

УДК 133.3
ББК 86.42
Т52

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

MAIA TOLL
The Illustrated Bestiary
Guidance and Rituals from 36 Inspiring Animals

Copyright © 2019 by Maia Toll
Illustrations by © Kate O'Hara
Originally published in the United States by Storey Publishing, LLC
Edited by Liz Bevilacqua
Art direction and book design by Jessica Armstrong
Text production by Erin Dawson
Illustrations by © Kate O'Hara, except © Jason Winter/shutterstock.com, 13 and throughout
Author photo by © Emily Nichols Photography
Text © 2019 by Maia Toll

Толл, Майя.

Т52

Магический бестиарий : вдохновляющие послания и ритуалы от 36 волшебных животных / Майя Толл ; иллюстрации Кейт О'Хары ; [перевод с английского А. А. Субботиной]. — Москва : Эксмо, 2020. — 168 с. : ил. + 36 карт. — (Викка. Сила природной магии).

Откройте для себя силу и мудрость животного мира с новой книгой Майи Толл, автора красочного бестселлера «Магический гербарий»! В своей новой книге она рассказывает о 36 интереснейших животных, рыбах, рептилиях, насекомых — их повадках, образе жизни... и духовных посланиях, которые изменят наш взгляд на мир и самих себя. Каждый день они будут указывать нам пути и цели, вдохновлять на свершения и делиться своей мудростью и тайным знанием. Способность Свистящей квакши просыпаться после зимней спячки во льду побудит вас начать новую жизнь. Пять глаз Кузнечика подарят ясность взгляду, если вам необходимо увидеть полную картину...

Эта книга включает особые ритуалы и темы для размышлений и медитаций — все это поможет вам прикоснуться к целительной силе каждого животного, найти родство с ним и открыть в себе нечто новое. Также книга дополнена колодой-оракулом из 36 карт, которая способна дать ответ на тайные вопросы вашей души.

УДК 133.3
ББК 86.42

Издание для досуга

ВИККА. СИЛА ПРИРОДНОЙ МАГИИ

Толл Майя
МАГИЧЕСКИЙ БЕСТИАРИЙ

Вдохновляющие послания и ритуалы от 36 волшебных животных

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*. Руководитель направления *М. Виноградова*
Ответственный редактор *В. Кутырева*. Младший редактор *А. Субботина*
Художественный редактор *Е. Анисина*. Компьютерная верстка *Е. Анисина*
Литературный редактор *Т. Капитанова*. Корректор *Л. Снеговая*

Официальный
интернет-магазин
издательской группы
"ЭКСМО-АСТ"

book 24.ru

ISBN 978-5-04-115423-3



9 785041 154233 >

ISBN 978-5-04-115423-3

ООО «Издательство «Эксмо»
123308, Москва, ул. Зарядье, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru
Офисы: «ЭКСМО» АКБ Басмасы, 123308, Москва, Россия, Зарядье вилеси, 1 йк.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru
Түркістан бөлгесі: «Эксмо»
Интернет-магазин: www.book24.kz
Интернет-магазин: www.book24.kz
Интернет-дүкен: www.book24.kz
Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы»
Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию,
в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»
Қазақстан Республикасындағы дистрибутор және өнім бойынша арыс-талғатарды
қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Алматы қ., Дембровский көш., 3-а, литер Б, офис 1
Тел.: 8 (707) 251-59-50 (9) 192. E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz
Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.
Сертификация туралы ақпарат: www.eksmo.ru/certification
Сөздеріне оқпандардың сәйкестігін тексеруіне кітапхана заңнамасына сәйкес
оқпандардың рәсімделуіне кітапхана заңнамасына сәйкес
www.eksmo.ru/certification
Өндіріс мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған



eksmo.ru

16+

Подписано в печать 22.09.2020. Формат 70х90^{1/16}.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 12,25.

Тираж экз. Заказ

В электронном виде и/или издательствах вы можете
купить на www.litres.ru



© Субботина А.А., перевод на русский язык, 2020
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2020



Всем четвероногим, крылатым и живущим
в водной стихии: спасибо вам, что помните то,
о чем мы забыли...

Эндрю и нашим зверькам — за то, что идёте
по этой изумительной жизни рядом со мной.





СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие..... 9
Введение..... 11


Бестиарий

БЕЛОХВОСТЫЙ ОЛЕНЬ: *при тормози, обдумай, действуй*..... 19
КРАСНЫЙ ЛОСОСЬ: *иди по жизни с решимостью* 23
ВОРОН: *равняйся на свой внутренний компас* 27
БАБОЧКА-МОНАРХ: *осмысли свое прошлое* 31
СВИСТЯЩАЯ КВАКША: *превратись в себя будущую* 35
ГРЕЧЕСКАЯ ЧЕРЕПАХА: *будь упорна*..... 39
КРЫСИНАЯ ЗМЕЯ: *взрасти свою истину* 43
СОВКА: *подойди творчески*..... 47
КОРОВА И БЫК: *насладись процессом*..... 51
ЧЕРНЫЙ МЕДВЕДЬ: *синхронизация с сезонами* 55
СЕРЫЙ ВОЛК: *наращивай связи* 59
ЛИСТОКРЫЛЫЙ КУЗНЕЧИК: *найди закономерность* 63
ЛЕБЕДЬ-КЛИКУН: *люби отчаянно*..... 67
ДОМОВАЯ МЫШЬ: *работай сообща* 71
ЗЕЛЕНАЯ ЧЕРЕПАХА: *найди свою стихию*..... 75
ПОПОЛЗЕНЬ: *смени точку зрения*..... 79
ПЯТНИСТЫЙ СКУНС: *умей постоять за себя* 83
СИПУХА: *прислушайся к духам*..... 87



КОСАТКА: нырни в глубину	91
БОБЕР: заяви о себе	95
ПАУК-ОСА: все взаимосвязано	99
ХОХЛАТЫЙ ДЯТЕЛ: освободи свой внутренний огонь	103
ИНДИЙСКИЙ СЛОН: три родословную	107
ЗЕМЛЯНОЙ ЧЕРВЬ: найди свое предназначение	111
ОРЛАН-БЕЛОХВОСТ: обнови свою жизнь	115
ДИКАЯ ЛОШАДЬ: превзойди себя	119
ВОСТОЧНАЯ УСТРИЦА: разберись с грязью	123
МЕДОНОСНАЯ ПЧЕЛА: ориентируйся на солнце	127
МЕКСИКАНСКАЯ ЧЕЧЕВИЦА: знай свою песню	131
ПОЛОСАТАЯ КОШКА: ты достойна	135
ПЯТИПОЛОСНЫЙ СЦИНК: наслаждение дерзостью	139
ДОМОВЫЙ СЫЧ: клюк к мудрости	143
ЛИСА: перевоплощайся	147
ГОЛУБАЯ РАВНОКРЫЛАЯ СТРЕКОЗА: общайся с природой	151
РЕЧНАЯ ВЫДРА: обрети радость	155
ЧЕЛОВЕК РАЗУМНЫЙ: помни о забвении	159
<i>Как работать с картами бестмария</i>	162
<i>Истогники</i>	165
<i>Благодарности</i>	166
<i>Майя Полл</i>	167





«Каждая божья тварь — это книга,
картина и зеркало для нас самих».

АЛАН ЛИЛЛЬСКИЙ, XII ВЕК
(из книги «Святые собаки и ослы: животные
в христианстве» Лоры Хобгуд-Остер)

«Мы и в самом деле уникальные
приматы, мы люди, но мы не так сильно
отличаемся от других животных,
как привыкли думать».

ДЖЕЙН ГУДОЛЛ



... Предисловие ...

Воздух пах яблоками, костром и теплым, соломенным ароматом свежесрезанной кукурузы.

Казалось, что заблудиться между проселочной дорогой с одной стороны и рекой с другой невозможно, но когда я пробиралась вперед, согнувшись в три погибели и шурша осенними листьями, то в глубине души волновалась, что не смогу найти путь обратно.

Но что-то пленило меня, поманив в глубину леса, который тянулся вдоль скошенных полей, принадлежавших моему другу. Я пересекла небольшую поляну практически ползком... и тут, сама не знаю почему, почувствовала, что забралась слишком далеко. Медленно повернувшись назад, я ощутила, как по спине пробежал холодок. Из земли (на том месте, где, могу поклясться, я проползла только что) торчали пять белых как кость зубцов.

Несмотря на годы изучения различных религий и духовных практик, это собрание, из-за которого я и отправилась блуждать по лесу, стало моей первой встречей со знахаркой. Точнее, с двумя знахарками. Обе были народными целительницами и приехали на ферму к моему другу, чтобы провести церемонию благословения земли. Всего нас было 30 человек; 10 минут назад мы стояли вокруг большого костра, слушая, как эти женщины рассказывают о нашей связи с землей и смене времен года. Затем они отправили нас на поиски какого-нибудь предмета, который мы могли бы преподнести в качестве дара — символа нашего благословения, — например,

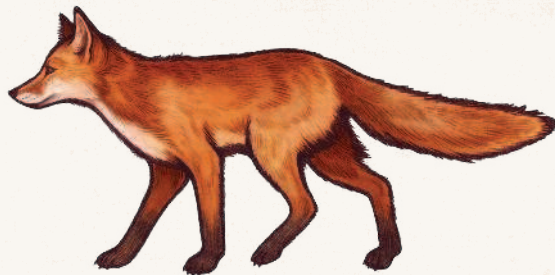
камня, что означает силу, или пустого кокона, символизирующего перерождение.

Когда я вышла на окраину поля в поисках своего дара, какой-то инстинкт отправил меня в лес... и 10 минут спустя я вышла оттуда с оленьим рогом.

Никогда еще волшебство мира не чувствовалось так близко, как в тот момент, когда дух оленя, казалось, прошептал: «Пришло время идти новым путем».

Наступил момент искать новый путь или вспомнить о своей приверженности старому, и этот бестиарий — портал в магию, присущую дикому миру, в котором мы живем. Пусть он подарит тебе ощущение тайны, которое пробудит дух и напомнит о том, что и ты являешься частью огромного целого.

Maia



... Введение ...

Дон Антонио сидел на корме лодки, едва-едва двигая пальцами и посмеиваясь себе под нос.

Амазонка текла, широкая и неторопливая, и мы плыли лишь немного быстрее завораживающих движений пальцев шамана. Он поймал мой взгляд и кивком показал на джунгли. Уже не в первый раз я в недоумении уставилась на опушку леса.

Только несколько дней назад я вдруг поняла, что он подражает движениям ленивцев, *perezoso* по-испански. Они свисают с веток высоко в кронах деревьев, на их спинах растёт мох, смешиваясь с листвой. Ленивцы двигаются, но, чтобы увидеть это, вам придется запастись недюжинным терпением. Дон Антонио копировал их замедленные действия, забавляясь этим все долгие часы нашего путешествия по реке.

Обучение у настоящего шамана было захватывающим, но не таким, как я ожидала. Конечно, были церемонии, наполненные странными запахами и ритуальными песнопениями, но истинными оказались те уроки, что проходили в тишине. Наблюдать за тем, как дон Антонио, почтительный и скромный, любопытный и смешливый, ведет себя в этом мире, было само по себе подарком.

Но глубочайшее понимание пришло ко мне, когда с помощью языка жестов и ломаного английского мы заговорили о его детстве. Дядя был деревенским шаманом, а дон Антонио — его учеником. Поясню сразу: это не завидная должность, а одинокая. Будучи еще

ребенком, дон Антонио проводил в одиночестве месяцы, общаясь только со своими двоюродными братьями, которые приносили ему в джунгли еду.

Когда я услышала историю этого молодого человека, запертого в одиночестве и обратившегося за утешением к животным и растениям, я вспомнила, как тосковала сама, пока жила в Ирландии и была ученицей травницы. Оторванная от друзей и родных, я тоже искала поддержки среди растений и зверей. Я играла на деревянной флейте лебедям у реки или коровам в поле; сочувствия я искала у боярышника; я позволила воронам поддерживать меня своими резкими криками. И в итоге стала одной из нитей, одной среди многих, частью большого полотна жизни.

Глубокое осознание собственной вовлеченности и неотделимости излечило некое неведомое стремление, преследовавшее меня с детства. Нечто во мне успокоилось и утихло.

Это целительная сила земли, полная магии, — сила растений и животных, камней и неба. Она связывает нас не только с миром вокруг, но и с нами самими, нашим ощущением принадлежности к земле, самосознанием и глубокой мудростью. Она напоминает нам о том, что мы не одиноки.

Работать с целительной силой животных — значит открыть свой разум и сердце для энергий, которые животные воплощают в мире, а затем мягко спросить их: чему вы можете научить меня?

Хотя звери, которых ты найдешь в этой книге, могут и не жить в твоей местности, их энергия — часть нашей общей сети. Мы делим

Красная книга бесѳиария



Из-за изменений климата, вырубкн лесов и разрушения экосистем многие животные сейчас борются за выживание. Такой значок отмечает наиболее уязвимые виды в этой книге.

этот мир со множеством существ, и каждое из них присутствует не только в реальном мире, но и в экосистеме духов.

Говоря об уничтожении среды обитания и вымирании животных, я не могу не задаваться вопросом: какие энергии потеряет наш мир, если некоторые виды исчезнут? Если они покинут реальный мир, вспомним ли мы о прозорливости орла или глубочайшей эмпатии дельфина?

Люди — тоже часть этого полотна бытия. Иногда мы нити, иногда ткачи, а иногда именно мы перерезаем эти нити, подобно греческим Мойрам: наши действия влияют на жизни множества созданий. Мы существуем в сложном мире, где все переплетено веретеном творчества. Когда мы это поймем, то проникнем в тайну шамана: чтобы обрести цельность и исцеление, ты должна вспомнить о забытом, о том, что люди — лишь нить в большой паутине мироздания.

КАК СЛУШАТЬ ПЕСНЬ ДУХОВ

Я считаю песнь духов своего рода второй песней, контрапунктом и гармонией, существующей параллельно с тем, что воспринимает наш когнитивный разум. Животные — это реальные существа,

но они также духи и наставники. Их вторая песнь соединяет нас с теми или иными сторонами нашей собственной души.

Как услышать вторую песнь животных? Все начинается с настройки на мир вокруг нас. Как-то раз мы гуляли с друзьями, и мимо нас пролетел сокол, но мои друзья были слишком увлечены разговором и ничего не заметили.

Что за животные вокруг тебя? Кто из них не просто встретился тебе на пути, но разжег твоё воображение или привлек внимание? Иногда зверь проникает в твоё подсознание, как это снова и снова делала Лошадь в моём детстве. Когда некое животное днем и ночью приходит к тебе во снах, медитациях или шаманских видениях, значит, пришло время взять его на заметку.

Иногда разгадку можно отыскать в реальном мире. Возможно, ты найдешь перо, наткнешься на фото или заметишь животное на форме своей любимой баскетбольной команды. Используй карты, которые идут в наборе с этой книгой, и спроси у себя: «Кто сейчас хочет указать мне путь? Кто сегодня преподаст мне урок?»

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЭТОЙ КНИГОЙ

Ритуалы бестиария и темы для размышления призваны помочь тебе глубже погрузиться в энергию различных животных и полнее ощутить связь с ней.

Вытяни карту из колоды, чтобы настроиться на новый день, открой книгу наугад или прочитай ее целиком, чтобы

познакомиться со всеми животными. Если ты хочешь установить более тесную связь с целительной силой зверей, попробуй такие способы.

СТАНЬ ЖИВОТНЫМ

Существует древний ритуал облачения в шкуру животного, чтобы ощутить, каково это — быть животным, взглянуть на мир глазами оленя, утки или волка. Необязательно надевать шкуру зверя в буквальном смысле. Лучше посмотри несколько видео и понаблюдай за движением и реакцией зверей. Затем найди удобное (и уединенное!) место, где можно закрыть глаза и представить свое животное. Дыши его дыханием. Позволь духу существа проникнуть в твоё тело. Попробуй двигаться, как животное. Как оно себя ощущает? Как это — смотреть на мир его глазами? Спроси себя: «Что этот опыт может мне дать?»

ПОЗОВИ ЖИВОТНОЕ В СВОИ СНЫ

Перед сном, когда выключишь свет, сядь на край кровати так, чтобы ступни касались пола. Держись прямо, чтобы твоё тело стало проводником между землей и небом. Дыши, почувствуй кожу, успокой свои мысли. Представь, что твой разум — это пруд или источник. Позови животных, у которых есть послание для тебя, прийти к этому водоему во сне.

Держи рядом с кроватью дневник, чтобы записывать, кто посещал твои видения ночью.

ТЕХНИКА СВОБОДНОГО ПИСЬМА

Техника свободного письма — это способ проникнуть в коллективное бессознательное. Тебе понадобятся ручка с бумагой и таймер.

- Поставь таймер на 10 минут.
- Вытяни карту из колоды бестиария и спроси: «Что ты хочешь мне сказать?»
- Начни писать и не останавливайся, пока не истечет время. Смысл в том, чтобы продолжать писать, даже когда ты не представляешь, о чем пойдет речь дальше! Эта техника поможет тебе выйти за пределы разума и проникнуть в царство подсознания. Первые несколько минут в голову часто приходит одна ерунда. Не беспокойся — просто продолжай писать. Нужно преодолеть защитный барьер думающего разума, чтобы выпустить мысли из подсознания.

Животные могут многому тебя научить и подсказать, если ты откроешь «духовные уши», чтобы услышать их. Пусть вдохновят тебя духи животных, чтобы ты приняла их исцеление, необходимое для излечения себя, своей семьи, общества и нашего общего мира.



БЕСТИАРИЙ



