



Спасибо камням, которые кажутся
безмолвными, но их песня по-настоящему звучит
в тишине.

И моим родителям — за жар и давление,
которые научили меня сиять.






СОДЕРЖАНИЕ

<i>Предисловие</i>	9
<i>Введение</i>	11

Кристалларий

САДОВЫЙ КВАРЦ: <i>в тебе заключено множество миров ...</i>	19
АЗУРИТ: <i>активируй пустоту.....</i>	23
ЛАБРАДОРИТ: <i>подзаряди свою судьбу.....</i>	27
ЯНТАРЬ: <i>во что ты превращаешься?.....</i>	31
ЛУННЫЙ КАМЕНЬ: <i>приливы и отливы</i>	35
ЛАЗУРИТ: <i>войди во власть</i>	39
ГОВЛИТ: <i>ты — основа.....</i>	43
ИЗУМРУД: <i>выбери свой путь</i>	47
СУГИЛИТ: <i>поговствуй, чтобы узнать.....</i>	51
ХРИЗОКОЛЛА: <i>что тебе нужно?.....</i>	55
АМЕТИСТ: <i>раскройся навстречу туду.....</i>	59
ЛАРИМАР: <i>сначала огонь.....</i>	63
СЕРДОЛИК: <i>прояви любопытство.....</i>	67
ИМПЕРАТОРСКИЙ ТОПАЗ: <i>ты живешь в достатке.....</i>	71
ГОЛУБОЙ ТОПАЗ: <i>будь мягче и прислушайся.....</i>	75
РУБИН: <i>ты — только намного лучше.....</i>	79
ГРАНАТ АЛЬМАНДИН: <i>уроки крови.....</i>	83



СОЛЬ: основы теловегности.....	87
ЛЕПИДОЛИТ: вдохни свою истину.....	91
ХРИЗОЛИТ: в тебе так много жизни.....	95
КВАРЦ ЭЛЕСТИАЛ: стань неповторимой.....	99
СЕЛЕНИТ: священный центр.....	103
ЦИТРИН: полон сокровищ.....	107
СОДАЛИТ: приходи, чтобы успокоиться.....	111
МОРГАНИТ: наполни себя.....	115
ГЕМАТИТ: бросай якорь.....	119
АММОЛИТ: со временем только лучше.....	123
БИРЮЗА: найди свой путь домой.....	127
РОЗОВЫЙ КВАРЦ: другой тип любви.....	131
ЧЕРНЫЙ ТУРМАЛИН: превращение.....	135
БЛАГОРОДНЫЙ ОПАЛ: представь будущее.....	139
ДЫМЧАТЫЙ КВАРЦ: распадаясь на части.....	143
ЗЕЛЕНый ФЛЮОРИТ: это мое?.....	147
ОБСИДИАН: резкость и тени.....	151
РОДОНИТ: услышь биение своего сердца.....	155
ГОРНЫЙ ХРУСТАЛЬ: то единственное.....	159
<i>Как работать с картами Кристаллария.....</i>	162
<i>Источники и ресурсы.....</i>	165
<i>Благодарности.....</i>	166



«Хорошо это или плохо, но невозможно отрицать, что внутри у нас живет дикая лошадь. Скакать, не зная удержу, упасть в изнеможении на песок, почувствовать, как вращается земля, испытать — буквально — прилив любви к камням и травам, как будто с человечеством покончено...»

— ВИРДЖИНИЯ ВУЛФ,
Комната Джейкоба

«Листок, капля, кристалл, момент времени — все связано в единое целое и причастно к совершенству целого. Каждая частица представляет собой микрокосм и является точным подобием мира».

— РАЛЬФ УОЛДО ЭМЕРСОН,
*Полное собрание работ Ральфа Уолдо Эмерсона:
Природа, выступления и лекции*



.... Предисловие

Парковка была ничем не примечательным местом — обыкновенная оставка, а рядом — сочетание типично ирландской живой изгороди, ворот и загона для коров. Каждый раз, когда мы приезжали к этому каменному кругу, я гадала, смогла бы я найти его снова, если бы приехала одна. Присутствие моей наставницы словно было ключом к пробуждению магии. Она проникала сквозь кожу, как только я открывала дверцу машины и начинала подниматься по окруженной боярышником грунтовой дорожке. До нашего появления здесь паслись коровы и немного взрыхлили землю. Обходя их следы, мы направлялись к восточной стороне круга и останавливались у входа, чтобы позволить тишине этого места постепенно наполнить наше дыхание и тело.

Это был момент безмолвия, намеренный выход из нашего жизненного пространства в безвременье, которое пронизывает сооружения эпохи неолита. Эта пауза, этот вдох были началом нашего ритуала приветствия. Затем мы шли по часовой стрелке, наши руки скользили по гранитной поверхности камней, будто говоря: «Просыпайтесь! Мы пришли вас проведать!» Как только заканчивался приветственный ритуал, мы с наставницей расходились в разные стороны, исповедовались деревьям и камням до тех пор, пока не садилось солнце или ливень не гнал нас обратно к машине.

Во время тех долгих послеобеденных прогулок я обычно находила нагретый солнцем камень и усаживалась поудобнее, чтобы спиной ощущать его тепло. Отдыхая, я видела удивительнейшие сны: иногда это были внутренние монологи о движении звезд или диалоги о природе времени. Я просыпалась, когда солнце начинало садиться, и записывала все это, чтобы обдумать позже.

Просматривая потом свои заметки, я удивлялась тому, как мои мысли блуждали по галактикам и сквозь порталы, которые квантовая физика только начинает изучать. Эти сновидения отличались от моей привычной картины мира, а внутренний голос был куда более звучным, чем мой собственный. Я словно была проводником снов этих каменных идолов, они направляли мои видения, и я стала иначе смотреть на камни (и на скалы, и на кристаллы). Я представляла их учителями, чей шепот становится громче, когда затихаю я. Осознав это, я перестала стремиться учиться у людей. Я начала черпать знания из окружающего меня мира природы.

Камни легко найти. Прогуляйся и поищи их на земле, вылови из ручья или сходи в местный магазин и купи кристалл, который сияет для тебя ярче других. Это начало... и конец, если ты положишь кристалл на полочку и забудешь о нем. Но, если ты отнесешься к этому моменту как к началу новых отношений, если ты успокоишься и будешь слушать не только ушами, но всем своим существом, тебе откроются совершенно иные знания.

Желаю тебе обрести глубокую связь.



Maia

.... Введение

Как и многие люди, решившие отправиться в путешествие через всю страну, я прихватила с собой багаж эмоционального рода. Я специально уехала от женатого человека, который лишь флиртовал и бесконечно обещал, но все еще был женат на другой. На протяжении нескольких недель, проведенных в одиночестве за рулем, я слой за слоем стирала обиды и предательства. В тот пустынный полдень я неожиданно поняла, что самое страшное позади: пришло время разделаться с этим и двигаться дальше.

В Санта-Фе я подобрала обломок снежного обсидиана. Его блестящая черная поверхность с вкраплениями из белых «снежинок» сияла, неудержимо притягивая взгляд. Двигаясь на север к границе с Нью-Мексико, я крутила его в пальцах, наслаждаясь прохладной гладкой поверхностью камня. Дорога неторопливо текла передо мной, лениво разворачиваясь в летней жаре. Я ехала в своем собственном ритме и никуда не торопилась, но все равно не могла расслабиться. Я заметила, что дышать стало труднее. Позади оставались километры пути, а мое дыхание набирало силу, словно что-то внутри меня рвалось наружу, подталкивая вперед с каждым выдохом. Снежный обсидиан будто приклеился к моей ладони, и меня охватило безумное чувство, что это он управляет моим дыханием, что камень забирает последние частицы боли из молекул моего существа и выпускает их в лазурное небо.

Моменты, подобные этому, кажутся фантастическими. Наш язык слишком скуден, чтобы описать что-то мистическое, а истории, подобные этой, обычно звучат абсурдно или теряют смысл при пересказе. Поэтому я была заинтригована, когда узнала о направлении традиционной китайской медицины, которое включало в себя учение о минералах

(как тот кусочек снежного обсидиана). Возможно, это учение поможет найти слова, чтобы описать камни и кристаллы не только как блестящие штучки. Вероятно, есть какой-то смысл в том, чтобы считать кристаллы таким же «лекарством» для наших тел и душ, как и растения с животными.

ВОЗДЕЙСТВИЕ КАМНЕЙ

Сегодня мы можем пойти в аптеку и купить витамины и минералы, уже очищенные в лаборатории и упакованные в удобные капсулы. Так было не всегда. Традиционные целители знали, что человеческому организму необходимы минеральные питательные вещества, но эти добавки не обрабатывались должным образом. Они не были очищены и лежали в земле. Мы получали эти вещества через растения и животных: минералы питали растения, которые, в свою очередь, поедали животные (включая нас, людей). Древние целители стремились узнать, нельзя ли использовать камни и кристаллы напрямую, минуя этап поглощения минералов растениями. В Азии даже возникло целое направление *materia medica* — медицина камней, которая дополняла использование лекарственных растений. На самом деле, камни были признаны первостепенным лекарством, поскольку именно минералы подпитывают растения.

Вот несколько принципов, помогающих нам понять чарующую песнь, которую камни поют нашим сердцам.

- **Минералы формируются в разных слоях земли.** Одни образуются в мантии, недалеко от поверхности, другие — ближе к ядру. Чем глубже зарождается камень, тем сильнее его воздействие на наши тела и психику. Таким образом, растения (которые растут на поверхности земли) использовали в основном для лечения поверхностных заболеваний, а к медицине камней прибегали для более глубокого воздействия.

- **Камни и кристаллы различают по твердости.** Для этого существует шкала Мооса. Мягкие камни действуют быстрее, твердые — требуют более длительной работы с ними, поэтому их используют в более серьезных случаях.
- **Кристаллы растут и меняются так же, как люди.** Согласно древнему даосскому учению, яшмы и агаты с разноцветными полосами находятся в активном процессе преобразования, и когда он закончится, они станут одноцветными нефритами (нефрит считается камнем самоактуализации). Когда мы наблюдаем за ростом и трансформацией кристаллов, появляется ощущение тесной связи с ними. На их поверхности можно увидеть трещинки, а по форме и направлению роста понять, какие физические препятствия им пришлось преодолеть в процессе формирования.
- **Разнообразные химические составляющие кристалла (например, медь или магний) — это питательные вещества для различных органов человеческого тела.** В частности, сера помогает при детоксикации и необходима для функционирования печени и почек. Литий успокаивает нервную систему и поддерживает работу мозга.
- Согласно многим древним традициям целительства, **каждый орган нашего тела отвечает за определенные эмоциональные и духовные состояния.** Изучив, какие микроэлементы содержатся в камне, какие органы и системы тела они поддерживают, ты поймешь, как камни могут повлиять на эмоции и дух.

ПЕСНЯ КАМНЕЙ

Каким же образом люди в древности без микроскопов и спектрометров узнали о микровеществах, которые содержатся в кристалле? Ключом к пониманию химического состава был цвет. Многие камни, которые, как

считается, поддерживают работу сердца, имеют красноватый оттенок. Причиной такого цвета может быть наличие железа, отвечающего за красные кровяные клетки (эритроциты) и придающего соответствующую окраску камням и кристаллам. Но не все красные камни содержат железо и безопасны. Так что это скорее гипотеза, а не законченная и совершенная система.

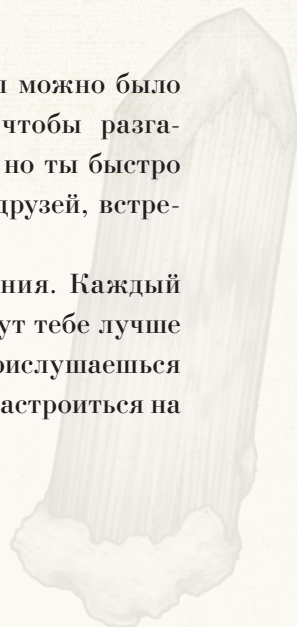
Анализируя традиционные знания и свойства кристаллов, открытые современной наукой (ученые долго трудились над ними, чтобы изобрести множество вещей, от мобильных телефонов до сонаров и светодиодных ламп, поэтому о кристаллах известно немало), мы начинаем понимать, что кристаллы никогда не были просто блестящими штучками. Наши сердца слышат песню камней. Однако нам может потребоваться ученая степень в области химии, физики и электротехники, чтобы разумом понять то, что наш дух знает интуитивно.

В этой книге объединены знания современной науки, мистицизма, древних учений, даосской медицины камней (раздел традиционной китайской медицины) и песни самих камней. Чтобы продолжить изучение стоун-терапии, см. раздел «Источники и ресурсы» на стр. 165.

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЭТОЙ КНИГОЙ

Эта книга познакомит тебя с медициной камней, чтобы можно было самостоятельно познавать их гармонию. Для того, чтобы разгадать послания камней, можно использовать метафоры, но ты быстро научишься понимать вибрации своих кристаллических друзей, встретив их на страницах данного произведения.

Используй эту книгу для вдохновения и подтверждения. Каждый раздел содержит ритуал и размышление, которые помогут тебе лучше понять энергию определенного камня, если ты к нему прислушаешься и услышишь его песню. Вытяни карту из колоды, чтобы настроиться на



новый день, или открой книгу наугад, чтобы увидеть, кто хочет поговорить с тобой, или прочитай ее целиком, чтобы познакомиться со всеми кристаллами.

ТЕХНИКА СВОБОДНОГО НАПИСАНИЯ

Если ты хочешь глубже ощутить связь с каким-то конкретным камнем, попробуй технику свободного письма. Тебе понадобятся ручка, бумага и таймер.

Поставь таймер на 10 минут.

Вытяни карту из колоды Кристаллария и спроси:

«Что ты хочешь мне сказать?»

Начни писать и не останавливайся, пока не истечет время!

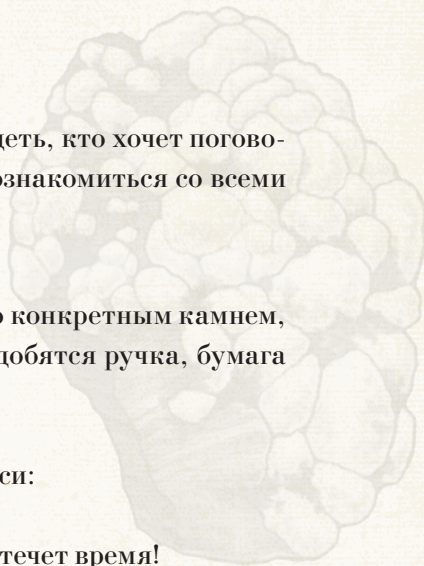
Эта техника поможет тебе выйти за пределы разума и проникнуть в царство подсознания.

МЕЧТЫ, ПУТЕШЕСТВИЯ, МЕДИТАЦИИ

Позови камень в свои сны, путешествия или медитации. Прежде чем отправиться в дорогу, погрузиться в медитацию или сон, осознанно попроси камень присоединиться к тебе. Можешь использовать настоящий камень или карту из колоды (она прилагается к этой книге), чтобы сформулировать намерение и направить свой дух.

УДЕЛИ ВНИМАНИЕ СТРУКТУРЕ КАМНЯ

В отличие от растений и животных, минералы не имеют научной терминологии. Поэтому в данной книге вместо латинского названия под общим наименованием камня ты найдешь обозначение его твердости по шкале Мооса. Помни: твердые камни требуют больше времени для воздействия, поэтому их используют в более сложных ситуациях. По шкале Мооса, 1 — это самый мягкий минерал (например, тальк), а 10 — самый твердый (например, алмаз). Чем выше значение по шкале Мооса, тем дольше ты будешь работать с камнем!



В этой книге представлены следующие группы камней. Открывая для себя новые камни, ты можешь обратиться к другим минералам, относящимся к такой же группе, чтобы понять сходные черты и закономерности:

БЕРИЛЛ

- Аквамарин
- Изумруд
- Морганит

КВАРЦ

- Аметист
- Горный хрусталь
- Дымчатый кварц

- Кварц Элеstial
- Розовый кварц
- Садовый кварц
- Сердолик
- Цитрин

КОРУНД

- Рубин

СЛЮДА

- Лепидолит

ТОПАЗ

- Голубой топаз
- Императорский топаз

ТУРМАЛИН

- Черный турмалин

ФЛЮОРИТ

- Зеленый флюорит

КРИСТАЛЛ, МИНЕРАЛ ИЛИ ДРАГОЦЕННЫЙ КАМЕНЬ?

Кристалл имеет регулярную и повторяющуюся внутреннюю структуру атомов. Если кристалл растет в свободном пространстве, такое расположение частиц позволяет его граням формироваться под определенными углами — вот почему некоторые кристаллы выглядят как куб или тетраэдр. Если кристалл растет в ограниченном пространстве, у него может быть неидеальный внешний вид, но у него все равно будет кристаллический внутренний узор и структура.

Есть также органические кристаллы, производимые из растений или животных. Типичный пример — сахар. Он имеет регулярную внутреннюю структуру, которая является кристаллической. Поскольку сахар делают из растений, а не из камня, он — кристалл, а не

минерал. Жемчуг, коралл, янтарь и слоновая кость — другие примеры органических кристаллов, происхождение которых связано с царством растений или животных.

Минерал имеет кристаллическую структуру и состоит из неорганических материалов. Знакомые примеры — соль, снежинки или гранитные кухонные столешницы. Но если что-то происходит из земли, вовсе не означает, что это кристалл! Некоторые красивые камни, включая опал, обсидиан и молдавит, на самом деле не являются кристаллами.

Драгоценным может быть любой камень, который люди считают таковым, поэтому драгоценные камни могут быть или не быть кристаллами!



КРИСТАЛЛАРИЙ

