

ОДА МУЗЕ КРИСТАЛЛОВ

«Муза кристаллов» очаровывает! Она полна изящества, глубоких знаний и той самой магии, которая происходит только тогда, когда за плечами авторов годы практической работы с невидимыми мирами. Я очень рекомендую эту книгу всем, кто хочет наслаждаться жизнью, и кто хочет достигнуть всех своих целей».

— КРИСТИАН НОРТРОП,

автор книги «Богини никогда не стареют»¹, бестселлера по версии «Нью-Йорк Таймс»

«Мои отношения с кристаллами начались во время поездки в Седону, штат Аризона, где я посетила так называемую энергетическую воронку в красных скалах. Теперь у меня дома есть алтарь с кристаллами, и я расставляю их вокруг мата, когда занимаюсь йогой. Каждый кристалл — дар терпения и любви к себе. В трудные времена “Муза кристаллов” подскажет, как соединиться с успокаивающей, укореняющей энергией кристаллов, которые помогут восстановить связь с самим собой и окружающими».

— ЛЕНА ДАНЭМ,

актриса, писатель и режиссёр

«Хизер и Тимми делятся простыми, но очень эффективными ритуалами, которые помогут вам каждый день заряжаться энергией Вселенной. Каждая глава срывает покров тайны с кристаллов и рассказывает, как вы можете использовать их в повседневной жизни для достижения по-настоящему волшебных результатов».

— ГАБРИЭЛЬ БЕРШТЕЙН,

автор книги «The Universe Has Your Back», бестселлера #1 по версии «Нью-Йорк Таймс»

«Я верю, что здоровый образ жизни начинается со здоровья разума. “Муза кристаллов” научила меня, как использовать энергию кристаллов, чтобы изменить мировоззрение... Теперь я готова к любым испытаниям, которые готовит мне новый день. И это при том, что я супермама троих детей: хаос в моей жизни неизбежен!»

— МОЛЛИ СИМС,

мама, актриса и писатель

«Эту книгу обязаны прочесть все — от просто любопытствующих до настоящих кристалльных “маньяков”! Благодаря множеству практических ритуалов, доступным описаниям кристаллов и чёткому руководству, эта книга стала моим главным справочником во всём, что касается кристаллов».

— ЭММА МИЛДОН,

автор международного бестселлера «The Soul Searcher's Handbook»

«Наконец-то! Книга о кристаллах, которая по-настоящему объясняет, как ими пользоваться в современном мире! Вместе с “Музой кристаллов” вы отправитесь в путешествие в ваш внутренний мир, которое перевернёт вашу жизнь! А помогут в этом простые ритуалы с кристаллами, которые займут не более одиннадцати минут в день».

— ДЖЕЙСОН ВАЧОБ,

основатель и президент компании Майнбодигрин, автор книги «Wealth»

«Эта красочная книга станет вашей библией в мире кристаллов! Её нужно прочесть всем — как тем, кто увлекается камнями, так и просто любознательным читателям!»

— РУБИ ВАРРИНГТОН,

основатель компании Нуминос, автор книги «Material Girl, Mystical World»

¹ Нортроп Кристиан Богини никогда не стареют. М., Эксмо, 2017. 430 стр.

«Заряженные энергией, интуицией и терпением, кристаллы возникли в результате бесконечных трансформаций нашей планеты, а значит, хранят глубочайшую мудрость и способность исцелять. Они — отличное напоминание о том, что мы тоже можем изменяться. “Муза кристаллов” объединяет рассказ о здоровом образе жизни с повествованием о кристаллах. В книге вы найдете множество практических техник работы с энергией кристаллов».

— ДЖЕЙСОН МРАЗ,
певец и композитор

«Многим читателям моего блога, как и мне самой, очень интересно было больше узнать о кристаллах: чем они могут нам помочь, как с ними подружиться и окунуться в их магию! Наконец, два прекрасных создания сняли завесу тайны и очень доступно, понятно и практично рассказали нам о кристаллах. Хизер и Тимми показали нам, как использовать древние тайны кристаллов в нашем современном мире».

— ДЖОРДАН ЯНГЕР,
основатель «The Balanced Blonde» и автор книги «Breaking Vegan».

«“Муза кристаллов” предлагает поддержку, советы по оздоровлению и исцелению. Она будет полезна всем, кто хочет источать свет и расти».

— ДЖИЛЛ УИЛЛАРД,
экстрасенс и автор книги «Intuitive Being»

«Задача моды — создать мгновение. Ритуалы из книги “Муза кристаллов” помогают мне ощущать присутствие в настоящем, чтобы создавать моду будущего».

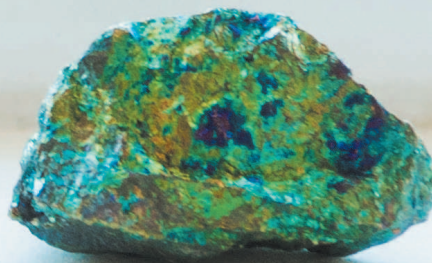
— МЭРИ ЭЛИС ХАНЕЙ
модный дизайнер, креативный директор и управляющий компании Ханей

«Работать в музыкальной индустрии и быть при этом мамой троих детей совсем не просто. Стресс неизбежен. Ритуалы из книги “Музы кристаллов” помогают мне успокоить разум, каким-бы сумасшедшим не выдался день».

— ДЖОДИ ГЕРСОН,
председатель и исполнительный директор компании Юниверсал Пабблишинг Групп

Всем, кто любит кристаллы.
Всем, кто ищет свой путь.
Всем новаторам и мечтателям.
Всем, кто хочет обрести свет и тянется к миру духовности.

Эту книгу благословили:
Лама Церинг Вангду Ринпоче,
Амма Шри Карунамайи
Джон от Бога



ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 13

ГЛАВА 1

ОЗАРЕНИЕ, ИЛИ С ЧЕГО ВСЕ НАЧАЛОСЬ

—
15

ГЛАВА 2

КОРОТКО О КАМНЯХ

ВСЕ, ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О РАБОТЕ С НИМИ

—
21

ГЛАВА 3

ОЧИЩЕНИЕ ПРОСТРАНСТВА

ОЧИЩАЕМ ДОМ, КРИСТАЛЛЫ И СЕБЯ

—
35

Селенит 43

Ритуал очищения пространства 45

Гималайская соль 48

ГЛАВА 4

ОСВОБОЖДАЕМ РАЗУМ

МЕДИТАЦИЯ КАК СПОСОБ СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ,
РАЗГРУЗИТЬ МОЗГ И ИЗБАВИТЬСЯ ОТ СТРЕССА

—
51

Шунгит 53

Ритуал «Разум обезьяны» 55

Медитация «Воронка» 56

Медитация «Молитва и чудеса» 61

Горный хрусталь 65

Ритуал «Медитативное
раскрашивание» 66

Избавляемся от стресса с помощью
групповой медитации 69

ГЛАВА 5

ВАШ ВНУТРЕННИЙ ХРАМ

3 ШАГА К ЗНАКОМСТВУ С СОБОЙ
ЧЕРЕЗ РАЗМЫШЛЕНИЕ И ВНУТРЕНнюю
ТРАНСФОРМАЦИЮ

—
73

| | |
|--------------------------------|----|
| Черный обсидиан | 75 |
| Ритуал «Размышление» | 76 |
| Ритуал «Свет и тьма» | 79 |
| Гематит | 83 |
| Ритуал «Отпускаем и смиряемся» | 84 |
| Базальт | 87 |

ГЛАВА 6

СТАНЬТЕ ДЕНЕЖНЫМ МАГНИТОМ

КАК ПРИВЛЕЧЬ БОГАТСТВО, УСПЕХ И ИЗОБИЛИЕ

—
89

| | |
|-----------------------------------|-----|
| Тигровый глаз | 93 |
| Ритуал «Чаша духовного богатства» | 95 |
| Нефрит | 97 |
| Ритуал на собственность | 99 |
| Авантюрин | 101 |
| Ритуал «Денежный магнит» | 103 |
| Цитрин | 109 |
| Ритуал «Счастливая Семерка» | 110 |

ГЛАВА 7

ОТ УПАДКА К ПРОРЫВУ

ПРЕВРАЩАЕМ ТРУДНОСТИ В ВОЗМОЖНОСТИ
ДЛЯ РОСТА

—
113

| | |
|-----------------------------|-----|
| Дымчатый кварц | 118 |
| Ритуал «К центру Земли» | 119 |
| Хризоколла | 122 |
| Ритуал «Медицинское колесо» | 123 |
| Голубой агат | 127 |

ГЛАВА 8

ГУРУ ЛЮБВИ

РИТУАЛЫ НА ПРИВЛЕЧЕНИЕ ЛЮБВИ
И РАЗЖИГАНИЕ СТРАСТИ. СПОСОБЫ ПОЛЮБИТЬ
СЕБЯ И ЗАЛЕЧИТЬ РАНЫ

—
129

| | |
|--|-----|
| Ритуал на привлечение любви | 133 |
| Сорокадневный ритуал на привлечение любви | 139 |
| Малахит | 143 |
| Ритуал «Пожелания любви» | 145 |
| Ритуал «Колесо любви к себе» | 147 |
| Розовый кварц | 151 |
| Ритуал «Бережем любовь» | 152 |

ГЛАВА 9

ВАС СТАНЕТ ТРОЕ

КРИСТАЛЛЫ ДЛЯ БУДУЩЕЙ МАМЫ: ЗАЧАТИЕ, БЕРЕМЕННОСТЬ И РОДЫ. ПОМОЩЬ ПРИ ТРУДНОЙ БЕРЕМЕННОСТИ И ПРОБЛЕМАХ ВЫНАШИВАНИЯ

—
157

| | |
|--|-----|
| Ритуал «Осознанное зачатие» | 159 |
| Лунный камень | 163 |
| Ритуал для тех, кто пережил неудачную беременность | 165 |
| Ритуал «Погружение в любовь» | 169 |
| Ритуал «Таинство рождения» | 171 |
| Ритуал «Новое начало» | 175 |

ГЛАВА 10

СЛАДКИХ СНОВ

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ, КАК ПОВЫСИТЬ КАЧЕСТВО СНА

—
179

| | |
|---|-----|
| Ритуал «Обрести равновесие» | 183 |
| Флюорит | 185 |
| Ритуал для избавления от боли, исцеления и эмоциональной стабильности | 187 |
| Аметист | 189 |
| Кристалльная раскладка «Билет в страну сновидений» | 191 |
| Целестит | 193 |

ГЛАВА 11

ПРОГОНИ ВАМПИРА

ИЗБАВЛЯЕМСЯ ОТ НЕГАТИВНОЙ ЭНЕРГИИ

—
195

| | |
|------------------------------------|-----|
| Ритуал «Обрываем связи» | 199 |
| Черный кианит | 202 |
| Ритуал духовного чистки | 203 |
| Черный турмалин | 208 |
| Браслеты для энергетической защиты | 209 |
| Пирит | 211 |

ГЛАВА 12

СИЛА ЛУНЫ

ПОЗНАЕМ СЕБЯ ЧЕРЕЗ РАБОТУ С НЕБЕСНЫМИ ТЕЛАМИ

—
213

| | |
|----------------------------------|-----|
| Ритуал «Мандала Матери Луны» | 217 |
| Лабрадор | 221 |
| Ритуал «Желания в Новолуние» | 223 |
| Фантомный кварц | 227 |
| Алтарь для единения со Вселенной | 231 |
| Унакит | 233 |

ГЛАВА 13

ГДЕ НАЙТИ ВДОХНОВЕНИЕ?

КЛЮЧИ В МИР ТВОРЧЕСТВА И ВООБРАЖЕНИЯ

—
235

| | |
|---------------------------------|-----|
| Ритуал «Ключ к творческому “Я”» | 239 |
| Сердолик | 241 |
| Ритуал «Прочь из зоны комфорта» | 243 |
| Ритуал «Жезл творческого духа» | 247 |
| Оликоглаз | 251 |

ГЛАВА 14

ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС

ОБЪЯТЬ СВЕТ И ТЬМУ НА ПУТИ
ДУХОВНОГО РОСТА

—
253

| | |
|--|-----|
| Ритуал «Всё наладится» (Хо'опонопоно) | 257 |
| Красная яшма | 259 |
| Ритуал «Открой сердце навстречу тени» | 263 |
| Родонит | 266 |
| Ритуал «Погружение в сознание» | 269 |
| Лемурийский кварц | 272 |

ПОСЛЕСЛОВИЕ 275

ГЛОССАРИЙ 277

АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ 287

БЛАГОДАРНОСТИ 296

ОБ АВТОРАХ 299



ВВЕДЕНИЕ

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЭТОЙ КНИГОЙ

Книгу «Муза кристаллов: раскрой себя с помощью ежедневных ритуалов» я написала специально для вас. На этих страницах вы найдёте практические приёмы, которые помогут полностью раскрыть ваш потенциал. Как? С помощью чудесных кристаллов, конечно же!

В каждой главе вас ждёт подборка простых ритуалов, которые изменят вашу жизнь. За каждым из них стоят годы изучения и практической работы с самым волшебным из даров Земли — камнями и минералами. Я отобрала только те приёмы, которые показали наилучший результат. Когда вы ближе познакомитесь с камнями, то, вероятно, захотите создать свои собственные ритуалы. Главное, всегда доверяйте своей интуиции и внутреннему голосу. Помните: вы знаете себя лучше, чем кто бы то ни было!

Считайте, что перед вами книга рецептов. Ее можно просто пролистать, а можно прочитать от корки до корки.

Изучите оглавление, и, если какая-то глава привлечет ваше внимание, сделайте пометку. Возможно, сама интуиция подсказывает вам, что именно этот ритуал стоит опробовать. А может, все дело в простом любопытстве!

Нам с Тимми не терпится поведать вам о наших приключениях. С самого основания нашего общего дела, компании Энерджи Мьюз, мы разделили обязанности. Я знаю всё о камнях и отвечаю за творческую часть проекта, а Тимми занимается развитием нашего бизнеса. И хотя с этих страниц будет звучать только мой голос, главным подарком судьбы я считаю то, что этот путь мы с Тимми прошли бок о бок. Мы хотим вдохновить вас на более глубокое погружение в вашу жизнь, хотим, чтобы вы нашли ответ на вопрос: как полностью раскрыть собственный потенциал.

Итак, поговорим о камнях!

ХИЗЕР АСКИНОЗИ



ОЗАРЕНИЕ, ИЛИ С ЧЕГО ВСЕ НАЧАЛОСЬ

«Кристалльная чистота — новая суперсила»

ХИЗЕР АСКИНОЗИ,

специалист по камням и холистической медицине

Я работаю с кристаллами вот уже четверть века. За это время я повидала много людей, которые в корне изменили свою жизнь. Кто-то улучшил свое финансовое положение, кто-то поправил здоровье. Я видела, как люди находят свою вторую половинку, залечивают старые раны и избавляются от негативного взгляда на жизнь. Мне даже довелось встретить женщин, которым спустя годы неудачных попыток наконец-то удалось забеременеть.

Камни — инструмент самой Земли. Они помогают замедлиться и вспомнить о нашем истинном предназначении. И это не хуже, чем пребывание в красивом саду или на райском пляже. Посреди суеты современного мира мы подчас забываем о том, какими прекрасными качествами наделена наша душа. Работа с камнями и минералами поможет вспомнить об этом.

До моего знакомства с миром камней, я думала, что у меня есть все. Во всяком случае, по общепринятым меркам. Я выросла в маленьком городке у моря в Южной Калифорнии, где царил дух свободы. Круг друзей моих родителей состоял из самых разных людей, и я с детства научилась мыс-

лить широко. Моя бабушка гадала мне на чайных листьях, и каждый год я получала от нее астрологический прогноз. Моя мать очищала пространство дома, окуривая его шалфеем, и сверялась с лунным календарём. Но хоть я и выросла в таком окружении, я ничего не слышала о силе кристаллов.

После колледжа я стала риелтором, и долгое время моя жизнь катилась как по маслу. У меня было всё, чего можно желать: семья, друзья, домик у моря, деньги и никаких обязательств. Пока в один прекрасный день я не наткнулась на странный магазинчик, который только открылся на нашей улице. Уставившись на витрину, я не могла оторвать взгляд от необычных предметов. Сначала я постеснялась зайти внутрь, но потом любопытство (а уж его мне не занимать!) взяло верх, и я решилась. Стоило мне переступить порог, как я будто бы оказалась в другом мире — красочном мире волшебства, мудрости и, самое главное, тайн.

Полки магазина были уставлены брусками мыла, баночками с маслами и всевозможными камнями — множеством камней. Я указала на один из них и воскликнула: «В жизни ничего красивее не видела!»

Хозяйка магазина меня услышала: «Это кристалл аметиста из Бразилии. Он излучает успокаивающую энергию. Подержите его в руках, ощутите вибрацию камня».

О чём это она? Кристалл? Энергия? Вибрация? Должно быть, хозяйка прочла мои мысли, потому что не успела я опомниться, как она подошла, вложила камень мне в ладонь и сжала мои пальцы вокруг его холодной поверхности.

«Просто почувствуйте» — сказала она.

Я послушалась. Я держала камень в руках и ощущала его.

Потом взяла ещё один, и ещё. Я пробыла в магазине до самого закрытия.

С того дня я стала жить двойной жизнью. Днём я была успешным риелтором, но всё свободное время я проводила в этом маленьком магазине с камнями. Во мне назревали большие изменения. Энергия камней увлекала меня в их мир. Камни зачаровали меня. Мне хотелось поставить жизнь на паузу, чтобы больше времени проводить с камнями и невероятными кристаллами.

Мне хотелось больше узнать о каждом камне, как если бы это были мои новые друзья. «Откуда ты?» — спрашивала я у камня. «Бразилия? Перу? Мадагаскар?» Хозяйка магазина поведала мне, что каждый из них уникален и излучает энергетические вибрации, которые способны пробудить человека, вдохновить его на перемены и даже в корне изменить его жизнь. Но как такое под силу всего лишь камню? А если это и правда так, то почему же никто не делится этим древним секретом? В конце концов, любопытство взяло верх над скепсисом. Я купила несколько образцов и разложила их по всему дому.

Сначала я просто любовалась ими. Затем я завела привычку каждый вечер

перед сном брать мой аметист в руки. Казалось, будто внутри него сокрыт целый мир энергии, недоступный невооружённому глазу. Я как губка жадно впитывала всю информацию о камнях, какую мне только удавалось найти. Книг по этой теме было совсем мало, я купила одну из них и прочла от корки до корки в один присест. На следующий же день я созвонилась с автором книги и спросила, не согласится ли она рассказать мне побольше о камнях. Не прошло и недели, как я приземлилась на Гавайях. Моё путешествие в мир камней официально началось.

Вскоре работа с камнями полностью меня поглотила. Все деньги, что я зарабатывала на продаже недвижимости, я тут же тратила на путешествия по всему миру, чтобы пообщаться с шаманами, целителями, специалистами по работе с энергией и мастерами Фэншуй. Когда друзья звали меня на очередную вечеринку, я неизменно отвечала: «Простите, в этот раз никак. Мне надо заниматься камнями». Конечно же, друзья думали, что я слетела с катушек. Но я знала, что камни открыли мне путь в новый волшебный мир, и я наконец-то чувствовала себя по-настоящему живой.

Пройдя этот путь, я стала свободной, ощутила внутреннюю силу и научилась смирению, но этот путь был тернистым. Это сейчас вы можете купить себе кристалл даже в Таргете^[1], но, когда я только начинала, мало кто разделял мой интерес. Как меня только не называли! И «ведьмой», и «чокнутой». Впрочем, и теперь, четверть века спустя, люди продолжают меня так называть, но я за это время стала старше и мудрее, и воспринимаю эти слова как комплимент.

Путь духовного роста — не для тех, кто легко сдаётся. Бывают дни, когда проще всего не обращать внимания на ту вну-



тренную борьбу, которая неизбежно будет происходить в вашей душе. Бывают дни, когда вас одолевает одиночество. В самом начале я часто отправлялась в уединённые уголки Земли: общалась с целителями в джунглях Белиза и поднималась в горы в самом сердце Бали, чтобы в очередной раз встретиться с моими единомышленниками. Но даже в те дни, когда одиночество казалось невыносимым, меня успокаивала энергия Земли, ярких растений и древних камней, которые меня окружали.

В основном знания о камнях и их целительной силе мне передавали из уст в уста. Я опробовала на себе воздействие «сетки из кристаллов», когда камни раскладывают на теле человека по определенной схеме. Я побывала в «медицинских колёсах» — древних каменных сооружениях в самом сердце пустыни. Но пришло время структурировать все полученные знания, чтобы поделиться ими с другими. Ещё не став известной, я стала проводить сеансы массажа

кристаллами и горячими камнями. Я прятала камни в домах, которые собиралась продать, чтобы сбалансировать энергию этого места. Я дарила камни друзьям и просила их сообщить мне, если в их жизни что-нибудь внезапно изменится. И вскоре я обнаружила, что ничто на свете не радует меня так, как успехи и процветание людей, с которыми я делилась своими знаниями.

Пришло время принять решение. Стоит ли мне шагнуть в неизвестность и полностью посвятить себя изучению тайных целительных ритуалов с камнями? Или же лучше остаться в своей зоне комфорта, которую мне обеспечивала суматошная, но успешная карьера риелтора? В конце концов, мне по-прежнему нужно было оплачивать счета, и рано или поздно мои сбережения закончились бы.

Я выбрала камни. Или это они выбрали меня? Я встала на путь одиночки, искательницы приключений и правды. Я проводила бесконечные часы за работой с камнями,



ведь они и были моими источниками мудрости. Моя жизнь изменилась навсегда.

Это было потрясающе, будто появились крылья за спиной! Но это было и невероятно трудно!

Пока мои друзья покупали дома и обзаводились семьями, я покупала камни. Люди не понимали меня, да порой и я не понимала саму себя. Как я дошла до такой жизни? Разве для того мои родители растили меня, отправили в колледж и обеспечили мне твердую почву под ногами, чтобы я в конце концов стала лечить людей энергией камня? Одна мудрая женщина сказала мне однажды: «Твой путь тернист, но, в конце концов, тебя ждет награда». Она оказалась права.

Пожалуй, самой главной наградой оказалась моя подруга детства Тимми. Пока я всецело погружалась в изучение камней, Тимми строила карьеру в мире моды. Про таких говорят «продавец от бога». Я бесконечно гордилась успехами моей лучшей подруги. Когда Тимми предложила нам с ней объединить силы, радости моей не было предела! Она знала все о создании и развитии бизне-

са, а я знала все о кристаллах. Так появилось на свет наше детище — компания Энерджи Мьюз, где мы занимаемся работой с энергией, используя силу камней.

Мы начали с запуска линейки особых украшений с камнями, каждое из которых могло помочь своему обладателю в достижении его целей и желаний. С помощью наших украшений мы стремились рассказать всему миру о пользе камней, разрушить мифы и стереотипы, научить людей использовать камни в простых ежедневных ритуалах. Нам потребовались десятилетия, чтобы наладить сотрудничество с добывающими компаниями по всему миру, чтобы получать образцы чистого происхождения и с самым высоким уровнем вибрации. Каждый день мы помогаем людям вспомнить об их собственной внутренней силе, открывая им источник самой чистой в мире энергии — энергии матери Земли.

«Любовь — это Земля»

— МЕЛОДИ,
эксперт по камням

