

Jak intuicja, symbole i energia umysłu  
tworzą most między świadomością a przepowiednią

# TAROT I NEURONAUKA



SIDDHARTH  
RAMAKRISHNAN

# TAROT I NEURONAUKA

DR SIDDHARTH RAMAKRISHNAN

Przełożył Krzysztof Grudnik



TYTUŁ ORYGINAŁU:  
*The Neuroscience of Tarot:  
From Imagery to Intuition to Prediction*

Redaktorka prowadząca: Marta Budnik  
Wydawczynie: Katarzyna Masłowska  
Redakcja: Ewa Kosiba  
Korekta: Małgorzata Denys  
Projekt książki: Christine Ha  
Ilustracje w środku: The Llewellyn Art Department  
Tarot Original 1909 Deck © 2021 with art created by Pamela Colman Smith  
and Arthur Edward Waite. Used with permission of LoScarabeo.  
Projekt okładki: Łukasz Werpachowski  
Zdjęcie na okładce: © Julisart, © Wonder-studio / Stock.Adobe.com  
Wyklejka: © Yevheniia / Stock.Adobe.com  
DTP: Gerard Frydrych

Translated from  
*The Neuroscience of Tarot:  
From Imagery to Intuition to Prediction*

Copyright © 2024 Siddharth Ramakrishnan  
Published by Llewellyn Publications  
Woodbury, MN55125 USA  
www.llewellyn.com

Copyright © 2025 for the Polish edition by ILLUMINATIO an imprint of Wydawnictwo Kobiectwo  
Agnieszka Stankiewicz-Kierus sp.k.

Copyright © for the Polish translation by Krzysztof Grudnik, 2025

Wszelkie prawa do polskiego przekładu i publikacji zastrzeżone. Powielanie i rozpowszechnianie  
z wykorzystaniem jakiegokolwiek techniki całości bądź fragmentów niniejszego dzieła bez uprzed-  
niego uzyskania pisemnej zgody posiadacza tych praw jest zabronione.

Wydanie I  
Białystok 2025  
ISBN 978-83-8417-184-4

Grupa Wydawnictwo Kobiectwo | www.WydawnictwoKobiectwo.pl



सरस्वतनिमस्तुभ्यं वरदे कामरूपिणि ।  
वदियारम्भं करषियामसिद्धिर्भवतु मे सदा ॥

*Sarasvati Namastubhyam Varade Kaama-Ruupinni |  
Vidyaarambham Karissyaami Siddhir-Bhavatu Me Sadaa | |*

*O Saraswati, oddaję Ci cześć, Dawczyni Łask, Ty, która spełniasz wszelkie  
prośby. Zaczynam moją naukę, obym zawsze odnosił w niej sukcesy.*

# SPIS TREŚCI



Spis dzienników ćwiczeń • 9

Spis ilustracji mózgu • 11

Spis obrazów • 13

Przedmowa • 15

Wstęp • 21

## **Rozdział 1**

**Od obrazu do wyobraźni • 39**

## **Rozdział 2**

**Zagłębianie się w intuicję • 71**

## **Rozdział 3**

**Emocje i interocepcja • 115**

## **Rozdział 4**

**Ja i inni • 147**

## **Rozdział 5**

**Przewidywanie i neuroprognozowanie • 167**

## **Rozdział 6**

**Tarot i neuronauka: rozkłady i korespondencje • 187**

## **Podsumowanie**

**Twój wróżący mózg • 205**

Podziękowania • 213

Słowniczek • 215

Bibliografia • 221

Indeks • 229

O autorze • 238

## DZIENNIKI ĆWICZEŃ



- Dziennik ćwiczeń 1: Zauważanie • 42
- Dziennik ćwiczeń 2: Oczyszczanie wizualne • 46
- Dziennik ćwiczeń 3: Świadomość wizualna • 51
- Dziennik ćwiczeń 4: Żywa wizualizacja • 53
- Dziennik ćwiczeń 5: Przekwalifikowanie świadomości wizualnej • 56
- Dziennik ćwiczeń 6: Tworzenie skojarzeń • 57
- Dziennik ćwiczeń 7: Skojarzenia • 65
- Dziennik ćwiczeń 8: Codzienna intuicja • 73
- Dziennik ćwiczeń 9: Twoja fizyczna, ucieleśniona intuicja • 74
- Dziennik ćwiczeń 10: Twoja interpretacja • 78
- Dziennik ćwiczeń 11: Intuicja a twoje otoczenie • 80
- Dziennik ćwiczeń 12: Znajdź najlepszy czas dla siebie • 85
- Dziennik ćwiczeń 13: Badanie wiedzy specjalistycznej • 98
- Dziennik ćwiczeń 14: Wykorzystywanie swojego wglądu • 105
- Dziennik ćwiczeń 15: Głębsze zanurzenie się w intuicję i wgląd • 106
- Dziennik ćwiczeń 16: Pokonywanie zastoju • 109
- Dziennik ćwiczeń 17: Emocjonalna świadomość ciała • 116
- Dziennik ćwiczeń 18: Stawanie się interoceptywnie świadomym • 124

Dziennik ćwiczeń 19: Ciało czy umysł • 127

Dziennik ćwiczeń 20: Symbole i koło emocji • 130

Dziennik ćwiczeń 21: Mapowanie ciała emocjonalnego • 133

Dziennik ćwiczeń 22: Wiązanie emocji z kartami • 136

Dziennik ćwiczeń 23: Siatka afektu • 138

Dziennik ćwiczeń 24: Postrzeganie emocji innych osób • 141

Dziennik ćwiczeń 25: Transakcja wróżbita – pytający • 151

Dziennik ćwiczeń 26: Różne wersje odczytu • 154

Dziennik ćwiczeń 27: Kroki w zrozumieniu drugiej osoby • 162

Dziennik ćwiczeń 28: Przewidywanie i oczekiwanie • 170

Dziennik ćwiczeń 29: Analizowanie oczekiwań podczas czytania kart • 173

Dziennik ćwiczeń 30: Poleganie na cielesnym przewidywaniu • 176

Dziennik ćwiczeń 31: Tworzenie prognoz • 180

Dziennik ćwiczeń 32: Twój przewidyjący mózg • 183

Dziennik ćwiczeń 33: Rozkład „oczekiwanie” • 194

## ILUSTRACJE MÓZGU

Ilustracja 1: Podstawowe punkty anatomii mózgu • 34

Ilustracja 2: Anatomia obrazów i skojarzeń • 37

Ilustracja 3: Widzenie okiem umysłu • 44

Ilustracja 4: Integrator intuicji • 68

Ilustracja 5: Sieć jaźni, przyszłości i medytacji • 91

Ilustracja 6: Ścieżki odruchowe i refleksyjne • 104

Ilustracja 7: Anatomia emocji i interocepcji • 113

Ilustracja 8: Ścieżka od doznań do emocji • 120

Ilustracja 9: Przewodnik po kolejnych krokach rozpoznawania emocji • 126

Ilustracja 10: Ja i inni – anatomia (kognicja społeczna) • 144

Ilustracja 11: Warstwy kognicji społecznej • 160

Ilustracja 12: Anatomia przewidywania i prognozowania • 165

Ilustracja 13: Bazgroły mózgu • 220

## OBRAZY



- Obraz 1: Spójrz tylko na kartę – Trójka Róźdzek • 40
- Obraz 2: Znajdowanie relacji – Mag, Rycerz Róźdzek i Paż Pentakli • 57
- Obraz 3: Twoja mentalna wyobraźnia – Piątka Róźdzek • 59
- Obraz 4: Tworzenie metafor • 63
- Obraz 5: Dodawanie tagów do obrazów • 66
- Obraz 6: Intuicyjny odczyt – Trójka Pucharów, Trójka Róźdzek, Paż Pucharów, Piątka Pucharów, Cesarzowa i Król Róźdzek • 76
- Obraz 7: Wpływ zewnętrzny I • 81
- Obraz 8: Wpływ zewnętrzny II • 82
- Obraz 9: Cykl menstruacyjny • 87
- Obraz 10: Planowanie przyszłości – Siódemka Pentakli i Królowa Mieczy • 93
- Obraz 11: Pobudzenie kreatywności – Czwórka Pucharów • 94
- Obraz 12: Odnajdywanie celu – Król Róźdzek • 95
- Obraz 13: Poszukiwanie jasności – Dziewiątka Pucharów • 101
- Obraz 14: Dalsze wyjaśnienia – róża na huśtawce • 101
- Obraz 15: Przejście od intuicji do wglądu • 103
- Obraz 16: Emocje wyrażane ciałem – Księżyc • 117
- Obraz 17: Odkrywanie emocji związanych z kartami – Dziewiątka Mieczy • 127

- Obraz 18: Koło emocji • 129
- Obraz 19: Mapy emocjonalnej aktywności ciała • 132
- Obraz 20: Szablon mapy ciała • 133
- Obraz 21: Siatka afektu • 139
- Obraz 22: Tworzenie narracji z obrazów • 149
- Obraz 23: Oczekiwanie i przewidywanie • 169
- Obraz 24: Oczekiwanie neuronów • 172
- Obraz 25: „Krzyż celtycki” i ja • 188
- Obraz 26: Rozkład „ja i inny” • 191
- Obraz 27: Rozkład „wątek narracyjny” • 193

## PRZEDMOWA

**T**a wróżbiarska książka jest jedyną w swoim rodzaju, więc czuję się zaszczycona, mogąc napisać do niej przedmowę.

Nauczam tarota od ponad pięćdziesięciu lat, z czego sporą część na uniwersytecie i w college’u sztuk wyzwolonych. Studiowałam również psychologię oraz rozwój psychiczny i byłam częścią ruchu potencjału ludzkiego (Human Potential Movement) w San Francisco w latach siedemdziesiątych i osiemdziesiątych XX wieku. Ponadto uczyłam się od najlepszych w dziedzinie wróżbiarstwa, uczestnicząc w setkach konferencji poświęconych kartom tarota i astrologii.

W 2022 roku poznałam Siddhartha Ramakrishnana, naukowca i tarocistę, który mając wiedzę na temat neuronauki, przyjmuje perspektywę tak często pomijaną we wróżbiarstwie. To coś, co sama starałam się zrozumieć.

Materiały zawarte w tej książce będą nieocenione dla każdego zaawansowanego tarocisty, astrologa lub wróżbity, który chce ćwiczyć swoją sztukę i umiejętności na prawdziwie profesjonalnym poziomie. Mogą one pomóc także początkującym i średnio zaawansowanym entuzjastom, którzy chcą bardziej zawierzyć swojej intuicji i wglądom, jakich doświadczają podczas czytania kart dla siebie lub innych.

Ludzie we wszystkich okresach historii i z wszelkich kultur sięgają po wróżbiarstwo, gdy czasy są niepewne albo zwykłe sposoby działania nie dają oczekiwanych rezultatów. Chcą nowych możliwości, świeżych perspektyw i alternatyw wykraczających poza ich codzienne wzorce

zachowań. Naturalna tendencja do unikania ryzyka jest niwelowana przez korzyści płynące z poszerzenia horyzontów oraz wykorzystania wyobraźni i kreatywności do odnalezienia nowych możliwości – a to wszystko jest wzmacniane przez wiarę w jakieś wewnętrzne lub zewnętrzne sygnały bądź cel. Aby tak się stało, ludzie muszą wyjść poza ograniczenia racjonalnego myślenia i zachowania opartego na zasadach oraz tradycjach społeczeństwa.

Siddharth oferuje sposoby na dostrojenie mózgu, poprawę procesów intuicyjnych, rozpoznawanie emocji i słuchanie swojego ciała – mechanizmy, których używamy do wykonywania intuicyjnych przeskoków i rezonowania z pytającym.

Nie mogę się powstrzymać od analogii z rewolucyjną książką, która ukazała się w 1969 roku pod tytułem *How to Keep Your Volkswagen Alive*, znaną również jako *The Volkswagen Repair Book*. Demistyfikując konserwację samochodu, umożliwiła ona ludziom samodzielne utrzymanie pojazdu i wsparła etos majsterkowania. W czasach ruchów kontrkulturowych książka ta wpisywała się w pragnienie samowystarczalności i niezależności, symbolizując odejście od polegania na tradycyjnych autorytetach. W latach siedemdziesiątych i osiemdziesiątych ta nowo odkryta zdolność do zrozumienia i utrzymania własnego „pojazdu ludowego” rezonowała z szerszą zmianą kulturową w kierunku indywidualnego wzmocnienia i samodzielności.

Książka Siddhartha daje nam podobne spojrzenie na to, co się dzieje w tym pojeździe, który nazywamy ciałem, gdy interpretujemy kartę, rozkład, diagram astrologiczny i tym podobne. Dzięki zwodniczo łatwym ćwiczeniom, narzędziom do samooceny i wyjaśnieniom, jak działa percepcja, zyskujemy jasność, skąd pochodzi intuicja. Co ważniejsze, daje nam to możliwość lepszego wykorzystania intuicji i związanej z nią empatii oraz zdolności parapsychicznych, które są niedocenianymi narzędziami nawigacyjnymi w naszym życiu.

W ciągu ostatniego półwiecza przeprowadzono ogromną liczbę badań nad tym, co naukowcy nazywają intuicją. Jednym z głównych odkryć jest to, że ma ona rację tylko w połowie przypadków.

Intuicja stanowi twierdzenie fifty-fifty, bo zaciemniają ją nasze uprzedzenia, nastawienie, przekonania, oczekiwania i opinie. Powinna być rozwijana jak każda inna umiejętność. Nawet przy zaledwie 50-procentowej dokładności daje nam kilka korzyści i możliwości. Między innymi jest to jej szybkość, której towarzyszy poczucie słuszności inspirujące nas do działania. Nauka wykazała, że intuicyjne zdolności, spostrzeżenia i przewidywania, które wynikają z nieświadomych interakcji ciała, umysłu i emocji, można znacznie poprawić.

Intuicję definiuję jako natychmiastowe uruchomienie wcześniej ustalonych ścieżek neuronowych w odpowiedzi na dane sensoryczne. Dane te wchodzi w interakcję z naszymi emocjami, wcześniejszą wiedzą i doświadczeniami. Intuicja jest wyzwalana przez nasze środowisko i fizyczne zmysły. Z kolei doświadczenia psychiczne są dostarczane za pośrednictwem tak zwanych zmysłów jasnowidzenia; mają one charakter „pozazmysłowy”, a następnie są interpretowane za pomocą naszych osobistych skojarzeń. Nasze doświadczanie świata opiera się na tym, co zdaniem naszego mózgu i ciała może się wydarzyć, biorąc pod uwagę wcześniejsze doświadczenia. To, jak wchodzimy w interakcję z otaczającym nas światem, zmienia sposób, w jaki go postrzegamy.

Wróżbici, a zwłaszcza czytelnicy tarota, są siłą rzeczy przyciągani przez obrazy i starają się pojąć, co one oznaczają. Siddharth rozumie to i dostarcza nam mnóstwo obrazów wnętrza naszego cielesnego „pojazdu”, które uwrażliwią nas na jego funkcjonowanie. Podczas odczytu zewnętrznie podążamy terenem wyznaczonym przez karty w rozkładzie ożywionym przez narrację lub historię opowiedaną przez nas o podróży, która zawiera przewidywane scenariusze tego, co nastąpi później.

Oprócz procesów, przez które przechodzimy wewnątrz siebie, czytelnicy tarota są również naturalnie uzdolnieni w tak zwanym poznaniu społecznym. Percepcja ta może być rozwijana w większym stopniu poprzez podawane tu przez Siddhartha ćwiczenia, które prowadzą cię

przez procesy, jakie zazwyczaj przechodzi osoba stawiająca pytanie i będąca odbiorcą odczytu. Na przykład w większości talii przy stopach Głupca przedstawiany jest pies. Własne skojarzenia z psami i doświadczenia z nimi związane zabarwią percepcję i emocje zarówno osoby odczytującej kartę, jak i tej, która zadała pytanie – skojarzenia te mogą, ale nie muszą, być zgodne ze standardową interpretacją Głupca lub psa. Widać tu, jak uprzedzenie żywione przykładowo przez kogoś, kto został wcześniej zaatakowany przez psa, może głęboko wpłynąć na reakcję na taki obraz.

W 1781 roku autor wielotomowej encyklopedii naukowej starał się pokazać, jak mądrość starożytnego Egiptu kryje się we współczesnym świecie. W ósmym tomie *Le Monde Primitif* Antoine Court de Gébélina opowiada, jak natknął się na grę karcianą, którą rozpoznał z dzieciństwa, chociaż już nie grało się w nią w Paryżu. Spojrzał na kartę Świat i od razu rozpoznał „alegorię [...] ze wszystkim, co wiadomo o egipskich wyobrażeniach”. Stwierdził, że zajęło mu mniej niż kwadrans wyjaśnienie obecnym alegorii zawartych w dwudziestu dwóch atutach. Zauważył przy tym, że ich swobodna forma „sprawiła, iż mogły przetrwać przez wieki”. To właśnie ten przebłysk natychmiastowej intuicji, a nie, jak wyjaśnił, „wyobraźni”, pozwolił mu rozpoznać „od razu” całą przedstawioną alegorię. Antoine Court de Gébélina absolutnie się mylił. Tarot nie pochodził z Egiptu, ale jego intuicja i tak posłużyła do wzbudzenia publicznego zainteresowania okultystycznym i wróżbiarskim tarotem.

Większość osób, które stają się entuzjastami tarota, podczas pierwszego lub jednego z pierwszych odczytów robionych dla kogoś innego zaskakuje pytającego trafnością tego, co zostało powiedziane (pomimo niewielkiej wiedzy na temat kart). Ludzie przez to albo bardzo się wciągają, albo wystrasząją.

Jedną z pierwszych wskazówek słyszanych podczas nauki tarota jest zaufanie pierwszej myśli lub obrazowi, które przychodzi do głowy.

Nasze krytyczne zdolności i wątpliwości wyłączają intuicję. Istotne jest, aby wgląd i inspiracja nie były utrudniane przez te drugorzędne procesy umysłowe. Intuicja działa zadziwiająco dobrze w dostrzeganiu znaczących relacji między obrazem a zadaniem pytaniem lub problemem.

Ta książka idzie jeszcze dalej dzięki wyjaśnieniom, doświadczeniom i świadomości Siddhartha, które dostrajają intuicję w niewiarygodnym stopniu. Na przykład niezależnie od tego, czy zapamiętałeś znaczenia kart tarota, czy też studiowałeś interpretacje pojawiających się na nich symboli, intuicja odgrywa ogromną rolę w konstruowaniu pełnego obrazu wydarzeń, na który składają się: wzajemne oddziaływanie wylosowanych kart, ich pozycje w rozkładzie, pytania i osoba je stawiająca (możesz nią być ty lub ktoś inny).

Siddharth dostarcza nam brakujący element w treningu wróżbitów – element, który przenosi nas na stosunkowo niezbadane terytorium, łącząc mechanikę tego, co się dzieje wewnątrz ciała-mózgu w kontekście naszej intuicji, z zamiarem doładowania jej. Daje nam trening i praktyki w formie ćwiczeń, które umożliwią znaczną poprawę zarówno naszych umiejętności, jak i stojących za nimi fizycznych mechanizmów.

W każdej dziedzinie czy pracy potrzebny jest trening. Jako ktoś, kto spędził ponad pięćdziesiąt pięć lat zanurzony w tarocie, stwierdzam, że aby czytać karty najbardziej konsekwentnie i skutecznie, musimy ominąć krytyczne i ograniczające hamulce racjonalnego umysłu. Ale dodatkowo konieczne jest wyeliminowanie naszych odruchowych uprzedzeń, opinii i postaw, żeby być w pełni otwartym na inne sposoby poznania. Dzięki zrozumieniu i treningom zawartym w tej książce możemy zyskać dużo większą zgodność z naszą wewnętrzną wiedzą.

Niech ta książka i zalecane w niej działania dobrze ci służą.

—Mary K. Greer,  
autorka *21 Ways to Read a Tarot Card*  
grudzień 2023