

# Содержание

Вступление 13

## ГЛАВА 1 . . . . . 15

### Целительные истоки ведьмовства

<i>Краткая история ведьмовства . . . . .</i>	17
<i>Ведьмовство в разные эпохи . . . . .</i>	17
<i>Известные мифы и заблуждения . . . . .</i>	18
<i>Традиция исцеления в ведьмовстве . . . . .</i>	19
<i>Исцеление с помощью природы . . . . .</i>	21
<i>Вернитесь к природе . . . . .</i>	22
<i>Сила заклинаний и ритуалов . . . . .</i>	23
<i>Как ведьмовство учит исцелять . . . . .</i>	24
<i>Как колдовство поможет исцелить разум, тело и дух . . . . .</i>	24
<i>Разбудите в себе ведьму. . . . .</i>	25
<i>Избавление и очищение . . . . .</i>	26
<i>Заключение . . . . .</i>	27

## ГЛАВА 2 . . . . . 29

### Польза радикальной заботы о себе

<i>Что такое радикальная забота о себе? . . . . .</i>	31
<i>Как связаны ведьмовство и радикальная забота о себе . . . . .</i>	32
<i>Почему забота о себе важна для холистического исцеления . . . . .</i>	32
<i>Связь между разумом, телом и духом . . . . .</i>	33
<i>Зачем нужны воплощения и установка намерений . . . . .</i>	34

<i>Четко определите цели перед исцелением . . . . .</i>	35
Попросите о помощи . . . . .	39
<i>Польза радикальной заботы о себе для тела, духа и дома . . . . .</i>	40
Учитесь благодарности . . . . .	41
<i>А теперь — приступим . . . . .</i>	42
<i>Заключение . . . . .</i>	42

### ГЛАВА 3 . . . . . 43

#### Травы, масла и лунный свет: целительный арсенал ведьмы

<i>Прежде чем начать . . . . .</i>	45
<i>Связь с природой. . . . .</i>	45
<i>Прорицание, Таро и маятники . . . . .</i>	51
<i>Талисманы и амулеты . . . . .</i>	52
<i>Алтари . . . . .</i>	52
Как устроить алтарь. . . . .	53
<i>Записывайте свой путь в дневник или гримуар . . . . .</i>	54
Как лучше составить гримуар . . . . .	55
<i>Как очистить свое пространство . . . . .</i>	56
<i>Как начертить и разомкнуть круг . . . . .</i>	56
<i>Свечи и благовония. . . . .</i>	57
<i>Жезлы . . . . .</i>	58
<i>Ступка и пестик . . . . .</i>	58
<i>Волшебная метла . . . . .</i>	59
<i>Полезные вещи в вашем доме . . . . .</i>	59
<i>Как часто нужно заниматься магией? . . . . .</i>	60
<i>Займемся исцелением . . . . .</i>	60
<i>Заключение . . . . .</i>	61

**ГЛАВА 4 . . . . . 63**

**Как успокоить разум**

*Сила спокойного ума* . . . . . 65

*Чем может помочь ведьмовство* . . . . . 65

*Заклинания, снадобья и ритуалы* . . . . . 67

    Утренняя установка на уверенность в себе . . . . . 68

    Карта желаний  
    для заботы о себе . . . . . 70

    Магия организации времени . . . . . 72

Как установить личные границы . . . . . 73

    Высвобождение гнева . . . . . 74

    Духовная генеральная уборка . . . . . 75

    Четки для размышлений . . . . . 77

    Как нужно центрироваться . . . . . 79

    Магия для ванны . . . . . 80

Научитесь прощать себя . . . . . 82

    Мешочек-талисман для вдохновения . . . . . 83

    Медитация на природе . . . . . 85

*Заключение* . . . . . 87

**ГЛАВА 5 . . . . . 89**

**Как придать сил телу**

*Ведьмовство и физическое тело* . . . . . 91

*Ваше тело слышит, что говорит ваш разум* . . . . . 91

*Благодарите за то, что у вас есть* . . . . . 93

*Как излечить боли и недуги с помощью ведьмовства* . . . . . 93

*Ваше тело — ваш дом* . . . . . 94

*Заклинания, ритуалы и целебные средства* . . . . . 94

    Спрей для сладкого сна . . . . . 95

Хорошо отдыхайте . . . . .	96
Куколка для здоровья . . . . .	97
Волшебный сахарный скраб . . . . .	99
Полнолунная магия внутренней красоты. . . . .	101
Целебный травяной тоник . . . . .	102
Еда для настроения . . . . .	103
Медитация для энергии . . . . .	105
Личный алтарь здоровья . . . . .	107
Как обрести уверенность . . . . .	108
Масло для личной силы . . . . .	110
Омолаживающее заклинание со свечой . . . . .	111
<i>Заключение</i> . . . . .	112

## **ГЛАВА 6 . . . . . 113**

### **Как исцелить и пробудить свой дух**

<i>Примите дух в себе</i> . . . . .	115
<i>Найдите собственную сущность</i> . . . . .	115
<i>Какую роль вы играете в мире?</i> . . . . .	116
<i>Найдите связь с прошлыми поколениями</i> . . . . .	118
<i>Заклинания, ритуалы и целебные средства.</i> . . . .	119
Заклинание силы личного пространства . . . . .	120
Талисман для творчества . . . . .	122
Работа с божествами . . . . .	124
Чаша для магических подношений . . . . .	125
Смесь благовоний для поднятия духа . . . . .	127
Заклинание на смену времен года. . . . .	129
Ведьмина лестница . . . . .	131

Баночка вдохновения . . . . .	133
Талисман для усиления чакр . . . . .	135
Семь чакр . . . . .	137
Храм предков . . . . .	138
Установка на конец дня . . . . .	140
<i>Заключение</i> . . . . .	141

**ГЛАВА 7 . . . . . 143**

**Протяните руку своему сообществу**

<i>Сообщество — это разные нужды разных людей</i> . . . . .	145
<i>Друзья, семья, любовь и отношения — рядом и на расстоянии</i> . . . . .	145
<i>Чем полезно сообщество</i> . . . . .	146
<i>Трудности</i> . . . . .	147
<i>Исцелите сперва себя, а потом сообщество</i> . . . . .	149
<i>Заклинания, ритуалы и целебные средства</i> . . . . .	149
Заклинание для исцеления окружающей среды . . . . .	150
Ритуал круга энергии . . . . .	152
Работа с духами места . . . . .	153
Тайное закливание для подписи электронного письма . . . . .	155
Ведьмовство и активизм . . . . .	157
Закливание ветра перемен . . . . .	158
Масло силы в единстве . . . . .	159
Как быть хорошим союзником . . . . .	161
Закливание флага для сообщества . . . . .	162
Стихийные ритуалы для благословения пожертвований . . . . .	164
Закливание силы для выступлений на публику . . . . .	166
<i>Заключение</i> . . . . .	168

**Ваш дом — ваш храм**

*Важность дома* . . . . . 171

*Важность дома как места исцеления.* . . . . 172

*Заклинания, ритуалы и целебные средства.* . . . . 172

    Как изгнать негатив. . . . . 173

    Магия защиты жилья . . . . . 175

    Ритуал избавления от хлама . . . . . 176

    Прорицание над ящиком для мелочей . . . . . 178

    Как почтить защитников своего дома . . . . . 180

Целительные места вне дома . . . . . 182

    Масло благословения дома . . . . . 183

    Крепость на случай изнеможения. . . . . 185

Ценность уединения . . . . . 187

    Садовая магия . . . . . 188

    Средство для мытья полов и дверей, привлекающее богатство . . . . 190

    Смесь благовоний для спокойствия и благополучия. . . . . 192

*Заключение* . . . . . 194

Подведем итоги 195

Дополнительное чтение 196

Ссылки 197

Глоссарий 199

Предметный указатель 200

Посвящение 206

Об авторе 207