

Марина Матвеева

КАК ПРАЗДНОВАТЬ
Колесо года

**МАГИЧЕСКИЕ ДЕЛА
И СЕЗОННЫЕ РЕЦЕПТЫ**

#1000ИНСАЙТОВ

Марина Матвеева

**Как праздновать Колесо
года. Магические дела
и сезонные рецепты**

«Автор»

2025

Матвеева М.

Как праздновать Колесо года. Магические дела и сезонные рецепты
/ М. Матвеева — «Автор», 2025

Единственная книга по Колесу года, которая погружает не только в атмосферу магии, но и предлагает кулинарные рецепты сезонного питания, включая советы по съедобным дикорастущим растениям. Вы узнаете зачем и как отмечать восемь годовых праздников и как полюбить все сезоны. Научитесь делать магические артефакты: ведьмину бутылочку, любовное саше, духи сезона, свечи и скрутки. Издание для тех, кто хочет добавить гармонию и радость в жизнь через кулинарию и празднование природных циклов.

© Матвеева М., 2025

© Автор, 2025

Содержание

От автора	5
Предисловие	6
Праздники Колеса года	7
Празднуем или отмечаем?	10
Сезонные дела	11
Конец ознакомительного фрагмента.	13

Марина Матвеева

Как праздновать Колесо года.

Магические дела и сезонные рецепты

От автора

Приветствую тебя, моя читательница, на страницах этой магической книги!

Меня зовут Марина Матвеева, я родилась и живу в Санкт-Петербурге. У меня высшее экономическое образование, и я не знаю точно, почему так, но многие магии и шаманки в прошлом, как и я, тоже экономисты.

В жизни я училась многому и продолжаю учиться. У меня есть диплом повара. Я закончила две ступени курса «Шаманское травничество», и с тех пор шаманизм – моя стихия. Полтора года я проходила круг рун, изучала карты Таро и другие магические и шаманские практики. Среди них кундалини рейки, работа с бубном, шаманская и натуральная парфюмерия. Я изучила курс биохимии эфирных масел, погрузилась в их молекулы и научилась исцелять многие проблемы с помощью ароматов.

Вместе с коллегами организовывала исследовательские курсы «Чакры и камни», «Камни и ко», «Зелёные миры» по изучению чакр, минералов и растений, а также их энергий. Проводила марафон по исследованию и развитию интуиции. Была соорганизатором и участником мероприятий, посвящённых праздникам Колеса года, в Санкт-Петербурге и Подмоскowie и онлайн.

Я составляю авторские натуральные духи, магические и исцеляющие смеси с эфирными маслами. Провожу терапевтические сессии по избавлению от психологических травм и возвращению энергии. Организую ресурсные встречи по праздникам Колеса года в очном и дистанционном формате. А ещё веду личный телеграм-канал про жизнь, шаманизм, сезонность, психологию и с капелькой тематического юмора под названием «Шаманское Шампанское».

Чтобы поделиться своим опытом с теми, кто интересуется ритмами года и сезонностью, я написала эту книгу. В ней я рассказываю о том, как находить настоящее волшебство в окружающих вещах и жить в гармонии с важными точками Колеса года.

Я создала группу в телеграм с моими фотографиями к этой книге https://t.me/kolesogoda_mm.

Предисловие

*Цветы – весной,
Кукушка – летом,
Осенью – луна,
Чистый и холодный снег – зимой.
Догэн*

Сколько я себя помню, мне всегда хотелось ощущать ритмичность года. С детства я стремилась найти циклический и понятный алгоритм, подсознательно понимая, что это даст мне опору и чувство сезонов.

Ещё я очень любила праздники, у меня было к ним какое-то особое отношение. И вроде бы в течение года их было достаточно много – Дни рождения, Новый Год, Пасха, 8 Марта; но этого мне было недостаточно. Мне казалось, что о чём-то я ещё не знаю и что-то важное упускаю из виду.

Сезоны в моей жизни проходили для меня незамеченными. Просто сменялись один на другой и не всегда радовали меня своими погодными особенностями. Зимой было слишком темно и холодно, весной – неуютно и мокро, лето пролетало раздражающе быстро, а промозглая осень наступала неожиданно и повергала в уныние. Чего-то не хватало в моём ощущении жизни, и я пыталась понять, чего именно.

Не у меня одной есть такое желание – структурировать год. Многие, например, изучают славянские традиции и восстанавливают народные праздники. Я тоже иногда в них заглядываю и по сей день. Люблю провести параллели, отметить важные дни. Например, Громницу, народный праздник огня в феврале и Масленицу с её блинами.

Но однажды я нашла ту систему, которая идеально подошла мне: Колесо года. Это так называемые ведьминские точки, праздники в годичном цикле, которые помогают этот год прожить и поймать движение сезонных энергий.

Помню, как почти шесть лет назад впервые отмечала один из праздников Колеса года.

Тогда я изучала руны, и в нашей исследовательской группе зашла речь о грядущем Белтайне. Мы говорили о том, что это за день, и как его можно отмечать. Я узнала, что главный символ этого праздника – так называемый Майский шест или Майское дерево. Украшенное дерево или просто высокий столб, который традиционно устанавливали на центральной площади в городах и деревнях Европы, водили вокруг него хороводы и устраивали состязания.

Каких-то интересных идей для празднования Белтайна у меня тогда ещё не было, поэтому я взяла из комнаты сестры пальму и сотворила своё Майское дерево: привязала на растение ленточки и походила вокруг него. Просто взяла и сделала что-то, и таким образом отметила праздник.

Так всё и началось.

Праздники Колеса года

Праздники Колеса года – это восемь дат, или точек, которые отмечаются примерно раз в полтора месяца. Их придумали в середине прошлого века в британских неоязыческих сообществах.

Восемь праздников символизируют восемь спиц Колеса года.

Четыре астрономические точки года: два равноденствия (осеннее и весеннее) – точки гармонии и баланса, и два солнцестояния (летнее и зимнее) – пиковые точки Света и Тьмы.

Между этими четырьмя праздниками есть ещё четыре. Они тоже выбраны не случайно и основаны на народных кельтских традициях. Почти всегда точки года имеют аналоги в аграрных праздниках других народов мира, ведь во многих культурах так или иначе отмечали наступление каждого нового сезона.

Не существует чёткого правила, какой праздник является первым, ведь Колесо не прекращает своё движение ни на минуту. Некоторые последователи считают, что это – Самайн. Так как именно он оказался ближайшим на момент написания книги, я тоже начну своё перечисление с него.

Вот они, праздники Колеса года, прошу любить и жаловать:

– **Самайн** (ночь Велеса, параллели с Хэллоуином и нашими Осенними Дедами) – ночь с 31 октября на 1 ноября.

– **Йоль** (католическое Рождество), зимнее солнцестояние – 21 или 22 декабря.

– **Имболк** (наша Громница) – 1 февраля.

– **Остара** (некие параллели с Пасхой), весеннее равноденствие – 20 или 21 марта.

– **Белтайн** (Майская ночь, Вальпургиева ночь) – 1 мая.

– **Лита** (Купала), летнее солнцестояние – 20 или 21 июня.

– **Ламмас / Лугнасад** (наши Спасы) – 1 августа.

– **Мабон**, осеннее равноденствие – 22 или 23 сентября.



Праздники Колеса года нужны для того, чтобы год для нас плавно двигался по кругу (или по спирали), перетекая из одной энергии в другую, а не просто пробежал. Задумайтесь, наверняка у вас было такое: не заметили, как пролетело лето, а иногда и целый год. Когда живёшь по энергиям годовых точек, всегда в полной мере ощущаешь каждый сезон.

Начинать кружиться в Колесе года можно с любого момента.

Лита – летом, и это моя особая любовь. Праздник пика Солнца и радости, который не хочется отпускать. Можно собрать его энергию в виде трав и запустить важные процессы. Я праздную и дни Ивана Купалы (католический и православный), и день Петра и Февронии. Например, делаю чай любви в День семьи, любви и верности, который отмечается 8 июля.

Потом идут два прекрасных и ресурсных праздника урожая – Лугнасад и Мабон. Это пик всего: жизни, труда, полученных ресурсов. Мы отмечаем наши урожаи, празднуем их и присваиваем.

Наступает пора подготовки к тёмной половине года. Смотреть и осознавать, что она будет. Собрать всё, что нажито, поставить обережье и сделать шаг внутрь себя. Мы встречаем Самайн.

На зимнее солнцестояние, или Йоль, когда день равен ночи, надо погадать и отпраздновать рождение нового Солнца и первые прибавляющиеся минуты света. Мы зажигаем в этот день огни и мечтаем.

В самый сложный месяц, февраль, мы отмечаем Имболк. Отливаем и жжём свечи, топим лёд и снег. Наслаждаемся зимой, которая есть, но уже точно знаем, что где-то под снегом уже просыпается трава, а на деревьях набухают почки. Мы строим планы.

Остара, или весеннее равноденствие, олицетворяет собой весну, которая уже вошла в свою силу. Мы дышим ею, чувствуем её. Мы сеем свои семена во всех смыслах.

1 мая – это Белтайн, дверь в лето. Весна уже всюду, а где-то и настоящее лето. Мы празднуем любовь и жизнь.

Важность отмечания сезонных точек года приходила ко мне постепенно. Так, отпраздновав Остару, ни за что не пропустишь приход весны: заметишь пение птиц, лучи первого солнца, тающий снег и почки на деревьях.

Белтайн впускает в душу лето, любовь и силу жизни. Отметив его, не упустишь ни одного летнего дня, и проживёшь это время года так, как хочется.

И вот уже как-то незаметно, само собой, жить становится легче. А сама жизнь наполняется тем, что нравится и откликается именно нам. Мы сами, с вниманием и любовью к себе, выбираем и придумываем собственные традиции, ритуалы и рецепты – для проживания каждого сезона года и собственной жизни. И всё это – наблюдение за ритмами природы, знакомство с растениями, сезонное питание – помогает улучшить не только психическое, но и физическое здоровье.

Когда мы живём в ритме Колеса года, психика получает стабильность и ритмичность. Предвкушение ритуалов, вкусная еда и встречи с подругами улучшают настроение, а прогулки на свежем воздухе и правильная еда приносят несомненную пользу нашим телам.

Празднуем или отмечаем?

Праздники можно отмечать, а можно праздновать. Для меня это – разные понятия.

Иногда мне нравится быть внутри праздника вместе с единомышленниками, в одном кругу и потоке. Например, несколько лет я праздновала с подругами-шаманками и приглашенными гостями Литу – летнее солнцестояние. У нас было много ритуалов, мы делали амулеты, собирали алтари на полкомнаты, жгли костры и ходили в шаманские путешествия. Для этого я ездила из Санкт-Петербурга в Подмоскowie.

Безусловно, такие роскошные празднования дают новые осознания, проходы и ощущения. Но точки перехода часто достаточно сложны, и в это время часто хочется не активного празднования, а спокойного отмечаания, возможно, даже в одиночестве. Собрать алтарь, погулять, а главное, почувствовать этот сезон. Ощутить его для себя самой.

Мне нравится эта возможность – выбирать, в зависимости от своего состояния, что делать: отмечать или праздновать так, как хочется в этот раз. Так, как ощущается правильным и желаемым именно сейчас. В любом случае мы поймём, какие энергии присутствуют вокруг нас в этот день. Поэтому слушаем себя и действуем так, как хотим: празднуем от души или тихо отмечаем.

В дни точек Колеса года истончается граница между мирами. С одной стороны, можно получать информацию, которая недоступна в другое время (например, от духов предков). С другой стороны, в такие дни хорошо обновлять и ставить защиту от недобрых сил, ведь для них граница тоже открыта.

В этой книге я делюсь основной информацией о праздниках Колеса года, а также делюсь моим личным опытом и взглядом на то, как отмечать эти дни.

Сезонные дела

В этой книге будет много сезонной еды, потому что еда – это то, что всегда с нами, ведьмы мы или нет. Еда помогает в трудные времена, исцеляет, даёт силы, и она же напитывает нас энергией в мощные точки года.

Почти все мои рецепты – примерные, на глаз. Это, скорее, идеи для вдохновения, чем «сколько вешать в граммах». Потому что моя книга – помощь на вашем пути, а не указание.

Когда живёшь в ритме Колеса года, начинаешь чувствовать энергии природы и ощущать, как приходит праздник. Тогда у каждой из точек года появляется свой ритм, и он может меняться. Несмотря на то, что суть праздника всегда одна и та же, каждый год праздник хотя бы немного, но разный. Это зависит от многих факторов: фаз Луны, астрологических событий, событий в стране и мире, нашего личного состояния.

За две недели до праздника можно начинать думать об очередной точке года: замечать изменения в природе, обращать внимание на то, что происходит сейчас с вами. Какое у вас настроение, чего вам хочется: активных действий или спокойного отдыха?

Ритм Колеса года помогает гармонично проживать все сезоны, пользоваться энергиями, которые витают в воздухе, и в итоге полюбить нелюбимые до этого времени года.

Раньше мне не нравилась осень с её ветрами и дождями и зима с её морозами и снегом. Но всё поменялось, благодаря сезонным праздникам. Сейчас я заранее предвкушаю приятные затеи, которые связаны с каждым из них, они радуют и греют мою душу. Ведь я знаю, что осенью меня ждут интересные дела, сезон манго, шарлотки, свежесжатого яблочного сока, и уже почти люблю осень.

Теперь я ожидаю зиму и снег, чтобы взять у неё силу и стойкость, а ещё применить магию снега в моих практиках. Холодные времена для меня – повод приготовить густую наваристую солянку или борщ и согреться ими после долгой прогулки.

В этой книге я буду предлагать вам мои любимые магические и житейские дела к каждому празднику и сезону. Моё главное намерение в том, чтобы дать вам идеи и вдохновить на собственное проживание года и на традиции, которые сложатся у вас.

Обычно перед праздником есть период подготовки: подведения итогов, учёт ошибок и присваивание радости от того, что получилось реализовать.

Необходимый этап – это уборка, очищение и расхламление пространства вокруг себя. Также мы помогаем нашему телу, например, очищаем его выкатыванием солью с эфирными маслами.

Благодарность – тоже важный пункт подготовки. Мы искренне благодарим тех, кто помогал нам, себя, духов, род.

К каждому празднику собирается свой алтарь. Он – символ нашего намерения. Например, это может быть желание гармонично прожить сезон. Мне нравится собирать сезонные алтари, они напоминают о том, где мы сейчас находимся, и что происходит в природе вокруг нас.

Алтарь может быть любым. Мистическим и магическим, а если захотите, то вполне светским, с красивыми минералами и другими строгими украшениями, так что никто и не догадается, что вы – ведьма. Также алтарь можно сделать маленьким, портативным и минималистичным, состоящим всего лишь из одной свечи. Мне, например, нравится идея алтаря в стакане.

Одной из причин нашей любви к алтарям является то, что на нём находят своё место многие важные и любимые нами вещи. Всё то, что часто скучает в коробках и ящиках: фигурки богинь, богов и тотемных животных, ракушки, предметы, привезённые с мест силы, всего и не перечислишь.

Мои рекомендации о том, что и когда размещать на алтаре, будут лишь предложением. Например, если у вас сезон связан с каким-то своим растением, минералом и ароматом, то никто не запретит положить его на алтарное место, ведь его наполнение – это ваше дело и ваше решение.

Главное, чтобы ваш алтарь нравился вам.

На праздники мы обычно гадаем. Просматриваем и диагностируем то, что есть в нашей жизни на данный момент. И заглядываем вперёд, чтобы узнать, что нам предстоит. Я предлагаю свои расклады с ключевыми вопросами к каждой сезонной точке. Если вы не используете руны или карты Таро, то можно сделать расклад на любом оракуле или метафорических картах.

Я всегда с увлечением смотрела в те культуры, где есть сезонность еды. Например, в Японии чётко знают, когда начинается сезон батата, а когда надо насладиться последней клубникой. Об этом у них напоминают даже в магазинах. В нашей стране всё не так очевидно. Когда же я начала следовать ритмам Колеса, у меня появились свои кулинарные времена года.

Интерес в том, что можно составить свой личный сезонный календарь еды. Осенью и весной пить напитки из горькой полыни и корней одуванчика, зимой есть сытные супы, а летом добавлять во все блюда свежую зелень.

Календарь еды будет год от года немного отличаться. В этом году большой урожай яблок на даче? Значит, едим их. А в следующем, например, уродится много клюквы на лесных болотах, и тогда пусть она будет частым гостем на нашем столе.

В своей книге я расскажу о еде, напитках и ароматах точек года. Поделюсь тем, что пришло ко мне за годы моего празднования. В моих рецептах почти не будет точных цифр – они такие, как если бы их вам рассказывала подруга на кухне. Пусть вас не смущает, что часто я пеку в мультиварке или хлебопечке: порой у меня нет под рукой духового шкафа. Вы, конечно же, можете готовить так, как удобно вам.

Вы можете воспользоваться моими рецептами, найти свои или не делать ничего. Так тоже можно.

Иногда достаточно просто вспомнить о переходе. В этом всегда помогут единомышленники: подруги, тематические группы и каналы в социальных сетях, которые точно напомнят, что Колесо года движется.

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.