

22 НАПУТСТВИЯ ДОЧЕРИ



Диана Голова

Диана Голова

22 напутствия дочери

«Автор»

2025

Голова Д.

22 напутствия дочери / Д. Голова — «Автор», 2025

«Исцели ту девочку внутри» Это книга-оберег, которую я когда-то так хотела получить сама. Она для вас, для девушек, несущих в себе рану от самого родного человека. Передо мной, как у матери, стояли они — 22 женщины с большими, детскими глазами, полными немой боли и недоумения. В их взгляде читался один и тот же вопрос: «Почему мне так не хватает её любви?» Есть вещи, которые мать просто обязана передать своей дочери. Но что делать, если твоя собственная мама, выросшая в сложном XX веке с его травмами, сама не получила этого опыта? Вместо крепких объятий — унижительные сравнения с другими детьми. Вместо поддержки — крик, агрессия, вечное обесценивание чувств. Любовь, которую вы недополучили, вы можете дать себе САМИ. Всё начинается с самоуважения. Книга построена на мудрости 22 Старших Арканов Таро, но это ни в коем случае не учебник по таро. Это — ваш спасательный круг, «скорая помощь» для души в те моменты, когда нет сил искать специалиста или пока просто страшно сделать первый шаг

© Голова Д., 2025

© Автор, 2025

Содержание

Введение	5
Глава 0. Шут: «Не бойся прыгнуть со скалы»	6
Глава 1. Маг: «Прояви упорство в познании этого мира и создании своей Вселенной»	10
Глава 2. Жрица: «У каждой женщины в шкафу, под семью замками должны лежать тайны»	14
Глава 3. Императрица: «Женщина выполняет 5 ролей, всегда помни об этом»	18
Глава 4. Император: «Думай стратегически, на 5 лет вперед, убегай от неуверенных в себе мужчин»	22
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Диана Голова

22 напутствия дочери

Введение

Мать... Её образ навсегда вплетён в душу женщины главной нитью. Но в мире, где мы живём, эти нити так часто рвутся тишиной. Самые важные слова так и остаются несказанными – застряв где-то в горле у матерей по разным причинам: от неумения, усталости или собственной неизлеченной боли. И тогда в сердце дочери зреет обида, которая годами ноет глухой, неутолённой тоской.

Эту книгу я написала для того, чтобы ты смогла ощутить простую, но такую целительную истину: поток материнской любви неиссякаем, и любая женщина в силах стать его проводницей для другой. Первая мама – наш главный учитель. Но на своём пути каждая из нас встречает ещё множество «мам». Учительница в школе, что вытирала твои слезы, когда тебя обижали одноклассники. Наставница в танцевальной студии, открывшая тебе ритм и грацию. Они становились твоими мамами на время – по знаниям, по вдохновению.

А сейчас, пока ты читаешь эти строки, я буду твоей мамой по мудрости. Моя главная цель – помочь тебе принять все 22 состояния твоего женского пути. Принять не как наказание, а как драгоценные грани, что высекают из нас сияющий алмаз силы и самодостаточности.

Когда-то женщин убедили в их слабости. Так родились оковы стереотипов, которые мы по ошибке приняли за правду. Эти навязанные программы до сих пор мешают нам расправить крылья, заставляя искать, на кого бы опереться. Нас просто так научили. Но что, если опора – это ты сама? Что, если можно выбрать не покровителя, а равного партнёра, чтобы строить семью, глядя в одном направлении? Что, если можно быть успешной, иметь весомое право голоса и не идти «за кем-то», а просто идти рядом – на равных?

В этой книге я попробую помочь тебе пересмотреть привычные убеждения и взглянуть на свою жизнь под новым, освобождающим углом.

Каждая глава – это напутствие и ключ к пониманию одного из Старших Арканов. В течение жизни каждый человек проживает одно из двадцати двух состояний. После того, как ты прочитаешь книгу, ты сможешь обращаться к старшим арканам с вопросами: «Какое состояние я сейчас проживаю?», «Как я могу себе помочь?», «В чём совет Аркана?». Ответы на эти вопросы ты сможешь найти в конце каждой главы.

Эта книга – не учебник по Таро. Это путеводитель к самопониманию и дружбе с самой собой. А когда ты завершишь чтение, у тебя будет всё, чтобы приобрести классическую колоду Райдера Уэйта, достать из нее Старшие Арканы и применять это знание на практике – как инструмент первой помощи душе. Тебе нужно будет перетасовать 22 старших аркана и на каждый вопрос вытащить по одной карте.

Ведь не у каждой из нас есть возможность в трудную минуту обратиться к специалисту. Я хочу, чтобы ты научилась сама себе оказывать эту поддержку. Научилась слышать, утешать и разговаривать с собой. Приятного погружения в твоё внутреннее пространство, прекрасная дива! И пусть выход из этой книги для тебя станет лёгким шагом к настоящей свободе.

Глава 0. Шут: «Не бойся прыгнуть со скалы»



Напутствие

Жизнь по своей природе не может быть размеренной. Её ток всегда выносит нас к неизведанным берегам, заставляя вновь и вновь закладывать фундамент нового пути. И вот в твою жизнь входит энергия Шута – внезапно и стремительно. Ты снова стоишь на краю скалы, вглядываясь в туманную бездну, не зная, ждёт ли тебя падение или же ты, подобно птице, воспрянешь к небесам и устремишься навстречу новой судьбе.

Именно здесь, на этой грани, рождается страх начинать. Страх неизвестности, в которой нет опоры прошлого опыта, нет готовых карт. Ведь куда проще идти знакомой тропой, не правда ли?

Проще остаться в отношениях, где тебе ломают крылья, потому что эта боль уже знакома, а душа успела создать вокруг неё защитную скорлупу. Проще вернуться к бывшему, который залатает одиночество, чем отправиться на поиски любви настоящей – той, что требует смелости и риска.

Проще остаться на работе, которая годами высасывает силы, но даёт призрачное ощущение стабильности. Говорить себе: «Ничего, можно потерпеть», – и снова наступать на горло собственной песне.

Проще? Нет! Возможно, это кажется простым твоему разуму, потому что привычно. Но просто – не значит правильно. Просто – не значит счастливо. Если вечно бояться прыжка, можно так и остаться стареть на краю этой скалы, прожив жизнь, полную слёз, предательства и обид. Можно упустить столько возможностей, не увидеть столько чудес. А в последние мгновения окажется, что вспомнить нечего, кроме измен, горьких слов, унижений, конфликтов, плевков в душу и бесконечных страданий.

Да, прыгать со скалы страшно. Но у тебя есть компас – твоя интуиция, что укажет верный путь. Вспомни, как в детстве ты тоже боялась первого шага, первого урока, первого экзамена. Но ты шла – и ничего катастрофического не случилось. Взгляни в зеркало: ты здесь, ты цела. Почему же этот новый шаг должен стать роковым?

Я понимаю, ты, наверное, измотана. Устала начинать с чистого листа, устала от неудач, от того, что тебя не слышат, от жизни, которая складывается не по-твоему. Но такова эта школа земного бытия, куда ты пришла по собственной воле. И здесь иначе не бывает. Чтобы устоять, нужно научиться обнимать новый опыт в любой миг. Прыгать с доверием – и взлетать, лететь, как комета, озаряя небо своим сиянием и открывая для себя мир заново.

Относись к новому этапу как к утреннему ритуалу: ты совершаешь его, не впадая в драму. Ведь ты не устраиваешь истерику перед тем, как умыться лицо?

Новое – это про лёгкость, а не про надрыв. Конечно, прежде чем шагнуть, тебе предстоит пройти все стадии: отрицание, гнев, торг, отчаяние и, наконец, смиренное принятие. Но как только ты сделаешь этот шаг, откроется новая дорога. Да, ты можешь стоять с крошечным рюкзаком за плечами, думая, что у тебя ничего нет. Но внутри зажётся азарт, и проснётся жажда приключений. Этот один смелый поступок запустит цепь событий, что приведут тебя к жизни, о которой ты мечтаешь.

И не забывай мечтать. Мечты – это не пустые грёзы. Это чертежи, по которым ты строишь свою судьбу.

Возможно, на новом пути не все тебя поддержат: кто-то промолчит, кто-то вставит ядовитое слово. Но важно, чтобы ты сама хранила в сердце нерушимую веру в себя, чтобы ни одна чужая фраза не свернула тебя с пути.

Освой искусство начинать. Если страшно – начни с малого. Возвращайся домой разными дорогами. Пробуй кофе в новых местах, ломая ритуал привычки. Приучи своё сознание к мысли, что «новое» – это не угроза, а естественная, и даже прекрасная, часть жизни.

Шут. Какое состояние я сейчас проживаю? Как я могу себе помочь? Какой Совет?

Шут. Прямое положение

Если карта выпадает на вопрос «Какое состояние проживаю сейчас?»: состояние обновления, начала пути. Возможно, сейчас ты начинаешь что-то новое: новый проект, новое обучение, новые отношения. Или тебе хочется чего-то нового, в душе азарт и душа просит перемен. Пример: поехать в путешествие; устроить вечеринку; сделать то, что никогда не делала.

Если карта выпадает на вопрос «Как я могу себе помочь?»: попробуй что-то новое, то что ты никогда не делала. Поменяй свой план, попробуй новые алгоритмы, твоя жизнь требует перемен, обновления. То, что ты делаешь не работает, нужны изменения, новизна.

Если карта выпадает на вопрос «Совет от аркана?»: живи здесь и сейчас, жизнь прекрасна, наслаждайся.

Шут. Перевернутое положение

Если карта выпадает на вопрос «Какое состояние проживаю сейчас?»: Ты застряла в прошлом и вспоминаешь то, что пора давно забыть. Это тебя выводит из равновесия, сбивает интуицию и вызывает негативные эмоции. Занимаясь самокопанием, ты разрушаешь свою психику.

Если карта выпадает на вопрос «Как я могу себе помочь?»: Остановись, посмотри, что ты делаешь с собой. Прими изменения и начни новый путь без боли, страха. Осознай, что ты дитя Вселенной и она на самом деле заботится о тебе через эту ситуацию. Открой свое сердце для радости жизни и азарта.

Если карта выпадает на вопрос «Совет от аркана?»: то, что ты сейчас делаешь не связано с интуицией, ты действуешь исходя из своих фобий и страхов. Невроз не приведет тебя к успеху, тебе нужно отдохнуть и со свежей головой принимать решения.

Глава 1. Маг: «Прояви упорство в познании этого мира и создании своей Вселенной»



Напутствие

Нас с юности погружают в чужие системы – как одевают в стандартную униформу мысли, поведение и саму модель жизни. И к своему тридцатилетию многие женщины с удивлением и болью ощущают внутри себя оглушительную фальшь. Душа рвёт изнутри свои цепи, ум лихорадочно ищет выход, но не находит – ведь мы ищем его, оглядываясь на общие шаблоны, пытаемся повторить чужой маршрут или выстроить такую же, как у всех, крепость.

А истина между тем лежит на поверхности, простая и ясная, но её не слышат в общем гуле или же откладывают как нечто второстепенное: твоя личная вселенная требует знакомства с самой собой. Нужно прислушаться к своим внутренним ритмам, распознать истинные желания, пройти свой уникальный путь. Это не происходит за один миг – это кропотливая работа, сравнимая с подготовкой к чемпионату по фитнес-бикини. Да, это требует дисциплины и усилий, но результат – сильное, прекрасное тело, которое становится твоим храмом.

Точно так же и в мире духа: постоянное самоисследование рождает ясность. Ты начинаешь понимать, что для тебя есть добро и зло, в чём заключено твоё личное счастье, какая сумма даёт тебе ощущение защищённости, чем ты хочешь наполнять свои дни. И вот однажды разрозненные кусочки мозаики вдруг складываются в ясную картину, и перед тобой возникает твой собственный, выстраданный и осознанный план.

И тогда на стол жизни ложатся все четыре элемента мироздания, даря тебе настоящую независимость и свободу:

Огонь – это страсть, карьера, яркие победы и достижения.

Земля – это стабильность, знания, материальное благополучие и здоровье.

Воздух – это связи, традиции, общение и коммуникации.

Вода – это творчество, магия и поток новых событий.

Секрет в том, чтобы найти свой, уникальный баланс этих стихий. Для этого стань для себя самым внимательным исследователем. Задавай себе вопросы каждый день:

1)

Что для меня есть любовь? В чём она проявляется?

2)

Что я вкладываю в понятие «карьера»? Реализация или служение?

3)

Что я считаю своим истинным достижением?

4)

Каких знаний мне не хватает для изменений в жизни именно сейчас?

5)

Какая финансовая опора дала бы мне чувство полной безопасности?

6)

Какой шаг я могу сделать сегодня для своего здоровья и самочувствия?

7)

Какие традиции я хочу нести через свою жизнь, а какие – оставить в прошлом?

8)

Окружают ли меня люди, вдохновляющие меня, или те, кто гасит мой свет?

9)

Какое творческое действие (танцы, пение, игра на инструменте, ИЗО и т.д.) наполнит меня сегодня?

10)

Как я могу привнести в свою жизнь новизну и яркие впечатления прямо сейчас?

11)

Какие маленькие ритуалы заботы о себе подарят мне ощущение ценности и наполненности?

Создание своей Вселенной начинается с тихого диалога с собой и смелости следовать за своим внутренним компасом. Это путь постоянного труда – и над духом, и над телом.

Но всё начинается с малого. Научись задавать себе честные вопросы, вести диалог с собой на страницах дневника и не бояться собственных ответов. И тогда да прибудет с тобой поток ясности и мудрости

Маг. Какое состояние я сейчас проживаю? Как я могу себе помочь? Какой Совет?

Маг. Прямое положение

Если карта выпадает на вопрос «Какое состояние проживаю сейчас?»: ты находишься в точке, когда тебе нужно собрать волю в кулак и начать творить свою реальность. Ты находишься в состоянии творца, когда тебе стоит приложить усилия для создания своей жизни, но зато потом ты достигнешь желаемого результата.

Если карта выпадает на вопрос «Как я могу себе помочь?»: прояви упорство, нужно искать способы решения выхода из ситуации.

Если карта выпадает на вопрос «Совет от аркана: включайся в ситуацию, прояви и творческий подход, и волю, и целеустремленность, пришло время двигаться дальше, на месте сидеть нельзя.

Маг. Перевернутое положение

Если карта выпадает на вопрос «Какое состояние проживаю сейчас?»: ты проживаешь состояние недоверия к миру, люди, которые проявляют агрессивную реакцию по отношению к тебе, всего лишь являются зеркалом. Тебе стоит обратить внимание на то, что ты смотришь на этот мир с претензией.

Если карта выпадает на вопрос «Как я могу себе помочь?»: Посмотри на ситуацию, как на то, что ты художник всего происходящего, что ты это сотворила. Задай себе вопросы: «на что ты злишься?», «кто тебя обидел», «из-за чего ты оказалась в этой ситуации?».

Если карта выпадает на вопрос «Совет от аркана?»: сейчас не стоит принимать важных решений, постарайся успокоиться, прийти в баланс и вернуться к этому вопросу позже.

Глава 2. Жрица: «У каждой женщины в шкафу, под семью замками должны лежать тайны»



Напутствие

Быть открытой миру – это дар, подобный способности раскрываться навстречу солнцу. Однако помни: не всякая почва достойна принять в себя семена твоих глубочайших тайн. Ибо для неподготовленной души они могут стать ядом, а в ответ на твою щедрость ты рискуешь получить не восхищение, а осуждение.

Набирайся, дорогая, жизненного опыта. Пусть первые шишки станут твоими мудрыми учителями, но береги свои озарения и самые сокровенные прозрения для избранных мгновений и проверенных сердец.

Ещё Натан Ротшильд говорил: «Кто владеет информацией, тот владеет миром». Так зачем же тогда вручать первому встречному ключи от собственного внутреннего святилища? Зачем вываливать на всеобщее обозрение в соц.сети свою жизнь? Ты, проживающая этот период, носящая эти наряды, и ты, которой суждено родиться через пять лет, – вы разные. И, поддавшись сиюминутному порыву, доверившись не тем устами, мы рискуем не только быть непонятыми, но и выпустить в своё пространство чужеродные убеждения, словно вирус. А вместе с ними приходит и обида – та, что будет точить изнутри, отравляя рост и мешая твоему истинному проявлению. А проявленность в мире – важна. Она – мост, соединяющий тебя с тремя ключевыми сферами бытия: изобилием, отношениями и здоровьем. Не позволяй случайным путникам разрушать этот мост. Не погружай неокрепшие корни своей души в непроверенную почву, пока не будешь уверена в её чистоте и надёжности.

Мир не всегда розовый и пушистый. Увы, иногда удар приходит от тех, кого мы считали друзьями. Мы живём в странное время, когда порой романтизируют душевные раны, возводя их в культ. И вместо того, чтобы исцелять свои травмы, некоторые предпочитают в них жить, отравляя жизнь окружающим. Помни: психологический хищник – виртуоз в искусстве имитации дружбы, сопереживания и искренности.

Прежде чем открыть врата своей крепости, попытайся прочувствовать человека. Включи тот древний, животный инстинкт, что мудрее любого слова. Прислушайся к тихому голосу интуиции – что скрывается за улыбкой и правильными фразами.

Озеро может казаться кристально чистым и безмятежным, но истинная глубина таит неизвестность. Прежде чем войти в воду, удостоверься, что в ней не притаились крокодилы.

Жрица. Какое состояние я сейчас проживаю? Как я могу себе помочь? Какой Совет?

Жрица. Прямое положение

Если карта выпадает на вопрос «Какое состояние проживаю сейчас?»: ты не понимаешь кто ты, зачем ты. Ты пытаешься найти ответы путем сравнения себя с другими. Но, это ошибка, потому что нужно посмотреть в глубь себя и не побояться своих фантазий. Ты боишься проявляться в мир такой, какая ты есть, отсюда переживания.

Если карта выпадает на вопрос «Как я могу себе помочь?»: ты можешь самостоятельно ответить на вопрос, который в твоей голове, ты знаешь ответ, твои мысли верны, не бойся ответственности и прислушайся к внутреннему голосу.

Если карта выпадает на вопрос «Совет от аркана: слушай свою интуицию, вокруг тебя очень много подсказок, только стоит их увидеть.

Жрица. Перевернутое положение

Если карта выпадает на вопрос «Какое состояние проживаю сейчас?»: сейчас ты проживаешь состояние злости, ненависти. Тебя может раздражать, что есть вещи, которые ты не можешь контролировать и это еще больше тебя выводит из баланса. Постоянное самокопание, самоедство. Обида на людей, на мир, на Творца. Все во всем виноваты, кроме тебя.

Если карта выпадает на вопрос «Как я могу себе помочь?»: Если у тебя сейчас нет возможности обратиться к специалисту, чтобы он помог тебе выйти из этого состояния, попробуй направлять свой вектор внимания на позитивные вещи, которые происходят в жизни не только с тобой, но и с другими людьми. Попробуй на каждую негативную мысль написать позитивный пример из жизни другого человека.

Если карта выпадает на вопрос «Совет от аркана?»: твоя интуиция сейчас не работает, и то, что в твоей голове – это всего лишь догадки. Принимай решение, исходя из здравого смысла.

Глава 3. Императрица: «Женщина выполняет 5 ролей, всегда помни об этом»



Напутствие

Даже самая гармоничная женщина порой вынуждена сжиматься до одной-единственной роли, когда рядом с ней – травмированный мужчина. Наш мир – это большое зеркало. И если в твою жизнь вошёл мужчина, который ищет в тебе не партнёршу, а мать – ту, что примет всё, и всегда будет подстраиваться и исполнять любое его желание, – знай: зеркало пытается тебе показать, оно шепчет, что ты достойна другого. Оно напоминает, что в тебе столько любви, что хватит и на материнскую нежность.

Но для истинной гармонии в отношениях в тебе должна звучать не одна струна, а целый хор внутренних женских ипостасей: Дочери, Сестры, Любовницы, Жены и Матери. И все они смогут проявиться лишь тогда, когда рядом окажется зрелый мужчина – тот, кто будет относиться к тебе с глубочайшим уважением и видеть в тебе каждую из этих граней.

Так в чём же суть каждой из этих ролей?

Мать – это та часть тебя, что способна на безусловную заботу. Она накормит, уложит спать, проследит за здоровьем.

Жена – это внутренний стержень и опора. Она верит в его силу даже тогда, когда он сам в себе усомнился. Она – тот самый тыл, что не даёт отступить от цели.

Дочь – это лёгкость и безмятежность. Когда он возвращается домой уставшим и обременённым заботами, она просто молча прижмётся к нему, не требуя отчёта и не засыпая вопросами, даря тишину и покой.

Сестра – это внутренний друг и соратник. Та, с кем можно поговорить по душам, посмеяться от всей души, для кого он – не добытчик, а родная душа. Она – душа и сердце вашего общего пространства.

Любовница – это сокровенный огонь и магнетизм. Она отвечает за страсть, интимную близость и ту самую тайну, что не угасает с годами.

Сегодня в моде обвинять женщину: «Сама виновата, что выбрала такого». Но я предлагаю взглянуть на это под иным углом. А что, если твоя душа сама избрала этот опыт – познать боль измены, чтобы исцелить её в себе? Что, если это не «изъян» в тебе, а миссия – переписать карму своего рода и доказать всем женщинам в твоей линии, что возможны отношения, построенные на верности? Возможно, сейчас твой высший долг – не терпеть, а стать для себя главной защитницей. Встать, уйти, осознать свою ценность и выбрать те отношения, где ты сможешь раскрыться во всех своих пяти ипостасях.

Почему ты винишь себя? Зачем примеряешь на себя мужскую логику и обвиняешь самое дорогое, что у тебя есть – саму себя? Запомни, дорогая: если мужчина ищет в тебе изъяны, пытается унижить, задеть или переделать – это не твой мужчина. Не жди, что он изменится. Не терпи, не надейся на чудо. Просто уйди. И открой своё сердце для той любви, где ты будешь проявлена на все сто процентов – во всём своём сияющем многообразии.

Императрица. Какое состояние я сейчас проживаю? Как я могу себе помочь? Какой Совет?

Императрица. Прямое положение

Если карта выпадает на вопрос «Какое состояние проживаю сейчас?»: Этап роста и развития. И все, что происходит, очень нужно для твоего становления, как женщины. Все препятствия решаться гармоничным для тебя способом.

Если карта выпадает на вопрос «Как я могу себе помочь?»: Добавь красоты и вкуса в свою жизнь в рамках своих возможностей. Можно сходить в театр или в кинотеатр, а можно устроить себе свидание с самой собой дома и включить любимый фильм. Можно

сходить в ресторан или приготовить ужин дома, зажечь свечи и включить любимую музыку. Твои помощники сейчас: вкусная еда, творчество, комфортная обстановка.

Если карта выпадает на вопрос «Совет от аркана: не стесняйся себя, своих эмоций, того, как ты проявляешься сейчас. Будь открыта к переменам и помни, что твоя сила в твоей уникальности.

Императрица. Перевернутое положение

Если карта выпадает на вопрос «Какое состояние проживаю сейчас?»: Ситуацию, которая тебя не устраивает, как женщину. Возможно, застой по всем сферам. Из-за этого плохое настроение, апатия.

Если карта выпадает на вопрос «Как я могу себе помочь?»: Постарайся ответить честно на вопросы: «Что тебя не устраивает сейчас?», «Где ты согласилась быть удобной?», «Чего ты боишься, если позволишь себе быть собой?».

Если карта выпадает на вопрос «Совет от аркана?»: нужно в первую очередь начать заботиться о себе, а не думать о других. Иначе ситуация, в которой ты сейчас находишься, станет образом жизни.

Глава 4. Император: «Думай стратегически, на 5 лет вперед, убегай от неуверенных в себе мужчин»



Напутствие

В мире укоренился миф, будто женщина, слишком тщательно выбирающая спутника, обречена на одиночество. Не позволяй этим пустым словам отозваться в тебе тревогой. Задумайся лучше: что на самом деле ведёт к одиночеству, разбитому сердцу и душевной пустоте?

Период ухаживаний – это не время для розовых очков, но время для мудрой наблюдательности. Это та самая пора, когда нужно быть особенно чуткой. Если человек позволяет себе неуважение в самом начале, представь, что ждёт тебя через пять лет? Его поступки, слова и те ощущения, что рождаются в тишине твоего сердца, – всё это точный прогноз на ваше общее будущее. Чтобы его услышать, требуется отбросить наивные ожидания и включить трезвый, почти что аналитический ум.

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.