

The book cover features a vibrant floral border in shades of red, yellow, and green. At the top left, there is a portrait of an elderly woman wearing a red headscarf and a patterned shawl. To her right, a wooden frame contains the title 'СЕКРЕТЫ БАВКИ-ШЕПТУХИ' in white Cyrillic text on a pink background.

СЕКРЕТЫ  
БАВКИ-  
ШЕПТУХИ

# ШЕПОТ-

ШЕПОТОК

## НА ЗДОРОВЬЕ КРЕПКОЕ

ВСЕМ, ОТ МАЛА  
ДО ВЕЛИКА

The bottom section of the cover is filled with various decorative elements. It includes a wooden chest with intricate carvings, a piece of white fabric with red and black embroidered patterns, a basket of strawberries, and several flowers, including a large purple daisy-like flower and a blue flower. The author's name 'МАРИЯ БЫКОВА' is printed in white capital letters at the bottom center.

МАРИЯ БЫКОВА

**Мария Быкова**  
**Шепот-шепоток на**  
**здоровье крепкое всем,**  
**от мала до велика**  
**Серия «Секреты бабки-шептухи»**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=4953633](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=4953633)*

*Мария Быкова. Шепот-шепоток на здоровье крепкое всем, от мала до  
велика: Астрель; Москва; 2012  
ISBN 978-5-271-42037-5*

### **Аннотация**

В этой книге настоящая бабка-шептуха поделится с вами рецептами шепотка, дающего здоровье, силы, долголетие. В книге специальные упражнения, которые научат вас нашептывать и более 150 исцеляющих заговоров. Наконец-то появилась книга, в которой впервые открываются секреты заговорного слова.

# Содержание

Введение	5
Что такое знахарский шепоток и как им овладеть	11
Упражнение 1	12
Упражнение 2	13
Упражнение 3	14
Знахарский шепоток требует, чтобы силу в него вложили	17
Очищение души постом и молитвой	19
Конец ознакомительного фрагмента.	24

**Мария Быкова**  
**Шепот-шепоток на**  
**здоровье крепкое всем,**  
**от мала до велика**

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

## Введение

# Народная медицина и заговоры: так ли все безопасно и безвредно?

Наверное, нет ни одного человека, который ни разу в жизни не обращался за помощью к народной медицине. Целебную силу народных рецептов все мы испытали на себе еще в младенчестве – когда наши мамы купали нас в отваре ромашки и череды, чтобы снять опрелости и облегчить диатезный зуд. А кто не знает о том, что к порезам и ссадинам надо прикладывать подорожник, или смазать их соком чистотела? Любой человек может назвать десятки подобных методов, знакомых ему с детства.

Популярность народной медицины заключается в доступности рецептов, а также в их кажущейся безопасности. Именно – кажущейся, потому что у народной медицины есть ряд противопоказаний, причем весьма серьезных. Кто-то, возможно, возразит: ну какие могут быть противопоказания – трава она и есть трава, вреда от нее никакого. Но позвольте напомнить вам, что слова «трава» и «отрава» – однокоренные. Отравиться можно даже безобидной ромашкой, если употребить ее не в той дозе и не при том диагнозе.

Но если большинство все-таки понимает, что лечение травами требует осторожности, то к лечению заговорами прибе-

гают легко и бездумно. Особенно в наше время, когда сборники заговоров продаются на каждом углу. Люди считают заговоры самым безобидным «лекарством», и потому так охотно к ним обращаются. В самом деле, что может быть от заговора? В худшем случае – ничего. Главное, что вреда никакого, не то, что от таблеток, которые одно лечат, а другое калечат. Но так ли уж безвредны заговоры? Любое лекарство имеет свои побочные действия. Есть они и у заговоров. Какие побочные действия – на этот вопрос мы обязательно ответим, но сначала давайте разберемся, что же такое заговоры, и почему они реально помогают.

Заговоры состоят из слов. О том, что слова эти – особого рода, мы еще будем говорить. Но главное, заговор – это слово. Слово же – дар, которого нет ни у одного из живых существ, только у человека. Это проявление духовного мира, причем проявление очень сильное. Мы с вами проговариваем тысячи слов ежедневно. Мы так привыкли к этому, что не задумываемся над тем, каким мощным оружием пользуемся в самых никчемных целях. Если остановиться, помолчать, подумать и понять, откуда исходят слова, какую силу в себе несут – многое в нашей жизни встанет на свои места.

Слово – это не просто звуки, при помощи которых мы выражаем свои мысли, чувства и желания. Слово – это проявление творческого Духа в человеке. Ведь мир был создан Словом! И мы словами творим свой собственный мир. Взять, к примеру, слово «люблю».

Попробуйте хотя бы в течение одного часа начинать каждую фразу с этого слова. «Люблю такую погоду, люблю это время дня, люблю мягкие стулья, удобную обувь, тепло своего дома, люблю заниматься своим делом». Вы увидите, как мир расцветет, а ваше настроение станет приподнятым, как на празднике. Но если тот же эксперимент вы повторите со словами «не люблю», то станете после этого сердитым, недовольным, усталым. Казалось бы: всего лишь слова – а как сразу меняется мир!

Вы замечали, как хорошеет женщина от комплиментов? А если ей скажут, что сегодня она как-то плохо выглядит (даже если это неправда) – она подурнеет на глазах.

Хорошие учителя знают: если не слишком одаренному школьнику говорить, что он умен и талантлив – его способности вырастают. И напротив: когда способному ребенку внушают мысль, что он бездарь, в скором времени он опускается до уровня самых посредственных учеников.

Словом можно убить или исцелить, вселить надежду или посеять страх, развеять сомнения или навсегда закрыть путь к восхождению. Мы же относимся к словам пренебрежительно и используем их крайне неосторожно. А потом удивляемся – отчего это в нашей жизни столько проблем?

Если уж обыденные, привычные слова так действуют, то какую силу должно иметь слово, которое специально созда-

валось для того, чтобы выстраивать новые взаимосвязи, исправлять какие-то ситуации, разрешать сложные вопросы? Заговорное слово стократ сильнее обычных слов. И в повседневной-то жизни не к месту сказанные слова создают нам массу проблем. А что говорить про заговоры!

Вы никогда не задумывались над тем, почему заговорным словом могли пользоваться только знахари? Ведь сами заговоры особого секрета ни для кого никогда не представляли. Какой угодно заговор можно было выведать у знающих людей, любому ритуалу научиться.

Лет сто назад каждая деревенская девушка знала хотя бы один заговор, с помощью которого можно было приворожить нравящегося парня. Знала, да не пользовалась. Почему? Потому что сделать правильный приворот мог только опытный знахарь. Как и исцелить болезнь, сделать талисман на отыскание клада, защитить свадьбу от колдунов...

Да вот только обращались к знахарям лишь в случае острой необходимости. Люди старались решать свои проблемы доступными им самим методами. А уж к знахарю шли, когда деваться было совсем некуда. Вот вам и безопасное лечение! Вот вам и безвредные заговоры! Значит, знали в то время о заговорах что-то такое, о чем большинство современных людей даже не догадываются. А ведь уже по тому, из КАКИХ СЛОВ состоит заговор, можно сообразить, что тут есть какая-то тайна.

Возьмем, к примеру, заговор, который читают, чтобы остановить кровотечение:

Во имя Отца и Сына и Святаго Духа. Господь Бог на кресте копием уязвися и не устрашися, ино уже кровь. Престани, кровь, иди у раба Божия (имярек). Во дни царя Ахава не бысть дождя на землю три лета, земля бо измеденела, а небеса ожелезнуша, источники водные измолекуша; такожде и ты, кровь, престани.

Все ли слова здесь можно понять? Что такое «небеса ожелезнуша»? «земля измеденела»? «источники водные измолекуша»? Общий смысл заговора ясен, но если попробовать то же самое сказать современным русским языком – вы сразу почувствуете, что заговор перестал быть заговором. Уйдет что-то главное, то, ради чего заговор и создавался.

Главное – особая вибрация, которую создают эти странные и непонятные слова. Эта вибрация, подобно ключу, приоткрывает дверцу в мир, который мы с вами не видим, но который постоянно находится рядом с нами – в мир духов.

Это главное – особая вибрация, которую создают эти странные и непонятные слова. Эта вибрация, подобно ключу, приоткрывает дверцу в мир, который мы с вами не видим, но который постоянно находится рядом с нами – в мир духов. Эти духи могут быть темные и светлые. Светлые духи настроены по отношению к человеку благожелательно, и во многих случаях помогают ему. А вот темные духи только и

ждут, как бы навредить человеку, а то и вовсе погубить его. Энергия мира духов очень сильна. Эта энергия может уничтожить весь наш видимый мир. Святой Преподобный Серафим Саровский говорил, что малейший из духов одним коготком мог бы опрокинуть всю вселенную, если бы Господь разрешил ему. Так что, связываясь с миром духов при помощи заговоров, рискуете выпустить в мир энергию такой мощи, по сравнению с которой ядерный взрыв покажется детской забавой. Это вам не таблеточку проглотить!

Заговор, произнесенный не в положенное время и в не положенном месте, может не просто ухудшить вашу жизнь – он может кардинальным образом повлиять на судьбы других людей. Вот какое грозное оружие – заговор.

К счастью, у этого оружия есть предохранитель. Недостаточно знать текст заговора. Надо еще знать, каким образом его произнести так, чтобы духи вас услышали. Для этого и существует знахарский шепоток.

# **Что такое знахарский шепоток и как им овладеть**

Шепоток – это такой способ произнесения заговора, при котором знахаря слышат ангелы. Слышат и делают все, о чем он просит. Но знахарский шепоток нельзя путать с обычным шепотом. Шепотом говорить умеет каждый человека, а шепотком – только знахари-шептуны и шептухи. С одной такой шептухой автора этой книги свела судьба более десяти лет назад. Звали ее Марья Петровна Быкова, и принадлежала она к старинному и весьма почитаемому роду знахарей-шептунов. Я говорю о ней в прошедшем времени, потому что Марьи Петровны уже два года как нет на этом свете... Так получилось, что все свое знание бабушка Марья передала мне – хотя, когда мы встретились, я была ей совершенно чужим человеком. Она приняла меня как родную и неспроста стала считать своей внучкой. Ведь родных внучек у нее не было – только внуки. А знахарский шепоток в их роду всегда передавался от бабушек к внукам. Получалось, что на Марье Петровне род знахарей Быковых должен был прекратиться.

Я научилась всему, что знала Марья Петровна. А перед самой ее смертью я дала знахарке обещание открыть ее знание миру. Результатом этого обещания стали мои книги по знахарскому шепотку; одну из них вы и держите сейчас в ру-

ках.

Сразу хочу предупредить вас, что по книгам стать знахарем невозможно. Даже если вы научитесь выполнять все техники, которые я описала в своей первой книге «Шепот-шепоток. Как просить, чтобы дано было», вы не станете знахарем. Знахарство – это родовая традиция, и чтобы стать настоящим ведуном и целителем, надо родиться в роду знахарей. Но можно научиться помогать себе и своим близким.

В этой книге собраны заговоры, предназначенные для укрепления здоровья и лечения болезней. Сейчас мы не будем об этом говорить: и заговорам, и болезням в этой книге отведено свое место. Хочу только сказать, что для целительских заговоров нужно использовать особый шепоток. Ему вы и должны научиться, прежде чем откроете страницы с заговорами.

Для овладения знахарским шепотоком существует целый комплекс техник. Он почти полностью описан в моей первой книге! Здесь же я дам лишь те упражнения, которые помогут вам настроить дыхание и голос на целительную волну.

## Упражнение 1

*Сядьте или лягте в удобную позу. Одежда должна быть свободной, не сдавливающей тело. Дышите легко и спокойно, как и прежде, сосредоточив внимание на том, как проходит воздух по дыхательным путям.*

*Получайте удовольствие от самого процесса дыхания.*

*Когда дыхание замедлится, станет легче и ровнее, обратите внимание на свое тело. Что оно чувствует? Нет ли где-то состояния какого-то неудобства, неловкости, тяжести, напряжения, или наоборот, какой-то пустоты. Представьте себе, что воздух, который вы вдыхаете, может свободно перемещаться по всему вашему телу, а не только по дыхательным путям. Сосредоточьтесь на вдохе – и представьте, что вы вместе со вдохом направляете воздух в ту область тела, где есть какой-то дискомфорт. И просто позвольте этому воздуху, который вы туда направляете, самостоятельно выполнять свою работу. А сами как будто наблюдайте со стороны. Вы почувствуете, что уходит дискомфорт, и эта область тела будто оживает. Вам, может, захочется пошевелиться, подвигаться – сделайте это. Так тело наполняется жизненной силой, энергией.*

*Вы почувствуете, что область, которая была словно безжизненной, зажатой, «обесточенной», начала дышать, в ней потекли жизненные токи.*

*Постепенно так обследуйте все свое тело и уберите все напряжения, которые сможете обнаружить.*

## **Упражнение 2**

*Встаньте прямо, закройте глаза и слегка приоткройте рот. Начините дышать ртом, причем*

*старайтесь делать это бесшумно. Сначала дышите как обычно, делая паузу между выдохом и следующим вдохом. Не торопитесь, дышите медленно, спокойно, не форсируя дыхание. Просто позволяйте воздуху входить и выходить через рот.*

*Положите одну руку на грудь, чтобы ощущать удары сердца, или на пульс. Увеличьте паузу между выдохом и вдохом, чтобы она была равна трем ударам сердца. Сделайте таким образом несколько вдохов и выдохов. Затем уменьшите паузу, чтобы она была равна двум ударам сердца. Выполните несколько вдохов и выдохов с такой паузой. Затем сократите паузу до одного удара сердца. Подышите так минуту-другую. Затем уберите паузу совсем. Дышите без пауз в течение трех – максимум пяти минут.*

## **Упражнение 3**

Упражнение выполняется сидя или стоя. Поза должна быть свободная, не напряженная, но спину при этом надо держать прямо. Если сидите, то не отклоняйтесь ни назад, ни вперед и не опирайтесь о спинку стула.

*Положите правую руку ладонью на живот чуть ниже пупка, а левую приложите сбоку на область нижних ребер, чуть выше талии.*

*Сделайте медленный, несильный, свободный, плавный вдох через нос. Ладонь правой руки при этом должна ощутить, как раздувается живот, а*

ладонь левой руки – как расширяется нижняя часть грудной клетки. Следите, чтобы верхняя часть грудной клетки и плечи при этом оставались расслабленными и неподвижными.

Сделав вдох, начинайте сразу же без задержки выдыхать. Выдох делается также через нос, он медленный, плавный, свободный, бесшумный – вы просто позволяете всему воздуху медленно выйти из легких. При помощи ладоней при этом следите, как живот и нижняя часть грудной клетки втягиваются и возвращаются в прежнее положение. Сделайте несколько таких вдохов и выдохов.

Затем начинайте дышать так: сделайте короткий, бесшумный, спокойный вдох через нос, задержите дыхание на 1–2 секунды, затем медленно и плавно выдохните через рот. Сделайте несколько таких вдохов и выдохов.

Затем слегка приоткройте рот и сделайте ртом короткий вдох, затем также ртом выдыхайте медленно и плавно, и на выдохе произносите протяжный звук: «а-а-а-а».

Важно, чтобы звук как бы соединялся воедино с выдыхаемым воздухом. То есть вы произносите звук – и со звуком выдыхаете.

Потренируйтесь столько, сколько захотите, выдыхая на звуке «а-а-а», затем меняйте звуки: «о-о-о-о», «у-у-у-у», «и-и-и-и», и снова вернитесь к звуку «а-а-а-а».

Не напрягайте голос, думайте не о голосе, а только

*о дыхании, и тогда звук будет получаться свободным, легким, слитым воедино с дыханием. От этого ваш голос будет становиться звучным, насыщенным, мелодичным и сильным, даже если вы не стараетесь произносить звуки громко.*

## **Знахарский шепоток требует, чтобы силу в него вложили**

На заре нашего знакомства с Марьей Петровной я часто удивлялась тому, что о ней говорят «сильная знахарка». Дело в том, что слово «сильная» к бабушке Марье ну совсем никак не шло. Маленькая, сухонькая, хотя и довольно подвижная – но вовсе не пышущая здоровьем. Да и болезни ее стороной не обходили, особенно на закате дней. И все же откуда-то брались у нее силы принимать людей каждый день. А люди к ней ехали и ехали... Никому бабушка Марья не отказывала в помощи. Всех принимала. Бывало, уже и сама на ногах не держится, сядет рядом с человеком, пошепчет-пошепчет – он на глазах расцветает, а она, наоборот, сникает, как цветок без воды. Я очень боялась, что во время такого приема бабушка Марья умрет. И очень сердилась, когда посетители не уходили под вечер, а дожидались своей очереди, как бы поздно ни было. Но когда я попыталась уговорить знахарку, чтобы она себя поберегла, Марья Петровна сказала мне ласково: «Ну что ты, внучка, моему здоровью оно не вредит: нечему вредить. Сила моя знахарская духом питается. Как дух иссякнет – так и перестану людей принимать».

Позже, когда бабушка Марья начала меня всерьез учить шепотку, она объяснила, что знахарь должен в первую очередь укреплять свой дух. Под словом «дух» знахарка имела

в виду сочетание души человека, которая освящается Богом, и его энергетического поля, или, как сейчас принято говорить, ауры. (Сама бабушка Марья называла это поле «живой силой».) Очищение души и укрепление энергетического поля – необходимая подготовка для шептуна.

# Очищение души постом и молитвой

Марья Петровна Быкова была православной, и меня привела в православие. Пост и молитва для православного христианина – самая важная практика очищения души. Конечно, подходит это только для верующих людей, но других практик знахарка не знала, да ей это было и не нужно.

Когда я начала поститься и молиться, то на своем опыте убедилась, как вырастают духовные силы к концу поста. Знаете, я даже жалею, что больших постов в году всего четыре. Это самое любимое мое время! Любовь к православным постам привила мне именно Марья Петровна.

Главные православные посты:

**Рождественский** – с 28 ноября по 7 января

**Великий** – от Масленицы до Пасхи

**Петровский** – от праздника Троицы до 12 июля, дня святых первоверховных апостолов Петра и Павла.

**Успенский** – с 14 по 28 августа.

Самые строгие – Великий пост и Успенский пост. В эти дни запрещается употреблять в пищу не только мясо, но и яйца, молочные продукты, а рыба разрешена только на Благовещение (7 апреля) и Вербное воскресенье – за неделю до Пасхи.

Петровский и Рождественский посты не очень строги. В них разрешена к употреблению рыба, кроме пятницы и среды.

Но сразу хочу сказать, что такие строгие ограничения предписаны далеко не для всех. На самом деле смысл поста в том, чтобы ограничить себя в самом желанном, том, к чему вы привязаны всей душой. Человеку, который не может жить без мяса, очень сложно будет отказаться хотя бы от этого продукта – даже при условии, что все остальные разрешены. То же касается и всех остальных продуктов. А вот для вегетарианца гастрономический пост не имеет смысла: ведь он и так не ест скоромного. В этом случае ему надо отказаться от чего-то, что он очень сильно любит. Человеку неверующему все эти запреты и отказы покажутся перегибом, издевательством над организмом и психикой. Но смысл постовых ограничений в том, чтобы человек отвлекся от земных привязанностей и освободил свою душу для общения с Богом. Ведь дело не в колбасе и голубцах, а в том, что сытная, вкусная, тяжелая пища слишком привязывает нас к земле, не дает воспарить к высотам духа.

Если вы никогда в жизни не постились – попробуйте в ближайший пост ограничить себя в чем-то одном. Если очень любите мясо – не ешьте его. Если не можете прожить без молочных продуктов – откажитесь от них, а все остальное ешьте. Для начала и этого будет достаточно.

Немыслим пост без молитвы. Для каждого поста суще-

ствуют свои особые молитвы, которые указаны в православных молитвенниках. Марья Петровна посоветовала мне соблюдать молитвенное правило преподобного Серафима Саровского. И я рекомендую вам поступать так же.

### **Молитвенное правило преподобного Серафима Саровского**

Вставши от сна, всякий христианин, став пред святыми иконами, пусть прочитает молитву Господню *«Отче наш»* трижды, в честь Пресвятой Троицы, потом *«Песнь Богородице»* также трижды, и, наконец *«Символ Веры»* единожды.

Совершив это правило, пусть занимается своим делом, на которое поставлен или призван.

Во время же работы дома или в пути куда-нибудь пусть тихо читает *«Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя, грешного или грешную»*, а если окружают его другие, то, занимаясь делом, пусть говорит умом только *«Господи, помилуй»* и продолжает до обеда.

Перед самым же обедом пусть совершает вышеуказанное утреннее правило. После обеда, исполняя свое дело, – читает тихо *«Пресвятая Богородице, спаси мя, грешного»* или же *«Господи Иисусе Христе, Богородицею помилуй мя, грешного или грешную»*, и это пусть продолжает до самого сна.

Отходя ко сну, всякий христианин пусть снова прочитает вышеуказанное утреннее правило; после того пусть засыпает, оградив себя крестным знаменем.

## **Отче наш**

Отче наш, Иже еси на Небесех!

Да святится имя Твое,

да приидет Царствие Твое,

да будет воля Твоя, яко на Небеси и на земли.

Хлеб наш насущный даждь нам днесь;

и остави нам долги наша, якоже и мы оставляем  
должником нашим;

и не введи нас во искушение,

но избави нас от лукавого,

Яко Твое есть Царство, и сила, и слава вовеки.

Аминь.

## **Песнь Пресвятой Богородице**

Богородице Дево, радуйся, Благодатная Марие,  
Господь с Тобою; благословена Ты в женах и  
благословен плод чрева Твоего, яко Спаса родила еси  
душ наших.

## **Символ Веры**

Верую во единого Бога Отца, Вседержителя, Творца  
небу и земли, видимым же всем и невидимым. И  
во единого Господа Иисуса Христа, Сына Божия,  
Единородного, Иже от Отца рожденного прежде всех  
век; Света от Света, Бога истинна от Бога истинна,  
рожденна, несотворенна, единосущна Отцу, Имже вся  
быша. Нас ради человек и нашего ради спасения  
спешдшаго с небес и воплотившагося от Духа Свята

и Марии Девы и вочеловечшася. Распятого же за ны при Понтийстем Пилате, и страдавша, и погребенна. И воскресшаго в третий день по Писанием. И возшедшаго на небеса, и седяща одесную Отца. И паки грядущаго со славою судити живым и мертвым, Егоже Царствию не будет конца. И в Духа Святаго, Господа, Животворящаго, Иже от Отца исходящего, Иже со Отцем и Сыном спокланяема и сславима, глаголавшаго пророки. Во едину Святую, Соборную и Апостольскую Церковь. Исповедую едино крещение во оставление грехов. Чаю воскресения мертвых, и жизни будущаго века. Аминь.

# 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.