроена Вселенная, и это не мешает ей быть единым целым...

**Аркан отработки отношений:** гармоничность отношений и доверие друг к другу испытываются на прочность. Какие-то поступки партнера могут нарушать доверие к жизни второго. Их базо-

вые взгляды на жизнь, картины мира могут не совпадать, и это может создавать конфликты. Нужно учиться соединять эти картины в единую гармонию.

**Аркан таланта отношений:** у таких партнеров все может складываться таким образом, чтобы каждый из них сгармонизировал свою жизнь и разные ее сферы. Аркан благоволит партнерам, занимающимся несущей благо деятельностью.

### Пример работы с настроем на поле аркана

Карта лежит рубашкой вверх. Ученик описывает ощущения: «Хочется поднять руки вверх. Круг над головой. Покалывание на лице и на руках. Как будто ток идет. Ощущаю прилив энергии, вырастаю в размерах. Спокойная уверенность. Движение рядом с теми, кто мне дан судьбой, освобождение, возвышение над ситуацией».

Перевернутая карта вызывает узнавание.

Работа над арканом — расширить контакт со Вселенной, для ученика он происходит только в особом состоянии, а нужно, чтобы он происходил и в обычной жизни.

### Анализ ощущений от аркана

В чем проявляются энергии этого аркана в моей жизни?

Что неприятное связывает меня с этим арканом?

Что я должен отработать и привести в порядок, чтобы пребывать в гармонии с энергиями этого аркана?

Что мне нужно привнести в свою жизнь, чтобы быть более наполненным этим арканом?

### Работа над арканом

Миротворческие дела.

Не работать там, где есть разрушение (алкогольное производство, мясоперерабатывающее, табачное, военная отрасль).

Доверять потоку жизни.

Жить в гармонии с собой и окружающим миром.

Творить добро.

Любить себя и окружающий мир.

# Результаты

---

Вот и закончился процесс работы с арканами, но важно отметить, что эта работа не имеет конца и можно проводить ее снова и снова, каждый раз вытаскивая из своего подсознания новые ключи для понимания себя.

После проведенной работы с 22 арканами попробуем соединить всю информацию, осмыслить причинно-следственную связь результатов работы с каждым арканом, собрать их в единый пазл описания себя и своей жизни.

Например, при настройке на аркан Шут человек испытывал приятные чувства, ощущал себя путешественником, при работе с арканом Императрица испытал тягу к женской энергии, но одновременно неприятные чувства, связанные с женщинами, непонимание их. На аркане Император проявилась его любовь к созданию чего-то нового, но и страх завершать начатое, так как присутствовало неверие в то, что созданное будет удовлетворительным. На аркане Дьявол подавлял свой гнев, на аркане Повешенный испытывал мучительность своего положения и застревание в этом положении. На аркане Искусство он испытал спокойствие, ум был ясен, а на аркане Эон было ощущение начала новой жизни. При работе с арканом Силы возникло чувство ее управляемости. Таким образом, можно выписать смысл, полученный ото всех арканов.

Попробуем соединить все это в единую картину.

Человек способен на спонтанные действия, если они никем и ничем не ограничены (Шут), это, возможно, связано с его миром фантазий и детством. Он испытывает недостаток заботы, чувственной поддержки, боится области чувств, не доверяет им (Императрица). Страх встретиться с тем, что снова им не будут удовлетворены, не дает ему реализовывать начатое до конца (Император). Не понимая чувственную сторону жизни, он боится проявлений как положительных эмоций, так и таких, как гнев (Дьявол). Стремится все их успокаивать в себе, не выражать. Неспособность выражать чувства не дает ему возможности двигаться дальше. Он ощущает себя Повешенным, который пытается накапливать знания и энергию, но боится двигаться, то есть предпочитает торможение. Он чувствует свою силу (Сила), свободен и спонтанен в творчестве (Искусство), чувствует, что началась новая эпоха в его жизни (Эон).

Получив общую картину проявления энергий арканов у этого человека, мы можем также проанализировать и те арканы, которые влияют на него изначально, исходя из расчетов его даты рождения.

Например, расчеты дают нам такой вариант: в основе личности — Император, отработка — Равновесие, Регулирование, в таланте — Маг.

Это означает, что одна из главных функций этого человека — материализация какого-то замысла, воплощение идеи в материальной форме (Император). Мешает ему это сделать и всячески препятствует неумение уравнивать разные стороны своей жизни и своих качеств (Равновесие). Чем больше он справляется с арканом отработки, тем больше раскрывается аркан таланта. То есть чем больше он учится чувству меры, объективности и системности в своих действиях (Равновесие, Регулирование), тем более раскрывается в нем способность достигать целей, моделировать свою жизнь такой, какой он хотел бы ее видеть (Маг). И в то же время чем больше он применяет свой аркан таланта, тем легче ему справляться с испытаниями аркана отработки. То есть чем больше он направляет свою энергию на поставленные цели и правильно распределяет свое внимание (Маг), тем проще ему удерживать равновесие всех сфер жизни (Равновесие, Регулирование).

Теперь посмотрим, как можно объединить информацию, полученную при анализе арканов даты рождения и при работе со всеми остальными арканами.

Энергия аркана Маг может помочь ученику решать задачи аркана Император в реализации его замыслов. Возможно, этот замысел будет связан с творчеством (Искусство) и духовностью (Эон). Но для реализации своей задачи ему необходимо учиться проявлению чувств, которые подавляются, — гнев (Дьявол), любовь, принятие и забота (Императрица), радость (Солнце), страх (Луна), надежда и вера (Звезда). Научиться проживать их, принимать, выражать, так как именно их подавление не дает ему необходимой энергии для действия. Одна из главных проблем ученика — это торможение и подавление любых своих проявлений, поэтому работа над собой для него должна начинаться с обнаружения в себе чувств и их выражения. Почувствовал благодарность — вырази. Захотел сделать — делай сразу.

Ученик должен сосредоточиться и отрабатывать начиная с малого связку чувство-действие, доверять себе и проявлять смелость.

Подобную работу мы можем проделывать и с другими людьми. Для этого можно предложить человеку настроиться на аркан, когда он лежит рубашкой вверх, описать свои ощущения и вспомнившиеся ситуации, как это описано в начале книги. Прodelать то же самое с картой, но уже видя, что на ней изображено. И полученную информацию проанализировать вместе с ним, учитывая арканы его личности.





















# Содержание

Для кого написана эта книга?.....	3
Для чего выполнять ее упражнения? .....	3
Почему дневник? .....	3
Карты Таро.....	5
Таро как способ работы с подсознанием.....	7
Таро как метод анализа личности .....	9
Расчет своих арканов .....	9
Совместимость .....	10
Путешествие по 22 арканам.....	13
Подготовка .....	14
Выбор колоды .....	14
Контакт с колодой .....	14
Подготовка к работе.....	14
Основные правила перед началом работы .....	14
Настрой на работу с Таро.....	15
Проработка арканов.....	16
День 1 .....	18
День 2 .....	23
День 3 .....	28
День 4 .....	33
День 5 .....	38
День 6 .....	43
День 7 .....	48
День 8 .....	53
День 9 .....	58
День 10 .....	63
День 11 .....	68
День 12 .....	73

День 13 .....	78
День 14 .....	83
День 15 .....	88
День 16 .....	93
День 17 .....	98
День 18 .....	103
День 19 .....	108
День 20 .....	113
День 21 .....	118
День 22 .....	123
Значения арканов.....	128
Аркан 0. Шут.....	128
Аркан 1. Маг .....	133
Аркан 2. Жрица .....	137
Аркан 3. Императрица .....	141
Аркан 4. Император .....	144
Аркан 5. Иерофант.....	148
Аркан 6. Влюбленные.....	151
Аркан 7. Колесница.....	154
Аркан 8. Равновесие, Справедливость.....	157
Аркан 9. Отшельник .....	162
Аркан 10. Фортуна .....	165
Аркан 11. Вождение .....	169
Аркан 12. Повешенный .....	172
Аркан 13. Смерть .....	177
Аркан 14. Искусство .....	181
Аркан 15. Дьявол .....	186
Аркан 16. Башня.....	190
Аркан 17. Звезда .....	194
Аркан 18. Луна.....	198
Аркан 19. Солнце .....	202
Аркан 20. Эон.....	206
Аркан 21. Вселенная .....	208
Результаты .....	211

12+

Популярное издание

Галия ГАЛИЕВА

**МАГИЧЕСКИЙ ДНЕВНИК ТАРОЛОГА**

Ответственный редактор  
Выпускающий редактор  
Технический редактор

*А. Васько*  
*Г. Логвинова*  
*Ю. Давыдова*

Формат 70x100/16. Бумага офсетная. Тираж 3000 экз. Заказ № 6628.

ООО «Феникс»

344011, Россия, Ростовская область, г. Ростов-на-Дону, ул. Варфоломеева, 150.  
Тел. /факс: (863) 261-89-59, 261-89-50

Изготовлено в России

Дата изготовления: 08.2018.

Изготовитель: АО «Первая Образцовая типография»  
филиал «УЛЬЯНОВСКИЙ ДОМ ПЕЧАТИ»  
432980, Россия, Ульяновская обл.,  
г. Ульяновск, ул. Гончарова, 14



**Издательство**  
**ЕНИКС**

344011, г. Ростов-на-Дону,  
ул. Варфоломеева, 150  
Тел.: (863) 261-89-50;  
[www.phoenixrostov.ru](http://www.phoenixrostov.ru)

- ◆ Около 100 новых книг каждый месяц.
- ◆ Более 6000 наименований книжной продукции собственного производства.

#### ОСУЩЕСТВЛЯЕМ:

- ◆ Оптовую и розничную торговлю книжной продукцией.

#### ГАРАНТИРУЕМ:

- ◆ Своевременную доставку книг в любую точку страны, ЗА СЧЕТ ИЗДАТЕЛЬСТВА ж/д контейнерами.
- ◆ МНОГОУРОВНЕВУЮ систему скидок.
- ◆ РЕАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ.
- ◆ Надежный ДОХОД от реализации книг нашего издательства.

### **ТОРГОВЫЙ ОТДЕЛ**

344011, г. Ростов-на-Дону, ул. Варфоломеева, 150

#### **Контактные телефоны:**

Тел.: (863) 261-89-53, 261-89-54, 261-89-55  
261-89-56, 261-89-57, факс. 261-89-58

#### **Начальник Торгового отдела**

**Аникина Елена Николаевна**

Тел.: (863) 261-89-53, [torg153@aaanet.ru](mailto:torg153@aaanet.ru)



Галия Галиева — парапсихолог, нумеролог, автор и тренер программ по развитию интуиции, творческих способностей, личностного роста. «Лучший парапсихолог России — 2016» по мнению журнала Esque. Обладатель межрегиональной премии общественного признания «Золотой фонд регионов».

Член Ассоциации исследователей эзотеризма и мистицизма. В качестве эксперта в области нумерологии, символизма, мистицизма и парапсихологии приняла участие в программах на телеканалах ВВС, Первый канал ("Истина где-то рядом"), ТВЦ, Пятый, 100ТВ, ВОТ, Санкт-Петербург, МТРК "МИР".

 ЕНИКС

ISBN 978-5-222-30813-4



9 785222 308134

 phoenix\_book