

УДК 133.3
ББК 86.42
В45

THE SHAMAN'S BOOK OF LIVING AND DYING
by Alberto Villoldo

Copyright © 2021
by Alberto Villoldo

Виллолдо, Альберто.
В45 Книга шамана о жизни и смерти : реальные истории исцеления / Альберто Виллолдо, Энн О'Нил ; [перевод с английского М. М. Сизовой]. — Москва : Эксмо, 2023. — 320 с.

ISBN 978-5-04-153895-8

Книга содержит двенадцать реальных историй о том, как автор помогает людям раскрывать способность к самоисцелению посредством шаманской энергетической медицины. Каждая история рассказывается и от лица пациента, и от лица шамана. Тринадцатая история посвящена исцелению самого автора.

Альберто Виллолдо — автор множества бестселлеров на тему шаманизма, доктор наук, психолог и медицинский антрополог. Более тридцати лет он изучает методы исцеления шаманов Амазонки и Анд.

УДК 133.3
ББК 86.42

ISBN 978-5-04-153895-8

© Сизова М.М., перевод на русский язык, 2023
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2023

*Джозефу — шаману, который показал
мне путь любви,
а также доктору Джеймсу Гамильтону,
мудрецу и целителю*

СОДЕРЖАНИЕ

Примечание для читателей.....	6
Предисловие Энн О’Нил	7
Предисловие Альберто Виллодо	15
Путь шамана.....	15
Глава 1. Извлечение разрушительных энергий	27
Глава 2. Участь становится судьбой	45
Глава 3. Исцеление реакции «бей или беги» и преобразование депрессии.....	68
Глава 4. Путешествие за пределы смерти	85
Глава 5. Исцеление сердца за пределами мира.....	104
Глава 6. Освещение: удаление отпечатков в энергетическом поле	132
Глава 7. Возвращение души и ленты силы.....	155

Глава 8. Возвращение души — поиск потерянных частей	174
Глава 9. Жизнь после жизни	190
Глава 10. Исцеление материнской раны	211
Глава 11. Исцеление смерти внутри нас.....	232
Глава 12. Союзники из мира духов	258
Глава 13. История шамана.....	277
Глава 14. Выход из времени. Сверхъестественная история любви.....	291
Эпилог	297
Словарь.....	299
Об авторах	312
Благодарности.....	313
Отзывы о книге.....	315

ПРИМЕЧАНИЕ ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ

Эта книга представляет собой источник информации и руководство. Она не предназначена для диагностики и назначения лечения. Хотя мы приветствуем изучение этой книги, ни автор, ни издатель не несут ответственности за ваше здоровье или за то, как вы решите использовать содержащиеся здесь сведения.

ПРЕДИСЛОВИЕ ЭНН О'НИЛ

Холодно. Зимой в высокогорной пустыне идет снег. Я смотрю на часы, стоящие на прикроватной тумбочке. Два часа ночи. *Пора*. Слова все возникают и возникают, требуя, чтобы я вылезла из теплой постели. Стараясь не разбудить мужа, надеваю шерстяные носки и тяжелый халат. Включаю тусклый свет в коридоре и тихонько прохожу в небольшой кабинет в другом конце дома. Пора за работу.

Но сначала — свеча. Работа всегда должна начинаться с ритуала. Верхняя книжная полка служит мне алтарем. Здесь стоят свеча и разные предметы, символизирующие мое шаманское путешествие. Я зажигаю спичку и прошу у огня защиты. На стенах начинают танцевать тени. Свет и тьма — сущность шаманской работы. Я открываю священное пространство и приглашаю духов четырех направлений, напоминая им, что не справлюсь с задачей в одиночку. Они нужны мне. Так что я напоминаю об этом прежде всего самой себе.

Компьютер включается, я сижу неподвижно, ожидая, впитывая тишину, которая так украшает ночь. Телефон не звонит; никто не постучит в дверь. Единственное отвлечение — я сама. Я должна сконцентрироваться. *Кто тот пациент, что появится этой ночью? Он сказал, что его зовут Джаред.*

Мы очень много говорили, и его история тронула меня, я помню ее почти наизусть. Я тянусь к нему, проскальзываю в его присутствие. Что он думает... чувствует... говорит? Ты словно открываешь дверь иходишь в другую реальность. Это необходимо, если я хочу говорить за него, рассказать его историю исцеления. Доверие! Вот к чему нельзя относиться легкомысленно. Это понятно, но в то же время удивительно.

Я пишу истории клиентов Альберто. Они пришли к нему за помощью, за исцелением и светом, будучи готовыми к неизбежной встрече со своей тенью.

Холодные пальцы касаются клавиатуры. Многие годы я следовала этому распорядку. Так, шаг за шагом, истории обрели воплощение. Вначале были подробные интервью с клиентами, затем консультации, электронные письма и столько черновигов, сколько понадобилось для того, чтобы все остались довольны. Альберто всегда был рядом, ни одно слово не ускользнуло от его пристального внимания. В конце концов, это его книга, его творение. Я всегда чувствовала, как мне повезло быть соавтором этого одаренного шамана и частью этого проекта.

Не знаю точно, когда в глазах шамана впервые промелькнула искра этого проекта. Но знаю, что для меня это путешествие началось в июле 2001 года. Тот летний день, когда я впервые встретила шамана, глубоко запечатлелся в моей памяти. Я пришла к нему со смертельной болезнью, утопая

в духовном кризисе. Я ничего не знала о шаманизме, он казался мне чуждым, странным, мистическим. Я была заинтригована. Я не была полностью уверена в том, что этот человек может дать мне что-то ценное и что мне стоит к нему прислушаться. Я рассказала ему о своих душевных ранах. Альберто сидел напротив и делал заметки в блокноте. Вдруг он остановился, протянул мне свою ручку и сказал: «Энн, возьми это и опиши свою жизнь!» В тот момент никто из нас не знал — по крайней мере, я не знала, — куда эта ручка приведет меня. Я до сих пор храню ее на моем шаманском алтаре.

Затем последовали многочисленные сеансы с Альберто. Мне понадобилось исцелить много ран, прежде чем я смогла обрести полноту жизни. Я прошла через много разных шаманских практик исцеления, включая освещение, возвращение души и извлечение разрушительных энергий. Обо всем этом вы узнаете на страницах книги. Я также прошла профессиональную программу обучения в Школе энергетической медицины светового тела сообщества четырех ветров, основанной Альберто, и получила сертификат в области энергетической медицины, дающий право самостоятельной практики целительства. Из-за моих физических ограничений это было непростой задачей (хотя, как я теперь понимаю, ничто на самом деле не является лишь физическим). К моменту окончания учебы я танцевала вокруг церемониального костра вместе со всеми.

Я твердо стояла на шаманском пути задолго до того, как взяла эту ручку и начала записывать исцеляющие пу-

тешества пациентов Альберто. Иначе это было бы невозможно. Помимо опыта шаманской работы, я была профессиональным сценаристом в Голливуде, работала в основном над документальными фильмами. Зная об этом, Альберто предложил мне обсудить возможность совместной работы над этим проектом. Следуя стандартной процедуре, я предоставила ему план книги и написала несколько страниц в качестве примера. Также я предложила идею рассказать каждую историю сначала от лица клиента, а потом от лица шамана.

Альберто заинтересовало мое предложение, он сказал: «Эта книга будет важна для многих людей». Я горела желанием сказать «да», но сомневалась, что справлюсь. Альберто был честен со мной, он сказал: «Это большой проект, он потребует много работы» — и оказался прав. Тем не менее я была твердо уверена, что не останусь одна в этом амбициозном начинании и у меня будет все необходимое. Итак, в 2005 году мы приступили. Этот захватывающий проект увлек меня и по сей день полностью не отпустил.

Прежде чем я приступила к своей части, мой муж Лейбан Страйт, психолог и однокурсник в Школе энергетической медицины светового тела, заложил основу работы, опросив сотню клиентов Альберто согласно его инструкции. В то время мне пришлось провести немало вечеров в одиночестве, наслаждаясь хорошей книгой, пока он был занят телефонными разговорами. Не могу сказать, что мне это нравилось, потому что я привыкла проводить вечера вместе с ним. Затем, полагаясь на собранную мужем инфор-

мацию, я смогла приступить к более глубоким и подробным интервью.

Для участия в проекте мы отобрали двенадцать человек из разных слоев общества и с разных концов страны. Все они поделились опытом своих личных сеансов с Альберто. Эти сеансы не всегда приводили к выздоровлению, но можно с уверенностью сказать, что опыт работы с шаманом преобразил каждого из этих людей и помог им, как и мне, встать на путь исцеления.

Работа над книгой походила на реку. Иногда эта река текла плавно и счастливо, порой билась о скалы и камни, а временами почти пересыхала. Другие обязательства, а также неожиданные перемены в жизни (как Альберто, так и моей) много раз вынуждали нас отложить книгу до лучших времен. Оставить что-то на потом — известный шаманский подход, наделенный позитивным смыслом. «Книга найдет свое время», — успокаивал меня Альберто. В свою очередь, он призывал меня не сдаваться. «Эти истории заслуживают того, чтобы быть услышанными», — говорил он. Мы продолжали следовать плану, и течение реки всегда возобновлялось.

А как же беседы с героями историй? Эти люди терпеливо ждали и доверяли нам, осознавая, как им повезло. Уверена, за эти годы в их жизнях тоже многое изменилось. Работа никогда не заканчивается. Прежде чем высохнут метафорические чернила, история уже меняется. Для наших

героев это стало ценным, хотя и нередко болезненным опытом — оглядываться в прошлое, вспоминать и даже заново переживать его. Часто к ним приходило новое понимание, углубляя и закрепляя предыдущий опыт. «Что делал Альберто?» — спрашивала я. Но оказалось, что моим собеседникам нелегко передать свой необычный опыт обычными словами. Так было и со мной: когда я пыталась писать, слова часто ускользали от меня.

Это была непростая задача. Для многих моих собеседников интервью походило на попытку рассказать о путешествии в совершенно чужую страну с незнакомой природой, обычаями и даже языком. Им было бы проще сказать: «Ты должна сама совершить это путешествие, чтобы понять!»

Духовные странствия моих немногих собеседников (как и других людей, идущих по шаманскому пути) начались очень давно и уходят в далекое будущее. Давайте расправим крылья и поднимемся ввысь вместе с орлом, чтобы обозреть всю картину его острым, пронизательным взглядом. С каждым взмахом его могучих крыльев пейзаж под нами становится все масштабнее, его границы расширяются. Мы видим, как годы жизненного опыта вели этих людей к встрече с шаманом и работе с ним. Альберто сказал: «Главное — то, что вы привносите в работу». Все мы, так сказать, не вчера родились. И кто знает, что стоит за первым криком новорожденного? Иногда мы даже можем заглянуть в прошлые жизни, перетекающие одна в другую.

Мы продолжаем подниматься и видим, как эта линия жизни простирается в будущее — в следующую жизнь — и дальше. Бескрайний горизонт возможностей... вероятностей... судьбы... и еще дальше. Теперь орел останавливается, его сердце бешено бьется от представшей его взору неопишимо широкой картины.

Пришел момент, когда работа этих людей с шаманом закончилась. Но это не было окончанием их путешествия, скорее новым началом. Работа шамана состоит в том, чтобы глубоко познать путь смерти и возрождения. История, которую они рассказали бы сегодня, отличалась бы и от вчерашней, и от той, что изложена на этих страницах. Исцеление привело их в более чистые и глубокие воды, где они создают еще более значимые истории. Цель, конечно, состоит в том, чтобы отбросить все истории, — подобно тому, как змея сбрасывает свою старую и некогда удобную кожу. И стать свободным.

Возможно, эта книга вызовет больше вопросов, чем даст ответов. Возможно, эти вопросы отправят вас в собственное странствие по тому пути, который зовет вашу душу. Только там вы найдете ответы. Мы все должны выйти за рамки своего восприятия и подняться над ним, чтобы по-настоящему осознать масштабы нашего исцеляющего путешествия, нашей миссии и предназначения здесь, на Земле. Ни одна из наших историй не определяет нас; никто не дергает за ниточки нашего существования. Мы — не наши истории. По мере того как мы поднимаемся, нам

открываются новые перспективы, и мы видим: мы — духовные существа, переживающие физический опыт. Вечные существа, которые становятся богами. Поднявшись достаточно высоко, мы увидим, как линия жизни образует круг: завершённый, цельный, замкнутый. В жизни так много точек, что это уже не точки, а бусины на чётках, соединённые друг с другом шаманским путем преобразования.

Орел должен приземлиться. Он должен коснуться земли. И вот новое начало: мы оказываемся в пещере шамана, на пороге первой истории исцеления и преобразования.

С большинством героев этой книги я не встречалась лично. Если наши пути случайно пересекутся, мы не узнаем друг друга. Но я никогда не забуду того, что они мне открыли. В самые неожиданные моменты их слова прозвучат во мне на глубоко личном уровне — именно тогда, когда мне нужно будет их услышать. Вот почему я знаю, что эти истории наделены великой силой. Когда мы завершали книгу, со страниц раздался голос шамана: «Не привязывайся к результату!» *Как вовремя.* Шаман умеет вернуть нас на землю, даже когда мы тянемся к звездам.

ПРЕДИСЛОВИЕ АЛЬБЕРТО ВИЛЛОЛДО

ПУТЬ ШАМАНА

В ваших руках сборник рассказов о том, как шаман использует энергетическую медицину, чтобы помогать другим и раскрывать их способность к самоисцелению. Голоса моих клиентов воссозданы на этих страницах стараниями Энн О'Нил. Вместе с ней я трудился над книгой, которая поможет читателям лучше понять практику шаманского исцеления. Книга открывает вам сокровенный опыт моих клиентов, которые обратились ко мне за помощью. У каждого из них были свои трудности.

Я надеюсь, что, читая их истории, вы ощутите мудрость, силу и красоту шаманской энергетической медицины. Я также надеюсь, что книга вдохновит вас лично познакомиться с шаманскими практиками, независимо от того, ищете ли вы исцеление и каким его представляете. Шаманизм основан на идее, что если вы улучшите качество и вибрации вашего светового энергетического поля (СЭП),

то улучшится и состояние физического тела; если вы создадите энергетические условия для здоровья, то болезнь уйдет. Мы можем создать себе новое тело, которое будет стареть, исцеляться и умирать гармонично. Такое обещание любому покажется соблазнительным, но это не просто обещание. Оно может стать вашей реальностью, если вы пробудите внутри себя шамана — ту силу, которая живет в каждом из нас.

Когда эта книга была почти готова к печати, я понял, что в ней не хватает одной истории — о том, как шаманская медицина спасла мою собственную жизнь. Как и все мы, я создаю свою жизнь вместе с Духом, продвигаюсь вперед с желанием, чтобы неожиданные события открывали для меня совершенно новые пути. Каждая ошибка, в результате которой я сходил с тропы и оказывался на обочине, служила мне уроком, который нужно было усвоить. С годами я научился использовать эти возможности для развития, вместо того чтобы жаловаться на царапины и ушибы.

Хотя я всегда чувствовал тягу к целительству, я не собирался становиться шаманом. Как и многие другие, я открыл свой путь благодаря синхроничности¹ и счастливому случаю. Однако стремление посвятить жизнь служению появилось у меня еще в детстве. Подобная тенденция про-

¹ Термин психолога и мыслителя К. Г. Юнга, который он описывает так: «Одновременность внутреннего развития и внешнего обстоятельства, не имеющих причинной связи друг с другом, но связанных смыслом». — *Здесь и далее прим. ред.*