

SUSAN WRIGHT

THE CHAKRAS  
IN SHAMANIC PRACTICE

FOREWORD BY JOHN PERKINS



СЮЗАН РАЙТ  
ЧАКРЫ  
В ШАМАНИЗМЕ

МОСКВА, 2016

УДК 256  
ББК 53.58  
Р18

*Перевод с английского А. Курятниковой*

**Райт, С. Дж.**

Р18 Чакры в шаманизме / С. Дж. Райт. ; [пер. с англ. А. Курятниковой]. — М. : ПОСТУМ / T8RUGRAM, 2016. — 240 с.

ISBN 978-5-519-62342-1

Автор познавательной книги «Чакры в шаманизме» – практикующий шаман и психотерапевт Сюзан Райт, которая на примере собственного жизненного пути показывает взаимосвязь чакральной системы с различными шагами эмоционального и духовного развития человека.

Из предлагаемой к прочтению книги читатель узнает о восьми основных этапах человеческой жизни от рождения до смерти, на каждом из которых мы сталкиваемся с вызовами судьбы и неизбежными трудностями – «экзаменами жизни», прохождение которых определяет последующую ступень нашего развития и оказывает влияние на наше здоровье.

Эта книга – увлекательное путешествие, целью которого является исцеление души и тела.

Published by permission of INNER  
TRADITIONS INTERNATIONAL (USA)  
via Alexander Korzhevski Agency (Russia)

УДК 256  
ББК 53.58  
BIC VXA  
BISAC OCC036030

ISBN 978-5-519-62342-1

© 2007 by Susan J. Wright  
© ООО Издательство «Наше слово»,  
перевод, 2015  
© Издание на русском языке, перевод  
на русский яз., Издательский дом  
«ПОСТУМ», 2015  
© T8RUGRAM, оформление, 2016

*Посвящается моей матери, Джейн Элис,  
сделавшей меня той, кто я есть,  
и моей дочери, Келли Клэр,  
вечной хранительнице моего сердца*





## ПРЕДИСЛОВИЕ

Дело было поздним вечером на одном флоридском пляже.

Волны шумно бились о берег. Когда я выбирался из воды, показалось, что я слышу вдали стук барабанов. Я долго всматривался в темноту, но так ничего и не увидел. Наверное, помечтилось, решил я. Либо эхо отразило звук от зданий и песка.

Три дня я провёл на семинаре, цель которого заключалась в том, чтобы сделать наш мир лучше. Здесь собралось 60 человек — мужчин и женщин. Мы только что завершили церемонию, которая усиливала нашу связь с землёй при помощи четырёх элементов — песка (земля), звёзд (огонь), ветра (воздух), океанской воды, и того, что амазонские индейцы шуар называют «арутам», андское племя кечуа называет «ушай», а тибетцы зовут «этер». Этот пятый элемент почитают многие народы мира как силу, помогающую изменять сознание, становиться лучше, а значит, изменять и улучшать мир. После церемонии многие решили искупаться в океане.

Я стоял на пляже, вдыхая солёный морской воздух, и восхищённо любовался полной луной, которая, словно огромный оранжевый маяк, манящий куда-то в глубины Вселенной, медленно поднималась над водой — символ шаманской веры в то, что все мы едины.

Я вспомнил другую ночь, похожую на эту, и дона Эстебана Тамайю, великого шамана народа отавалан, живущего на вершинах Анд в Эквадоре. *«Эль камино дель Ячак!» — воскликнул он, когда увидел отражение луны в водах океана («Это путь шамана!»).*

Бой барабанов становился всё громче. Мне уже не казалось, что это эхо.

Повернувшись к луне спиной, я пошёл по песку, озарённому её лучами. Мои глаза привыкли к сумраку, так что я мог различить тень невдалеке. Она двигалась. Танцевала. Сначала медленно, а затем всё быстрее и быстрее, кружась и изгибаясь в лунном свете, словно летела по пути шамана.



Я осторожных сделал пару шагов в сторону странного видения и поймал себя на мысли, что, возможно, оказался в другом измерении или переместился во времени. Конечно, я понимал, что это невозможно. Вокруг шумели волны и ветер, а я неподвижно стоял на пляже, зачарованный магией этого мгновения.

Потом я подошёл ближе и заметил, что к танцующей тени присоединилась ещё одна. Затем ещё одна. И ещё. Вдруг кто-то легко коснулся меня во тьме. «Сюзан Райт танцует с природой, — прошептал женский голос, — потрясающе, правда?»

Я давно знал Сюзан — не только как терапевта и искреннюю последовательницу пути шамана, но и как прекрасного человека, который всегда приходит на помощь всем, кто в ней нуждается. Но эту её сторону в тот вечер я увидел впервые. Словно замороженный я смотрел, как она танцует под аккомпанемент волн и барабана.

Позже, когда я провожал Сюзан к отелю, она сказала, поглядев на меня с улыбкой: «Это моя страсть. Танец может исцелить всё. Ни возраст, ни физическое состояние не имеют значения — всегда можно найти нужный танец».

На следующее утро по моей просьбе Сюзан провела для нас семинар, посвящённый Танцу Чакр. И оказалось, что она права. Ей удалось научить нас простым, доступным каждому человеку, движениям. Сюзан показала нам, что танец — это не просто весёлое развлечение, в танце заключена огромная сила, которая может радикально изменить жизнь.

С того времени мы вместе с Сюзан провели несколько семинаров, и на каждом из них я обретал уникальный, ни с чем не сравнимый опыт. В её творчестве содержится истинная магия. Она поднимает сознание на новый уровень, даёт нам силу достичь того, о чём мы раньше могли только мечтать.

Я рад, что теперь у всех появилась возможность лично прикоснуться к этой магии, читая книгу Сюзан. Читайте, учитесь и получайте наслаждение — изменяйтесь сами и изменяйте мир вокруг себя.

*Джон Перкинс,  
автор книг «Шаманские техники личностных  
изменений», «Мир таков, каким вы его видите»,  
«Психонавигация», «Дух шуаров» и др.*





## БЛАГОДАРНОСТИ

Я хочу от всего сердца поблагодарить всех сотрудников «Иннер Традишнз», поддерживавших меня во время написания книги, особенно Джона Грэхема, который помог мне отыскать свой настоящий голос, и Вики Трайи, умело разобравшуюся в путанице песен моей души. Я безумно счастлива от того, что теперь столько людей сможет прочесть мою книгу и сложить собственные песни, прославляющие красоту.

Спасибо Джону Перкинсу за советы, помощь, неоценимую поддержку, авторитетную критику и неустанное содействие. Это моё дерево, Джон!

Спасибо вам, мои учителя, ученики, клиенты и друзья. Вы постоянно даёте мне возможность продолжать учиться, совершенствовать свои навыки, развиваться и просто наслаждаться жизнью.

Я нахожусь в окружении настоящих богинь, живущих на земле. Их присутствие наполняет моё сердце стихами. Я глубоко благодарна им за поддержку. Спасибо Ребекке Кейн, Ли Риверс, Саре Рубин, Лин Бэрретт, Робин Кьюпетс, Кати Свит, Шелли Волк, Андреа Канистраччи, Роне Векслер, Адреа Оссип, Джери Пелличчио, Марион Ло Гуидичи, Роберте Омин и Келли Джеймсон.

В своей душе я храню память о тех, кто сейчас далеко от меня — это Рене, Кэт, Венди, Мэри, Би, Наоми, Ширли, Андреа, Ривка, Лорен, Стива, Сюзан, Лиана, Селека и Гермейн; а также о тех, кто нас покинул — Бетти, Франке, Маргарет, Евгении и Патрисии.

Спасибо моему милому сильному брату Кевину за наше детство и за то, что он проявил интерес к моей работе. Я благодарю Фрэнка, верного отца моей дочери. Я также благодарна Эрику за терпение и Скотту за преданность. Особенно я хочу поблагодарить моего дорогого Марка за его огромную доброту.

И спасибо тебе, Пачамама, за жизнь и за возможность поделиться словами со всем миром.



## ВСТУПЛЕНИЕ РАЗВИТИЕ ШАМАНА

Я часто говорю, что после тяжёлого детства мне пришлось буквально склеивать себя по частям. Крохотные кусочки, оставшиеся от меня тогда, были настолько хрупки, что временами казалось, будто нет на свете инструмента, способного вновь соединить их. Я старалась, как могла, прилагала все возможные усилия, работала со всей страстью и прилежанием, и сейчас я наконец обрела прежнюю целостность. Это разделение и последующая перестройка сознания наделили меня практическими знаниями техник исцеления, которые я могу передать людям. Как шаман, я могу помогать другим удерживать только те связи, которые смогла установить сама; могу сопровождать их лишь в те места, где уже побывала.

Путь к духовному исцелению, описанный в этой книге, мне пришлось прокладывать в течение нескольких лет. Этот путь происходит из учений индейских шаманов, но помимо этого он объединяет в себе мудрость самых разных народов, культур и духовных течений. Несмотря на то, что лежащая в его основе идея о кризисе саморазвития и самоидентификации позаимствована из западной психологии, упражнения, которые я предлагаю для работы с кризисом, взяты исключительно из практик шаманов. Все эти древние ритуалы и церемонии помогают исцелять раны души, которые мешают нам двигаться вперёд и развиваться как личности, а также замедляют развитие всего человечества и его культуры.

В своей преподавательской практике я стремлюсь вовлечь студентов в некую практическую деятельность перед тем, как приступить к обсуждению теории. Это позволяет нам черпать идеи и вдохновение из мира чувств, а не из ограниченного царства логики. В книге я попыталась добиться подобного эффекта с помощью различных упражнений. Кроме того, я буду ино-