

СОДЕРЖАНИЕ



Вступление.....	8
-----------------	---

Часть 1

О Зеленой ведьме.....	11
-----------------------	----

Глава 1	Что такое Зеленое ведовство?.....	12
---------	-----------------------------------	----

Путь Зеленой ведьмы	13
---------------------------	----

Краткая история Зеленого ведовства	18
--	----

Учимся отождествлять себя с Землей.....	22
---	----

Что значит быть Зеленой ведьмой?	25
--	----

Глава 2	Открой в себе внутреннюю силу	31
---------	-------------------------------------	----

Сосредоточься на своих энергетических центрах	32
--	----

Полезные инструменты	37
----------------------------	----

Сделай свой дом священным местом	45
--	----

Создаем священное место за пределами дома.....	61
--	----

Живи в гармонии с землей	64
--------------------------------	----

Глава 3	Настройся на волну природы	67
---------	----------------------------------	----

Узнай больше о своем уголке Вселенной.....	68
--	----

Почувствуй энергию природы вокруг себя	71
--	----



	Как заземлять себя	73
	Работа с четырьмя стихиями.....	74
	Открой и развивай свои чувства	80
Глава 4	Открой для себя силу времен года.....	88
	Циклы и энергии времен года	89
	Как отмечать дни солнцестояния и равноденствия.....	92
	Медитации для каждого времени года	94
	Сезонные ритуалы	101

Часть 2

Как следовать Зеленому пути.....

111

Глава 5	Будь ближе к Земле.....	112
	Солнце, Луна и звезды	113
	Работа с природной энергией.....	120
	Магия деревьев.....	123
	Как использовать энергию цветов	133
	Сильнодействующие травы и растения	141
	Как использовать камни	151
Глава 6	Сад Зеленой ведьмы	161
	Сила сада.....	162



	Как обустроить свой сад.....	165
	Советы по посадке растений	169
	Натуральные средства для ухода за садом.....	170
	Заведи комнатные растения	176
Глава 7	Твори магию Зеленой ведьмы.....	179
	Как заготавливать травы	180
	Как извлечь энергии из трав.....	183
	Как освятить творения своих рук	186
	Как сделать травяные благовония	189
	Как сшить магические мешочки.....	201
	Как изготовить подушечку для сна	203
	Магические мешочки для сада.....	206
	Метла	208
	Как приготовить бальзам	212
	Как создать магические камни для сада.....	216
Глава 8	Стань природной целительницей	224
	Этапы исцеления.....	225
	Как приготовить целебный чай.....	226
	Эфирные масла, насыщающие энергией.....	232
	Восстанавливающие ванны и соли для ванн	239
	Как приготовить восстанавливающие эликсиры.....	247



Глава 9	Кулинарные рецепты	
	Зеленой ведьмы	248
	Как использовать энергии фруктов и ягод.....	249
	Как использовать силу цветов	255
	Как сделать уксус	263
	Как сделать сахар с добавками	264
	Как укрепить здоровье с помощью овощей.....	269
	Как использовать злаки.....	280
Приложение.		
	Перечень магических соответствий.....	286
	Алфавитный указатель.....	297

ПОСВЯЩЕНИЕ

Сае и Сидни — возможно, будущим представительницам следующего поколения Зеленых ведьм.

БЛАГОДАРНОСТИ

Я хочу поблагодарить Эйлин и Бретта за их усердный труд над новой версией этой книги. Я думаю, она стала намного лучше. Также выражаю благодарность первой команде издательства Provenance Press, а особенно — Андреа. Двенадцать лет назад эти ребята помогли мне собрать воедино мои материалы и оформить их как следует. И наконец, я благодарю своих читателей, долгие годы присылавших мне восторженные отзывы на мою первую книгу и требовавших ее переиздания.





ВСТУПЛЕНИЕ

Если ты ищешь внутреннего равновесия, то обязательно поймешь, что жизнь в гармонии с энергией природы снимает стресс и помогает сосредоточиться на нынешнем моменте. И нет лучшего способа изучать природное многообразие, чем путь Зеленой ведьмы.

Это путь женщины, искренне любящей природу, травницы и целительницы. Это неформальная, гибкая и индивидуальная практика, она подойдет всем, кто желает проникнуть в то, что дарит нам природа, обрести баланс и гармонию в своей жизни. В этой книге я расскажу все о духовной практике Зеленой магии — о том, как следовать Зеленому пути в современном мире, о травах, растениях, деревьях, камнях и многом другом. Здесь будут советы, упражнения, описания обрядов и рецепты снадобий и растительных смесей как для повседневных целей, так и для магических.

Эта книга — идеальное практическое руководство для Зеленой ведьмы нового поколения, которая пытается сохранить



связь с природой в условиях современной жизни. Ты узнаешь об истории возникновения Зеленого ведовства и о том, как построить свою собственную практику. Зеленая магия — уникальное явление. Любая женщина найдет в ней что-то свое, что-то близкое ее интересам, а значит, и ее путь будет особенным. Это твоя жизнь, и тебе решать, какие в ней будут правила.

Зеленая ведьма неразрывно связана с природой и ее дарами. Она обращается за помощью к стихиям, чтобы исцелиться, укрепить душевные силы и помочь окружающему миру, строит близкие отношения со всем живым. Сегодня жизнь в гармонии с природой воспринимается как вызов современному индустриальному миру. Но Зеленой ведьме не нужно отказываться от достижений цивилизации. Достаточно просто понять, как соединить жизнь в современном обществе со знаниями прошлого, которые только и ждут, чтобы о них вспомнили и вернули из небытия. Одна из важнейших ее задач — найти поток зеленой энергии и научиться с ней работать.

Прислушайся к звукам окружающего мира. Открой свое сердце. Верни себе утраченное душевное равновесие. И наслаждайся путешествием.

Примечание. В этой книге я обращаюсь к читательницам, к женщинам, но это не значит, что Зеленый путь закрыт для мужчин. Напротив, Зеленых колдунов становится все больше с каждым днем. Так что местоимение «она» используется в тексте исключительно для удобства.



ЧАСТЬ 1

О ЗЕЛЁНОЙ ВЕДЬМЕ



ГЛАВА 1

ЧТО ТАКОЕ ЗЕЛЕНОЕ ВЕДОВСТВО?

Испокон веков Зеленая ведьма жила уединенно и лечила людей, используя энергию трав и деревьев. В те дни все, кто нуждался в ее помощи, отправлялись в неблизкий путь. Современная Зеленая ведьма, скорее всего, живет в большом городе. Возможно, у нее свой бизнес, а может, она работает врачом или воспитательницей в детском саду.

Зеленую ведьму не определяет место проживания или способ заработка. Она не ограничивается работой с растениями, деревьями или травами. Многие думают, что она поклоняется неким силам, нуждающимся в ритуалах и заклинаниях, но и это не так. Зеленую ведьму определяет ее отношение к окружающему миру, ее этика