



# СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	11
1. ЧТО ТАКОЕ ПАТВОРК? .....	13
1. Упражнение на намерение .....	15
2. Упражнение на интуицию .....	15
3. Упражнение-странствие .....	16
Выбор колоды для патворка .....	19
2. СТАРШИЕ АРКАНЫ .....	21
0. Шут .....	23
I. Маг .....	27
II. Верховная жрица .....	30
III. Императрица .....	34
IV. Император .....	38
V. Иерофант .....	42
VI. Влюбленные .....	46
VII. Колесница .....	50
VIII. Сила .....	54
IX. Отшельник .....	58
X. Колесо фортуны .....	62
XI. Правосудие .....	66
XII. Повешенный .....	70
XIII. Смерть .....	74
XIV. Умеренность .....	78
XV. Дьявол .....	82
XVI. Башня .....	86
XVII. Звезда .....	90
XVIII. Луна .....	94
XIX. Солнце .....	98
XX. Суд .....	102
XXI. Мир .....	106
3. ПРИДВОРНЫЕ КАРТЫ .....	110
Пажи .....	116
Рыцари .....	123
Королевы .....	131
Короли .....	139

4. МЛАДШИЕ АРКАНЫ.....	146
Тузы.....	147
Двойки.....	155
Тройки.....	162
Четверки.....	169
Пятерки.....	176
Шестерки.....	183
Семерки.....	190
Восьмерки.....	196
Девятки.....	203
Десятки.....	210
5. ОБЪЕДИНЕНИЕ.....	217
НА ПРОЩАНИЕ.....	219
СВЯЗЬ С АВТОРОМ.....	220

# ВВЕДЕНИЕ

**Е**сли вы новичок в Таро, скорее всего, ищете способы подключения к 78 картам колоды. Если вы человек опытный, возможно, хотите упрочить отношения с картами.

Новичка карты могут сбить с толку и ошеломить. Каждая из них представляет собой сложную конструкцию из символов и дизайна, призванных рассказать конкретную историю. Версии этих историй различаются от колоды к колоде, создатели излагают их на свой манер, привнося одни детали и опуская другие. Это означает, что колода, которую вы держите в руках, прямо сейчас рассказывает одну из версий истории Таро. Какой бы ни была колода — интерпретация уникальна. По своему опыту знаю, что каждая моя колода рассказывает историю, на которую в значительной мере влияю и я, и мой художник, и наша творческая группа, и сама энергия темы. Именно по этой причине я так люблю сама создавать колоды Таро. Это позволяет увидеть, как меняется история в ее пересказе в зависимости от того, кто вовлечен в создание. Получается, что уже сам акт создания колоды Таро — форма патворка, или патворкинга\*. У этого действия есть свои правила, в нем кроются уроки, касающиеся как создателя колоды, так и таких людей, как вы, выбирающих колоду и раскладывающих карты. Акт создания состоит из шагов, процессов и оценки прогресса. Кроме того, это прекрасное упражнение на личностный и духовный рост. Завершая создание новой колоды, я никогда не остаюсь прежней. Я навеки меняюсь. Осознанность возрастает, а жизнь становится глубже. Патворк, как и Таро, —

---

\* *Патворк*, или *патворкинг* — вариант управляемой или направленной медитации. — *Примеч. пер.*

история, которую рассказывают снова и снова, изменчивая и развивающаяся. Это динамическая медитация, ведущая вас сквозь сомнения, концепции и философию, которые мы называем бытием.

Книга разбита на пять глав. Три из них посвящены картам: во второй говорится о старших арканах, в третьей — о придворных картах, а младшим арканам, от тузов к десяткам и далее, уделяется внимание в четвертой главе. Во второй главе для каждой карты старших арканов даются свои патворк-упражнения. Для младших арканов и придворных карт упражнения распределены иначе: на каждое число или тип приходится лишь по одному набору патворк-упражнений. То есть по одному набору для Пажей, Рыцарей, Королев и Королей. То же относится к младшим арканам: один набор для тузов, один — для двоек и так далее. Сделала я это намеренно, поскольку считаю, что каждая карта из младших арканов и придворных составляет часть одной истории. Другими словами, все Пятерки вместе рассказывают историю Пяти, все Короли — одну историю Короля. Хотя это не единственный способ патворкинга с этими картами, именно его я выбрала для книги. Опыт, полученный таким образом, не будет никоим образом хуже любого другого. Я проверила. В первой главе рассказывается о том, что такое патворк, и четко описан процесс, представленный в этой книге. В пятой главе все суммируется, а также объясняется, как построить показанный путь в расклады Таро — как ваши собственные, так и клиентов.

Надеюсь, что эта книга вдохновит вас двигаться дальше, расширять и углублять знания и понимание того, как карты могут влиять на повседневную жизнь и помогать в духовном развитии.



## ЧТО ТАКОЕ ПАТВОРК?

**П**атворк — это путь, ведущий от одной точки к другой. Но также это активное действие, а не пассивная практика. Это путешествие может быть физическим, то есть вы буквально продвигаетесь шаг за шагом, следуя упражнениям, посвященным странствиям. Но не все в патворкинге связано с физической активностью. Иногда требуется повысить уровень собственной осведомленности о том, кто или что окружает вас, переход от одних мыслей, чувств или действий к другим. Например, вы можете оказаться рядом с магом или кем-то, играющим его роль в вашей жизни, только чтобы понять, что вы в одной компании с кем-то, кто обладает качествами Верховной жрицы. Возможно, вам придется проделать физический путь через энергию одной из карт или даже выйти за ее рамки, как в случае Пятерки мечей. Не имеет значения, как именно вы пришли к патворкингу с картами Таро, вы начнете более активно воспринимать их уроки и послания. Это означает, что нужно запастись терпением и решимостью, чтобы разобраться с происходящим на вашем пути. Тут-то и раскроется неприятная сторона патворкинга: необходимость иметь дело с эмоциями. Ду-

ховный рост — дело малоприятное: будет казаться, что вас бьют по больному. Если ничего подобного не происходит, значит, вы недостаточно погрузились в процесс. Патворк будет подталкивать и задевать тех, кто привык оставаться на поверхности. С поверхности можно лишь наблюдать — патворк же означает занырявание, прохождение через поверхность и погружение в эмоции. То, что дает ощущение комфорта, не способствует росту. Комфорт существует для отдыха, остановки, фразы: «Мне хорошо там, где я нахожусь». Стремление к комфорту нормально для человека, я лишь советую не переходить в состояние застоя, откуда и возникают все проблемы в этой жизни.

Для этой книги я выбрала три разных варианта патворка с Таро, которые использую сама и советую своим клиентам. Они не слишком сложны и не имеют жесткой структуры, к тому же пересекаются. Еще одна вещь, которую постигаешь через патворк, — все в этом мире в гораздо большей степени связано между собой, чем мы готовы признать. Границы между упражнениями и обозначениями могут иногда казаться незначительными, не обращайтесь на это внимания. Разница будет более отчетливой, если вы допустите ее наличие. Хотя не предполагается, что книгу следует читать каким-то особенным образом, вы найдете в тексте предложения по работе с каждой частью колоды Таро, например с мастями, которые от тузов до десятков функционируют как звенья одной цепи. Вы можете выполнять только подходящие упражнения для каждой карты, выпавшей в ходе расклада, или же проделывать все упражнения от начала до конца. Тут нет четких правил. Используйте книгу интуитивно. Пусть упражнения направляют вас и помогают углубить понимание карт, раскладов и работы с Таро. Я хочу познакомить вас с тремя упражнениями на патворкинг, которые заключаются в следующем.

## 1. Что такое патворк?



### 1. УПРАЖНЕНИЕ НА НАМЕРЕНИЕ

Каждая карта Таро имеет особую историю, тему или набор уроков и испытаний. С помощью намеренного патворка нужно выбрать карту и путь, исходя из темы, урока или испытания, проработка или углубление которых для вас актуальны. То есть придется обратиться к колоде и взять карту для патворка. Скажем, вы хотите привлечь в свою жизнь больше денег, новую работу или гармонизировать собственную энергию в соответствии с возможным серьезным повышением. Вы берете колоду и находите в ней карту, вибрирующую в соответствии с той энергией, которой хотите достичь.

Для вопросов работы и денег подойдут Девятка или Королева пентаклей. Девятка пентаклей может излучать чувство финансовой безопасности и изобилия, которое вы хотите ощущать, чтобы привлечь еще больше такой энергии. Королева пентаклей также может дать ощущение контроля, воодушевления и видения вас как важного человека.

Каждая карта в колоде предлагает путь, который приведет вас к вибрации, необходимой для манифестации цели. Вы сознательно выбираете карту и энергию, с которой хотите работать. В этом суть работы с упражнениями на намерение, приведенными в этой книге. Но это не единственный способ, и вы увидите, что некоторые упражнения на намерение могут быть также и интуитивными. В этом природа патворка: все сливается и накладывается, иногда границы не настолько четкие, как вам хотелось бы.



### 2. УПРАЖНЕНИЕ НА ИНТУИЦИЮ

Во время выполнения интуитивных упражнений вы можете обнаружить, что стремитесь высвободить то, что



необходимо узнать, позволив карте сообщить вам это. Такая практика больше похожа на ченнелинг карты: слушать, как она говорит, и позволить ей направлять вас в путешествии, не давая сознанию вмешиваться. Этот процесс открывает возможности карты, доступ к которым вы не получите никаким другим путем. Нередко мы заикливаемся на значении или интерпретации карты, но этот путь избавит вас от стандартных представлений о них.

Как именно вы будете интуитивно выбирать карту, зависит от вас, хотя я даю указания в большинстве упражнений, посвященных интуиции. Вы можете перетасовать колоду, прижать ее к сердцу, мысленно задавая вопрос или высказывая намерение, затем разделить ее и взять карту, оказавшуюся сверху. Вы можете перетасовать колоду, снять и, держа карты рубашкой вверх, взять верхнюю карту. Или же можете не тасовать колоду вообще, а просто бросить карты на стол рубашкой вверх и пройти над ними маятником, чтобы увидеть, какая из них говорит громче всех и хочет ответить на ваш вопрос.

Этот раздел о том, как отпускать, перестать форсировать или контролировать результат и просто позволить ему прийти. Большинство тарологов уже работают с интуитивным подходом во время чтения, так что эта часть процесса патворка должна быть достаточно легкой. Но повторюсь: это не единственный способ использования приведенных интуитивных упражнений. Поэтому не удивляйтесь, если какое-то из них покажется направленным скорее на намерение, чем на интуицию.



### 3. УПРАЖНЕНИЕ-СТРАНСТВИЕ



Упражнения-странствия содержат толику намерения первой методики, щепотку интуиции второй и много движения. Техника странствий тесно связана с вашим знанием

## 1. Что такое патворк?

собственного сознания и способностью его контролировать. На чем-то проще сосредоточиться, выразив намерение. Еще проще открыться концепции, идее или проблеме и довериться интуиции. Но именно блуждание без конкретной цели позволяет погрузиться по-настоящему глубоко. Эта техника пришла ко мне во время медитаций. Я наблюдала, как что-то одно становится триггером для чего-то другого, и двигаюсь в совершенно неожиданном направлении до тех пор, пока не зацеплюсь за что-то еще, и направление не изменится вновь. Во время этих блужданий я много узнала о себе. Но такой путь подходит не всем.

Так что же такое странствие в контексте этой книги и процесса патворка? Это двоякий активный процесс, который может протекать как в сознании, так и в теле. Вы можете мысленно прогуляться или же выйти в мир вокруг вас. Я пешеход, живу ради утренних прогулок, составляющих значительную часть моих целительных и медитативных практик, поскольку они заставляют энергию в буквальном смысле двигаться вокруг моего физического тела и сквозь него. Иногда именно это необходимо мысли, проблеме или вопросу: физическое движение, пространство и возможность двигаться без ограничений. Для этого и нужны подсказки в разделах, посвященных странствию. Иногда они включают физическую ходьбу, и нужно будет в буквальном смысле перемещать физическое тело. В других случаях движение будет ментальным, с целью увидеть, куда приведет мысль, идея или проблема. С этим разделом, возможно, возникнет немного трудностей. Не знаю, странствовал ли кто-то из вас с картами Таро. Повторяю: эта часть — о потоке, об умении отпускать, о том, чтобы научиться вступать в контакт с картами на новом, более глубоком уровне. Нет правильных или неправильных способов делать это, так что позвольте подсказкам, приведенным в книге, указать вам путь.

Теперь у вас есть канва, по крайней мере, примерные представления об идее патворка и методах, используемых в этой книге. Не переживайте, если для вас это по-прежнему остается пустым набором звуков. Ясность появится, когда вы начнете делать упражнения для каждой карты. Новым концепциям нужно время и последовательная практика. И это еще один плюс процесса патворка: повторяемость. Для начала рекомендую работать с одной картой в неделю. Делайте упражнения для этой карты и наблюдайте, как выполнение каждого из них отражается в повседневной жизни или меняет ваше восприятие. Возможно, вам захочется поработать с мастью Жезлов, и вы решите продлевать интуитивные упражнения до тех пор, пока не станете лучше понимать эту масть на интуитивном уровне. Возможно, захочется поблуждать со старшими арканами, и ближайшие 22 дня вы проведете, гуляя с этими картами. С чего бы ни начали работу, для вас это правильный вариант. Моя единственная рекомендация: начать с одной карты в неделю и делать так до тех пор, пока не освоите процесс. В пятой главе содержится информация о том, как включить патворк в расклады.

Я настоятельно рекомендую завести отдельный дневник для заметок по патворкингу. Тут нужно сказать, что ведение дневника и патворкинг — не одно и то же. Несмотря на схожие элементы, это два очень отличающихся друг от друга процесса. Но они сочетаются между собой, как мороженое с шоколадом. Мы уже знаем, что патворк может быть неприятным, поскольку поднимает муть из темных вод эмоций. Возможно, вам потребуется время, чтобы разобраться с вынесенным на поверхность мусором. Вот тут-то и понадобится дневник. То, что вы чувствуете, видите и ощущаете во время патворка, обязательно затронет проблемные и больные места, о чем вам, вероятно, захочется написать. Чем глубже протекает патворк с картами,

## 1. Что такое патворк?

тем чаще придется браться за дневник. Для более эффективного его использования я включила в книгу советы и подсказки в описания упражнений. Но, пожалуйста, не позволяйте моим подсказкам быть единственными записями в дневнике. Ищите в нем компаньона и прибегайте к нему всякий раз, когда в этом возникнет потребность. Не следует использовать его, если информация или энергия, которую вы получаете в ходе какого-то упражнения, не кажется подходящей для этого.



### ВЫБОР КОЛОДЫ ДЛЯ ПАТВОРКА

Хотя технически для этой работы подойдет любая колода Таро, возможно, вам захочется выбрать что-то особенное из вашей коллекции или даже купить новую. У меня есть колоды не для расклада, я использую их для патворка, заклинаний и дневника. Их отличают менее традиционные изображения, дающие больше пространства воображению. Для подобных целей я с удовольствием использую «Таро Геи», «Таро Пророчеств ворона» и «Таро Паулины». Образы в этих колодах выходят за рамки приписанных картам значений. Это пиршество для глаз, дающее возможность заблудиться в картинке. Вам нужно найти одну или две колоды, создающие подобный эффект. Пусть они вызовут у вас визуальный отклик и затягивают в себя. То, что подходит мне, скорее всего, не подойдет вам, поскольку у каждого из нас свой уровень зрительной чувствительности. Одним нравятся мягкие изображения в пастельных тонах, другим — темные цвета и фэнтези, третьим — нечто среднее между тем и этим. Только вы знаете, что именно ищете в колоде карт. Большинство из вас, скорее всего, интуитивно уже знает, какая колода в вашем собрании подойдет для процесса

патворка. Если вы новичок или не собрали большую коллекцию, предлагаю найти инструмент исключительно для этого вида работы. Поищите сообщества в Facebook или Instagram, где продаются карты Таро, или просто отправьтесь в магазин в поисках идеального варианта. Возможно, на это потребуется время. Просто выскажите намерение найти наиболее подходящую колоду, представьте, как она приходит к вам при самых благоприятных обстоятельствах, и еще до того как поймете, как это случилось, колода Таро для патворка пополнит вашу коллекцию.

Итак, выбирайте колоду карт и поехали!



## СТАРШИЕ АРКАНЫ

**К**арты старших арканов следуют в уникальной последовательности. Они словно шаги, каждый из которых ведет к следующему на пути освоения навыков и понимания места и цели карт в этом мире. Однако в жизни события редко протекают в том последовательном порядке, как предлагают старшие арканы. Почему же важно не работать с картами вразнобой? Вне зависимости от того, каким путем вы пройдете через 22 карты старших арканов, не получится игнорировать их влияние друг на друга. Есть причина, по которой Смерть, Умеренность и Дьявол идут друг за другом, так же как Звезды, Луна и Солнце. В 22 картах рассказывается одна история, и каждое звено связывает между собой предыдущую и последующую главы. Из этого правила выбивается единственная карта — это Шут. Он стоит особняком, не относится ни к какой конкретной главе, но при этом действует как сквозной персонаж всей истории, принимая участие в той последовательности, которую составляет оставшаяся 21 карта. Шут делает это в своем темпе, в свое время, одному ему известным способом. Похоже, он не ограничен правилами, распространяющимися на остальные карты, что придает вашим с ним

отношениям еще большую важность. Читая эту главу и останавливаясь на каждом из 22 шагов, вы должны решить, являетесь ли Шутом вы или же это некто посторонний, за чьим путешествием через старшие арканы вы наблюдаете. Это решение повлияет на ваше восприятие оставшихся карт. Вы увидите их либо как что-то происходящее с вами, либо как нечто, на что вы смотрите со стороны. Хочу отметить, что нет правильного или неправильного способа общения со старшими арканами. Просто не забывайте о том, что они представляют собой систему, ряд шагов, призванных помочь, вне зависимости от выбранного пути. Ни больше, ни меньше.



## 0. Шут



**Ш**ут знаменует начало пути через оставшуюся 21 карту старших арканов или же какое-то другое путешествие в вашей нынешней жизни. Шут олицетворяет спонтанность, невинность, веру, риск и смелость. Это отнюдь не пассивная карта. Он ориентирован на действие, поскольку ничего

нельзя начать, не сдвинувшись с места. Однако в энергии Шута есть также нечто безмолвное, спокойное и при этом прекрасное, поскольку он еще не научился бояться мира вокруг. Ему, очевидно, незнакомы волнение и сомнения, присутствующие большинству бывалых путешественников. Эта невинность означает спокойный ум и открытое сердце. Разум не пытается отследить все, что может пойти не так, он увлечен песней сердца о том, что все сложится. Это отражает номер, приписанный Шуту: ноль, полный скрытого потенциала, но и не несущий ничего вообще. Эта идея, что мы можем быть до краев полны всеми существующими возможностями, одновременно будучи пустыми, составляет суть процесса медитации. Быть лишенным страха, сомнений и эго и в то же время содержать в себе божественную или вселенскую искру — именно то состояние, к которому стремится большинство медитирующих. Для Шута оно так же естественно, как дыхание. Нет нужды искать этого ощущения, потому что достичь его можно, лишь будучи Шутом. Это тема для размышления в ходе упражнений на патворкинг.





## Патворк

### Упражнение на намерение

Для этого упражнения вспомните, когда в последний раз действовали спонтанно или импульсивно. Расслабьтесь и вызовите эту сцену на передний план вашего сознания. Увидьте ее как картинку перед внутренним взором. Сделав глубокий вдох, почувствуйте, что ощущали в тот момент, когда решили дать себе волю и махнуть на все рукой. Не позволяйте разуму переключиться на анализ. Во время упражнения по патворкингу вы наблюдатель. Все исследования можно провести позже в дневнике. Прямо сейчас сосредоточьтесь на том, что вы ощутили, решившись на это действие. Не оценивайте возникшее чувство, просто позвольте ему подняться на поверхность. Сделайте еще один глубокий вдох и перенеситесь к дню, следующему после вашего спонтанного или импульсивного действия. Вы по-прежнему довольны своим поступком или же проснулись с чувством вины? Не нужно анализировать ощущения, просто наблюдайте. Снова сделайте глубокий вдох и позвольте всему этому уйти, как будто выдувая воздух вниз через стопы. Повторите, чтобы окончательно отключиться от энергии Шута и вашего путешествия.

Если вы отчетливо ощущаете позитивную реакцию на прогулку с энергией Шута, усильте ее, запомните и напишите об этом в дневнике. Если у вас возникло сожаление или стыд, примите это к сведению и напишите об этом, закончив упражнение. Начав писать в дневнике о своих находках, держите при себе карту Шута всякий раз при работе с записями.

## 2. Старшие арканы

### Упражнение на интуицию

Для этого упражнения вам нужно проговорить свой путь через карту Шута. Иными словами, вы будете рассказывать историю карты от лица Шута. Если хотите зафиксировать эти скитания, включите аудиозапись на телефоне. Я предпочитаю подключить к ноутбуку гарнитуру, активировать функцию превращения речи в текст и получать письменный отчет о моем сеансе с Шутом. Если вам не нравится идея записи этого процесса, прекрасно, это не обязательно, хоть и полезно.

Вглядитесь в карту и почувствуйте обстановку и пейзаж, окружающие Шута. Стоит ли ваш Шут на скале над обрывом? Если да, пугает ли вас такая близость к краю пропасти? Опишите мир вокруг вас, в том числе погоду. Не забудьте упомянуть, есть ли у вас компаньон в виде тотемного животного, и что находится в вашем заплечном мешке. Вы можете начать это упражнение с фразы: «Я Шут, который...»

Приведу короткий пример с использованием карты Шута из «Таро тотемных животных»: «Я Шут, который таскает с собой больше, чем нужно. Я Шут, несущийся навстречу приключениям, позабыв о солнцезащитном креме. Я Шут, который видит безоблачное голубое небо и бежит играть».

Теперь ваша очередь. Я Шут, который...

### Упражнение-странствие

Шут есть в каждом из нас. Все мы время от времени влезаем в его шкуру. Вы прекрасно знаете, как это бывает: погрузиться во что-то с головой, позабыв обо всем на свете. Время, еда, деньги, физиологические потребности... все это теряет значение в те моменты, когда вы станови-

тесь Шут. Для этого упражнения попытайтесь оказаться в одном из таких моментов. Попробуйте заметить, когда все вокруг исчезает, и вы теряете счет времени. Умение использовать подобные моменты – один из первых шагов на пути к обнаружению лакун в физическом существовании и созданию возможностей для души выйти на первый план. Такая лакуна переводит вас в выходящее за пределы физических границ состояние вибрации. Шут во многом служит первым шагом к самоактуализации. Но сегодня просто посмотрите, удастся ли вам определить лакуну, момент Шута.



## I. Маг



**К**арта под номером один среди старших арканов — это Маг, фигура самодостаточного, оснащенного всем необходимым магического творца. Она олицетворяет предназначение, судьбу, божественные дары и, конечно, магию. Маг сводит воедино все элементы Таро — Землю, Воздух,

Огонь и Воду, — необходимые, чтобы породить, поддерживать и разрушать жизнь. В работе с этой картой придется иметь дело со многим. Маг — следующий шаг после Шута. Здесь мы видим, что наш Шут научился некоторым новым трюкам и узнает, как использовать энергию возможностей и потенциала, окружавших его на предыдущей карте. Думаю, можно сказать, что в этом аркане Шут раскрыл свои таланты и теперь сортирует их, чтобы увидеть, какие развивать дальше в ходе путешествия по миру Таро.

Так какие же навыки и таланты здесь предлагаются? Мне кажется, что это важная составляющая этого аркана, потому что не все имеют одни и те же навыки, возможности и магию в своем распоряжении. У каждого из нас свои дары или таланты, которые можно изучать и возвращать, и только нам решать, что́ это. Поэтому внимательно посмотрите на карту Мага, установите контакт с изображением и позвольте себе открыться знанию о том, какие дары вам предназначены. Ваша магия неповторима, и только вы можете раскрыть ее истинный потенциал, так что не торопитесь, примеряя на себя одежды Мага.



## Патворк

### Упражнение на намерение

Верите ли вы в то, что сами создаете свою судьбу, или же в то, что жизнь вам неподконтрольна? Это фундаментальные вопросы для карты Мага. Для целей этого упражнения давайте предположим: вы убеждены, что являетесь творцом собственной жизни. Допустим, вы рассматриваете эту карту как мощную, самоутверждающуюся и способствующую сосредоточению на божественных дарах, чтобы создать жизнь, полную радости, изобилия, здоровья и любви. Закройте глаза и подумайте, когда вам и только вам в последний раз удалось манифестировать что-то, чего по-настоящему хотелось. Подумайте о людях, условиях и действиях, ставших частью этой манифестации. Представьте себе все это в виде картинку и удерживайте ее перед внутренним взором. Что вы чувствуете, глядя на нее? Какие у вас были установки во время этого проявления? Сделайте глубокий вдох и позвольте чувствам подняться на поверхность. Увеличьте картинку, сделайте ее ярче, пусть она сияет так сильно, как это возможно. Скажите: «Я вижу тебя, я помню тебя, я проживаю тебя в каждый момент времени».

Медленно отпустите изображение и верните внимание туда, где находитесь. Таким образом вы устанавливаете связь с вашей неповторимой магией, это способ увидеть, как ваши таланты и одаренность служат вам. Не забывайте, что не нужно ничего оценивать. Просто позвольте себе вновь прожить выбранный момент и наблюдать его, оставив все сравнения за порогом.

## 2. Старшие арканы

### Упражнение на интуицию

Держите карту Мага перед собой, и начинайте проговаривать прохождение через нее от лица Мага. Начало фразы строится так же, как и при работе с Шутом: «Я Маг, который...»

Пример: «Я Маг, который использует способности во благо не только себе, но и тем, кто вокруг. Я Маг, который знает, как играть с талантами и сильными сторонами. Я Маг, который всегда оказывается в нужное время в нужном месте с нужными магическими инструментами». Думаю, вы поняли принцип. Цель упражнения – научиться ощущать себя комфортно с той магией, уникальными способностями и силами, которые у вас есть. Говорите вслух, пока не закончатся слова.

### Упражнение-странствие

Это упражнение на ченнелинг карты. Устанавливая психическую связь с изображенной фигурой, вы открываете дверь для прямого диалога. Не переживайте, если услышите всего несколько слов или одну фразу. Чем чаще вы будете проделывать подобные упражнения, тем сильнее станет связь.

Поместите карту Мага перед собой. Приготовьте ручку и бумагу. Пристально смотрите на карту, позвольте взгляду блуждать по ней, втянитесь в изображение, его цвета и дизайн. Если получится, смотрите Магу в глаза. Возьмите ручку и начните записывать все, что приходит в голову. Просто пишите от пяти до десяти минут, продолжая глядеть на Мага и не прерывая связи с ним, пока не ощутите, что записали все, что могли. Даже если на бумаге оказалось всего одно предложение или несколько случайных слов, вы проделали хорошую работу.



## II. Верховная жрица



**В**ерховная жрица — несколько таинственная карта. Она занимает высокое положение, имеет элитное образование и выступает хранительницей тайных знаний. В более традиционных колодах она также защитница и привратница высших сфер мудрости и самореализации. Од-

нако она не дает никаких подсказок о том, что защищает и от кого, хотя при взгляде на традиционный вариант карт можно подумать, что от любого, кто перейдет ей дорогу. Во многих отношениях Верховная жрица — высокопоставленный гуру, к ней обычно приходят с вопросом.

О чем ваш вопрос? Каких ответов вы ищете у ног Верховной жрицы? Какое знание вы надеетесь получить от нее? Достойны ли вы его, положи руку на сердце? Думаю, скоро вы это узнаете. Перед тем как отправиться в путь с Верховной жрицей, задумайтесь о том, что хотите от нее услышать. Как и все великие гуру, она не будет рассказывать обо всем, что знает. Она предложит лишь то, что, по ее мнению, вам нужно. Так какая насущная проблема беспокоит вас именно сейчас? При каждом посещении можно задавать всего один вопрос, так что подумайте хорошенько. Решив, о чем хотите спросить, позаботьтесь о том, что предложите ей в дар, поскольку сначала вы должны сделать подношение, прежде чем ожидать чего-либо взамен. Теперь, когда у вас есть и подарок, и вопрос, можно отправляться в путь к Верховной жрице.

## 2. Старшие арканы



### Патворк

## Упражнение на намерение

В рамках этого упражнения вы отправитесь в храм Верховной жрицы. Извлеките карту Верховной жрицы из колоды и поместите ее на видное место, чтобы фокусироваться на ней во время путешествия. Устройтесь как можно удобнее, расслабьтесь и не забывайте дышать. Внимательно посмотрите на карту и сосредоточьтесь на храме. Представьте, как идете по пути к тому месту, где восседает Верховная жрица. Старайтесь чувствовать себя расслабленно в окружающем пейзаже. Помните, что вы в любой момент можете оторвать взгляд от окрестностей или же сосредоточиться на своей ментальной энергии. По дороге к храму обращайте внимание на то, что видите вокруг: есть ли вокруг вас люди и животные, выглядит ли местность пустынной.

Продолжайте идти, пока не окажетесь перед храмовыми воротами. Помните о подношении для Верховной жрицы, которое дадите ей в обмен на нужную вам информацию. Убедитесь, что держите дар наготове, постучите и терпеливо ожидайте стража. Отдайте ему подношение и ждите разрешения войти. Расслабьтесь и позвольте путешествию продолжиться. Не нужно форсировать или замедлять события. Если страж пропустит вас, войдите внутрь и сядьте рядом с Верховной жрицей.

Если вас не пустили внутрь, значит, Верховная жрица убеждена, что вы уже обладаете искомым ответом. Задержитесь рядом с храмом и осмотритесь, нет ли у вас чего-то в руках или под ногами.

Почувствовав, что время нахождения в храме истекло, сделайте несколько глубоких вдохов и вернитесь в



свое тело и в то место, где сидите. Теперь, когда путешествие окончено, можете записать в дневник все, что сочтете нужным.

## Упражнение на интуицию

Верховная жрица – интуитивная карта. Будучи связанной с Луной, она хочет, чтобы вы учитывали следующее: вы уже знаете то, чего ищете. В рамках этого упражнения она желает, чтобы вы обратились к внутреннему знанию, вашей собственной Верховной жрице и услышали ее. Положите карту Верховной жрицы на виду, возьмите ручку и бумагу или откройте ноутбук и создайте новый документ.

Задайте свой вопрос вслух и записывайте все, что услышите. Возможно, это будет голос в голове, а может, из открытого окна донесутся звуки какой-то песни. Думайте о своем вопросе и держите ушки на макушке. Упражнение должно продолжаться от двух до четырех минут. Если нужно, поставьте таймер. Когда время выйдет, перечитайте записи. Возможно, вы рассчитывали не на такой ответ, но это прекрасное начало. Если хотите расширить упражнение, перенесите записанное в дневник.

## Упражнение-странствие

Сможете ли вы узнать Верховную жрицу, столкнувшись с ней на улице? Я спрашиваю, потому что в этом архетипе есть что-то от хамелеона. Как и ее двойник Луна, она может иметь больше одного лица или фазы. Посмотрите, получится ли у вас идентифицировать Верховную жрицу в своей жизни. Например, среди членов семьи, на работе или даже дома. Возможно, это вы сами. Этот архетип сложно найти в естественном виде, поскольку иногда он оказывается одной из Королев, иногда – Рыцарем, а ино-

## 2. Старшие арканы

гда даже Пажом. Выполняя упражнение, вы научитесь видеть людей, которые ногами стоят на земле, в физическом мире, а голова их при этом пребывает в небесах, в духовной реальности. Ваши учителя, наставники, хранители духовной мудрости никогда не выглядят так, как ожидаете, поэтому смотрите внимательно. Удачи! Не удивляйтесь, если понадобится много времени на игру в прятки с Верховной жрицей.