Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

21 Days to Begin Working with Crystals
Copyright © 2012 by Judy Hall
Originally published in 2012 by Hay House Inc. USA
Ascultă Radio Hay House la www.Hayhouseradio.com

Copyright © 2014 EDITURA FOR YOU

Toate drepturile asupra versiunii în limba română aparțin Editurii For You. Reproducerea integrală sau parțială, sub orice formă, a textului din această carte este posibilă numai cu acordul prealabil al Editurii For You.

Redactare: Alexandru Buican
DTP: Prosperity Exprim (Felicia Drăguşin)
Design copertă: www.7donkeys.eu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
HALL, JUDY
Învață cum să lucrezi cu cristalele în 21 de zile / Judy Hall ;
trad.: Mihaela Ivănuş. - Bucureşti : For You, 2018
ISBN 978-606-639-201-3
I. Ivănuş, Mihaela (trad.)
133
54

Editura For You
Tel./fax: 021/665.62.23
Mobil: 0724.212.695; 0724.212.691
E-mail: comenzi@editura-foryou.ro
Website: www.editura-foryou.ro
Facebook: Editura-For-You
Instagram: @edituraforyou/
Twitter: @EdituraForYou

Printed in Romania ISBN 978-606-639-201-3

Judy Hall

Învață cum să lucrezi cu cristalele în 21 de zile

Traducere din limba engleză de
MIHAELA IVĂNUȘ

Editura For You
București

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

Cuprins

Nota editorului 5
Introducere 7
Ziua 1. Găsirea cristalelor potrivite pentru tine 9
Ziua 2. Pregătirea cristalelor 15
Ziua 3. Cunoașterea cristalelor tale: Acordarea la energia lor 21
Ziua 4. Cunoașterea cristalelor tale: Tip și formă 27
Ziua 5. Cristalele și culoarea lor 35
Ziua 6. Cristalele și chakrele 41
Ziua 7. Cristale pentru protecție personală 49
Ziua 8. Combaterea poluării subtile 55
Ziua 9. Cristale pentru crearea unui spațiu sigur 61
Ziua 10. Cristale pentru amplificarea energiei 69
Ziua 11. Vindecarea cu cristale 75
Ziua 12. Cristale pentru vindecare fizică 83
Ziua 13. Rețele pentru sănătate și bunăstare 93
Ziua 14. Cristale pentru vindecare emoțională și psihosomatică 101
Ziua 15. Cristale pentru vindecarea psihicului și a minții 109

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

Ziua 16. Cristale pentru dizolvarea tiparelor și atașamentelor vechi 117
Ziua 17. Cristale pentru introducerea de tipare noi .. 125
Ziua 18. Cristale pentru deschiderea către o conștiință superioară 133
Ziua 19. Meditații și călătorii cu ajutorul cristalelor 141
Ziua 20. Cristale pentru vindecarea pământului 149
Ziua 21. Integrează cristalele în viața ta 159
Postfață 163
Resurse 167
Despre Judy Hall 171

Seria 21 de zile

Marie Claire Carlyle • *Învață cum să devii un magnet pentru bani în 21 zile*
Louise Hay • *Învață cum să folosești puterea afirmațiilor în 21 de zile*
Denise Linn • *Învață cum să-ți cunoști viețile trecute în 21 zile*
Leon Nacson • *Învață cum să-ți descifrezi visele în 21 zile*
David Phillips • *Învață tainele numerologiei în 21 de zile*
Doreen Virtue • *Învață cum să comunici cu îngerii în 21 de zile*
David Wells • *Învață cum să înțelegi Cabala în 21 de zile*

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

Declinarea responsabilității

Recomandările medicale și informațiile furnizate pentru cristalele din acest curs nu au rolul de a înlocui tratamentul medical. Dacă ai orice îndoială cu privire la folosirea acestora, consultă un medic specializat în vindecarea cu cristale. În contextul acestui curs, boala este o disfuncție: manifestarea finală a dezechilibrului spiritual, ecologic, psihologic, karmic, emoțional sau mental ori a stresului. Vindecarea înseamnă refacerea echilibrului dintre minte, corp și spirit, iar facilitarea evoluției sufletului nu presupune un tratament. Potrivit consensului din domeniul terapiei cu cristale, toate pietrele sunt denumite „cristale", indiferent dacă au sau nu o structură cristalină.

Introducere

Cristalele puternice, potente și terapeutice au multe utilizări. Ceea ce mă incită este faptul că ele se adaptează și dezvăluie noi posibilități pe măsură ce le permitem mai mult să ne arate ceea ce pot face. În următoarele 21 de zile vom explora atât aplicațiile tradiționale, cât și pe cele inovatoare ale acestor ființe puternice – le numesc „ființe" deoarece, după cum vei descoperi, cristalele se pun activ în serviciul tău. Sunt conștiente, extrem de inteligente și capabile de intenție concentrată.

Aș fi putut să adopt o abordare „standard" pentru acest program spunând că „acest cristal este bun pentru cutare" și „acela este bun pentru cutare". Bineînțeles, ar fi fost adevărat, dar puteai apela la alte cărți ale mele pentru astfel de informații. (Te voi îndrepta în direcția corectă în secțiunea Resurse de la sfârșitul fiecărui capitol și, de asemenea, în secțiunea de la sfârșitul cursului – deși acest lucru nu este absolut necesar deoarece vei descoperi proprietățile cristalelor pe măsură ce vei lucra cu ele.)

În această carte vom examina în fiecare zi un alt aspect al cristalelor, astfel încât să-ți dezvolți abilități pe care să le poți folosi într-o varietate de aplicații. În fiecare zi am inclus o activitate practică pentru a-ți extinde sensibilitatea la energia cristalelor și pentru a te ajuta să le explorezi

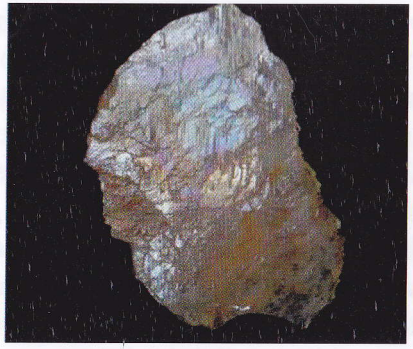
Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

potențialul. În 21 de zile vei cunoaște un spectru larg de posibilități de lucru cu cristalele.

Vom examina cristale specifice, unele vechi, altele noi, de bază și avansate, cu vibrații telurice și vibrații înalte, astfel încât, indiferent dacă ești începător sau experimentat în lucrul cu cristalele, vei găsi aici ceva pentru a te inspira și a-ți stârni interesul. Toate cristalele pe care le menționez sunt prezentate color pe site-ul meu www.judyhall.co.uk și pe www.angeladditions.co.uk.

Astăzi și mâine vom începe prin a examina câteva elemente de bază ale cristalelor: găsirea cristalelor tale și lucrul cu ele. Te rog să nu sari peste aceste zile, altfel vei dezamăgit de rezultatele obținute. Puținul timp petrecut acum te va răsplăti cu cele mai puternice energii ale cristalelor.

Binecuvântări de cristal,
Judy Hall



Vindecătorul argintiu

Ziua 1

Găsirea cristalelor potrivite pentru tine

Ceea ce vom face astăzi este să găsim cristalele potrivite pentru *tine* – cele care interacționează în mod optim cu energiile *tale*. Ai o frecvență unică de energie, iar secretul funcționării eficiente a cristalului constă în găsirea cristalelor ce reacționează la ea. Este posibil să ai nevoie de o zi întreagă pentru acest proces, mai ales dacă intenționezi să înveți cum să cauți cristalele potrivite pentru tine, dar există un pas simplu care îți permite să-ți găsești rapid cristalele – acesta este deschiderea chakrelor din palme.

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

Chakrele din palme

Pentru a-ți deschide chakrele din palme, deschide și închide pumnul de mai multe ori. Apoi, pune mâinile una lângă cealaltă, astfel încât palmele să se atingă, depărtează ușor mâinile și apoi apropie-le din nou. Vei simți cum o minge de energie se acumulează între palme și este posibil să simți furnicături. Deschide întotdeauna aceste chakre înainte de a alege sau de a lucra cu un cristal.

Lasă cristalul să te găsească pe tine

Toți cei care sunt interesați de cristale – și mai ales cei care erau indiferenți față de ele înainte de a se fi împrietenit cu un cristal – au trăit experiența când un cristal „le-a făcut cu ochiul". Intri într-un magazin sau navighezi pe internet și un cristal îți atrage atenția. Acesta este pentru tine. Nu este neapărat cristalul cel mai mare, cel mai frumos sau cel mai scump. Poate fi neprelucrat, rulat sau fațetat. Dar este cel mai puternic cristal pentru *tine*.

Prin urmare, în loc să cauți sensul unui cristal sau să cauți un cristal pentru un simptom sau o aplicație anume, încearcă o abordare diferită. Vizitează un magazin care vinde cristale și vezi ce te atrage sau vezi ce ai deja în colecția ta. Aceste ființe își doresc cu ardoare să lucreze cu tine. Acum

e momentul. De asemenea, poți lăsa cristalele din această carte să te atragă sau privește-le pe site-urile de pe internet.

Notează cristalele pe care le alegi și intuițiile tale imediate cu privire la modul în care doresc să lucreze cu tine și orice idei care se dezvoltă mai târziu.

Activitate: Puterea atingerii

1. Deschide chakrele palmelor (vezi pagina alăturată).
2. Dacă ai deja o selecție de cristale, pune-le pe masă. Închide ochii și, dacă nu sunt prea delicate, mișcă-le ușor. Cu ochii încă închiși, deplasează-ți mâna peste cristale, într-o mișcare circulară, până când unul îți atrage mâna spre el sau simți o furnicătură în palmă. (Dacă nu se întâmplă nimic, încearcă cu cealaltă mână sau treci la Ziua 2 pentru a afla cum să purifici cristalele și apoi încearcă din nou.)
3. Dacă te afli într-un magazin de pietre semiprețioase și nu-ți atrage niciunul atenția în mod special, deschide-ți chakrele palmei și plimbă-ți mâna deasupra cristalelor. Unul se va lipi de degete sau vei avea o senzație foarte plăcută atunci când îl vei ține în mână. Acesta este cristalul *tău*. Apoi, ia un cristal mai mare și compară senzațiile. Dacă descoperi că nu îți vine să lași cristalul din mână, atunci este potrivit pentru tine. (Te rog, reține că unele cristale au nevoie de o curățare temeinică înainte de a te acorda la ele – vezi Ziua 2.)

Exersează-ți intuiția

Dacă ai o colecție de cristale, ți-ai folosit deja intuiția în alegerea lor (sau ele te-au ales). Pur și simplu uită-te la colecția ta cu privirea ușor nefocalizată și vezi care te atrage

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

sau deschide-ți chakrele palmei și lasă-ți degetele să aleagă intuitiv unul. Ține-l ușor în palmă pentru a te conecta la energiile lui. (Cu toate acestea, este posibil să fie necesară purificarea și activarea lui, așa că probabil va trebui să apelezi la Ziua 2.)

Sau intră într-un magazin de cristale și lasă-te atras într-o anumită direcție, fără a te gândi unde mergi. Vezi ce cristal îți atrage privirea. Repet, s-ar putea să fie nevoie să-l iei acasă și să-l purifici (vezi Ziua 2) înainte de a lucra cu el, deoarece cristalele absorb energia tuturor celor care le-au atins.

Internetul este un instrument excelent pentru alegerea de cristale din confortul casei tale. Conectează-te la unul dintre site-urile din secțiunea Resurse sau pe site-ul de cristale preferat, de preferință unul care îți arată mai multe fotografii cu același tip de cristal. Apoi, privește ecranul cu ochii pe jumătate închiși până când unul te va atrage. Odată ce cristalul te-a chemat, achiziționează-l.

În cele din urmă, dacă ai cărți despre cristale (vezi Resurse), răsfoiește-le sau deschide-le la întâmplare. În timp ce îți concentrezi ușor privirea, cere-i cristalului să se conecteze mai puternic cu tine, astfel încât să-i simți energia; ilustrațiile din această carte sunt deosebit de utile, la fel și cele din cartea *101 Power Crystals* [*101 cristale puternice*], în care John van Rees Jr. a captat energia cristalelor în fotografiile sale remarcabile.

Activitate: Radiestezie

Radiestezia este o metodă excelentă de a-ți alege cristalul. Există două metode: cu pendul și cu propriile degete.

Pentru a folosi un pendul, trebuie să stabilești mișcările ce reprezentă „da", „nu" și „poate". Consider că cea mai ușoară metodă este să ții pendulul liber, cu lanțul înfășurat

în jurul degetelor și ancorat ușor cu degetul mare, iar lungimea lanțului să fie cât lățimea mâinii. Experimentează cu ceea ce funcționează cel mai bine pentru tine – unii îl țin pur și simplu între degetul mare și arătător.

- Ține pendulul deasupra genunchiului și întreabă: „Numele meu este... (spune numele tău adevărat)?" Pendulul se va mișca din proprie voință, fie circular, fie se va balansa dintr-o parte în alta. Reține cum se mișcă deoarece acesta reprezintă răspunsul „da".
- Apoi, dă un nume fals și acest lucru îți va oferi răspunsul „nu" – se va mișca în altă direcție.
- Apoi, combină numele tău cu un prenume fals pentru a obține răspunsul „nu știu/poate". În cazul meu, pendulul oscilează puțin, fără a se mișca prea mult.
- Odată ce știi răspunsurile „da" și „nu", ține pendulul peste un cristal și întreabă: „Acest cristal este potrivit pentru mine?" Dacă răspunsul este „da" sau „poate", întreabă: „Există unul mai potrivit?" Dacă răspunsul este „da", verifică dacă cel mai potrivit este un alt cristal de același tip sau unul diferit.
- Pentru a detecta cu degetele, prinde-ți pur și simplu degetul mare și cel arătător de la o mână cu arătătorul și degetul mare de la cealaltă mână, formând două cercuri întrepătrunse. În timp ce pui întrebarea, trage ușor. Dacă răspunsul este „da", degetele nu se vor desprinde. Dacă e „nu", mâinile se vor desprinde ușor.

Libris.RO
Respect pentru oameni și cărți

Resurse

Fotografiile din această carte sunt prezentate și pe www.judyhall.co.uk și www.angeladditions.co.uk

Cărțile mele despre cristale:

101 power Crystals: The ultimate guide to magical crystals, gems, and stones for healing and transformation [*101 Cristale puternice: Ghidul suprem al cristalelor și pietrelor prețioase și semiprețioase magice pentru vindecare și transformare*], Quarto, Londra, Marea Britanie; Fair Winds, Beverley MA, SUA

The Crystal Bibles, Vols 1-3 [*Biblia cristalelor, Volumele 1-3*], Godsfield Press, Londra, Marea Britanie; Walking Stick Press, Cincinnati, USA

The Crystal Experience: Your complete crystal workshop in a book [*Cunoașterea cristalelor: Seminarul tău complet despre cristale într-o singură carte*], Godsfield Press, Londra, Marea Britanie

Cristalele acordate de Judy Hall sunt disponibile la www.angeladditions.co.uk sau consultă secțiunea Resurse de la sfârșitul cursului.

Instrumente de curățare a cristalelor: consultă secțiunea Resurse de la sfârșitul cursului.

Ziua 2

Pregătirea cristalelor

Cristale: colecția ta

Astăzi vei învăța cum să-ți pregătești cristalele pentru utilizare, deoarece sunt câțiva pași esențiali care precedă acordarea cristalelor tale. Te rog să nu treci peste acești pași și să nu te grăbești să ajungi la ceea ce consideri că este partea interesantă. Acești pași sunt esențiali pentru a valorifica pe deplin puterea pietrelor tale. Pe măsură ce cristalele absorb rapid energiile negative și ridică vibrațiile tuturor celor care le ating, ele trebuie să fie purificate și activate, astfel încât să lucreze la cel mai înalt potențial.

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

Oamenii spun adesea „Cristalele nu funcționează", iar atunci când le răspund „Dar le-ai cerut?", ei sunt surprinși. Actul de a le cere cristalelor să lucreze cu tine pentru binele tău cel mai înalt – și cel al altora – le amplifică enorm puterea.

Îmi place să am o zi anume de curățare a cristalelor, când pulverizez toate cristalele din casă cu Clear2Light (o substanță de curățare și reîncărcare a cristalelor de la Petaltone Essences) și apoi le pun afară pentru a se reîncărca la Soare sau la lumina Lunii. În cazul meu este o sarcină destul de amplă deoarece am o colecție uriașă de cristale, dar consider că ziua în care le curăț este un prilej de meditație și de vindecare pentru mine.

Curățarea cristalelor

Aceasta este o regulă fundamentală în lucrul cu cristalele. Indiferent dacă lucrezi cu un cristal preferat pe care îl ai de mult timp sau cu unul pe care tocmai l-ai adus acasă de la magazin, *trebuie să îl cureți înainte de utilizare*.

În cazul în care cristalul este rulat sau rezistent, pur și simplu ține-l sub un jet de apă timp de câteva minute, cufundă-l cu grijă într-un curs de apă, în mare sau folosește o substanță de curățare specială pentru cristale (vezi secțiunea Resurse).

Cu toate acestea, dacă cristalul este delicat, stratificat sau friabil, pune-l în orez brun peste noapte, trece-l prin lumina unei lumânări, prin fumul unui bețișor parfumat sau folosește o substanță de curățare specială pentru cristale.

Pune-l în lumina Soarelui sau a Lunii pentru a-i reîncărca bateriile. Sau folosește o substanță de reîncărcare specială pentru cristale – o picătură sau o pulverizare rapidă – și e suficient. (Pentru a umple o sticlă cu pulverizator,

pune 7 picături de substanță de curățare pentru cristale în apă pură de izvor. Poți adăuga uleiuri esențiale sau votcă pentru a o conserva, dar soluția se păstrează câteva zile fără nici un fel de adaos.)

Reține:

- Nu sufla peste cristale pentru a le curăța, deoarece energiile tale s-ar putea să nu fie pure.
- Apa sărată poate deteriora cristalele delicate, mai ales pe cele cu multe puncte sau straturi sau pe cele ce cresc dintr-o bază, întrucât le-ar putea forța să se desprindă. Așa că folosește-o cu grijă.

Cristalele beneficiază de curățarea și reîncărcarea regulate. Stabilirea unei „zile a cristalului", când purifici cristalele și apoi le pui la lumina Soarelui sau a Lunii pentru a se reîncărca, te ajută să te apropii și mai mult de cristale și îți ridică și ție energiile. De asemenea, poți medita cu cristalele pentru a vedea dacă au ceva să-ți spună (vezi Ziua 21).

Activitate: Simte diferența

1. Ține în mână un cristal necurățat pentru câteva momente și observă ce simți.
2. Curăță cristalul. Apoi, ține-l în mână și observă schimbările.

Cere-i cristalului să lucreze cu tine

Cristalele sunt ființe foarte înțelepte și văd mult mai departe decât noi, muritorii; dar, dacă nu le vei cere să lucreze cu tine, de unde să știe ce dorești să faci? Atunci când îi spun cristalului ce doresc, încerc să nu fiu prea specifică deoarece simt că îl limitez dacă îi cer ceva anume doar din

Libris.ro
Respect pentru oameni și cărți

perspectiva mea terestră, limitată. Îi cer cristalului să lucreze pentru binele meu cel mai înalt și pentru binele cel mai înalt al celorlalți oameni și să facă ceea ce este potrivit pentru evoluția mea spirituală, adăugând la cererile mele „acest lucru sau ceva mai bun" ori „după caz". Sunt momente când mă simt blocată într-o situație din care aș prefera să ies, însă, dacă este ceva ce trebuie să învăț din ea sau un dar pe care trebuie să-l dobândesc, pot să pierd ocazia ieșind prea repede din situația respectivă. Prin urmare, prefer ca piatra să mă susțină în timp ce trec prin provocarea necesară.

Atunci când ții în mână un cristal și te concentrezi asupra lui pentru câteva momente, îl încarci cu intenție. Dacă ai în vedere un anumit scop pentru cristalul tău, ține-l între palme. Concentrează-ți gândurile asupra cristalului și cere-i să colaboreze cu tine pentru a îndeplini acest scop în cel mai bun mod posibil și să se acordeze la scopul tău.

Ștergerea programării

Odată ce nu mai ai nevoie de un cristal, șterge-i programarea. Pentru a face acest lucru, curăță-l, apoi ține-l în mână. Mulțumește-i pentru că a lucrat în numele tău, dar spune-i că lucrarea este acum finalizată. Cere ca orice program din cristal să fie dizolvat și cristalul să rămână liniștit până când îl vei solicita din nou. Cu toate acestea, ai putea afirma că, dacă cristalul lucrează în numele tău la un nivel mai înalt decât cel pe care îl cunoști, dorești ca el să continue acea lucrare.

Depozitarea cristalelor

Păstrează cristalele într-un sertar sau într-o cutie atunci când nu le folosești. Cristalele rulate pot fi depozitate

împreună într-o pungă – adaugă un carneol pentru a le păstra purificate și curățate energetic –, dar cristalele delicate trebuie ambalate separat. Curăță-le înainte de utilizare. Cristalele care stau la vedere ar trebui să fie curățate frecvent.

Resurse

Clear2Light de la www.petaltone.co.uk este o substanță excelentă de curățare a cristalelor și este disponibilă în întreaga lume. Crystal Charge – o substanță de reîncărcare – este, de asemenea, disponibilă la Petaltone.

Pulverizatorul Crystal Cleanser (substanță de curățare) de la Crystal Balance Company și Crystal Recharge (substanță de reîncărcare) fac minuni împreună cu esența Violet Flame, care spulberă negativitatea (www.crystalbalance.net).