

УДК 133.4
ББК 86.42
С60

Солодилова, Алена.

С60 Таро. Практикум для души / Алена Солодилова (Преображенская). — Москва : Эксмо, 2025. — 752 с. — (Тайны Таро).

ISBN 978-5-04-101929-7

«Таро. Практикум для души» — настоящая энциклопедия современных Таро-практик во всем их разнообразии. Это книга для тех, кто видит в Таро не просто колоду карт для гадания, а универсальный и практичный инструмент для исцеления души и помощи людям, объединяющий в себе древность и мистику с новейшими психологическими подходами.

Ее автор Алена Солодилова — опытный практик, психолог, расстановщик, основатель Школы психологического Таро, автор книг и трансформационных игр — рассказывает о том, как с помощью Таро решать психологические проблемы, исцелять травмы, исследовать свое «я» и находить собственный путь в этом мире.

В ее книге вы найдете не только классические описания арканов и тематические расклады для гаданий, но и подробные практические рекомендации по использованию Таро в психотерапии, полевых и шаманских практиках, расстановках и работе с архетипами.

Эта книга станет настоящим подарком как для тех, кто только знакомится с мистическим миром Таро, так и для тех, кто стремится раскрыть новые смыслы и грани этой системы и ищет собственный путь к познанию себя и внутренней гармонии.

УДК 133.4
ББК 86.42

ISBN 978-5-04-101929-7

© Солодилова (Преображенская) А., текст, 2023
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025



СОДЕРЖАНИЕ

ОТ АВТОРА	7
КРАТКАЯ ИСТОРИЯ ТАРО. СПЕКУЛЯЦИЯ ТАЙНОЙ ИЛИ ПРИГЛАШЕНИЕ К ДИСКУССИИ	11
ТАКОЕ РАЗНОЕ ТАРО.	16
КАК ОСВОИТЬ ТАРО?	21
ПЕРВЫЕ ШАГИ. ИНСТРУМЕНТАРИЙ	26
КНИГА РАЗРОЗНЕННЫХ СТРАНИЦ. СТРУКТУРА КОЛОДЫ	36
ПУТЬ ДУШИ В ПРОСТРАНСТВЕ АРХЕТИПА. СТРУКТУРА СТАРШИХ АРКАНОВ.....	39
МИР БОГОВ. ОПИСАНИЕ СТАРШИХ АРКАНОВ	68
Шут. Хаос	72
Маг. Явное.....	77
Жрица. Скрытое	83
Императрица. Мать.....	88
Император. Отец	93
Жрец. Принадлежность.....	99
Влюбленные. Проекция.....	104
Колесница. Успех.....	110
Сила. Энергия	115
Отшельник. Поиск.....	121
Колесо Фортуны. Смысл.....	128
Правосудие. Баланс	134
Повешенный. Жертва.....	139





Смерть. Изменение.....	144
Умеренность. Ангел.....	150
Дьявол. Тень.....	154
Башня. Катарсис.....	161
Звезда. Премудрость.....	165
Луна. Морок.....	170
Солнце. Счастье.....	175
Суд. Возрождение.....	181
Мир. Совершенство.....	186
МИР ЛЮДЕЙ. ОПИСАНИЕ МЛАДШИХ АРКАНОВ И СТИХИЙ.....	194
Пространство стихий. Круговорот жизни.....	195
Четыре масти – четыре качества души.....	201
Счастливые семейства. Маски и роли Фигурных карт.....	212
Архетипические сценарии человека. Описание Номерных карт.....	234
Путь посохов. От единоличной воли к тотальной ответственности.....	244
Путь кубков. От раскрытия сердца к растворению во всеобщем единстве.....	254
Путь мечей. От импульса изменения к абсолютной свободе.....	264
Путь пентаклей. От вложения дара к реализации всех возможностей.....	274
ТАРО-КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ И ПОМОГАЮЩАЯ ПРАКТИКА.....	285
ОСНОВЫ ПРЕДСКАЗАТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКИ.....	300





**ОТКРЫВАЯ ДВЕРЬ В КАБИНЕТ ПСИХОЛОГА.
ТАРО В КОНСУЛЬТИРОВАНИИ И ПСИХОТЕРАПИИ 333**

Психологический портрет. Диагностика личностных особенностей	335
Театр Таро. Работа с субличностями.....	360
Вижу как наяву. Таро и практика визуализации	368
Диалоги с картами Таро. Таро и гештальт-терапия	386
Волшебный конструктор. Таро и НЛП	390
Я расскажу тебе сказку. Таро и сказкотерапия	396
В согласии с собой и единым целым. Таро и процессуальная работа.....	398
Таро в работе с психологической травмой.....	403
Без тебя. Таро в работе с утратой.....	418
Психологические модели как основа расклада и коррекции.....	428

**ИСЦЕЛЯЮЩЕЕ ПОЛЕ. ОПРЕДЕЛЕНИЯ,
ПРИНЦИПЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПРАКТИКИ 436**

ТАРО-РАССТАНОВКИ 457

Карты Таро как предметные якоря. Спонтанный расклад.....	460
Движение энергии арканов	491
Структурные расстановки Таро. Способы моделирования	499

ШАМАНСКАЯ ПРАКТИКА И ТАРО 515

Шаманская картина мира	516
О душе и утрате души.....	520
Возвращение души в работе с двусторонней колодой.....	523





Возвращение духа-хранителя.....	527
Отсечение голодных духов.....	529
Сила предков.....	532
Шаманское Колесо и Таро.....	535
СИСТЕМНЫЕ РИТУАЛЫ С ТАРО.....	544
Круг Старших.....	546
Мистерия «Магический круг Таро».....	547
РАНА ХИРОНА. СЛЕПЫЕ ПЯТНА В РАБОТЕ ПОМОГАЮЩИХ ПРАКТИКОВ.....	553
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. СОЧЕТАНИЯ СТАРШИХ АРКАНОВ.....	569
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. РАСКЛАДЫ.....	602
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ. АРХЕТИПЫ СТАРШИХ АРКАНОВ ТАРО В РАБОТЕ С ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГРУППОЙ.....	626
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	742
ПРИМЕЧАНИЯ.....	743







ОТ АВТОРА

Дорогой читатель, рада приветствовать тебя снова. Моя первая книга по психологическому Таро увидела свет более десяти лет назад. Тогда эффект от ее издания оказался достаточно революционным как в среде эзотериков, так и у психологов академического толка. И те и другие отнеслись к ее выходу настроенно.

Что изменилось за это время в жизни сообщества? Многое. Мои коллеги-психологи перестали чураться карт, и присутствием колоды в психологическом кабинете сегодня уже никого не удивишь. Семинары по архетипам Таро стали проводить в психологических вузах. Вышло еще несколько замечательных книг на тему «Таро и психология». Коллеги-эзотерики сделали шаг навстречу друг другу, стали общаться на площадках конференций и фестивалей, слышать и ценить вклады партнеров, понимать наши различия и общность. Мир меняется, подчиняясь естественному открытому движению и способности к саморегуляции.

Произошли перемены и в моей жизни. Я написала четыре книги, разработала три трансформационные игры, создаю собственную колоду, по-прежнему преподаю, путешествую, организую фестивали. Но дело не столько в результатах, сколько в самом процессе развития, в постоянном поиске динамического равновесия, освоении и присоединении нового опыта. Поэтому я хочу объединить многие свои труды под одной обложкой как итог моей практики исследования и творчества. Такая уж миссия этой книги — объединять. Объединять







людей различных мировоззрений — от мистического до научного. Объединять направления помогающих практик — от прорицания до психотерапии.

Речь на этих страницах пойдет о работе с Таро во всем многообразии помогающей практики — предсказательной, психологической, расстановочной, шаманской. И кроме теоретической части, где описаны карты Таро с точки зрения глубинной аналитической, социальной и семейной психологии, приведены значения арканов как в традиционном гадательном подходе, так и современном психологическом, здесь представлены ясные алгоритмы и приемы практической работы.

Понимая Таро как мировоззренческую систему, хранилище информации и смыслов, а также ограничиваясь лишь интерпретацией значений арканов, мы лишаемся живой, эмпирической и энергетической составляющей этого инструмента. Я повторю за Эпикуром: «Пусты слова того философа, которыми не врачуеться никакое страдание человека»¹, и пуст самый прекрасный расклад Таро, если он не исцеляет душу.

Какое бы наследие ни тянулось за нами, мы приходим в этот мир с открытым сердцем, в предвкушении встречи с новым опытом. Но нашей душе, далеко отошедшей от своего источника, не всегда по силам усвоить этот опыт. Если переживание слишком велико для нас, то душа словно раскалывается, расщепляется, сворачивается, на ней образуются раны и трещины. Издревле среди людей существовали целители души — шаманы, врачеватели, духовные учителя. В современном мире

¹ Слово о науке. Книга вторая / сост. Е. С. Лихтенштейн. М.: Знание, 1981.



эту функцию берут на себя психологи. Но сегодня разрыв между психологической практикой и академической наукой слишком велик. И психолог все чаще присваивает себе эзотерические, шаманские, магические инструменты, религиозные и мистические ритуалы. Я не хочу сейчас говорить о случаях профанации (которых, к сожалению, немало), отмечу лишь тенденцию возвращения помогающих практиков к традициям нашей профессии.

Хочу обратиться к тебе, читатель, с некоторым предостережением. Не следуй слепо инструкциям, которые ты найдешь в этой книге. Да и другим инструкциям, пытающимся организовать живой процесс. Человеческая душа всегда оказывается интереснее, глубже и одновременно проще любых протоколов работы. Она руководствуется внутренней мудростью, порой неведомой никому. Поэтому любой метод существует для человека, а не человек для метода.

И еще. Не думай, что, прочитав книгу, ты все усвоил и знаешь теперь, что такое Таро и как работать с человеком. Возможно, ты понял, что написано. Но к истинной информации не приближает, туда ведет только путь личного переживания и духовного опыта. Мы живем в век информации, когда любые данные извлекаются из недр нажатием нескольких клавиш. Теперь ценностью стали энергия и внимание, особое состояние сознания. И так уже было раньше, когда учитель передавал ученику некое настроение, доступ, ключ, открывающий многие двери. Надеюсь, у меня хватит душевной щедрости и тонкости восприятия, чтобы вложить в буквы и строки больше, чем просто текст, который можно прочесть.

Я признательна всем, кто поддерживал мой труд — родным, друзья, коллегам, на чьи работы я опираюсь. В конце книги есть список литературы, в которой я черпала вдохновение, авторов, чьи мысли резонировали с моими. Есть среди этих мыслей и такая, принадлежащая Ф. М. Достоевскому: «Многое на земле от нас скрыто, но взамен того даровано нам тайное сокровенное ощущение живой связи нашей с миром иным, с миром горним и высшим, да и корни наших мыслей и чувств не здесь, а в мирах иных»².



² Достоевский Ф. М. Собрание сочинений. В 15 т. Т. 9, 10. Братья Карамазовы. М.: Наука, 1991.



КРАТКАЯ ИСТОРИЯ ТАРО





СПЕКУЛЯЦИЯ ТАЙНОЙ ИЛИ ПРИГЛАШЕНИЕ К ДИСКУССИИ

С древности люди учились наблюдать за знаками окружающего мира, толковать их, отыскивать едва уловимый смысл, складывать мозаичную картинку из догадок и озарений. На протяжении нескольких веков Таро используется для ответов на важные вопросы. Однако история карт полна преданий и мистификаций. В данной главе я лишь назову ее основные вехи. За более подробными данными предлагаю обратиться к другим источникам. Например, к трудам моих коллег Галины Бедненко, Максима Бекарюкова, а также к материалам интернета.

Есть мнение, что во всех древних культурах игры, аналогичные нынешним картам, шахматам, домино, «змейкам-лестницам» и тому подобному, были сакральными практиками, тесно связанными с прорицанием и медитацией, и лишь со временем вырождались в способы времяпрепровождения, выигрывания денег или простого соревнования. Так видят историю Таро оккультисты. Их авторству принадлежит легенда о создании Таро в Древнем Египте как способа сохранения знаний ушедшей цивилизации атлантов, его использовании для мистерии посвящения (Эттейла, Поль Кристиан) и распространении по миру через гадательную практику цыган (Папюс). Правды ради стоит сказать, что изображения на картах ранних колод (в частности,





колоды Висконти-Сфорца, датируемой 1428 годом) не содержат египетского символизма, он появляется только с середины 18 века, одновременно с раскопками в Египте и первыми оккультными трактатами по Таро.



По другой версии, Таро пришло из мусульманского мира, его тайну хранят мудрецы-суфии, но бытующая традиция неполноценна, а истина открыта лишь избранным. Нетрудно предположить, что тайна манит и искушает, рождая множество исторических спекуляций.

Опираясь на письменные источники, можно заключить, что первые дошедшие до нас колоды появились в Италии в 15 веке, распространились по Европе и использовались для игры, похожей на бридж. «Не исключено, что эти карты могли использоваться и для других нужд. Так, в 1589 году в Венеции был вынесен приговор по обвинению в колдовстве, где, помимо всего прочего, фигурировали карты Таро. Но, кроме этого, никаких магических ассоциаций с картами Таро не возникало вплоть до 18 века»³.

Можно условно выделить три исторических периода Таро: доокультурный период (до 70-х годов 18 века), период оккультного осмысления и период нью-эйдж (с 60-х годов 20 века).

Доокультурный период Таро интересен тем, что уже на тот момент существовала разница между символическими и игральными картами (то есть Старшими и Младшими арканами), но было несколько разных наборов символических карт, которым не присвоено ни порядковых номеров, ни названий, ни тем более

³ Таро Уэйта как система: история, теория и практика / сост.: А. Костенко. М.: София, 2008.





астрологических и каббалистических соответствий. Символические карты иллюстрируют образы итальянского Возрождения: аллегорических персонажей, социальные символы. Самая распространенная колода — Марсельское Таро.

Период оккультного осмысления начался с идей масона А. Кура де Жеблена о египетском происхождении Таро и связи 22 символических карт с буквами древнееврейского алфавита. В этот период также творят такие известные французские мистики-окультисты, как Эттейла, Элифас Леви, Папюс.

Начало двадцатого века ознаменовано деятельностью масонского ордена Золотой Зари (Англия). Самюэль Мазерс, а за ним Артур Уэйт внесли свой вклад в понимание Таро как системы. В частности, была изменена символика карт, порядок Старших арканов, для Младших арканов созданы легко читаемые иллюстрации. Влияние Артура Уэйта и его колоды (1910 г., художница Памела Смит) сложно переоценить. Оно явственно ощущается и в иконографии современных колод других художников, и в мировоззрении различных предсказательных школ. Его труды называют «кульминацией развития тарологии за последние два века». Колода Артура Уэйта многократно переиздавалась и сегодня является самой популярной, удовлетворяя весьма широкие потребности: ее используют и окультисты, и гадалки, и психологи.

Отдельно стоит отметить традицию Алистера Кроули и его магическую колоду Таро Тота (1944 г., художница Фрида Харрис). Уникальность этого творения, как и личности автора, состоит в подчеркнuto



гротескном выражении архетипических посланий, в шокирующем, провоцирующем воздействии. Эта колода, пожалуй, производит на людей наиболее сильное эмоциональное впечатление, вызывает трепет в мистических кругах.

В 60–70 годах 20 века происходит очередной всплеск интереса к эзотерическим вопросам. Он характерен смешением и популяризацией мистических и религиозных традиций. Так заканчивается эпоха закрытых оккультных орденов и начинается эра нью-эйдж. Создается огромное количество различных колод, в большинстве своем следующих традиции А. Уэйта. Их авторы зачастую не слишком внимательны к принципам системы Таро, и такие произведения отражают их собственное восприятие мира и индивидуальный духовный поиск.

В этот же период Таро начинают использовать в психологических кругах. В первую очередь благодаря Карлу Густаву Юнгу, его теории личности. Идея о том, что карты Таро могут служить проективным тестом, вызывающим различные ассоциации, наподобие чернильных пятен Роршаха, впервые пришла американским психологам Джеку Херли и Джону Хорлеру в начале 1970-х годов. Дабы избежать обвинений в «эзотерике» со стороны профессионального психологического сообщества, они нарисовали собственные карты. Затем в 1980-е годы канадский психолог Дениз Руссель, заинтересованный результатами усилий американских коллег, продолжает исследовать Таро как проекционную методику. Позже во Франции психотерапевт Алехандро Ходоровски применяет в работе Марсельское Таро⁴.

⁴ Таро Уэйта как система: история, теория и практика / сост.: А. Костенко. М.: София, 2008.

Преимущество Таро перед другими проекционными тестами состоит в том, что карты содержат символы, пришедшие из глубины веков. Сегодня практикующие психологи работают с архетипическими образами Таро и гадательными системами разных культур, используют карты как способ диагностики, как интуитивный инструмент самопознания. Существуют медитативные группы «погружения» в арканы и активизации архетипических энергий. В своих авторских методиках я эффективно сочетаю знание Таро с техниками системных расстановок по Б. Хеллингеру, приемами психодрамы, гештальт-терапии, «магического театра».

Открывая для себя это уникальное сокровище культуры, мы оказываемся вовлечены в познание бесконечной тайны о самих себе. А этот путь не знает завершения.





ТАКОЕ РАЗНОЕ ТАРО

Подходов к пониманию Таро великое множество. Потому что сама система Таро воспринимается нами на нескольких уровнях: это и предсказательная практика, и психология, и философия, и мистика. Также и двери, через которые мы входим в Таро, разные: одни ведут через энергетику и интуицию, другие — через Каббалу и астрологию, третьи — через психологию и магию. Каждый выбирает путь, который ему понятен и приятен.

Возможно, ключ такого многообразия в том, что авторство карт не принадлежит одному человеку. Их создала западная цивилизация, за века отшлифовавшая представленные образы. Так что же такое Таро? Большинство ответят: «Это инструмент для гадания». Но ведь гадание — лишь способ применения карт. Если же мы пойдем глубже, то познакомимся с удивительным сокровищем человеческой культуры, которое хранит в себе мифологические сюжеты, космогонические гипотезы, психологическое осмысление действительности.

Давай, дорогой читатель, попробуем систематизировать эти подходы, отталкиваясь от субъекта, то есть от отдельного человека, его интересов и потребностей.

Культурно-историческое изучение. Возможно, наиболее кропотливый подход, предполагающий как кабинетную (архивную) работу, так и полевые изыскания, путешествия по историческим местам, исследование памятников архитектуры и искусства. В предыдущей

