

K R I S T A L I



KRISTALI

SODOBNI VODNIK
ZDRAVLJENJA S KRISTALI

YULIA VAN DOREN | GOLDIROCKS

FOTOGRAFIJE ERIKA RAXWORTHY

Hiša knjig



VSEBINA

6

Uvod

MAGIČNA MOČ KRISTALOV

08 **Narejeni ste iz zvezdnega prahu**

10 **Minerali, kristali, kamnine in še kaj**

13 **Delovanje kristalov**

16 **Opremite se s kristali**

18 **Nega in hrana kristalov**

24 **Magija za vsak dan**

31 **Kristali in čakre**

36 **Ključni kamni**

38

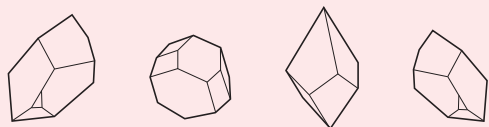
KRISTALI

O avtorici 141

Zahvale 142

Kazalo kristalov 143

Pozdravljen, ustvarjalec magije!



Ta knjiga je za vas ne glede na to, ali so vas kristali že zdavnaj očarali in se od svojih najljubših kamnov nikoli ne ločite ali pa ste novopečeni radovednež, ki ga zanimajo kristali, in se sprašujete, čemu tak cirkus okoli njih. V vsakem primeru – dobrodošli. Zelo sem vesela, da ste našli pot do tega vodnika.

Kristali vam življenje lahko zapolnijo s svojo sijočo in lesketajočo se magijo, kakršne ne najdemo nikjer drugje. Nastali iz starodavnih hrumenj in grmenj naše prelepe Zemlje ter dobesedno zasejani ob stvarjenju sveta, za kar je poskrbel zvezdni prah, so kristali in minerali magije polni pripomočki, ki jih zlahka vključite v svoj vsakdan. Moč kristalov lahko izkusi vsak, zlasti ker za to ne potrebujete posebnega znanja ali šolanja niti vam za njihov nakup ni treba zapraviti bajnih vsot denarja. Za začetek je dovolj že občutek radovednosti, otroškega čudenja in odprtosti do vsega, kar ponujajo te čudovite in mogočne stvaritve narave.

Vodnik je razdeljen na dva dela. **Magična moč kristalov** zajema vse informacije in pripomočke, ki jih potrebujete za skok v vaše kristalne dogodivščine, drugi del, naslovljen **Kristali**, pa podrobno opisuje 50 kristalov, za katere verjamem, da s svojo magičnostjo najbolje obvladujejo izzive današnjega časa, in so namenoma izbrani tako, da so dostopni in hkrati prijazni do vaše denarnice.

Če je knjiga našla pot do vas, bodo kristali poskrbeli, da boste odkrili in občutili njihovo čarobno moč tudi na svoji koži. Zaupajte svoji intuiciji, zaupajte v moč magije, predvsem pa bodite odprtega srca in duha do darov, ki vam jih bodo kristali nedvomno prinesli v življenje.

*»Naj bo tvoje življenje polno magije.«
Yulia/Goldirocks*

Narejeni ste iz zvezdnega prahu

»... mi smo zvezdni prah, milijarde let star ogljik, mi smo zlati ...«

— Joni Mitchell, *Woodstock*

Vse, kar je v tem trenutku v vas in vaši okolici, je nastalo iz zvezdnega prahu. Ker so ga ustvarili davni kozmični dogodki nepredstavljenih moči in razsežnosti, zvezdni prah prepaja naš celotni svet in vse, kar je živega na planetu Zemlja. In iz česa je zvezdni prah? V resnici je sestavljen iz nešteto različnih mineralov.

Kot je nekdaj (skoraj) prepevala Madonna, resnično 'živimo v mineralnem svetu'. Kristali in minerali so vsepovsod: v zemlji pod našimi nogami se pojavljajo v toliko različnih vrstah in količinah, ki si jih ne moremo niti predstavljati. Nad nami se lesketajo skupki mineralov, ki jim pravimo zvezde. Iz mineralov in kristalov so zgrajene celo naše stavbe (jeklo = železovi minerali, steklo = staljeni kristali). Tudi naši avtomobili, računalniki in telefoni delujejo samo zato, ker jih dobesedno napajajo številni minerali in kristali. Kristali niso zgolj novodobni, za lase privlečen koncept, temveč so resnično pomemben del sodobne tehnološke dobe.

Kristali imajo posebno mesto tudi v naši kolektivni zavesti. Nad bleščečo se magičnostjo

dragih kamnov, ki nam jih podarja mati Zemlja, se navdušuje čedalje več ljudi, ki raziskujejo, na kakšne načine bi jih lahko uporabljali tudi v svojem vsakdanu, torej ne zgolj v industrijske namene. Čeprav sodobna tehnologija že izkorišča določene znanstveno dokazane 'moči' kristalov, kakršna je na primer piezoelektrični učinek (tj. sposobnost spreminjanja pritiska v električni tok), obstaja tudi skupnost navdušencev nad kristali, ki odkrivajo njihove nove moči – tiste, za katere menimo, da jih sodobna znanost preprosto še ni povsem prepoznala.

Stare legende, povezane s kristali in minerali, so skozi zgodovino prežemale celotno človeško družbo, v sodobnem času pa lahko rečemo, da doživljajo preporod. In ker delo s kristali od vsakega posameznika zahteva, da se poveže s svojo intuicijo, če želi najti lastne vpogleda in izkusiti njihovo zdravilno moč, to bleščečo zgodbo pišemo vsi in tako naprej prenašamo zapuščino kristalov kot povezana skupnost raziskovalcev kristalov. **Kaj boste odkrili?**



Minerali, kristali, kamnine in še kaj

krystallos: starogrška beseda, ki pomeni 'kristalizirana svetloba'

Na našem čudovitem planetu lahko najdemo več kot 5000 različnih vrst mineralov, s tem da je vsako leto odkritih na stotine novih – mnogi verjamejo, da se novi minerali pojavijo takrat, ko svet potrebuje njihove posebne energije.

Čeprav sama ne uporabljam vedno pravih izrazov, kadar govorim o mineralih/kristalih/kamnih/dragih kamnih, in jih pogosto tudi zamenjujem, si vseeno vzemimo trenutek in si oglejmo, v čem se razlikujejo med seboj.

MINERALI so po navadi iz **ene same kemijske sestavine**; če je teh več, govorimo o kamninah (gl. desno). Lastnosti minerala so: 1. pojavi se naravno; 2. je trden; 3. je anorganski (tj. ne vsebuje okamnelih delcev starodavnih rastlin in živali); 4. ima kristalno strukturo; vsi minerali kljub temu nimajo tako velikih kristalov, da bi jih lahko videli s prostim očesom. To pomeni, da so vsi kristali minerali, niso pa vsi minerali tudi kristali. Primeri mineralov, ki nimajo vidne kristalne strukture:

malahit, hematit, karneol

KRISTALI so po navadi minerali z **vidno kristalizirano obliko**. To pomeni, da imajo fasetno, simetrično (tj. kockasto) ali asimetrično (tj. romboedrsko) tridimenzionalno geometrično obliko. Čeprav jih zaznamuje osupljiva raznovrstnost, kristale glede na geometrično obliko delimo le na šest kategorij oziroma 'kristalnih sistemov', na podlagi katerih jih prepoznamo precej lažje, kot se zdi na prvi pogled. Primeri kristalov:

kamena strela, pirit, fluorit

KAMNINE največkrat nastanejo iz zrnč **številnih mineralov**, spojenih skupaj v trdno maso. Za razliko od mineralov kamnine lahko vsebujejo tudi organske snovi (šungit je na primer kamnina, ki je nastala iz starodavnega rastlinja). Primeri kamnin:

žad, obsidian, lapis lazuli

DRAGI KAMNI so minerali ali kamnine, ki imajo dovolj **trdno strukturo**, da se jih lahko obdeluje in brusi za nakit. Od več kot 5000 mineralov in kamnin jih v drage kamne lahko oblikujejo le kakšnih 200. Primeri dragih kamnov:

mesečev kamen, labradorit, turkiz

Poimenovanje **KAMNI** je pogovorni izraz, ki se v svetu mineralov pogosto nanaša na manjše primerke, katerih grobi robovi so bili mehansko zbrušeni. Pravimo jim tudi **ročni** ali **žepni** kamni.

BRUŠENI ALI SUROVI

Podobno prepričanju, da je uživanje hranilnih snovi, dobljenih iz prave hrane, učinkovitejše kot vitaminske tablete, tudi mnogi ljubitelji kristalov menijo, da je v kristalu, ki ostane v svoji 'surovi' obliki – v taki, kakršni ga je ustvarila mati Zemlja – nekaj edinstveno prvinskega in mogočnega. Pa vendar, poznamo precej mineralov, ki razkrijejo svoj skriti blišč šele, ko so enkrat brušeni: čudovite plasti mavričnega fluorita so na primer živahnejših barv kot 'sijaj' surovega labradorita ali mesečevega kamna. Brušeni kristali so poleg tega tudi primernejši za polaganje na telo (pri zdravljenju s kristali) in priročnejši, kadar se odpravimo od doma – zlahka jih spravimo v tiste male kotičke, ki so nam tako všeč (torbice, žepe, nedrčke itn.). Le zapomnite si, da brušenje včasih lahko 'zamrzne' pretok energije kristala. Če se vam torej zdi, da kristal v brušeni obliki nekako ne živi, za primerjavo skušajte dobiti v roke surovi primerek – razlika v energiji vas lahko močno presenet!

OPOMBA GLEDE RUDARJENJA

Rudarstvo je zapletena tema, polna nepopolnih resnic, a izredno pomembna zlasti za zbiratelje kristalov. Preprosto povedano: številni primerki mineralov, ki jih tako občudujemo, so stranski proizvod industrijskega rudarjenja, ohranjeni zgolj zato, ker zbiratelji njihovi celoviti obliki pripisujejo velik pomen. Rudo večinoma pridobivajo za potrebe industrije, kar pomeni, da se enkrat izkopani minerali predelajo za najrazličnejše industrijske namene: minerale na osnovi železa, kakršen je hematit, talijo za proizvodnjo jekla; z litijem bogati minerali, kakršen je lepidolit, se uporabljajo za izdelavo akumulatorjev in farmacevtskih izdelkov; različne mineralne pigmente in glino dodajajo naravni kozmetiki; ekološki kmetje gnojijo z aragonitom in žveplom ... v sodobnem življenju praktično ni področja, kjer ne bi uporabljali mineralov. Precej kristalov, odkritih v zadnjem času, je nastalo še pred prihodom naših prvih prednikov, zato moramo zdaj, ko so jih začeli izkopavati, z njimi ravnati previdno, da bodo ostali lepi in celoviti tudi v prihodnje. Svoje kamne zato čuvajte kot zaklad; na vsem svetu ne boste našli dveh enakih!

DELOVANJE KRISTALOV: vibracija + barva + talisman

Vedno svetleči se kristali nedvomno sodijo med najosupljivejše stvaritve naše narave. Čeprav smo jih dolga leta občudovali izključno kot dekoracijo, je njihova moč veliko večja, kot se zdi na prvi pogled. Tudi če jih kupimo zgolj zaradi njihove lepe zunanosti, si kristali ne morejo kaj, da ne bi uravnavali vibracije ljudi v svoji bližini in prostora, v katerem se nahajajo. Med drugim nas zdravijo s pomočjo barv in kot talismani vplivajo na najrazličnejša življenjska področja tistih, ki jih uporabljajo.

1. VIBRACIJA Kot je skrivnostno dejal izumitelj Nikola Tesla: **»Če želite spoznati skrivnosti vesolja, razmišljajte o energiji, frekvenci in vibraciji.«** Po taktih magnetnih impulzov in vibracij pleše čisto vsaka stvar v našem življenju; od znanstvenikov smo izvedeli, da je vsak atom v vesolju v nenehnem gibanju, metafiziki pa učijo, da vsak predmet obdaja vibracijsko polje lastne energije, torej avra. Kristali so edinstveni zato, ker njihovi atomi sledijo vzorcu, ki je najbolj simetričen od vseh vzorcev v naravi, s čimer

ustvarjajo tako imenovano kristalno mrežo.

Prav ta popolna simetričnost atomov je razlog, zaradi katerega so kristali tako mogočni nosilci in prevodniki energij ter vibracij. Ljudje imamo precej bolj 'kaotično' atomsko strukturo; naši atomi in avre se uskladijo šele ob interakciji z edinstveno simetrijo kristalov.

2. BARVA Barve so za izboljšanje zdravlja in počutja začeli uporabljati že dolgo nazaj, prav **živahne barve kristalov pa so eden najučinkovitejših vidikov njihovega zdravilnega delovanja.** Znanstveniki so dokazali, da barve, ki nas obdajajo, močno vplivajo na nas tako v fizičnem kot čustvenem smislu (pomislite, kako se počutite v živo rdeči ali pastelno modri sobi), na metafizični ravni pa določene barve uravnovesijo delovanje naših čakr. Kristali nam nudijo enega najlažjih načinov za popestritev naših domov in delovnih okolij; s svojimi poživljajočimi in bleščečimi otenki bodo zagotovo pozitivno vplivali na vaše razpoloženje in raven energije.

3. TALISMAN Beseda je izpeljana iz starogrškega glagola 'telein', ki pomeni 'uvesti v skrivnosti', in največkrat označuje predmet, za katerega se verjame, da ima čarobno ali čudežno moč. Dandanes so najbolj priljubljeni talismani za srečo. Ko se odločite za kristal, ki bo imel v vašem življenju točno določen namen ali cilj – roževec za ljubezen ali na primer pirit za večjo samozavest – bo **vaša določena namera spremenila kristal v vaš osebni, magije poln talisman**. Kristali delujejo kot mogočni prijatelji, na katere se vedno lahko zanesete. S svojo prisotnostjo vplivajo tako na vašo zavest kot podzavest, kadar ste v njihovi bližini, ter vas na ta način neutrudno opominjajo, da ne pozabite na osebo, kakršna si želite biti, na energijo, ki jo želite izžarevati, in na življenje, v katero ste pripravljeni stopiti.

CELOSTNO ZDRAVLJENJE Učinki kristalov, prav tako kot učinki drugih oblik celostnega zdravljenja, se kažejo zelo 'subtilno'. Za boljše razumevanje zdravljenja, ki se kaže na subtilnih ravneh, si predstavljajte razliko med zaužitjem

kozarca vina in vitaminske kapsule. Že po nekaj požirkih vina se nedvomno počutite drugače; ta učinek sicer hitro mine in (k sreči) ni dolgotrajen. Ko pa zaužijete vitaminsko kapsulo, se ne počutite nič drugače in se lahko celo začnete spraševati, ali je jemanje vitaminov sploh učinkovito. Toda če boste jemali vitamine vsak dan, boste nekega dne nenadoma rekli: »Vau, počutim se precej bolje! Tista težava, ki mi je grenila življenje, je izginila, zadnje čase sploh nisem več razmišljal o njej!« **Čeprav tega skoraj niste opazili, so se zadeve v vas subtilno – a nedvomno – spremenile.** Tudi kristali na nas pogosto vplivajo subtilno, pa vendar pomenljivo in dolgoročno. No, sama sem pri zdravljenju s kristali doživela vrsto osupljivih, spontanih in nerazložljivih trenutkov ter naključij, zato vam glede celostnega zdravljenja lahko svetujem zgolj slednje: **z umom in srcem bodite odprti za brezmejne možnosti in presenečeni boste, kaj se bo manifestiralo tako v vaši okolici kot v vas samih.**

»Predvsem pa z iskrivimi očmi opazujte vse okoli sebe, saj so največje skrivnosti vedno skrite tam, kjer jih najmanj pričakujemo. Tisti, ki ne verjamejo v magijo, je nikoli ne bodo našli.«

— Roald Dahl, *The Minpins*



OPREMITSE S KRISTALI: zbiranje kristalov

Dandanes smo priča pravemu razcvetu kristalov, saj jih prodajajo skorajda povsod (kar pomeni, da se kristalom še nikoli ni bilo težje upreti – ne recite, da vas nisem opozorila!).

KUPOVANJE KRISTALOV

Poleg specializiranih prodajalnih ponujajo najboljši izbor kristalov za osebni nakup zlasti trgovine z ezoteričnimi izdelki. Zanimivo je obiskati tudi lokalne razstave mineralov, kjer se tare prijaznih lovcev na kamne in ne zmanjka priložnosti za dobre kupčije. Kristale seveda lahko kupite tudi na spletu. Pestro izbiro med drugim ponujajo Instagram, Etsy, eBay in razne butične spletne trgovine. Sama sem prek spleta kupila nemalo čudovitih kristalov, s katerimi sem obogatila svojo zbirko, zato vam za tovrstno nakupovanje lahko priporočam naslednje: 1. kupujte izključno pri prodajalcih, ki sprejemajo vračila; 2. bodite pozorni na velikost (milimetri in centimetri sta dve povsem različni stvari!); 3. naročajte pri podjetju, ki vam

energijsko ustreza, saj je kristal v tistem vibracijskem okolju preživel kar nekaj časa.

IZBIRANJE KRISTALOV

Če ste se vsaj malo posvetili raziskovanju sveta kristalov, ste zagotovo opazili, da vodniki enakemu kristalu pogosto pripisujejo različne – včasih celo nasprotujoče si – metafizične lastnosti in področja uporabe. Vas bega, kateremu opisu zaupati? Uporabite čarobno moč svoje intuicije: če vas določen opis pritegne bolj kot drugi, se odločite za tistega, s katerim ste najbolj uglašeni. **Vsak kristal ima številne in večplastne energije in prav vsak prinaša mnogo darov.**

Opis, ki vas v nekem trenutku najbolj privlači, je tisti, ki vam je namenjen. To pomeni, da mora biti nakup osebnega kristala preprost in intuitiven.

Kristal, ki vam prvi pade v oči – ali prvi, ki ga vzamete v roke – je zelo pogosto tisti, ki bo za vas najbolj magičen. O nakupu ne razmišljajte preveč. Če pri odločanju potrebujete pomoč, preprosto zaprite oči, pridržite kristal k srcu ali tretjemu očesu (med obrvmi) in dihaite. Po nekaj vdihih boste imeli jasnejšo predstavo o tem, ali je kristalu namenjeno oditi z vami domov. Krasen način za povečanje vaše zbirke je tudi ta, da ste pozorni, katere fotografije in/ali ključne besede vam padejo v oči med listanjem te knjige; če vas intuicija pocuka za rokav, poskusite dobiti v roke pravi primerek in preverite, ali vam energijsko ustreza.

NI VAM TREBA ZAPRAVITI CELEGA BOGASTVA

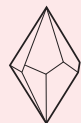
Določeni kristali, ki so mi najbolj pri srcu, so najmanj vpadljivi na pogled. Imajo različne odrgnine in praske, so odlomljeni in nečisti, tako da na lepotnem tekmovanju zagotovo ne bi prišli daleč. Niso bili pretirano dragi, a ko sem jih zagledala, so se mi zdeli enostavno pravi. **V preprosti zunanosti se pogosto skriva mogočna magična moč.**

Naj ponovim še enkrat: pri izbiri kristalov vedno zaupajte svoji intuiciji, četudi vam oči govorijo drugače.

KAMNI IZ DOMAČEGA KRAJA

Ne spreglejte preprostih kamnov, ki živijo pod vašimi nogami, saj vsebujejo zemeljske energije kraja, v katerem prebivate. Te energije so neprecenljive zato, ker vam omogočajo, da ste v danem trenutku in kraju zavestno prisotni (kar je zelo pomembno za duševni mir in stabilnost!). Kamni iz krajev, ki vam veliko pomenijo – vaš rojstni kraj, dom vaše družine, mesto, kamor ste radi hodili na počitnice – so dragoceni nosilci energij, pomembnih za vašo osebno zgodbo, zato jih je zelo priporočljivo dodati v zbirko, če so spomini, ki jih zrcalijo, pozitivni in prizemljujoči.





NEGA KRISTALOV čiščenje + polnjenje + programiranje

Čiščenje in polnjenje vaših kristalov – zlasti ko jih prvič prinesete domov – sta dve od ključnih opravil vsakega lastnika kristalov. Za močno povezanost in pretočnost energije med vami in kristali je dobro tudi to, da kristalom redno izkazujete ljubezen in pozornost. To ustvarja mogočno vez in odpira prostor za manifestacijo tistega, kar si resnično želite.

ENERGIJA NI NIČ DRUGEGA KOT ENERGIJA

Sveta kristalov se pogosto drži prepričanje, da se kristali zlahka navzamejo 'slabih' ali 'negativnih' energij in da se vaših osebnih kristalov ne bi smel dotikati nihče, saj bi neprijetne vibracije vaših prijateljev kristale lahko 'okužile'. Toda **energija je zgolj energija, ni ne dobra ne slaba**. Ljudje smo tisti (taki smo pač po naravi), ki energiji želimo pripisati neko lastnost, ampak tisto, kar je za nekoga 'dobro', je za drugega v resnici lahko 'slabo' – gre za stvar osebnega dojetja. Razmišljanje, da je treba kristale nenehno čistiti in 'ščiliti', ne povzroča zgolj tega, da se preveč osredotočate na negativnost (kamor pa svoje pozornosti zagotovo nočete usmerjati), ampak tudi podcenjujete prirojeno moč in inteligenco kristalov samih. Verjemite, da so vaši kristali zelo inteligentni in znajo sami poskrbeti za to, da njihove vibracije ostajajo čiste in visoke! Če pa

kristale polagate na telo – zlasti za zdravljenje žalosti in bolezni –, potem jih je dejansko treba očistiti ter napolniti, in pri tem vas bo vodila intuicija. Kristale zasujte s toliko pozornosti in skrbnosti, kot si želite – vseč jim bo! Le zapomnite si, da mora biti vaš namen pri tem vedno usmerjen pozitivno in ne preprečevalno.

VZDRŽEVANJE

Kopeli v mesečini (gl. stran 21), zlasti ob polni luni ali mlaju, učinkovito napolnijo vse kristale in so pogosto tudi vse, kar kristal potrebuje, da ostane v celoti napolnjen in aktiviran. Redno tudi preverjajte, da se na vaših kristalih ne nabira prah, saj ta zmanjšuje elektrostatični naboj, ki je za delovanje kristalov ključnega pomena. Prah preprosto odstranite s hitrim izpiranjem pod vodo ali z majhno ščetko (zelo dobro se obnesejo tudi čopiči za ličenje).

PROGRAMIRANJE KRISTALOV pomeni, da kristalu v mislih predamo točno določeno namero (cilj, energijo, občutke), ki jo želimo manifestirati.

Kristal držite v obeh rokah in si predstavljajte, da ga obdaja bleščeča zlata svetloba. Na glas mu izgovorite svojo namero: **»Kristal programiram za (celjenje srčnih ran/zaščito na potovanju/večjo moč pri poseganju po zdravi hrani). V najvišje dobro vseh vpletenih, z ljubeznijo in svetlobo.«**

Zapomnite si le, da kristal lahko programirate samo, če vas je v to vodila intuicija. V nasprotnem primeru zaupajte kristalu – njegova magična moč se že zdaj brežhibno odziva na vse vaše potrebe!



Postopek čiščenja in polnjenja kristalov naj bo tako preprost ali zapleten, kot vam narekuje intuicija. Meni osebno najbolj ustreza bolj ali manj preprost obred: moji novi kristali so po navadi deležni hitrega čiščenja z vodo in/ali z dihom ter postavljanja namere. Za dan ali dva jih postavim na notranjo okensko polico, da se naužijejo sončne in lunine svetlobe, in to je vse: kristali so osveženi, aktivirani in pripravljeni na magično udejstvovanje. Preprosto, hitro in nadvse učinkovito!

Zabavajte se ob preizkušanju naslednjih obredov čiščenja in polnjenja ter odkrijte, kateri se vam zdijo najboljši tako za vas kot za vaše kristale.

VODA

ZAKAJ: Ker je voda najučinkovitejše naravno sredstvo za energijsko čiščenje kristalov.

OBRED: Kristal nežno splaknite pod tekočo vodo ali ga za kratek čas postavite v skledo vode. Če živite v bližini virov sladke vode (npr. jezera ali reke), je za čiščenje pametno uporabiti naravno vodo iz domačega okolja: napolnite steklenico in jo odnesite domov ali pa kristale vzemite s seboj in jih razvajajte s čiščenjem v naravi (slana voda jih lahko poškoduje, zato se morski vodi raje izogibajte). Z vodo je sicer najlažje odstraniti prah in ostanke prsti, toda vedite, da določeni kristali ob stiku z vodo lahko razpadejo ali začnejo rjaveti, zato se o tem pozanimajte, še preden se lotite čiščenja – če ste v dvomih, vodo preskočite in uporabite drugo metodo. Da vam bo lažje, je pri opisu vsakega kristala jasno navedeno, ali je čiščenje z vodo primerno ali ne.

SONČNA SVETLOBA

ZAKAJ: Ker učinkovito prežene zastale energije, kot izredno močna sila pa spodbuja aktivacijo.

OBRED: Večina novih kristalov vam bo hvaležna, če jim boste privoščili vsaj kratko sončno kopel, ko jih prvič prinesete domov: položite jih na sončno mesto in jih pustite tam vsaj 4 ure. Sama izredno uživam v razporejanju svojih kristalov (še posebej tistih v obliki rastišča) na okenske police, ker se na sončni svetlobi zares lepo lesketajo, vendar ne

pozabite, da mnogo kristalov na soncu sčasoma obledi. Če se odločite razstaviti obarvani kristal na sončnem mestu, se morate sprijazniti z dejstvom, da se bo čez nekaj časa spremenil v svetlejšo, pastelno različico.

MESEČINA

ZAKAJ: Ker zagotavlja nadvse učinkovito polnjenje, primerno za vse kristale.

OBRED: V mesečini se skriva magična moč in kristali nadvse uživajo v tovrstnih kopelih. Za učinkovito polnjenje jih čez noč pustite na mestu, kjer jih bo božala lunina svetloba; najvarnejše bo, če kristale postavite na notranje okenske police ali mize v bližini okna. Veliko mineralov, ki vsebujejo elemente kovin, v nočni rosi lahko začne rjaveti, zato bodite previdni, če jih polnite na prostem. Izredno močna in nadvse napajajoča je zlasti mesečina ob mlaju ali polni luni, zato bodo kopeli ob tem času poskrbele, da bodo vaši kristali žareli še bolj veselo in zdravo!

DIH + NAMERA

ZAKAJ: Ker je dih v kombinaciji z namero najlažji in najhitrejši način čiščenja.

OBRED: Medtem ko držite kristal, vdihnite skozi nos in si predstavljajte, da vam pljuča napolni zlata svetloba. Skozi usta nekoliko močneje izdihujte sapo – kot da bi upihnilli svečke na rojstnodnevni torti –, dokler ne opazite, da na kristalu ni več prahu in/ali čutite, da ste odpihnilli vse energijske pajčevine.

MAGIČNA MOČ KRISTALOV

DIM

ZAKAJ: Ker dim, ki ga oddajajo goreča zelišča, prečiščuje zastale energije.

OBRED: Prižgite snopič svojega najljubšega zelišča ali kadila. Kristal držite nad vijočim se dimom, tako da nekaj trenutkov poplesuje okoli njega z vseh strani. Še večji učinek boste dosegli, če boste kristal sedemkrat obkrožili z dimom. Zelo priljubljeni so žajbljevi snopiči in sveti les, vendar poskrbite, da ju pridobivate trajnostno. Namesto tega lahko uporabite snopiče posušenih rastlin iz domačega kraja (sivka, vrtnica in brin), učinkovite in preproste za uporabo pa so tudi kadilne palčke.

GLASBA

ZAKAJ: Ker vibracijski valovi glasbe uravnavajo energijo vsega, česar se dotaknejo.

OBRED: Pojte, cingljajte, bobnajte ali brenkajte! Kristali obožujejo glasbo, živa glasba pa jih bo še bolj poživila in jih navdala s prav posebnim leskom. Zato jim le zabrenkajte na kitaro, jim prepevajte mantró, cingljajte z zvončki ali igrajte na pojoče posode, kadar se vam ponudi priložnost. Naj vam ne bo nerodno – kristali so najboljše in najbolj nepristransko občinstvo, ki bi si ga lahko želeli!

ZEMLJA

ZAKAJ: Ker prst prizemljuje in polni.

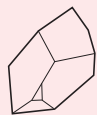
OBRED: Kristal položite na prst v lončku sobne rastline ali pa ga zakopljite na vrtu (luknja naj bo globoka nekaj centimetrov) – zapomnite si le, da morate označiti mesto, kjer ste ga pustili, saj se na ta način v zemljo vrnilo že veliko kristalov! Zunaj ga pustite vsaj eno noč ali tako dolgo, kot se vam zdi primerno. V prst je zlasti dobro zakopati kristale, katerih lastnosti imajo moč prizemljitve (črni turmalin, dimni kremen), in tiste, ki so potovali z vami skozi skenerje na letališčih. Zakopavanje v prst ni priporočljivo za minerale z elementi kovin ali občutljive kristale, saj zaradi vode v zemlji lahko začnejo rjaveti.

SOL

ZAKAJ: Ker je sol odlična za prečiščevanje; vseeno bodite previdni, saj ta veliko kristalov lahko tudi poškoduje.

OBRED: Namakanje v slani vodi ali prekrivanje kristalov s soljo sta dokaj znani metodi čiščenja, čeprav za splošno čiščenje uporabo soli odsvetujem, saj ta kristale lahko poškoduje (zmanjša njihov lesk in oslabi trdnost rastišč). Sol je po drugi strani tudi izredno hitro in učinkovito sredstvo prečiščevanja, če kristale uporabljate za večkratno zdravljenje (zlasti v zdraviliščih ali masažnem studiu) – poskrbela bo, da bodo vaši 'delovni' kristali ostali sveži. V skledo ali na pladenj preprosto stresite himalajsko sol (groba je najboljša, saj manjša zrnca lahko poškodujejo kristale) in nanjo med posameznimi terapijami za vsaj 10 minut položite kristale.





MAGIJA ZA VSAK DAN: polepšajte si življenje s kristali

Ni pomembno, ali so za vas kristali le bleščeči okraski ali pa jih pridno uporabljate kot zdravilne pripomočke – kristali lahko vnesejo magijo v vsak trenutek vašega vsakdana. Namen naslednjih predlogov je spodbuditi vašo lastno domišljijo in intuicijo, zato se pri preizkušanju karseda zabavajte – kristali vas bodo vodili!

KRISTALI + DOM

Vaš dom ni zgolj ogromna škatla, v kateri hranite svoje osebne stvari!

Vsaka soba vas krepi in podpira na svojevrsten način, ne glede na to, ali živite v hiši svojih sanj ali najemniškem stanovanju. Kristali vsak prostor zlahka spremenijo v magični tempelj, zato izkoristite njihovo moč in jih kot okras vključite v svoj dom. Če niste prepričani, kam jih postaviti, jih za začetek preprosto položite tja, kamor bi postavili okrasno svečo ali sobno rastlino. Svetle in iskrive energije v prostorih sama vzdržujem z naslednjimi kamni:

SPALNICA

(za spokojen spanec + mirne sanje) ahat, ametist, črni turmalin, celestin, kalcedon, danburit, halit, lepidolit, mesečev kamen, roževec (za popestritev posteljnih aktivnosti poskusite z oranžnim kremenom, karneolom, granatom, smaragdrom ali aragonitom) **Namig: Za zdravilne učinke in vodstvo kristale postavite na nočno omarico ali pod vzmetnico, selenit pa v omaro, da bo odstranil zastale energije.**

KUHINJA

(za poseganje po zdravi hrani + moč volje) ametist, apatit, heliotrop, karneol, kamena strela, smaragd, pirit, selenit, šungit **Namig: Kristale postavite v hladilnik in kuhinjske omare, da se bo hrana navzela še več zdravilnih vibracij.**

DNEVNA SOBA + JEDILNICA

(za sporazumevanje + sprostitvev)

ametist, apofilit, kalцит, kamena strela, puščavska roža, islandski dvolomec, selenit, dimni kremen, avra kremen, žveplo **Namig: V živahnih dnevnih prostorih imajo ti kristali dvojno vlogo: so prava paša za oči, hkrati pa učinkovito prečistijo prostore.**

KOPALNICA

(za nego telesa in duha + zdravje) ahat, amazonit, kalцит, celestin, kalcedon, hrizokola, heliotrop, smaragd, fluorit, fuksit, jaspis **Namig: Modri in zeleni kristali vam bodo kopalnico pomagali spremeniti v pravi zdravilni tempelj.**

OTROŠKA SOBA

(za spokojnost + angelsko zaščito) ametist, celestin, kalcedon, danburit, smaragd, lepidolit, mesečev kamen, selenit **Namig: Za miren spanec priporočam, da pod otroško posteljo postavite ametist ali lepidolit. Poskrbite, da kristali ne bodo zašli v otroška usta!**

KRISTALI + SLUŽBA

Ne glede na to, ali ste samozaposleni ali uslužbenec v kakšnem podjetju, s kristali na delovnem mestu ne boste udarili mimo, saj bodo spodbudili tako vašo ustvarjalnost kot storilnost. Za začetek je odlična vsakršna kombinacija naslednjih kristalov:

zbranost + storilnost

ahat, citrin, puščavska roža, pirit, mavrični fluorit, selenit

ustvarjalnost + navdih

ametist, ametrin, aragonit, kamena strela, labradorit, pirit, dimni kremen, avra kremen

sporazumevanje

amazonit, apofilit, celestin, hrizokola, kianit, roževec

sreča

ametist, citrin, smaragd, žad, pirit, rutiliran kremen

KRISTALI + POTOVANJE

Ročni kamni so odlična izbira, kadar želite, da vas magija kristalov spremlja tudi takrat, ko se odpravite od doma. Večina ljubiteljev kristalov jih ima vedno pri sebi vsaj nekaj, bodisi v torbica, denarnicah, žepih ali avtomobilih. Ročne kamne lahko spravite kamor koli – v nedrček, za rob nogavic itn.; preprosto sledite intuiciji in izberite mesto, za katero mislite, da vam bo nudilo največ podpore za prihajajoči dan. Pogosta in priročna izbira je tudi kristalni nakit; zapomnite si le, da ga

je občasno prav tako treba očistiti in napolniti. Najvarnejše metode so sončna in lunina svetloba ter dim.

Zaščita na potovanjih: ahat, ametist, črni turmalin, heliotrop, smaragd, hematit, labradorit, mesečev kamen, šungit **Namig: Smaragd in mesečev kamen pomirjata strah pred letenjem. Svojih potovalnih kristalov ne pozabite očistiti z zemljo, če so bili izpostavljeni rentgenskim žarkom na letališčih.**

KRISTALI + DOBRO POČUTJE

SPANJE

Energija kristalov, ki jo absorbiramo med spanjem, je izredno učinkovita: Poleg že obstoječih kristalov v spalnici se lahko obdate tudi z manjšimi ročnimi kamni, ki jih za boljši spanec zlahka spravite pod vzglavnik, med vzmetnice ali jih položite pod posteljo. Položite ametist pod glavo, roževec na vsako stran bokov in črni turmalin ob stopala in tako izkusite tudi svojo najljubšo nočno razporeditev kristalov. Bodite pozorni na to, ali se vam določeni kristali zdijo preveč 'aktivni' za spalnico; sama na primer ne morem spati v bližini lapis lazulija ali tigrovega očesa.

KOPELI

Dodajte kristale v svojo kopalnico in jo spremenite v resnično blagodejen obred: Če s kristalnimi kopalnicami še nimate izkušenj, vas čaka nekaj izjemnega! Za kopalnico so najboljši ročni kamni, pazite le, da ne uporabljate kristalov, ki v vodi razpadejo ali začnejo rjaveti, in tistih, ki vsebujejo svinec ali živo srebro.

Varna izbira so: ahat, ametist, apatit, črni turmalin, heliotrop, karneol, kalcedon, citrin, smaragd, fluorit, nefrit, jaspis, labradorit, lepidolit, mesečev kamen, roževec, šungit, dimni kremen.

ELIKSIRJI

Nazdravite s kristali: Za zaužitje primerni kristalni eliksir je pravzaprav tekočina (po navadi voda), ki se je navzela energije kristala. Za pripravo preprostega eliksirja vzemite enega ali več majhnih ročnih kamnov in ga ali jih spustite v steklen kozarec, posodo ali vrč, napolnjen s filtrirano ali izvirsko vodo. Vrč za vsaj 12 ur postavite na sončno ali mesečevo svetlobo, da voda sprejme vibracije kristalov in se napolni. Odstranite kristale in vodo popijte – telo bo nadvse hvaležno za njihovo zdravilno moč! Poskusite z roževcem za ljubezen, z ametistom za zdravilne učinke, s citrinom za energijo ali šungitom za prizemljenost. Pri tem seveda ne pozabite, da nekateri kristali niso primerni za pripravo eliksirjev, zato se pozanimajte o njihovi sestavi, še preden začnete eksperimentirati!

OPOMBA: V knjigi omenjeni kamni ne vsebujejo svince ali živega srebra, vendar to ne pomeni, da v naravi takih kamnov ni. Galenit na primer vsebuje svinec, cinabarit pa živo srebro.

KRISTALI + OBRED

MANIFESTACIJA OB MESEČINI

Kristali se odlično ujamejo z magijo lune: poleg tega da je to najboljši čas za polnjenje kristalov, polna luna in mlaj ponujata tudi odlične priložnosti za manifestacijo vaših želja.

MLAJ prinaša svežo energijo in je kot nalašč za postavljanje novih ciljev in začetek novih podvigov. Preprost, a mogočen obred ob mlaju poteka takole:

1. Napišite seznam ciljev in sanj, ki jih želite manifestirati.
2. Na list postavite citrin, oranžni kremen, kameno strelo, granat ali mesečev kamen (ali kombinacijo teh kristalov).
3. Seznam čez noč pustite na svetlobi mlaja. **Pričakujte čudeže.**

POLNA LUNA slovi kot najbolj skrivnostna in magije polna noč vsakega meseca. Naša čustva in intuicija so takrat izrazitejši, tančice med stvarnostmi se odstirajo. Noči, ko na nebu sije polna luna, so odlične za obrede hvaležnosti, saj nas ti prizemljijo in zaščitijo:

1. Napišite seznam stvari, ki vas v življenju navdajajo s hvaležnostjo.
2. Na seznam postavite labradorit, ametist, pirit, selenit, smaragd ali dimni kremen (ali kombinacijo teh kristalov).

3. Seznam čez noč pustite na svetlobi polne lune. **Pričakujte čudeže.**

OLTARJI so molitve v fizični obliki: Kot svete predmete na oltarjih so kristale uporabljali že v davnih časih, za vaš osebni oltar pa so primerne vse vrste kristalov, ki ste jim zaupali svoje namere, molitve in želje.

KRISTALNE MREŽE

V simetriji se nedvomno skriva magija: Kristalne mreže so namenjene postavljanju kristalov v določeno razporeditev, pogosto po vzorcih, povezanih s sveto geometrijo. Kristalne mreže lahko uporabljate tako za krepitev določenih namer kot za meditacijo. Preizkusite lahko vnaprej pripravljene vzorce ali pa intuitivno ustvarite svoje; Pinterest in Instagram sta odlična vira za tovrsten navdih, za začetek iskanja poskusite s #crystalgrid.

KRISTALI + DARILA

Kristali so enkratna darila – njihovih darov boste deležni ves čas! Za spodaj navedene priložnosti najraje priporočam naslednje kamne:

ROJSTNI DAN

amazonit, ametist, apofilit, celestin, citrin, kobaltov kalcit, fluorit, roževac, ametist kaktus

PRIJATELJSTVO

ahat, ametist, črni turmalin, kalcedon, kamena strela, lepidolit, roževac, rutiliran kremen, ametist kaktus, turkiz

IZREKANJE ČESTITK

ametist, ametrin, citrin, fluorit, pirit, ametist kaktus, žveplo

ZAKLJUČEK ŠTUDIJA

amazonit, aragonit, citrin, smaragd,

islandski dvolomec, pirit, ametist kaktus

NOVA SLUŽBA

amazonit, ametrin, azurit, citrin, smaragd, žad, pirit, fluorit

DEKLIŠČINA

ametist, apofilit, halit, mesečev kamen, roževac, ametist kaktus

POROKA

ametist, apofilit, azurit, kamena strela, roževac, selenit

NOVI DOM

ametist, apofilit, črni turmalin, halit, selenit, dimni kremen

PRIHOD NOVOROJENČKA

ametist, celestin, kalcedon, hrizokola, kamena strela, kobaltov kalcit, smaragd, mesečev kamen

NOVOPEČENA MAMICA

jantar, ametist, heliotrop, karneol, celestin, hrizokola, smaragd, granat, hematit, lepidolit, mesečev kamen, oranžni kremen

OKREVANJE

ametist, apatit, jantar, aragonit, heliotrop, hrizokola, smaragd, jaspis, roževac, žveplo

STRTO SRCE

črni turmalin, danburit, granat, halit, lepidolit, rodonit, roževac, rutiliran kremen

ŽALOVANJE

ahat, apačje solze, kalcedon (rožnati), halit, lepidolit, malahit, rodonit, roževac, dimni kremen



ČAKRE

Kronska	Tretje oko	Grlena	Srčna	Solarni pleksus	Sakralna	Korenska
----------------	-------------------	---------------	--------------	------------------------	-----------------	-----------------

MANTRA

vem	vidim	izražam	ljubim	delim	ustvarjam	sem
-----	-------	---------	--------	-------	-----------	-----

USTREZNA BARVA

vijoličasta	indigo	modra	zelena	rumena	oranžna	rdeča
-------------	--------	-------	--------	--------	---------	-------

KOMPLEMENTARNA BARVA

rumena	rdeča	oranžna	rožnata	vijoličasta	modra	zelena
--------	-------	---------	---------	-------------	-------	--------

»Dar za zdravilstvo ima vsakdo. To ni dar, namenjen le nekaterim.
 Gre za prirojeno sposobnost, ki jo imava tako ti kot jaz.
 Vsakogar je mogoče zdraviti in vsakdo se lahko nauči zdraviti.
 Vsakdo lahko zdravi sebe in druge.«

– **Barbara Brennan, Prebujajoča svetloba**, založba Gnostika, 2006, prevedla Dunja Kalčič.

KRISTALI + ČAKRE vi ste mavrica

čakra: beseda izvira iz sanskrta in pomeni 'kolo'

MAGIJA: Polaganje kristalov na telo učinkovito spodbuja njegovo zdravljenje in polnjenje.

Naša telesa poganja živahen, mavrično obarvan energijski sistem, znan kot **čakre**. Prvič so bile omenjene pred več kot 4000 leti, ko so o njih pisali budistični menihi v starodavni Indiji. Čakre so energijski vrtinci, ki vibrirajo na določenih točkah našega telesa. Uporabljamo jih nenehno, da tako privabljamo in širimo energijo, dobro delujoč sistem pa je ključnega pomena za vaše telesno in čustveno blagostanje. Od njega je odvisno tudi to, kako živahno delujete v vsakdanjem življenju. In če je polnilno mesto vašega telefona vsaj malo podobno mojemu, potem si lahko predstavljate, kako pomembno je, da čakre (torej polnilno mesto vašega telesa) redno očistite vseh nesnag vašega vsakdanjika! Joga, meditacija in sprehodi so odlični za ohranjanje zdravega sistema čaker, kristali pa nadvse učinkovita in preprosta orodja, ki jih zlahka vključite v svoj vsakdan in tako poskrbite, da bodo čakre ostale napolnjene in pretočne; sama jim pravim kar vitamini za čakre!

Od spodnjega dela hrbtenice do vrha glave imate sedem glavnih čaker, vsako od njih pa

predstavljata določena barva in energija. Te energetski vrtinci se nahajajo tako na sprednjem kot na zadnjem delu telesa. Sprednji deli čaker delujejo kot nekakšna dostavna služba, ki vašo energijo prenaša **navzven**, deli na zadnji strani telesa pa energijo **sprejemajo** in vas povezujejo s podpornim osebjem duhovnega sveta – neposredna telefonska linija za pomoč z vašimi osebnimi angeli in vodniki.

Učinki zdravljenja čaker s kristali se lahko kažejo na nešteto načinov. Morda boste čutili ščemenje ali globok občutek miru, morda boste spontano izbruhnili v jok ali smeh, lahko pa se tudi zgodi, da ne boste čutili ničesar. Odziv, ki ga doživljate, je vedno pravi; zaupajte procesu, zaupajte svoji intuiciji in inteligenci kristalov.

Ko se boste lotili naslednjih metod zdravljenja oziroma čiščenja čaker s polaganjem kristalov na telo, predvsem ne pozabite, da s kristali lahko zdravite na nešteto načinov: zabavajte se in dovolite svoji intuiciji, da vas odpelje v širni svet mavričnih barv!

Zdravljenje čaker s kristali

Poiščite miren in udoben prostor ter se ulezite. Sezujete čevlje in utišajte telefon. Če želite, v ozadju lahko poslušate pomirjujočo glasbo, čeprav je tišina prav tako mogočna. Pred terapijo in po njej pijte veliko vode.

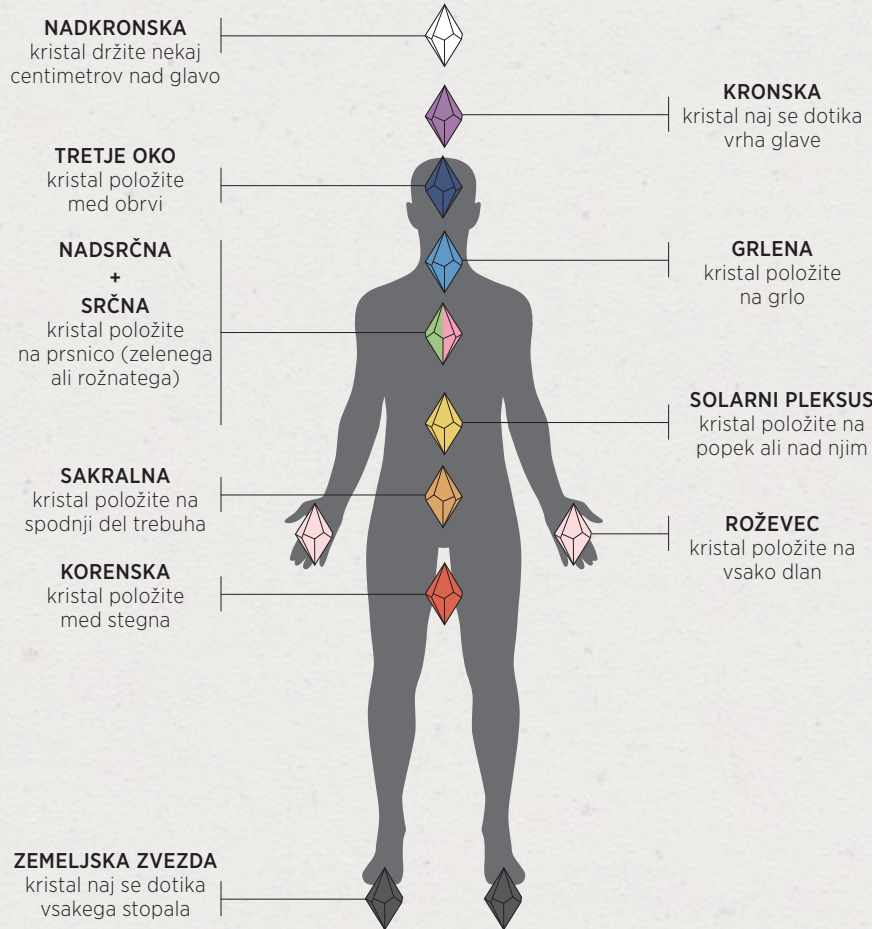
PREPROSTO ČIŠČENJE ENE ČAKRE

Metoda, pri kateri uporabite samo en kamen, je najhitrejši in najlažji način zdravljenja s polaganjem kamnov na telo. Odlična je za hitro polnjenje in zdravljenje določenega dela telesa ali za boljše spoznavanje posameznega kristala (toplo priporočam, da to storite z novim kristalom, ko ga prvič prinesete domov).

OBRED Vzemite kristal in ga nežno povaljajte med dlanmi, da ga aktivirate. Postavite ga na mesto, ki mu barvno ustreza – moder kamen na grlo, zelenega na prsi itn. Globoko vdihnite in si

preprosto predstavljajte, da kristal izžareva svojo čudovito barvo v mesto, ki se ga dotika, da se barva z vsakim dihom širi in postaja izrazitejša. Če se vam zdi, da je občutek pravi, z vsakim dihom ponovite mantro, povezano z določeno čakro. Lahko si nastavite alarm (5 minut bo ravno prav) ali pa preprosto nadaljujete, dokler vam intuicija ne pove, da morate končati. Ko zaključite, se kristalu ne pozabite zahvaliti; vaša hvaležnost mu bo dala vedeti, da ste končali s polnjenjem, in ga bo odklopila od vaše čakre.

Opomba Če se vam kristal odkotali s telesa ali se premakne z mesta, kamor ste ga položili, si vzemite trenutek, da začutite, ali ga je dejansko treba postaviti nazaj – morda vam skuša sporočiti, da je njegovo delo opravljeno ali da ga bi bilo boljše uporabiti drugje. Pri delu s kristali prav tako ne pozabite na hrbtne čakre. Ustaljene barve čaker temeljijo na sistemu sprednjih čaker, zato se na hrbtne strani telesa poigrajte s kristali komplementarnih barv (gl. tabelo na strani 30).



ČIŠČENJE VSEH ČAKER + POLNJENJE

S to metodo boste učinkovito spodbudili celoten sistem čaker, sploh če si jo privoščite vsaj enkrat na teden. Poleg glavnih sedmih čaker sodobna metafizika prepoznava tudi druge, prednost tega čiščenja pa je prav v tem, da dopušča tudi vključitev sodobnih čaker (zemeljske zvezde, nadsrčne in nadkronske čakre).

POTREBNI KRISTALI

Potrebujete jih sedem, po enega za vsako glavno čakro. Za še boljše polnjenje dodajte:

- 1 konico kamene strele za nadkronsko čakro
- 2 kristala, ki prizemljujeta, za čakro zemeljska zvezda (črni turmalin ali drug črn/siv kristal)
- 1 rožnati kristal za nadsrčno čakro
- 2 roževca, da ustvarite zdravilni mehurček

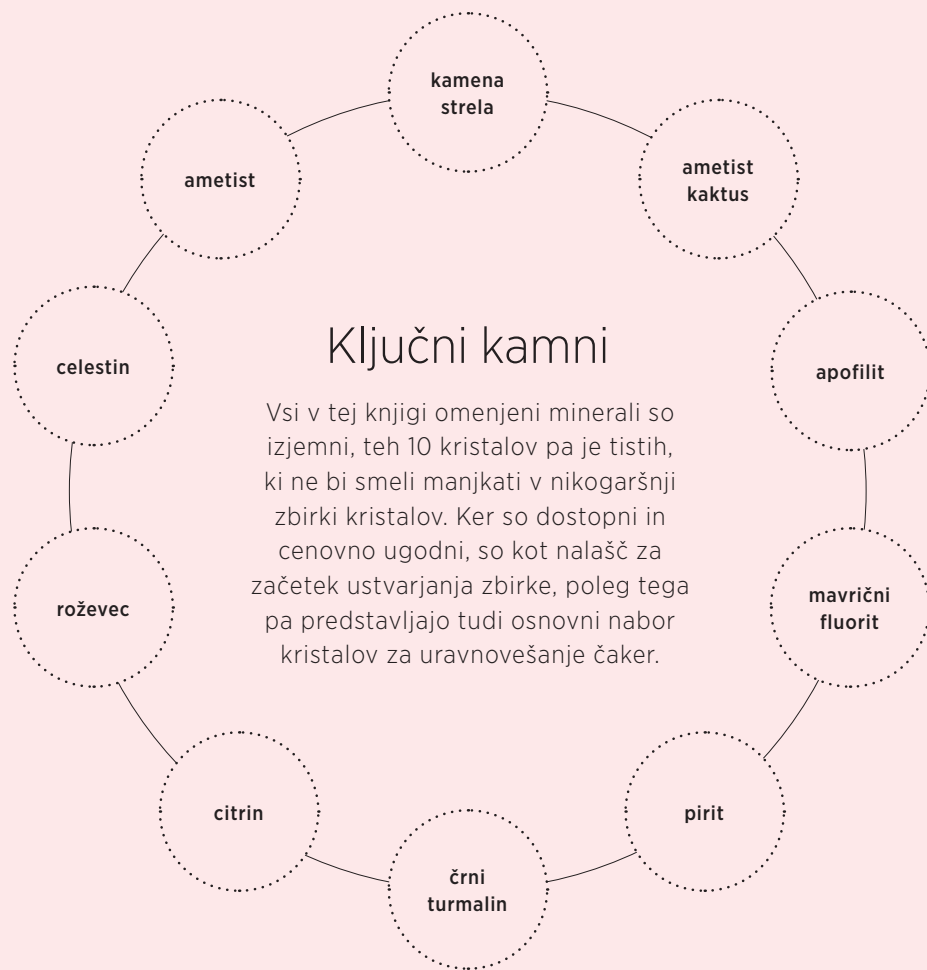
OBRED Vedno začnite pri stopalih, kamor položite kristala za prizemljenost (stopal se

morata dotikati). Kristale začnite polagati na telo po vrsti od korenske čakre navzgor ali od kronske čakre navzdol. Po navadi uporabimo prvo možnost (ki je logistično tudi najlažja), ampak mogočen učinek boste dosegli tudi v primeru, če začnete pri kronski čakri in se pomikate navzdol. Medtem ko v vsaki roki držite roževca, zaprite oči in globoko, umirjeno dihanje. Predstavljajte si, da kristali začnejo žareti od znotraj navzven, da se njihove barve z vsakim dihom širijo po prostoru in napolnijo sobo z bleščečim mehurčkom mavričnih barv. Vdihnite mavrico in si predstavljajte, da se vam ta pretaka po žilah, prečiščuje in polni z energijo vsako celico. Izdihnite in si predstavljajte, kako skozi nos in usta izdihnete sijočo barvo v čudovit mavrični oblak. Ko končate, odstranite kristale v nasprotnem vrstnem redu, kot ste jih postavili, odklopite svojo energijo od vsakega kristala in se mu zahvalite. **Ste ozdravljeni, ste celota in svetloba!**

MEDITIRAJTE

Tiho premišljevanje s kristali vam bo pomagalo poglobiti povezanost s kristali in pridobiti lastna spoznanja o njih. Poskusite meditirati s kristalom v roki, ki ni dominantna, medtem ko imate drug kristal na srcu ali na čakri tretjega očesa (med obrvmi). Bodite pozorni na vsakršne občutke in spremembe, ki jih občutite v telesu in čustvih, ko s svojim kristalom ustvarjate globlje vezi.





#Cilji

Pst ... Cilj dela s kristali ni čudežno pričaranje popolnega življenja – popolne romance, telesa, kariere, bančnega računa ... S temi stvarmi sicer ni nič narobe, ampak če se osredotočamo edino nanje, zamujamo izvor resnične sreče in smisel celotne izkušnje 'biti človek'. Največji čar, ki nam ga lahko prinese delo s kristali (in vsaka oblika samopomoči), se pravzaprav skriva v tem, da nam to pomaga postati najsvetlejša, najbolj sijoča, najbolj navdihnjena in najbolj prizemljena različica sebe; da lahko ustvarite velik rezervoar dobrega počutja, iz katerega lahko črpate svojo prijaznost in ljubezen ter ju delite z vsemi, ki se dotaknejo vašega življenja. **Manj pomagajmo sebi, več pomagajmo vsem.** Kajti to, dragi prijatelj, je v resnici smisel vsega. Izžarevajte prijaznost, sočutje in ljubezen, in obljubim vam, da bo 'popolno' življenje, po katerem tako hrepenite, vaše.

#beagoodhuman

