

*Деревья — это храмы. Тот, кто знает, как говорить с ними, и умеет слышать их, — может постичь истину. Постигший ее уже не хочет быть деревом. Он хочет быть никем иным, как самим собой. Вот он — дом. Вот оно — счастье.*

*Герман Гессе*



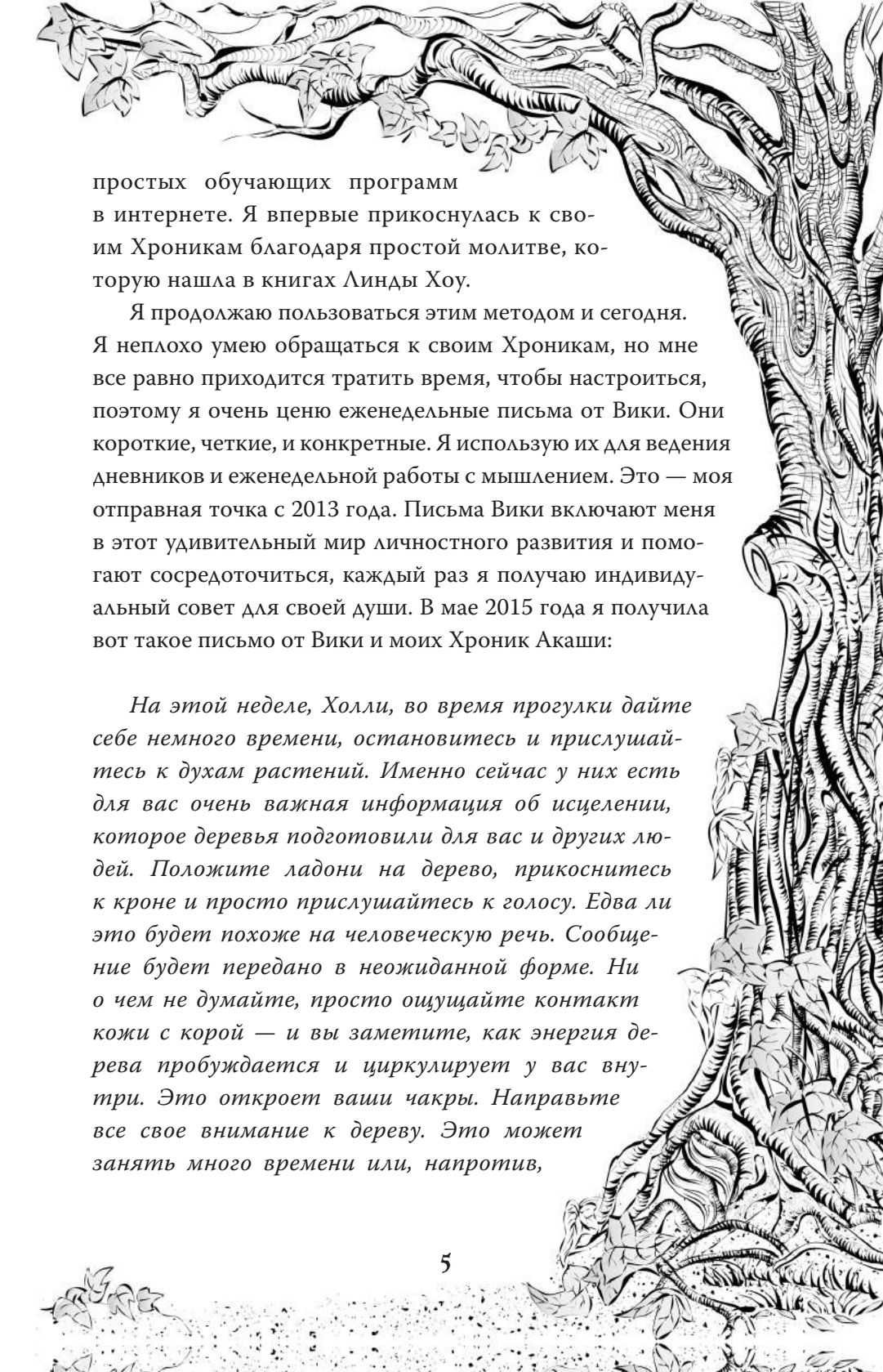
## Вступление

В мае 2015 года — удивительно ярко помню этот момент — я впервые заговорила с деревьями. За пару лет до этого я подписалась на еженедельную рассылку Хроник Акаши<sup>1</sup> от моей подруги Вики Янг. Одно из таких писем открыло новую главу в истории человечества (или по крайней мере в истории моей жизни) и привело к созданию этого проекта. Хроники Акаши — обширная библиотека энергетических записей всех душ, включая их прошлые, настоящие и возможные будущие жизни. В этой базе данных хранятся все события, мысли, слова, эмоции и намерения, которые существовали когда-либо в прошлом, настоящем или возможном будущем. Это похоже на личный архив каждого человека, который собирали всю его жизнь. Считается, что у каждой души есть свои собственные Хроники. Представьте собрание энциклопедий, где каждая книга олицетворяет одну жизнь.

Получить доступ к этим записям можно быстро и легко. Вы можете найти множество

---

<sup>1</sup> Подробнее см. в Глоссарии на с. 292.



простых обучающих программ в интернете. Я впервые прикоснулась к своим Хроникам благодаря простой молитве, которую нашла в книгах Линды Хоу.

Я продолжаю пользоваться этим методом и сегодня. Я неплохо умею обращаться к своим Хроникам, но мне все равно приходится тратить время, чтобы настроиться, поэтому я очень ценю еженедельные письма от Вики. Они короткие, четкие, и конкретные. Я использую их для ведения дневников и еженедельной работы с мышлением. Это — моя отправная точка с 2013 года. Письма Вики включают меня в этот удивительный мир личностного развития и помогают сосредоточиться, каждый раз я получаю индивидуальный совет для своей души. В мае 2015 года я получила вот такое письмо от Вики и моих Хроник Акаши:

*На этой неделе, Холли, во время прогулки дайте себе немного времени, остановитесь и прислушайтесь к духам растений. Именно сейчас у них есть для вас очень важная информация об исцелении, которое деревья подготовили для вас и других людей. Положите ладони на дерево, прикоснитесь к кроне и просто прислушайтесь к голосу. Едва ли это будет похоже на человеческую речь. Сообщение будет передано в неожиданной форме. Ни о чем не думайте, просто ощущайте контакт кожи с корой — и вы заметите, как энергия дерева пробуждается и циркулирует у вас внутри. Это откроет ваши чакры. Направьте все свое внимание к дереву. Это может занять много времени или, напротив,*

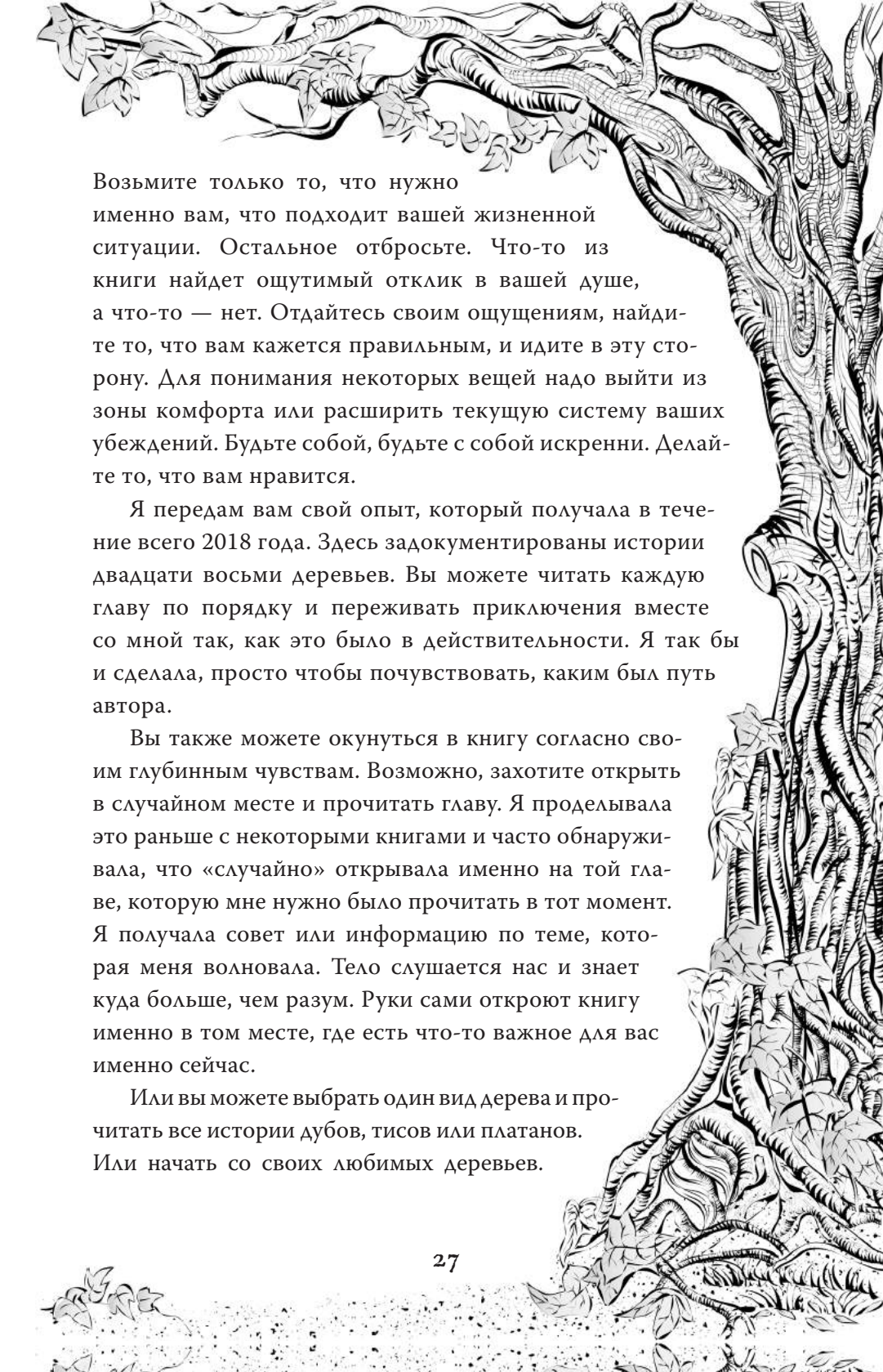


## Как пользоваться этой книгой

То, как вы будете использовать книгу, зависит от вас. Вы сами знаете, как правильно работать с главами, чтобы получить ответы на свои вопросы. Я не собираюсь чему-то учить. Напротив, именно деревья в этой книге выступают в роли учителей. Я здесь для того, чтобы поделиться собранной информацией и своим опытом работы с ними, а также дать возможности для личного роста. Работу будете проводить вы сами, если, конечно, захотите. Этот процесс окажется легким и приятным, если вы будете действовать в соответствии со своими желаниями и ожиданиями. Обязательно адаптируйте под себя все, о чем вы читаете. Ведь это индивидуальная работа.

Я совсем не эксперт и собираюсь просто пойти по этому пути вместе с вами. Я могу идти рядом или даже ступать позади. Мы все можем оказаться в разных местах, двигаясь в собственном темпе.

Помните: в этой книге, как и в жизни, только вы знаете, что вам нужно. Относитесь с недоверием к глобальным, обезличенным советам, включая рекомендации из этой книги.



Возьмите только то, что нужно именно вам, что подходит вашей жизненной ситуации. Остальное отбросьте. Что-то из книги найдет осязаемый отклик в вашей душе, а что-то — нет. Отдайтесь своим ощущениям, найдите то, что вам кажется правильным, и идите в эту сторону. Для понимания некоторых вещей надо выйти из зоны комфорта или расширить текущую систему ваших убеждений. Будьте собой, будьте с собой искренни. Делайте то, что вам нравится.

Я передам вам свой опыт, который получала в течение всего 2018 года. Здесь задокументированы истории двадцати восьми деревьев. Вы можете читать каждую главу по порядку и переживать приключения вместе со мной так, как это было в действительности. Я так бы и сделала, просто чтобы почувствовать, каким был путь автора.

Вы также можете окунуться в книгу согласно своим глубинным чувствам. Возможно, захотите открыть в случайном месте и прочитать главу. Я проделывала это раньше с некоторыми книгами и часто обнаруживала, что «случайно» открывала именно на той главе, которую мне нужно было прочитать в тот момент. Я получала совет или информацию по теме, которая меня волновала. Тело слушается нас и знает куда больше, чем разум. Руки сами откроют книгу именно в том месте, где есть что-то важное для вас именно сейчас.

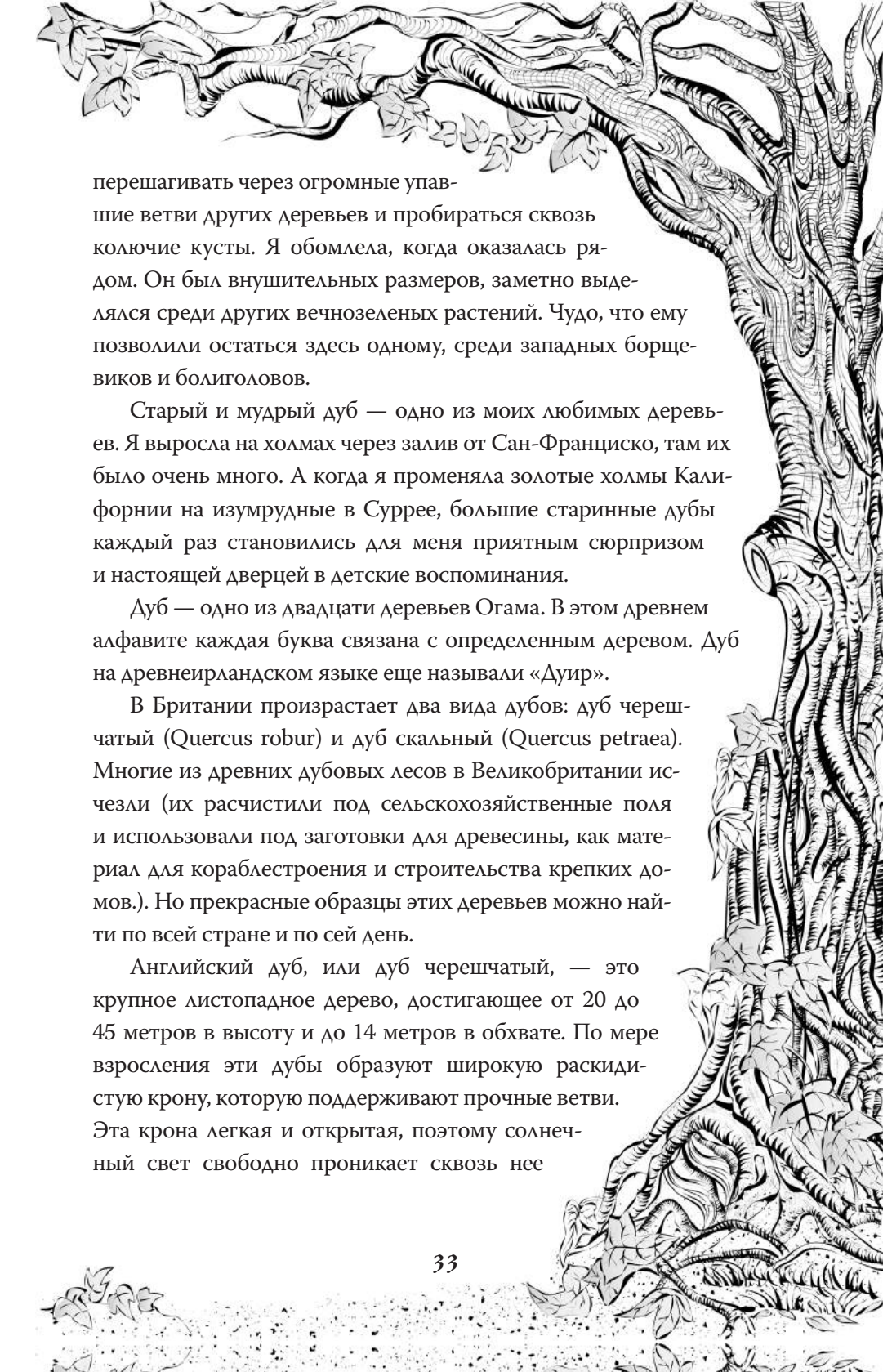
Или вы можете выбрать один вид дерева и прочитать все истории дубов, тисов или платанов. Или начать со своих любимых деревьев.



# Одинокий Дуб

Это дерево заинтересовало меня в 2018 году. Это был особенно пасмурный, но по-своему уютный день. Я, как обычно, одна бродила по лесу, чтобы проверить новый маршрут для группы, которую тогда возглавляла. Часть этого маршрута проходила через лес с искусственно высаженными деревьями. Я уже бывала в этих местах — в лесу между Хладной Гаванью и Холмвудом — и чувствовала, что там что-то не так с энергетикой. В таких лесах не чувствовалась атмосфера дикой Природы, там не хватало счастливого пения птиц, которое я часто слышала в естественных лесах.

Шагая по широкой гладкой дорожке, я оглядывалась по сторонам. Вдруг меня к чему-то потянуло, будто мой взгляд удерживал сильный магнит. А потом я увидела его: одинокое дерево. Величественное и древнее. Его ствол был весь в сучках, причудливо изогнут, с запутанными корнями и морщинистой корой. На первый взгляд оно казалось мертвым, но когда я осторожно свернула с главной дороги и пробралась сквозь подлесок, то обнаружила на самой верхушке маленькие веточки с нежно-зеленой листвой. Чтобы подойти к Дубу, мне нужно было петлять,



перешагивать через огромные упавшие ветви других деревьев и пробираться сквозь колючие кусты. Я обомлела, когда оказалась рядом. Он был внушительных размеров, заметно выделялся среди других вечнозеленых растений. Чудо, что ему позволили остаться здесь одному, среди западных борщевиков и болиголовов.

Старый и мудрый дуб — одно из моих любимых деревьев. Я выросла на холмах через залив от Сан-Франциско, там их было очень много. А когда я променяла золотые холмы Калифорнии на изумрудные в Суррее, большие старинные дубы каждый раз становились для меня приятным сюрпризом и настоящей дверцей в детские воспоминания.

Дуб — одно из двадцати деревьев Огама. В этом древнем алфавите каждая буква связана с определенным деревом. Дуб на древнеирландском языке еще называли «Дуир».

В Британии произрастает два вида дубов: дуб черешчатый (*Quercus robur*) и дуб скальный (*Quercus petraea*). Многие из древних дубовых лесов в Великобритании исчезли (их расчистили под сельскохозяйственные поля и использовали под заготовки для древесины, как материал для кораблестроения и строительства крепких домов.). Но прекрасные образцы этих деревьев можно найти по всей стране и по сей день.

Английский дуб, или дуб черешчатый, — это крупное листопадное дерево, достигающее от 20 до 45 метров в высоту и до 14 метров в обхвате. По мере взросления эти дубы образуют широкую раскидистую крону, которую поддерживают прочные ветви. Эта крона легкая и открытая, поэтому солнечный свет свободно проникает сквозь нее







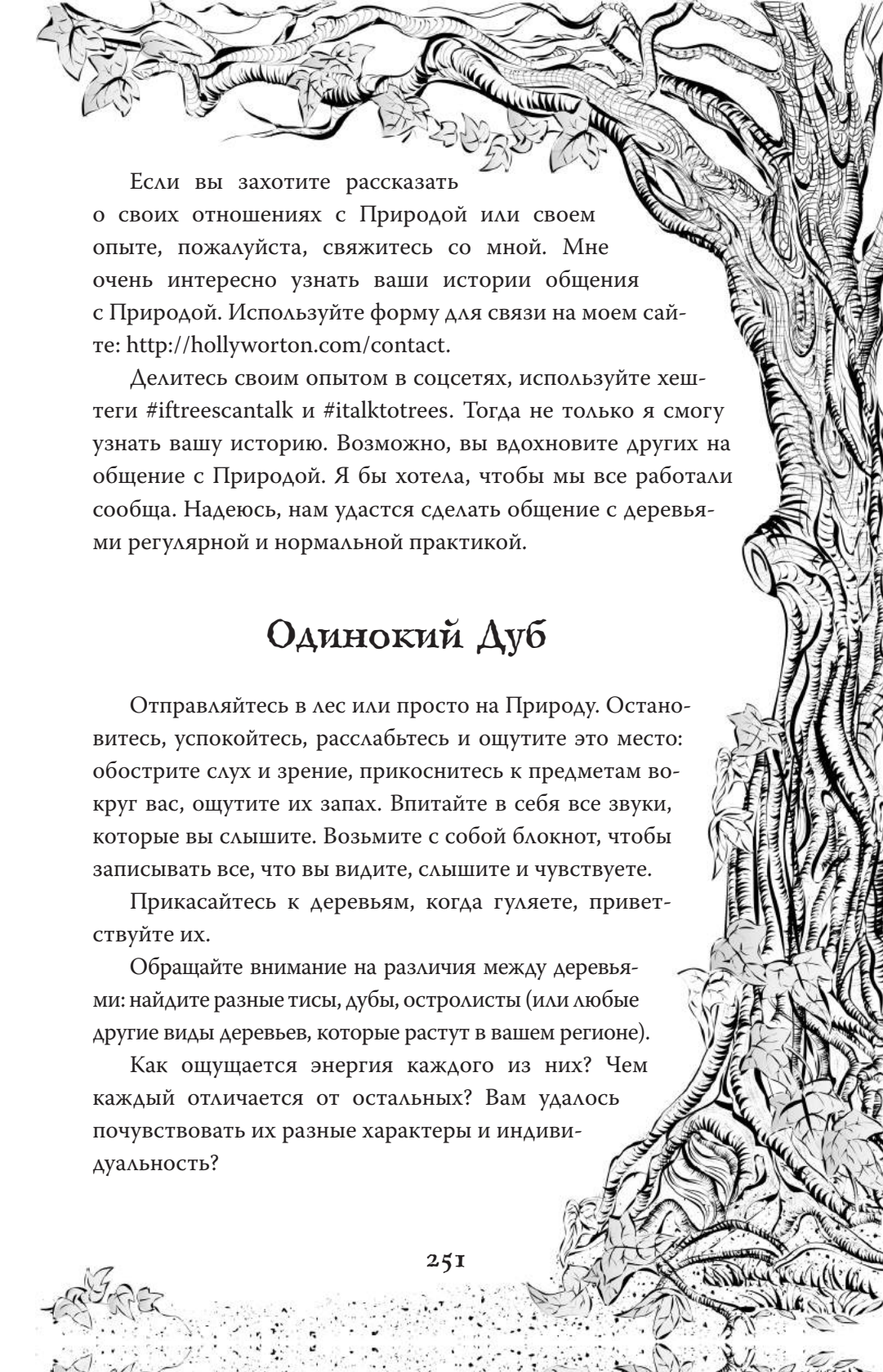


# Практики

Если вы хотите попробовать кое-что новое и поиграть с различными способами связи с Природой и деревьями, я составила здесь список всех советов от деревьев и добавила свои подсказки. Вы можете вести дневник, записывать свои мысли, ответы на вопросы, но это необязательно.

Далее вы увидите вопросы для практик на Природе. Они разделены на 2 части: до практики и после. Прочитайте их внимательно, подумайте, попробуйте то, что предлагают деревья, а затем проанализируйте свое состояние. Можно выполнять практики одну за другой или выбрать те, что вам нравятся и вы хотите попробовать. Практику от Тиса из Ньюлендс Корнер (с. 290) советую проводить последней. Нет правильного или неправильного способа: вы можете погружаться так, как вам нравится. Делайте то, к чему тянет.

Еще я создала небольшое онлайн-пространство с медитациями и другими материалами, которые помогут вам выполнить некоторые из этих упражнений. Вы можете получить доступ к ним по адресу: <http://hollyworton.com/trees>.



Если вы захотите рассказать о своих отношениях с Природой или своем опыте, пожалуйста, свяжитесь со мной. Мне очень интересно узнать ваши истории общения с Природой. Используйте форму для связи на моем сайте: <http://hollyworton.com/contact>.

Делитесь своим опытом в соцсетях, используйте хештеги #iftreescantalk и #italktotrees. Тогда не только я смогу узнать вашу историю. Возможно, вы вдохновите других на общение с Природой. Я бы хотела, чтобы мы все работали сообща. Надеюсь, нам удастся сделать общение с деревьями регулярной и нормальной практикой.

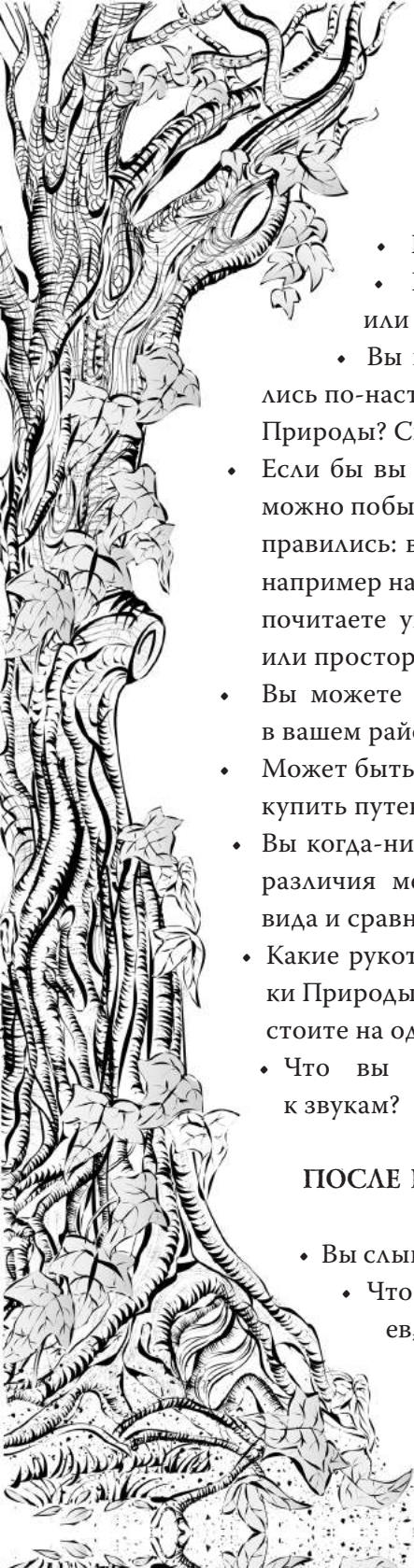
## Одинокий Дуб

Отправляйтесь в лес или просто на Природу. Остановитесь, успокойтесь, расслабьтесь и ощутите это место: обострите слух и зрение, прикоснитесь к предметам вокруг вас, ощутите их запах. Впитайте в себя все звуки, которые вы слышите. Возьмите с собой блокнот, чтобы записывать все, что вы видите, слышите и чувствуете.

Прикасайтесь к деревьям, когда гуляете, приветствуйте их.

Обращайте внимание на различия между деревьями: найдите разные тисы, дубы, остролисты (или любые другие виды деревьев, которые растут в вашем регионе).

Как ощущается энергия каждого из них? Чем каждый отличается от остальных? Вам удалось почувствовать их разные характеры и индивидуальность?



## ДО ПРАКТИКИ

- Вы проводите много времени на Природе?
- Вы предпочитаете активные прогулки или уединенные места в тишине?
  - Вы когда-нибудь останавливались и пытались по-настоящему понаблюдать за всеми звуками Природы? Сколько времени вы этому уделяли?
- Если бы вы планировали поездку куда-нибудь, где можно побыть в тишине на Природе, куда бы вы отправились: в парк или в лес? Или куда-нибудь еще, например на берег реки, озера или океана? Вы предпочитаете уютные закрытые пейзажи, как в лесу, или просторные, как на побережье?
- Вы можете определить различные виды деревьев в вашем районе?
- Может быть, вы хотите научиться этому, например, купить путеводитель по Природе?
- Вы когда-нибудь останавливались, чтобы поискать различия между отдельными деревьями каждого вида и сравнить, например, два дуба или два тиса?
- Какие рукотворные звуки вы слышали? Какие звуки Природы вы слышали? Вы лучше слышите, когда стоите на одном месте или когда прогуливаетесь?
- Что вы чувствовали, когда прислушивались к звукам?

## ПОСЛЕ ПРАКТИКИ

- Вы слышали что-то, чего не могли распознать?
  - Что вы чувствовали, когда касались деревьев, приветствуя их?

- Это помогло вам почувствовать себя ближе к Природе?
- Что вы заметили, сравнивая разные деревья одного и того же вида?
- Чем они отличались?
- Чем они были похожи?
- У вас появился любимый вид или отдельное дерево?
- Почему вам понравилось именно оно?
- Что вы чувствовали, когда выполняли это задание?
- Вы бы хотели сделать это еще раз?

## Тис из Чалис Уэлл

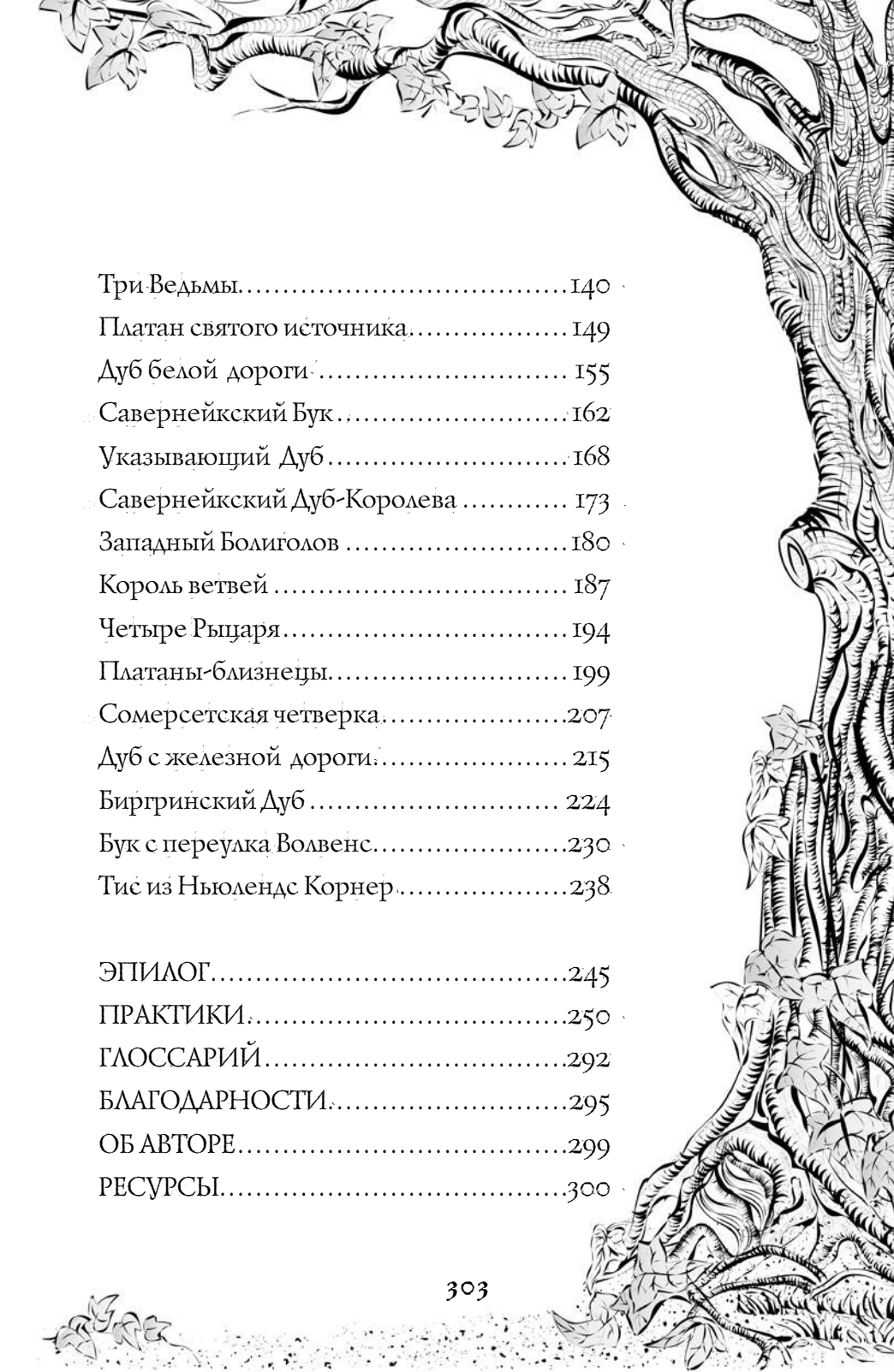
Ищите места с «особой» энергетикой или отправляйтесь в любое место на Природе, к которому вас тянет. Расслабьтесь и купайтесь в энергии этого места. Медитируйте, если хотите. Сосредоточьтесь на том, что вы чувствуете в этом месте. Запомните это, чтобы научиться распознавать это чувство в других местах. Возможно, будет полезно завести дневник и записывать все, что вы чувствуете в этом пространстве. Не забудьте поблагодарить место перед уходом. Устанавливайте физический контакт с деревьями: касайтесь их коры, водите руками по листьям. Познакомьтесь с каждым деревом отдельно: начните, например, с тисов. Прикоснитесь к коре дерева,





# Содержание

ВСТУПЛЕНИЕ .....	4
МОЙ ПУТЬ.....	17
КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЭТОЙ КНИГОЙ..	26
Одинокий Дуб .....	32
Тис из Чалис Уэлл .....	43
Тис из можжевелевой рощи.....	56
Платан с холма Виндмилл .....	63
Тис из Олтон-Прайорс .....	75
Боярышник с холма Виндмилл.....	84
Бук из Эйвбери .....	92
Дуб из Фулбрука.....	98
Тис из Пепер Хароу .....	104
Клен из Ранмора .....	109
Дуб из Ранмора.....	116
Дедушка .....	121
Бабушки .....	129



Три Ведьмы.....	140
Платан святого источника.....	149
Дуб белой дороги.....	155
Савернейкский Бук.....	162
Указывающий Дуб.....	168
Савернейкский Дуб-Королева.....	173
Западный Болиголов.....	180
Король ветвей.....	187
Четыре Рыцаря.....	194
Платаны-близнецы.....	199
Сомерсетская четверка.....	207
Дуб с железной дороги.....	215
Биргринский Дуб.....	224
Бук с переулка Волвенс.....	230
Тис из Ньюлендс Корнер.....	238
ЭПИЛОГ.....	245
ПРАКТИКИ.....	250
ГЛОССАРИЙ.....	292
БЛАГОДАРНОСТИ.....	295
ОБ АВТОРЕ.....	299
РЕСУРСЫ.....	300