



Juliet Diaz

SEKRETNA MAGIA

Prawdziwe zaklęcia magiczne,
rytuały oraz eliksiry na miłość,
szczęście, pieniądze, a także
uzdrowienie ciała i umysłu



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

SEKRETNA
MAGIA



Juliet Diaz

SEKRETNA MAGIA

Prawdziwe zaklęcia magiczne,
rytuały oraz eliksiry na miłość,
szczęście, pieniądze, a także
uzdrowienie ciała i umysłu



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Ewelina Kuryłowicz
SKŁAD: Krzysztof Remiszewski
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Remiszewski
TŁUMACZENIE: Bartosz Bartkiewicz

Wydanie I
Białystok 2020
ISBN 978-83-8171-320-7

Tytuł oryginału: *Witchery: Embrace the Witch Within*

WITCHERY
Copyright © 2019 Juliet Diaz
Originally published in 2019 by Hay House UK Ltd.

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2019
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.

Poczyniono wszystkie starania, aby upewnić się, że informacje zawarte w tej książce są pełne i dokładne. Niemniej jednak, ani wydawca, ani autor nie zajmują się udzielaniem profesjonalnych porad poszczególnym czytelnikom. Pomysły, procedury i sugestie zawarte w tej książce nie mają na celu zastąpienia konsultacji z lekarzem. Wszystkie sprawy dotyczące zdrowia wymagają nadzoru medycznego. Ani autor, ani wydawca nie ponoszą odpowiedzialności za jakiegokolwiek szkody, rzekomo wynikające z korzystania z informacji i sugestii zawartych w tej książce.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

Mojemu partnerowi, Willowi Colóna.
Dziękuję za bycie moim opiekunem i moim wilkiem
oraz za trwanie przy mnie podczas procesu rozwikłania.

Moim dzieciom, Aidanowi i Myce.
Dziękuję wam za bycie moim największym
błogosławieństwem.
Zmieniście moje życie w najbardziej magiczny sposób.

Moim przodkom i przewodnikom.
Dziękuję za to, że kroczyście obok mnie
i kierujecie każdym moim oddechem.



BYCIE WIEDZMĄ
STANOWI UOSOBNIENIE TWEJ PRAWDY
WRAZ Z CAŁĄ JEJ MOCĄ.

SPIS TREŚCI



Lista rytuałów, zaklęć, eliksirów i praktyk	9
Początek podróży	13

Część pierwsza. Zaklinanie

Czym jest magia?	21
Moc magicznego nastawienia	27
Pytania i odpowiedzi dla początkujących Wiedźm	33
Uwolnij swoją moc	39
Sztuka miłości własnej	51

Część druga. Ujawnione rzemiosło

Początek ćwiczeń nad magią	67
Medytacja	69
Ugruntowanie	77
Podnoszenie poziomu energii	83
Objawienie	91
Wzmacnianie wewnętrznego zmysłu	95
Księżyc i Wiedźma	103
Sezony Czarownic	113

Część trzecia. Magia w praktyce

Łączenie się z wewnętrzną Wiedźmą	133
Księga Cieni i Grymuar	135



Projektowanie ołtarza	141
Ujarzmienie rodowych mądrości	145
Oczyszczenie i ochrona	155

Część czwarta. Ogród Wiedźmy i zielna magia

Wprowadzenie do ogrodu Wiedźmy	165
Przyciąganie miłości	169
Leczenie złamanego serca	175
Ochrona	179
Sukces	185
Majątek i dostatek	191
Szczęście	197
Leczenie	201
Oczyszczenie	207
Nowe początki	211
Wzmocnienie parapsychologiczne	217
Objawienie	221
Tworzenie własnych zaklęć	227
Dlaczego moje zaklęcia nie działają?	233

Część piąta. Ćwicz odpowiedzialnie

10 sposobów na leczenie Ziemi	241
Uczciwość w magii	243
Ciąg dalszy podróży	247
List miłosny	251
Pozostań w kontakcie	255
Zasoby	257
© Autorce	261



POCZĄTEK PODRÓŻY

Wbyciu Wiedźmą nie chodzi o kombinacje i sztuczki. Nie chodzi też o to, co kupujesz, w co się ubierasz lub co udostępniasz na portalach społecznościowych. Bycie Wiedźmą daje ci moc samoleczenia, zmiany swego życia i spełnienia każdego marzenia. W tej książce pokieruję cię w podróży do stania się Wiedźmą i pomogę ci połączyć się z drzemiącą w tobie magią. Wytlumaczę, jak porzucić to co niepotrzebne, jak wyzwolić twoje autentyczne ja oraz jak stać się ucieleśnieniem twojej prawdy. Poznasz również umiejętności i techniki potrzebne do praktykowania prawdziwej magii.

Jestem Kubanką z rdzennymi korzeniami i pochodzę z długiej linii Wiedźm uzdrowicielek. Wierzymy w leczenie umysłu, ciała i duszy przy pomocy medycyny ziemi, pod duchowym przewodnictwem naszych przodków.

By zostać Wiedźmą, nie trzeba jednak urodzić się w odpowiedniej rodzinie lub przejść sekretnego rytuału – istnieją na to setki sposobów. Nauczono mnie, że powinniśmy budować naszą osobistą formę magii, używając starożytnych metod, ale kształtując je tak, by jak najbardziej nam pasowały. Wtedy właśnie staje się ona najsilniejsza. Moja magia to unikalne połączenie praktyk, doświadczeń i nauk, które zebrałam razem w odpowiadający mi harmonijny sposób. Znaczenie tworzenia i używania unikalnych czarów to jedna z najważniejszych lekcji, których nauczyłam się w życiu. I zamierzam przekazać tę wiedzę tobie.

Coraz więcej osób zaczyna czuć szalejący wewnątrz nich ogień Wiedźmy. Istnieją jednak ważniejsze powody dla naszego powołania niż poszukiwanie prawdy i samoakceptacji. Powody, dzięki którym czujemy ziemię tętniącą życiem pod naszymi stopami: Ziemia, nasza Matka, nas potrzebuje! Posiadana przez Wiedźmy więź z ziemią pozwala nam dawać jej z powrotem pożyczoną magiczną energię, ale w dzisiejszych czasach, gdy jest ona dewastowana przez ludzi, mamy znacznie więcej do zrobienia. Poprzez wywabienie wewnętrznej Wiedźmy do powstania z głębin duszy i ty możesz ofiarować magię ziemi oraz pomóc jej pozostać zdrową i żywą.

Chociaż pochodzę z praktykującej rodziny, sama podjęłam decyzję o zostaniu Wiedźmą. Musiałam dotrzeć do swojej prawdy oraz zdecydować się żyć, odkrywając ją. Wierzę, że o Wiedźmach mówi się, iż posiadają umiejętność latania, ponieważ nie boją się upadku. Pamiętaj także, że ci, którzy nie dostrzegają twojego światła, zaćmieni są własną ciemnością. Drogie Wiedźmy, musicie powstać! Wszystkie stworzenia to

dzieci ziemi; wszyscy pochodzimy z jednego kotła. Moc została zasiana w tobie na długo przed tym, nim twe ciało posmakowało powietrza. Szukając potwierdzenia, nie musisz wyglądać poza siebie – znajdziesz je wewnątrz.

Nim dotarłam tu, gdzie jestem dzisiaj, nim zostałam prawdziwą, ucieleśnioną Wiedźmą w pełnej świetności, spędziłam lata na ćwiczeniach i zbieraniu doświadczeń. Ty również możesz zrobić krok naprzód, znaleźć swe powołanie, swą prawdę i rozświetlić świat przy pomocy magii! Pora przyjąć wewnętrzną Wiedźmę!



Rytuał namaszczenia tej książki

Książka ta wypełniona jest mądrością, magią i miłością gotowymi do użycia w twojej podróży. Poprzez namaszczenie będziesz w stanie połączyć się z nią w głęboki, duchowy sposób, a w zamian dostarczy ci ona więcej wiedzy, niż uważałaś za możliwe. Namaszczenie książki aktywuje również ukryte między jej stronami zaklęcie, które pomoże wzmocnić waszą więź, a także zadziała jako przewodnik.

Potrzebujesz

Suszonej bylicy pospolitej, luzem albo w bukiecie ziół; lub
kadzidla – najlepiej z olibanum, mirrą czy Palo Santo
Małej miski
Garści ryżu

1 szczypty soli

Białej świecy i bezpiecznego świecznika (mała świeca
woskowa dobrze sprawdzi się przy tym krótkim
zaklęciu)

1 filiżanki (250 ml) wody

Co należy zrobić

- ✧ Nim zaczniesz jakiegokolwiek magiczne praktyki, musisz oczyścić z negatywnej energii siebie, narzędzia, których zamierzasz używać, oraz przestrzeń dookoła. Robi się to dymem z kadzidła, żywicy lub suszonymi ziołami, pojedynczymi albo w bukietcie. Wśród moich faworytów znajdują się bylica pospolita, ruta zwyczajna, rozmaryn, Palo Santo, olibanum, mirra, bursztyn oraz kopal. Jednakże w przypadku niektórych zaklęć do oczyszczenia wymagane są konkretne zioła, żywica lub kadzidło.
- ✧ Użyj zapalek, by zapalić kadzidło (lub bukiet ziół) oraz świecę, po czym zgaś płomień, tak by wytworzyły jedynie lekki dym. Istnieją różne sposoby palenia żywicy i pojedynczych ziół, ale najczęściej kładzie się niewielką ilość na węgielek trybularzowy. Pozostaw kadzidło, żywicę lub zioła obok miejsca, w którym pracujesz, lub – dla bardziej kompleksowego oczyszczenia – przejdź się z nim dookoła, także po innych pokojach. Zgaś kadzidło lub pozwól mu palić się podczas magicznej ceremonii.
- ✧ Po oczyszczeniu otoczenia zacznij rytuał namaszczenia. Usiądź w cichym miejscu i ułóż książkę na swojej klatce piersiowej, blisko serca. Zamknij oczy, weź trzy głębokie wdechy i spróbuj oczyścić umysł. Poczuj subtelna energię

książki splatającą się z twoją własną. Kiedy doświadczysz tej więzi, odłóż książkę.

- ✧ Weź ryż do ręki i podnieś ją do ust. Bardzo powoli dmuchaj na ryż i policz do trzech. Spróbuj wyobrazić sobie swój oddech zmieniający kolor ryżu w złoty. Włóż go do miski. Dodaj soli, powtarzając: „Szczypta soli krzywdy nie wyrządzi, miast tego czar pobłogosławi”.
- ✧ Ponownie weź książkę i połóż ją przed sobą. Zapal świeczkę i trzymaj ją w prawej dłoni. Trzy razy poruszaj nią nad książką, przeciwnie do ruchu wskazówek zegara, mówiąc: „Tym płomieniem pozwalam ci na udział w mej podróży. Prowadź mnie, prowadź mnie, prowadź mnie”. Zdmuchnij świeczkę i weź garść ryżu. Rozsyp go na książce, powtarzając: „Namaszczam cię, namaszczam cię, namaszczam cię”. Jeśli sobie życzysz, możesz zachować świecę do użytku podczas kolejnego rytuału.
- ✧ Zanurz palce w wodzie i narysuj okrąg na swojej klatce piersiowej, mówiąc: „Jestem gotowa przyjąć moją wewnętrzną Wiedźmę”.
- ✧ Jesteś teraz związana z magią i zobowiązana do kontynuowania swej podróży w czystości i skupieniu.





Zaklęcie do kąpieli na przepędzenie wewnętrznych duchów

Uważam to zaklęcie za przynoszące korzyści podczas ważnych przemian, wliczając w to odrzucenie duchów przeszłości. Nie tylko uwolni cię od niechcianych sił, ale także pobłogosławi twoją nową podróż. Możesz użyć tego zaklęcia, kiedy poczujesz, że potrzebujesz wsparcia i przejrzystości. Używaj go wyłącznie w fazie pełni Księżyca – niezależnie od pory dnia.

Krok 1. Stwórz eliksir na przepędzenie negatywnej energii

Potrzebujesz

- 1 filiżanki (250 ml) zimnej wody
- 1 łyżki stołowej miodu
- 1 plasterka cytryny
- 1 zmiądnionego ząbka czosnku
- 1 szczypty soli
- 1 szczypty suszonej bazylii lub anyżu gwiazdkowatego
(lub 1 anyż gwiazdkowaty w całości)
- 1 gałązki rozmarynu
- 1 liścia laurowego

Co należy zrobić

- ✧ Wrzuć wszystkie składniki do wody i mieszaj przez 1-2 minuty.

Krok 2. Użyj zaklęcia

Potrzebujesz

Na oczyszczenie: suszonych ziół (wybierz coś z: cedru, bylicy pospolitej, rozmarynu, turówki wonnej lub liścia laurowego), pojedynczych lub w bukiecie. Inna opcja to kadzidło (wybierz coś z: Palo Santo, kopału, olibanum lub mirry)

Do kąpieli: eliksiru sporządzonego w kroku 1

Olejku eterycznego, który cię zrelaksuje, na przykład z melisy lekarskiej, hyzopu, olibanum, bergamotki lub lawendy

2-3 garści świeżych płatków dowolnego kwiatu

1 filiżanki (300 g) soli himalajskiej lub morskiej

½ filiżanki (50 g) jednego lub dwóch suszonych ziół – wybierz z rozmarynu, bazylii, kopru włoskiego tudzież ruty zwyczajnej

Białej świecy

Opcjonalnie – kryształów, które wspomogą uwolnienie (np. kwarc dymny) lub takich, które pobudzą miłość i leczenie (np. kwarc różowy)

Co należy zrobić

- ✧ Użyj dymu z suszonych ziół lub kadzidła do oczyszczenia łazienki, przyborów i siebie.
- ✧ Napełnij wannę wodą o temperaturze zgodnej z twoimi preferencjami. Dodaj eliksir wytworzony w kroku 1, 4-6 kropel wybranego olejku eterycznego, płatki kwiatów, sól

i zioła do kąpieli. Zioła lubię gotować w wodzie przez około 10 minut, by wydobyć z nich maksimum ich właściwości. Napar dodaję po wystygnięciu.

- ✧ Ułóż świecę i kryształ dookoła wanny, po czym przyciemnij lub zgaś światło w łazience.
- ✧ Weź niezapaloną świecę i przytrzymaj ją przy piersi. Zamknij oczy i weź trzy głębokie wdechy. Połącz swoją energię ze świecą. Poczuj, jak ciepło twojej dłoni wypełnia świecę i wyobraź sobie otaczające ją światło. Powiedz: „Światło mej duszy, wejdź w tę świecę i rozprzeźnij się. Uwolnij mnie od spraw wiążących mnie z nieprawdą. Pozostaw mnie w zgodzie z moim przeznaczeniem – jasne światło, prawdziwa osobowość”. Jeśli chcesz, zmodyfikuj te słowa.
- ✧ Połóż teraz świecę gdzieś w łazience, zapal ją i pilnuj, by paliła się do momentu ukończenia zaklęcia.
- ✧ Uklęknij przy wannie i podziękuj wodzie za uzdrowienie, którym cię pobłogosławi. Spokojnie pożegnaj się z dawną sobą.
- ✧ Wejdź do wanny i zanurz się w leczniczej wodzie na tak długo jak masz ochotę (jeśli masz okres, nie szkodzi – wzmocni to twoją magię, a po wykonaniu zaklęcia i tak wskazane jest wzięcie prysznic). Zamknij oczy, nie ruszaj się i pomyśl o rzeczach, których chcesz się wyzbyc, dopóki nie poczujesz, jak ulatują one z ciebie. Staw czoła powiązanym z nimi emocjom i pozwól sobie je poczuć, po czym je uwolnij. Nie powstrzymuj się: jeśli czujesz potrzebę – krzycz. Pozwól duchom odejść!

- ✧ Kiedy poczujesz, że już wystarczy, spuść wodę z wanny, starając się przy okazji zachować jak najwięcej ziół i kwiatów.
- ✧ Po wszystkim weź kilkuminutowy chłodny prysznic. Spróbuj nie przejmować się zimnem – jesteś Wiedźmą! Dasz radę! Myjąc ciało, wyobraź sobie wodę wypełniającą cię światłem.
- ✧ Po uwolnieniu musisz się odpowiednio nawodnić i zrelaksować. Napij się wody i pozwól sobie na odpoczynek. W tym czasie postaraj się unikać korzystania z jakiegokolwiek technologii.
- ✧ W dogodnym momencie pozbądź się pozostałych ziół i kwiatów na rozstaju dróg lub w miejscu zwróconym na wschód. Najlepiej ułożyć je na glebie, by Matka Ziemia mogła zabrać je do siebie.

Połącz się z Matką

Ziemia jest Matką – daje życie i wychowuje. Stanowi łono, z którego wszyscy pochodzimy. Połączenie z Matką Ziemią nie oznacza, że musisz uwielbiać wędrówki górskie czy przesiadywać na zewnątrz wśród bzyczenia komarów. Musisz po prostu związać z nią swoją energię. Wiedza, jak dane pory roku wpływają na ciebie, stanowi ważny aspekt magii. Możesz nawet zwiększyć swoją moc, używając energii aktualnej pory roku, cykli rocznych czy zdarzeń astrologicznych (*patrz: strona 113*). Dlatego właśnie powinnyśmy uważać na kruchość Matki: Wiedźmy prowadzą harmonijną wymianę z ziemią, która podsyca naszą magiczną moc,

po czym zabiera ją z powrotem do siebie. Musimy więc dbać o nią, być z nią blisko i nigdy jej nie wykorzystywać.

Prowadź jak najbardziej autentyczny żywot

Autentyczny żywot to taki, poprzez który pokazujesz, kim jesteś naprawdę i że masz nad sobą pełną kontrolę. Pomyśl: kim jesteś? Co lubisz? Co kochasz? Za czym nie przepadasz? Co przynosi ci radość? Czym się martwisz? O czym marzysz, czym się pasjonujesz? Czym jest prawdziwa dusza wewnątrz cielesnej powłoki? Tylko i wyłącznie gdy żyjesz i oddychasz prawdą, ucieleśnisz swój faktyczny potencjał i najwspanialszą magiczną moc. Nie znaczy to, że zmuszona zostaniesz do ujawnienia innym tego, co robisz. Nie chodzi o pokaz – lecz o przyjęcie wewnętrznej Wiedźmy.

Wierzę, że pozwalając magii z nami współpracować, możemy cieszyć się pełnią życia i realizować nasze cele. Przejmij kontrolę nad życiem i spleć ją z marzeniami. Zaakceptuj siebie wraz z emocjami. Nie wstydź się, traktuj własne potrzeby priorytetowo. Pamiętaj, że jesteś w stanie zmienić bieg swego istnienia, posiadasz nieskończone pokłady magii i że nikt ani nic nie może ci tego odebrać.



Rytuał na odzyskanie magicznej mocy

Celem tego rytuału jest uwolnienie się od każdej osoby i rzeczy, która wysysa z ciebie moc (na przykład od bolesnych doświadczeń bądź niegodziwych ludzi). By wzmocnić swoją magię, musisz odrzucić to, co ci nie służy.

Nie spiesz się. Jeśli potrzebujesz, zrób przerwę lub całkowicie zatrzymaj rytuał – szczególnie gdy poczujesz coś prócz wzmocnienia bądź jeśli proces ten cię przytłoczy.

Rytuał ma posłużyć przywróceniu twojej mocy i możesz odprawić go w dowolnym momencie, tyle razy ile zechcesz.

Potrzebujesz

Suszonych ziół – ruty zwyczajnej, yerba santa czy cedru (pojedynczo albo w bukiecie) lub kadzidła – olibanum, mirry lub Palo Santo

3 świece, najlepiej białych

Małej miski soli

Miski wody

Co należy zrobić

- ✧ Znajdź ciche miejsce na odprawienie rytuału i oczyść siebie oraz przestrzeń dookoła przy użyciu suszonych ziół lub kadzidła. Możesz zapalić je lub żywicę, by w otoczeniu zapanował kojący nastrój. Usiądź na podłodze lub stole i ustaw jedną świecę po swojej lewej, jedną po prawej, a ostatnią bezpośrednio naprzeciwko siebie. Zapal je

i połóż miskę z solą po lewej, a miskę z wodą po prawej. Zamknij na chwilę oczy, oczyść umysł i weź trzy głębokie wdechy. Pozwól ciału się zrelaksować oraz uwolnić z wewnątrz wszystkie lęki, zmartwienia i hałasy. Znajdujesz się teraz w swojej poświęconej przestrzeni wypełnionej światłem i krzepiącą, leczniczą energią Matki Ziemi. Pozwól żywiołom – ziemi, powietrzu, ogniu i wodzie – otoczyć cię i spoić miłością.

- ✧ Gdy będziesz gotowa, weź szczyptę soli i wysyp ją do wody, wymawiając – na głos lub w myślach – imię osoby, nazwę zdarzenia czy sytuacji, z której zamierzasz odzyskać magiczną moc. Na przykład: „Odzyskuję moc od [imię], mego przyjaciela, który bezustannie umniejsza moją potęgę: zabieram ją z powrotem do siebie”. Powtarzaj te słowa, aż poczujesz spływającą na ciebie ulgę i spokój.
- ✧ Usiądź na moment bez ruchu. Poczuj energię wibrującą razem z magią i uwolnij się od zbędnych ciężarów. Zdmuchnij świece, najpierw lewą, potem prawą, weź miskę osolonej wody i zwróć ją ziemi u podnóża drzewa. Możesz też wylać ją do rzeki lub strumienia płynących obok twojego miejsca zamieszkania czy na rozdrożu.



Kolejną doskonałą metodą na przywrócenie mocy magicznej – niezależnie od tego kto cię skrzywdził lub jakie negatywne wydarzenia cię spotkały – jest pisanie listów. Nie należy ich jednak wysyłać. Lecznicze listy, jak je nazywam,

posłużą jako narzędzia do twojego własnego oczyszczenia i pozwolą ci popchnąć życie do przodu. Sposób ten pomógł nie tylko mi i setce moich klientów – udowodniono także, że wspaniale sprawdza się w procesie leczenia. List pomoże ci wybaczyć rezydującym wewnątrz siebie duchom i pozwolić im odejść. Wreszcie staniesz się od nich wolna.



Rytuał na napisanie uzdrawiającego listu

Zamysłem jest odzyskanie mocy poprzez przelanie surowych emocji na papier i uwolnienie wszystkiego, co cię dręczy. Gramatyka i pisownia nie mają znaczenia, nie musisz też czytać listu kilka razy czy modyfikować jego treści. Piszesz go tylko i wyłącznie dla siebie. Jeśli potrzebujesz, możesz zrobić przerwę, a jeśli opowiadanie o swoich przemyśleniach i emocjach sprawi, że poczujesz się gorzej – nie wahaj się zaprzestać pisania. Możliwe, że ten rytuał nie jest dla ciebie.

Potrzebujesz

Zapasu papieru listowego
Długopisu

Co należy zrobić

- ✧ Znajdź ciche miejsce, wolne od rzeczy mogących rozproszyc twoją uwagę. Napisz imię osoby lub zamieść krótki

opis sytuacji, która cię zraniła – możesz uwzględnić siebie, jeśli sprawiłaś sobie ból na przykład poprzez uzależnienie lub brak kontroli. Jeśli nie przypominasz sobie imion – wymyśl je. Zaczynij pisać do tej osoby lub zdarzenia – i nie powstrzymuj się! Przelej na papier co tylko przyjdzie ci na myśl, nawet jeśli nie ma to większego sensu. Możesz opowiedzieć adresatowi listu o tym, jakie krzywdy ci wyrządził lub wspomnieć o czymś, co zawsze chciałaś powiedzieć, ale nigdy się na to nie zdobyłaś. Na przykład: „Steven, to co mi zrobiłeś jest niewybaczalne. Miałaś się o mnie troszczyć, a zamiast tego zadałaś mi rany i stworzyłaś potwory nawiedzające moje życie. Jednakże wybaczam ci, byś mógł wyzwoić się spod twojego wpływu”.

- ✧ Od ciebie zależy, co napiszesz. Podczas procesu pozwól sobie na płacz oraz krzyk, ale pamiętaj o głębokich wdechach, by nie stracić skupienia. Uwolnienie ducha to nie jest prosta sprawa, rytuał może więc okazać się bolesny. W tym momencie musisz być ze sobą brutalnie szczerą.
- ✧ Kiedy skończysz pisać, połóż rękę na ostatniej stronie listu. Zamknij oczy, weź głęboki oddech i powoli policz do 20. Z każdą liczbą poczuj opuszczającą cię energię należącą do ducha. Wyobraź ją sobie jako czarny dym. Obserwuj, jak odchodzi z twojego ciała i rozplywa się na wietrze.
- ✧ Po doliczeniu do 20 weź kolejny głęboki oddech i przez chwilę się nie ruszaj. Pozwól sobie przetrwać emocje, które narosły w tobie podczas pisania listu. Pozostań w bezruchu dopóki się nie uspokoisz. Powtórz trzy razy: „Zabieram od ciebie moją moc”, po czym otwórz oczy.



UGRUNTOWANIE

Ugruntowanie oznacza centrowanie energii – kierowanie nią tak, by jej przepływ zapewnił ci koncentrację, równowagę i siłę. Bez ugruntowania możesz doświadczyć niechcianych uczuć lub zachowań: bez wyraźnego powodu poczuć bełład, fizyczne i psychiczne wycieńczenie, irytację, zmartwienie oraz niepokój. Przyćmi to objawienie twoich zamiarów. Ugruntowanie stanowi podstawę magii i jej rzemiosła. Przydaje się też w życiu – to znakomity sposób na wzmocnienie więzi z Matką Ziemią.

Praktyki ugruntowania

Spróbuj wykonywać którekolwiek z wymienionych poniżej ćwiczeń przynajmniej raz dziennie, by doświadczyć głębszej więzi z ziemią i sobą samą.

Zakorzenie

To prosta technika ugruntowania polegająca na wizualizacji wyrastających z ciebie korzeni łączących cię z ziemią. Możesz wykonać to ćwiczenie na stojąco lub siedząc.

- ✧ Zamknij oczy i weź trzy głębokie wdechy. Skup się na podstawie kręgosłupa. Jeśli siedzisz, wyobraź sobie wyrastające z niego korzenie kierujące się w dół. Jeśli zaś stoisz, wizualizuj je ciągnące się wzdłuż twoich nóg, po podeszwach stóp – wędrujące aż do ziemi.
- ✧ Podążaj za korzeniami głęboko w głąb gruntu, odrzucając na boki kamienie i przebijając się przez glebę prosto do jądra Ziemi.
- ✧ Po dotarciu do jądra wyobraź sobie energię wydobywającą się z korzeni, by pożywić Matkę, dopóki nie poczujesz spokoju, więzi i skupienia.

Uziemienie

Łączenie się z naturalną energią ziemi to niezbędny składnik życia Wiedźmy. Bez tej więzi nie możemy zespolić się z naszą magią, własnym ja, prawdą – tym, że jesteśmy częścią natury. Uziemienie daje także wiele korzyści zdrowotnych: badania, na przykład te prowadzone przez Earthing Institute, pokazały, że życie w bliskości z naturą podnosi poziom energii, polepsza sen, redukuje stres i skraca czas potrzebny na leczenie.

Spędzaj czas, zażywając leków naszej Matki: spaceruj bospo po trawie, usiądź pod drzewem, obejmij je i nie

zapomnij cieszyć się dotykiem piasku, kamieni i gleby – czegokolwiek, co wymaga od ciebie kontaktu z ziemią.

Praca z kryształami i kamieniami szlachetnymi

Kryształy oferują szybki i prosty sposób na ugruntowanie. Poprzez przytrzymanie jednego w dłoniach usuniesz nadmiar energii. Do moich ulubionych kryształów należą hematyt, czarny obsydian, czarny turmalin i tygrysie oko.

- ✧ Wyobraź sobie energię przepływającą przez twoją rękę do wnętrza kryształu.
- ✧ Skoncentruj się na uwolnieniu nieprzyjemnej, negatywnej, przytłaczającej energii.
- ✧ Oczyść kryształy z negatywnej energii, którą od ciebie zabrały – użyj do tego bukietu bylicy pospolitej lub kadzidła – wybierz z Palo Santo, cedru lub drzewa sandałowego. Możesz także włożyć je do miski pełnej słonej wody lub ułożyć na ziemi.

Słuchanie muzyki

Muzyka, szczególnie bębny, okazuje się pomocna w procesie ugruntowania. Możesz jej posłuchać lub sama zagrać na instrumencie. Tak czy inaczej stały rytm daje najlepsze efekty. Uwielbiam słuchać bębnienia podczas wykonywania porannych rytuałów. Sama również gram – na małym tamborze – by wznieść moją duszę i zbliżyć się do naszej Matki. Twoja muzyka nie musi być wymyślna – możesz bębnić na czymkolwiek chcesz lub masz pod ręką.

Jedzenie wspomagające ugruntowanie

Pożywienie pochodzące prosto od Matki Ziemi – w szczególności warzywa – dobrze wpływają na ugruntowanie. Postaraj się włączyć je do swojego codziennego jadłospisu.

Używanie olejków eterycznych, kadzideł i ziół

Woń olejków eterycznych, kadzideł i ziół również okazuje się pomocna w procesie ugruntowania. Do moich faworytów należą wetiweria pachnąca, paczula, arcydzięgiel, jagodlin wonny, palisander, cynamon i olibanum – każde z nich znajdziesz w przynajmniej jednej z wymienionych wyżej postaci. Piję także herbatę z ziołami, równie dobrze wpływającą na ugruntowanie.



Eliksir na ugruntowanie i centrowanie

Mikstura ta jest prosta w przygotowaniu i doskonale działa w walce ze stresem i lękami. Pomaga też w centrowaniu. Wlej trochę do kąpeli lub rozsmaruj na swojej skórze (wykonaj najpierw test płatkowy, by przekonać się, czy eliksir nie wywoła żadnej szkodliwej reakcji).

Potrzebujesz

- Fiolki o pojemności 10 ml
- Olejku bazowego, na przykład jojoba (wystarczająco, by wypełnić fiolkę w trzech czwartych)
- 9 kropli olejku eterycznego z oliwanum
- 9 kropli lawendowego olejku eterycznego
- 9 kropli cedrowego olejku eterycznego

Co należy zrobić

- ✧ Wlej wszystkie olejki do fiolki, zakręć ją szczelnie i wstrząśnij, by wymieszać składniki – to wszystko! Kiedy tylko potrzebujesz ugruntowania, uwolnienia się od stresu, powrotu do własnego ja, wylej 1-2 krople olejku na nadgarstki, kark lub skronie. Możesz też użyć go do kąpeli, zwiększając proporcje do 60-120 ml.





STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
www.studioastro.pl



Juliet Diaz – uzdrowicielka, wieszczka, zielarka wywodząca się z długiej linii wiedźm uzdrowicielek z Kuby. Posiada tytuł magistra medycyny ziołowej. Jest właścicielką November Sage Apothecary i internetowej szkoły dla wiedźm November Sage Herbarium. Znana z daru porozumiewania się z roślinami, drzewami i duchami natury. Wierzy, że magia żyje w każdym z nas i żarliwie stara się przekazać tę prawdę światu oraz zainspirować innych, by odkryli swoją moc.

Przynosząca szczęście torebka z koprem włoskim, zaklęcie pienneżne z użyciem ryżu i ziela angielskiego, herbata z dodatkiem melisy lekarskiej na złamane serce. To tylko niektóre z wyjątkowo skutecznych praktyk magicznych, jakie znajdziesz w tej książce. Autorka, słynąca z umiejętności naturalnego uzdrawiania, pokieruje Cię w podróży do stania się wiedźmą, czyli przynoszącą szczęście i dobrobyt uzdrowicielką, która w Tobie drzemie. Z zaczarowanych kart tej książki dowiesz się, jak tworzyć skuteczne zaklęcia, mikstury i rytuały ochronne, a także te przyciągające miłość, szczęście, pieniądze czy wypędzające chorobę. Odkryjesz, w jaki sposób pracować z kryształami i ziołami oraz nauczysz się wykorzystywać fazy Księżyca, które mogą znacząco wpływać na Twoje zaklęcia i inne magiczne praktyki.

Obudź w sobie magię!

Patroni:

