

Людмила Алмазова  
*Шаманка*

Или... Не буди спящего



Людмила Алмазова

**Шаманка. Или... Не буди спящего**

«Издательские решения»

**Алмазова Л.**

Шаманка. Или... Не буди спящего / Л. Алмазова —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-850478-5

Сборник предназначен в первую очередь тем, кому не хватает Силы Духа для реализации своих жизненных замыслов. Вы узнаете, что происходит в жизни человека, когда прерываются связи с Духом рода; чего можно ожидать от Мест Силы; воспользуетесь глубинными техниками, чтобы исцелить себя и своё пространство. А если кому-то не по душе «всякие шаманские штучки», тот может расслабиться за чтением поэзии и необычных рассказов, освоить современные методы нейромоделирования своей реальности.

ISBN 978-5-44-850478-5

© Алмазова Л.  
© Издательские решения

## Содержание

От автора	6
Шаманизм или жизнь в реальном режиме	7
Край шаманов	8
Я – варган	9
Легенда Алтая	10
Шаманский секрет счастливой реальности	11
Накамлай мне, шаман	12
Не буди спящего...	15
«Мы с тобой одной крови – ты и я...». Символ Силы рода	16
Пожелание Вашему тотему	22
Волчьи знаки	23
Антитотем	24
Конец ознакомительного фрагмента.	25

# Шаманка Или... Не буди спящего

**Людмила Алмазова**

Редактор Людмила Алексеевна Алмазова

© Людмила Алмазова, 2021

ISBN 978-5-4485-0478-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

*Дорогие читатели!*

*Перед вами необычный сборник. Его автор Алмазова Людмила Алексеевна – одна из ведущих специалистов в области трансперсональной психологии и психотерапии; исследователь-реконструктор древних духовных Традиций; автор научно-практических направлений: «Транскоммуникативные Архетипические Психотехнологии», «Руническая информатика биосистем». Целительница, прошедшая путь шаманских посвящений. Писатель, сценарист, поэтесса, номинантка на соискание национальной литературной премии «Поэт года».*

*Людмила Алексеевна родилась и выросла в удивительном уголке планеты – на Алтае. В краю, где таится множество загадок. Это не только одно из самых красивых, но и одно из самых древних «мест Силы» на Земле, энергетическая точка нашей планеты. Считается, что где-то здесь существует северный вход в страну Просветлённых, охраняемый великими и неподкупными Духами. Именно отсюда начинал свою экспедицию в поисках Шамбалы выдающийся художник и учёный Николай Рерих.*

*Алтай оказывает особое мистическое воздействие на человека, расширяя границы сознания, помогает обрести себя. Сердце Духа этого края бьётся величественным ритмом, будто древний бубен шамана. Не удивительно, что тема шаманизма так близка автору. В сборнике вы найдёте глубокие, словно горные реки стихи. Оживляющие и бодрящие, как степные ветра практические советы. И даже сможете ощутить силу Духа Алтая.*

*М. Линд*

*Специалист в области трансформационных психотехнологий.*

## От автора

**«Слово „шаманизм“ стало довольно модным среди людей, интересующихся мистикой в так называемом мышлении Новой Эпохи и разнообразных системах улучшения жизни. Однако неправильно пользоваться этим словом как синонимом оккультного, или религии, обожествляющей природу, или эзотерического культа. По определению шаманизм – это изучение и практика шаманских принципов и методов. Он имеет дело со связью, существующей между человеческим духом и сущностью всего живого, будь то другой человек, животное, растение, минерал или небесный объект».**  
*К. Медоуз.*

Вот уже длительное время я практикую и веду исследования в рамках трансперсональной психологии<sup>1</sup> Это новое течение психологии всё больше привлекает учёных из разных областей науки. В основе трансперсональной психологии лежит идея о существовании бессознательной части человеческой психики. Бессознательное оказывает влияние на образ жизни, мышление, взгляды, принципы, приоритеты. Определяет поведение человека на протяжении всей его жизни. Этот глубинный пласт состоит из чувств, переживаний, эмоций, воспоминаний, по разным причинам вытесненных из сознания. Трансперсональная психология изучает все аспекты личности. Но её главная задача – изучить сознание, которое при особых обстоятельствах может выходить за привычные рамки. Это случается тогда, когда человек погружается в одно из измененных состояний в момент мистического, духовного, религиозного или другого трансперсонального опыта. В таком состоянии человек получает возможность почувствовать единство со Вселенной, вновь пережить тревожащие его события, избавиться от негативных эмоций, решить психологические проблемы, открыть в себе неординарные способности. Для этих целей разработано не мало методик и техник, многие из которых берут своё начало в глубокой древности. Шаманские психотехники – одни из них.

В своей работе я использую как методы классической психологии и медицины, так и методы трансперсональной психологии, альтернативной медицины. Помогаю людям с различным мировоззрением познать себя и окружающую действительность. Провожу тренинги, создаю обучающие программы, пишу книги как для эзотериков, так и для материалистов.

Прежде чем приступить к практическим занятиям, описанных в книге, прочтите её полностью.

---

<sup>1</sup> **Трансперсональная психология** – течение психологии, которое изучает трансперсональные переживания, изменённые состояния сознания и религиозный опыт, соединяя современные психологические концепции, теории и методы с традиционными духовными практиками Востока и Запада. Главные идеи, на которых базируется трансперсональная психология – недвойственность, расширение сознания за пределы обычных границ Эго, саморазвитие личности и психическое здоровье. Википедия.

## Шаманизм или жизнь в реальном режиме

Порой с улыбкой или сожалением наблюдаешь, как другие неоднозначно реагируют на слово ШАМАН. Для одних шаманизм это пережиток прошлого, для других – шарлатанство, для третьих – опасные ритуалы. Стоит ли укорять людей, утративших архаичную память, многие знания и навыки наших предков.

### *Что лично для меня значит ШАМАН, ШАМАНСТВО?*

Шаманизм – это не религия, а восприятие мира, гармоничное отношение с ним.

Шаманизм – это умение видеть и понимать первопричину всяческого неблагополучия – будь то болезнь или некое событие. Находить выход из трудных ситуаций.

Шаманизм – это равноправное и эффективное сотрудничество не только с людьми, но и представителями инаковых, альтернативных миров.

Шаманизм – это умение нырять в Поток жизни и выныривать обогащённым новыми знаниями и умениями.

Шаманизм – это способность принять информацию, дары от любого представителя Вселенной: камней, рек, парящих в небе птиц, «жителей тонких миров».

Шаманизм – это творческий процесс: создание стихов, картин, различных предметов, в которые через твои руки входит Сила Вселенной, превращая их в обереги.

Шаманизм – это умение быть благодарным всему миру, принимающему участие в твоей жизни.

Шаманизм – это быть Воином Духа и давать отпор силам, сталкивающим тебя с твоего Пути.

Шаманизм – это исследование и реконструкция древних сакральных знаний, издревле помогавших человечеству осознать себя звеном в общей цепи. Это возможность избавиться от духовной «коррозии», сбросить оковы религиозных догм, материалистической слепоты. Это непрерывное духовное развитие.

Шаманизм – это умение дружить с *разнопорядковыми* мирами. Разве плохо, когда у тебя много истинных друзей и покровителей?

Шаманизм – это наличие множество ключей и кодов от порталов «системы матрёшка».

Шаманизм – это способность проводить через себя голос всего окружающего мира, каждого его обитателя: от грубых сфер, до *ультра*Высших...

Шаманизм – это возможность обогатить свою личную жизнь, которая не будет уже обычной: пережив шаманский опыт однажды, ты не вернёшься к себе прежнему. Переступив через Край, ты станешь Другим, БОЛЕЕ ресурсным, духовным, творческим, экстра/мета-сенсорным...

Шаманизм – это когда ты свободен от мнения окружающих, от шаблонов, границ, рамок «Матрицы»...

Шаманизм для меня – это стиль жизни, рабочий стиль.

Шаман – это человек, идущий впереди других на несколько шагов. Способный вернуться в прошлое, заглянуть в будущее, но при этом жить полноценно в настоящем.

## Край шаманов

*Я родилась в краю шаманов, золотых полей, хрустальных рек  
Там трав пьянящие дурманы и Дух Алтая – оберег  
Там, где на скалах вдоль обрывов – архаров древних силуэт  
В сказаньях и легендах старых Архатов мудрых виден след...*

*Во снах я часто вижу звёзды, что над озёрами висят  
Шальные зимы, буйство вёсен и Шамбалу – тот райский сад  
Я родилась в краю шаманов – моя обитель и эдем  
Там льётся дивный звук варгана, когда крадётся мой тотем...*

**Желаю каждому из вас Белой Дороги!<sup>2</sup>**

---

<sup>2</sup> Пожелание «Белой Дороги» означает счастливого пути к реализации задуманного.



## Я – варган

*Я не флейта, не нежно – плаксивая скрипка  
Не гитара, не звонкий цимбалы напев...  
Голос мой не серебряно-тонкий и зыбкий  
Я похожа на дикий огонь, наконечник от стрел...  
Не играю изнеженным лицам, чьи маски лукавы  
Но могу возбудить Силу Духа, что дремлет в тебе  
Я – твой путь, путеводная нить, переправа...  
Песнь моя, словно утренний свет и знаменья в судьбе  
Я камлаю дорогу по древним ветвям Иггдрасиль<sup>3</sup>  
И на помощь приду, когда мир погрузится во тьму  
Мы с тобою вдвоем, мой любимый, дорогу осилим  
Я тебя, сберегая от бед, в своё сердце приму*

*Я пылающий древний костёр, песня духов и снов... Я любовь  
и основа основ, исцеление ран... Я – варган!*

---

<sup>3</sup> Как известно, Древо Иггдрасиль – это настоящая модель Вселенной, созданная в скандинавской мифологии. Глава 1. Не буди спящего

## Легенда Алтая

*Говорят, что Дух присматривается ко всем людям. На то, как они живут, как общаются друг с другом, с Природой, с самими собой. Если человек вызывает интерес у Духа, он начинает присматриваться к нему. Если человеку удастся поддерживать интерес Духа, тот подбирается к человеку еще ближе, наблюдая за ним. Если своей жизнью человек может привлечь Духа совсем близко, наступает момент, когда Дух заглядывает в самого человека. Если он видит, что человек живет с Душой, он начинает выражаться через него. Так человек обретает Силу Духа.*

## **Шаманский секрет счастливой реальности**

Шаманов называют «посредниками между мирами». Благодаря особому восприятию окружающей действительности, шаман может свободно сообщаться с разными планами Вселенной, переходить из одной реальности в другую. Обладает большим видением, а значит, и большими возможностями управлять своей жизнью и судьбой.

Прежде чем что-то менять во внешнем мире, начните преобразовывать свой внутренний. Индейские шаманы советуют не относиться к жизни с напряжённой серьёзностью, мировосприятие должно быть лёгким. Постарайтесь взять за основу состояние внутренней улыбки. Она излучает вибрации, созвучные с вибрациями Любви. А Любовь – это энергия, породившая саму жизнь.

## Накамлай мне, шаман

*Покамлай мне, шаман, пробуди ото сна древних Духов  
Пусть рычит твой варган на забытом людьми языке  
Выстилая дорогу у кромки Земли звёздным пухом,  
Душу вынь и омой в серебрящейся лунной реке...  
Покамлай мне, шаман, бубен в руки возьми, заклиная  
Млечный омут взболтав, искупай моё сердце в любви  
На сухой бересте напиши рунный став – знак «Иная»  
И Богов, что планету покинули, вновь призови...  
Покамлай мне, шаман, свою песню костру отдавая  
Её ветры пророчеств на крыльях молвы разнесут  
И знаменья зажги, мою кровную стаю встречая  
Что у дальних галактик вселенского края живут...*

*Накамлай мне, шаман, и любовь, и удачу, и счастье... Что по Белой  
дороге из дали кромеиной придут... И пусть смотаны будут в клубок  
откровений ненастья... А потом твои Духи в костре их шаманском сожгут!*

Камлание – это особая форма вхождения шамана в запредельное пространство в измененном состоянии сознания.



*Шаман (по-алтайски – «кам») – посредник между людьми и духами. К его помощи прибегают, когда нарушается равновесие между человеком и природой (ООО «Кезер»). На фото – изделие мастеров промысла «Кезер»*

*Юный шаман в бубен свой бьёт  
Песни волков громко поёт  
А над костром духи летят,  
Чтобы вершить древний обряд*

*Бубен мой старый, громче гуди  
В сердце любовь ты разбуди!  
Хара-кай-йя! Кай-о! Хос-хос!  
Дай мне ответ на извечный вопрос*

*Мудрый шаман рифмы плетёт,*

*И отправляет их в дальний полёт  
Тайное имя кричит вновь и вновь,*

*Чтоб закипала в его венах кровь...*

*Белый шаман лет тридцати  
Знает – покоя ему не найти  
Видит – на небе остыла звезда  
Знает, не любит и всё ерунда!*

*Бубен мой старый, громче гуди  
В сердце любовь ты разбуди!  
Хара-кай-йя! Кай-о! Кас! Кас!*

*Слушай же, Небо, призывный мой глас!*

## Не буди спящего...

### *Духовный Путь – путь еле слышных шагов...*

На этом Пути нужно двигаться тихо, еле ступая, стараясь не разбудить спящих. И лишь когда заметишь, что кто-то спит беспокойно – осторожно прикоснись к нему и протяни руку, чтобы вести какое-то время за собой. Сколько он будет шагать след в след – решит сам.

Большая ошибка пробужденных – будить насильно всех подряд. Это не только неблагодарное занятие – впоследствии они могут предать тебя, «закидать камнями». Не только неблагодарное для тебя, но и опасное для них – ведь, они не созрели для того, чтобы увидеть большее, правильно распорядиться открывшимися возможностями.

Как часто вы будите спящих маленьких детей среди ночи, чтобы показать завораживающее сияние звёздного неба или зрелищное падение метеоритов? Это закончится тем, что ребёнок не разделит с вами восторга, но и не уснёт быстро, а весь последующий день будет капризничать...

Детскому организму необходим продолжительный сон. Кто сказал, что души спящих – это зрелые души? Пусть даже тела у них перевалили рубеж ЗА... Не для всех в этом воплощении уготовано пробуждение. И если вы ступаете вслед за Учителями, Мастерами практик, то учитесь такой же мудрости...

## «Мы с тобой одной крови – ты и я...». Символ Силы рода

*«Сейчас мы начинаем понимать что сказки, легенда, миф являются переосмыслением опыта общения с иными планами реальности. Также как мы не видим, не слышим многочисленных радиоволн, буквально пронизывающих все окружающее нас пространство, также мы не можем непосредственно воспринимать окружающий нас тонкоматериальный мир. Однако это не делает его для нас менее реальным. В течение всей своей жизни мы постоянно взаимодействуем с ним, подвергаемся его влияниям, многие болезни и психические расстройства вызваны воздействием этого плана реальности. Мы, например, никак не ощущаем радиации, но это не делает ее менее реальной, менее опасной для нас.*

*Однако тонкоматериальный мир таит не только опасности и неприятности. Именно он является источником наиболее сильных и глубоких эмоциональных переживаний, вдохновляющих художников и поэтов. В нем таится источник творчества, нового знания. О контактах с этим планом реальности как источнике вдохновения говорили такие величайшие ученые как Альберт Эйнштейн, Макс Бор, Карл Юнг и др. И, конечно, именно контакт с иными, высшими планами реальности является центральным ядром любой религии, источником мистического опыта». Е. Файдыш<sup>4</sup>*

Кто-то верит в теорию Дарвина, а кто-то в теорию палеоконтакта – внеземного происхождения некоторых (или всех) земных цивилизаций. Так или иначе, планета Земля была и остаётся единой экосистемой для всех живущих здесь существ, сообществом живых организмов, обменивающихся между собой веществами и энергией.

В древние времена у человека был более тесный контакт как с животным миром, так и с растительным. Шёл интенсивный взаимообмен, взаимовлияние... Людские племена тех времён имели своих покровителей, чаще в образе животных. Отсюда и возникла религиозно-социальная система – тотемизм. Члены общины стремились воплотить в себе черты их покровителя, при необходимости настраиваться на психоэнергетическую волну, Силу тотема и проявлять её в мире. Вспомните бесстрашных берсеркеров – древнескандинавских и древнегерманских воинов, которые в определённом состоянии сознания входили в мистический раж, разрывая голыми руками своих противников на части. Они пьянели от запаха крови и могли биться часами без усталости, источая из себя животную силу медведя или волка, ввергали врагов в ужас.

Тотемизм существовал не только у людей, но и у Высших существ: богов Египта, богов Северной рунической или Авестийской (арийской) традиций. В те далёкие времена живые существа умело соединяли свои силы, чтобы выживать и развиваться дальше... Но настал период, когда люди возомнили себя более «цивилизованными», а тотемическую связь объявили пережитком, невежеством и связующие нити были разорваны... Тотемические энергии

---

<sup>4</sup> Из книги Файдыша Е. А. «Мистический космос. Путеводитель по тонкоматериальным мирам и параллельным пространствам». Файдыш Е. А. – Академик Российской академии естественных наук; научный директор «Международного института ноосферы»; президент «Российского фонда трансперсональной психологии»; академик Международной академии информатизации.



не исчезли совсем, просто «наши звери» ушли в теневую зону психической структуры – бессознательное.

С точки зрения психологии – тотем это часть сущности конкретного человека, выражающая качество личности, его задатки, способности, возможности, ресурсы... А также всё то, что не принято человеком как собственное, отвергнуто как недопустимое, недостойное, непозволительное с точки зрения норм социального поведения. Но если человек отвергает или не умеет пользоваться частью своей личности, то он не может быть целостным, не может действовать в полную силу. В этом случае ему важно познакомиться с внутренним «зверем» и, как в давние времена, научиться взаимодействию с ним.

Если тотем откликнется на зов, если произойдёт встреча, то станет учителем, наставником, лекарем, защитником, вдохновителем... Помимо тотема к человеку может прийти Животное Силы, т.е. открыться своего рода энергия, которая необходима человеку в данное время. Тотем, как правило, один, а Животных силы может быть несколько или они могут меняться в зависимости от жизненных ситуаций. В моей практике таких случаев не мало. Однажды во время шаманских путешествий к молодой девушке пришёл зверёк семейства кунных (её тотем был семейства кошачьих). Животное Силы явилось, чтобы научить девушку проворности, быстроте реакции, умению отстаивать себя, быть наблюдательной... Именно в то время ей не хватало подобных качеств.

Тотем – это архетип, символ Силы рода; образно-энергетическое представление животного, вмещающего в себе абсолютную силу данного вида. Это тонкое и глубинное проявление нашей внутренней сущности, часть нашей души. Его существование и проявление лишь подтверждает принадлежность человека к единой экосистеме на планете. Тотем, как аспект нашей тонкой психической структуры, оказывает существенное влияние на жизнь и судьбу в целом.

#### **Что даёт тотемное животное человеку.**

- *Наполняет энергией жизни, усиливает психоэнергетическое поле человека.*
- *Ускоряет выздоровление при различных заболеваниях.*
- *Обостряет интуицию и память.*
- *Помогает скорректировать качества личности, черты характера.*
- *Наделяет уверенностью за счёт увеличения личной Силы.*
- *Открывает истинную суть людей, вещей, событий...*
- *Защищает от нежелательных влияний, убирает из окружения «токсичных» людей и приводит близких по духу.*
- *Приносит удачу.*

Тотем «обитает» в зоне нашего бессознательного. И если он вырвется на свободу диким зверем, то может взять верх над человеком. И тогда человек начнёт необоснованно проявлять агрессию медведя, коварство лисицы, натиск змеи, безрассудство разъярённого быка...

Путешествие за тотемом или Животными Силы – очень полезный и целительный процесс. Но в первый раз отправляться «по следам внутреннего зверя» лучше всего с опытным

шаманом. Он поможет наладить контакт, объяснит – как правильно воспользоваться помощью проявленной Силы...

### **Шаманское путешествие за тотемом.**

Не пытайтесь угадать заранее – какой у вас тотем. Не пытайтесь вызвать образ тотемного животного специально, он должен прийти сам. Отправляясь на поиски «внутреннего зверя», будьте готовы к самой неожиданной встрече. Чтобы шаманское путешествие удалось, необходимо погрузиться в лёгкое трансовое состояние. Трансовые состояния или глубокое погружение в область бессознательного позволяют стать более чувствительным для того, чтобы соприкоснуться с тонким миром. Во время путешествия к вам могут «приходить» образы разных животных Силы. Это нормально, ведь вы как личность и обстоятельства, которые на вас воздействуют, постоянно меняются

Расположитесь в комфортном месте, где вас никто не потревожит. Включите приятную музыку. Сядьте или лягте в удобную позу, расслабьте тело... Во время погружения можно дышать произвольно или использовать шаманскую дыхательную практику, состоящую из нескольких подходов. В каждом подходе – 4 фазы: 7 счетов – вдох, 7 счетов – задержка дыхания, 7 счетов – выдох и снова 7 счетов – задержка дыхания... Лёгкое головокружение и/или полное расслабление указывают на то, что это упражнение сделано правильно.

Вообразите, что вы оказались на берегу реки. Ощутите под ногами тёплый песок. Подключите своё обоняние и вдохните запах реки... Попробуйте «услышать» шум бегущих волн, крики птиц, шелест ветра... Зайдите в реку по щиколотку или чуть глубже. Раскиньте руки и почувствуйте всю мощь воды, представьте, как она оmyвает вас и уносит вдаль все неприятности. Удерживайте некоторое время в своём воображении эту картинку...

«Почувствуйте спиной» приближение некоего существа. Не оборачивайтесь резко, чтобы «не спугнуть тонкое видение». Послушайте дыхание или другие звуки, издаваемые пока ещё таинственным пришельцем. Начните вести с ним внутренний диалог, чтобы расположить к себе: *«Мы с тобой – одно целое. Мы – часть этого мира»*... Спокойно обернитесь и внимательно рассмотрите вашего «виз а ви». Кто это? Известное вам животное, птица, кто-нибудь из семейства рыб, а, может быть даже, некто/нечто мифическое? Протяните руку в знак приветствия и не спеша подойдите к тотемному животному. Спросите его: *«Ты мой тотем? Представитель моего рода или животное Силы, посланное мне в помощь на какое-то время?»*. Доверяйте себе и вы получите ответ. «Первая мысль – от Бога», – так принято говорить. Поймите эту мысль, как ловкая кошка ловит на лету бабочку.

**Как ещё узнать – ваше ли это тотемное животное?** Можно окунуться в детские воспоминания. Какое животное было вашим любимым? Оно могло как очаровывать вас, так и пугать своей силой. У маленьких детей тонкое восприятие проявлено острее, поэтому тотем часто приходит к ним во снах. Ещё один способ узнать – понаблюдайте ближайшее время за знаками Вселенной. Возможно, вам чаще начнёт попадаться на глаза определённые представители фауны на улице, в фильмах, журналах, рекламах в разговорах других людей. Вам должно быть комфортно и спокойно в поле тотема. Вы как бы одеваете на себя одежду по вкусу и размеру, и её уже не хочется снимать.

После встречи с тотемом у вас произойдут положительные жизненные перемены. Глобальные или не очень – будет зависеть от вашей готовности. Вы почувствуете себя более целостным и уверенным в себе. Те, кто ищет своё предназначение – увидит путеводную нить. Кто отчаялся – обретёт надежду. Вы начнете лучше понимать себя, свои стремления, смысл... Если животные Силы приходят для решения трудных жизненных ситуаций, тотем в основном проявляется в важный поворотный момент. Когда вы вынуждены менять свой образ жизни, внутренние установки для обретения чего-то нового, важного. У каждого это «что-то важное» – своё. Люди нередко примеряют на себя маски, вживаются в чужие роли, поэтому ничего не скла-

дывается в жизни. Когда наступает критическая точка, приходит тотем, чтобы напомнить нам о том, кто мы на самом деле...

**Описание характеристик тотемов и животных Силы.**

Можно определить тотем по знаку Зодиака.

Тотем Овна – Бык. Сильный и смелый. Он бывает вспыльчивым и слишком упрямым, об этом нужно помнить.

Для Тельца тотем – Медведь. Тотем считается защитником и хранителем семьи.

У Близнецов – Мышь-полёвка. Она дарит материальное благополучие, также отвечает за семейные ценности.

У Рака – Бобёр. Трудолюбивое животное, у которого спокойный нрав. Оно легко приспосабливается к любым обстоятельствам.

Тотем Льва – Лев. Горделивый, статный и расчётливый. Он обладает ценностями, обаянием и задатками лидера.

У Девы – Собака. Преданный защитник, как и представители самого знака. Он способен «чувять» эмоции и намерения других.

Тотем Весов – Пчела, которая умеет хорошо работать в команде и наделяет своего подопечного такими же качествами.

У Скорпионов – Кошка. Обладает таинственностью и почитается многими культурами. Это очень независимое животное.

Для Стрельца тотем – Лось. Мудрый зверь, олицетворяющий Силу. Защитник, почитаемый славянами.

У Водолея – это Лошадь. Помощник, без которого люди не могут обойтись. Он положительно влияет на окружающих.

Тотем Козерога – Антилопа. Изящная и энергичная, лёгкая на подъем, быстро преодолевает любые расстояния.

У Рыбы – неспешная Улитка. Несмотря на медлительность, выживает в любых условиях и приспосабливается к обстоятельствам.

**Муравей:** терпение, выносливость, общность.

**Антилопа:** грамотное действие, скорость, быстрый рост, благодать.

**Армадилло (броненосец):** знание границ, объективность. **Барсук:** агрессивность, настойчивость, сосредоточенность. **Летучая мышь:** освобождение от старых привычек, новый рост, возрождение.

**Медведь:** сила, самонаблюдение, самопознание.

**Бобр:** баланс, изменения, построение, придание формы.

**Пчела:** обслуживание, собирательство, объединение.

**Буффало (африканская антилопа):** изобилие, исцеление, удача.

**Бабочка:** трансформация, мужество к переменам, баланс, благодать.

**Карибу (северный олень):** путешествия, манёвренность. **Кошка:** благодать, независимость, чувственность, психическое зрение.

**Кугуар/Горный лев:** сбалансированное руководство, хитрость, смекалка.

**Койот:** юмор, хитрость, адаптивность, поворот фортуны. **Ворона:** совет, интуитивное знание законов вселенной, уверенность в себе.

**Олень:** мягкость, чувствительность, бдительность, покой. **Собака:** верность, мужество, безусловная любовь.

**Дельфин:** гармония, любовь, мудрость, связь с собой. **Стрекоза:** совершенствование навыков, иллюзия, потребность в переменам, неустанность.

**Утка:** женская – материнская энергия, мужская – преодолевающая стресс.

**Слон:** память, способность к обучению, здоровье, удача

**Американский олень:** выносливость, дружба, гордость, власть, величие, точность, быстрый прогресс, самообладание.

**Лиса:** сообразительность, приспособляемость, хитрость, скрытность, осмотрительность.

**Лягушка:** эмоциональное исцеление, очищение, покой

**Коза:** упорство, усердие.

**Гусь:** безопасное возвращение, любовь к дому.

**Суслик:** собиранство, подготовка к будущему.

**Тетерев:** завершение, сакральный танец самосовершенствования, реализация.

**Ястреб:** послание, поиск истины, ясное видение, повышенное осознание.

**Ёж:** самосохранение.

**Лошадь:** внутренняя сила, свобода, безопасное движение. **Колибри:** красота, чудо, радость, ловкость.

**Лев:** связь с солнцем, мужество, благородство, процветание

**Лизард (ящерица):** осторожность, регенерация, обновление, рост.

**Гагара:** общение, умиротворенность.

**Рысь:** утонченность, молчание, скрытность, неуловимость. **Манати (ламантин):** спокойствие, мягкость, доверие. **Лось:** самоуважение, уверенность в себе, сила, спонтанность, непредсказуемость.

**Мышь:** внимательность, осторожность, успех, осознание опасности, иллюзия, очарование.

**Опоссум:** мирные альтернативы, хитрость.

**Выдра:** игривость, эффективность, женская энергия, целительная сила смеха.

**Сова:** мудрость, пронизательность, психическое видение. **Голубь:** романтическая любовь, верность, мир, невинность. **Дикобраз:** самозащита, воспоминания, безопасность, невиновность, смирение.

**Перепёлка:** защищенность, групповая гармония.

**Кролик:** преодоление страха, безопасность, мягкость к себе. **Енот:** любопытство, умелое расследование, игривость. **Ворон:** пророчество, ясновидение, магия, тайна, изучение неизвестного.

**Лосось:** решимость, настойчивость.

**Песочник (кулик):** быстрота, поиск пропитания, очищение. **Чайка:** наблюдение, стремительное действие, возможности, беззаботное поведение, разносторонность.

**Тюлень:** удовлетворение.

**Скунс:** репутация, самосохранение, уважение.

**Змея:** трансмутация, плодородие, возрождение, жизненная сила, сексуальная энергия.

**Паук:** креативность, баланс, взаимосвязанность, усердие.

**Белка:** планирование наперед, игривость, доверие.

**Лебедь:** благодать, верность, прилежание.

**Тигр:** осторожность, своевременность, скрытность. **Индейка:** установление пределов, понимание, обновление. **Черепаша:** защита, заземление, долголетие, исцеление, символ щедрости Матери Земли.

**Гриф:** разрешение проблем.

**Куница:** скрытность, видение скрытого под поверхностью, сверхъестественная сила.

**Кит:** интеллект, самовыражение, интуиция, творчество. **Дятел:** священное сердцебиение, вызывание дождя, рост, плодородие, очищение.

**Волк:** устранение слабости, приверженность, верность семье, навыки обучения.

**Зебра:** сила, бдительность, содружество.

Помимо вышеперечисленных, существуют описания тотемных животных в зороастрийских, индейских, славянских духовных Традициях.

## Пожелание Вашему тотему

Скоро придёт весна, лихо ворвавшись в дом  
Нужно чуть подождать, лапы прикрыв хвостом  
Слушать, как вдалеке тихо ручей журчит,  
А под твоим окном дятел в кору стучит

И распрямив усы, уши прижав чуток,  
Нюхать во сне цветном яблочный лепесток  
Утром сквозь серость туч, сквозь остриё дождя  
Чувствовать эту связь – непроявленного себя

Скоро придёт весна... ты только будь готов... чтобы любить сполна... и,  
чтоб хватило слов...

## Волчьи знаки

*Когда рушится мир под твоими ногами,  
И осколки впиваются в нежную плоть  
Когда нить, что однажды связала с богами  
Рвётся с треском. И страх трудно перебороть  
Отыщи волчьи знаки на пыльных дорогах,  
Вдохновись благородной отвагой волков  
И, укryвишись от бед в белоснежные тоги,  
Не страшись в темноте обнажённых клыков  
Волк научит открытому, смелому взгляду,  
Больше жизни свободой своей дорожить  
Уходить от врагов, обходить все преграды  
Верность свято хранить и достойно дружить  
Отыщи волчьи знаки, поверь, что ты воин!  
И ступай за своей путеводной звездой...*

## Антитотем

Работа с тотемом – это работа со своим бессознательным<sup>5</sup>. А в зоне бессознательного скрывается Тень человека – всё то, что человек отказывается признавать в самом себе, вынужден порицать и скрывать: черты характера, недостатки, неудачи, самые тёмные секреты... Тотем также обладает теневой стороной, которую принято называть *антитотемом*

---

<sup>5</sup> Бессознательное – совокупность психических процессов и явлений, не входящих в сферу сознания, в отношении которых отсутствует контроль сознания.



## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.