



---

## Как определить свою стихию

Цель этой главы — помочь вам найти свою стихию. В этом вам помогут вопросы, упражнения по медитациям и рекомендации по поиску видений. Повседневная жизнь дает множество подсказок, которые также помогут понять, к какой стихии у вас естественная склонность. Для того чтобы ее обнаружить, нужно внимательно изучить себя и свой образ жизни.

В поисках соответствия стихии вам могут помочь состояние вашего здоровья и любые связанные с ним проблемы. Как известно, система медицинских представлений древних греков основывалась на четырех элементах. Разработанная Гиппократом теория «четырех жизненных соков» оказалась столь рациональной, что активно используется и по сей день. На протяжении веков идеи Гиппократа оказывали влияние на медицину, а врачи до сих пор приносят клятву его имени.



*Согласно представлениям древнегреческой медицины, каждая стихия связана с одной из телесных жидкостей, которые называются гуморами. Считалось, что все заболевания вызваны нарушением равновесия стихий пациента.*

С помощью теории Гиппократа можно определить, нарушено ли равновесие в организме. Например, я явля-

юсь ведьмой Воздуха и страдаю от заболевания печени. Это напрямую связано с античными представлениями о том, что Воздух управляет печенью. Небольшое исследование данного вопроса может ясно показать, какая стихия преобладает в вас.

Индейцы чероки также основывали свою систему природной медицины на стихиях. Они считали, что каждое растение связано с определенной стороной света, и конкретное направление обуславливает, для какого типа лекарств можно использовать это растение. Цель системы — создавать и поддерживать равновесие человека для предотвращения заболевания.

Согласно врачебным представлениям чероки, восточное направление связано со стихией Огня и относится к сфере семьи, плодородия и эмоций. Западным направлением управляет Вода, и растения запада применяют для лечения внутренних органов. Север попадает под влияние Воздуха: растения этого направления используют для лечения различных психологических отклонений, простуд и болезней, передаваемых воздушно-капельным путем. Южное направление связано с Землей, и растениями юга лечат порезы, ушибы и кожные заболевания.

## Какая стихия ваша

Отвечая на вопросы по разным темам, вы можете получить представление о том, какая стихия вам близка. Задавайте себе простые вопросы. Представьте этот процесс в виде очищения луковицы: не спеша, слой за слоем, вы открываете свою суть. Вам могут пригодиться открывающие заклинания, особенно если нужно вспо-

мнить что-то забытое, однако, выясняя столь личный вопрос, как родство со стихией, лучше применять самопознание. Рекомендуем записывать свои ответы на лист бумаги, такая наглядность поможет вам увидеть, какая стихия проявляется у вас чаще других. Вот список вопросов для размышления.

1. С какой стихией вы ощущаете родство?
2. Перечислите свои хобби. Что между ними общего?
3. Чаще всего вы счастливы и всем довольны или беспокойны и скучаете?
4. Как вы относитесь к финансовым вопросам?
5. Есть ли у вас деловая жилка?
6. Какие блюда вы любите, какой вкус предпочитаете (сладкий, соленый и т. д.)?
7. Есть ли у вас творческие способности? И если есть, то в какой области (литература, живопись, скульптура и т. д.)?
8. Какой метод гадания вы предпочитаете (Таро, магический кристалл, маятник и т. д.)?
9. Вы знаете, какого цвета ваша аура?
10. Помните ли вы свои прошлые жизни?
11. Какие ткани вы любите (атлас, хлопок и т. д.)?
12. Что бы вы могли сказать о своих музыкальных вкусах? Какие музыкальные направления предпочитаете?
13. С помощью чего вы создаете себе настроение (благовония, музыка, камни и т. д.)?
14. Есть ли у вас физические недостатки? Не ослаблены ли зрение, слух, обоняние и т. д.? Не страдаете ли вы от хронических заболеваний?
15. Есть ли у вас фобии?

16. Чем вы больше всего любите заниматься?
17. Книги какого жанра вы предпочитаете (фантастика, ужасы, научная литература и т. д.)?
18. Сколько вам лет?
19. Какие образы вам нравятся (водопад, полыхающее пламя, виды неба, цветущий сад и пр.)?
20. Коллекционируете ли вы что-нибудь?
21. Какой ваш любимый цвет?
22. Имеются ли у вас проблемы с весом (избыточный или недостаточный вес)?
23. Пространство вокруг вас — оно упорядочено или вас окружает хаос?
24. Есть ли у вас вредные привычки?
25. Какого цвета ваша машина?
26. Следуете ли вы Кодексу Викки или Золотому Правилу?\*
27. Верите ли вы в Закон Возврата в трехкратном размере?\*\*\*
28. Есть ли у вас алтарь? Что на нем находится?
29. Ваши ритуалы традиционны или, наоборот, неформальны?
30. Расскажите о вашей Книге Теней\*\*\*. Она структурирована? Поделена на главы? Сколько в ней глав? Украшены ли страницы, или она больше похожа на дневник?
31. Как вы переживаете гнев?

---

\* *Кодекс Викки* — свод наставлений, общие рекомендации по викканскому образу жизни. Золотое Правило: «Не принося никому вреда, делай все, что желаешь».

\*\* *Закон Возврата в трехкратном размере* — основное правило Викки: «Все, что ты делаешь, вернется к тебе втройне».

\*\*\* *Книга Теней* — личный дневник каждого практикующего Викку.

32. Как вы переживаете любовь?
33. Вы последовательны или, наоборот, спонтанны?
34. Какой у вас солнечный знак зодиака? А лунный знак? Где находится асцендент?
35. Кто вы по профессии? Кем хотели бы быть?
36. Вы верите в привидения? Что бы вы сочли «доказательством» их существования?
37. У вас есть тотемное животное? Если да, то какое?
38. Какое время года вам ближе всего?
39. Вы считаете себя «совой» или «жаворонком»?
40. Какие мифические или фантастические создания вам нравятся? А какие пугают?
41. Какие ингредиенты для заклинаний преобладают в вашей Книге Теней? (Свечи, травы, обереги или что-то еще?)
42. Какого цвета ваши глаза? А волосы?
43. Где вам приятнее всего находиться (в доме, в лесу, на берегу и т. д.)?
44. Есть ли у вас воспоминания об особенных снах? Опишите их.

## Медитация



*Медитация — действенный способ раскрыть глубинное влияние стихий.*

Даже те, кто, казалось бы, не имеют никаких предпочтений в стихиях, могут совершить интересные открытия, заглянув внутрь себя.

Каждая стихия учит по-своему и позволяет иначе увидеть не только наш привычный мир, но и вселен-

ную. Вы можете работать с одной стихией или со всеми одновременно. Однако я рекомендую, прежде чем выбрать основную стихию, некоторое время поработать с ней и встретиться со своим стихийным помощником.

### Как встретиться со своим земным помощником

Подготовьте простой алтарь с зеленой либо коричневой свечой и травяными благовониями. Можно использовать зеленый покров для алтаря и ваш пентакль. Создайте личный магический круг. Несколько раз медленно и глубоко вдохните, расслабьтесь всем телом. Закройте глаза. Пусть ваше дыхание станет медленным, равномерным и глубоким. Теперь визуализируйте врата Земли. Представьте их настолько детально, насколько вам хочется, из любых материалов по своему выбору. Как они открываются? Широко распахиваются? Или поднимаются? Может быть, просто рассеиваются? Продолжайте сосредотачиваться на своем дыхании и позвольте вратам открыться. Расслабьтесь. Пройдите через врата. Взгляните на мир вокруг вас. У вас под ногами расстилается великолепная изумрудно-зеленая трава. Куда бы вы ни посмотрели, вы видите цветущие кусты и деревья. Склоны холмов покрыты цветами и сочной зеленью. Пройдите чуть дальше, и в отдалении вы заметите фигуру. Подойдите ближе. Не забывайте сосредотачиваться на дыхании. Перед вами — ваш помощник в освоении сферы стихии Земли. Это может быть животное, человек или мифическое создание. поприветствуйте своего помощника. Выслушайте то, что он вам скажет. Когда вы узнаете

все, что хотели, поблагодарите его. Всегда с уважением относитесь к своему помощнику, ведь он останется с вами надолго. Медленно вернитесь к воротам. Сосредоточьтесь на дыхании. Пройдите сквозь ворота и посмотрите, как они закрываются. Несколько раз глубоко вдохните, затем откройте глаза. Запишите в дневник все, что вы узнали. Закройте круг.

### Как встретиться со своим воздушным помощником

Подготовьте простой алтарь с желтым покровом, голубой свечой и благовониями воздушного типа (хорошо подходят лаванда и мята). По желанию можно поместить на алтарь перья или колокольчик. Откройте личный магический круг. Совершите несколько глубоких очищающих вдохов. Закройте глаза. Представьте ворота в царство Воздуха. Вообразите их настолько детально, насколько вам захочется. Как они открываются? Расслабьтесь и сфокусируйтесь на дыхании. Смотрите, как открываются ворота, войдите в них. Перед вами путь, сложенный из пушистых белых облаков. Идите по нему. Посмотрите на мир вокруг вас. Справа вы увидите чистое небо прекрасного кристально-синего цвета. Слева вдалеке — клубящиеся гроззовые облака, в которых вспыхивают молнии. Продолжайте идти. В отдалении вы заметите фигуру. Это ваш помощник в сфере стихии Воздуха. Подойдите к нему. Сосредоточьтесь на дыхании. поприветствуйте своего помощника и выслушайте, что он хочет вам сказать. Когда вы услышите все, что хотели, поблагодарите помощника. Возвращайтесь к воротам. Помните о дыхании. Пройдите через ворота и



посмотрите, как они закрываются. Несколько раз глубоко вздохните и откройте глаза. Запишите все, что вы узнали, в дневник и закройте личный круг.

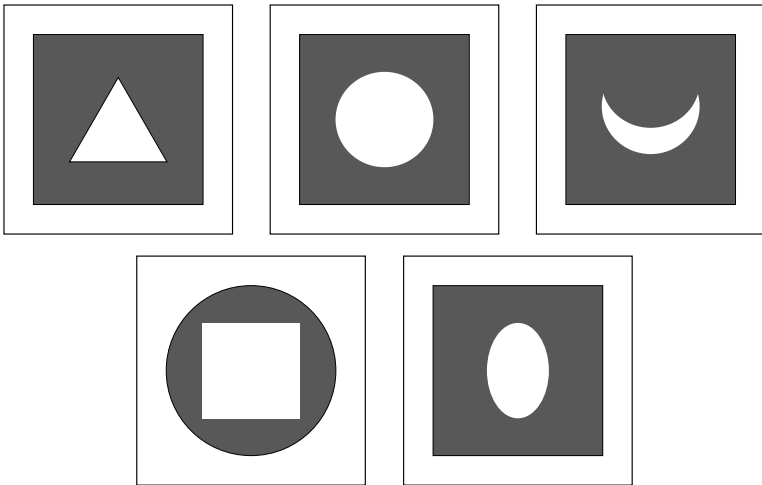
### Как встретиться со своим водным помощником

Подготовьте простой алтарь с чашей воды и плавающими свечами голубого цвета. Используйте благовония с запахом дождя. Кроме того, можете поставить на алтарь кубок, наполненный вином или любимым травяным чаем. Совершите несколько глубоких очищающих вдохов. Откройте личный магический круг. Закройте глаза. Представьте врата в царство Воды. На что они похожи? Как открываются? Концентрируйтесь на дыхании. Дышите медленно, глубоко и равномерно. Смотрите, как открываются врата, войдите в них. Представьте, что вы идете по морскому дну внутри пузыря, в котором можно свободно дышать. Под вашими ногами ровная песчаная поверхность. Повсюду растут яркие кораллы, на дне лежат морские звезды, вокруг плавают морские коньки и дельфины. Стайки ярких разноцветных рыбок выются в толще воды. Вы медленно идете к виднеющейся в отдалении фигуре. Сосредоточьтесь на дыхании. Вы спокойны, расслаблены и счастливы. Поприветствуйте своего стихийного помощника в сфере Воды и выслушайте то, что он вам скажет. Когда вы услышите все, что хотели, поблагодарите его. Возвращайтесь к вратам. Продолжая концентрироваться на дыхании, бросьте последний взгляд на прекрасный мир, скрытый волнами. Пройдите сквозь врата и посмотрите, как они закрываются. Сделайте несколько глубоких вдохов и медленно откройте глаза. Запишите все, что вы узнали, в дневник. Закройте круг.

## Как встретиться со своим огненным помощником

Подготовьте простой алтарь с оранжевым покровом и красной свечой. Используйте благовония с амброй или древесными запахами. Совершите несколько глубоких очищающих вдохов. Расположитесь поудобнее. Сосредоточьтесь на дыхании и закройте глаза. Представьте врата в царство стихии Огня. Вообразите их настолько детально, насколько вам хочется. Как они открываются? Несколько раз медленно и глубоко вдохните. Посмотрите на открывающиеся врата и войдите в них. Вокруг сплошная темнота. Перед вами возникает тропа, освещенная по сторонам свечами. Это свободный и безопасный путь. Идите по нему. В темном небе одна за другой появляются звезды. Посмотрите на мерцающие огоньки. Потом переведите взгляд на пламя свечей, — вы заметите, что среди них нет одинаковых. На острие свечей танцуют языки пламени самых разных оттенков. Вы чувствуете тепло, безопасность и счастье. Концентрируйтесь на дыхании. Перед вами на тропе вы видите своего проводника в сфере стихии Огня. Медленно подойдите к нему и тепло поприветствуйте. Выслушайте то, что он вам скажет. Когда услышите все, что хотели, поблагодарите его и возвращайтесь. Подойдя к вратам, обратите внимание, что они все еще открыты. Пройдите сквозь них. Несколько раз медленно и глубоко вдохните и откройте глаза. Запишите все, что вы узнали, в дневник. Закройте личный круг.

Упражнение по открытию стихийных врат поможет вам лучше почувствовать каждую стихию. При определении своей основной стихии с помощью визуализации



**Символы-таттвы:**

*Огонь* — красный треугольник; *Воздух* — синий круг;  
*Вода* — серебряный полумесяц; *Земля* — желтый квадрат;  
*Дух* — черное яйцо

врат вы, скорее всего, поймете правильность выбора еще до того, как произойдет ваша настройка на стихию. Впрочем, если настройка уже произошла, вы в любой момент можете переключить свое внимание на другую стихию.

Существует еще один способ открытия стихийных врат — это медитация на древние символы стихий, или *таттвы*.



*Таттвы* — символические первопринципы, являющиеся ключами к подсознанию и коллективному сознанию вселенной.

Самый простой способ работы с таттвой — пристально, не моргая, смотреть на ее изображение, пока

оно не запечатлется в вашем сознании. Потом закройте глаза, и ваше подсознание через мысленный образ таттвы откроет врата соответствующей стихии.

### Одновременное открытие врат

После медитации с таттвами, когда вы почувствуете, что готовы, встаньте и повернитесь лицом к северу. Представьте северные врата, на которых вырезана таттва Земли. Входом могут быть золотые ворота, или каменный монолит, или простая деревянная калитка. Пристально смотрите на таттву, пока не начнете видеть ее ауру, а затем переместите свое внимание на врата. Вы увидите рассеивающийся туман, и портал откроется. Поначалу он может выглядеть как вращающийся вихрь, но в конце концов примет форму, представляющую данную стихию. Повернитесь к востоку и повторите все заново. По своему усмотрению вы можете продолжать работать со всеми четырьмя стихиями или открыть только одни врата. При желании можно войти на план стихии, защитив себя пузырем. Следите за тем, чтобы врата оставались открытыми. Исследуйте и общайтесь с царством выбранной стихии, сколько хотите. Когда закончите, убедитесь, что вы закрыли все врата. Дождитесь, чтобы они рассеялись, пока вы смотрите на них. При этом снова может возникнуть вихрь или туман.