

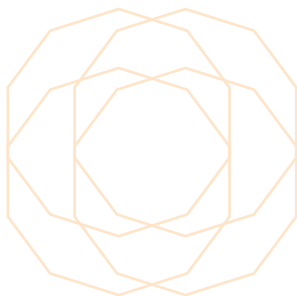


Karen Frazierová

Kryštály pre začiatočníkov

Ako využívať liečivú
silu kryštálov

TATRAN



KRYŠTÁLY *pre* ZAČIATOČNÍKOV



Kryštály

pre začiatocníkov

Ako využívať liečivú
silu kryštálov

Karen Frazierová

TATRAN

Z anglického originálu Karen Frazier: Crystals for beginners,
ktorý vyšiel vo vydavateľstve Althea Press, an imprint Callisto Media, Inc.,
New York 2017,
preložila Zorka Ličková.

Vyšlo vo Vydavateľstve TATRAN, Bratislava 2022 ako 5335. publikácia.
Vydanie I.

Väzbu podľa pôvodného návrhu spracoval Oto Dóra – DESIGN, Bratislava.

Zodpovedná redaktorka Zora Sadloňová

Jazykové redaktorky Katarína Vilhanová

Technická redaktorka Eva Zdražilová

Sadzba Oto Dóra – DESIGN

Vytlačil FINIDR, s.r.o., Český Těšín.

www.slovtatran.sk

:: knihy pre **hodnotnejší** život

All rights reserved.

Copyright © 2017 by Karen Frazier

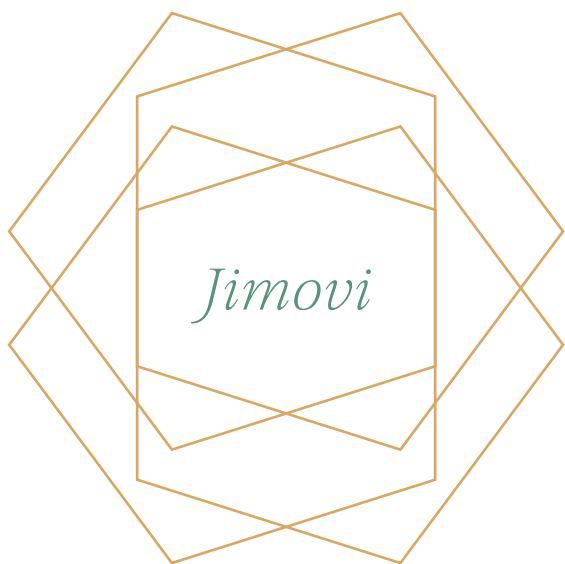
Photography © Lucia Loiso

Illustrations © Megan Dailey

Translation © Zorka Ličková 2022

Slovak edition © Vydavateľstvo TATRAN 2022

ISBN 978-80-222-1338-7



OBSAH

Úvod 11

1. ČASŤ Úvod do kryštálov a liečenia kryštálmi

1. KAPITOLA Sila kryštálov 16

2. KAPITOLA Zakladáme si zbierku kryštálov 28

3. KAPITOLA Využitie kryštálov na liečenie 42

4. KAPITOLA Ako maximalizovať pôsobenie kryštálov 52

2. ČASŤ Prehlbte si znalosti o kryštáloch

5. KAPITOLA Desať kryštálov pre každého 64

Ametyst 66

Karneol 76

Citrín 68

Krištál 78

Čierny turmalín 70

Ruženín 80

Fluorit 72

Tyrkys 82

Hematit 74

Záhneda 84



6. KAPITOLA Štyridsať pozoruhodných kryštálov 86

Achát 88	Jantár 102	Peridot 115
Akvamarín 89	Jaspis 103	Rodochrozit 116
Amazonit 90	Kalcit 104	Rubín 117
Ametrín 91	Kyanit 105	Selenit 118
Apačské slzy 92	Labradorit 106	Smaragd 119
Apatit 93	Larimar 107	Sodalit 120
Avanturín 94	Lazurit 108	Tanzanit 121
Danburit 95	Lodestone, odroda magnetitua 109	Tigrie oko 122
Epidot 96	Malachit 110	Topás 123
Fuchsit 97	Mesiačik 111	Turmalín 124
Granát 98	Obsidián 112	Vltavín 125
Howlit 99	Ónyx 113	Zafír 126
Chalcedón 100	Opál 114	Zirkón 127
Jadeit 101		

3. ČASŤ Zlepšite si život pomocou kryštálov

7. KAPITOLA Recepty s použitím kryštálov 130

Dôvera 132	Odvaha 150	Úzkosť 168
Hnev 134	Prosperita 152	Vďačnosť 170
Hranice 136	Rovnováha 154	Vnútny mier 172
Láska 138	Rozhodnosť 156	Zármutoč 174
Ľútosť 140	Sebadôvera 158	Závislosti 176
Motivácia 142	Stres 160	Závisť 178
Negatívnosť 144	Súcit 162	Zneužívanie 180
Odmietnutie 146	Šťastie 164	
Odpustenie 148	Trpezlivosť 166	

Určovanie kryštálov: Farebný sprievodca kryštálmi 183

Slovníček 192 Odkazy na pramene 194

Použitá literatúra 196 Register 198

Ďalšie poďakovanie 203



ÚVOD

Žijeme v modernom svete, ktorý kladie obrovské nároky na telo, myseľ a ducha. Prakticky všetko, čo robíme v každodennom živote – od stravovania až po politiku, pracovný život a ďalšie aktivity –, nás môže rozladiť a narušiť našu rovnováhu, ktorú tak veľmi potrebujeme na to, aby sme sa cítili čo najlepšie.

Pred niekoľkými rokmi som mala mimoriadne náročnú prácu v spoločnosti, ktorá sa zjavne neveľmi starala o svojich zamestnancov. Cestovaním do práce som strávila celé hodiny. Mala som veľmi aktívneho syna a manžela, ktorý bol ešte viac pracovne vyťažенý ako ja. Obetovala som na oltár nášho nadmieru hektického života všetko, o čom som vedela, že by som „mala“ robiť: zdravo sa stravovať, pravidelne sa venovať fyzickej aktivite a užívať si kratochvíle, ktoré mi dovoľovali spomaliť a nachádzať rovnováhu.

Môj nepretržitý stres a zaneprázdnenosť sa nepriaznivo podpísali pod môj život. Mala som podlomené zdravie a chronické bolesti. Môjmu vzťahu s manželom chýbala niekdajšia citová blízkosť. Bola som nešťastná. Cítila som, ako som pracovne aj osobne uviazla v takejto hyperaktívnej a bezútešnej existencii.

Raz v sobotu som mala celkom netradične voľný čas a vôbec nič na práci. Rozhodla som sa vyraziť na potulky. Ocitol som sa v obrovskom obchode s kryštálmi a korálikmi asi tridsať minút autom na sever od nášho bydliska. Nejak ma to pritiahlo do oddelenia s drahými kameňmi, v ktorom som si kúpila niekoľko korálikov z viacerých druhov drahých kameňov a všetko potrebné na výrobu šperkov, o čo som sa ešte nikdy predtým nepokúsila.

Neskôr v ten istý deň, keď som sedela za stolom a navliekala kryštálové koráliky na šnúрку, z ničoho nič sa vo mne rozhostil hlboký, nebývalý pokoj. Moja myseľ, zvyčajne nadmieru rozptýlená a aktívna, bola odrazu skoncentrovaná a zacielená na jednu jediná vec. Spojila som sa s tými časťami seba samej, na ktoré som už takmer zabudla. Zaregistrovala som prebúdajúcu sa radosť. Práca s korálikmi z drahokamov vo mne vzbudila meditatívny, priam blažený stav, aký som už dlho nezažila. Bola som totálne unesená.

Hoci som mala záujem o kryštály, svoje hlboké zážitky s ozdravným pôsobením kryštálov, keď som bola tridsiatnička, som už dávno vytesnila. Nepoužívala som ich celé roky. Práca s polodrahokamami v onú sobotu mi pripomenula moje predošlé pozitívne skúsenosti s kryštálmi a nasmerovala ma na novú životnú dráhu.

Odvtedy zbieram kryštály a pracujem s nimi. Mám ich všade v dome a používam ich pri vlastnom liečení a aj pri práci so záujemcami, ktorí za mnou prídu na energetické liečenie. Stali sa takou významnou súčasťou môjho života, že som sa podelila o svoje skúsenosti s nimi a vedomosti o nich vo svojej knihe *Crystals for Healing* (Liečivé kryštály). Táto kniha je síce komplexným sprievodcom kryštálmi, ale v posledných rokoch som si začala uvedomovať, že ľudia, ktorí iba začínajú pracovať s kryštálmi, potrebujú praktického sprievodcu na uvedenie do problematiky. A to je aj hlavný dôvod pre napísanie tejto knihy. Má vám poskytnúť základné informácie a úvod do praktických aplikácií a tým vám dať možnosť precítiť na vlastnej koži výrazné zmeny, ktoré tieto nádherné zemské nerasty sprostredkujú.



1.
ČASŤ

*Úvod
do kryštálov
a liečenia
kryštálmi*



1.

KAPITOLA

SILA KRYŠTÁLOV

Stáročia si rôzne civilizácie cenili na kryštáloch, ktoré považovali za drahokamy a polodrahokamy, ich krásu, a na ostatných kryštáloch zasa ich jedinečné vibrácie a energie napomáhajúce uzdraveniu tela, mysle a ducha. Staroveké spoločnosti vrátane dávnej Mezopotámie, Starého Egypta, Číny a helénskeho sveta využívali kryštály pre ich liečivé vlastnosti. Táto prax pokračovala veľmi dlho, i keď trochu ustala v renesancii, keď ľudia uverili, že liečivé vlastnosti kryštálov pochádzajú od dobrých či zlých anjelov.

Kryštály sa znovu začali využívať na liečenie asi pred štyridsiatimi rokmi a ich popularita ako prostriedku energetického liečenia ďalej rastie. V modernom veku vedy je však niekedy ťažké pochopiť, ako môže nejaký nerast privodiť uzdravenie. Odpoveď spočíva vo vibračných energiách kryštálov a v tom, ako ovplyvňujú energetické polia okolo seba vrátane ľudského energetického poľa.

Čo sú to kryštály?

Kryštály sú prírodné telesá nachádzajúce sa v zemi. Pravý kryštál je usporiadaným zoskupením základných stavebných jednotiek tvoriacich jedinečnú mriežkovú štruktúru, ktorá sa nazýva kryštálová sústava. Pri liečivých kryštáloch rozoznávame šesť rôznych druhov usporiadania do mriežky (pozri na ďalšej strane). Existuje aj kategória kameňov označovaných ako „amorfné“ kryštály, hoci vzhľadom na to, že nemajú vnútornú kryštalickú štruktúru, nejde o kryštály v pravom zmysle slova. Patrí sem napríklad jantár, obsidián, opál a vltavín (tektit). Každý z nich sa vyznačuje osobitnými vlastnosťami.

ZAFARBENIE KRYŠTÁLOV

Farba kryštálu nesporne ovplyvní jeho príťažlivosť pre konkrétneho človeka. Farba však zohráva úlohu aj pri energetickom a liečivom pôsobení kryštálov. Aj keď mechanizmus farebného pôsobenia kryštálov rozoberieme podrobnejšie ďalej, predsa však stojí za to spomenúť na tomto mieste zopár základných skutočností o farebnosti kryštálov. Zafarbenie kryštálu je výsledkom súhry troch činiteľov:

- ♦ spôsobu, akým kryštál pohlcuje svetlo,
- ♦ minerálového a chemického zloženia kryštálu,
- ♦ nečistôt obsiahnutých v kryštáli.

Minerály a nečistoty ovplyvnia, ktoré vlnové dĺžky svetelného spektra bude kryštál pohlcovať a ako sa bude vo výsledku farebne javiť. Napríklad, ak kryštál pohlcuje svetlo všetkých vlnových dĺžok, javí sa navonok ako číry. Okrem toho rôzne nečistoty a zložkové chemické látky vplývajú na svetlo rôznym spôsobom.

Vzory kryštálových mriežok



Poznáme šesť typov mriežok, ktoré sa objavujú v liečivých kryštáloch:

HEXAGONÁLNE kryštály majú vnútornú štruktúru pripomínajúcu trojrozmerný hexagón, čiže šesťuholník. Hexagonálne kryštály napomáhajú prejavu na hmotnej rovine.

IZOMETRICKÉ kryštály majú vnútornú kockovú štruktúru. Tieto kryštály pomáhajú zlepšiť situáciu a násobia energie.

MONOKLINICKÉ, čiže jednoklonné kryštály sú súmerné podľa jednej roviny súmernosti. Sú to ochranné kryštály.

ORTOROMBICKÉ kryštály sa radia do kosoštvorcovej sústavy a ich kryštalická mriežka tvarom pripomína diamant. Čistia, spriechodňujú a odstraňujú bloky.

TETRAGONÁLNE kryštály majú štvoruholníkovú vnútornú štruktúru. Tieto kryštály priťahujú a dodávajú veciam na príťažlivosti.

TRIKLINICKÉ, čiže trojklonné kryštály sú súmerné len podľa stredú súmernosti, Odpudzujú nechcené energie a pomáhajú uchovať žiaduce energie.

KRYŠTÁLY, DRAHÉ KAMENE, MINERÁLY ČI HORNINY?

Mohlo by sa zdať, že výrazy *kryštál*, *drahý kameň*, minerál a hornina sa používajú ako zameniteľné synonymá, čo býva pri laických diskusiách o kryštáloch dosť bežné. Vlastne niektoré nerasty, ktoré ani nie sú kryštálmi, napríklad jantár (čo je skamenená živica ihličnatých stromov), sa tiež označujú ako kryštály či drahé kamene. Ak vás však zaujímajú rozdiely medzi týmito termínmi z odborného hľadiska, uvádzam ich stručné vysvetlenie:

KRYŠTÁL: Minerál s kryštalickou vnútornou štruktúrou. Achát je kryštál s hexagonálnou štruktúrou a zároveň aj minerál a hornina.

DRAHÝ KAMEŇ: Brúsený či leštený kryštál, minerál alebo hornina. Vybrúsený diamant (čo je minerál, kryštál a aj hornina) je zároveň drahokam, čiže v širšom význame drahý kameň. Jantár a perly sú organické substancie pokladané za drahé kamene, no nie sú to kryštály, minerály ani horniny.

MINERÁL: Prírodnina so špecifickým chemickým zložením a vysoko usporiadanou štruktúrou, ktorá môže, no nemusí byť kryštalická. Opál je minerál bez kryštalickej štruktúry a zároveň aj drahý kameň a hornina, no nie pravý kryštál.

HORNINA: Zhluk či agregát minerálov. Mramor, ktorý pozostáva z mnohorakých minerálov, je metamorfovaná hornina – čiže hornina, ktorá bola v priebehu času vystavená pôsobeniu vysokých teplôt a tlakov.

Sú kryštály prírodným či umelým výtvorom?

Rastúca popularita kryštálov a drahých kameňov podnietila vznik priemyslu laboratórne vyrobených (syntetických) drahých kameňov. Typicky sa využívajú pri výrobe bižutérie a nezriedka majú výnimočnú veľkosť, zafarbenie a čistotu. Klenoty z nich nebývajú také drahé ako šperky z prirodzene sformovaných kryštálov.

Prírodné kryštály vznikajú hlboko v zemi stovky, tisícky, ba až milióny rokov. Mnohí ľudia preto veria, že majú ničím nezmenené, prirodzene