



О колоде «Светлые сны тотемов»

Друзья, коллеги, приветствую вас в мире тотемов и их снов! Вы держите в руках колоду, которая наполнена инструментами для погружения в собственное подсознание и призвана помочь проводить беседы с самым загадочным человеком на планете — с самим собой.

Для начала познакомимся! Меня зовут Шишкина Ирина Сергеевна, и я занимаюсь изучением тотемов с 2009 года. В этот период я начинала работать с шаманом, который помогал мне постигать искусство сонастройки с духами животных и погружал в историю, культуру и мифологию перуанских шаманов. После на моем пути еще не раз встречались шаманы из Индии и Африки, некоторых восточных стран и Сибири, которые открывали мне мир животных с новых сторон.

Я использую систему тотемов не только в эзотерической сфере жизни (например, создавая обучающие курсы в Академии «Отшельник»), но и в профессио-



нальной деятельности — в практике коучинга руководителей и проектных команд. Удивительно, насколько проще становится людям понять особенности коммуникаций с другими на примере животных. Попробуйте тоже. Возьмите колоду и на каждое животное найдите одного или несколько своих знакомых, которые будут похожи как внешне, так и внутренне. Вы удивитесь, как интересно определяются Львы, Козлы, Коровы и Медведи и как легко находятся решения вопросов:

1. Как решить конфликт с этим человеком?
2. Что его мотивирует?
3. Почему он поступил именно так?

В инструкции к колоде я постаралась системно переложить свои знания из психологии, менеджмента, эзотерики, философии и сделать колоду не только красивой, но и практичной.

Идея создания колоды появилась еще несколько лет назад, когда в Академии запускались первые обучающие курсы по тотемам. В рамках обучения возникала потребность в отработке навыков взаимодействия с тотемами через другие эзотериче-

ские системы. К какой стихии относится тот или иной тотем? Почему? Какие ценности тотема делают его похожим на психотип того или иного знака зодиака? Энергию какой руны реализует своими принципами тотем и как он может помочь в будущем или прошлом? Все эти вопросы, которые задавались учениками и мной самой, натолкнули на мысль о создании универсальной тотемной колоды «Светлые сны тотемов».

Название «Светлые сны тотемов» отражает целевое состояние, то состояние, которое можно получить после взаимодействия с колодой. Умиротворенное, наполненное позитивными установками и ясным восприятием будущего. Сны — не использованная днем информация, обработанная нашим великим мозгом. Часто именно эта информация оказывается самой нужной и достаточной для осознания себя и своих желаний. Так что светлые сны тотемов — отражение нашего подсознания и использование скрытой внутри нас самих информации для обретения собственного «Я».

Каждый из 50 тотемов в колоде прожит мной в медитациях и привлекался к работе с шаманами на протяжении более чем десяти лет. У каждого своя история, которую я постаралась донести через эзотерические системы — стихии, руны, знаки зодиака и время.



Колода «Светлые сны тотемов» поможет вам:

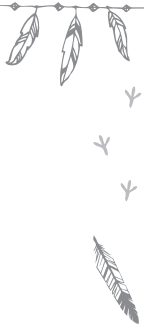
- 1. Разобраться в себе.** Разговаривайте с колодой в формате диалога: задавайте вопрос, вытаскивайте карту и слушайте то, что она вам расскажет. Старайтесь обратиться к своей интуиции и услышать внутренний голос.
- 2. Сориентироваться в сложной ситуации.** Применяйте схему классических раскладов на обзор ситуации и используйте колоду вместо привычной системы Таро. Например, основными позициями для расклада могут быть такие вопросы: 1) общее описание ситуации; 2) чего я не вижу; 3) на что стоит обратить внимание; 4) почему эта ситуация вызывает у меня сложности; 5) как бы из этой ситуации вышел другой человек; 6) общие предупреждения от карт; 7) общие рекомендации от карт. Вытащите по очереди семь карт, каждая из которых будет отвечать на поставленный вопрос. Проанализируйте полученную информацию. Теперь посмотрите на ситуацию по-другому.
- 3. Принять решение.** Используйте метод альтернатив и простую структуру расклада: 1) что будет, если я приму это решение сейчас; как изменится

ситуация; 2) что я приобрету; 3) что я потеряю; 4) что будет, если я приму другое решение; 5) что я приобрету в альтернативном случае; 6) что я потеряю в альтернативном случае; 7) общие рекомендации от карт.

- 4. Увидеть возможности.** Достаньте из колоды случайно четыре карты, каждая из которых ответит на четыре вопроса: 1) что я могу получить; 2) что придет, но я об этом еще не знаю; 3) чего у меня станет больше; 4) что я смогу улучшить. Разложите карты в структуре квадрата, где верхняя левая карта будет указывать на наиболее вероятные возможности, вторая карта — верхняя правая — на возможности, которые произойдут с вероятностью 50/50, нижняя левая карта укажет на маловероятные, но все же возможные события, а левая правая покажет то скрытое или случайное (стечение обстоятельств), о чем вы даже не задумываетесь.

Для чего можно использовать колоду (основные практики):

- ☞ карта дня;
- ☞ ответ на вопрос;



- ☞ классический расклад;
- ☞ комбинация с классической колодой Таро или другими оракульными колодами;
- ☞ моделирование;
- ☞ медитация;
- ☞ для сонастройки с тотемами.



Описание карт

Бабочка

Вопрос карты. Что я могу сделать для себя сегодня?

Общая характеристика. Бабочка — красивое хрупкое создание, живущее недолго и прекрасно осознающее ограничения доступного времени. Важно обратить внимание на то, чего вы хотите именно в этот момент.

В вопросах любви. Отношения яркие, быстрые, словно вспышка. Вероятно проявление эгоизма со стороны обоих партнеров.

В вопросах финансов. Быстрый, кратковременный успех. Рекомендация действовать исходя из своих приоритетов и потребностей.



В личных вопросах. Сфокусироваться на настоящем. Уделить внимание внешности, стилю. Отпустить прошлое и не думать о будущем.

☀ Тигр



Вопрос карты. На что я могу посмотреть по-другому?

Общая характеристика. Тигр — тотем, который отвечает за мудрое восприятие событий. Некий отшельник, наблюдатель. Тигр всегда находится в тени, его не видно другим, пока он сам не захочет.

В вопросах любви. Надо стараться понять партнера, его позицию. Подумать о партнере как об отдельной личности. Посмотреть на события со стороны, без лишних эмоций.

В вопросах финансов. Нужно принять мудрое решение, взвешенное, рассудительное. Не настаивать только на своем мнении. Учесть пожелания всех участников проекта/процесса.

В личных вопросах. Остановиться, задуматься о своей жизни, о себе, о своем отношении к каким-либо важным событиям и людям. Стать более спокойным и менее восприимчивым к чужим словам и замечаниям.



Г У С Е Н И Ц А

♃

12



ЧТО СЛУЧИТСЯ ЗАВТРА?
ПОЧЕМУ Я ДУМАЮ ОБ ЭТОМ?

Л Е Т У Ч А Я
М Ы Ш Ь



8



ЧТО ПИТАЕТ МЕНЯ?

ЧТО ДАЁТ МНЕ ЭНЕРГИЮ?

Е Н О Т

Ω 5 ↓ ↵



ЧТО ДОСТАВЛЯЕТ
МНЕ УДОВОЛЬСТВИЕ?

Р Ы С Ь

У 1 → Ў



ДАВНО ЛИ Я БЫЛ

В ОДИНОЧЕСТВЕ?

КТО Я?

О С Ё Л

У

6



†



ОТ ЧЕГО Я
ОЩУЩАЮ ТЯЖЕСТЬ?
КТО «ЕДЕТ» НА МНЕ?