



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