

Judy Hall

***Învață cum să lucrezi
cu cristalele în 21 de zile***

Traducere din limba engleză de
MIHAELA IVĂNUȘ

Editura For You
București

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.

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 dorești 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

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 reprezintă „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.

Judy Hall



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.