

Из этой книги вы узнаете:

- об отношениях и счастье
- о свойствах камней
- о **технике безопасности** при ношении украшений и медитациях с камнями
- о том, **как влиять с помощью камней на себя и на своего мужчину**
- о том, как услышать свои женские качества во всей их многогранности и разнообразии



- о древних женских практиках с камнями
- о том, как сделать свой дом уютным и желанным для своего мужчины
- о том, **как носить украшения осознанно, с пользой, в соответствии со своими задачами**

*Желаю всем вам приятного чтения и чудесной, красивой практики!
Анна Гак*

Оглавление

Тест	2
Об авторе	3
Глава 1. Свойства камней	4
Глава 2. Как пользоваться камнями?	24
Глава 3. Медитации с камнями	27
Глава 4. Камни для дома	29
Глава 5. Нефритовые яички для йони	30
Заключение	36

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

ТЕСТ

Выберите камень, который нравится вам именно сегодня!



Красная Яшма



Малахит



Сапфир



Лазурит с включениями Пирита



Розовый Агат



Рубин



Хризопраз



Хризосола или Бирюза



Сердолик



Розовый кварц



Родохрозит



Прозрачный кварц (Горный хрусталь)



Черный оникс



Обсидиан

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Об авторе

Когда я смотрю на Анну Гак, я всегда вспоминаю героинь Маркеса. В нашем северном мегаполисе она выглядит пришлицей — ее представляешь на берегу моря или в горной колумбийской деревушке. Она из тех юных колдуний, что ходят босиком и украшают волосы цветами, и ради которых мужчины бросают свои дома и уходят на край света. И когда тыходишь в ее комнату, то сразу же оказываешься где-то очень далеко от Москвы: благовония, свечи, цветы, безделушки, подушки на полу.

Комната удивительным образом повторяет индивидуальность хозяйки: она так же изящна, загадочна и так же свободна. Впрочем, любое пространство, в которое попадает Анна Гак, напитывается ее необыкновенной жизненной силой.

Ей никогда не бывает скучно. Она умеет исцелять, делать массаж, плести обереги, делать рэйки, преподавать французский язык, скакать на лошади, ездить на машине, гадать на картах Таро.

Ее гадание — это рассказ о жизни, о тебе, о твоих ошибках и заблуждениях, о твоих иллюзиях и о том, что ты сам знаешь, но в чем не решаешься себе признаться. Ее невозможно обмануть.

В ней сочетаются торжествующая молодость и мудрость древней души.

Ирина Глуценко



Анна Гак

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Глава 1 — свойства камней

В первой главе мы поговорим о том, какие камни хорошо носить на себе и в каких случаях. Я расскажу о свойствах разных камней и о том, **как они влияют на вас и на мужчину, который рядом с вами**. Я расскажу о том, как обращаться с камнями, как их оживлять и как за ними ухаживать.

...Мне бы хотелось начать с небольшого размышления о том, как мы выбираем камни ... и как мы выбираем мужчину.

Каждая из нас хочет, чтобы рядом с ней оказался любящий мужчина — и чтобы этот союз, по возможности, был долгим и счастливым.

В чем залог стабильных и живых отношений?

Как ни странно, в том, чтобы людям в них **не приходилось напрягаться**, чтобы они могли любить и быть любимыми за то, какие они есть.

Как возникает напряжение? В начале отношений мы испытываем сильную мотивацию, и часто демонстрируем качества, которые нам, на самом деле, не очень свойственны. Ну, например, хозяйственность — или наоборот, шаловливое отношение к жизни. Поддерживать «легенду» стоит нам некоторых **сил и ресурсов**.

Идет время, и силы истощаются — и мы становимся менее «праздничными». **Это по-прежнему мы, но в менее ресурсном состоянии** — когда

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>



Глава 1 Свойства камней



у нас болит голова, или что-то раздражает, или что-то неохота, или мы о чем-то забыли... и так далее. С ним происходит то же самое.

И со временем то, что было наносным, отшелушивается, и обнаруживается настоящая совместимость людей — или несовместимость. В ресурсном состоянии вы можете отлично сочетаться. Это и называется «конфетно-букетным периодом». А вот *не ресурсными состояниями отношения проверяются на прочность.*

Причем здесь камни? — спросите вы.

Все очень просто.

- Камни позволяют *изначально лучше подобрать партнера.* Мы поговорим об этом подробно.
- Камни помогают *чаще бывать в ресурсном состоянии.*
- Камни помогают нам раскрываться, узнавать и ощущать что-то новое о себе и мире, каждый раз глубже. А если у нас есть *динамика*, то она будет и в отношениях — чтобы они оставались живыми и сохраняли интригу и мотивацию.

А теперь давайте по порядку.

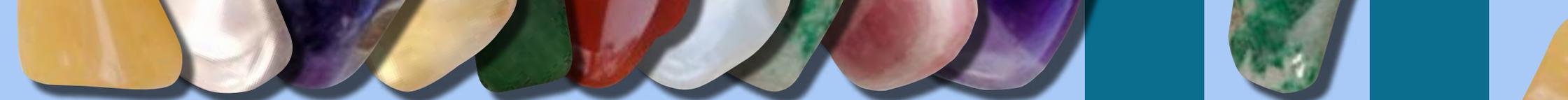
Кто такой «подходящий мне мужчина»? Это тот самый, который изначально «клюнул» на то, что во мне настоящее, оценил мои действительно сильные свойства, полюбил меня, а не то, что я из себя стараюсь сделать на первом свидании.

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>



Глава 1 Свойства камней

Это очень удобно, потому что **сильные и настоящие наши свойства остаются сильными в любой ситуации** — в том числе и тогда, когда мы не в ресурсном состоянии. Следовательно, мы всегда легко будем проявлять именно то, за что он нас любит — без напряжения, просто потому, что это естественно сильное свойство.

Например, аккуратный человек всегда остается аккуратным, даже когда встал не с той ноги. А вот показная хозяйственность, например, выветривается при малейшем стрессе. Поэтому **мы очень заинтересованы в том, чтобы в нас ценили именно истинные свойства** — это помогает нам гораздо легче создавать в отношениях стабильность.

Возникает вопрос — почему же мы так не делаем?

Почему мы в первое время демонстрируем то, что в нас не главное, но то что, как нам кажется, больше его привлечет? Причем делаем это часто с энтузиазмом и с внутренней уверенностью в том, что мы всегда сможем продолжать в том же духе.

Причины две.

Первая — мы себя не знаем, и **сами не в курсе, где истинное, а где навязанное** и ложное.

Вторая — **страх**. Ибо то, что мы о себе знаем, нам часто не нравится. Мы это не ценим и склонны это не то что не показывать, а даже скрывать.

Например, женщина с маленькой грудью уверена в том, что это недостаток, пока не встретит мужчину, которого большая грудь просто не заводит. Будь у неё большая, он не обратил бы на нее никакого внимания.

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Глава 1 Свойства камней

Домашняя и тихая девочка будет считать, что ей не хватает уверенности в себе пока ее не найдет мужчина, уставший от активных и напористых женщин, который просто хочет уюта и традиционной романтики.

Бизнес-вумен будет поедать себя за стремление все контролировать, пока не выяснит, что ее мужчина любит ее именно такой — сильной, умной и уверенной.

Толстушка должна повстречать того, кто, как Рубенс, искренне восхищается избыточными женскими формами. Ну и так далее — эти примеры можно подбирать до бесконечности.

Следующий вопрос — это «**как узнать себя и оценить то, что нам дала природа?**» И вот здесь на сцену выходят камни, под торжественную и интригующую музыку.

С детства в нас копится много напряжения и боли, которые мешают адекватному проявлению наших сильных и гармоничных сторон. Но эти подавленные качества живут в нас и тихо ищут поддержки.

Камни — это мощнейшая поддержка, которую мы энергетически ощущаем сразу — даже если не отдаем себе в этом отчета. Именно поэтому мы часто «западаем» на камни — это когда вас к какому-то камню начинает непреодолимо тянуть без веской и логической причины. Именно этот камень вас «как током ударил» — он кажется самым красивым, он зовет, и от контакта с ним вы чувствуете облегчение, смешанное с целым рядом других чувств, иногда незнакомых. Часто это та или иная форма вдохновения. Такая реакция связана с тем, что этот **камень** «по-

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

дружился» с какой-то нашей стороной, которая хочет быть проявленной, сильнее и объемнее, которая чувствует, что ее наконец услышали.

Это выводит из организма напряжение, делает нас более целостными и убирает искаженность, вольную или невольную.

Кроме того, камни *впитывают энергетический негатив*, наличие которого тоже сильно искажает то, как мы воспринимаем себя и какими нас увидят другие люди. Встречали людей, с которыми, вроде, все в порядке, но они как-то интуитивно отталкивают? В 90% случаев это от того, что на них есть какие-то загрязнения, сглазы и тому подобные вещи. Камни это убирают и *выравнивают впечатление от человека*.

Камни помогают проявиться нашим естественным лучшим свойствам и убирают негатив. *Таким образом, мы ведем себя естественно* и изначально не создаем напряжения, которое могло бы породить конфликты в отношениях.

Как выбрать подходящий камень?

Камень нужно всегда выбирать тот, который нравится вам, причем нравится именно сегодня. Такой камень мягко и естественно впишется в вашу ауру и в ваш внешний вид. И только *после* того, как вы его выбрали, вы можете прочесть, что он означает, и узнать о себе, то, что важно именно сегодня.

И, кстати — всякий день мы просыпаемся другими и можем выбирать уже совсем не те камни, что вчера. Мы разные, как сама жизнь, мы ме-

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>



Глава 1 Свойства камней



няемся — и это делает психику динамичной, а в отношения приносит разнообразие, которое нам так важно и которое мужчины так ценят.

Именно поэтому в начале этой книги я разместила тест, в котором вы можете выбрать тот камень, который вам нравится — и после этого узнать его значение и свойства. Если вы еще не проходили этот тест сегодня, то я рекомендую вам вернуться к нему и только после этого продолжить чтение.

ПРОЙТИ [ТЕСТ](#)

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Красная Яшма — усиливает связь с землей и родом, дарует защищенность, живучесть, энергичность. Такая женщина *имеет плотную связь с Землей, с природой, с жизненными соками.*

Она продолжит род, выносит здоровых детей, будет следовать женским первобытным инстинктам, будет самкой, матерью, защитницей своего очага.

Она активная, укорененная, — она пахнет лугом, молоком и пашней. Она пахнет сеном, и может быть даже потом — но это и возбуждает мужчину.

Она очень живая, очень женская и в ней вся сила природы-матери. Хрупкое и изнеженное существо в рюшечках к красной яшме даже не притронется, пока не почувствует в себе *мощь первобытных культов плодородия и изобильную природную силу.*



Красная Яшма

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Малахит — малахит игрив и суров одновременно. *Это Королева.* Она знает себе цену и притягивает, как магнит.

Малахит усиливает женские чары, придает пластичность. Такую женщину невозможно угадать, предсказать или подчинить — она может только сама стать гибкой и тихой, но тишина эта будет интригующей и почти осязаемой.

Малахит делает женщину яркой, но не кричащей. *Хотите, чтобы на вас все обратили внимание?* — наденьте Малахит, и вы сразу выделитесь из толпы, причем очень адекватно — не навязчиво, но и не робко.

Тот, кто выбирает Малахит, всегда имеет изюминку. Даже недостатки такой женщины обыгрываются так, что становятся источником шарма и притягательности.

Эта женщина очень интересна самой себе — для нее отношения с самой собой уже бездонный источник интриги и мотивации. Окружающим остается только вовлечься в ее игру, в ее пластику, в ее эстетику и во внутреннюю неторопливость и грацию — в любой ситуации.



Малахит

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Сапфир — самый глубокий камень. В него хочется погружаться, и в нем захочется раствориться.

Сапфир — это та внутренняя тишина, в которой всегда можно расслабиться, отдохнуть и пережить озарение. Он будет смотреть на вас и на ваши сапфиры, и ощущать уникальность этого момента — как будто перед ним приоткрывается дверь, которую он всегда искал — и из этой двери на него смотрит спокойная вечность.

Такая женщина всегда покажется мудрой — даже если она все время молчит. Ее ум не кричит о себе, а тихо шелестит, проявляясь в правильное время. Это даже не ум, а та грань, в которой ум и интуиция соприкасаются в едином созвучии, и уже невозможно отделить одно от другого.

Выбор Сапфира говорит о порядочности, о естественном следовании чувству долга и о внутренней глубине. И наконец, Сапфир ни от кого не зависит — опять же, не демонстративно, а внутренне. *Этот камень мягкой, но уверенной внутренней свободы.*



Сапфир

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Похожими свойствами обладает **Лазурит с вкраплениями Пирита**. Но лазурит поплотнее и за счет пирита поярче. *Лазурит говорит об остром уме, об успешности, об остроумии.* Юмор Лазурита искрометен и тонок, он сам по себе искусство.

Если Сапфир — это бездонное синее небо и тишина южной ночи, то Лазурит — это то же небо, изображенное талантливым художником — с изысканными золотыми звездами, элегантно и со вкусом.

Когда вы надеваете Лазурит, мужчина наслаждается вами, как произведением искусства — эстетикой, стилем, красотой образа. И драгоценностью. А еще он увидит ваш ум и интуицию, и начнет ценить ваши советы.



Лазурит с вкраплениями пирита



Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Розовый Агат — это камень женщины, которая умеет *обычные будни почувствовать, как поток жизни*, а домашние обязанности — как способ проявить свою любовь.

Такая женщина все окружает какой-то легкой и мелодичной заботой. Растения у нее расцветают, животные выздоравливают, а *мужчина раскрывает свои лучшие качества, о которых мог и сам не знать*.

Бывают люди, которые, как цветы, расцветают и плодоносят только в определенной почве, в определенном климате. Розовый Агат — это тот самый климат, в котором как-то совершенно естественно растет и исцеляется все.

Мужчина будет смотреть на вас и на ваш Агат, и чувствовать, как *накатывает расслабление, волна за волной*. Не усыпляющее расслабление, а заботливое и освежающее. Как будто он выспался, или прогулялся в красивом чистом месте, или выпил стакан именно такого чая, с медом и травами, которого он уже и не думал дожидаться — в котором чувствуется подлинная забота без тяжести.

Розовый Агат — это погожий день в любимое время года, который обе-



Розовый Агат

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

щает поддержку, легкое обаяние и *поток наслаждения простыми радостями каждой минуты.*

Этот камень вселяет оптимизм и надежду, он дарит возможность остановиться и просто стать благодарным за то, что происходит, за то, что принес сегодняшний день.



Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Рубин — это камень *страсти, преданности и прочных союзов*. Рубин появляется на сцене не сразу, а тогда, когда люди на каком-то глубинном уровне становятся единым существом. Рубин — это долгий союз, это общая судьба, это объединенный род.

Этот камень поможет преодолеть трудности в отношениях, пережить период нестабильности и невзгод. Рубин поможет помнить о главном и *оставаться верным тому, кого любишь давно и глубоко*.

Рубин пробуждает страсть, и делает секс глубоким и насыщенным, энергетическим и ярким. Рубин помогает проявиться сексуальности и откровенности, *увеличивает либидо и дарует силы и выносливость*.

Вы знаете о том, что основной секрет того, чтобы мужчина вас хотел и возбуждался — это самой его хотеть и возбуждаться. Это единственное, что по-настоящему хорошо работает. И Рубин будит в нас эти энергии, дает им гулять по телу и наполнять все наше пространство. Рубин — это камень долгих и страстных отношений, в которых люди преданы друг другу и чувствуют свою глубокую и сильную связь.



Рубин

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Хризопраз — это *камень бодрости и спонтанности*. Такая женщина выделяется своей необычностью, а иногда даже вызовом привычным границам и нормам. Для нее нет запретов, а ее восприятие чистое и непосредственное.

Она часто будет удивлять своего мужчину — и в том числе и нестандартным взглядом, и срывом шаблонов, и вызывающей непосредственностью.

В такие моменты мы чувствуем, что окунулись в холодную воду и заново родились. *Восприятие стало острым, мир — снова красочным, звуки — сочными, а жизнь — спонтанной*. Настоящую спонтанность нам доводится пережить очень редко, и эти моменты мы ценим, — а людей, которые нам их подарили, оберегаем от любой «бытовухи» и пошлости, в том числе и нашей собственной. У них слишком ценный дар — дар обновления, изменений и свежего взгляда на мир и на нас.

И, кроме того, именно такой зеленый, как у Хризопраза — это цвет надежды, игры и совершенно естественного и наивного эпатажа — как части глубокого природного процесса. У такой женщины *чистые и искренние чувства, она не врет себе*, и это тоже подкупает.



Хризопраз

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Сердолик — это *камень энергии и удовольствия*. Когда у нас есть силы и ресурсы не только на выживание, а еще на радость и наслаждение.

Женщина, которая надела Сердолик, становится батареей для окружающих, и будет для своего мужчины источником энергии и оптимизма. Она — как южное солнце, а *общение с ней — это отдых*, все равно как съездить в отпуск и набраться сил — и морально и физически.

Большинству людей в России очень не хватает солнца — просто в силу географии и климата. *Ваш мужчина будет тянуться к вам, как к солнышку*.

Когда вы носите Сердолик и медитируете с ним, наполняясь энергиями камня, вы насыщаетесь жизненной силой и молодостью — и у вас этого становится столько, что вы щедро распространяете эту радость вокруг себя, делитесь с любимым мужчиной и семьей. Он полюбит это ощущение и будет очень его ценить.



Сердолик

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Хризоколла или **Бирюза** — это камни яркого самовыражения и харизмы. Когда вы надеваете Хризоколлу, этот камень помогает мужчине почувствовать вашу индивидуальность и силу, а также это пробуждает его собственное вдохновение.

Он будет чувствовать, что *рядом с вами он становится творческим и полным вдохновения*, ему легко подобрать нужные слова, и вы общаетесь очень легко и на одной волне.

Хризоколла — это камень харизматичного и творческого лидера — а в вас ваш мужчина будет видеть источник своего вдохновения. *Станьте его музой!*

Хризоколла и Бирюза — это камни очаровательных людей, которые производят на нас самое благоприятное впечатление и запоминаются. Пользуйтесь замечательной способностью этих камней будить в нас все эти прекрасные свойства. **Хотите произвести и оставить впечатление?** — вы знаете что делать!



Хризоккола (Бирюза)

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Розовый кварц — это *камень нежных и женственных*. Именно этого часто ищут в нас мужчины — безоговорочного и мягкого принятия. Мало кто в этом себе сознается, но, однако все в этом нуждаются.

Розовый кварц поддерживает и проявляет нашу любящую и доверяющую часть. Он учит любви к себе и милосердию. Ношение Розового кварца настраивает на романтический лад, *помогает избежать конфликтов* и обойти острые углы.

Розовый кварц помогает прощать, и в отношениях это очень важно — за целую жизнь обязательно случатся моменты, когда вам нужно будет простить его или себя — и Розовый кварц лучший в этом помощник.

Надевая этот камень, почувствуйте, как вас охватывает волна любви и благодарности, как вы сами становитесь этой волной, как раскрывается ваше сердце навстречу вашему мужчине.

Представьте себя на его месте: когда женщина рядом с вами носит Розовый кварц и пропитана его энергиями, вы чувствуете ее доверие и женственность, ее хрупкость и гибкость — и обязательно становитесь мужественным рыцарем, который чувствует себя любимым.



Розовый кварц

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Родохрозит — это камень, который пробуждает в нас все лучшее. Этот камень незаменим для латания душевных ран — он помогает забыть плохое и помнить хорошее.

Бывают моменты, когда на нас может наваливаться прошлое, и под его грузом мы чувствуем себя старыми, чувствуем, что по сердцу прошла какая-то трещина, что мир уже не будет прежним, и мы так уже никого не полюбим. И тогда она говорит «Что-то во мне сломалось». Если вы чувствуете, что вам тяжело начать с чистого листа — надевайте Родохрозит.

Этот камень радует, снимает депрессию и затягивает раны так же легко, как мы смываем мыло с рук. Душа становится чистой, а восприятие — свежим.

Любуясь Родохрозитом или чувствуя в вас его энергии, *ваш мужчина начнет забывать прошлое, снова обретет новизну эмоций и оптимизм*. У него появится чувство, что он только сейчас увидел мир в его настоящих красках, звуках и ощущениях. И в этот момент вы будете с ним рядом.



Родохрозит

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Прозрачный кварц (Горный Хрусталь) лучше всего носить тогда, когда ваши отношения переживают какие-то трансформации и изменения. Если по каким-то причинам обстановка напряженная, то Горный хрусталь почистит пространство и поможет пройти этот период спокойно, извлечь все свои уроки и стать мудрее.

Горный Хрусталь активизирует интуицию и связь с нашим Высшим Я, с душой, с наставниками. *Этот камень поможет принять правильные решения и сохранить присутствие духа.*

Кварц способствует грамотной расстановке приоритетов и тому, чтобы слышать внутренний зов.

Это камень чистоты — он смывает своим прозрачным потоком все лишнее, впитывает ненужное и убирает негатив и напряжение. Это уборка, которую периодически нужно делать, чтобы не накапливался мусор. Это подобно купанию в чистом горном ручье — *вы и ваш мужчина почувствуете, что сбросили ненужный груз и готовы идти дальше налегке.* Это очень большая и важная поддержка, если мы хотим иметь крепкий и сильный союз.



Прозрачный кварц (Горный хрусталь)

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Черный оникс и **Обсидиан** пробуждает в женщине Тень. Тень — это не про любовь и нежность, но зато это про глубину и силу, про сексуальность и про судьбу.

Черный оникс дает почувствовать, что это не обычная женщина, что в ней есть что-то магическо-ведьмовское, не игривое, а очень серьезное. С этим не шутят.

Черный оникс не нужно надевать часто, но иногда он нужен. Эта женщина будет как бездна — манить и пугать одновременно. Рокочная женщина, если хотите. И конечно, это придает остроту отношениям и ощущениям.



Обсидиан



Черный оникс

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Глава 2 — как пользоваться камнями?

Очистка

Самое главное, что нужно запомнить: камни и украшения нуждаются в регулярной очистке. Это самый главный залог того, что они будут работать и приносить вам пользу.

Камни, которые вы носили сегодня, вечером нужно закопать в морскую соль и продержат там 24-72 часа. Соль после этого выкидывается.

Другой способ — сложить их на вышивку с [символом Антакарана](#), тибетским символом очищения и трансформации, очень мощным. Он используется для целительства и очистки камней.

Третий вариант — засыпать камни рисом, тоже на три дня. Рис после этого выбрасывается.

И, наконец, вы можете положить камни на друзу горного хрусталя, она тоже их очистит и зарядит.

Это не единственные способы очистки камней, и возможно вам извест-



Символ Антакарана

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

ны какие-то другие, — но перечисленные методы точно очень простые и точно хорошо работают.

Энергетически чистые украшения выглядят более красивыми — вы быстро это заметите, и их намного приятнее надевать.

Зарядка

Прежде, чем надеть какое-то украшение, очистите его, как мы только что научились, *возьмите его в руки и посмотрите на него нежно и очень внимательно.*

Желательно придумать камню (или украшению) имя. Положите его на середину ладони, подуйте на него и назовите его имя — теперь вы можете именно так к нему обращаться. Всегда помните о том, что камни — это живые существа (ссылка), и обращаться с ними нужно, как с живыми.

Итак, возьмите камень в руки и *пошлите ему любовь*. Увидьте, как из вашего сердца начинает струиться красивый разноцветный поток прямо в камень. И обязательно *дождитесь отклика* — через несколько секунд вы почувствуете, что установилась какая-то связь. Вы будете думать, что вам это показалось или что вы это придумали — ничего страшного, главное, чтобы у вас возникло такое чувство, а ум потом привыкнет к тому, что это нормально. Если вы умеете делать Рэйки, то [зарядите камень Рэйки](#).

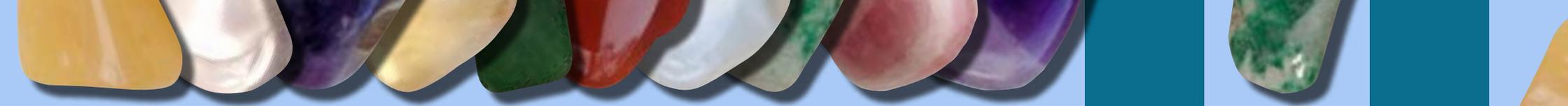
Попросите ваш камень о помощи и расскажите ему, в чем именно.

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>



Глава 2

Как пользоваться камнями

Зарядка

Здесь же уместно использование каких-то аффирмаций, если вы ими пользуетесь. Разговаривайте с камнем, пока вам не покажется, что ваши слова а нем осели и закрепились. Теперь он работает.

Кстати, вы могли где-то слышать, что «работают» только те камни, которые вам подарены. Это не так. Работают те, с которыми вы обращаетесь, как с живыми, с любовью и уважением, уделяя им внимание.

И еще будет очень хорошо, если вы в течении дня несколько раз прислушаетесь (или приглядитесь) к своему камню и почувствуете энергии, которые он вам посылает. ***Почувствуйте, как он окутывает вас облачком определенного цвета, которое проникает в вас и откликается.***

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Глава 3 — медитации с камнями

До сих пор мы в основном говорили о камнях, которые вы будете носить в украшениях, а теперь поговорим о том, что делать, если вы украшения не носите. На самом деле, очень многие люди не любят надевать на себя кольца и серьги, — кому-то в них тяжело, кто-то не любит металл, кому-то хорошая ювелирка не по карману, а плохую носить не хочется — ну и так далее. Есть люди, которые без украшений просто красивее. Что делать?

На самом деле, медитация с камнем, пожалуй, важнее того, чтобы просто его надеть — ведь именно во время общения с камнем мы напитываемся всеми его свойствами. Вы можете иметь просто галтовку (это камень в форме гальки), без оправы — я, например, больше всего люблю именно такие камни, мне они кажутся более живыми.

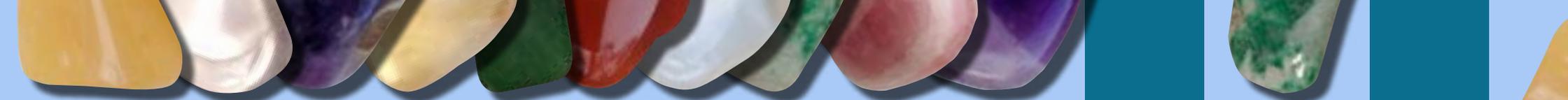
Медитация с камнем может длиться от пяти минут до бесконечности — и определяется это вашим желанием, а не правилами. Вам нужно спокойно сесть, взять камень между ладоней (или в каждой ладони зажать по камню), сделать несколько глубоких вдохов и выдохов, и обратиться к камню так же, как мы обращались к камню в украшении. И когда вы озвучите свою просьбу и цели, вам нужно просто открыться и почувствовать, как камень обволакивает вас своей энергией, и просто принимать,

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>



Глава 3 Медитации с камнями

пока вам приятно сидеть в медитации. Вдыхайте этот камень (это значит, представьте себе, что камень, как цветок, испускает какой-то аромат, который вы можете вдохнуть). Спросите камень, есть ли что-то, что вам нужно знать или почувствовать сегодня.

Многим из вас может показаться, что вы ничего не чувствуете — но в течении дня вы заметите, что вы спокойнее и вам комфортнее. Может быть, вы как-то иначе проявляетесь и делаете меньше ошибок, чем могли бы. А со временем вы научитесь отлавливать всякие тонкие изменения, которые приносит камень — главное это просто внимательно наблюдать, не пытаясь для себя как-то сразу описать все эти симптомы. Просто получите то, что дает камень, и наблюдайте — дальше все случится постепенно само собой.

И вот этот «намедитированный» (а значит, заряженный) камень вы можете взять с собой, положив в карман или в сумку. В течении дня достаньте его несколько раз и покрутите в руках или посмотрите на него. Эффект будет очень заметным.

А еще такой заряженный камень хорошо подарить любимому человеку — конечно, если вы точно знаете, что такой подарок будет им воспринят адекватно.

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Глава 4 — камни для дома

Помимо того, что камни можно носить на себе и медитировать с ними, с их помощью еще можно гармонизировать пространство своего дома. Это важно, если мужчина пришел к вам в гости или если вы живете вместе.

Вы замечали, наверное, что в каком-то доме приятно, уютно и хочется остаться, а в каком-то обстановка враждебная и хочется убежать? И очень хорошая идея сделать так, чтобы ваш дом был гармоничным и исцеляющим местом.

О камнях для дома я написала отдельную книгу — вы можете подписаться [вот здесь](#) и получить книгу о камнях для дома совершенно бесплатно!

В контексте отношений с мужчинами, вас особенно будут интересовать главы про гостиную, столовую и спальню — чтобы вашего мужчину ожидал радостный и теплый прием.



Книга Анны Гак
“Камни для вашего дома”

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Глава 5 — нефритовые яички для йони

Пожалуй, мы обратились до самой интимной и самой «женской» части этой книги. Есть одна практика с камнями, которая мужчинам не доступна — но зато они очень любят, когда этим занимаются их женщины. Это упражнения с вагинальным яичком для Йони — нашего сакрального места.

Эффективность ношения яичка сложно переоценить, и в сексуальности, и в отношениях, и по здоровью. У них очень много полезных свойств — так что, обо всем по порядку. Ниже я привожу отрывок из интервью со мной о яичках.

— **Аня, сейчас на рынке предлагают много разнообразных тренажеров для развития интимных мышц. Почему именно яички?**

— Тренажеров действительно много, и все они овальные или круглые — в этом вопросе у нас не слишком много вариантов. С древних времен люди использовали именно яйцевидную форму для йони-тренажеров. Яйцо — это символ жизни, гармонии и плодородия. Это очень женский символ, напоминающий нам о детях и заботе, о зачатии и жизненной силе. Как и в любом семени, в яйце скрыто очень много энергии.

И кроме того, форма яйца очень физиологична для женщины, его удобно



Нефритовое яичко для йони

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

носить внутри. Мне лично яйцо еще и эстетически нравится — для меня это важно. В детстве я очень любила играть с коллекционными яичками их разных минералов — у моего дедушки их было много. Я привыкла воспринимать яйцо как нечто очень изящное и красивое.

— А пневмо-тренажеры?

— Пневмо-тренажеры — это тоже хорошая вещь, но натуральный камень — это живой организм, он имеет душу. И в отличие от медицинского латекса, он воздействует не только на мышцы во время упражнений, но и на микрофлору и энергии.

Именно поэтому с тренажером можно только делать упражнения, а яичко из нефрита можно носить в себе почти постоянно, и это само по себе будет очень полезно, даже и без упражнений.

Медицинские тренажеры действуют только на физические показатели, на мышцы, а камень — еще и на энергию, и на психику, и на сознание. У него шире спектр воздействия, и оно более целостно.

— **Чем яички, которые у тебя можно заказать, лучше тех светло-зеленых, которые можно увидеть практически в любом сувенирном магазине?**

— Эти яички сделаны из натурального саянского нефрита, а те, что в сувенирных лавках — в лучшем случае из трансвальского жада (это дешевый поделочный камень, не сопоставимый по характеристикам с настоящим нефритом), а в худшем — из прессованного камня.



Яичко для йони из Прозрачного кварца

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

Ненатуральные яички плохо влияют на слизистую и могут вызывать раздражение, поэтому лучше не рисковать.

Я сама с таких яичек начинала, и очень быстро поняла, что тут что-то не так. С тех пор я обращаю очень много внимания на качество камня, из которого сделано яйцо, а также изучаю его физические свойства — вязкость, теплопроводность, реакцию на влажную среду и так далее. Например, одно из самых важных свойств нефрита (ну помимо того, что у вас внутри он гарантированно не станет выделять токсичных веществ) в том, что он замечательно сохраняет тепло, — а значит, он греет внутреннее пространство йони и вызывает эффект естественной физиотерапии.

Ненатуральные яички можно иногда использовать для упражнений (в целях экономии), но их нельзя носить в себе, — и это очень жаль, потому что лично для меня ношение яичка даже важнее, пожалуй, чем упражнения с ним.

— **Какие результаты получают девушки, практикуя ношение яичек для йони?**

— Ооо.. Это предмет для отдельной статьи. Можно посмотреть отзывы — я периодически вывешиваю их на сайте, можно зайти и посмотреть. Правда, не все разрешают публиковать свои достижения, но рассказов очень много.



Яичко для йони из Розового кварца

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

В целом эффекты делятся на несколько групп:

- **Физические** (улучшение микрофлоры, лечение миом, вплоть до удивления гинеколога; быстрее и легче проходят менструации, тело становится более гибким)
- **Сексуальные** (партнер очень приятно удивлен открывшимися новыми горизонтами, ощущает, что в сексе женщина становится больше «в диалоге»)
- **Повышение чувствительности** (и в сексуальности, и просто в общении со своим телом — например, чувствовать, когда у тебя происходит овуляция)
- **Энергетические** (увеличение количества энергии и изменение ее качества в лучшую сторону, гораздо меньше устаешь, чувствуешь больше сил и радости)
- **Психологические** (уход и проработка страхов, повышение привлекательности для мужчин, контакт со своей женской природой)
- Ну и **настроение**, наконец — оно всегда улучшается, когда мы обретаем нового друга, а яичко это, несомненно, друг и поддержка.

— **Проводишь ли ты какие-то обучающие семинары по использованию нефритового тренажера?**

— Да, конечно :) Например недавно я провела семинар по массажу груди и практикам с яичком — вот отзыв одной из участниц, который она опубликовала в своем блоге.

«В пятницу я побывала на одном из самых замечательных семинаров в моей жизни — Аня учила нас массажу груди и некоторым другим даосским женским практикам.



Яичко для йони из Нефрита

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

На семинаре была удивительная атмосфера — доверия, тепла и сопричастности знанию, древней силе. Я видела Аню — Мастера рейки и Аню-синхролога, но Аня — ведущая женских практик — это что-то особенное. Через неё словно из земли поднималась сила, мощная и в то же время мягкая, она пропитывала её всю и разливалась по залу.

Самое волшебное действие было — двадцатиминутное Лунное Дыхание. Я вдыхала розовый свет, он растекался по телу, я становилась лёгкой и прозрачной, потом большой, сильной и полновесной. Я чувствовала, как этим дыханием я переструктурирую и упорядочиваю тело, энергию и в итоге — пространство моей жизни...»

А вообще к каждому яичку обязательно прилагается очень подробная видео-инструкция (примерно 40 минут), — это запись одного из моих семинаров, на котором я в деталях рассказывала, как пользоваться яичком. И помимо этого у меня есть рассылка, в которой я регулярно высылаю новые материалы на эту тему, а также просто полезные сведения и женском здоровье и сексуальности.

— Где можно узнать об этом поподробнее?

— Вы можете подписаться на рассылку, в которой приходит довольно много любопытных и полезных вещей. Эту рассылку я делаю с большим вдохновением, потому что тема очень интересна мне самой, я много читаю и практикую, и когда узнаю что-то интересное, то делюсь этим.

Мне очень нравится, что в рассылке много женщин — я энергетически чувствую их общность, ведь женщины всегда усиливают энергии друг



Яички для йони из Лазурита

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>

друга. Недаром они издавна любили собираться вместе именно женской компанией! У женских посиделок очень своеобразная и сильная энергия — у женской рассылки, как мы выяснили, тоже. Это было для меня новым переживанием :)

ПОДПИСАТЬСЯ

Из рассылки вы узнаете:

- какой размер яичка вам подходит?
- в какой позе нужно сидеть?
- мудра для женских энергий и гармонизации женственности
- о безопасном и эффективном вхождении в практику с яичком
- об образе идеальной женщины
- о ношении белья — за и против
- лекция Андрея Лапина о практике яичком
- о совместимости мужчин и женщин по чакрам
- о точках соответствия на вагине и пенисе
- о точках, стимулирующих сексуальность

А еще я создала закрытое сообщество, в котором публикую материалы «не для открытого доступа». Эти материалы также приходят в рассылке, на которую вы подписываетесь. Если вы хотите вступить в это сообщество и получить доступ к этим материалам, то напишите мне на почту: gak.anna@gmail.com Участие бесплатное. Жду ваших писем!



*Яички для йони из Прозрачного кварца
и Сердолика*

*Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>*

*пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com*

*facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>*

*канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>*

Заклучение

В заключение я хотела бы пожелать вам самой удачной на свете практики с камнями, и пусть ваше тело, ваш дом и ваше настроение будут гармоничными и счастливыми!

Я всегда рада вашим вопросам!

Пишите на почту liferiddle.com@gmail.com или заходите на мой сайт о камнях www.healingstones.ru



Анна Гак

Сайт Анны Гак о Камнях:
<http://www.healingstones.ru>

пишите на почту:
liferiddle.com@gmail.com

facebook:
<https://www.facebook.com/kamni4you>

канал на youtube:
<http://www.youtube.com/user/reiki2you>