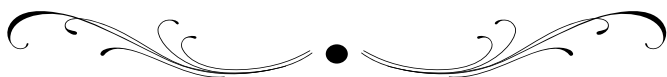


ЭРИН МЁРФИ-ХИСКОК

Green Witch



Полный путеводитель

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



МОСКВА

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 английского М. Быковой]. — Москва : Эксмо, 2026. — 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», 2026

СОДЕРЖАНИЕ



Вступление.....8

Часть 1

О Зеленой ведьме.....11

Глава 1 Что такое Зеленое ведовство?.....12

Путь Зеленой ведьмы13

Краткая история Зеленого ведовства.....18

Учимся отождествлять себя с Землей.....22

Что значит быть Зеленой ведьмой?25

Глава 2 Открой в себе внутреннюю силу31

Сосредоточься на своих
энергетических центрах32

Полезные инструменты37

Сделай свой дом священным местом45

Создаем священное место за пределами дома.....61

Живи в гармонии с землей64

Глава 3 Настройся на волну природы67

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
Глава 4	Открой для себя силу времен года.....	88
	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

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



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



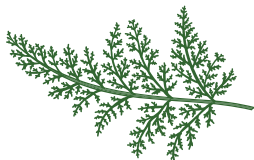
Глава 9	Кулинарные рецепты	
	Зеленой ведьмы	248
	Как использовать энергии фруктов и ягод.....	249
	Как использовать силу цветов	255
	Как сделать уксус.....	263
	Как сделать сахар с добавками	264
	Как укрепить здоровье с помощью овощей	269
	Как использовать злаки.....	280
	Приложение.	
	Перечень магических соответствий.....	286
	Алфавитный указатель.....	297

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».



Итак, мы уже выяснили, что Зеленая ведьма живет в соответствии с законами природы, это ее путь. Она чувствует природную энергию в своей жизни и окружающей обстановке. А обстановка эта может быть самой разной, зачастую она кардинально отличается от сказочных садов и лесов, романтизированных фольклором.

Почему мы говорим о Зеленом пути и жизни в гармонии с природой, а не о «практике Зеленого ведовства»? Все очень просто. Зеленое ведовство — это не ритуальная магия, не имеющая ничего общего с повседневной жизнью. Скорее наоборот: для Зеленой ведьмы вся жизнь — это магический опыт.

Зеленое ведовство — это не формальная практика в духе гарднерианской или дианической викки, традиции Фери или любого другого известного религиозного культа. Традиции Зеленых ведьм — это не цепочка инициаций или пыльные фолианты с заклинаниями и ритуалами. Это разнообразные практики, собранные со всех уголков земного шара в помощь современным Зеленым ведьмам и знахаркам.

Любая современная книга о Зеленом ведовстве — это просто взгляд конкретного автора. Нас никто не посвящал в ведьмы. У нас нет свода знаний, обязательных для всех и каждого, не говоря уже о групповом сознании, тайных церемониях и старейшинах. Некоторые группы неоязычников (такие объединения называют эклектичными)



используют в своих практиках наработки Зеленого ведовства, но это не совсем одно и то же.

Зеленая ведьма может делиться знаниями и передавать свои записи другим людям, но это не значит, что таким образом она кого-то посвящает. Прочти любую книгу о Зеленой магии — и можешь считать, что прошла курс обучения у ее автора, ведь он поделился с тобой своими мыслями и взглядами, рассказал о новых для тебя средствах и методиках, усиливающих связь с природой. Это современная форма ученичества, не требующая непосредственного контроля наставника.

МИРОВОЗЗРЕНИЕ ЗЕЛЕННОЙ ВЕДЬМЫ

Мировоззрение Зеленой ведьмы строится на трех ключевых понятиях — это исцеление, гармония и равновесие. Эти понятия, в свою очередь, касаются трех конкретных пунктов:

1. Земля (окружающая среда и планета в целом).
2. Человечество (как вообще, так и круг твоих друзей, знакомых и соседей).
3. Ты сама.

Считается, что Зеленая ведьма в основном сосредоточена именно на земле, но это не совсем так. Она понимает,