

Психология ТАРО



САМОПОЗНАНИЕ
ЧЕРЕЗ АРХЕТИПЫ
И БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ

ДЖЕССИКА ДОР

ПЕРЕВОД
АЛЕКСАНДРЫ УСАЧЁВОЙ

МИОО

Джессика Дор
Психология Таро.
Самопознание через
архетипы и бессознательное
Серия «МИФ Культура»
Серия «Таро МИФ»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70133233

*Психология Таро. Самопознание через архетипы и бессознательное /
Джессика Дор: Манн, Иванов и Фербер; Москва; 2024
ISBN 978-5-00214-318-4*

Аннотация

Универсальный авторский метод для любых колод Таро. Джессика Дор – таролог, писательница и преподаватель – рассказывает, как выбирать колоду, задавать ей вопросы и получать ответы.

Вы наверняка слышали про некоторые колоды Таро, что они «говорящие». Будто видят владельца насквозь и подсказывают, как ему поступить. Но почему-то одним тарологам удается договориться с колодой, а другим нет. Не те карты? Секрет не в колоде, а в вас – в том, как говорите с картами вы.

Из этой книги вы узнаете, как с помощью Таро лучше понять себя и мир вокруг, проникнуть вглубь сознания и увидеть новые возможности, иначе взглянуть на жизненные невзгоды и справиться с ними.

От автора

Я проработала несколько лет в сфере публикации книг по психологии и поэтому вижу в своей книге скорее пособие по самопомощи, чем руководство по гаданию на картах. Моя интерпретация Таро вдохновлена желанием делиться применимыми в жизни навыками и концепциями, преклоняясь перед ее тайнами и глубоко погружаясь в мистический контекст. Надеюсь, эта книга напомнит вам, что вы – часть целого, и поможет разобраться, что именно делает вас вами.

Для кого эта книга

Для тех, кто интересуется Таро и самопознанием.

Для поклонников серии «Таро МИФ».

На русском языке публикуется впервые.

Содержание

Раздел 1	7
Что такое Таро	7
Таро и психология: краткая история	11
Обо мне	20
Знакомство с картами	26
Архитектура колоды из семидесяти восьми карт	31
Конец ознакомительного фрагмента.	42

Джессика Дор Психология Таро. Самопознание через архетипы и бессознательное

Original title:

TAROT FOR CHANGE

В оформлении обложки использованы иллюстрации
LEFT HANDER

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Copyright © 2021 by Jessica Dore

Illustrations by Xaviera López

© Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО
«Манн, Иванов и Фербер», 2024

* * *

Посвящается моим родителям

Раздел 1

Что такое Таро



Таро – это книга с семьюдесятью восемью секретами, которые раскрываются перед вами со временем. Карты наделены значением, но оно часто меняется, а потому в зависимости от контекста одна и та же карта может трактоваться как помощь, чары, талисман или благословение. Как известно, карты Таро в их современном виде появились еще в XV веке в эпоху европейского Возрождения, но говорят, что заключенные в них тайны и тотемы корнями уходят в Древний Египет и Древнюю Грецию.

По легенде, египетские мистики спрятали секреты духовной эволюции – того, как полностью слиться с абсолютом, – в колоде игральных карт. Превратив свои тайны в карты, они надеялись на века сохранить тяжким трудом добытую мудрость с помощью человеческих пороков. Они больше верили в склонность человека к азартным играм, чем в его стремление изучать священные тексты и принимать выс-

шее учение в устной традиции. Они понимали, что люди в первую очередь будут играть в Таро, а не продвигаться с помощью карт по духовному пути. Но для тех, кто интересуется духовным ростом, карты становятся семьюдесятью восемью магическими порталами, внутри которых скрыты тайны.

Это легенда, а значит, она не претендует на историчность и достоверность. Не существует физических подтверждений этому рассказу. Но Таро, как вы скоро узнаете, освобождают воображение из оков сомнений и рационализма. Карты способствуют тому, чтобы снова пробудилась та часть нашего существа, которой хватает мужества верить во что-то без материальных доказательств.

Сегодня люди берутся за Таро по разным причинам. Вытягивая карты, мы можем вызвать синхронизацию. В ходе этого священного процесса мы ощущаем невидимую связь между внутренним и внешним мирами.

Также эта практика раскрывает потенциал, помогает посеять семена возможностей в почву сердца так, чтобы их корни были крепкими. Чтобы побеги набрались силы и выдержали тяжесть медленно наливающегося плода или цветка.

При необходимости расклады Таро можно воспринимать как полотно, чтобы проецировать на него свою внутреннюю жизнь, не опасаясь навредить себе и другим. Так как проецирование – естественная и нормальная функция человеческого воображения, Таро позволяет приручить эту силу и ис-

пользовать ее во благо. Перенос внутренних переживаний на такие физические объекты, как карты, создает дистанцию и свободное пространство, где можно перевести дух, изменить отношение к себе и выбрать новую наблюдательную позицию. Карты позволяют в безопасных условиях увидеть и осмыслить самые малопривлекательные части нас самих.

Толкование Таро как для себя, так и для других служит ритуалом для начала нового этапа или новой главы в жизни. Карты выполняют майевтическую, или акушерскую, функцию; их вопросы – будто часть процесса рождения. Они заставляют не фокусироваться, а смотреть шире. Иногда новая жизнь пытается родиться на свет вперед спиной или ногами, и тогда требуется терпеливо уговаривать ее перевернуться. Таро – это инструмент, который помогает находить правильные точки для приложения силы, чтобы процесс продолжался и не причинил никому вреда.

Иногда, вытянув карты, вы находите сюжет с большим потенциалом для развития и огромной жизненной силой. Как первый тюльпан, пробившийся через едва оттаявшую землю, или набухшие на ветке розовые бутоны. Но иной раз с повествования карт необходимо снять все лишнее, докопаться до самой сути и унести с собой легкий аромат палой листвы или воронье карканье, эхом отдающееся в ушах. В любом случае вы можете рассчитывать, что в конце у вас появится больше вопросов, чем было в начале. И это хорошо. Вопросы – это мостики к новой жизни.

Толкователь карт не должен обещать сиюминутных озарений, потому что секреты так не работают. Семьдесят восемь арканов, больших и малых секретов, надо уважать в силу их возраста. К ним следует относиться как к сущностям, расположение которых вы хотите завоевать. Или как к компаньону – с интересом, преданностью, уважением и искренним желанием их понять, и тогда карты со временем откроют вам свои тайны. Можете не сомневаться.

Таро и психология: краткая история



Таро относится скорее к духовной практике, чем к психологическому инструменту, но карты по своей сути очень психологичны, а психологии не чужда духовность. Более того, первый корень слова «психология» восходит к греческому $\Psi\upsilon\chi\acute{\eta}$ («психе»), что означает «душа» или «дыхание». Хотя ландшафт психологии за годы развития теории и практики сильно изменился, до некоторой степени она навсегда останется искусством познания души.

Зигмунд Фрейд, которого на Западе называют отцом современной психологии, искал способ понять человеческую душу через процесс психоанализа. Цель психоаналитической работы заключалась в том, чтобы сделать бессознательное сознательным. Если вы представили, как человек лежит на кушетке, а рядом сидит психотерапевт в строгом костюме и говорит, делая пометки в папке: «Расскажите мне о вашем отце», то вы представили себе психоанализ. Этот терапевтический процесс часто подразумевает глубокое погружение в раннее детство клиента, что помогает лучше понять его сегодняшние переживания.

Ученик Фрейда Карл Юнг развил теорию коллективного бессознательного – своего рода психического подтекста, который, по его мнению, понимают все люди. Эта форма бессознательного объясняет общие для всех влечения, мотивацию и поведение, она выходит за рамки культурных и географических различий. Коллективное бессознательное описывают как некую общую психологическую наследственность, которая проявляет себя через фантазии, мифы, сказки и социальную динамику власти и угнетения. Если личное бессознательное затрагивает грани индивидуального опыта, запертые в подполье из-за внешних и социальных условностей, то коллективное бессознательное, по мнению некоторых специалистов, – это вместилище архетипов.

Юнг считал, что архетипы – универсальные символы и образы, значение которых понятно каждому человеку. Не могу согласиться с тем, что смысл архетипов одинаков для всех людей на земле, но я вижу, что некоторые из них не знают культурных различий. Архетип матери заставляет в душе что-то шевелиться, хотя у каждого он отзывается по-разному, – и то же можно сказать об архетипической теме смерти. Я согласна с единомышленницей доктора Юнга Марией-Луизой фон Франц. Она утверждала, что при появлении архетипического образа – например, во время гадания на картах Таро – человек, его воспринимающий, «открывает для себя новые, прежде недоступные взору возможности и через них испытывает свежий прилив энергии, так как архетипы наде-

лены мистическими качествами и функционируют как скрытые источники силы». Мы не будем смотреть на архетипы или символы одинаково. Более того, мы не должны такого ожидать. Но они могут затронуть что-то внутри нас и что-то нам сообщить, если мы дадим им достаточно пространства.

Юнг полагал, что коллективное бессознательное влияет на жизнь отдельного человека и служит ключом к смыслообразованию, психологическому развитию и индивидуации (через этот процесс человек достигает ощущения индивидуальной идентификации, отделенной от коллектива). Через психоанализ человек способен научиться плавно перемещаться между явным содержанием сознательного и неявным символическим материалом бессознательного. Если обратиться к архетипическим терминам, человек может рассчитывать на существование на границе деревни и леса, цивилизации и дикой природы, на то, чтобы в нужном месте в нужное время быть одновременно императором и императрицей.

Также Юнг сделал вклад в развитие идей о терапевтических свойствах синхронии. Он описал ее как релевантное совпадение внешних и внутренних событий, не связанных между собой явными причинно-следственными отношениями. В качестве примера синхронии можно привести ситуацию, когда вы вспомнили о друге, которого не видели уже несколько лет, и вдруг он сам звонит вам. Кто-то сочтет это происшествие чистой случайностью, но человек, склонный

искать смысл в происходящем, увидит здесь намек на связь между внешним и внутренним, хотя кажется, что эти измерения существуют отдельно друг от друга.

Когда внутреннее событие, например мысль о старом друге, синхронизируется с внешним, например звонком старого друга, мы чувствуем связь между личным переживанием и тем, что понимаем как общее. Синхрония, по словам эколога Робина Уолла Киммерера, это напоминание об утонченной связи. Изучение отношений между вещами, которые нельзя объяснить простой причинно-следственной связью, – это путь к пониманию связи между психикой, коллективным сознанием и предметом. Если возникает синхрония (часто бывает, что карты Таро с удивительной точностью угадывают подробности нашей жизни), то, вероятно, что-то, прежде сокрытое в бессознательном, пытается выйти наружу. Или оно неожиданно всплывает, чтобы помочь нам развиваться.

Сегодня Юнга можно воспринимать скорее как философа или человека искусства, чем как ученого. Благодаря его исследованию тайн через обращение к философии, антропологии, мифам, религии и спиритизму сформировалось особое направление – аналитическая психология. Он искренне считал, что символы из старых сказок, астрологии и даже карт Таро служат ключом к пониманию психики.

Прислушиваться к юнгианской трактовке архетипов и индивидуации полезно, так как она позволяет проявиться силе и притягательности Таро. Многие замечают, что стоит

только начать работать с картами, как тут же подсаживаешь-ся на них. Я думаю, дело в том, что символический язык мгновенно и накрепко связывает нас с неким коллективным сознанием – универсальным или культурным. Вытягивание карт помещает нас в пространство и время, где правит нечто большее, чем мы сами, и напоминает нам, что мы, вне зависимости от нашего опыта, не одни. Сегодня, во времена прогрессирующей изоляции, сепарации и одиночества, только одно это можно считать средством глубокого исцеления.

На исходе XX века психология стала уходить из сферы гуманитарных дисциплин и стала больше похожа на точную науку.

В отличие от аналитической психологии, которая опиралась на воспоминания и внутреннюю жизнь человека, при бихевиористском подходе изучается то, что можно пронаблюдать, причем не только внутренние события, но и действия человека. Знаменитая концепция Ивана Павлова о классическом обусловливании показала, как поведению обучаются, а Беррес Фредерик Скиннер рассматривал, как будущее поведение формируется из результатов прошлого и нынешнего поведения. Акцент на объективные и экспериментальные исследования возник из-за перехода психологии из творческой и философской дисциплины в строго научную.

Информация, полученная при изучении поведения, привела к развитию когнитивно-поведенческой терапии (КПТ),

ее основателем считается психолог Аарон Бек. КПТ делает акцент и на внутреннем, и на внешнем, концентрируется на взаимодействии между мыслями, чувствами и поведением и способствует тому, чтобы человек изменился и пришел к устойчиво комфортной жизни.

Сегодня поведенческая терапия широко используется в сфере психологической помощи. Отчасти ее популярность обусловлена доказательной базой, то есть она основана на том, что наука признаёт действенным – по крайней мере, в определенных обстоятельствах – методом для изменения поведения человека. Так как в центре этого подхода стоит поведение, которое легче наблюдать, чем внутренние, невидимые переживания в чертогах мыслей, чувств и энергии, то результат поведенческих воздействий, таких как КПТ, проще поддается оценке. То есть его легче исследовать и возвести в стандарт медицинской помощи. Клиницисты хотят пользоваться техниками, доказавшими свою эффективность, и поведенческая терапия, поскольку фокусируется на причине и следствии, позволяет изолировать терапевтические мишени и добиться внушительных результатов. Старые же идеи о синхронии, коллективном сознании и поиске смысла жизни, которые не обладают такой ценностью для индивида, часто остаются на обочине этого направления профессиональной помощи. То, что учение о душе стало строго научным, позволило добиться огромных успехов в лечении психических заболеваний и вытеснило загадочность

и магию на периферию.

Один из основополагающих секретов Таро заключается в том, что правда может быть не одна. Научное исследование поведения не конфликтует с изучением коллективного сознания, терапевтическим использованием символов и архетипов, обращением к мифологии и сказкам при лечении.

Структура эмпирически обоснованных практик строится на предположении, что надежными можно считать только данные, полученные научным методом. Но я все равно считаю, что нечто столь древнее, как, например, символы в картах Таро, также обладает некоторой степенью эффективности.

Не нужно излишне углубляться в различные модели научно обоснованной терапии, чтобы убедиться, что они вовсе не противоречат мистической философии и во многих случаях даже полностью с ней совместимы. Это свидетельство в пользу того факта, что, по предположению Юнга, на всех людей влияет не только коллективное сознание, но и космология и система верований наших предков. В конце концов, научный метод – результат антропоцентрической деятельности. То есть исследуемые вопросы, модели и измерительные инструменты никогда не позволят нам достичь полной объективности и освободиться от влияния прошлого. Старые убеждения и предположения о природе вещей слишком крепко вросли в культурные институты, и мы, подобно тому как рыба не видит воду, не можем выявить их, если не смот-

рим достаточно внимательно. Но как только нам удается их заметить, мы понимаем, что они пронизывают наш жизненный опыт во всех направлениях.

До возникновения науки в современном понимании мы пользовались другими способами познания – эти способы до некоторой степени и определяют, как сегодняшние ученые думают, чувствуют и делают свою работу. И хотя наука – прекрасный, восхитительный метод сбора и изучения информации и он обладает высокой ценностью, он не единственный. При обсуждении старших арканов Таро мы коснемся внешних атрибутов бинарности – таких как наука и духовность, новое и старое – и затем исследуем форму бытия, в которой эти ложные разграничения стираются. Мы не станем выбирать одну или другую сторону, но сможем с уважением принять их все одновременно.

Если говорить об устранении мнимой пропасти между наукой и духовностью, то такие позитивные явления, как поведенческие терапии третьей волны, прокладывают между ними мостик. Когнитивная терапия на основе осознанности, диалектическая поведенческая терапия (ДПТ) и терапия принятия и ответственности (ТПО) соединяют в себе мудрость таких мистических традиций, как буддизм и йога: осознанность, принятие и сострадание, – с данными, доступными науке о поведении; на основе этих методик разрабатываются действенные лечебные программы.

После того как маятник качнулся от творческого и фило-

софского подхода к изучению человеческой души в сторону более объективного и научного, приятно видеть, что область сейчас балансирует где-то посередине. Возник синтез научных и духовных методов. Как учит герметизм, философский принцип западной мистической традиции, ритм компенсирует колебания.



Обо мне



Я пришла в психологию через издательскую деятельность. После колледжа я переехала в Калифорнию и устроилась специалистом по рекламе в издательство, выпускающее книги по самопомощи и психологии. От меня требовалось продвигать руководства по клинической психологии для психотерапевтов и практические учебные пособия для самопомощи, основанные на научно доказанных методиках лечения, чтобы читатели справлялись с депрессией, тревожностью, ОКР (обсессивно-компульсивными расстройствами) и нарушениями пищевого поведения.

Как непосвященный посторонний человек, я чувствовала, что получила шанс заглянуть в область, казавшуюся мне эзотерической, хотя в то время я еще не знала такого слова. Книги, с которыми я работала, содержали информацию о навыках, методах и знаниях, предназначенных узкому кругу избранных – психологам. В дальнейшем они делились этими знаниями с клиентами в манере, казавшейся подходящей. Книги содержали секреты настолько важные, что их буквально прятали под замок дорогущих переплетов с таки-

ми серьезными названиями, как «Руководство для клинических психологов по...» и тому подобными.

Хотя любой человек в более-менее стабильном финансовом положении формально мог себе позволить покупать такие книги, в основном кто попало их не покупал. Так и было задумано. Но каким-то образом я, поэтесса с дипломом по связям с общественностью, которая не проходила посвящения для доступа к этим тайнам (не окончила университет, не проходила интернатуру и клиническую подготовку), получила их в свое распоряжение. Какая удача. Вскоре я поняла, что открывавшиеся мне секретные методы невероятно эффективны.

Я начала внедрять знания о регуляции эмоций, стрессоустойчивости, когнитивном рефрейминге, поведенческой активации, радикальном принятии, осознанности и самосострадании в свою жизнь, чтобы испытать на себе их трансформационную силу.

Прежде я никогда не слышала о таких вещах, и мне стало интересно почему. Меня удивляло, что при всей эффективности этих практик они не были широко распространены. Почему о них не рассказывали в школе, почему им не учили родители? Мне стало любопытно, можно ли это как-то изменить.

Когда я только начала работать в издательстве, я увлеклась картами Таро. Я изучала иллюстрации Памелы Колман Смит, также известные как колода Райдера – Уэйта (в сво-

ей книге я буду называть эту колоду Таро Райдера – Уэйта – Смит, чтобы подчеркнуть неоценимый вклад Колман Смит). В них я нашла другие секреты, которые в то время тоже хорошо охранялись. В популярной культуре они не считались инструментом, способным принести пользу обычному человеку. К моим удивлению и радости, в них содержались те же философские знания, что и в книгах, которые мне приходилось читать по работе.

Тогда я не знала, что колода Райдера – Уэйта – Смит стоит на фундаменте герметической философии – западного мистического учения. Идеал герметизма – восприятие вещей во всей полноте, понимание явлений, кажущихся противоположными друг другу: внутреннего и внешнего, высшего и низшего, плохого и хорошего, – но в действительности обладающих «идентичной природой». Они принадлежат одной категории и отличаются только в сравнительной степени.

Такой способ восприятия мира был полностью совместим с диалектической поведенческой терапией (ДПТ), которая стремится развить образ жизни и мышление, воплощающие в себе мировоззрение «и то и другое», а не «это или то». Диалектическое мышление подразумевает наличие в нашем сознании пространства для тех вещей, которые как будто конфликтуют друг с другом, но на самом деле одинаково реальны и правдивы. Например, ДПТ-терапия помогает человеку принять двойственную реальность: что он старается делать все возможное и все же ему надо стараться больше. Это все-

го лишь один пример параллелей между концепцией Таро и современной психологией.

Я несколько лет вела личную работу с картами, наблюдала за преобразующей силой их секретов и затем начала писать о Таро в интернете.

Сначала мой блог читали всего несколько человек, потом я перешла в социальную сеть и стала дополнять иллюстрации Колман Смит концепциями из разных видов терапии, таких как ДПТ, КПТ и ТПО. Я прочувствовала трансформационную мощь этих идей и образов на себе и хотела поделиться доступными мне секретами с другими людьми.

На тот момент я все еще была непосвященным человеком, извлекала «инсайдерскую» информацию из дорогих учебных пособий для врачей и делилась ею бесплатно в социальной сети. И хотя позже я вернулась в университет, получила степень магистра в области социальной работы и прошла подготовку на поведенческого психотерапевта, однако решила не продолжать клиническое обучение и сошла с этого пути. Мне нравилось ощущать себя «где-то между», балансировать на грани между двумя мирами.

Мой дар, книга «Психология Таро», – это сокровищница тайн, которые я собрала за годы путешествий по поверхности обеих сфер познания, что вобрали в себя действенные технологии трансформации и роста. Некоторые приведенные здесь секреты называются так только потому, что до недавнего времени их скрывали в специальных учре-

ждениях и передавали только определенным людям, которые обладали достаточной квалификацией и силой, чтобы принять их и делиться ими с другими. Идея хранить в тайне сакральные знания в целом мне кажется невероятно романтической, но, к счастью, беспрецедентное число врачей-клиницистов сегодня ими делятся, потому что для них важно рассказать простым людям то, что раньше можно было узнать только в формате индивидуальной или групповой терапии.

Другие содержащиеся в книге идеи тоже названы секретами, потому что они имеют больше общего с духовностью – той сферой жизни, на которой лежит отпечаток таинственности. Пока мы не нашли надежного способа измерять дух и давать ему количественную оценку. Эти секреты рассказали мне сами Таро во время моей многолетней работы с символами: находила их в книгах, улавливала их присутствие в сказках, песнях и снах, которые ко мне приходили, видела в ритуалах, молитвах и в особенностях моей культуры и культуры тех, кто жил до меня.

Я считаю важным отметить для всех читателей – не только ради честности и открытости, но и потому, что это имеет большое мистическое и символическое значение, – что, хотя у меня есть диплом в области социальной работы и лицензия, хотя я прошла необходимое обучение и стала легитимным представителем научного направления, я не психолог и не практикую психотерапию.

Как я говорила выше, я предпочитаю занимать место у са-

мого края, в лиминальном пространстве между категориями, которые часто сталкивают друг с другом: непрофессионалов и врачей-клиницистов, гадалей на картах Таро и лицензированных психотерапевтов. Когда ты стоишь на грани, то занимаешь новую наблюдательную позицию и таким образом получаешь шанс найти новаторские решения в тех областях, которые только выигрывают от наличия разных точек зрения.

Долгое время я провела в позиции слушателя и кое-что вынесла для себя из сказок и мифов и из опыта людей, которые их рассказывают. Когда общество настолько погружает в проблемы, как сегодня, проявлением мудрости становится обращение к окраинам и внимательное отношение к периферии. Старые сказки учат нас, откуда приходит исцеление: с окраин, а не из центра. Так что я не выбрала жизнь психотерапевта или специалиста по чтению карт Таро, а решила остаться посередине между этими двумя состояниями, собирать слова и образы, которые несут в себе секреты, и делиться ими с окружающими. Мне нравится такая позиция, и в ней я остаюсь до сих пор. Из этого пространства я и обращаюсь к своим читателям.



Знакомство с картами



Когда я только начала открыто писать о Таро и психологии, то много переживала о том, что подумают представители сферы психического здоровья. Мне казалось, что, по их мнению, Таро несостоятельный инструмент для получения глубоких личных откровений, способных помочь людям понять отношения между мыслями, чувствами и поведением. Кроме того, карты не способны выполнять терапевтическую функцию. Но я была приятно удивлена, когда узнала, что гораздо больше психотерапевтов, чем я могла себе представить, применяют Таро в своей работе. А некоторые даже ищут новые ресурсы, которые помогли бы им связать научные методы лечения и практики с картами.

Однако я столкнулась с сопротивлением сторонников классического чтения Таро: они утверждали, что у карт есть строго одно значение, не соответствующее моим иногда слишком вольным интерпретациям. Учитывая мой восторг от клинического потенциала Таро и несомненную наивность в эзотерике, я несколько раз сравнивала карты с тестом Роршаха – неясными чернильными пятнами на белых ли-

стах, которые используют для психиатрической диагностики. К сожалению, то, что изображения на картах действительно что-то означают, что эти значения, если их правильно осмыслить и применить, могут стать ключом к таинству перемен и превращений, мои сравнения не подтвердили. Но теперь, когда я углубила знания о картах и пересмотрела отношения с ними, я понимаю, почему многим тяжело постичь более эзотерические или практические интерпретации карт.

Несколько лет назад, когда начала ежедневно практиковать аштанга-йогу, я не воспринимала эти занятия как нечто духовное.

Я знала, что йога – древняя духовная традиция, зародившаяся в Индии, но меня – двадцатичетырехлетнюю девушку, пытающуюся компенсировать годы саморазрушительного поведения, – больше интересовала забота о себе, общение со своим телом, развитие силы и гибкости. Когда я попросила учителя порекомендовать мне какие-то книги, он ответил – я перефразирую, – что йогу нужно постигать через опыт, а не интеллект. Думаю, это он узнал от своего учителя Шри К. Паттабхи Джойса из южноиндийского Майсора, который говорил, что йога – это 99 % практики и 1 % теории. Я поняла его мысль и каждый день без пропусков приходила на практику. И со временем начала понимать – не умом, а на уровне чувств и энергии, – что собой представляет практика йоги и как она связана с понятием объединения.

Я привела пример из своей жизни не потому, что считаю,

будто знаю, что такое йога, – это совсем не так. Просто мне кажется, что здесь есть несколько ключевых сходств с практикой раскладывания Таро. Если относиться к колоде карт серьезно, в ней, как и в йоге, можно найти глубокие духовные знания. Но так как мы представляем собой продукт глобальной культуры, ориентированной на результат, нам необходимы точки входа, которые затрагивают наши интересы, дают «обещание» и мотивируют практикующих. Таким образом, если вы пришли к Таро, потому что хотите начать практиковать самопомощь, разобраться в отношениях, справиться с серьезными изменениями в карьере и образе жизни или просто узнать себя получше, позвольте мне стать первой, кто радушно примет вас в мир карт. Вам нет нужды глубоко исследовать учения древних мистических школ или даже знать, «что означают символы», чтобы получить пользу от Таро. Вам необходимо просто практиковать, желательно с соответствующим настроем и любознательностью. И пусть ваша приверженность к картам творит свою магию.

С опытом мне пришло осознание, что, даже когда к картам обращается человек, не имеющий представления об их значениях, его практика все равно получается очень мощной. Когда гадатель не связан жесткими рамками определений, карты срабатывают как волшебный эликсир, благодаря которому проявляется скрытая способность к творчеству, интуиция и умение искать потаенный смысл.

При регулярном использовании карты помогают развить

доверие к себе, самоанализ и обрести устойчивость, что компенсирует постоянную тенденцию искать ответы только во внешнем мире.

Как писал анонимный автор «Медитации на Таро»¹, старшие арканы – это магические сущности, а оккультист Алистер Кроули в «Книге Тота» говорил, что «карты Таро суть живые индивиды»² и что гадателю необходимо учитывать не только значение карт, но и активные, динамичные отношения между картами и практикующим. «Книга Тота», как и многие другие, где анализируются карты, стремилась предложить «общие свойства каждой карты», но в то же время напоминала, что «по-настоящему понимать их ученик начнет лишь после того, как долго понаблюдает за их поведением». Кроме того, «постичь Таро можно только на личном опыте».

Кроули уверял, что практикующему недостаточно просто наращивать интеллектуальные знания о значении карт «как сторонних предметов». «Карты надо использовать, с ними надо жить. И они, со своей стороны, тоже должны жить и общаться с учеником». По мнению Кроули, идеальный путь к этому союзу – созерцание. Что, в противоположность расхожему мнению, воспринимается не как одиноч-

¹ Автор книги пожелал остаться анонимным, однако он известен. В России есть издание, где он указан: Томберг В. Медитации на Таро. Путешествие к истокам христианского герметизма. М.: София, 2008. *Прим. ред.*

² Здесь и далее в отрывке цитаты по изданию: Кроули А. Книга Тота. М.: Ганга, 2015. *Прим. ред.*

ное предприятие, а как совместный процесс («со» в значении «вместе»)³, включающий в себя поиск и изучение отражений. Чтобы начать такую практику, мы должны охватить взглядом не только явно выраженную основу – то, что мы, например, можем взять из книги с интерпретациями, – но и периферию. Мы должны открыть восприятие тому, что возвращается к нам с отблеском.

Действительно, у карт есть определенные значения. Но они – как и все остальное в этом мире – не стоят особняком и не статичны. Значения подстраиваются под время и контекст и в большой степени зависят от смотрящего, его готовности, желания и способности принимать информацию. То, как карта влияет на человека, не касается интеллектуального понимания смысла карты. Каждая карта напоминает скорее старинный латунный колокол, чей звон способен посылать через нас волны, пробуждающие скрытую в нас мудрость.

Секреты, которыми я делюсь, родились из сочетания традиционных значений карт (выявленных Артуром Уэйтом, Рейчел Поллак, Алистером Кроули, Лоном Майло Дюкеттом и анонимным автором «Медитации на Таро») и того, как я смотрю на мир. Моя точка зрения состоит из элементов поведенческой и аналитической психологии, мифов и сказок, духовных практик и личного опыта познания.

³ В английском языке это contemplation, где приставку con автор рассматривает в значении «вместе». *Прим. ред.*

Архитектура колоды из семидесяти восьми карт



олода из семидесяти восьми карт и четырех мастей состоит из двух больших частей: старших арканов и младших арканов. Слово «аркан» происходит от латинского слова *arcanus* («скрытый»). Опытные тарологи скажут вам, что если у вас сложились правильные отношения с картами, то они начнут раскрывать вам свои секреты. Под *правильными отношениями* я имею в виду, что вы не требуете от них откровений, пользуетесь ими регулярно, проявляя уважение, приносите им дары – ваше внимание и энергию, которые гораздо ценнее, чем фимиам или миро. И вы открываетесь тому, что они предлагают в ответ. Вы должны всегда помнить: тайну можно только принять, а не взять самому или подогнать под свои потребности.

Итак, в каждой колоде хранятся старшие и младшие секреты. Великие (старшие) посвящены всеобъемлющим темам – пути к собиранию себя, к целостности; иначе говоря, дороге к исцелению. Малые (младшие) исследуют четыре области человеческой жизни – это энергия, эмоции, поведение

и интеллект. Они поделены на четыре масти – Жезлы, Кубки, Пентакли и Мечи.

СТАРШИЕ АРКАНЫ

Когда я только начала учиться на социального работника, то узнала о подходе «человек – окружающая среда», который рассматривает влияние контекста на благополучие человека.

Позже я научилась умело определять, когда вмешательство требуется на индивидуальном, а когда – на системном уровне. В социальной работе сочетание лечения на индивидуальном и системном уровнях, как правило, приводит к желаемым переменам и выздоровлению – это к тому, насколько важно учитывать контекст. То же самое относится и к Таро. Карты можно применять, чтобы понять себя и как индивида, и как часть широкого контекста.

Таким образом, есть два способа воспринимать старшие арканы: как отдельные личности или как элементы одного повествования. Те, кто только начал заниматься Таро, иногда предпочитают изучать двадцать два больших секрета как обособленные сущности с четкими закрепленными значениями, и в этом нет ничего предосудительного. Вообще-то в большей части рассуждений в этой книге я придерживаюсь именно такого подхода к картам. Но если (и когда) вы будете готовы воспринимать старшие арканы как одно целое, для вас это станет настоящим озарением. Последовательность из двадцати двух карт можно рассматривать как историю или путеводную нить для любого ищущего челове-

ка. Иерархия арканов открывает цепочку последовательных шагов, которые приводят человека к осознанию реальности, к тому, чтобы увидеть себя и свою жизнь в истинном свете. А потому я приглашаю всех, кто хочет воспользоваться Таро как духовным ориентиром, встать на этот путь и внимательно слушать.

На программах психологического консультирования и реабилитации клиентов просят определить свои «почему» в самом начале лечения. Речь идет о самых важных для человека ценностях, ради которых он готов тяжело трудиться. Именно поэтому мне кажется, что разговор о старших арканах уместно начать с наивысшей точки этой последовательности, а именно с карты Мира. Мир – последняя карта в группе старших арканов. Это конец пути, редчайшее сокровище, которое находят с великим трудом.

Джозеф Кэмпбелл однажды сказал: «Таинство жизни превосходит человеческое воображение. Наши знания о мире определяются в категориях противоположностей: бытие и небытие, множество и единичность, правда и ложь. Мы всегда мыслим противоположностями. Но Бог как Абсолют находится за пределами противоположностей, он представляет единство всего»⁴. Мир играет роль Абсолюта, где нет противоположностей.

Когда все вещи вне зависимости от того, насколько кон-

⁴ Здесь и далее цитаты из книги по изданию: Кэмпбелл Д. Сила мифа. СПб.: Питер, 2018. *Прим. ред.*

фликтующими они кажутся на первый взгляд, могут существовать вместе, когда ложные границы стираются, наступает переживание полноты существования – это идеал как для мистики, так и для современной диалектической поведенческой терапии.

Мифический пророк Гермес Трисмегист наставлял последователей герметизма «схватывать мыслью все сразу, все времена и пространства, все вещества, качества и колебания вместе, тогда вы сможете постичь Бога». Таким же образом диалектическая поведенческая терапия выступает за синергию противоположностей и помогает человеку выполнять два действия, кажущиеся несовместимыми: принять всего себя целиком и стараться стать лучше. В психоанализе Мир может представлять собой интеграцию сознательного и бессознательного, эго и тени. Этот альянс требует рекламации всех аспектов «я», с которыми мы родились, но которые научились загонять в подполье, потому что они – как нам сказали – были неприемлемыми и нежелательными. В мифах и старых сказках Мир символизирует «и жили они долго и счастливо» – свадьбу принца и принцессы, то есть воссоединение взаимодополняющих сил воли и воображения, или возвращение отвергнутого брата-близнеца, которого сразу после рождения бросили в лесу.

Мир говорит о возвращении от внутреннего к взаимозависимости. Об умении воспринимать мир таким, какой он есть, со всеми противоречиями и различиями, где и деревня,

и лес существуют бок о бок, в свое время и в своем месте. Возможно, то, как наш ум постигает мир, видя его разделенным, раздробленным и расколотым, – это проекция нашей внутренней раздробленности, того, что мы принимаем и изгоняем. Мир – это надежда на то, что однажды мы сможем постичь целостность своего существа и целостность окружающего мира со всей его безумной неоднозначностью.

Шута воспринимают скорее как живительную энергию, движущуюся через всю последовательность старших арканов, чем как фиксированный этап повествования. Он как серебряная шляпа или ботинок в «Монополии», которые перемещаются по доске с каждым броском кубиков. В последовательности старших арканов Шуту присвоен номер 0 и форма яйца, символизирующая чистый потенциал. В Таро, как и в сказках, гендер несет символическую функцию: здесь в мужчинах и женщинах воплощаются взаимодополняющие энергии, взаимодействие которых реализуется разными способами.

Шут – небинарный персонаж; он олицетворяет отсутствие вины за то, чтобы видеть во всем пары противоположностей. Шут говорит о потенциале человеческого сознания, что лежит за пределами разделительного мышления – болезни, поражающей людскую расу с незапамятных времен. Как Адам и Ева в Эдемском саду, еще не успевшие вкусить запретный плод и понять, что они отличаются друг от друга.

То, что Шут открывает череду старших арканов, символи-

зирует опыт, который каждый из нас получил, когда входил в область пространства и времени в момент рождения. В ту секунду мы вошли в мир двойственности, и то же испытывает Шут, когда сталкивается с рядом противоположностей.

Сначала Шут встречается с Магом и Верховной Жрицей, которые олицетворяют соответственно сознание и подсознание, эго и тень, явное и негласное. Затем Императрицу и Императора, символизирующих природу и цивилизацию, дикое и одомашненное, полную свободу и структурированность. Далее он сталкивается с Иерофантом, посредником и интерпретатором величайших духовных тайн, в котором заключена двойственность высшего и низшего, духовного и материального. Влюбленные отражают иной образ высшего и низшего, а также являют собой символы мужественности и женственности – в некоторых колодах эту карту называют Выбор. И наконец, на Колеснице он видит белого и черного сфинксов, также символизирующих эго и тень, свет и тьму, сферы сознательного и бессознательного в психике человека. Хотя толкование этой карты часто связывают с успехом и достижениями, она мало касается интеграции. Пусть два сфинкса сидят рядом, но гармония между ними удерживается только усилиями опытной публичной персоны. Я не хочу сказать, что это не считается достижением, нет. Тут речь даже о работе всей жизни. Но за этим порогом есть нечто намного большее.

Джозеф Кэмпбелл говорил, что двойственность во вре-

мени и пространстве не конечные точки; скорее они «могут стать... трамплином в трансцендентное, а трансцендентное само по себе предполагает необходимость выйти за пределы, преодолеть двойственность». Оставив за спиной Колесницу, Шут продвигается от первых секретов, касающихся семьи, общества, организации человеческой жизни, к тому, что в моем понимании соответствует промежуточным секретам. В этом измерении Шут выходит за границы уроков, полученных в пределах пространства и времени, и направляется к следующим, стоящим выше мышления «то или другое».

Во внутренней жизни свои законы. На нее не действуют те приемы, которые мы используем для решения проблем во внешней жизни: если мы пытаемся их применить в сфере души, они просто не срабатывают. Нам неподвластно исправить горе, но мы способны научиться подходить к нему с интересом и нежностью – этому учит Сила, один из старших арканов. Здесь мы находим новые тайны и новые секреты, которые можно постичь.

Здесь Шут, продвигаясь от Силы к Умеренности, прикасается к тайнам внутренней сферы жизни: могуществу (представлено Силой), покою (представлен Отшельником), переменам (представлены Колесом Фортуны), причине и следствию (представлены Справедливостью), принятию (представлено Повешенным), трансформации (представлена Смертью) и равновесию (представлено Умеренностью). Совершив переход от могущества к равновесию, Шут встреча-

ется с Дьяволом, который частично символизирует тонкую напряженность между материальным и духовным, а также неизбежность существования в качестве земного, рожденного существа. Башня приносит озарение, помогающее Шуту освободиться от оков неполноценности, пожизненного ощущения отделенности от мира, к которому он принадлежит, но из которого был бесповоротно изгнан со дня попадания в сферу времени и пространства.

Свержение Башни знаменует вход Шута в сферу небесных секретов, где мы знакомимся с символами сознания, несущего в себе качества скорее коллективного, чем личного: это Звезда, Луна и Солнце. Они отражают коллективные аспекты Шута, Жрицы и Мага. Карты представляют живительную силу роста и эволюции (Звезда), коллективное бессознательное (Луна) и коллективное сознание (Солнце). В небесном царстве Шут проходит путь от восприятия себя как отдельной личности к пониманию себя как части целого.

Суд несет в себе образ воскрешения, возрождения и вознесения, когда Шут вспоминает о своем месте на широком пейзаже человечества и принимает «зов» или цель, которые одновременно приближают к целостности и делают его уникальным. Баланс в ощущении себя как отдельного и общего в итоге приводит Шута назад к Миру, полноте восприятия вещей и явлений.

МЛАДШИЕ АРКАНЫ

Младшие арканы, или малые тайны, колоды Таро от-

крывают секреты того, как управлять своей повседневной жизнью представителю человеческой расы, наделенному четырьмя свойствами, – эти свойства даны людям от рождения и представлены четырьмя мастями. Четыре качества, или сферы опыта, – это энергия, эмоции, поведение и интеллект. Они связаны с одной из четырех мастей: Жезлы, Кубки, Пентакли и Мечи. Каждая масть несет в себе информацию о сфере опыта: энергетической, эмоциональной, поведенческой и интеллектуальной, – а также говорит о распространенных проблемах в каждой из них. Масти дают подсказки, помогающие нам совершенствоваться в обращении с ними и понимании значений.

Отправляясь в любое путешествие, лучше заранее познакомиться с инструментами, которые мы берем с собой, и научиться ими пользоваться. Я отношусь к набору младших арканов как к руководству о жизненном опыте человека, разделенном на четыре категории. Разделяя опыт на категории, мы яснее видим свои достоинства и слабые места. Лично мне как философу по характеру и воспитанию кажется, что секреты Мечей постигаются более интуитивно, а чтобы раскрыть загадки Кубков – где более уместно чувственное, а не аналитическое понимание, – нужно хорошо потрудиться.

Исследование визуальных и символических составляющих четырех сфер Таро помогает нам определить, к каким дарам мы больше проявляем склонность от природы, с ка-

кими у нас возникают трудности, каких мы стараемся избежать или использовать максимально редко. И здесь мы можем принять решение о том, чтобы и дальше развивать умения и навыки в каждом из четырех направлений, чтобы достичь равновесия и гибкости.

Жезлы

Энергия

Я считаю, что Жезлы связаны с царством энергии. В этой книге понятие энергии охватывает все, что не вписывается в категории мыслей, чувств и поведения.

Это творческие порывы, чувство, что ты пришел сюда с особенной миссией, непреодолимая тяга к познанию невидимого и духовного, сочетание физиологического опыта с интеллектуальным, эмоциональным и поведенческим процессом.

Как сфера опыта, которая не поддается измерениям и количественному анализу, царство энергии часто лишается внимания со стороны научно аргументированных подходов к лечению и трансформации. Тем не менее это фундаментальная часть человеческого опыта. Человеческая жизнь – не только сложное взаимодействие между мыслями, чувства-

ми и поведением. Через нее течет нечто, что нельзя измерить. Жезлы, которые ассоциируются со стихией огня, связаны с теплотой, отличающей живое от мертвого. С ними мы учимся получать, сохранять и защищать искру энергии жизни, движущую нами в настоящем.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.