The book cover is a vibrant, stylized illustration. At the top, a woman with dark skin and a yellow hoop earring holds a purple crystal. On the left, a woman with dark skin and a goatee looks upwards. In the bottom left, a woman with red hair holds a small green card. In the bottom right, a woman with white skin holds a red flower. A black cat with yellow eyes sits in the center. The background is filled with large, colorful leaves in shades of teal, green, and yellow, along with various magical symbols like stars, a crescent moon, and a heart-shaped crystal. The title is enclosed in a large, light-colored circle with decorative borders.

АМБРОЗИЯ ХАУТОРН

КАК РАЗБУДИТЬ
свою
ВНУТРЕННЮЮ СИЛУ

МАГИЯ В ТЕБЕ

И ДОБАВИТЬ В ЖИЗНЬ
щепотку
ВОЛШЕБСТВА

ИЛЛЮСТРАЦИИ
Джулии Варетта

Амброзия Хауторн
Магия в тебе. Как разбудить
свою внутреннюю силу
и добавить в жизнь
щепотку волшебства
Серия «Современная магия. Книги
о поиске своей внутренней силы»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68723124

*Магия в тебе. Как разбудить свою внутреннюю силу и добавить в жизнь щепотку волшебства / Амброзия Хауторн: Эксмо; Москва; 2023
ISBN 978-5-04-179076-9*

Аннотация

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 A4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

Вступление	7
Глава 1	10
Карьера	15
Учёба	17
Общение с людьми	20
Спорт	23
Конец ознакомительного фрагмента.	25

**Амброзия Хауторн
Магия в тебе. Как
разбудить свою
внутреннюю силу и
добавить в жизнь
щепотку 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 зовет 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 –

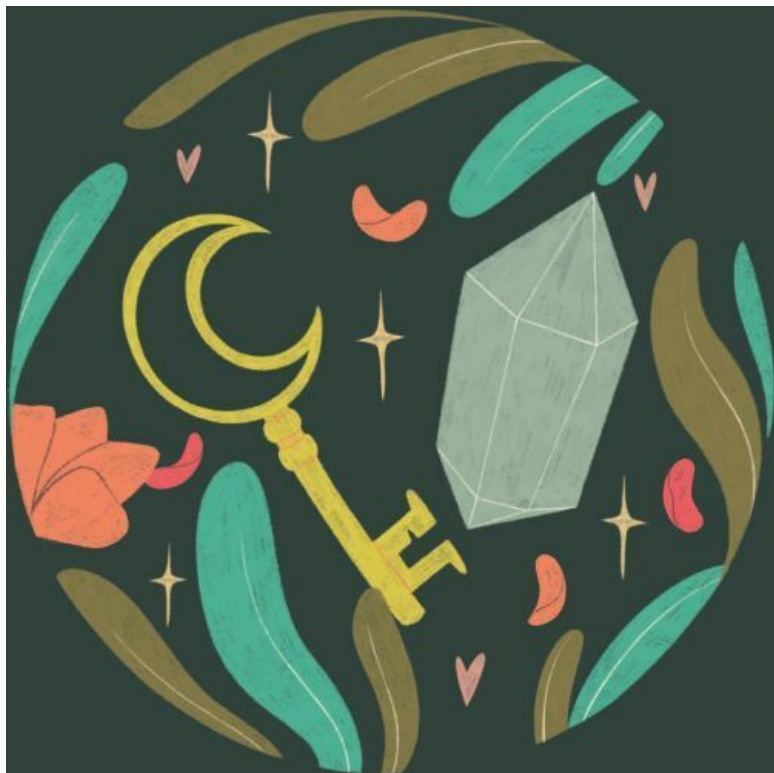
и тебе никогда не будет достаточно, ты всегда будешь жаждать большего, жаждать перемен.

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 ка-

рьеры 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 астрологии-

ческой натальной карты. Это поможет более осознанно подходить к процессу обучения и понимать, какие виды деятельности нужно запланировать 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 собы-

тие. Надевая, не забудь сформировать намерение – думай, в каких чувствах и качествах ты нуждаешься сегодня больше всего.

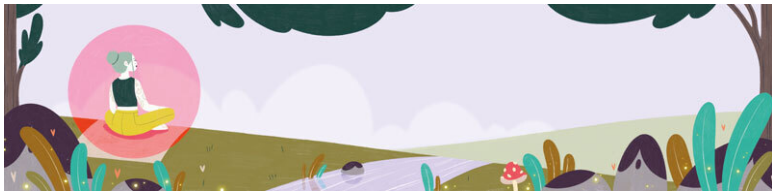
ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ. В дополнение к прочим практикам или когда у тебя нет доступа к магическим предметам или амулетам, обратись к собственному дыханию. Расслабь плечи. Медленно вдыхай через нос: пусть вдох займёт четыре спокойные секунды (можешь считать про себя). Затем задержи дыхание на две секунды 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 своё 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.