



От автора 15

1

ЧЕМ ВАМ ПОМОГУТ КРИСТАЛЛЫ?

17

Древние как мир ...	20
Кристаллы и технологии	20
Стремления и цели	21
Что даст вам эта книга?	23
Ритуалы очистки	24
Числа в ритуалах с кристаллами	25

2

КРИСТАЛЛЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

27

АГАТ Привести жизнь в равновесие	28
АМАЗОНИТ Обрести надежду	32
АМЕТИСТ Обрести спокойствие духа	36
АНГЕЛ-АУРА КВАРЦ Найти время для игр	40
АНГЕЛИТ Связь с ангелами	44
АПАТИТ Обрести вдохновение	48
АПОФИЛЛИТ Настроиться на позитив	52
АКВАМАРИН Принять себя	56
АРАГОНИТ Справиться с гневом	60
АВАНТЮРИН Призвать удачу	64
АЗУРИТ Повысить уровень концентрации внимания	68
ЧЁРНЫЙ КИАНИТ Разрывать связь с токсичными людьми	72
ЧЁРНЫЙ ТУРМАЛИН Защитить себя и личное пространство	76
ГЕЛИОТРОП или КРОВАВАЯ ЯШМА Восстановить силы	80
ГОЛУБОЙ ПОЛОСАТЫЙ АГАТ Избавиться от стресса	84
СЕРДОЛИК Раскрыть творческий потенциал	88
ЦЕЛЕСТИН Здоровый сон	92
ХРИЗОКОЛЛА Начать с чистого листа	96



ХРИЗОПРАЗ	И	Наладить связь с людьми	100
ЦИТРИН	И	Настроиться на счастье	104
ГОРНЫЙ ХРУСТАЛЬ	И	Достичь просветления	108
ЭПИДОТ	И	Пережить предательство	112
ФЛЮОРИТ	И	Загадывать желания	116
ГРАНАТ	И	Пробудить страсть	120
ЗОЛОТОЙ КВАРЦ	И	Разрешение семейных конфликтов	124
ГЕМАТИТ	И	Обрести почву под ногами	128
СИНИЙ КОРДИЕРИТ	И	Избавиться от долгов	132
НЕФРИТ	И	Процветание	136
ЛАБРАДОР	И	Максимальное раскрытие потенциала	140
ЛАЗУРИТ	И	Стать хозяйкой своей судьбы	144
ЛЕМУРИЙСКИЙ КВАРЦ	И	Научиться терпению	148
ЛЕПИДОЛИТ	И	Справиться с тревогой	152
МАЛАХИТ	И	Изменить жизнь	156
ЛУННЫЙ КАМЕНЬ	И	Найти своё жизненное предназначение	160
ОКЕАНИЧЕСКАЯ ЯШМА	И	Ставить на первое место себя	164
ПРИЗРАЧНЫЙ (ФАНТОМНЫЙ) КВАРЦ	И	Преодолевать преграды	168
РОЗОВЫЙ ОПАЛ	И	Научиться эмпатии	172
ПИРИТ	И	Притянуть богатство	176
РАДУЖНЫЙ ОБСИДИАН	И	Исцеление от душевных травм	180
КРАСНАЯ ЯШМА (ЯСПИС)	И	Избавиться от привычки к прокрастинации	184
РОДОХРОЗИТ	И	Повысить самооценку	188
РОДОНИТ	И	Научиться прощать	192
РОЗОВЫЙ КВАРЦ	И	Открыть сердце для любви	196
СЕЛЕНИТ	И	Очистить себя и окружающее пространство	200
ШУНГИТ	И	Очистить разум, тело и дух от токсинов	204
ДЫМЧАТЫЙ КВАРЦ (РАУХТОПАЗ)	И	Отпустить ставшее бесполезным	208
СОДАЛИТ	И	Научиться чётко выражать мысли	212
СОЛНЕЧНЫЙ КАМЕНЬ	И	Разнообразить сексуальную жизнь	216
ТИГРОВЫЙ ГЛАЗ	И	Обрести смелость	220
ТУРМАЛИНОВЫЙ КВАРЦ	И	Избавиться от негатива	224
БИРЮЗА	И	Ставить на первое место своё здоровье	228
УНАКИТ	И	Научиться быть благодарным	232



3

КОМБИНАЦИИ КРИСТАЛЛОВ И ИХ НАЗНАЧЕНИЕ

237

ОБРЕСТИ ТЕРПЕНИЕ	238
ОТКРЫТЬ ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ	240
ДОБИТЬСЯ КАРЬЕРНЫХ УСПЕХОВ	243
Выбор карьеры	
Продвижение по карьерной лестнице	
Смена работы	
Увольнение по собственному желанию	
Оправиться после увольнения	
ОЧИЩЕНИЕ РАЗУМА С ПОМОЩЬЮ МЕДИТАЦИИ	249
Утренняя медитация	
Вечерняя медитация	
НАСТРОЙ НА ДУХОВНУЮ ПРАКТИКУ	253
СПРАВИТЬСЯ С ДЕПРЕССИЕЙ	257
НАСТРОИТЬСЯ НА СЧАСТЬЕ	261
АДАПТАЦИЯ К ПЕРЕМЕНАМ	265
РАСКРЫТИЕ КРАСОТЫ	269
ВОПРОСЫ ЗАЧАТИЯ И БЕРЕМЕННОСТИ	273
Для зачатия	
Во время беременности	
Во время родов	
Справиться с послеродовой депрессией	
Скорбь после прерванной беременности	
НАУЧИТЬСЯ СОСРЕДОТОЧЕННОСТИ	278
ОБРЕСТИ ПОЧВУ ПОД НОГАМИ	280
УКРЕПЛЕНИЕ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ	283
ОТКРЫТЬ СЕРДЦЕ ДЛЯ ЛЮБВИ	287
Сохранять связь в доверительных отношениях	
Призвать любовь (свидания)	
Оправиться после разрыва отношений или разлуки	
Воспитать любовь к себе	



КОНТРОЛЬ НАД ГНЕВОМ	293
НАЛАДИТЬ КОММУНИКАЦИЮ	297
ПРЕОДОЛЕНИЕ СТРАХА	300
ПОМОЩЬ ДОМАШНИМ ЖИВОТНЫМ	302
На каждый день	
Для питомцев, которых подобрали с улицы или спасли из беды	
Унять боль	
Унять нервозность и тревожность	
Справиться с тревогой при разлуке	
ОБРЕТЕНИЕ ЗАЩИТЫ	307
Защита для дома и работы	
Защита в пути	
Защита в автомобиле	
ЗАЩИТА ОТ ЭЛЕКТРОМАГНИТНЫХ ПОЛЕЙ	311
СНЯТИЕ СТРЕССОВ	315
ПРОТИВ БОЛИ	318
УСТРАНЕНИЕ ПРЕПЯТСТВИЙ	321
ЗДОРОВЫЙ СОН	325
Чтобы сон был спокойным	
Справиться с нарушениями сна	
РАЗВИТИЕ СИЛЫ ВОЛИ	329
РЕГУЛЯЦИЯ ВЕСА	333
КОНТРОЛЬ НАД ЗДОРОВЬЕМ	337
ПРОБУЖДЕНИЕ ТВОРЧЕСКОЙ ЖИЛКИ	341
УДАЧА В ПУТЕШЕСТВИЯХ	345
Для защиты во время путешествия	
Для защиты от электромагнитных полей в аэропорту	
Сохранить терпение во время задержек	
При страхе полётов	
Для акклиматизации	
Жить настоящим моментом	
ПУТЬ К ДОСТАТКУ	353
Изменить своё отношение к деньгам	
Обеспечить финансовую безопасность	
Магнит для денег	
ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ	358
АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ	360
ОБ АВТОРЕ	364