



АМБРОЗИЯ ХАУТОРН

КАК РАЗБУДИТЬ
свою
ВНУТРЕНнюю СИЛУ

МАГИЯ
В ТЕБЕ

И ДОБАВИТЬ В ЖИЗНЬ
щепотку
ВОЛШЕБСТВА

ИЛЛЮСТРАЦИИ
Джулии Варетта

Современная магия. Книги о поиске своей внутренней силы

Амброзия Хауторн

**Магия в тебе. Как разбудить свою
внутреннюю силу и добавить
в жизнь щепотку волшебства**

«ЭКСМО»

2022

УДК 133.4
ББК 86.42

Хауторн А.

Магия в тебе. Как разбудить свою внутреннюю силу и добавить в жизнь щепотку волшебства / А. Хауторн — «Эксмо», 2022 — (Современная магия. Книги о поиске своей внутренней силы)

ISBN 978-5-04-179076-9

Эта книга заставит тебя поверить, что каждая из нас — немножечко ведьма. Добавь в свою жизнь немного волшебства: научись заваривать целительные чаи, делать ванны для красоты и уверенности, планировать уборку и учёбу по фазам Луны. А заодно разбуди свою фантазию, развей интуицию, научись осознанности и ответственности, найди единомышленников и настоящую любовь. Эта книга — не сборник рецептов, а настоящий путеводитель вглубь себя в поисках своего истинного «я». Найди свой путь и узнай, на что ты способна, если выпустишь свою внутреннюю ведьму на волю! В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

УДК 133.4

ББК 86.42

ISBN 978-5-04-179076-9

© Хауторн А., 2022

© Эксмо, 2022

Содержание

Вступление	7
Глава 1	9
Карьера	12
Учёба	13
Общение с людьми	15
Спорт	17
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Амброзия Хауторн
Магия в тебе. Как разбудить свою
внутреннюю силу и добавить
в жизнь шепотку волшебства

Ambrosia Hawthorn

Anyone Can Be a (Perfect) Witch

© 2022 White Star s.r.l.

© Мазина С. П., перевод на русский язык, 2023

© Издание на русском языке, оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2023

Иллюстрации Джулии Варетто

* * *



Вступление

Ты это слышишь?

Прислушайся.

Это зов.

Он взывает к тебе. Из самой глубины.

Этот зов – приглашение.

Магия – это приглашение.

Оно может звучать по-разному: тихим шёпотом среди быта и повседневных дел; мистическими намёками в виде знаков и удивительных совпадений; но, самое главное, это приглашение исходит из глубины твоей души.

Тебя зовёт твоя внутренняя ведьма.

Это похоже на протянутую руку, которая приглашает тебя отправиться в путь. Предлагает заявить о своих желаниях, призвать внутреннюю силу и изменить жизнь к лучшему. А теперь самое приятное: знай, у тебя уже есть всё, что нужно, чтобы начать. Просто ответь себе на вопрос: ты готова принять это приглашение? Готова поднять голову и смело встретиться лицом к лицу с волшебным и великолепным миром вокруг тебя?

Ведовство – это не знание всех на свете практик и не возвышение себя над остальным. Ведовство – это правдивость, уверенность в себе и понимание того, кто ты есть на самом деле. Ведовство – это всегда рост, потому что стоит начать – и тебе никогда не будет достаточно, ты всегда будешь жаждать большего, жаждать перемен.

Прежде чем продолжить, я хочу немного рассказать о себе. Меня зовут Амброзия, я ведьма-одиночка с пятнадцатилетним стажем. Я основатель и редактор *Whitchology Magazine* – ежемесячного издания для ведьм нашего времени, а также автор нескольких книг: «Книга заклинаний для новых ведьм. 130 простых заклинаний и ритуалов, чтобы изменить свою жизнь», *Seasons of Wicca* и *The Wiccan Book of Shadows*¹. Кроме того, я преподаю курс ведовского мастерства в центре *Venefica Cottage*. Я родилась в Северной Калифорнии и выросла, веря в магию. Я в этой точке моего пути, потому что моя любовь к чудесам и любопытство всегда со мной.

Если ты хочешь понять, с чего начать свой путь в колдовстве, а также лучше познать свою истинную суть – эта книга для тебя.

Мне очень приятно, что ты решила присоединиться ко мне в этом волшебном деле. Я покажу тебе, как пригласить магию в твою повседневную жизнь, как разбудить внутреннюю силу и даже как создавать настоящие заклинания. Желаю тебе успеха в познании ведовства. И искренне надеюсь, что идеи, уроки и философия этой книги помогут тебе так же, как всегда помогают мне.

¹ Пока не опубликованы на русском языке. (Прим. ред.)



Глава 1

Сферы жизни, где магия может оказаться полезна



Почему-то мне кажется, что, раз ты здесь, то наверняка уже знаешь, что мир вокруг тебя наполнен магией. В этом разделе мы поговорим о том, как привлечь её в самые разные сферы

своей жизни. Это не так уж сложно. Нужно лишь поверить в себя, создать намерение от чистого сердца и быть смелой и чуткой. Поверь, этого достаточно, чтобы стать настоящей ведьмой и наполнить мир вокруг тебя ещё большим волшебством.

Ты можешь внедрить магию в любую часть своей жизни – например, в учёбу, работу, общение с людьми, даже спорт и повседневные дела. Более того, это и есть сферы жизни, где магия полезнее и нужнее всего. Все эти занятия могут быть наполнены осознанностью, благими намерениями и магией, и тогда твоя жизнь станет в прямом смысле слова волшебной жизнью подлинной ведьмы. Самые обыкновенные и подчас надоедающие дела можно превратить в настоящие ритуалы, приносящие тебе успех и радость.

Главная цель магии – создать связь между твоей внутренней и внешней сутью и благодаря этому призвать силу для достижения определённых целей. Твоя внутренняя суть – это твои намерения, эмоции, чувства, глубинные мысли. Твоя внешняя суть – это твоё тело и ощущения. К концу главы ты непременно поймёшь, что конкретно ты можешь сделать, чтобы пригласить магию в свою жизнь. Ты поймёшь, что для тебя важно, как использовать то, что тебе полезно, и как избавиться от того, что тебе вредит. Обязательно запиши идеи, которые появятся, в дневник или свою Книгу теней (ты узнаешь, что это, чуть позже).

Эта глава содержит множество полезных ведьмовских советов – например, как взаимодействовать с волшебными предметами, читать по руке и по символам, гадать, работать с дыханием, создать для себя священное место и многое другое. А ещё ты поймёшь, как практиковать магию регулярно. На самом деле, заниматься этим можно в любое время, но, если определить правильные циклы, практики принесут тебе больше пользы и станут полноценной частью твоей жизни.



Карьера

В это может быть сложно поверить, но магию можно использовать, чтобы легче решать проблемы на работе, обрести ясное видение своих целей и уменьшить стресс. Карьерная магия пригодится тебе на любом этапе: от предложения идеальной вакансии до получения повышения или успешного выполнения проектов. Чтобы создать чары для работы, используй предложенные ниже приёмы по отдельности или в комбинации. Постарайся сосредоточиться на том, чего ты по-настоящему хочешь от своей работы, и не забудь добавить щепотку уверенности в себе.

ТРАВЫ И ПРЯНОСТИ. Заваривай с ними чай, добавляй в блюда, которые берёшь на обед, или просто носи в сумочке вместе с самыми обычными вещами. Используй чёрный перец, розмарин, базилик, корицу, лавровый лист и ромашку – почитай об их свойствах в интернете и подбери то, что нужно именно сегодня.

КРИСТАЛЛЫ. Размести повышающие вибрации камни на своём рабочем месте. Также ты можешь носить их как украшения или класть в кошелек или сумочку. А ещё кристаллы помогают, если держать их в руке во время медитации или визуализации своих желаний. В области карьеры будут полезны цитрин, солнечный камень, сердолик, оникс, пирит, аметист, селенит, авантюрин, флюорит, тигровый глаз, нефрит и рубин.

СВЕЧИ И ЦВЕТА. Выбирай одежду подходящих твоим намерениям цветов. Используй цветные свечи. Украшай рабочее место предметами тех оттенков, что помогут тебе добиться желаемого. Жёлтый подойдёт для повышения рабочего духа и улучшения работы в команде. Оранжевый стимулирует амбиции и креативность. Зелёный обеспечит процветание, успех новых идей и начинаний. Коричневый сохранит здоровье, энергию и силы при больших нагрузках.

ФАЗЫ ЛУНЫ. Планируй новые проекты и ставь цели, ориентируясь на фазы Луны. Новолуние лучше всего подходит для начала новых дел, а также для продвижения по карьерной лестнице. Растущая Луна – время ставить цели и развивать мотивацию.

Учёба

Верь в себя и формулируй чёткое намерение, когда решаешь использовать магию в деле образования. Не секрет, что строгие сроки, экзамены, множество разных задач, которые нужно решать одновременно, и постоянное давление могут вводить тебя в стресс и напряжение. Поэтому тебе нужно учиться как следует фокусироваться и расслабляться, а также находить в себе силу и опору, чтобы легко и радостно заниматься учёбой, какой бы она ни была.

Помни, тебе вовсе не обязательно иметь и использовать все инструменты, приводящиеся в этой книге, чтобы быть настоящей (или идеальной) ведьмой. Лучше постарайся почувствовать магию, которая уже искрит на кончиках твоих пальцев. Работай с тем, что есть или доступно, и развивай свой талант, даже если у тебя имеется минимум инструментов.

МАГИЯ ПЛАНИРОВАНИЯ. Да, даже такое ординарное дело можно наполнить волшебством! Используй чары планирования, чтобы наполнить свои намерения силой и воплотить в жизнь желания. Используй обычный планер, ежедневник или даже буллет-журнал, разметь дни по фазам Луны, ретроградным движениям планет, периодам активности Солнца. Не забудь внести данные из своей личной астрологической натальной карты. Это поможет более осознанно подходить к процессу обучения и понимать, какие виды деятельности нужно планировать на какие дни.

ГАДАНИЕ ПО РУКЕ. Взгляни на свою ладонь. Гадание по руке и связь с интуицией могут быть очень полезны на пути к знаниям. Все линии и отметки на ладони содержат значение или послание. Краткая справка ждёт тебя в конце главы. Чтобы узнать больше о том, как их расшифровывать, поищи информацию в интернете, в ближайшей библиотеке или книжном магазине. Узнав, что означают разные линии, изгибы и даже пальцы, ты сможешь взглянуть под новым углом на своё сердце, разум, жизнь и судьбу. И таким образом понять, чему же тебе на самом деле нужно учиться.

МАГИЯ СИГИЛЛ. Нарисуй на чистом листе бумаги сигиллу для сосредоточенности, успеха и мотивации. Самый простой способ создать сигиллу – это нарисовать её из букв, составляющих фразу-намерение (скажем, «У меня всё получается»).



Общение с людьми

Бывало ли такое, что ты чувствовала волнение или дискомфорт от предстоящего общественного мероприятия, события, когда тебе придётся взаимодействовать с другими людьми? Может, ты нервничала, прежде чем войти в комнату, полную людей, или перед свиданием, или зная, что должна заговорить с незнакомым человеком или выступить перед публикой? Социальные связи, долгосрочные и мимолётные, – это огромная и очень важная часть нашей жизни. Независимо от того, интроверт ты или экстраверт, ведовство поможет тебе пройти через моменты волнения, неуверенности и даже страха.

ТРАВЫ. Собери себе флакон, мешочек-саше или кулон с травами и пряностями, которые помогут тебе расслабиться на сложных общественных мероприятиях. Для этого используй гвоздику, чёрный перец, звёздочки аниса, корень валерианы, корень лакрицы, зелёный чай и имбирь.

АМУЛЕТЫ И КРИСТАЛЛЫ. Используй кристаллы, например в виде подвесок или украшения, которые ты носишь на руках. Сперва очисти их от старой энергии с помощью воды или дыма (как это сделать, ты узнаешь чуть позже). А затем можешь надеть на встречу или важное событие. Надевая, не забудь сформировать намерение – думай, в каких чувствах и качествах ты нуждаешься сегодня больше всего.

ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ. В дополнение к прочим практикам или когда у тебя нет доступа к магическим предметам или амулетам, обратись к собственному дыханию. Расслабь плечи. Медленно вдыхай через нос: пусть вдох займёт четыре спокойные секунды (можешь считать про себя). Затем удержи дыхание на две секунды и выпусти воздух, снова сосчитав до четырёх. Вместо счёта ты можешь проговаривать про себя положительные аффирмации или заполнять паузы между вдохами фразами вроде: «Я расслаблена, я сильна, я беззаботна».



Спорт

Занимаешься ты спортом дома, ходишь в тренажёрный зал или посещаешь занятия по фитнесу – ведовство непременно поможет тебе достичь поставленных целей. Есть множество способов добавить капельку магии в твою повседневную физическую активность. Лучше всего заняться этим перед тренировкой в своём священном месте – настроиться и подготовиться. Самое главное в этом процессе – соединить твоё сознание с телом и призвать силу под определённый запрос и цель. И тогда любые физические упражнения будут мало чем отличаться от настоящих магических ритуалов.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ РИТУАЛЫ. Прежде чем браться за любую практику – хоть магическую, хоть рутинную, – нужно подготовиться и провести надлежащие ритуалы. Например, заряди воду в бутылке перед тренировкой. Возьми её в руки и сосредоточься на целях твоего сегодняшнего занятия. Представь, как бутылка наполняется твоей аурой или белым светом. Дыши глубоко и спокойно, сфокусировавшись на намерении. Когда будешь пить воду во время тренировки, с каждым глотком повторяй своё намерение и старайся ощутить, как энергия и сила наполняют тебя.



СВЯЩЕННОЕ ПРОСТРАНСТВО. Найди место, куда ты можешь прийти перед занятиями, которое будет сокровенно и безопасно для тебя. Это может быть твоя комната, спортивная площадка или укромный уголок в зале для фитнеса. Всегда начинай тренировку там и представляй, что готовишься приступить к настоящей сакральной практике. Это можно назвать установкой священного пространства. Сделай глоток заряженной воды и почувствуй, как тебя наполняет энергия. Теперь ты готова, можно начинать. Закончив тренировку, даже если тебе пришлось переместиться (например, во время пробежки), возвращайся в своё особенное место, чтобы отдохнуть и завершить дело. Пропускай энергию через себя и позволяй ей утекать вниз сквозь твои ступни – это называется заземлением. Данная часть тренировки будет называться «закрытием или снятием священного пространства». Помни: это место, которое ты создаёшь сама, безопасно и защищено от внешних сил, негативных мыслей и нежелательных энергий.

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.