

I Libri della Nuova Era

Iscriviti alla newsletter su www.etadellacquario.it per essere sempre aggiornato su novità, promozioni ed eventi. Riceverai in omaggio un estratto in eBook da un libro del nostro catalogo.

In copertina: Adobe Stock/virginievanos

© 2021 Edizioni L'Età dell'Acquario
Edizioni L'Età dell'Acquario è un marchio di Lindau s.r.l.

Lindau s.r.l.
Corso Re Umberto 37 - 10128 Torino

Prima edizione: agosto 2021
ISBN 978-88-3336-268-7

Chiara Moscatello

MEDITARE
CON I TAROCCHI

 *Edizioni
L'Età dell'Acquario*



MEDITARE CON I TAROCCHI

*A tutti coloro che sono curiosi di
guardare il mondo da altri punti
di vista.*

A te, ovunque tu sia.



Introduzione

Quando mi è stato proposto di scrivere questo libro, non potevo credere che fosse vero. Ho sempre desiderato poter scrivere un libro. Poi l'idea di poterlo fare su un argomento che possa essere utile al benessere di altre persone, mi ha reso molto fiera ed entusiasta. Forse doveva arrivare il momento giusto perché ciò accadesse, proprio quando meno me lo sarei aspettato.

L'idea di questo libro nasce durante il primo lockdown dovuto al Covid-19 in Italia, nella primavera 2020. Un periodo totalmente fuori controllo emotivo per tutta la popolazione, me compresa, che mi sono ritrovata, come tanti, senza certezze, senza padronanza della mia vita, a dover gestire uno stato emotivo mai incontrato prima con così tanta intensità, avvolta come molti da un manto di timori.

Durante questo periodo i tarocchi, come in altre situazioni passate, sono stati uno strumento fondamentale per capire ciò che mi stava succedendo, ciò che stava succedendo nel nostro mondo, e ciò che stava succedendo a chi mi chiedeva un sostegno attraverso i tarocchi.

Questo libro vuole essere un punto di ispirazione e una base per chi come me ha scelto di dedicare questa vita a un cammino interiore, di consapevolezza e scoperte del sé.

Ti mostrerò come i tarocchi possano essere uno strumento molto potente per aiutarci ad ascoltare noi stessi e gli altri. I tarocchi non sono altro che gli archetipi che ci indicano la via verso la luce, attraverso le nostre ombre.

Insieme, capitolo dopo capitolo, vedremo come i tarocchi sono nostri alleati e fedeli consiglieri, da usare con amore e fiducia. Immaginiamo la Vita come una montagna che si pone davanti a noi. I tarocchi sono l'allegoria che ci permette di scalare questa montagna, con consapevolezza e fiducia. Carta dopo carta, ti mostrerò come tutte le capacità per arrivare sino in cima siano insite dentro di te. Questo non è un libro per imparare a leggere i tarocchi, ma è un manuale per comprendersi attraverso gli archetipi degli arcani maggiori.

Chi ha paura dei tarocchi, ha paura a guardare dentro di sé. O non è ancora pronto a farlo. Ci vuole molto coraggio a osservarsi nel profondo, e a camminare verso una strada ripida, faticosa, spesso fastidiosa. Se sei qui, con questo libro in mano, allora diamo il via al nostro viaggio!

I tarocchi per me sono stati un sostegno in diversi momenti della mia vita. Ho imparato a leggerli mentre una mia grande, controversa e violenta storia d'amore stava finendo. Mi hanno aiutato a capire e ad ascoltare i miei bisogni, mi hanno dato la forza per non cadere quando questa storia ebbe poi la sua definitiva fine.

Non ho mai visto i tarocchi come uno strumento per prevedere il futuro, ma soprattutto non li ho mai utilizzati con questa illusione. I tarocchi sono ciò che siamo stati, che siamo e che possiamo essere. Sono il nostro specchio, riflettono il nostro inconscio, il nostro Io, il nostro Sé.

Studiando e approfondendo la loro storia mi sono sempre più appassionata a questo tema, riuscendo così a usarli come consiglieri non solo nei momenti di difficoltà, ma anche per

prendere scelte e ottenere chiarimenti durante i momenti felici della mia vita. Passo dopo passo, prendendo sicurezza in me e nel mio potenziale empatico, ho iniziato ad aiutare altre persone attraverso i tarocchi, facendo diventare così il mio talento nella loro lettura un vero e proprio strumento di lavoro.

Ma come si fa a leggere i tarocchi?

Esistono molti libri in cui vengono spiegate tecniche e mostrati esempi di lettura. Dal mio punto di vista, penso che questi libri oltre che fornire molte nozioni utili, al tempo stesso creino dei limiti, delle aspettative verso sé stessi, ovvero verso chi sta imparando l'arte della *tarologia* o *cartomanzia*. Si potrebbe erroneamente pensare che se non si esegue la lettura suggerita da un libro ci si stia sbagliando. A mio parere i libri con soli esempi di gioco mettono in secondo piano l'intuito, che emerge durante il momento stesso della lettura. Dal momento in cui accantonai gli schemi che avevo appreso dai libri, trovai che il mio intuito era diventato più acuto. Mi accorsi che la stessa carta poteva suscitare in me diverse sensazioni o emozioni, a seconda della carta alla quale si trovava vicina e, soprattutto, a seconda della domanda posta o dalla persona che mi trovavo di fronte. È importante conoscere il significato degli archetipi, ma è altresì importante ascoltare il messaggio che ci arriva intuitivamente. Posso garantire che, uscendo dagli schemi e abbandonando il controllo, si lascia spazio al successo della nostra lettura, facendo sì che sia possibile aiutare molte persone nel loro cammino con estrema facilità e semplicità.

Come vibra la nostra anima alla vista di quel determinato arcano? Che cosa vuol dire ascoltare le persone con i tarocchi?

In questo libro ti mostrerò come contattare il tuo potenziale intuitivo e imparare a capire i tarocchi attraverso degli esercizi di meditazione. Facendoti diventare parte integrante di essi, faremo insieme un viaggio all'interno degli arcani maggiori, uno a uno, in modo da tale che tu possa provare direttamente come ci si sente ad essere nei panni di ogni arcano maggiore. In questo modo potrai essere agevolato nella tua lettura delle carte, proprio perché userai il riflesso delle tue sensazioni ed emozioni, per far specchiare i tuoi interlocutori in te.

Questo vuole essere un manuale semplice, proprio perché per la lettura dei tarocchi è necessaria la semplicità e la curiosità. Curiosità di sapere e semplicità nel vedere le cose con il cuore e l'intuito, come fanno i bambini.

Prima di poter leggere i tarocchi per una consulenza, abbiamo bisogno di capire chi sono gli arcani e creare una connessione con loro.

La lettura dei tarocchi viene chiamata *gioco*, lo sapevi? Allora giochiamo, proprio come dei bambini, apriamo il nostro cuore e scopriamo insieme il tuo potenziale intuitivo.

Indicazioni generali

Ti consiglio di procurarti un quaderno, su cui potrai appuntare diversi esercizi che ti indicherò pagina dopo pagina, e che ti saranno utili a conoscere te e gli altri attraverso gli arcani maggiori. È importante che tu abbia un quaderno che ti permetta anche di fare eventuali disegni e scrivere le tue riflessioni personali.

Per ogni arcano che incontreremo, osserva che cosa ti suggerisce guardandolo a prima vista, osserva a cosa ti riporta, a quali ricordi, sensazioni, emozioni, persone o luoghi. Non esiste nulla di giusto o di sbagliato, non è rilevante che tu conosca già il significato dell'arcano oppure no. È importante che prima di tutto tu riesca a connetterti con la tua parte intuitiva. Se già conosci il significato degli arcani, sentiti libero di riconnetterti a pensieri che magari non hanno nulla a che fare con il suo messaggio già noto.

Come si fa a meditare leggendo un libro? La meditazione può avvenire durante la stessa lettura, usando la propria immaginazione e il proprio sentire, esattamente come se il libro ce lo stesse leggendo qualcun altro. Oppure possiamo scegliere di farci leggere le guide da qualcuno o, se lo si desidera, di registrarsi e poi ascoltarsi mentre si medita. Le meditazioni che troverai in questo libro hanno una durata media di una ventina di minuti.

Per ogni arcano troverai indicati il suo significato e ciò che rappresenta. Ti chiederò, poi, di osservare sempre i dettagli di ogni singola carta e di eseguire un disegno anche approssimativo di queste.

Ricorda: dobbiamo essere bambini e giocare, nessuno metterà un voto alla tua performance artistica. Il quaderno è tuo, e tutto ciò che ne verrà fuori rimarrà tuo. Sarà una tua scelta mostrarlo ad altri.

Eliminiamo ogni forma di giudizio e critica verso noi stessi e iniziamo!

Ognuno di noi vive la meditazione in maniera personale. Se guiderai qualcun altro con queste meditazioni, esci dal giudizio, dato che potrebbe succedere che una persona viva in maniera totalmente differente il viaggio in un tarocco rispetto a te o a qualcun altro. Non cercare risposte nelle tue meditazioni o in quelle degli altri. Rimani un osservatore curioso e imparziale. Non cercare risposte razionali a ciò che provi e che vedi, è importante che tu usi il quaderno per appuntare ciò che smuove il tuo sentire.

Ascolta i tuoi sogni, e scrivi anche questi durante il percorso che comincerai attraverso questo libro. Non riesci a ricordare i sogni? Anche io per molto tempo avevo smesso di ricordare i miei sogni. Come ho fatto a ricominciare il dialogo con il mio inconscio? Ho comprato un quaderno, che tenevo di fianco al comodino. Durante la notte, quando mi svegliavo, scrivevo prontamente i miei sogni, e facevo lo stesso la mattina appena sveglia. A volte, soprattutto quando non si è allenati, è questione di pochi secondi e abbiamo già dimenticato tutto. Le meditazioni ci aiutano a connetterci al nostro inconscio attraverso i sogni e la nostra fantasia; l'inconscio è il nocciolo del nostro intuito. E i sogni sono fondamentali in un percorso di ascolto interiore e di ricerca del Sé.

Indicazioni per chi guida le meditazioni

Durante la lettura delle meditazioni è importante prendere delle pause e leggere lentamente, in modo da creare un'atmosfera distesa e rilassante. Alla fine di ogni meditazione, è bene ascoltare i praticanti senza giudizio, e osservare con loro, passo dopo passo, come progredisce l'apprendimento degli arcani attraverso le meditazioni.



Il Matto

*Io sono libero nel mio cammino**Chi è Il Matto, archetipo della libertà?*

Osserva l'arcano e accogli il primo pensiero che ti riporta questa immagine. Guardando la carta per qualche minuto nota quali sono i dettagli che più ti saltano all'occhio. Una volta che senti di aver raccolto più elementi possibili (come oggetti, colori, animali, sfondo, cielo, terra, acqua, la direzione dello sguardo dell'arcano e l'espressione del suo volto ecc.), disegna sul tuo quaderno una riproduzione dell'arcano, considerando tutto ciò che hai raccolto nella tua mente.

Ricordati che nessuno esaminerà la qualità del tuo disegno, perciò sii creativo a modo tuo. Non devi fare una riproduzione dettagliata della carta. Sarà anche utile osservare in un secondo momento quali sono i dettagli che hai dimenticato, o che a istinto hai aggiunto.

È l'unico arcano a non avere un numero, ma solo un nome. Potremmo indicarlo con il numero 0 se lo volessimo o anche con il numero XXII; dove posizionarlo solitamente è indifferente, ma io preferisco in questo caso iniziare da lui e metterlo nella posizione dello Zero. È da qui che parte il nostro viaggio, ma alla fine del percorso, se lo desidererai, po-

tra i ricominciare un nuovo cammino introspettivo partendo di nuovo da qui. Il Matto non si identifica in nessuna delle altre carte, è simbolo di libertà. È irresponsabile, incosciente e passivo, si trascina nella sua vita totalmente inconsapevole di chi è e di che cosa vuole. È come un bambino alla scoperta di qualcosa che ancora non conosce, senza limiti va dritto per la sua strada senza porsi troppe domande; lui agisce e basta, il suo Io vive in simbiosi con il suo Ego. Non è una figura negativa, anzi, rappresenta di solito qualcuno che ha la testa tra le nuvole, non tiene i piedi a terra, con un animo poco affidabile perché infantile, non malvagio.

Dal momento che non ha direzione, non sa chi sia realmente e dove sia diretto, tutte le strade possibili potrebbero essere quelle giuste per lui. Facendo fatica a saper scegliere, si butta in nuove esperienze, con scelte magari incoerenti tra di loro, e totalmente fuori dalla sua consapevolezza; queste scelte lo porteranno però a ritrovare il suo sé. Al momento questo è disgregato, non unificato, e simbolicamente lo troviamo rappresentato dalla sua cintura, che è fatta di sonagli e campanelli, i quali sono distanti, distaccati e suonano rumorosamente e fastidiosamente come ad annunciare il suo arrivo. Carl Gustav Jung, nei suoi studi dedicati agli archetipi dei tarocchi e alla loro simbologia, fa una giusta osservazione su queste campanelle, le quali assomigliano a degli occhi di pesce, che a suo avviso possono ricondurci all'Inconscio collettivo, che rimane disgregato, distante, ma risulta comunque muoversi sempre in simbiosi. Se pensiamo alla cintura e ai suoi campanelli, possiamo evincere che il sé in questa fase non appare come centro unificatore, ma si mostra attraverso tanti suoni che richiamano gli elementi dispersi verso un unico punto. Il suo cammino è guidato dal principio divino e creatore; in questa fase non si è assoluta-

mente consapevoli del proprio sé, tanto meno che la forza divina accompagna il cammino.

Il Matto deve prestare attenzione a non essere così distaccato dalla realtà da iniziare a girare su sé stesso, e scavarsi così la fossa da solo e non riuscire più a uscirne. È un eterno viaggiatore, senza legami e senza nazionalità. Potrebbe anche essere un pellegrino diretto verso la Terra Santa, un emigrato, un cittadino del mondo. Il Matto non si pone domande, egli rimane libero dal giudizio, dai legami, dai complessi e da qualsiasi bisogno; privo di schemi non può che dire la verità. A volte, uscendo troppo dagli schemi, rischia di ledere quelli che sono i valori sociali e le norme della comunità. Se potessimo porre delle domande a Il Matto, potremmo chiedergli: «Da che cosa stai scappando? Che cosa ti fa paura osservare dentro di te? Stai scappando da qualcosa che ti insegue? O forse stai rincorrendo qualcosa che non riesci a prendere?».

È difficile che Il Matto si faccia prendere, essendo un essere libero da ogni condizionamento e da ogni legame. Nella sua fuga o nel suo viaggio non accoglie mai realmente qualcuno. È sfuggente.

L'animale selvaggio dietro di lui poggia le zampe sulle sue natiche, come a spingerlo ad avanzare; questo, al contrario dell'arcano, rappresenta lucidità e tiene Il Matto radicato nel presente. Con il semplice tocco che gli dedica con la spinta, ricorda all'arcano di non stare troppo con la testa per aria. Ma perché l'animale, razionale e con il pieno contatto con la terra, spinge comunque Il Matto verso la sua indole irrazionale? L'animale rappresenta il pentimento, il rimorso di non aver agito a causa della troppa lucidità; il Matto invece non conosce rimorso o rimpianti, è sempre favorevole e di incoraggiamento per tutti quelli che sono i nuovi progetti, come

un bambino entusiasta di cose che i grandi danno ormai per scontate. Il Matto affronta con genuino entusiasmo tutte le strade che gli si pongono davanti, e lo fa con leggerezza. Lui agisce senza schemi, mosso dalla sua genialità e dalla sua libertà nello scegliere, perché nei nuovi progetti, le alternative e le possibilità sono infinite.

E così, se Il Matto potesse rispondere alle tue domande, ti direbbe: «Io non scappo da nulla, il mio Ego non è legato a niente e nessuno, io guardo in avanti, cerco il mio sé. Non rincorro nulla, io percorro la vita, e niente mi rincorre perché agisco sempre per il bene, da nulla devo scappare. Non mi perdo d'animo, io proseguo sul mio cammino come un pellegrino che cammina sottobraccio a Dio».

La meditazione de Il Matto

Durante la meditazione focalizzati sulle mie parole, liberando la tua fantasia e lasciando liberi i pensieri guidati dalle mie frasi. In questo momento lasciamo la razionalità da parte. Ti porrò diverse domande: puoi rispondere a mente, tra te e te. Oppure utilizza il tuo quaderno per appuntare quanto credi, alla fine della mia guida. Un giorno lo leggerai e potrebbe essere sorprendente, utile per comprendere molte cose.

Trova una posizione comoda, meglio se seduto con la schiena appoggiata a un sostegno. E lentamente fai tre respiri profondi, scarica le tensioni dei muscoli del volto, delle spalle, ascolta il tuo respiro senza controllarlo. Quando senti di aver osservato nel dettaglio Il Matto e aver eseguito il tuo disegno, chiudi gli occhi (ovviamente no se stai leggendo da solo la meditazione), e immagina la carta davanti a te, tra le tue mani. Continua a creare questa connessione con la carta.