

СОДЕРЖАНИЕ



<i>Приветствие</i>	5
<i>Об оракуле</i>	6
<i>Расклады</i>	9
<i>Значения карт</i>	13
1 • Ароматерапия	14
2 • Ведите журнал	16
3 • Взгляните на звезды	18
4 • Движение	20
5 • Доска желаний	22
6 • Дышите глубже	24
7 • Живительная влага	26
8 • Заземлитесь	28
9 • Записывайте сны	30
10 • Инкантация	32
11 • Интуиция	34
12 • Исцеление звуком	36
13 • Ищите фей	38

14 • Массаж	40
15 • Медитация	42
16 • Музыка	44
17 • Неподвижность	46
18 • Обратитесь к своему чреву	48
19 • Отдых	50
20 • Очистите окружающее пространство ..	52
21 • Очистите свое энергетическое поле	54
22 • Пейте чай	56
23 • Пища для храма	58
24 • План изобилия	60
25 • План отпуска	62
26 • Позитивные аффирмации	64
27 • Пойте	66
28 • Пообщайтесь с подругами	68
29 • Посмотрите кино	70
30 • Приготовьте еду	72
31 • Примите ванну	74
32 • Проведите время с животными	76
33 • Проверьте свое здоровье	78
34 • Прогуляйтесь	80
35 • Работайте с энергиями	82
36 • Ритуал красоты	84

37 • Ритуал сжигания прошлого	86
38 • Свяжитесь с предками	88
39 • Сделайте что-нибудь своими руками ...	90
40 • Секс	92
41 • Семья	94
42 • Синхронизируйтесь с Луной	96
43 • Сладкое угощение	99
44 • Соединитесь с землей	101
45 • Соединитесь с кристаллами	103
46 • Соединитесь с огнем	105
47 • Создавайте произведения искусства ..	107
48 • Создайте алтарь	109
49 • Составьте список благодарностей	111
50 • Танцуйте	113
51 • Теките, как вода	115
52 • Удовольствие	117
53 • Уединение	119
54 • Умножение силы	121
55 • Чтение	123
<i>Выражение благодарности</i>	<i>125</i>
<i>Об иллюстраторе</i>	<i>126</i>
<i>Об авторе</i>	<i>127</i>

ПРИВЕТСТВИЕ



Достопочтенные жрицы этого оракула, желаю, чтобы вы...

Узрели свет внутри себя.

Распознали в посланиях этих карт свет своей сущности.

Включили интуицию и наблюдали за тем, как ритуалы заботы о себе питают вас энергией на самых глубинных уровнях.

Отказались от беспочвенных надежд и честно оценивали себя.

Следовали рекомендациям открывающихся карт.

Верили оракулу, полагались на его мудрость и наблюдали за тем, как он открывает вам путь к достижению синхроничности, плавности, легкости, изящества, радости и любви.

Радостно отмечали каждый шаг на пути к постижению своей высшей сущности.

Познали себя как чистейшее воплощение любви и сознания.

С безграничной любовью и благодарностью,
Джилл Пайл

ОБ ОРАКУЛЕ



Этот карточный оракул был послан мне божественными сущностями на сеансах ченнелинга для того, чтобы вдохновить вас на удивительную заботу о себе. Татьяна Веденкина интуитивно проиллюстрировала карты изображениями, относящимися к 55 практикам и ритуалам, способным наполнить ваш разум, тело и дух энергиями, которые помогут свету вашей души воссиять в полную силу. Вы излучаете этот свет, когда заботитесь о себе и побуждаете других следовать вашему примеру. Подобно кругам на воде, он расходится по всему миру, расширяя сеть ваших личных и социальных контактов. Осознайте свою божественность и сияйте ярко, потому что миру необходима ваша магия!

Как хранить колоду

Храните свои карты в священном месте, например на домашнем алтаре, где будете видеть их каждый день.

Как пользоваться оракулом

- ◆ Перетасуйте колоду и сосредоточьтесь на любой теме или вопросе, на которые вам нужно пролить свет.
- ◆ Разделите колоду на три части, а затем соберите снова, соединив три стопки карт в другом порядке.
- ◆ Разложите карты перед собой в ряд или веером.
- ◆ Потрите ладони друг о друга, согревая их.
- ◆ Закройте глаза и расположите кисти рук над картами.
- ◆ Когда почувствуете, что какая-то карта притягивает вас или от нее исходит необычная энергия, опустите руку и возьмите ее.
- ◆ Если ничего не почувствуете, выберите карту наугад (разумеется, выбор не будет случайным!).
- ◆ Начните работать с оракулом, выбирая от одной до трех карт, или изучите простейшие расклады, описанные далее.

Значения карт

Тонкие намеки на рекомендуемые практики и ритуалы заботы о себе можно обнаружить, просто рассматривая изображения на лицевых сторонах карт. Дополнительную информацию о значении

каждой из них можно найти в предложенных далее описаниях. Помимо этого, вы найдете в них подходящие мантры и подсказки для ведения журнала наблюдений. Размышляя над выбранными картами, следуйте своей интуиции и доверяйте ощущениям, возникающим внутри вашего тела. Особое внимание уделяйте цветовой гамме и другим деталям оформления, вызывающим у вас видения или инсайты, которые нужно использовать как руководство к действию. Интуиция поможет разобраться в эмоциях, символах и других тонких воздействиях Вселенной и прояснить смысл адресованных вам посланий.

Если вы пожелаете уточнить ответ на свой вопрос, задайте его другим своим колодам и сравните полученные послания с рекомендацией этого оракула.

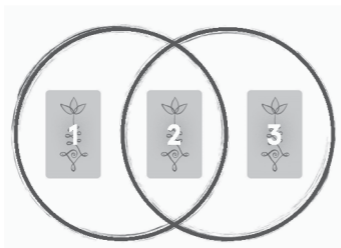
Никогда не забывайте о том, что работать с карточным оракулом нужно в свое удовольствие, не теряя связи с внутренним проводником. Ваш самый главный и лучший информационный ресурс — это интуиция!

РАСКЛАДЫ



1. Забота о душе

Трехэтапный ритуал заботы о себе, призванный наполнить энергией вашу истинную сущность на всех уровнях, во всех направлениях и на всех временных линиях



Выберите три карты, используя интуицию или рекомендации раздела «Об оракуле».

Разложите выбранные карты в указанном выше порядке и сфокусируйтесь на предназначении расклада:

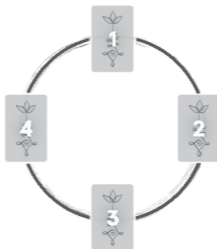
1. *Внутренний ребенок.* Что хочет сказать ваш внутренний ребенок?

2. *Нынешняя сущность*. Что требуется вам в настоящий момент?
3. *Высшая сущность*. На что вас пытается нацелить ваша высшая сущность?

Поразмышляйте о каждой из карт и о том, что они сообщают об этих трех аспектах вашей сущности. Создайте ритуал ухода за собой, в котором соединятся пожелания всех трех карт расклада.

2. Круг богини

**Вдохновение для создания следующего круга
или проведения собрания**



Выберите четыре карты, используя интуицию или рекомендации раздела «Об оракуле».

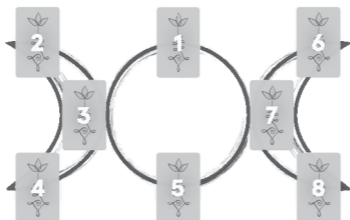
Разложите выбранные карты в указанном выше порядке и сфокусируйтесь на предназначении расклада:

1. Тема круга или собрания.
2. Открытие мероприятия.
3. Основная часть.
4. Завершение мероприятия.

Используйте эти четыре карты, чтобы определить тему следующего круга или собрания и составить повестку дня мероприятия, которое собираетесь провести.

3. Лунный ритуал

Способы заботы о себе для каждой фазы Луны



Выберите восемь карт, используя интуицию или рекомендации раздела «Об оракуле».

Разложите выбранные карты в указанном выше порядке. Выбирая каждую карту, думайте о соответствующей фазе Луны и визуализируйте ее форму и сущность:

1.  Новолуние
2.  Молодая Луна
3.  Первая четверть
4.  Прибывающая Луна
5.  Полнолуние
6.  Убывающая Луна
7.  Третья четверть
8.  Старая Луна

Карта, которую вы выберете для каждой фазы Луны, будет указывать, какой способ заботы о себе подойдет вам в этой конкретной фазе. Занесите выбранные карты в журнал, смартфон или органайзер, чтобы с их помощью составить план заботы о себе в течение всего лунного цикла. Для этого вам не нужно ждать следующего новолуния. Приступить к использованию указаний оракула можно в любой момент.

ЗНАЧЕНИЯ КАРТ



1 • Ароматерапия



Мантра. *Я использую все свои органы чувств, и это доставляет мне истинное блаженство.*

Ароматерапия — мощный инструмент усиления связи с растениями, цветами, травами и окружающей средой. Постарайтесь в течение всего дня обращать внимание на запахи, которые вы ощущаете. Особо отмечайте, какие чувства и воспоминания вызывают у вас различные ароматы. Прогуляйтесь на природе, наслаждаясь благоуханием растений, деревьев и воздуха. Погрузитесь в океан запахов, используя свое обоняние.

Создайте простой ежедневный ритуал ароматерапии, используя любимую композицию эфирных масел. Ее следует наносить на внутреннюю сторону запястий, на шею с обеих сторон и сзади. Ваше тело превратится в своеобразный ароматерапевтический

диффузор, который будет распространять благово-
ние, доставляя удовольствие вам и окружающим.

Можно пойти еще дальше и установить реальный
диффузор рядом со своей кроватью или в кабине-
те. Перед сном используйте эфирные масла успока-
ивающего и расслабляющего действия, такие как
ромашковое и лавандовое. На работе пользуйтесь
маслами, которые стимулируют мозговую деятель-
ность и помогают поддерживать ясность ума, такими
как мятное и розмариновое.

Подсказка для журнала наблюдений. Какой аромат
вам больше всего понравился в детстве? О чем он вам
напоминает?



2 • Ведите журнал



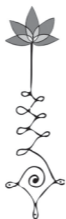
Мантра. *Во мне пребывает
кладезь мудрости.*

Ведение журнала является хорошим способом создания безопасного личного пространства для самовыражения и направления мудрости в нужное русло. Это помогает наводить порядок в мыслях и обуздывать эмоции.

Если вы не знаете, с чего начать, попробуйте написать о том, что сейчас происходит в вашей жизни, или просто обо всем, что приходит в голову. Доверьтесь потоку сознания! Не волнуйтесь, если ваши записи будут выглядеть корявыми или бесвязными — красота и аккуратность тут не главное. Свободное изложение мыслей позволит тренировать разные участки мозга и поможет войти в колею, которая обязательно приведет к ярким озарениям.

Ведение журнала поможет отслеживать прогресс и определять, как далеко вы продвинулись в различных областях своей жизни. Так что возьмите бумагу, ручку — и увидите, какие из ваших мыслей нуждаются в выражении.

Подсказка для журнала наблюдений. Описания каких мыслей или случаев помогут вам лучше понять себя?



3 • Взгляните на звезды



Мантра. *В звездах
отображается моя магия.*

«Как вверху, так и внизу». Этот древний афоризм означает, что движение звезд и Вселенной находит выражение в человеческом опыте. Подобно предкам, мы можем обращать взор к небесам, чтобы понять поведение людей на нашей планете.

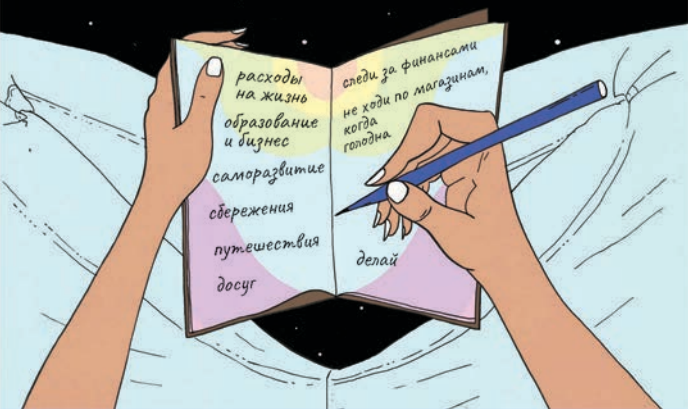
Астрология является мощным инструментом для распознавания паттернов коллективного сознания, которые часто можно наблюдать у наших друзей, родственников, любимых, соседей и самих себя. Углубите свое понимание астрологических паттернов, изучая их самостоятельно или с профессиональным астрологом.

Настраиваясь на разные знаки зодиака, вы сможете точно определить, какие энергии работают на

вас. Эта практика позволит вам влиться в поток энергий, вместо того чтобы плыть против течения.

Подсказка для журнала наблюдений. Как лучше всего работать с текущим знаком зодиака? Если вы не знаете, в каком зодиакальном знаке сейчас находится Солнце, найдите астрологический справочник, для того чтобы выяснить это и ознакомиться с его характеристиками.







53 • Уединение



1 • Ароматерапия



17 • Неподвижность

