

18+

АЭЛЬ ЛИ

техники безопасности в магии 6

ЧАСТЬ 6



Аэль Ра

Техники безопасности в магии — 6

<https://litres.ru/74375252>

ISBN 9785007106788

Аннотация

Когда-то я верила, что если сжечь карту, бросить монету в реку и три раза обойти дом против часовой стрелки, то всё наладится.

Потом я поняла: мир не такой простой.

И не такой злой. Он просто... обычный.

В нём бывают случайные монеты, сухие травинки и чужие платочки.

Но он не строит против тебя заговоры.

А настоящая магия — в том, чтобы сказать: «Я выбираю себя. Я выбираю безопасность. Я выбираю чай и хороший сон».

Содержание

Введение	6
Глава 1	11
Но есть и жёсткое табу	16
Техника безопасности: чтобы не было «ой»	18
Глава 2	21
«Переклад:	21
Но есть и жёсткое табу	26
Типичные ошибки новичков	27
Техника безопасности: чтобы не было «ой»	28
Глава 3	30
У славян	31
В африканских традициях	33
В азиатских традициях	34
Глава 4	36
«Осторожно: заразительно!	36
Что такое «словесный переклад»	37
Почему это «работает»	39
Практические приёмы защиты	40
А что с теми самыми иглами и заговорами?	41
Краткий справочник	42
Глава 5	44
«Мифы и механизмы»	44
Глава 6	51

Техника безопасности	54
Глава 7	56
«Рассорка:	56
Глава 8	60
Мини-справочник	60
Безопасная техника с тем же эффектом	61
Глава 9	67
«Переклад:	67
Конец ознакомительного фрагмента.	69

Техники безопасности в магии — 6

Аэль Ли Ра

Иллюстратор Ольга Далингер

Благодарности:

Тар Ом Аэль

© Аэль Ли Ра, 2026

© Ольга Далингер, иллюстрации, 2026

ISBN 978-5-0071-0678-8 (т. 6)

ISBN 978-5-0070-6902-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

«Осторожно, магия!»

Или как не сжечь себе нервы вместо свечи»

Дорогой читатель, ты держишь в руках не просто книгу про магию. Это скорее инструкция по технике безопасности для тех, кто хочет верить в чудеса, но не хочет потом лечить обожжённые пальцы (и не только пальцы).

Представь: ты стоишь на кухне, перед тобой пучок зверобоя, нож, свеча, соль, старая монетка и листок с загадочным заговором. В голове — план: очистить себя от негатива, снять сглаз, вернуть удачу и заодно наладить отношения с тёщей. Всё по канону: огонь, травы, слова, драматичная пауза. А в глубине души — надежда: «Сейчас я всё исправлю одним ритуалом».

И вот тут мы ставим паузу.

Не для того, чтобы отнять у тебя магию, а чтобы ты её не потерял вместе с нервами, сном и, возможно, соседскими отношениями (потому что окуривать квартиру зверобоем в панельном доме — это отдельный квест, который могут не оценить).

Зачем вообще нужна «техника безопасности» в магии?

Потому что магия — это не только про «хочу, чтобы стало хорошо». Это ещё и про „а что, если станет хуже?». В фольклоре магия всегда идёт рука об руку с правилами: не смотришь в зеркало ночью, не подбери монету на перекрёстке, не принимай подарок от того, кто смотрит косо. Эти правила не просто так рождались веками: они были способом держать границы и снижать тревогу в мире, где многое было непонятно и пугающе.

Сегодня у нас есть и наука, и психология, и пожарные нормы, и здравый смысл. Но желание «сделать что-то конкретное, чтобы стало легче» никуда не делось. Мы по-прежнему ищем рычаги: заговоры, ритуалы, обереги. И это нормально.

Проблема начинается там, где ритуал становится единственным способом справиться с тревогой, а страх — главным советчиком.

Эта книга — про то, как сохранить магию как часть культуры, символ, способ выразить эмоции и даже как метафору для работы с собой, но при этом не навредить ни себе, ни другим.

Что ты найдёшь внутри

Фольклорную логику: как в традиции объясняли переклады, подклады, чистки и почему ритуалы выглядели именно так.

Реальные механизмы: что на самом деле происходит с телом и мозгом, когда ты чувствуешь «на мне порча» или «мне стало легче после ритуала».

Технику безопасности: не «как правильно навести порчу», а „как не навредить себе и близким, даже если очень хочется всё исправить прямо сейчас».

Безопасные аналоги: как сохранить смысл ритуала (завершить этап, отпустить обиду, обозначить границы), но без огня, кладбища и мистического ужаса.

Одесский юмор и тёплую иронию: чтобы магия оставалась чем-то уютным, а не поводом для бессонницы.

Одесский пролог: разговор у подъезда

— Слушай, Рая, а ты правда веришь в подклады?

— А я во всё верю, милочка. В подклады, в сглаз, в то, что кот специально сел на клавиатуру, чтобы сорвать мне дедлайн. Но знаешь, что я ещё верю?

В то, что если я не посплю восемь часов, то никакой заговор меня не спасёт. Так что сначала сон, потом магия.

Вот примерно в этом духе мы и будем двигаться: с уважением к традиции, с вниманием к реальности и с пониманием, что иногда самое сильное

заклинание — это фраза:

«Сегодня я выбираю себя и свою безопасность».

Почему это важно именно сейчас

Мы живём в мире, где тревога легко маскируется под «магическую угрозу». Увидел странную вещь — «это подклад». Получил неприятное сообщение — «это сглаз». И вместо того чтобы разобраться с реальными причинами стресса, мы ищем, кого бы «почистить» и что бы сжечь.

А настоящая забота о себе — это не про то, чтобы бояться каждого камешка в кармане. Это про то, чтобы замечать, когда тревога становится слишком громкой, и уметь её убавить: дыханием, разговором, чашкой чая, а если нужно — помощью специалиста.

Как пользоваться этой книгой

Ты можешь читать её как справочник: наткнулся на странный совет в интернете — загляни в нужную главу и посмотри, какие реальные риски и безопасные альтернативы там описаны.

Или как сборник историй: с юмором, с фольклорными вставками и практическими выводами.

Или как основу для своих текстов: постов, глав, стендапов, лекций — мы специально оставили место для твоих идей и стиля.

И да, здесь будет пуэр.

Потому что чашка хорошего чая — это тоже ритуал.
Только полезный.

Финальная фраза-якорь для твоего телефона:

«Магия — это когда я выбираю себя.

А всё остальное — по инструкции».

Глава 1

«Переклад:

*как не устроить магический возврат
посылки с пометкой «адресат не найден»»*

Если ты думаешь, что переклад — это «взял, прошептал, бросил — и свободен», спешу тебя огорчить: магия не служба доставки, и «наложенным платежом» тут ничего не отсылается.

Переклад — это не «избавлюсь от мигрени за три минуты», а скорее „организую переезд вредного соседа так, чтобы он не вернулся с чемоданами через неделю».

Давай разберёмся, как это работает, чтобы вместо снятия негатива не получить бонусом обратный удар, который будет по ощущениям как удар сковородкой — только невидимой.

Что вообще мы «перекладываем»?

Представь, что в твоей энергетике поселился квартирант. Не милый котик, а такой, что по ночам шуршит, портит аппетит и шепчет: «А давай ты ещё и денег не заработаешь». Это может быть порча, болезнь,

бедность, одиночество — в общем, всё, от чего хочется избавиться, как от старого свитера, который колетса и пахнет затхлостью.

Переклад — это попытка выселить этого квартиранта и заселить его туда, где его примут (или хотя бы не заметят сразу). Но тут есть нюанс: просто выставить вещи за дверь не получится. Нужен носитель — вещь, которая станет «коробкой для переезда». И эта коробка должна быть не из картона, а из чего-то, что реально впитало твою историю.

Носитель: не бери «что попало»

Правило первое: не пытайся перекинуть проблему на вещь, которую и выбросить не жалко. Если ты берёшь старую футболку, которую стыдно надеть даже на дачу, магия смотрит на это и грустно качает головой: «Серьёзно? Ты хочешь, чтобы я воспринял это как серьёзную сделку?»

Носитель должен быть значимым.

Это может быть:

Одежда, которую ты носил несколько дней подряд (чем больше «твоего» в ней, тем лучше).

Украшение, которое тебе дорого — не по цене, а по ощущениям.

Еда, в которую добавлены личные привязки

(в фольклорной традиции это могут быть биоматериалы — но мы тут про технику безопасности, поэтому напоминаем: гигиена прежде всего).

Зеркало, магнит, пуговица — в общем, любая вещь, которая долго была рядом и «знает» тебя.

Почему это важно?

Потому что переклад — это не просто «я хочу избавиться», а «я передаю часть своей энергии».

Если вещь пустая, она не удержит негатив, и он вернётся к тебе с пометкой: «Адресат не подтверждён».

Как правильно «упаковать» проблему

Тут работает принцип «чем дольше, тем лучше».

Хочешь перекинуть мигрень — носи шляпку пару дней, представляя, как головная боль «перетекает» в ткань.

Хочешь перекинуть бедность — поддержи в руках монету, вспоминая все моменты, когда денег не хватало.

Это не про «подумал и готово», а про вложение времени и внимания.

И да, один ритуал — один объект.

Не надо пытаться одним махом скинуть и мигрень, и бедность, и одиночество. Это как пытаться уместить в одну коробку и телевизор, и велосипед, и кота — что-то обязательно выпадет по дороге.

Кому и как «вручать»

Теперь самое интересное — кому мы это передаём.
Тут есть два пути:

Безадресный переклад.

Ты оставляешь вещь в общественном месте: на крючке в туалете, на скамейке, в больнице. Кто подберёт — тот и станет новым «хозяином». Но тут есть риск: неподходящий адресат может просто не принять негатив, и тогда он вернётся к тебе, как письмо без адреса.

Адресный переклад.

Ты целенаправленно выбираешь, кому передать проблему. И тут вступают в силу правила «подобное тянется к подобному»:

Пол.

Лучше, чтобы новый хозяин был одного с тобой пола.
Мигрени — женщине, проблемы с сердцем — мужчине.

Возраст.

Желательно, чтобы адресат был младше тебя.
Это не дискриминация, а фольклорная логика: у молодых «пробои» в защите легче, и переклад ложится ровнее.

Склонность.

Тяжёлые болезни лучше перекладывать на тех, у кого уже есть к ним склонность. Например, проблемы с сердцем оставляют в кардиологическом отделении,

а не в поликлинике здорового ребёнка.

Но есть и жёсткое табу

никогда не делай переклады на родственников старше себя.

Родственная энергетика — это как общий банковский счёт: если ты перекинешь проблему на старшего родственника, она вернётся к тебе с процентами. И не с маленькими.

Типичные ошибки новичков

Вот список того, что чаще всего идёт не так:

«Взял старую вещь и прошептал заговор».

Если вещь не пропитана твоей энергетикой, переклад не сработает. Это как пытаться отправить письмо без марки — оно просто не уйдёт.

«Сделал один ритуал и ждёт чуда».

Переклад — это не разовое действие, а целая кампания. Обычно нужно несколько ритуалов, растянутых на пару лунных убываний. Это как диета: одного дня мало, нужно системно.

«Перекинул на кого попало».

Если адресат не подходит по параметрам, негатив вернётся к тебе. Это как отправить посылку не по адресу — курьер просто привезёт её обратно.

«Пытался перекинуть следствие, а не причину».

Если ты перекидываешь только симптом (например,

головную боль), а не её причину, проблема вернётся.
Это как убрать лужу, но не починить трубу
— лужа появится снова.

Техника безопасности: чтобы не было «ой»

Новичкам — только простые варианты.

Не начинай с тяжёлых переключений.

Сначала потренируйся на чём-то мелком и безопасном.

Не работай в состоянии стресса или усталости.

Если ты делаешь переключатель на эмоциях, ты можешь вложить в него не только проблему, но и кучу своих страхов. А это уже совсем другая история.

Соблюдай правила работы с местами силы.

Если ты работаешь на кладбище или в других «заряженных» местах, соблюдай все правила: приход, уход, подношения и т. д. Иначе можно не только не снять негатив, но и получить дополнительный «бонус».

Не продавай вещи для переключателя.

Их можно дарить или «терять», но не продавать.

В фольклорной логике это считается нарушением правил обмена энергиями.

Будь сосредоточен.

Когда читаешь заговор, ты должен быть максимально сконцентрирован на действии. Если ты думаешь о том, что надо купить хлеб, магия это заметит и скажет: «Ну, раз тебе не очень важно, пусть остаётся».

Пример: переклад мигрени

Допустим, ты хочешь перекинуть мигрень.

Вот как это сделать правильно:

Выбери носитель.

Возьми красивую женскую шляпку

(обязательно женскую, чтобы не было путаницы).

Пропитай её своей проблемой.

Носи её пару дней, представляя, как головная боль «перетекает» в ткань.

Подготовь место.

Найди женский туалет с кабинками, где есть крючки.

Оставь вещь.

Аккуратно повесь шляпку на крючок и мысленно скажи:

«Пусть эта шляпа найдёт ту, кому она нужнее.

А мне хватит».

Уходи, не оглядываясь.

Это не про драматизм, а про то, чтобы не «потянуть» негатив обратно.

Но помни: даже если ты всё сделал правильно, нет гарантии, что переклад сработает. Магия — это не точная наука, а скорее искусство, где многое зависит от твоего состояния, веры и... ну, скажем так, настроения Сил.

Важное напоминание:

Эта глава написана в фольклорно-юмористическом стиле и основана на народных представлениях о магии. Она не является руководством к действию и не несёт медицинских рекомендаций. Если у тебя есть реальные проблемы со здоровьем — обратиться к врачу. А если проблемы с энергетикой — иногда достаточно просто выспаться и выпить чашку хорошего чая. (Можно даже пуэра — говорят, он помогает.)

Глава 2

«Переклад:

*когда хочется передать проблему,
как горячую картошку — но чтобы
не обожглись все вокруг»*

Представь ситуацию: ты сидишь, пьёшь свой любимый пуэр, и тут вдруг понимаешь: мигрень, бедность и одиночество устроились в твоей жизни, как дальние родственники, которые приехали «на пару дней», а живут уже третий месяц. И вот ты смотришь на шляпку, на монету, на старое зеркало и думаешь: «А может, я это кому-нибудь... ну, просто передам?» Тут-то и появляется переклад.

Но сразу предупреждаем: это не кнопка «Отправить» в мессенджере. Тут не сработает «написал, отправил, забыл». В магии (по крайней мере, в фольклорной её версии) всё чуть сложнее — и гораздо веселее, если смотреть на это с юмором.

Что мы вообще пытаемся «передать»?

Переклад — это попытка перенаправить негатив:

порчу, болезнь, бедность, одиночество — в общем, любой «незванный гость», который слишком уж обжился в твоей энергетике. Суть в том, чтобы заменить свою энергетику на энергетику «нового адресата» через специальный носитель — вещь, которая станет чем-то вроде магической посылки.

Но есть нюанс:

чтобы посылка дошла, она должна быть правильно упакована. А если ты просто возьмёшь старую вещь, прошепчешь пару слов и бросишь в угол, то максимум, что получится, — это слабенький шепоток, который даже кошке не будет страшен.

Носитель: не «что попало», а «то, что впитало»

В магии работает принцип: вещь должна быть пропитана твоей энергетикой. Это как мариновать мясо: если просто положить его в банку и сказать «пусть будет вкусным», оно вкусным не станет.

Нужно время, внимание и немного твоей личной истории.

Вот какие носители обычно используют:

Носильные вещи.

Рубашка, платок, шляпа — всё, что ты носил несколько дней подряд. Чем дольше вещь была при тебе, тем лучше она «запомнила» твою проблему.

Украшения.

Особенно те, что дороги тебе не по цене, а по ощущениям. На серьёзные проблемы берут дорогие украшения и носят их 40 дней — чтобы «пропитались» по полной.

Еда.

Тут важно добавить личные привязки: остатки еды, яйцо, которым «выкатали» больного, и т. д.

Но помни: гигиена — наше всё, даже в магии.

Зеркала, магниты, пуговицы.

Любая вещь, которая долго была рядом и «знает» тебя.

Правило простое:

не бери «на тебе, Боже, что мне не гоже». Если вещь тебе ничего не стоит, магия смотрит на это и вздыхает: «Ну ладно, пусть будет хоть что-то».

Но работать это не будет.

Как «упаковать» проблему правильно

Здесь работает правило «чем дольше, тем лучше».

Хочешь перекинуть мигрень — носи шляпку пару дней, представляя, как головная боль «перетекает» в ткань.

Хочешь перекинуть бедность — держи монету в руках и вспоминай все моменты, когда денег не хватало.

Это не про «подумал и готово», а про вложение времени и внимания.

И ещё одно важное правило:

один ритуал — один объект.

Не пытайся одним махом скинуть и мигрень, и бедность, и одиночество.

Это как пытаться уместить в одну коробку телевизор, велосипед и кота — что-то обязательно выпадет по дороге.

Кому и как «вручать» посылку

Есть два пути: безадресный и адресный.

Безадресный переклад — это когда ты оставляешь вещь в общественном месте: на крючке в туалете, на скамейке, в больнице. Кто подберёт — тот и станет новым «хозяином». Но тут есть риск: неподходящий адресат может просто не принять негатив, и тогда он вернётся к тебе, как письмо без адреса.

Адресный переклад — это когда ты целенаправленно выбираешь, кому передать проблему. И тут вступает в силу правило «подобное тянется к подобному»:

Пол.

Лучше, чтобы новый хозяин был одного с тобой пола. Мигрени — женщине, проблемы с сердцем — мужчине.

Возраст.

Желательно, чтобы адресат был младше тебя. Это не дискриминация, а фольклорная логика: у молодых «пробои» в защите легче, и переклад

ложится ровнее.

Склонность.

Тяжёлые болезни лучше перекладывать на тех, у кого уже есть к ним склонность. Например, проблемы с сердцем оставляют в кардиологическом отделении, а не в поликлинике здорового ребёнка.

Но есть и жёсткое табу

никогда не делай переклады на родственников старше себя.

Родственная энергетика — это как общий банковский счёт: если ты перекинешь проблему на старшего родственника, она вернётся к тебе с процентами. И не с маленькими.

Типичные ошибки новичков

(и почему они приводят к «ой»)

«Взял старую вещь и прошептал заговор».

Если вещь не пропитана твоей энергетикой, переклад не сработает. Это как пытаться отправить письмо без марки — оно просто не уйдёт.

«Сделал один ритуал и ждёт чуда».

Переклад — это не разовое действие, а целая кампания. Обычно нужно несколько ритуалов, растянутых на пару лунных убылей. Это как диета: одного дня мало, нужно системно.

«Перекинул на кого попало».

Если адресат не подходит по параметрам, негатив вернётся к тебе. Это как отправить посылку не по адресу — курьер просто привезёт её обратно.

«Пытался перекинуть следствие, а не причину».

Если ты перекидываешь только симптом (например, головную боль), а не её причину, проблема вернётся. Это как убрать лужу, но не починить трубу — лужа появится снова.

Техника безопасности: чтобы не было «ой»

(и чтобы книга не стала пособием по неприятностям)

Новичкам — только простые варианты.

Не начинай с тяжёлых перекладов.

Сначала потренируйся на чём-то мелком и безопасном.

Не работай в состоянии стресса или усталости.

Если ты делаешь переклад на эмоциях, ты можешь вложить в него не только проблему, но и кучу своих страхов. А это уже совсем другая история.

Соблюдай правила работы с местами силы.

Если ты работаешь на кладбище или в других «заряженных» местах, соблюдай все правила: приход, уход, подношения и т. д. Иначе можно не только не снять негатив, но и получить дополнительный «бонус».

Не продавай вещи для переклада.

Их можно дарить или «терять», но не продавать.

В фольклорной логике это считается нарушением правил обмена энергиями.

Будь сосредоточен.

Когда читаешь заговор, ты должен быть максимально сконцентрирован на действии. Если ты думаешь о том,

что надо купить хлеб, магия это заметит и скажет: «Ну, раз тебе не очень важно, пусть остаётся».

Но помни: даже если ты всё сделал правильно, нет гарантии, что переклад сработает. Магия — это не точная наука, а скорее искусство, где многое зависит от твоего состояния, веры и... ну, скажем так, настроения Сил.

Важное напоминание:

Эта глава написана в фольклорно-юмористическом стиле и основана на народных представлениях о магии. Она не является руководством к действию и не несёт медицинских рекомендаций. Если у тебя есть реальные проблемы со здоровьем — обратиться к врачу. А если проблемы с энергетикой — иногда достаточно просто выспаться и выпить чашку хорошего чая. (Можно даже пуэра — говорят, он помогает.)

Глава 3

Я сравнила традиции — и идея «передать» беду, болезнь или неудачу кому-то или чему-то встречается во многих культурах! Правда, у каждого народа свои акценты: где-то упор на контакт с природой, где-то — на взаимодействие с духами или другими людьми. Давай посмотрим поближе.

У славян

Здесь такие практики действительно были и часто назывались именно «перекладом». Суть та же: проблему «снимают» с себя и передают другому объекту. В качестве «носителя» использовали:

Личные вещи.

Предмет, который долго был в контакте с человеком (одежда, украшение), считался хорошо «пропитанным» его энергетикой.

Воск.

Делали отливку: расплавленный воск выливали в воду над головой человека. Застывшая фигурка «забирала» негатив, а потом её закапывали или уничтожали.

Растения.

Больного могли обтереть тряпкой, а затем повесить её на «сильное» дерево (дуб, берёзу, осину) — верили, что дерево поглотит болезнь. Ещё практиковали «завязывание»: на ветку завязывали узел из собственных волос или ленты, визуализируя, что болезнь «завязывается» в дереве.

Животных.

Существовала практика «оклички»: болезнь шептали на кусок хлеба и скармливали собаке или птице.

Места.

Заговоренный предмет (например, с перекладом) могли оставить на перекрёстке, в болоте или в глухом месте — чтобы его подобрал случайный человек или чтобы негатив «ушёл» в землю.

Часто в таких обрядах обращались за помощью к стихийным божествам (Воде, Огню) или к духам природы.

В африканских традициях

В африканских культурах (и в производных от них системах вроде вуду) тоже есть практики передачи негатива.

Например:

Использование амулетов и предметов.

В вуду есть понятие «григри» — это магические амулеты или небольшие предметы, которые могут использоваться в ритуалах, в том числе для перехвата или перенаправления негативных воздействий.

Работа с духами.

Часто ритуал строится как договор с духом: человек предлагает что-то (дар, жертву) в обмен на то, что дух «заберёт» беду или болезнь.

Передача на другого человека.

В некоторых традициях негатив целенаправленно перенаправляют на конкретного человека — иногда на того, кто, как считается, заслужил это или имеет уязвимость.

Важно:

в африканских традициях такие практики часто вплетены в сложную систему верований о духах, предках и балансе сил, а не существуют изолированно.

В азиатских традициях

Здесь подходы тоже разнообразны.

В китайской традиции встречаются практики, где проблему «сбрасывают» на предмет (например, на определённую вещь или даже на еду), а затем этот предмет утилизируют особым образом.

В тибетской и буддийской традициях (например, в Бурятии, Тыве) есть ритуалы, где человек как бы «передаёт» недуг или негативную энергию растению, дереву или другому объекту, часто сопровождая это молитвами или мантрами. Иногда ленты привязывают к деревьям возле обо (культовых мест) — это тоже можно рассматривать как символическую передачу или «обмен» с духами местности.

В японской традиции в некоторых народных и синтоистских практиках тоже встречаются элементы, где человек пытается «избавиться» от беды, передав её какому-то объекту или духу.

Что общего?

Во всех этих случаях лежит одна базовая идея: человек ищет способ избавиться от нежелательного, перенаправив его вовне — на предмет, животное, другое существо или даже на стихию. Различаются

детали: какие объекты выбираются (дерево, воск, конкретный человек), какие силы призываются (духи природы, предки, божества) и какие символические действия сопровождают ритуал.

Глава 4

«Осторожно: заразительно!»

*Как не подхватить чужую болезнь по дороге
и не стать «почтовым ящиком» для негатива»*

Ты думаешь, что переклад — это только про заговоры, иглы и красивые шляпки в туалете? А вот и нет. Есть ещё один, очень бытовой и оттого особенно коварный вариант: переклад через слово.

Представь: ты стоишь, ждёшь лифт, думаешь про чашку пуэра и про то, как бы не забыть купить хлеб.

И тут соседка начинает так подробно рассказывать про свою операцию, что ты не знаешь, куда глаза девать.

А через три дня у тебя подозрительно ноет ровно в том же месте. Совпадение? В фольклорной логике — не очень.

Что такое «словесный переклад»

В народной традиции считалось, что болезнь можно не только на вещь перекинуть, но и «перевести» на слушателя через детальное описание страданий.

Это называлось по-разному: «наговорить хворь», «навести тоску», «перевести горе».

Суть проста: если ты эмоционально и натуралистично рассказываешь о своей болезни человеку, который не защищён (не врач, не знахарь, не тот, кто знает технику безопасности), ты как бы даёшь ему «шаблон» этой хвори.

Врачи тут — отдельный случай.

У них профессиональная броня: они видят болезнь как объект, а не как личную драму. Плюс у них есть ритуалы: халат, перчатки, протоколы. Для них это не «ужас-ужас», а «диагноз и план лечения».

А вот обычный эмпатичный человек без подготовки — как открытая дверь: впустил рассказ — и, возможно, впустил и симптом.

Как понять, что на тебя делают словесный переклад

Вот признаки, на которые стоит обратить внимание.

Если видишь несколько из них — пора включать режим «психогигиена»:

Натурализм не по делу.

Тебе рассказывают такие подробности, которые вообще не нужны для сочувствия. Цвет, консистенция, количество — всё это работает как «якорь» в психике слушателя.

Эмоциональная раскачка.

Рассказчик говорит жалобно, в лицах, будто хочет, чтобы ты максимально погрузился в его боль.

Ловушка пространства.

Тебя поймали там, где уйти невежливо: в кресле парикмахера, в очереди, в гостях, в лифте.

Ты как бы обязан слушать.

Реакция после рассказа.

У тебя портится настроение, появляется тревога, а иногда и физический дискомфорт в той зоне, про которую говорили.

И да, если после мягкого «Мне правда жаль, но я впечатлительный, давай без деталей» человек вдруг обижается, злится или начинает ещё драматичнее — это повод сделать шаг назад.

Не из жестокости, а из заботы о себе.

Почему это «работает»

(и тут даже фольклор дружит с психологией)

С точки зрения народных верований, детализация — это способ «записать» болезнь в поле другого человека.

С точки зрения психологии, тут включается несколько механизмов:

Эффект ноцебо.

Если тебе очень убедительно и эмоционально рассказывают про боль, мозг может сам её «подключить» как реакцию на стресс.

Эмпатия и телесная синхронизация.

Мы склонны «зеркалить» эмоции и даже ощущения других людей.

Внушение и фиксация внимания.

Чем больше ты думаешь о симптоме, тем сильнее его чувствуешь.

То есть магия тут — это скорее про силу слова, эмоций и внимания. А техника безопасности — про умение это внимание не отдавать туда, где оно тебе навредит.

Практические приёмы защиты

(в том числе с юмором)

Правило «без деталей».

Если человек начинает слишком подробно, спокойно скажи: «Я тебе сочувствую, но мне такие подробности тяжело слушать — я потом сам себя накручу.

Давай про главное: что сейчас нужно, чем помочь?»

Ментальный щит.

Представь, что между тобой и рассказчиком — невидимая плёнка или стеклянная перегородка.

Слова доходят, а эмоции — нет.

Переключение.

После тяжёлого разговора сделай что-то заземляющее: выпей воды, пройдишь, потри ладони, посмотри на что-то яркое и нейтральное.

Ритуальная фраза.

Если хочется добавить фольклорного колорита, можно мысленно или тихо сказать: «Твои слова — мимо, моя голова — кремень, моё тело — крепость».

Работает не как заклинание, а как якорь для психики.

А что с теми самыми иглами и заговорами?

Тот ритуал с тремя иглами, тремя нитями и тремя зорями — классический пример «отвода» болезни через символическое действие. Тут работает сразу несколько фольклорных принципов:

Числовая символика.

Тройка — одно из самых «сильных» чисел: три иглы, три нити, три времени суток, три зари. В традиции это знак полноты действия.

Стихийность.

Вода, заря, движение — всё это символы очищения и перехода.

Материальный якорь.

Иглы и нити — конкретные предметы, на которые «записывается» негатив, а потом утилизируется (закапывается).

Но помни: в контексте техники безопасности, такие ритуалы — это не медицинская помощь. Если есть реальные симптомы, первым делом — к врачу.

А вот как культурный феномен и как способ структурировать тревогу — такие практики вполне понятны.

Краткий справочник

как похожие вещи выглядели

у разных народов

Чтобы ты мог вставить это в книгу как справку или сноску, вот мини-обзор:

Славяне.

Помимо перекладов на вещи, были «отводы» через воду и воск: выливали воск над головой, читали заговор, а застывшую фигурку закапывали или бросали в реку. Ещё практиковали «завязывание» болезни на узел: на ленте или нитке завязывали узел, визуализируя, что хворь «связана», и вешали на дерево или сжигали.

Африканские традиции.

В ряде практик негатив «перехватывают» специальными мешочками-григри или передают через дар духу-покровителю.

Часто это обмен: ты отдаёшь проблему, а взамен даёшь подношение.

Азия.

В тибетских и монгольских обрядах встречаются

«передачи» через флажки, ленты и подношения духам местности. В Китае — символические «выметания» и «смывания» проблем водой, а также использование бумаги с иероглифами, которую потом сжигают. Общее у всех этих практик — идея: проблему нужно не просто «подумать», а материализовать (в предмете, в слове, в действии) и затем правильно утилизировать или передать.

Важное напоминание:

Эта глава — про фольклор, символику и технику психологической безопасности. Она не заменяет медицинскую помощь. Если у тебя есть реальные симптомы — иди к врачу. А если просто хочется не брать на себя чужие драмы — тут как раз и пригодятся эти приёмы.

Глава 5

«Мифы и механизмы»

Блок 1: Словесный переклад — «наговорить хворь» Фольклорное объяснение.

В народной традиции считалось, что, эмоционально и детально рассказывая о своей болезни, человек может «перевести» её на слушателя. Особенно опасны натуралистичные подробности: цвет, консистенция, ощущения — они будто «впечатывают» образ болезни в поле другого. Отсюда и деревенская мудрость: от такого рассказчика убегали и ставили защиту, а не кивали сочувственно. Считалось, что так можно скинуть свою беду, словно тяжёлый мешок, на того, кто вынужден слушать.

Психологический механизм.

Здесь работает эффект ноцебо: если тебе убедительно и эмоционально описывают боль, мозг может сам «подключить» похожие ощущения как реакцию на стресс. Плюс включается эмпатия и «зеркальное»

восприятие: мы невольно синхронизируемся с эмоциями собеседника, а внимание, многократно возвращаясь к симптомам, усиливает телесные реакции. В итоге тревога и фиксация на деталях могут вызывать реальные телесные проявления — не потому что «заразили», а потому что нервная система восприняла рассказ как сигнал опасности.

Блок 2: Переклад на вещь — «упаковать и отдать» Фольклорное объяснение.

Чтобы избавиться от негатива, его «сводили» на предмет: одежду, украшение, еду, зеркало. Вещь должна была «пропитаться» энергией болезни — для этого её носили несколько дней, добавляли личные привязки. Потом её дарили, «теряли» или оставляли в нужном месте, чтобы негатив перешёл к новому хозяину. При этом важна была не денежная, а моральная ценность вещи: дешёвая и ненужная не считалась подходящей — Силы будто не принимали такой обмен.

Психологический механизм.

С точки зрения психики, предмет становится «якорем»: многократное соприкосновение с ним и фокус внимания закрепляют ассоциацию «эта вещь — моя проблема».

Когда человек сознательно «отдаёт» предмет, срабатывает механизм символического завершения: психика воспринимает это как действие по избавлению от бремени. Эффект усиливается ритуалом и ожиданием результата: мозг фиксирует «я сделал всё правильно, теперь проблема не моя».

Блок 3: Тройные ритуалы

— «три иглы, три нити, три зари»

Фольклорное объяснение.

Во многих обрядах важна тройственность: три предмета, три времени суток, три повтора. Например, ритуал с тремя иглами и нитями, который проводят на утренней, дневной и вечерней заре, а потом иглы закапывают.

Тройка в традиции — знак полноты действия: так «закрепляют» переход негатива и делают ритуал «законченным» для высших Сил.

Психологический механизм.

Тройной повтор и чёткая структура дают ощущение контроля и предсказуемости. Ритуал с фиксированными шагами снижает неопределённость, а значит, и тревожность. Кроме того, многократное повторение и распределение по времени усиливают эффект установки: мозг лучше запоминает и «принимает»

намерение, если оно подкреплено действиями и временными метками.

Блок 4: «Подобное тянется к подобному» — адресный переклад Фольклорное объяснение.

Считалось, что негатив легче ложится на того, кто «по профилю»: того же пола, возраста, а лучше — с уже имеющейся склонностью к этой проблеме. Отсюда советы оставлять переклады в больницах профильных отделений или выбирать адресата младше себя.

Логика проста: пробои в защите у «похожего» уже есть, а здоровая энергетика сопротивляется.

Психологический механизм.

Это фольклорный аналог избирательного внимания и когнитивных фильтров: мы лучше «схватываем» то, что уже резонирует с нашим опытом. Если человек уже тревожится о здоровье, детализированная история о болезни сильнее его задевает, потому что его мозг уже настроен на эту тему. Отсюда и ощущение, что «переклад сработал»: на самом деле сработало усиление уже существующей уязвимости.

Блок 5: Запрет на переклады на старших родственников

Фольклорное объяснение.

Делать переклады на родственников старше себя строго запрещалось: считалось, что родственная энергетика — это общий «счёт», и негатив вернётся с «процентами». Отсюда и правило дистанции: не трогать старших, иначе получишь всё обратно, да ещё и в усиленном виде.

Психологический механизм.

Связь с близкими эмоционально заряжена: любая попытка «переложить» проблему на значимого человека может усиливать чувство вины и тревоги, а это само по себе ухудшает самочувствие. Кроме того, в близких отношениях часто возникает «эмоциональное эхо»: переживания одного человека быстро передаются другому через невербальные сигналы, и в итоге напряжение не уходит, а циркулирует внутри семьи.

Блок 6: «Один ритуал — один объект»

Фольклорное объяснение.

Нельзя одним ритуалом сбрасывать сразу несколько

проблем: мигрень, бедность, одиночество. В традиции это считалось ошибкой: попытка «упаковать всё в одну коробку» приводила к тому, что ничего не срабатывало либо возвращалось обратно. Правило было строгим: один ритуал — одна проблема.

Психологический механизм.

Мозг плохо справляется с множественными целями в одном действии: внимание рассеивается, намерение размывается, снижается чувство эффективности. Когда фокус сужается до одной конкретной проблемы, повышается вероятность, что ритуал будет выполнен осознанно и с нужной степенью вовлечённости — а значит, даст более выраженный эффект успокоения и ощущения контроля.

Важное напоминание:

Этот раздел объединяет фольклорные представления и психологические объяснения, чтобы показать, как народные практики «работают» на уровне психики. Он не является руководством к действию и не заменяет медицинскую помощь. Если у тебя есть реальные симптомы — обязательно обратиться к врачу. А если хочется просто не брать на себя чужие драмы и

сохранять спокойствие — тут как раз и пригодятся эти приёмы.

Глава 6

«Переклад на дерево:

*когда хочется поменяться
энергией с дубом, а не получить проблемы с
законом и здоровьем»*

Представь: ты стоишь у дерева, в руке — окровавленная шерстяная нить, вокруг тишина, птицы примолкли, а ты шепчешь: «Вот тебе моя, а мне нужна твоя». В фольклорной логике это называется «обмен с деревом» — ты как бы скидываешь негатив на растение, а взамен забираешь его силу и стойкость. Но давай сразу про технику безопасности: любые действия с повреждением кожи и кровью — это риск инфекции, а в ряде случаев — повод для вмешательства медиков. И если кто-то советует тебе резать палец ради ритуала, техника безопасности говорит: «Стоп, есть менее травматичные способы почувствовать связь с природой».

**Фольклорная логика: почему именно дерево
и почему «день рождения»**

В славянских и близких традициях дерево — это мощный природный символ: оно растёт, тянется к небу, пускает глубокие корни. Поэтому ему «отдавали» хворь,

слабость, бедность, а взамен хотели получить жизненную силу.

День рождения тут — якорь личной силы: в народной магии личные даты часто используют как «точку отсчёта», чтобы усилить ритуал. Красная нить — ещё один маркер: она должна «собрать» твою энергетику за три дня, а кровь — самая сильная привязка.

Три узла — это «запечатывание» обмена.

Ветка, которую ты молча забираешь, — это твой «кусочек силы» дерева, который никто не должен видеть: иначе обмен «расколдуется».

И да, подделывать раз в полгода и переделывать, если дерево засохло или его срубили, — потому что связь прервалась. Это как подписка на силу: если сервер отключили, надо переподключаться.

Психологический взгляд: что реально происходит **Ритуал как способ структурировать тревогу.**

Чёткие шаги, сроки, предметы дают ощущение контроля: ты не просто «ждёшь, пока станет лучше», а делаешь конкретное действие.

Эффект якоря.

Красная нить на руке три дня подряд — это постоянный напоминатель: «я работаю над проблемой». Внимание фиксируется, и психика начинает воспринимать ситуацию как управляемую.

Символическое завершение.

Завязывание узлов и отламывание ветки — это финальный жест: «я закончил этап».

Мозг считывает это как закрытие гештальта.

Техника безопасности

без крови, но с тем же смыслом

Если хочется сохранить символику, но не рисковать здоровьем, можно сделать «безопасную версию»:

Вместо нити с кровью — новая красная шерстяная нить.

Носи её три дня как напоминание о намерении, а потом используй как маркер ритуала.

Вместо надреза — капля краски или капля сока ягоды. Это чисто символический жест, без риска.

Вместо ветки за пазухой — лист или желудь.

Главное, чтобы никто не видел, как ты его забираешь: для психики важен момент «тайного трофея».

Слова те же, но без привязки к «крови».

Например: «Отдаю тяжесть, забираю стойкость.

Пусть дерево хранит, а я берегу себя».

Никаких острых предметов в лесу.

Оставлять нож, иглы, мусор — это не только опасно, но и нарушает правила поведения в общественных местах.

И помни: если есть реальная болезнь, первый шаг
— не к дереву, а к врачу. А связь с природой можно
укреплять без порезов: прогулка, наблюдение,
медитация на дыхание под кроной
— это тоже работает, только без риска заразиться.

Глава 7

«Рассорка:

как не превратить цветочный горшок в источник неприятностей»

Ты купил семь новых игл, нашёл засохший цветок, скрутил свечи, написал имена... и вот уже хочется шептать заговор, чтобы два человека «ругались, как чёрный пёс с чёрным котом». В фольклоре это называется рассоркой: цель — внести разлад в отношения.

С точки зрения техники безопасности, такие практики — это не просто «неэтично», но и потенциально опасно: они могут усиливать агрессию, подпитывать внутренние конфликты и даже приводить к реальным бытовым ссорам, в которых ты окажешься «тем самым человеком, который всё подстроил».

Фольклорная логика: как это должно «сработать»

Фото спинами друг к другу — это визуальное «разведение» людей: не лицом к лицу, а врозь.

Чёрная ткань — символ разрыва, тьмы, скрытия.

Семь игл — жёсткое «замыкание» ситуации:
семь — число, которое в традиции часто используют
для закрепления.

Горшок с землёй и засохшим цветком
— образ увядания отношений.

Скрученные свечи с именами — активное воздействие
через огонь и слово.

Лесной перекрёсток и откуп — место силы,
где «отдают» лишнее и закрывают ритуал.

Семь ночей, семь повторов, семь игл — это попытка
сделать воздействие максимально плотным.

Что происходит на уровне психики Фокус внимания на конфликте.

Когда ты столько времени думаешь о ссоре,
ты невольно усиливаешь в себе образ разлада.
Это может отразиться на твоём поведении:
ты становишься раздражительнее,
чаще замечаешь негатив.

Чувство вины и напряжение.

Даже если ты никому не говоришь, сам факт «я делаю что-то против людей» создаёт внутреннее давление.

Иллюзия контроля.

Кажется, что ты управляешь чужой жизнью, но на деле ты просто усиливаешь свою тревожность и ожидания.

Безопасная альтернатива:

как работать с обидой без рассорки

Если проблема в том, что тебе тяжело из-за чужих отношений (или своих), лучше использовать техники, которые работают с твоим состоянием, а не с чужими судьбами:

Письмо без отправки.

Напиши всё, что думаешь, на бумаге, а потом сожги или порви. Это не магия, а проверенный психологический приём для сброса напряжения.

Техника «разведения».

Представь, что между этими людьми — прозрачная стена. Ты видишь их, но их конфликт тебя не касается. Это помогает снизить эмоциональную вовлечённость.

Практика «выдохнуть и отойти».

Если тянет вмешаться, сделай паузу: 10 глубоких вдохов, стакан воды, прогулка. Это снижает уровень стресса и не даёт принять импульсивное решение.

Важное напоминание:

Эти главы — про фольклор, символику и технику безопасности. Они не являются руководством к действию. Любые ритуалы, связанные с причинением вреда, нарушением личных границ или риском для здоровья, мы не поддерживаем. Если тебя тревожат отношения, лучше обратиться к психологу. А если хочется «магии» в жизни — иногда достаточно чашки хорошего чая, прогулки под деревом и разговора по душам. (Можно даже пуэра — говорят, он помогает собраться с мыслями.)

Глава 8

Мини-справочник

*«Опасные ритуалы и их безопасные аналоги»:
формат «Было — Стало»*

Было: переклад на дерево с надрезом и кровью

Ритуал: три дня носишь красную нить, в день рождения делаешь надрез на пальце, смачиваешь нить кровью, привязываешь к ветке тремя узлами со словами:

«Вот тебе моя, а мне нужна твоя. С тобой меняюсь, тобой закрываюсь!», молча отламываешь другую ветку, прячешь за пазуху, никому не показываешь.

Подделывают раз в полгода; если дерево засохло или срубили — переделывают сразу.

Почему это опасно.

Повреждение кожи несёт риск инфекции и осложнений.

Работа с биоматериалами в общественных местах может нарушать санитарные и правовые нормы.

Эмоционально ритуал закрепляет идею «я спасаюсь только через жертву», что усиливает тревожность.

Стало: «обмен с деревом» без риска

Безопасная техника с тем же эффектом

(спокойствие, ощущение контроля, сброс напряжения):

Символический якорь.

Возьми новую красную шерстяную нить и носи её три дня как маркер намерения: «Я работаю с тяжестью, которую хочу отпустить».

Без крови.

Вместо неё — капля сока ягоды, капля краски, щепотка соли или просто «капля внимания»: ты осознанно вкладываешь смысл в предмет.

Узел как завершение.

Завяжи три узла на ветке (или на той же нити) и проговори: «Отдаю тяжесть, забираю стойкость. Пусть дерево хранит, а я берегу себя».

«Трофей» без драмы.

Вместо ветки за пазухой — листик, желудь, красивый камешек. Смысл тот же: «я взял частицу силы», но без необходимости прятать и скрывать.

Регулярность без мистики.

Раз в полгода повторяй «ритуал внимания» к себе: короткая прогулка, 5 минут тишины под деревом, запись в дневнике: «Что стало легче, а что ещё тянет». Эффект: структура ритуала остаётся, но фокус

смещается с «жертвы» на заботу о себе.

**Было: рассорка с фото, иглами,
свечами и откупом на перекрёстке**

Ритуал: фото людей кладут спинами друг к другу, заворачивают в чёрную ткань, замыкают семью новыми иглами, закапывают в горшок с землёй и засохшим цветком, вставляют скрученные свечи с именами, 7 ночей читают заговор по 7 раз, через 7 дней относят всё с откупом на лесной перекрёсток.

Почему это опасно.

Ритуал направлен на причинение вреда другим, что этически неприемлемо и эмоционально токсично. Иглы, огонь, земля в горшке — бытовые риски. Длительный фокус на конфликте усиливает внутреннее напряжение и может провоцировать агрессивные реакции.

Стало: техники работы с обидой и дистанцией

Безопасные аналоги с тем же эффектом (сброс напряжения, ощущение контроля):

Письмо без отправки.

Напиши всё, что накипело, максимально подробно и эмоционально. Потом сожги, порви или удали — это физиологически помогает «закрыть» тему.

«Стена между»

Визуализируй прозрачную стену между этими людьми

и собой: они в своём конфликте, ты — в стороне.
Это снижает эмоциональную вовлечённость.

Практика «10 вдохов + стакан воды».

Когда тянет вмешаться или прокручивать конфликт, сделай паузу: 10 медленных вдохов, стакан воды, короткая прогулка. Это гасит импульсивность.

Разделение ролей.

Проговори вслух: «Это их отношения.

Я могу сочувствовать, но не обязан их чинить».

Это возвращает ощущение границ и контроля.

Эффект: ты не управляешь чужими судьбами, но управляешь своим состоянием — и этого обычно достаточно, чтобы стало легче.

Было: словесный переклад через детальное описание болезни

Практика:

человек эмоционально и натуралистично рассказывает о симптомах, особенно когда слушатель не может уйти (в кресле парикмахера, в лифте, в гостях), чтобы «перевести» болезнь на него.

Почему это опасно.

Для впечатлительного слушателя это может усиливать тревогу и телесные реакции (эффект ноцебо).

Для рассказчика — подкрепляет паттерн «мне помогают, только если я страдаю». В быту это нарушает границы

и создаёт токсичную динамику.

Стало: правила психогигиены и границ

Безопасные техники с тем же эффектом (защита от перегрузки, спокойствие):

Фраза-щит

Спокойно скажи: «Я тебе сочувствую, но мне тяжело слушать такие подробности. Давай про главное: чем я реально могу помочь?»

Ментальная перегорodka.

Представь между собой и собеседником прозрачную плёнку: слова доходят, эмоции — нет.

Заземление после.

После тяжёлого разговора выпей воды, потри ладони, посмотри на что-то нейтральное и яркое, пройдишь 5 минут.

Ритуальная фраза для себя.

Тихо проговори: «Твои слова — мимо, я выбираю беречь себя». Это работает как якорь для психики. Эффект: сохраняется эмпатия, но уходит эмоциональное «заражение», а ты остаёшься в ресурсе.

Было: тройной ритуал с иглами и зорями для отвода болезни

Ритуал: трижды в день (на восходе, в полдень, на закате) вращают три иглы на нитях в воде, читают заговор, иглы закапывают под деревом так, чтобы

никто не перешагнул, поливают водой из кружки.

Месяц нельзя шить.

Почему это опасно.

Работа с острыми предметами, землёй, водой в разных местах создаёт бытовые и санитарные риски.

Запрет на шитьё как «плата за ритуал» формирует иррациональные страхи и чувство вины.

Стало: структурированный сброс тревоги

Безопасные аналоги с тем же эффектом (контроль, предсказуемость, снижение тревожности):

Тройной якорь в течение дня.

Выбери три точки в расписании (утро, обед, вечер) и в каждой делай одну короткую технику:

3 глубоких вдоха, записать одну мысль, сделать 10 шагов.

Предмет-якорь.

Вместо игл — камешек, монета, пуговица.

Держи в руке, когда тревожно, и повторяй:

«Сейчас я в моменте. Сейчас я дышу».

Фиксированное завершение.

В конце дня скажи: «Сегодня я сделал всё, что мог.

Остальное — завтра». Это даёт ощущение завершённости без «запечатывания» иглой.

Эффект:

мозг получает ту же структуру

(ритм, предметы, чёткие шаги), но без риска

и иррациональных запретов.

Важное напоминание:

Этот справочник — про то, как фольклорные смыслы можно «перевести» на язык заботы о себе и психологической безопасности. Он не является руководством к действию и не заменяет медицинскую или психологическую помощь. Если есть реальные симптомы — обратиться к врачу. Если тяжело из-за отношений или тревоги — лучше поговорить с психологом. А если хочется «магии» в жизни — иногда хватает чашки хорошего чая, прогулки и одной спокойной фразы: «Сегодня я выбираю себя». (Можно даже пуэра — говорят, он помогает собраться с мыслями.)

Глава 9

«Переклад:

*когда хочется отдать проблему,
а не получить её обратно в тройном размере»*

Представь: ты стоишь у церкви, в пакете — три яблока, в кармане — монетки на откуп, и в голове крутится: «Сейчас я всё это грамотно раскидаю, и пусть кто-то другой теперь с этим разбирается». Звучит как план. Но в технике безопасности магии (да и просто в здравом смысле) у такого плана есть жирный красный флажок: переклады на реальных людей — это не только этически скользко, но и психологически опасно. Давай разберём этот «яблочный» переклад и другие варианты так, чтобы фольклор остался, юмор тоже, а риски стали видны сразу.

Что тут вообще происходит: фольклорная логика

Идея переклада проста, как бутерброд: негатив нужно не просто «подумать», а куда-то «перелить», а потом передать дальше. Яблоко тут — идеальный носитель: круглое, «собирает» на себя, легко катится из рук в

чужие руки. Отсюда и ритуал: катаешь яблоко по телу, наговариваешь, запечатываешь негатив, а потом отдаёшь тому, кто «возьмёт».

**Важные детали, которые в традиции
считаются обязательными:**

Убывающая луна.

Время «ухода» и «сброса»,
когда всё лишнее будто бы легче покидает дом.

Без торга и без сдачи.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.