

Зелинда Драгомир



**МАГИЯ  
ТРАВ  
И РАСТЕНИЙ**



**ЗЕЛЕНОЕ ВОЛШЕБСТВО  
В ТВОИХ РУКАХ:  
РЕЦЕПТЫ, СВЕЧИ,  
ЛУННЫЕ РИТУАЛЫ**



Издательство  
АСТ  
Москва

УДК 133.4  
ББК 86.41  
Д72

*Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.*

### **Драгомир, Зелинда.**

Д72 Магия трав и растений. Зеленое волшебство в твоих руках: рецепты, свечи, лунные ритуалы зеленой ведьмы / Зелинда Драгомир. — Москва : Издательство АСТ, 2026. — 320 с. — (Практическая магия для жизни).

ISBN 978-5-17-181684-1

Автор бестселлера «Магия зеленой ведьмы» Зелинда Драгомир погружает в мистический мир трав — источник волшебной энергии, вдохновения и магических сил. Все, что нужно знать об основных самых доступных травах (и тех, что можно вырастить дома), в одной книге: правила заготовки, хранения, сочетания, противопоказания и, конечно же, подробное «досье» по магическим свойствам. Бонусом автор рассказывает о магической связи трав с камнями и кристаллами, лунной магии растений, и свечами. В разделе о чайной магии вы сможете узнать, как легко и просто можно озарить травяным волшебством каждый свой день.

Полный путеводитель по магии самых простых и доступных трав.

**УДК 133.4  
ББК 86.41**

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

# ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Добро пожаловать в мир травяной магии . . . . .</b>	<b>5</b>
Зеленая ведьма: хранильница или колдунья? . . . . .	6
Нести силу и знания — значит нести ответственность . . . . .	8
Как пользоваться книгой . . . . .	12
То, что необходимо знать: важные предостережения. . . . .	14

## **РАЗДЕЛ 1. Травяная магия**

<b>Глава 1. Что такое травяная магия. . . . .</b>	<b>18</b>
В чем секрет моей любви к травам . . . . .	18
Травы — это магия живого момента . . . . .	22
Как работает травяная магия: формула силы . . . . .	25
Сознание растений и магический отклик . . . . .	30
<b>Глава 2. Сбор и хранение. . . . .</b>	<b>34</b>
Когда встречаться с растением . . . . .	34
Где искать: травы рядом с нами . . . . .	38
Инструменты сбора: твои помощники и часть ритуала . . . . .	40
Этические правила: начинай не с заклинаний, а с уважения. . . . .	43
Сушка трав: как сохранить силу растения . . . . .	47
Хранение: где живет сушеная магия. . . . .	52
Когда трава уже не помощница. . . . .	57
<b>Глава 3. Твой травяной путеводитель. . . . .</b>	<b>60</b>
Как работать с этой главой . . . . .	60
Таблица трав . . . . .	64
<b>Глава 4. Магическое применение трав . . . . .</b>	<b>70</b>
Работа с травами начинается . . . . .	70
Инструменты для работы с травами . . . . .	72
Обереги из сушеных букетиков: защита и гармония в доме. . . . .	74
Очищение пространства: ароматические пучки (смаджи). . . . .	84
Подклады: магия, которую носишь с собой . . . . .	92
Обряды на привлечение, очищение и защиту . . . . .	100
Использование трав в доме . . . . .	119

## РАЗДЕЛ 2. Магия камней и кристаллов

<b>Глава 6. Работа с камнями . . . . .</b>	<b>126</b>
Поиск своего проводника: как выбрать камень . . . . .	126
Первый шаг в работе: очищение камней . . . . .	129
Ритуалы для очищения камней . . . . .	130
Настрой свой камень: ритуалы зарядки камней. . . . .	133
«Нельзя» в работе с камнями . . . . .	137
<b>Глава 7. Таблица камней . . . . .</b>	<b>140</b>
Камни и их свойства . . . . .	142
<b>Глава 8. Сочетание трав и камней . . . . .</b>	<b>146</b>
Союзы трав и камней. . . . .	148
Обереги из трав и камней . . . . .	152
Примеры использования: в кошельке, в подушке, в сумке, в доме. . . . .	158

## РАЗДЕЛ 3. Лунная магия

<b>Глава 9. Фазы Луны и их связь с травами . . . . .</b>	<b>166</b>
Новолуние: начало, очищение, отказ от старого . . . . .	168
Растущая Луна: время роста, движения, привлечения . . . . .	174
Полнолуние: пик силы, изобилия и озарения . . . . .	179
Убывающая Луна: отпускание, очищение, освобождение . . . . .	184
<b>Глава 10. Лунные ритуалы с травами . . . . .</b>	<b>188</b>
Чай под Луной: как заварить и когда пить . . . . .	189
Лунные обряды на очищение и защиту: обтирание травяным отваром и другие практики . . . . .	192
Лунные взвары: травяные напитки в ритме Луны . . . . .	197
Работа с камнями в лунные ночи. . . . .	200

## РАЗДЕЛ 4. Чайная магия — магия трав изнутри

<b>Глава 11. С чего начинается чайная магия . . . . .</b>	<b>208</b>
Принципы чайной магии . . . . .	210
Время готовки чая: утро и вечер — энергия и отдых . . . . .	212
Магия намерения и чайная магия . . . . .	214

<b>Глава 12. Рецепты: магические смеси для души и тела . . . . .</b>	<b>220</b>
--	------------

**РАЗДЕЛ 5.  
Обереги, талисманы, ритуалы**

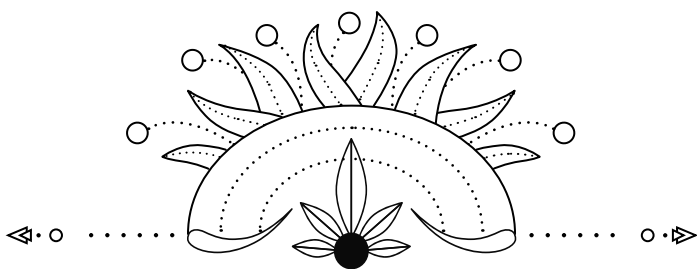
<b>Глава 13. Создание оберегов . . . . .</b>	<b>230</b>
Из чего делать обереги, талисманы и магические предметы . . . . .	231
Зарядка оберега: с помощью Луны, ритуала и заговоров . . . . .	234
Как использовать обереги . . . . .	238
<b>Глава 14. Ритуалы . . . . .</b>	<b>242</b>
Правила проведения ритуалов . . . . .	243
Ритуалы Зеленой ведьмы . . . . .	246

**РАЗДЕЛ 6.  
Травы и символика**

<b>Глава 15. Травы и таро . . . . .</b>	<b>270</b>
Соответствие карт таро и трав . . . . .	272
Гадание на картах таро и травы . . . . .	284
Расклады со Старшими Арканами . . . . .	287
Расклады с Младшими Арканами . . . . .	289
Расклады с полной колодой таро . . . . .	291
<b>Глава 16. Травы и руны . . . . .</b>	<b>294</b>
Сила сочетания: руны и травы . . . . .	295
Травы в рунической магии . . . . .	298
Расклады с рунами и травами . . . . .	301
Маленькие ритуалы с рунами и травами . . . . .	309
<b>На прощание . . . . .</b>	<b>311</b>

**ПРИЛОЖЕНИЯ**

<b>Таблица противопоказаний, ограничений и предупреждений . . . . .</b>	<b>314</b>
<b>Словарь терминов . . . . .</b>	<b>317</b>



# Добро пожаловать в мир травяной магии

## Зеленая ведьма: хранительница или колдунья?

Прежде чем я отвечу на этот вопрос, позвольте мне на пару минут вернуться в прошлое. В те времена, когда я каждое лето ездила в деревню к своей бабушке и вместе с ней собирала травы. Бабушке помогать я наверняка любила, а особенно мне нравилось носить ее травник: старый, потертый, с закладками из васильков и папоротников. Мы возвращались домой, занимались обычными домашними делами, а к бабушке постоянно наведывались гости. Каждый со своей просьбой. Кто-то приходил за настоем от кашля, кому-то нужно было поскорее снять головную боль, а кто-то нуждался в добром слове, сказанном за чашкой чая. Бабушка помогала всем, кому могла, и никогда ей это не было в тягость. А еще она очень много знала о травах. Где растут, как и когда правильно собирать, как разговаривать с ними. Я наблюдала за ней и невольно впитывала знания, постепенно становилась ближе к своему истинному призванию, сама того не замечая.

Много лет спустя, когда я смогла наконец понять, для чего моя душа пришла в этот мир, я со всей ясностью осознала: моя бабушка была такой же, как и я, Зеленой ведьмой. Даже если никогда так себя не называла. Потому что она была хранительницей, жила в ритме с природой. Она знала, что у каждого растения — свой голос, у каждого времени года — свой урок, у каждой боли — своя трава. Моя бабушка интуитивно понимала то, что я узнала позднее на собственном опыте, уже переехав в город, испытав безумную тоску по природе и отыскав способ ее утолить. А именно то, что Зеленая ведьма — это та, кто общается с силами природы на «ты», следует пути любви и заботы. Опираясь на то, что дарует ей природный мир, она идет по лесу и чувствует, какие растения тянутся к ней, а какие отталкивают. Какие нужно оставить в покое, а какие — готовы пойти с ней. Быть Зеленой ведьмой — значит носить внутри себя память о том, что все мы изначально связаны с первозданным источником сил Земли.

Я не стесняюсь говорить о том, что являюсь Зеленой ведьмой, но люди до сих пор удивляются этому. Иногда даже спрашивают, не живу ли я в лесу, в окружении диких зверей и полного отсутствия всех благ городской жизни. В ответ я искренне смеюсь. Никакого домика! Но вполне обычная квартира в городском доме. С балконом, заставленным горшками, и шкафчиком на кухне, где хранятся баночки с собранными моими руками травами. Я работаю, хожу по магазинам, с некоторыми из вас могу столкнуться в кинотеатре или кафе. Но каждое утро я пью чай, который заварила с намерением. Раз в неделю мою дом настоем полыни или лаванды. Когда в моей жизни становится слишком много шума или же я чувствую усталость, то я сажусь и вяжу травяной пучок. В моей жизни много таких ритуалов, и большинством из них я поделюсь в этой книге. В которой по-

стоянно будет сквозить ключевая мысль: быть Зеленой ведьмой — это не стиль, не внешняя атрибутика, это убежденность, что мир вокруг — живой. Ведьма в нем не хозяйка, а его друг и часть. Она ведает, знает, помнит. Ею может стать любая из нас. Она не обязана при этом носить льняные платья, знать все фазы Луны и иметь лес рядом. Для Зеленой ведьмы главное — желание быть в потоке с Землей.

«Травяная магия» — помощник для тех, кто хочет услышать свою собственную травяную песню. Увидеть, как маленькие вещи — чашка с чабрецом, подоконник с базиликом, медленный сбор мяты — могут быть священными. Для тех, кто хочет начать иначе общаться с этим миром и почувствовать его любовь, заключенную в песне трав.

## Нести силу и знания — значит нести ответственность

Когда я только почувствовала всю сокровенную мощь травяной магии, ощутила вибрацию трав и приступила к природным практикам, мне казалось, что за моей спиной выросли крылья. Везде вокруг мне мерещились тайны, которые вот-вот откроются. Во мне проснулась небывалая жадность, я хотела знать все: какие травы для чего, как заваривать, как очищать пространство, как ставить защиту. Я читала, пробовала, записывала. А потом неожиданно для самой себя почувствовала в груди странную пустоту. Меня не покидало ощущение, что я делаю что-то неправильно, что отклоняюсь от правильного пути. Мне пришлось долго анализировать эмоции, перебирать их, чтобы найти очевидный ответ: я слишком много брала.

Корить себя за эту ошибку я не стала, ведь на самом деле ее невероятно легко совершить. Особенно в начале пути, когда природа воспринимается как бесконечный источник ресурсов. Вроде «Вот тут мята, а там зверобой, наберу себе побольше». Я брала листья, корни, цветы, не думая, что у растения есть свой ритм, своя функция в экосистеме. Что у него могут быть потомки, которые не вырастут, если сорвать все до корня. Но я вовремя осознала, где была не права, и помогу избежать тебе тех же ошибок.

Для начала запомни. Путь Зеленой ведьмы начинается с уважения и простого понимания: **природа — не просто ресурс. Она партнер, учитель, живая система.** К ней нельзя приходить в гости, открывая дверь с ноги. У нее надо спрашивать, готова ли она поделиться своими дарами, — и внимательно слушать ее ответ. Иногда это будет теплое «да», иногда она окажет легкое сопротивление. Уточнить у природы ее желание — не суеверие, не оккультизм, а настрой на взаимность.

Не бери слишком много. Ты удивишься, как мало нужно на самом деле. Когда ты работаешь с намерением, с энергией, с любовью — хватит одного пучка, одной ложки. Например, если я собираю мяту, то беру не всю, только одну-две ветки с каждого куста. Если я сушу травы, то не делаю запасов на годы. Я знаю, что в следующем сезоне мне снова будет что собрать. У природы есть свой ритм. И если ты живешь в нем — тебе всегда хватает.

Следующее, что стоит всегда помнить Зеленой ведьме, — это то, что магия имеет последствия. Травяная магия состоит из энергии, которая не существует в пустом пространстве. Все, что мы посылаем, возвращается. Все, что мы создаем сегодня — влияет на события в будущем. Они могут быть безобидными. Так, я однажды решила «почистить» пространство полынью, что-

бы освежить атмосферу. Сделала это на автомате, без настройки. Через пару часов у меня заболела голова, воздух стал тяжелым. Только потом я поняла: я не поздоровалась с духом растения, не попросила, не поблагодарила. Полынь — сильная, резкая, требующая уважения. Она пришла, но не нашла моего внимания. О чем не замедлила напомнить. Но последствия могут быть и более серьезными, потому Зеленая ведьма никогда не использует травы для темных манипуляций или причинения вреда, не нарушает чужую свободу и спрашивает разрешения, если ритуал касается другого человека.

Отсюда следует и еще одно правило Зеленой ведьмы: каждое ее действие должно быть осознанным. Когда ты кладешь ромашку в чай, то не просто заливаешь водой нужной температуры травяную смесь, ты приглашаешь дух мягкости, солнечности, спокойствия. Когда окуриваешь помещение шалфеем, ты просишь пространство обновиться, когда плетешь защитный венок из зверобоя — открываешь двери дома для силы и ясности. Но только в том случае, если делаешь все это с осознанным намерением. Если ты чувствуешь, что не можешь его сформулировать, лучше отложи действие. Иногда лучше не делать ничего, чем сделать «для галочки».

Зеленая магия — не свод законов и незыблемых правил, ты не обязана помнить их все до единого. Главное — слушать себя, травы и Землю. Интуиция и умение чувствовать должны быть твоими главными компасами, исходящими из глубины твоего сердца. Если ты чувствуешь, что какой-то из сделанных выборов или какое-то из принятых решений неправильно, отказывайся от них. Если растение кажется не «твоим», не трогай его. Это честность и уважение не только к миру, но и к самой себе.

Кстати, об уважении. Магия начинается именно с него, не воспринимай это как пафосное наставление, это всего лишь отражение моего опыта. Я точно знаю, что Зеленая ведьма — это не та, кто знает много ритуалов, а та, кто умеет остановиться, поклониться перед деревом, положить руку на землю и сказать: «Спасибо, что я здесь. Спасибо, что ты — рядом». Природа дает нам многое, иногда даже больше, чем мы просим. Но она ждет одного — чтобы мы были живыми в этом обмене, настоящими, а не примитивными потребителями. Как только ты станешь вести себя как уважительный и преданный друг, магия откликнется.

Прежде, чем приступить к сбору, ритуалу, созданию оберега, Зеленой ведьме стоит задать себе несколько важных вопросов. Я поделюсь с тобой теми, которые каждый раз проговариваю для себя, но в твоём случае они могут быть иными.

- ▶ **Нужно ли мне это на самом деле?** Или я просто хочу сделать что-то «магическое», потому что грустно или скучно?
- ▶ **Готова ли я нести последствия?** Даже если они не такие, как я ожидала?
- ▶ **С кем я работаю?** С духом травы? С энергией пространства? Установлен ли контакт, есть ли согласие?
- ▶ **Делаю ли я это с любовью?** Или я спешу, раздражена, не в том состоянии?
- ▶ **Есть ли благодарность в моем сердце?** Не формальная, а настоящая, теплая, глубокая?

Если приходит ясный, четкий, положительный ответ, то я продолжаю. Если есть сопротивление, то сразу останавливаюсь. Любой Зеленой ведьме я советую делать точно так же — и тогда погружение в магию окажется именно таким, как оно должно быть.

## Как пользоваться книгой

Когда я начинала писать «Травяную магию», то мечтала создать для тебя спутницу, которую ты сможешь держать под рукой, класть на подоконник, открывать наугад, общаться с ней, как с подругой. Мне хотелось, чтобы ты воспринимала книгу не как курс обучения травяной магии, а как набор зеленых ниточек, которые ты сможешь вплетать в свою жизнь по мере необходимости. Некоторые главы будут актуальны для тебя сейчас, другие — через полгода. Некоторые ты, возможно, вообще пропустишь — и это нормально. Мне хочется верить, что у меня это получилось, но судить только тебе. Я же пока подскажу тебе, как работать с этой книгой, если ты хочешь сделать свой путь увлекательным, комфортным и легким.

Здесь нет строгой логики, но есть глубокий поток. Просто доверься себе — нужная страница откроется в нужный момент. Ты можешь читать книгу по сезону, состоянию, случаю или просто потому, что тебе захотелось ее открыть без всякой на то причины. От тебя требуется лишь относиться к ней с теплом, быть готовой применять знания и совершать открытия. Важно, чтобы ты не просто в точности следовала написанному, а проживала ритуалы и практики. Чтобы, читая о зверобое, ты захотела выйти на улицу и найти его в живом виде, потрогать, понюхать, познакомиться. Чтобы, заваривая настой, ты чувствовала его силу, а не просто «делала по списку». Которые, кстати, ты всегда можешь адаптировать под себя. Изменить состав, упростить ритуал, выбрать интуитивно то, что ближе. Здесь нет ошибок, если ты действуешь с уважением и вниманием.

Что я подготовила для тебя? **Личные заметки и подсказки** о том, как чувствовать растения, как понимать

сигналы тела и природы, как находить свои собственные способы работы. **Простые и доступные рецепты и практики** (травяные чаи и настои, смеси для очищения и окуливания, сезонные ритуалы), а также сделала несколько удобных **таблиц**, которые пригодятся тебе в работе.

Пока будешь читать, оставляй закладки. Отмечай травы, с которыми хочешь подружиться. Разделы, к которым хочется вернуться. Сделай ее своей — пусть она станет рабочей, живой. И не спеши во время чтения. Иногда на одну главу придется потратить месяц, а на вторую уйдет всего неделя размышлений и проб. Каким бы ни был твой ритм, он окажется правильным.

Заведи травяной дневник. В нем записывай, что пробовала, что сработало, что ты почувствовала во время выполнения ритуала и после него. Это поможет глубже понять свои ритмы, отыскать среди множества практик те, что больше всего подходят именно тебе. Анализируя их, ты сможешь отыскать дорогу к собственным, созданным только тобой практикам.

Воспринимай эту книгу как магический сад, который мы с тобой выращиваем вместе. Результат здесь не возникает сразу, да и не всегда он будет необходим. Иногда достаточно заглянуть в такой зеленый уголок, сорвать веточку мяты, вдохнуть ее аромат, погреться в лучах солнца и уйти. В определенный момент твоей жизни этих ощущений может оказаться достаточно. Самое главное, что с этой книгой ты точно не останешься одна.

## То, что необходимо знать: важные предостережения

Как и в любой практике, в Зеленой магии есть вещи, с которыми нельзя шутить. Потому что травы — это не только мягкая сила, но и мощные химические соединения. Они умеют лечить, но могут и навредить, если не понимать, с чем имеешь дело. Этот раздел создан не для запугивания. Он для того, чтобы ты чувствовала себя в безопасности, а твой путь был честным, без случайных ошибок.

Итак, список предостережений и ограничений, о которых обязательно нужно помнить.

**Аллергии и индивидуальная реакция.** Пробуй новые травы по чуть-чуть. Сначала понюхай. Если есть раздражение в носу, першение, слезы — отложи. Если все эти признаки отсутствуют, переходи к следующему шагу. Приготовь слабый настой, испытай каплю на кожу. Только если все нормально, можно пить или применять наружно. Особенно аккуратно обращайся с полынью, тысячелистником, зверобоем, шалфеем и сильными эфирными маслами.

**Ядовитые и спорные растения.** Некоторые растения, особенно из народной магии, могут быть токсичными при неправильном использовании. Вот список трав, которые я не рекомендую использовать без серьезных знаний и опыта:

- ▶ **белладонна (красавка), дурман, вех, болиголов, волчье лыко** — крайне ядовиты;
- ▶ **тис, аконит, чистотел (внутри), чемерица** — опасны даже в малых дозах;

- ▶ **живоко́сть, арника** (внутри), **зверобой** (при приеме некоторых лекарств) — могут вызвать побочные эффекты.

Некоторые растения могут быть безопасны снаружи, но опасны внутри, другие противопоказаны при определенных заболеваниях. Если ты сомневаешься — не используй или проконсультируйся с фитотерапевтом.

**Беременность и грудное вскармливание.** В этот чудесный период женское тело становится особенно чувствительным, и то, что раньше было «мягким», может внезапно оказать сильное действие. Поэтому стоит избегать:

- ▶ травы, вызывающие сокращения матки: **пижма, шалфей, розмарин, полынь, тысячелистник, гвоздика, чабрец;**
- ▶ сильные очищающие и горькие настои;
- ▶ эфирные масла в чистом виде.

Даже некоторые безопасные (при умеренном использовании) травы — ромашку, липу, мяту, шиповник, — стоит вводить постепенно, внимательно наблюдая за реакцией. Во время кормления будет работать то же правило: пробовать по чуть-чуть. Помни, что все, что ты принимаешь внутрь, так или иначе передается малышу.

**Детский возраст.** Что взрослому «в самый раз», ребенку может быть слишком сильным. Поэтому для детей до трех лет я советую использовать только мягкие настои и очень слабые дозировки, а также избегать острых, горьких, стимулирующих трав. Никогда не давай ребенку настойки на спирту, сильные сборы, согревающие эфирные масла без рекомендации специалиста. Зато ромашку, календулу, липу, мелиссу я могу назвать безопасными для ребенка. Они отлично подойдут для наружного использования в виде ванночек, компрессов, мягких мазей.