

Sommario

INTRODUZIONE	1
COME UTILIZZARE QUESTO LIBRO	3
PARTE PRIMA: Introduzione alla vita magica	7
Capitolo 1: Sei un operatore magico	9
Capitolo 2: Mindfulness magica	15
Capitolo 3: Vivere magicamente	25
Capitolo 4: La farmacia magica	31
PARTE SECONDA: Il procedimento dell'operatore magico	65
Capitolo 5: Sinergia	67
Capitolo 6: Il procedimento per la creazione delle pozioni	77
PARTE TERZA: Lavorare con la Ruota dell'Anno	91
Capitolo 7: Samhain	95
Capitolo 8: Yule	109
Capitolo 9: Imbolc	125
Capitolo 10: Ostara	139
Capitolo 11: Beltane	155
Capitolo 12: Litha	175
Capitolo 13: Lammás	193
Capitolo 14: Mabon	207
BIBLIOGRAFIA	229
INFORMAZIONI SULL'AUTRICE	233



Introduzione



Mi chiamo Lorriane, e preparare rituali e pozioni di bellezza – spirituali, magiche, ed energetiche – è il mio linguaggio d'amore. Dico sempre che quest'arte mi ha salvato la vita, e senza alcuna esagerazione: ero gravemente depressa e in un periodo molto buio quando ho scoperto il magico mondo degli oli, delle fragranze, delle erbe, dei cristalli, e della spiritualità. È stato amore a prima vista, quindi mi sono buttata senza pensarci due volte.

Questo mondo mi ha cambiato la vita. Le pozioni che ho iniziato a preparare non solo mi hanno aiutata a diradare la nebbia della depressione e a stare meglio fisicamente, ma mi hanno anche accompagnata in un percorso di scoperta del mio io più autentico. Mi hanno restituito forza e fiducia, mi hanno permesso di avviare la mia attività commerciale, di diventare prima autrice di mazzi di carte oracolari, e ora anche scrittrice di libri.

L'energia è al centro di tutto ciò che faccio. Credo che ogni cosa abbia una sua energia, e sono convinta che si possa cambiare la propria vita aumentando la propria consapevolezza e agendo con più intenzionalità nel quotidiano. Una semplice lozione per il corpo può diventare un promemoria per ricordarci, prima di iniziare la giornata, di praticare la gratitudine o di prenderci qualche momento per radicarci. Una candela può diventare uno strumento per invocare una maggiore abbondanza, o per chiedere la guarigione del cuore dopo una rottura dolorosa. Un incenso può simboleggiare l'eliminazione dei blocchi che ci impediscono di trovare l'amore, e una miscela per diffusori può aiutarci a rallentare e a riposare.

Qualsiasi pozione, prodotto di bellezza o rituale può rappresentare la propria intenzione; basta fare un piccolo sforzo creativo e possedere le giuste conoscenze di base. Ricorrendo all'energia lunare, alle carte dei tarocchi, e ai metodi per la purificazione e la protezione spirituale, puoi creare delle miscele da usare nei tuoi incantesimi e rituali... o in tutti i casi in cui senti di avere bisogno di un po' di forza per affrontare il resto della settimana!

In questo libro ho riportato i metodi con cui creo miscele energetiche basate sulla Ruota dell'Anno. Le stagioni della strega – Samhain, Yule, Imbolc, Ostara, Beltane, Litha, Lammass, e Mabon – rappresentano, da centinaia di anni, giorni sacri dotati di una particolare potenza, che continuano a ispirare le nuove generazioni di streghe e mistici in ogni parte del mondo. Grazie al libro che stai per leggere conoscerai il mio modo di interpretare l'intelligenza di questi giorni sacri, e sarai in grado di riversarla nelle tue creazioni: potrai realizzare lozioni, oli, spray, profumi, trattamenti per il bagno, e altro ancora. In questo libro troverai oltre 90 ricette complete, che ti consentiranno di iniziare a creare da subito.



Come utilizzare questo libro

Questo libro è organizzato in tre parti. Ti consiglio di leggerle nell'ordine proposto almeno una volta, in modo che tu possa capire come scorre l'energia naturale della terra. Dopodiché, sentiti libero di passare direttamente alla sezione che più è in sintonia con la tua energia del momento.

Nella prima parte conoscerai il potere del vivere una vita sacra e ritualistica, e scoprirai come utilizzare alcune delle pozioni contenute in questo libro per prenderti cura di te e del tuo nutrimento spirituale. Imparerai anche a conoscere i vari ingredienti, e incontrerai alcune ricette di base per cominciare.

Nella seconda parte scoprirai le varie pratiche e gli esercizi necessari per iniziare il tuo viaggio nella magia. Sono esattamente i procedimenti che io stessa ho usato, per molti anni, per creare miscele e pozioni magiche.

Nella terza parte troverai una selezione di ricette associate a ciascuno dei sabba, o festività, della Ruota dell'Anno pagana, un calendario che rappresenta il ciclo naturale delle stagioni. Lavorare con le stagioni è uno dei modi più semplici per comunicare con la natura in modo più profondo. Se sei curioso di sapere come si manifestano i cicli dell'anima, non devi far altro che guardare alle stagioni, perché le stagioni mettono in scena l'eterna danza spirituale della morte e della rinascita. Insieme alle ricette, troverai anche un elenco di corrispondenze per ogni sabba. (Approfondirò il tema delle corrispondenze nel quarto capitolo).

È naturale sentire gli effetti della stagione in corso; tutti noi però, in qualche modo, attraversiamo quotidianamente tutte le stagioni: viviamo la primavera all'alba, quando la terra esplose di luce e rumori; viviamo l'estate a mezzogiorno, quando il sole è all'apice della sua forza; l'autunno è legato alle ore serali, quando il sole tramonta lasciando gradualmente spazio alla notte; la mezzanotte è associata all'inverno, una fase di riposo, rinnovamento, e quiete. Quando prepari le tue miscele magiche, quindi, non sentirti limitato dalla stagione in corso; ciò che conta è che il procedimento ti aiuti a onorare la tua anima e i suoi bisogni. E questi bisogni hanno la precedenza su tutto il resto.



Estratti

Gli estratti vegetali sono generalmente a base di alcol, e vengono utilizzati, come gli oli essenziali, per le formule a base d'acqua. Molti estratti non sono solubili in olio, il che significa che non si mescolano con l'olio della formula. Sono invece idrosolubili, cioè si sciolgono completamente nell'acqua o nei liquidi. Gli estratti sono ideali quando si desidera utilizzare l'energia di una pianta che è disponibile solo sotto forma di olio vegetale, come quello di cocco, di noci pecan o di melograno, o al posto di costosi oli essenziali come l'assoluto di vaniglia. È possibile trovare un'ampia varietà di estratti nei negozi alimentari specializzati, oppure online. Evita gli estratti di imitazione, realizzati con componenti artificiali o altre sostanze sconosciute.

Oli vettore

Gli oli vettore sono talvolta chiamati oli di base, fissi, o vegetali; possono essere utilizzati per diluire in modo sicuro gli oli essenziali e conferire proprietà emollienti a lozioni, creme, oli per il corpo, e saponi.

Sono realizzati a partire da diverse materie vegetali, come la frutta secca, i semi, la frutta e la verdura. Ogni olio vettore ha, come gli oli essenziali, una sua particolare frequenza energetica, che può potenziare o ridurre l'energia delle tue miscele magiche. Purtroppo gli oli vettore sono spesso trascurati dalla comunità magica. Gli oli essenziali e le erbe sono forse le parti più importanti delle tue creazioni magiche, ma ritengo che anche gli oli vettore svolgano un ruolo molto importante. Negli ultimi anni ho sperimentato – sia nella mia pratica personale che nei prodotti che realizzo per Spirit Element – l'aggiunta di oli vettore ai miei oli per il corpo e rituali. Ho scoperto che queste miscele magiche sono molto più sofisticate ed efficaci, sia dal punto di vista pratico che da quello spirituale. Tenere a mente le proprietà spirituali degli oli vettore durante la fase di preparazione delle miscele ti darà l'opportunità di conferire alle tue creazioni un ulteriore livello di magia e di intenzione.

PROFILI DEGLI OLI VETTORE

MANDORLA DOLCE

Nome latino: *Prunus amygdalus* var. *dulcis*

Altri nomi: Almondra

Parti utilizzate: Noccioli/frutti

Planeta: Mercurio, Giove, Sole

Zodiaco: Acquario, Gemelli, Vergine

Elemento: Aria

Divinità: Mercurio, Tobh, Ermes, Venere

Applicazioni magiche: Divinazione, pace, comunicazione, benedizioni spirituali e consacrazione.

L'olio di mandorle è un olio molto delicato e confortante.

È un'ottima base per le miscele per la meditazione e il sonno, così come per le miscele che aiutano a trovare pace ed equilibrio. L'olio di mandorle può amplificare altri ingredienti, e ciò lo rende un ottimo olio polivalente. Utilizzato in combinazione con l'olio di vinaccioli, come opzione economica e facilmente reperibile a supporto della maggior parte delle finalità magiche.



RICETTE SEMPLICI PER AVVIARE LA TUA FARMACIA

COME PREPARARE UN OLIO INFUSO

- ◆ Materiale vegetale a scelta
- ◆ Olio a scelta

Riempi un barattolo dotato di coperchio a chiusura ermetica con il tuo materiale vegetale, lasciando circa 2,5 cm di spazio libero. Ricopri il materiale vegetale con l'olio, lasciando ancora un po' di spazio nella parte superiore. Copri l'imboccatura del barattolo con della carta oleata e chiudilo bene. Agita il contenitore per distribuire l'olio in modo uniforme; se il materiale vegetale non è interamente immerso nel liquido, aggiungi dell'altro olio.

Etichetta il barattolo con il nome e la data di creazione, e riponilo in un armadio o in uno spazio buio. Agita il barattolo ogni giorno per 2-4 settimane; più a lungo durerà il processo di infusione, più la tua creazione sarà potente. Filtra infine l'olio, assicurandoti di estrarne il più possibile. Butta il materiale vegetale nella frazione organica. Conservare l'olio infuso nel contenitore che preferisci.

Puoi usare l'olio infuso come idratante, per ungere candele e strumenti rituali, per il trattamento dei capelli, o per qualsiasi formula che richieda l'utilizzo di un olio.

OLIO DI BASE PER IL CORPO

- ◆ 30 gocce di olio essenziale a scelta
- ◆ 236 ml di olio a scelta
- ◆ 118 ml di olio vegetale (Facoltativo)

Versa l'olio essenziale, una goccia alla volta, in un flacone con il coperchio che preferisci. Aggiungi l'olio vettore e l'olio vegetale (non obbligatorio), chiudi il flacone e agitalo bene. Lascia che la miscela sinergizzi per almeno 24 ore. Utilizzalo come desideri.

CREMA O LOZIONE SEMPLICE

- ◆ 474 ml di crema o lozione non profumata
- ◆ 50 gocce di olio essenziale

In una ciotola di medie dimensioni, miscela la lozione e l'olio essenziale. Con l'aiuto di un imbuto, trasferisci il prodotto in una bottiglia in plastica per condimenti (o con tappo a pompa), versandola lentamente, con un cucchiaino, la lozione nell'imbuto, e lasciandola scendere interamente nella bottiglia prima di aggiungere un'altra cucchiata. Utilizzala come desideri entro un anno.