

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	9
Алтарь.....	11
Фэншуй.....	15
Руны.....	25
Умиротворение	31
ТЕЛО	32
Практика раскрытия корневой чакры.....	32
Смягчающий лосьон.....	34
Успокаивающий чай.....	35
Инь-йога.....	36
Успокаивающий бальзам.....	40
Практика раскрытия сердечной чакры.....	41
УМ	44
Практика у алтаря.....	44
Ароматерапия.....	46
Медитация.....	47
Гадание на рунах.....	48
Фэншуй.....	49
Обряд для избавления от нежелательных мыслей.....	51
СЕРДЦЕ	53
Кристаллы, приносящие покой.....	53
Расклад на Таро для определения того, от чего стоит избавиться.....	55

Лунный ритуал.....	57
Ритуал со свечами.....	59
<i>Чакры</i>	62
<i>Таро</i>	70
<i>Йога</i>	81

Ясность.....87

ТЕЛО.....88

Чай осознанности.....	88
Практика раскрытия горловой чакры.....	89
Освежающий спрей для лица.....	90
Йога для подзарядки.....	91
Практика раскрытия чакры третьего глаза.....	94

УМ.....96

Практика у алтаря.....	96
Ароматерапия.....	97
Медитация.....	98
Гадание на рунах.....	99
Фэншуй.....	101
Ритуал поиска ответов.....	102

СЕРДЦЕ.....103

Решетка из кристаллов для повышения концентрации.....	103
Расклад Таро «Кельтский Крест».....	105
Лунный ритуал.....	107
Ритуал при свечах.....	109

<i>Кристаллы</i>	110
<i>Магия трав</i>	118
Творчество	125
ТЕЛО	126
Практика йоги, чтобы войти в творческий поток.....	126
Практика раскрытия сакральной чакры.....	129
Чай предвидения.....	130
Практика раскрытия чакры солнечного сплетения.....	131
Ванна для русалки.....	132
Практика раскрытия коронной чакры.....	134
УМ	136
Практика у алтаря.....	136
Ароматерапия.....	138
Медитация.....	139
Талисман из рун.....	141
Фэншуй.....	142
Настойка, стимулирующая творчество.....	143
СЕРДЦЕ	144
Решетка из кристаллов для творческого настроения.....	144
Расклад Таро для определения своего предназначения.....	145
Лунный ритуал.....	147
Ритуал со свечами.....	149
Заклучение.....	151
Благодарности.....	152
Алфавитный указатель.....	153