



От автора 15

1

ЧЕМ ВАМ ПОМОГУТ КРИСТАЛЛЫ?

17

| | |
|--------------------------------|----|
| Древние как мир ... | 20 |
| Кристаллы и технологии | 20 |
| Стремления и цели | 21 |
| Что даст вам эта книга? | 23 |
| Ритуалы очистки | 24 |
| Числа в ритуалах с кристаллами | 25 |

2

КРИСТАЛЛЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

27

| | |
|---|----|
| АГАТ Привести жизнь в равновесие | 28 |
| АМАЗОНИТ Обрести надежду | 32 |
| АМЕТИСТ Обрести спокойствие духа | 36 |
| АНГЕЛ-АУРА КВАРЦ Найти время для игр | 40 |
| АНГЕЛИТ Связь с ангелами | 44 |
| АПАТИТ Обрести вдохновение | 48 |
| АПОФИЛЛИТ Настроиться на позитив | 52 |
| АКВАМАРИН Принять себя | 56 |
| АРАГОНИТ Справиться с гневом | 60 |
| АВАНТЮРИН Призвать удачу | 64 |
| АЗУРИТ Повысить уровень концентрации внимания | 68 |
| ЧЁРНЫЙ КИАНИТ Разрывать связь с токсичными людьми | 72 |
| ЧЁРНЫЙ ТУРМАЛИН Защитить себя и личное пространство | 76 |
| ГЕЛИОТРОП или КРОВАВАЯ ЯШМА Восстановить силы | 80 |
| ГОЛУБОЙ ПОЛОСАТЫЙ АГАТ Избавиться от стресса | 84 |
| СЕРДОЛИК Раскрыть творческий потенциал | 88 |
| ЦЕЛЕСТИН Здоровый сон | 92 |
| ХРИЗОКОЛЛА Начать с чистого листа | 96 |



| | | | |
|------------------------------|---|---|-----|
| ХРИЗОПРАЗ | И | Наладить связь с людьми | 100 |
| ЦИТРИН | И | Настроиться на счастье | 104 |
| ГОРНЫЙ ХРУСТАЛЬ | И | Достичь просветления | 108 |
| ЭПИДОТ | И | Пережить предательство | 112 |
| ФЛЮОРИТ | И | Загадывать желания | 116 |
| ГРАНАТ | И | Пробудить страсть | 120 |
| ЗОЛОТОЙ КВАРЦ | И | Разрешение семейных конфликтов | 124 |
| ГЕМАТИТ | И | Обрести почву под ногами | 128 |
| СИНИЙ КОРДИЕРИТ | И | Избавиться от долгов | 132 |
| НЕФРИТ | И | Процветание | 136 |
| ЛАБРАДОР | И | Максимальное раскрытие потенциала | 140 |
| ЛАЗУРИТ | И | Стать хозяйкой своей судьбы | 144 |
| ЛЕМУРИЙСКИЙ КВАРЦ | И | Научиться терпению | 148 |
| ЛЕПИДОЛИТ | И | Справиться с тревогой | 152 |
| МАЛАХИТ | И | Изменить жизнь | 156 |
| ЛУННЫЙ КАМЕНЬ | И | Найти своё жизненное предназначение | 160 |
| ОКЕАНИЧЕСКАЯ ЯШМА | И | Ставить на первое место себя | 164 |
| ПРИЗРАЧНЫЙ (ФАНТОМНЫЙ) КВАРЦ | И | Преодолевать преграды | 168 |
| РОЗОВЫЙ ОПАЛ | И | Научиться эмпатии | 172 |
| ПИРИТ | И | Притянуть богатство | 176 |
| РАДУЖНЫЙ ОБСИДИАН | И | Исцеление от душевных травм | 180 |
| КРАСНАЯ ЯШМА (ЯСПИС) | И | Избавиться от привычки к прокрастинации | 184 |
| РОДОХРОЗИТ | И | Повысить самооценку | 188 |
| РОДОНИТ | И | Научиться прощать | 192 |
| РОЗОВЫЙ КВАРЦ | И | Открыть сердце для любви | 196 |
| СЕЛЕНИТ | И | Очистить себя и окружающее пространство | 200 |
| ШУНГИТ | И | Очистить разум, тело и дух от токсинов | 204 |
| ДЫМЧАТЫЙ КВАРЦ (РАУХТОПАЗ) | И | Отпустить ставшее бесполезным | 208 |
| СОДАЛИТ | И | Научиться чётко выражать мысли | 212 |
| СОЛНЕЧНЫЙ КАМЕНЬ | И | Разнообразить сексуальную жизнь | 216 |
| ТИГРОВЫЙ ГЛАЗ | И | Обрести смелость | 220 |
| ТУРМАЛИНОВЫЙ КВАРЦ | И | Избавиться от негатива | 224 |
| БИРЮЗА | И | Ставить на первое место своё здоровье | 228 |
| УНАКИТ | И | Научиться быть благодарным | 232 |



3

КОМБИНАЦИИ КРИСТАЛЛОВ И ИХ НАЗНАЧЕНИЕ

237

| | |
|--|-----|
| ОБРЕСТИ ТЕРПЕНИЕ | 238 |
| ОТКРЫТЬ ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ | 240 |
| ДОБИТЬСЯ КАРЬЕРНЫХ УСПЕХОВ | 243 |
| Выбор карьеры | |
| Продвижение по карьерной лестнице | |
| Смена работы | |
| Увольнение по собственному желанию | |
| Оправиться после увольнения | |
| ОЧИЩЕНИЕ РАЗУМА С ПОМОЩЬЮ МЕДИТАЦИИ | 249 |
| Утренняя медитация | |
| Вечерняя медитация | |
| НАСТРОЙ НА ДУХОВНУЮ ПРАКТИКУ | 253 |
| СПРАВИТЬСЯ С ДЕПРЕССИЕЙ | 257 |
| НАСТРОИТЬСЯ НА СЧАСТЬЕ | 261 |
| АДАПТАЦИЯ К ПЕРЕМЕНАМ | 265 |
| РАСКРЫТИЕ КРАСОТЫ | 269 |
| ВОПРОСЫ ЗАЧАТИЯ И БЕРЕМЕННОСТИ | 273 |
| Для зачатия | |
| Во время беременности | |
| Во время родов | |
| Справиться с послеродовой депрессией | |
| Скорбь после прерванной беременности | |
| НАУЧИТЬСЯ СОСРЕДОТОЧЕННОСТИ | 278 |
| ОБРЕСТИ ПОЧВУ ПОД НОГАМИ | 280 |
| УКРЕПЛЕНИЕ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ | 283 |
| ОТКРЫТЬ СЕРДЦЕ ДЛЯ ЛЮБВИ | 287 |
| Сохранять связь в доверительных отношениях | |
| Призвать любовь (свидания) | |
| Оправиться после разрыва отношений или разлуки | |
| Воспитать любовь к себе | |



| | |
|--|-----|
| КОНТРОЛЬ НАД ГНЕВОМ | 293 |
| НАЛАДИТЬ КОММУНИКАЦИЮ | 297 |
| ПРЕОДОЛЕНИЕ СТРАХА | 300 |
| ПОМОЩЬ ДОМАШНИМ ЖИВОТНЫМ | 302 |
| На каждый день | |
| Для питомцев, которых подобрали с улицы или спасли из беды | |
| Унять боль | |
| Унять нервозность и тревожность | |
| Справиться с тревогой при разлуке | |
| ОБРЕТЕНИЕ ЗАЩИТЫ | 307 |
| Защита для дома и работы | |
| Защита в пути | |
| Защита в автомобиле | |
| ЗАЩИТА ОТ ЭЛЕКТРОМАГНИТНЫХ ПОЛЕЙ | 311 |
| СНЯТИЕ СТРЕССОВ | 315 |
| ПРОТИВ БОЛИ | 318 |
| УСТРАНЕНИЕ ПРЕПЯТСТВИЙ | 321 |
| ЗДОРОВЫЙ СОН | 325 |
| Чтобы сон был спокойным | |
| Справиться с нарушениями сна | |
| РАЗВИТИЕ СИЛЫ ВОЛИ | 329 |
| РЕГУЛЯЦИЯ ВЕСА | 333 |
| КОНТРОЛЬ НАД ЗДОРОВЬЕМ | 337 |
| ПРОБУЖДЕНИЕ ТВОРЧЕСКОЙ ЖИЛКИ | 341 |
| УДАЧА В ПУТЕШЕСТВИЯХ | 345 |
| Для защиты во время путешествия | |
| Для защиты от электромагнитных полей в аэропорту | |
| Сохранить терпение во время задержек | |
| При страхе полётов | |
| Для акклиматизации | |
| Жить настоящим моментом | |
| ПУТЬ К ДОСТАТКУ | 353 |
| Изменить своё отношение к деньгам | |
| Обеспечить финансовую безопасность | |
| Магнит для денег | |
| ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ | 358 |
| АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ | 360 |
| ОБ АВТОРЕ | 364 |