



СТЕФАНИ РИБЕЙРО



РАСТЕНИЯ ЛЮБВИ

ОТКРОЙТЕ ДЛЯ СЕБЯ
МАГИЮ ПРИРОДНЫХ
АФРОДИЗИАКОВ



УДК 133.4
ББК 86.42
Р49

Stephanie Ribeiro
PLANTES DE L'AMOUR

Впервые опубликовано во Франции в 2023 г. издательством Rustica

Перевод с французского *Елены Савенковой*

Рибейро С.

Р49 Растения любви / Стефани Рибейро ; [пер. с фр. Е.В. Савенковой]. — М. : КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2024. — 160 с. — (Тайные знания).

ISBN 978-5-389-24942-4

Рутинa «метро — работа — сон». Нездоровая еда. Постоянный стресс. Ничто из этого не способствует полноценной сексуальной жизни. Как бы вы ни любили друг друга, порой этого оказывается недостаточно, и общая усталость берет свое. В такие моменты кажется, что помочь может только магия.

К счастью, на этот случай Мать-Природа припасла для нас кое-что поистине волшебное: растения-афродизиаки. Они помогают не только вернуть сексуальное влечение, но и почувствовать прилив сил. В этой книге вы найдете описание свойств и способов применения более сорока «растений любви», полезные советы и уникальные рецепты из мира любовной магии.

Позвольте отношениям заиграть новыми красками — яркими, как ваша любовь!

УДК 133.4
ББК 86.42

ISBN 978-5-389-24942-4

© First published in French by Rustica, Paris, France, 2023

© Савенкова Е.В., перевод на русский язык, 2024

© Издание на русском языке, оформление.

ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус», 2024

КоЛибри®



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Эта книга содержит в себе рецепты приготовления блюд и косметических средств, ингредиенты которых могут вызвать аллергическую реакцию у некоторых людей. Приступая к их созданию, пожалуйста, убедитесь, что у вас нет аллергии на ингредиенты выбранного вами рецепта.

Обязательно проверяйте информацию о содержании остаточных веществ на обороте упаковки пищевых продуктов, особенно если у вас наблюдается ярко выраженная аллергическая реакция на определенную категорию продуктов.

Чтобы проверить, нет ли у вас аллергии на вещества, наносимые на кожу, проведите следующий тест:

- ♦ Нанесите небольшое количество продукта на чистый участок кожи верхней части предплечья и не мочите его в течение суток.
- ♦ Смойте средство через 24 часа. Если вы заметили покраснение, жжение, зуд, образование волдырей или раздражение во время тестирования, не используйте продукт.

Авторы и издатель не несут никакой ответственности за использование средств, описанных в этой книге, а также за последствия неправильного толкования приведенных рекомендаций.

Содержание этой книги не предназначено для замещения медицинской диагностики и не может заменить медицинское наблюдение или медикаментозное лечение.

ОГЛАВЛЕНИЕ

♦ ПРЕДИСЛОВИЕ	11	Как применить на практике?	23
♦ ЧАСТЬ 1. МАГИЯ РАСТЕНИЙ-АФРОДИЗИАКОВ		♦ ЧАСТЬ 2. СВЯЩЕННАЯ СЕКСУАЛЬНОСТЬ	
Происхождение и применение афродизиак	14	Что такое священная сексуальность?	30
Каково происхождение растений-афродизиак?... 14		Как расслабиться?	32
Как действуют природные афродизиак?... 15		Как пробудить чувства?.....	33
Растения-афродизиак в кулинарии	18	♦ ЧАСТЬ 3. СПРАВОЧНИК РАСТЕНИЙ-АФРОДИЗИАКОВ	
Что такое кухонная магия? 18		Специи	39
Какие материалы вам понадобятся?..... 19		Корица.....	40
Какие ингредиенты использовать, чтобы разнообразить половую жизнь?	22	Кардамон	42
Как открыть и закрыть магическое пространство?.....	22	Гвоздика.....	44
Какие заклинания или магические формулы можно произносить?	22	Зира.....	46
		Пажитник.....	48
		Имбирь.....	50
		Мускатный орех	52
		Лакрица.....	54
		Шафран.....	56
		Ваниль	58
		Ароматические растения ... 61	
		Бasilik.....	62
		Кориандр	64
		Мелисса.....	66
		Петрушка	68
		Розмарин.....	70

Чабер.....72
Тимьян 74

Овощи.....77
Чеснок.....78
Спаржа..... 80
Морковь82
Сельдерей черешковый ...84
Эндивий86
Лук 88
Пастернак 90
Сладкий картофель.....92
Перец чили94

Грибы 97
Белый гриб.....98
Черный трюфель100

Фрукты 103
Миндаль 104
Авокадо.....106
Банан108
Лимон.....110
Инжир.....112
Олива.....114

Апельсин..... 116
Арбуз.....118
Виноград.....120

Цветы..... 123
Настурция.....124
Гибискус.....126
Жасмин.....128
Лаванда.....130
Пассифлора голубая132
Роза.....134
Фиалка.....136

♦ **ЧАСТЬ 4.**
ПРИЛОЖЕНИЕ

Таблица соответствий.... 140
Глоссарий.....151
Индекс.....154
Библиография.....157
Об авторе.....159





ПРЕДИСЛОВИЕ



«**П**олгода яркого пламени — и тридцать лет пепла», — говорила моя бабушка о супружеской жизни. К сожалению, надо признать, что многие пары дают основание считать это утверждение правдивым, ведь почти 45 % браков во Франции заканчиваются разводом.

Ритм жизни современного общества, повседневная рутина «метро — работа — сон» не способствуют полноценной сексуальной жизни. После долгого рабочего дня и многих часов, проведенных в общественном транспорте или пробках, супруги чувствуют усталость и стресс. У них просто нет больше достаточного количества энергии для занятий любовью.

Чтобы исправить это, некоторые прибегают к сексуальным стимуляторам, от волшебных таблеток до порнографических фильмов и игрушек для взрослых. Современному обществу, ценящему скорость и эффективность до полного изнеможения во всех сферах жизни, пришлось решать возникшие проблемы посредством технологий. Загрязнение окружающей среды, стресс, промышленные продукты питания, рутина, экраны в конечном итоге выводят из строя наш организм и нашу жизненную силу. 88 % французов говорят, что находятся в напряжении и страдают от тревожности, панических атак, хронической усталости или бессонницы¹.

Суровая среда, с которой нам ежедневно приходится сталкиваться, заставляет нас принимать синтетические лекарства, чтобы облегчить все наши недуги. Но давайте не будем забывать, что большинство этих продуктов — растительного, животного или минерального происхождения, и людям пришлось по душе их извлечение, методы изоляции и очистки. Но, к сожалению, эти химические модификации не лишены побочных эффектов.

Вот почему в этой книге я решила познакомить вас с натуральными афродизиаками на растительной основе, которые легко найти во Франции. На самом деле в африканских и азиатских странах есть известные растения-афродизиаки, такие как *bois bondé* (от *фр.* «эрекционное дерево») или галангал, но мне бы хотелось посоветовать вам местные виды растений, которые вы можете без труда отыскать дома.

Итак, отправляемся в увлекательное путешествие в самое сердце нового мира, где сила растений околдует вас, чтобы испытать магию полноценной сексуальной жизни.

Счастливого пути...

¹ Статистическая оценка, 2021.



ЧАСТЬ 1

МАГИЯ РАСТЕНИЙ- АФРОДИЗИАКОВ



ПРОИСХОЖДЕНИЕ И ПРИМЕНЕНИЕ АФРОДИЗИАКОВ



♥ Каково происхождение растений-афродизиаков?

Термин «афродизиак» происходит от имени греческой богини Афродиты, богини любви, желания, красоты, плодovitости, чувственности, соблазнения, деликатности и эротизма. Говорят, что она изготавливала любовные снадобья для привлечения своих многочисленных любовников.

Афродита считалась самой прекрасной богиней Олимпа. Она олицетворяла женскую красоту, привлекательность и элегантность, изображалась украшенной драгоценностями и облаченной в яркие одежды. Ей принадлежали несколько атрибутов: морская раковина, зеркало, голубь.

Чтобы сохранить баланс во вселенной, Зевс выдал свою дочь Афродиту, прекраснейшую из богинь, замуж за самого уродливого бога Гефеста, бога-кузнеца. По мнению Зевса, этот брак должен был предотвратить соперничество между другими богами за благосклонность Афродиты. Но это не помешало сердцу богини воспылать страстью к Аресу, богу войны, с которым у нее были пылкие и тайные

любовные отношения. Плодом этого союза стали их знаменитые дети: Эрос, Деймос и Гармония.

Итак, скандальная репутация Афродиты ясно дает понять, почему ее имя связано с растениями, вызывающими сексуальное влечение.

На протяжении тысячелетий в каждой цивилизации использовались различные средства, стимулирующие сексуальное влечение. Им приписывают способность пробуждать желание, усиливать ощущения, продлевать возбуждение, улучшать функционирование половых органов. В целом афродизиаки способствуют расслаблению организма, вазодилатации (что стимулирует выделение естественной смазки и эрекцию), активации определенных гормонов или разогреву слизистых.

Тем не менее, сам термин «афродизиак» впервые появился только в XVIII веке, хотя использование этих растений восходит к глубокой древности. Их употребляли в пищу лорды, короли и императоры. У египтян, например, одним из компонентов любовных снадобий был чабрец, а рим-



ляне считали его средством, стимулирующим сексуальную активность. Однако в Средние века католическая религия провозгласила афродизиак растениями дьявола. Вот почему Хильдегарда Бингенская превозносила все достоинства чабреца, но оставила в тайне его свойства как афродизиака.

Несмотря ни на что, в народной традиции сохранилось использование растений-афродизиаков, особенно употребление некоторых легкодоступных продуктов, таких как сельдерей, розмарин, инжир и другие. Известны также травяные мази, способствующие сексуальному экстазу, которые готовили ведьмы. Многие ядовитые растения и грибы, такие как дурман или мухомор, обладают свойствами афродизиака при правильном приготовлении и соответствующей дозировке.

Но я настоятельно не рекомендую их использовать, так как это может быть опасно для жизни. Тем более что существует множество съедобных растений, также обладающих свойствами афродизиаков.

Сейчас в азиатских магазинах, секс-шопах или в интернете можно найти самые разные препараты и продукты-афродизиаки, происхождение используемых ингредиентов которых невозможно проверить, а ведь они могут вызывать вредные побочные эффекты. Если у вас нет возможности собирать растения на природе или иметь домашний сад, лучше сходить в магазин трав или здоровой еды, чтобы приобрести качественные.

♥ Как действуют природные афродизиаки?

Природный афродизиак может действовать двумя способами:

- ▀ напрямую, как сексуальный стимулятор;
- ▀ косвенно, улучшая общее состояние и, таким образом, повышая либидо.

Желание и сексуальная активность являются результатом целого комплекса физических, гормональных и психологических факторов. Вот две таблицы, которые расскажут вам, откуда берутся сексуальные расстройства и как природные афродизиаки могут помочь с ними справиться.

Для мужчин

	СЕКСУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ	ДЕЙСТВИЕ ПРИРОДНОГО АФРОДИЗИАКА
ГОРМОНАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ	Мужское либидо регулируется тестостероном. Снижение уровня этого полового гормона приведет к снижению фертильности, желания и эрекции.	Повышает уровень тестостерона для лечения эректильной дисфункции или снижения сексуального желания.
ФИЗИЧЕСКИЕ НАРУШЕНИЯ	Плохое кровообращение нарушит механизм эрекции, так как приток крови к пенису будет затруднен.	Стимулирует кровообращение, устраняя «механические» мужские проблемы.
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАРУШЕНИЯ	Расстройство полового влечения часто связано с такими проблемами, как стресс, тревожность, снижение работоспособности, переутомление, низкая самооценка...	Восстанавливает эмоциональную стабильность, расслабляет тело и разум.

Для женщин

	СЕКСУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ	ДЕЙСТВИЕ ПРИРОДНОГО АФРОДИЗИАКА
ГОРМОНАЛЬНЫЕ НАРУШЕНИЯ	На сексуальное желание влияют гормоны яичников, эстроген и прогестерон, обеспечивающие регулирование женского цикла. Половое влечение у женщин достигает максимума примерно на пике уровня эстрогена, то есть ближе к овуляции, а затем снижается при повышении уровня прогестерона. Следовательно, снижение уровня эстрогена приводит к потере желания.	Повышает уровень эстрогена для стимуляции сексуального аппетита.
ФИЗИЧЕСКИЕ НАРУШЕНИЯ	Плохое кровообращение блокирует приток крови к области малого таза.	Стимулирует кровообращение.

	СЕКСУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ	ДЕЙСТВИЕ ПРИРОДНОГО АФРОДИЗИАКА
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАРУШЕНИЯ	Расстройство полового влечения часто связано с такими проблемами, как стресс, тревожность, снижение работоспособности, переутомление, низкая самооценка...	Восстанавливает эмоциональную стабильность, расслабляет тело и разум.

Таким образом, природные афродизиакы воздействуют на половые гормоны, улучшают кровоснабжение и поддерживают эмоциональное равновесие. Однако у мужчин и женщин гормональное действие афродизиака будет отличаться, поскольку он должен стимулировать выработку тестостерона у мужчин и эстрогена у женщин.

- ♦ **Пажитник** рекомендуется как мужчинам, так и женщинам в качестве возбуждающего средства, поскольку действие его фитоэстрогенов стимулирует выработку эстрогена у женщин и тестостерона у мужчин.
- ♦ **Имбирь** обладает сосудорасширяющим и вентоническим действием, облегчающим приток крови к пенису и влагалищу.
- ♦ **Устрицы**, очень богатые цинком, способствуют выработке спермы у мужчин и повышению либидо.
- ♦ **Спаржа**, богатая витамином К, улучшает приток крови к половому члену и влагалищу.
- ♦ **Стебель сельдерея** стимулирует выработку тестостерона и выделение андростерона.
- ♦ **Авокадо**, богатый витамином В₆, калием и цинком, помогает повысить уровень тестостерона.

- ♦ **Мед**, богатый витамином В, благотворно влияет на гормоны.
- ♦ **Гвоздика** обладает тонизирующим, обезболивающим и противовоспалительным действием.
- ♦ **Анис**, содержащий фитоэстрогены, является отличным возбуждающим средством для женщин.

Итак, рассмотрим, как применить некоторые из этих природных афродизиакы в рационе и повседневной жизни.



РАСТЕНИЯ-АФРОДИЗИАКИ В КУЛИНАРИИ



В третьей части книги вы познакомитесь со списком растений-афродизиаков, которые можно легко найти у себя дома. Для каждого из этих растений предлагаю вам рецепт, позволяющий улучшить вашу сексуальную жизнь. Вы можете приготовить их как обычно, используя традиционную кулинарную книгу.

Или же добавьте немного магии, чтобы усилить свое первоначальное намерение, воспользовавшись моими приемами ведьмы-повара!

♥ Что такое кухонная магия?

Кухонная магия часто используется женщинами, практикующими магию очага или зеленую магию. Эта волшебная кулинария в самом деле требует хорошего знания природы и растений и превращает дом в священное место.

Питание — это базовая потребность человека. Однако кухонная магия возводит приготовление пищи в ранг магического искусства, поскольку в этом процессе используется сила растений. Каждое из них, будь то ароматические растения, фрукты, овощи,



цветы или деревья, содержит уникальные, особенные энергии. Ведьма, практикующая кухонную магию, способна раскрыть их силу в зависимости от собственных намерений. Она приносит волшебство в приготовление пищи, подбирая ингредиенты в соответствии с их свойствами, часто опираясь на алхимические соотношения или полагаясь строго на интуицию. Кухонные ведьмы также могут использовать особые песнопения во время приготовления, смешивания и замешивания ингредиентов, чтобы воплотить свое магическое намерение или



усилить передачу энергии в конечном блюде. Они заядлые кулинарки, которые любят экспериментировать с новыми вкусами и рецептами. Импровизация их не пугает. Кухонная магия, как и любая магическая практика, требует концентрации, знаний, терпения, принятия ошибок и желания совершенствоваться.

♥ Какие материалы вам понадобятся?

Для кухонной магии в основном используется посуда, присутствующая в традиционной кухне. Вот неполный список более конкретных предметов, которые могут вам пригодиться.

Волшебная ложка

Ложка, как и волшебная палочка, является продолжением ведьмы. Она по-

зволяет смешивать ингредиенты, усиливать энергию, концентрируясь на своем намерении, осваивать алхимию трансформации. На деревянных ложках можно выгравировать особые знаки (руны, сигилы, символы сакральной геометрии), чтобы поддерживать желаемую энергетику.



СОВЕТ ВЕДЬМЫ

Для содержащихся в этой книге рецептов, направленных на улучшение интимной жизни, советуем выгравировать руну, связанную с Любовью, или руну Тейваз (благоприятствует сексуальному желанию и связана с любовными ритуалами), на деревянной ложке и каждый раз использовать ее.



Любовь

Нож

Нож — это эквивалент атаме в магии. Он используется для того, чтобы отделить хорошее от плохого, вырезать, выгравировать символы на тесте (для пирогов, для хлеба и т. д.) или на фруктах и овощах.

СОВЕТ ВЕДЬМЫ

Чтобы усилить свое намерение при приготовлении пирога или киша, нарисуйте кончиком ножа руну на основании пирога, сосредоточившись на своем намерении. Для приготовления рецептов из этой книги вы можете нарисовать руну, связанную с Любовью, или Тейваз (способствует половому влечению).



Тейваз



Ступка и пестик

Самостоятельное измельчение ингредиентов позволяет вложить в них магическое намерение.

Кастрюля

Наши кастрюли из эмали или нержавеющей стали теперь заменяют традиционный котел! Но символика обоих предметов одинакова: они представляют чрево богини, матери-кормилицы Земли.

Печь

Печь также является божественным символом. Она теплая, сияющая, а внутри нее происходит процесс преобразования (приготовления).

Книга теней

Это своего рода рабочая тетрадь (как черновик), в которой можно записывать свои рецепты, делать пометки, изменять ингредиенты или их вес. Это незаменимый рабочий инструмент, который всегда будет у вас под рукой, и вы можете не бояться запачкать его.

Кухонный гримуар

Кухонный гримуар — это священная книга кулинарной магии, которая позволяет передавать рецепты следующим поколениям. Рецепт следует записывать только в том случае, если он оказался удачным. Здесь также можно найти магические формулы, символы, свойства используемых растений...

Кухонный алтарь

Это священное место в углу кухни, куда помещают свечи, благовония, растения, священные изображения, статуэтки, камни и прочие предметы, которые символизируют магию, используемую ведьмой. На алтарь приносят подношения домашним духам (например, домовому), чтобы привлечь их благосклонность.

Кухонная кукла-ведьма

Это традиция, зародившаяся в Восточной Европе. Кукла выглядит как немного стереотипная пожилая женщина, часто с избыточным весом, со смешотворно большим носом, сидящая на метле, с деревянной ложкой или другой кухонной утварью. Говорят, что ее присутствие на кухне приносит удачу, предотвращает такие неприятности,

как пригоревшая еда и переполненные кастрюли, и что она развивает творческие способности повара. Кукла также защищает дом от негативных энергий, которые могут быть принесены другими людьми.

Секрет Ведьмы

КУХОННЫЙ АЛТАРЬ ДЛЯ ЛЮБОВНОЙ МАГИИ

На пурпурную скатерть поставьте чашку и смешайте в ней корицу, кардамон, гвоздику и ваниль. Вам потребуется изображение или символ богов (Исиды, Венеры, Афродиты, Эроса, Кернунна или Сета), благовония пачули и красная свеча. Вы можете добавить корень мандрагоры, омелы или белены, а также сердолик, гранат, белый кварц. Чтобы ритуал был более действенным, его следует проводить в полнолуние.



Научно-популярное издание
Танымал ғылыми басылым

Рибейро Стефани

РАСТЕНИЯ ЛЮБВИ

Ответственный редактор *М. Исаева*
Редактор *А. Маркина*
Художественный редактор *Ю. Меньшикова*
Технический редактор *Л. Синицына*
Корректоры *О. Левина, В. Новиченкова*
Верстка *Е. Алексеева*

Все иллюстрации растений, колб и ложек выполнены Марион Кийё.
Руны и символы планет созданы Александрой Альзёй.

Фотографии:

— Shutterstock: 10, 19, 20, 23, 24, 27, 28, 31, 32, 38, 60, 76, 96, 150, 156, 158.
— Unsplash: 12, 15, 18, 36, 102, 122, 138

Подписано в печать / Баспаға қол қойылады 05.04.2024
Формат 64×102¹/₁₆, Гарнитура «Chocolates».
Бумага офсетная. Печать офсетная. Усл. печ. л. 12,0.
Тираж 3000 экз. W-TZN-33927-01-R. Заказ №

Изготовитель:	Өндіруші:
ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус» – обладатель товарного знака «КоЛибри»	«Издательская Группа «Азбука-Аттикус» ЖШҚ – «КоЛибри» тауар белгісінің иесі,
115093, Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Даниловский, пер. Партийный, д. 1, к. 25 Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19 E-mail: sales@atticus-group.ru	115093, Мәскеу, қ. іш. аум. Даниловский муниципалдық округі, Партийный т.ш., 1-үй, к. 25 Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19 Эл. поштасы: sales@atticus-group.ru
Филиал ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус» в г. Санкт-Петербурге 191024, Санкт-Петербург, Херсонская ул., д. 12–14, лит. А Тел. (812) 327-04-55 E-mail: trade@azbooka.spb.ru	Санкт-Петербург қаласындағы «Азбука-Аттикус» Баспа Тобы» ЖШҚ филиалы, 191024, Санкт-Петербург, Херсон көшесі, 12–14 үй, лит. А Тел. (812) 327-04-55 Эл. поштасы: trade@azbooka.spb.ru
www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru	www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru
Отпечатано в России.	Ресейде басылғаны.

Техникалық реттеу туралы РФ заңнамасына сай басылманың сәйкестігін
растуа туралы мәліметтерді мына адрес бойынша алуға болады:
<http://atticus-group.ru/certification/>.

Знак информационной продукции (Федеральный закон № 436-ФЗ от 29.12.2010 г.)
Ақпараттық өнім белгісі (29.12.2010 ж. № 436-ФЗ федералдық заң)

18+