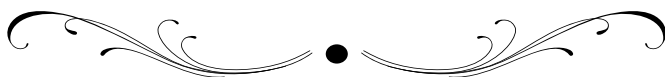


ЭРИН МЁРФИ-ХИСКОК

---

# Green Witch



*Полный путеводитель*

ПО ПРИРОДНОЙ МАГИИ ТРАВ,  
ЦВЕТОВ, ЭФИРНЫХ МАСЕЛ  
И МНОГОМУ ДРУГОМУ



МОСКВА  
2020

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

ВИККА. СИЛА ПРИРОДНОЙ МАГИИ

**Эрин Мёрфи-Хискок**

**GREEN WITCH**

**Полный путеводитель по природной магии трав, цветов,  
эфирных масел и многому другому**

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*. Руководитель направления *М. Виноградова*

Ответственный редактор *В. Кутырева*. Редактор *Е. Науменко*

Литературный редактор *Е. Журба*. Младший редактор *М. Гусарова*

Художественный редактор *Е. Анисина*. Компьютерная верстка *Н. Зенков*

Корректоры *О. Гаманек, Л. Снеговая, Л. Юсупова, В. Ганчурина, И. Львова*

В оформлении обложки использована иллюстрация:

© Nata\_Slavetskaya / iStock / Getty Images Plus / GettyImages.ru

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации:

© Nata\_Slavetskaya / iStock / Getty Images Plus / GettyImages.ru

**ООО «Издательство «Эксмо»**

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Өндүрүш: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.  
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

Тауар белгісі: «Эксмо»

**Интернет-магазин:** [www.book24.ru](http://www.book24.ru)

**Интернет-магазин:** [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

**Интернет-дүкен:** [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды

қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС,

Алматы қ., Домбровский көш., 3-а», литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайтта: [www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ  
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»

[www.eksmo.ru/certification](http://www.eksmo.ru/certification)

Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 15.04.2020. Формат 60x84<sup>1/16</sup>.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 17,73.

Доп. тираж 2000 экз. Заказ

16+



ISBN 978-5-04-105713-8  
9 785041 105713



# Witch

НЕУДЕРЖИМАЯ. НЕУКРОТИМАЯ. НЕПОКОРНАЯ



Лиза Листер – ведьма в третьем поколении, целительница и хранительница цыганской магии, автор книг для женщин, мечтающих научиться управлять своей силой и доверять интуиции. Ее книга – манифест подлинной женской силы, мудрости, естественной природы. В этой книге вы найдете и краткую историю магии и магических направлений, и множество рецептов, заклинаний и ритуалов, передававшихся в семье Лизы Листер.

УДК 133.3  
ББК 86.42  
М52

Arin Murphy-Hiscock  
THE GREEN WITCH: Your Complete Guide to the Natural Magic of Herbs,  
Flowers, Essential Oils, and More

Copyright © 2017 by Simon and Schuster, Inc.  
Публикуется с разрешения издательства Adams Media, an imprint of Simon & Schuster  
(США) при содействии Агентства Александра Корженевского (Россия)

**Мёрфи-Хискок, Эрин.**  
М52 Green Witch. Полный путеводитель по природной магии трав, цветов,  
эфирных масел и многому другому / Эрин Мёрфи-Хискок ; [перевод с ан-  
глийского М. Быковой]. — Москва : Эксмо, 2020. — 304 с. — (Викка. Сила  
природной магии).

ISBN 978-5-04-105713-8

Открой для себя силу и мудрость Земли с практическим руководством от Эрин Мёрфи-Хискок, специалистом по работе с силами природы и автором множества книг-бестселлеров. Это не сборник чудодейственных ритуалов и заклинаний, которые обещают тебе «все и сразу». Это книга о Зеленой магии для Зеленой ведьмы.

Зеленая ведьма слышит голос природы даже в Большом городе, почитает все живое вне зависимости от его размеров, помнит, что все в мире взаимосвязано, и никому ничего не навязывает. Прежде всего — самой себе. И если ты разделяешь эти ценности — эта книга для тебя.

Из нее ты узнаешь, как направлять природные энергии на свои цели, использовать камни и кристаллы, чтобы наладить связь с местом, где живешь; как очистить свой дом от негативной энергии, как делать целебные снадобья из трав, цветов и масел, как правильно вести магический дневник и найти свой собственный Зеленый путь!

УДК 133.3  
ББК 86.42

ISBN 978-5-04-105713-8

© Быкова М., перевод на русский язык, 2019  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2020

# 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
<b>Глава 4</b>	<b>Открой для себя силу времен года.....</b>	<b>88</b>
	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

<b>Глава 5</b>	<b>Будь ближе к Земле.....</b>	<b>112</b>
	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
<b>Глава 6</b>	<b>Сад Зеленой ведьмы .....</b>	<b>161</b>
	Сила сада.....	162



	Как обустроить свой сад.....	165
	Советы по посадке растений .....	169
	Натуральные средства для ухода за садом.....	170
	Заведи комнатные растения .....	176
<b>Глава 7</b>	<b>Твори магию Зеленой ведьмы.....</b>	<b>179</b>
	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
<b>Глава 8</b>	<b>Стань природной целительницей .....</b>	<b>224</b>
	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



<b>Глава 9</b>	<b>Кулинарные рецепты</b>	
	<b>Зеленой ведьмы .....</b>	<b>248</b>
	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
<b>Приложение.</b>		
	<b>Перечень магических соответствий.....</b>	<b>286</b>
	<b>Алфавитный указатель.....</b>	<b>297</b>

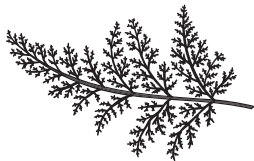


## **ПОСВЯЩЕНИЕ**

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



и близость к природе. По сути, она не просто живет в гармонии с природой; природа — это и есть ее образ жизни.

Путь Зеленой ведьмы — очень личный. На нем сходятся твои способности, твои пристрастия и предубеждения, климат твоего края и энергии окружающего тебя мира. Это не следование определенным традициям, а личный идеал.

## Путь Зеленой ведьмы

Согласно распространенному мнению, Зеленое ведовство — это способ самовыражения, основанный на взаимодействии с окружающим миром. Зеленая ведьма использует природные энергии для достижения магических целей. В общем и целом, в колдовстве почитаются бог и богиня (иногда — только богиня), а магия считается проявлением природных сил.

Ведовство часто путают с виккой — современной альтернативной религией, основанной на почитании природы. У них действительно много общего, в частности связь с природой, но викка — это все-таки религия, а ведовство — нет. Существует довольно много разновидностей ведовства — более или менее оформленных и структурированных. В этой книге я буду использовать термин «ведовство» в значении «взаимодействие с природными энергиями для достижения определенных целей без религиозного подтекста».