

# Озлавление

Введение .....	3
Глава 1	
<b>Живите долго и процветайте! .....</b>	<b>6</b>
Глава 2	
<b>Инь и Ян: баланс хорошего самочувствия .....</b>	<b>45</b>
Глава 3	
<b>Здоровье и стихии .....</b>	<b>84</b>
Глава 4	
<b>Как обрести здоровье, в котором вы нуждаетесь .....</b>	<b>118</b>
Глава 5	
<b>Как хороша ваша жизнь в данный момент! .....</b>	<b>155</b>
Глава 6	
<b>Когда нездоровое состояние длится слишком долго .....</b>	<b>191</b>
Глава 7	
<b>Когда нет простого решения проблемы .....</b>	<b>222</b>
Глава 8	
<b>Бесконечный выбор: здоровье и вечность .....</b>	<b>254</b>
Глава 9	
<b>Создать здоровое тело, сознание и дух .....</b>	<b>290</b>
Приложение А	
<b>Звезды и здоровье .....</b>	<b>322</b>
Приложение Б	
<b>Карты и здоровье .....</b>	<b>337</b>
Об авторах .....	365

## Введение

*Осуществите свои самые смелые мечты и проявите глубинную основу вашего существа.*

Мы постоянно пытаемся осознать себя, чтобы обрести уверенность, радость и цель в жизни. Книжки, посвященные любви, семье, здоровью, деньгам и работе, дают читателю ответы на вопросы повседневной жизни с точки зрения эзотерического искусства и помогают ему глубже разобраться в себе, подробно рассмотреть различные аспекты своего будущего и осуществить необходимые изменения в них. В каждой из этих книг читателю предлагаются конкретные упражнения в астрологии, гадании на картах таро и толковании собственной интуиции, которые позволяют познать себя, дают необходимые инструкции, примеры и руководство к действию. Фактически, покупая одну книгу, вы получаете сразу три. И это еще не все!

Большинство людей постигают взаимодействие астрологии, карт таро и интуиции лишь по прошествии достаточно длительного времени или с помощью профессионала, который владеет глубокими знаниями взаимных связей этих искусств.

В своих книгах Арлен Тоньетти делится с нами своим пониманием искусства астрологии, гадания на картах таро и интуитивного озарения, чтобы помочь найти решения жизненных проблем и задач, показывая нам сложные взаимосвязи между этими тремя аспектами. Комбинируя их в процессе выполнения упражнений, вы поймете, какая связь, например, существует между воздействием Королевы кубков на ваше духовное состояние и очистительной ванной как элементом ароматерапии. Вы также научитесь использовать карты таро для усиления энергии основных астрологических влияний и укрепления базисной матрицы вашего здоровья.

Арлен Тоньетти и руководитель издательской группы «Amaranth Illuminare» Ли Энн Чирни разработали эту серию книг в ответ на растущий интерес публики к духовным темам. Люди хотят знать, как использовать искусство интуиции для решения повседневных задач, планирования будущего и успешной жизни в настоящем. Для этого им нужны практические рекомендации и методики. Мы хотим помочь вам решить ваши проблемы, предлагая многосторонний подход, который открывает перед вами множество дорог для личного роста и дает

ответы на вопросы о здоровье, семье, любви, деньгах и работе.

Используя старшие и младшие арканы карт таро, астрологические карты рождения и аспектные таблицы, знаки, планеты и дома, а также такие приемы внутренней интуиции, как медитация, позитивное утверждение и другие упражнения, книга дает вам по-настоящему интерактивную информацию, направленную на решение определенных проблем и обогащающую синергизм мышления, тела и духа.

Совершенствуйте свои знания и понимание взаимосвязей различных аспектов искусства интуиции, выявляя глубинную сущность явлений. В этой книге рассказывается о том, как астрология, карты таро и собственная интуиция способны реализовать беспредельный потенциал вашего здоровья.

А *вы* готовы проявить свое совершенное «я», полное жизненных сил?

## Глава 1

### Живите долго и процветайте!

Искусство интуиции и здоровье

Вечная мудрость: понятие здоровья в истории

Познай свою сущность: астрология и здоровье

Карты таро и здоровье: критический анализ

Искусство интуиции и ваше тело

*Здоровье составляет основу счастья. Оно оказывает самое непосредственное влияние на все важнейшие аспекты жизни и деятельности человека — на то, как мы любим, как работаем, как познаем мир. Здоровье определяет то, кем мы являемся, как относимся к себе и другим людям. Наше отношение к силе и красоте своего тела определяет то, как мы живем. В сущности, наше здоровье предопределяет наше отношение к высшим и вечным ценностям. Мы хотим прожить долгую и счастливую жизнь, полную смысла и свершений. В этой книге мы покажем, как*

*искусство интуиции способно помочь вам обрести совершенное здоровье. Мы верим, что астрология, карты таро и собственная интуиция способны наделить вас новыми знаниями, дать вам подлинное понимание и помочь овладеть практиками, наиболее благоприятными для вашего здоровья. Сопровождая вас в этом путешествии, мы вскроем забытые пласты древней мудрости, позволяющие достичь здоровья и благополучия.*

### *Искусство интуиции и здоровье*

В нашем мире, ориентированном на результат и успех, мы оцениваем себя не по тому, какие мы есть, а исходя из того, чем мы владеем или чего достигаем. Однако подлинная правда жизни состоит не в том, как мы себя проявляем, а в том, кем мы являемся. Мы созданы для того, чтобы быть собой, чтобы реализовать себя в полной мере и максимально раскрыть заложенный в нас потенциал. В идеале вы должны легко дышать, спокойно спать, доброжелательно принимать себя таким, каким являетесь, действовать и воспринимать жизнь, не испытывая физических ограничений и неудобств. Вы должны раскрыть в себе самое лучшее и реализовать свое истинное назначение — быть счастливым, жить полной и радостной жизнью.

Важнейшим ресурсом, который вы можете задействовать для улучшения своего здоровья, является ваше интуитивное понимание тела, сознания и духа. Другими словами, уже сейчас вы обладаете

знанием, которое может вывести вас на путь к совершенному здоровью. В этой книге мы используем астрологию, карты таро и интуитивное озарение, чтобы помочь вам открыть в себе целительную силу вашего самосознания. Мы настоятельно советуем вам записывать свои мысли, впечатления и переживания, которые вы встретите на этом пути.

Целительные традиции, дошедшие до нас из глубины веков, имеют некоторое сходство с астрологией, картами таро и интуитивным озарением. Их роднит то, что они признают ценность интуитивного понимания нашего тела, сознания и духа. Мы продемонстрируем вам, как резонанс, существующий между искусством интуиции и многими целительными традициями — от аюрведы до медитации, — может помочь проникнуть в сокровенное понимание здоровья вашего тела, сознания и духа, а также улучшить это здоровье.

### Вечная мудрость

На протяжении всей истории человечества женщины, ведомые материнским инстинктом, накапливали знания, позволявшие вскармливать и исцелять детей. В штате Нью-Мексико существует древняя традиция лечения лекарственными растениями, носителем которой являлись женщины-целительницы *curandera*. Целительством занимались также шаманы, врачеватели и эскулапы древности. Например, древнегреческий врач Гален открыл, что в

жилах человека течет кровь, а не воздух, как считалось прежде. Изыскания Галена в течение многих веков составляли основу медицинских знаний в Древней Греции, Риме и арабском мире.

Интуитивное озарение всегда играло большую роль в медицине. Отраднo наблюдать, что в последние годы на волне растущего интереса к традиционным целительным искусствам роль человеческой интуиции признается консервативной наукой и медициной. Интерес к природной, альтернативной и интегративной медицине растет с каждым днем. Люди все чаще приобретают органические продукты для лечения заболеваний или используют йогу и массаж для укрепления своего здоровья.

Очевидно, что практики альтернативной медицины, такие как аюрведа, хиропрактика, медитация, витаминная терапия, традиционные китайские целительные искусства, стремительно приобретают популярность и становятся привычной частью жизни современного человека. Национальный институт здравоохранения официально признал китайское искусство акупунктуры. В 1998 году под эгидой этой организации был создан Национальный центр дополняющей и альтернативной медицины, в котором ведутся исследования в этом направлении. Всемирная организация здравоохранения признала аюрведу, природную целительную систему, сложившуюся в Индии, приемлемой для использования в рамках современной медицины.



До недавнего времени эти традиционные целительные искусства были практически не известны широкой публике. Вместе с тем аюрведа сложилась более 5000 лет назад и оказала влияние на китайскую, древнегреческую, древнеримскую и средневековую арабскую медицину, включая Гиппократ, отца западной медицины. Используя практики ароматерапии, гомеопатии и натуропатии, мы черпаем древнюю мудрость аюрведы. Традиционная китайская медицина, основы которой были заложены во времена, предшествовавшие появлению письменности, отражена в источниках, датированных 200—300 годами до нашей эры.

В западной медицине сложилось представление о том, что функции организма не связаны напрямую с сознанием. Однако древние целительные искусства, такие как традиционная китайская медицина и аюрведа, всегда относились к сознанию и духу с тем же вниманием, что и к физическому телу. Подобно древним целительным искусствам, практики астрологии, карт таро и интуитивного озарения дошли до наших дней преимущественно в устной форме. Интуитивные искусства роднит с древними целительными практиками прежде всего то, что в деле достижения совершенного здоровья они отводят решающую роль самому главному целителю — вам.

## Приложение Б

### Карты и здоровье

Ни одно значение карт таро не может быть признано абсолютным. По этой причине мы призываем вас находить собственное толкование карт, изучая как изображение на каждой отдельной карте, так и всю «историю» в совокупности, которую они вам рассказывают. Традиционные значения карт, которые мы здесь приводим, могут дать вам дополнительную пищу для размышлений, особенно применительно к здоровью вашего тела, сознания и духа. Изображения карт, приводимые в данной книге, взяты из колоды таро, распространяемой компанией «U. S. Games Systems, Inc.».

## Старшие арканы таро



**Шут**  
 Новый старт  
 в путешествии  
 к здоровью  
 Бесконечные  
 возможности,  
 оптимизм  
 Навивность  
 и невинность  
 Открытость  
 к новым прави-  
 лам поддержа-  
 ния здоровья



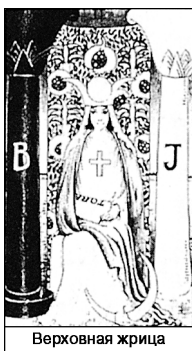
**Шут R**  
 Неопределен-  
 ность  
 Ложное на-  
 правление  
 Пренебрежение  
 здоровьем  
 Семь раз  
 отмерь, прежде  
 чем отрезать!



**Маг**  
 Способность  
 проявлять  
 желания  
 Ищите  
 и обряцете  
 Творческая,  
 изобретатель-  
 ная личность



**Маг R**  
 Возможность  
 манипуляции  
 Отсутствие  
 завершения  
 Использование  
 или злоупотре-  
 бление



**Верховная  
 жрица**  
 Интуиция  
 и внутренний  
 смысл  
 Инь и Ян,  
 эмоции +  
 + логика  
 Ваш третий  
 глаз



**Верховная  
 жрица R**  
 Сны и иллюзии  
 Скрытые  
 намерения  
 Недостаток  
 понимания