

Heather Askinosie, Timmi Jandro

KRYSTAŁOWE RYTUAŁY

Wykorzystaj krystaliczną energię do oczyszczenia duchowego,
przyciągnięcia miłości, pieniędzy
oraz ochrony przed toksyczną energią ludzi i otoczenia



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

POCHWAŁY KRYSTAŁOWYCH RYTUAŁÓW

Książka Kryształowe rytuały sprawiła mnie w prawdziwy zachwyt. Została napisana z wdziękiem, zawiera w sobie głęboką wiedzę oraz rodzaj magii, który wynika z wielu lat doświadczenia, zaufania oraz pracy w niewidocznych krainach. Gorąco polecam tę książkę wszystkim, którzy chcą wieść wspanialsze, bardziej satysfakcjonujące życie.

DR CHRISTIANE NORTHRUP

bestsellerowa pisarka „New York Timesa”,
autorka Wampirów energetycznych

Mój związek z kryształami rozpoczął się podczas podróży na czerwone skały w duchowym wirze arizońskiej Sedony. Teraz mam w domu ołtarz z kryształami, a w trakcie ćwiczeń rozmieszczam je wokół mojej maty do jogi. Każdy kryształ to dar cierpliwości oraz miłości do samej siebie. W chaotycznych czasach książka Kryształowe rytuały dzieli się z nami tym, jak połączenie się ze spokojną, ugruntowującą energią kryształów może pomóc we współpracy z innymi oraz sobą samą.

LENA DUNHAM

aktorka, pisarka, reżyserka filmowa

Pełne energii, wglądu oraz cierpliwości kryształy są rezultatem nieustannych transformacji Ziemi, a zatem mogą zaferować głęboką mądrość oraz gruntowne leczenie, a także posłużyć za znakomite przypomnienie o naszej własnej transformacji. Kryształowe rytuały wypełniają lukę pomiędzy książkami na temat zdrowia, a tymi traktującymi o kryształach, oferując domieszkę praktycznych technik kryształowej energii, które służą osobistej poprawie.

JASON MRAZ

piosenkarz i twórca tekstów piosenek

Heather i Timmi oferują nieskomplikowane, potężne rytuały, dzięki którym codzienne dostrzeżenie się do energii Wszechświata stanie się proste. Ich analizy demistyfikują kryształy i pomogą ci wprowadzić je do twojego codziennego życia, dzięki czemu uzyskasz cudowne rezultaty.

GABRIELLE BERNSTEIN

bestsellerowa pisarka nr 1 „New York Timesa”,
autorka książki *Szczęście to twój wybór*

*Wierzę, że zdrowy styl życia zaczyna się od zdrowego umysłu. Książka *Kryształowe rytuały* nauczyła mnie, jak wykorzystać energię kryształów do zmiany mojego sposobu myślenia... jestem więc gotowa na wszystko, co przyniesie dzień (nawet biorąc pod uwagę chaos związany z byciem supermamą trójki dzieci!).*

MOLLY SIMS

matka, aktorka, pisarka

Lektura obowiązkowa dla dusz ciekawych kryształów, a także pełnoprawnych maniaków kamieni szlachetnych. Strony pełne praktycznych rytuałów, łatwe do zrozumienia opisy znaczeń kryształów oraz instrukcje sprawiły, że ta książka stała się moim nowym, rzetelnym źródłem wiedzy na temat kryształów.

EMMA MILDON

autorka międzynarodowego bestsellera *Dawne i nowe praktyki duchowe*

Nareszcie! Książka o kryształach, która wyjaśnia, jak używać ich w dzisiejszych czasach. Dzięki prostym, skryzalizowanym rytuałom można to zrobić w mniej niż 11 minut. Kryształowe rytuały zabiorą cię w podróż do twojego wnętrza, by przekształcić twoje życie od środka.

JASON WACHOB

założyciel i dyrektor generalny mindbodygreen oraz autor książek

Ta barwna książka stanie się twoją kryształową biblią! Lektura obowiązkowa dla entuzjastów oraz osób ciekawych kryształów.

RUBY WARRINGTON

założycielka The Numinous oraz autorka książek

Wielu czytelników mojego bloga (ja także!) bardzo interesuje się kryształami – tym, co dla nas robią, jak się nimi cieszyć, jak przesiąknąć ich magią oraz całą masą innych kwestii. Dwie wspaniałe kobiety nareszcie rozkładają nam to na części pierwsze w przystępny, przyjazny czytelnikowi, a także realistyczny sposób. Heather i Timmi stworzyły przestrzeń, wewnątrz której wszyscy możemy korzystać ze starożytnego mistycyzmu kryształów w dzisiejszych czasach.

JORDAN YOUNGER

założycielka The Balanced Blonde oraz autorka książek

Kryształowe rytuały oferują zdrowie, wsparcie oraz pomoc w leczeniu, dla osób starych i młodych, które chcą wzmocnić swój wewnętrzny i zewnętrzny blask oraz rozwój.

JILL WILLARD

osoba pełna intuicji i autorka książek

W modzie chodzi wyłącznie o stworzenie odpowiedniego momentu. Kryształowe rytuały opisane w tej książce pomagają mi być obecną dziś, bym mogła zaprojektować modę jutra.

MARY ALICE HANEY

projektantka mody, dyrektorka kreatywna oraz generalna Haney

Praca w przemyśle muzycznym oraz bycie matką trójki dzieci może czasami stresować. Kryształowe rytuały opisane w tej książce uspokajają mój umysł, niezależnie od tego, jak szalony jest mój dzień.

JODY GERSON

prezesa i dyrektorka generalna Universal Music Publishing Group



KRYSTAŁOWE RYTUAŁY





Heather Askinosie, Timmi Jandro

KRYSTAŁOWE RYTUAŁY

**Wykorzystaj krystaliczną energię do oczyszczenia duchowego,
przyciągnięcia miłości, pieniędzy
oraz ochrony przed toksyczną energią ludzi i otoczenia**



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

REDAKCJA: Magdalena Kuźmiuk
SKŁAD: Dorota Sikora
PROJEKT OKŁADKI: Dorota Sikora
TŁUMACZENIE: Bartosz Bartkiewicz

Wydanie I
Białystok 2021
ISBN 978-83-8171-727-4

Tytuł oryginału: *Crystal Muse: Everyday Rituals to Tune In to the Real You*

Crystal Muse
Copyright © 2017 by Heather Askinosie and Timmi Jandro
Originally published in 2017 by Hay House Inc. USA

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2020
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

„Modlitwa smużenia” Bobby Lake-Thom, znany także jako Medicine Grizzly Bear copyright © Bobby Lake-Thom

FOTOGRAFIE I ELEMENTY PROJEKTU: Sara Carter © Energy Muse
STYLISTYKA FOTOGRAFII: Michelle Craig
LOKALIZACJA: Dome in the Desert oraz Cabin Cabin Cabin
PROJEKTY PRZESTRZENI: Kathrin i Brian Smirke, We Are In Our Element
OPRAWA ARTYSTYCZNA KRYSZTAŁÓW: Daniel Lee Melendez copyright © Energy Muse

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.

Książka ta zawiera informacje dotyczące zdrowia. Wydawca dołożył wszelkich starań, aby były one pełne, rzetelne i zgodne z aktualnym stanem wiedzy w momencie publikacji. Tym niemniej nie powinny one zastępować porady lekarza lub dietetyka, ani też być traktowane jako konsultacja medyczna lub inna. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś koniecznie skonsultować się z lekarzem, zanim samodzielnie rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia. Wydawca ani Autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek negatywne skutki dla zdrowia, mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.
www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii



STUDIO
ASTROPSYCHOLOGII
jeszcze lepsze jutro

15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat

85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – www.talizman.pl – detal
strona wydawnictwa: www.studioastro.pl

Więcej informacji znajdziesz na portalu www.psychotronika.pl

PRINTED IN POLAND

*Wszystkim miłośnikom kryształów,
duchowym poszukiwaczom, pionierom,
wizjonerom, pracownikom światła
oraz osobom ciekawym duchowo.*

To dla was.

Tę książkę pobłogostawili:

Lama Tsering Wangdu Rinpocze

Amma Sri Karunamayi

Jan od Boga





SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE	15	Szungit	62
ROZDZIAŁ 1		Rytuał małego rozumu	63
MÓJ MOMENT OLŚNIENIA		Rytuał medytacyjnego wiru	67
Z KRYSTAŁAMI	17	Medytacyjny rytuał modlitwy i cudów	71
ROZDZIAŁ 2		Kryształ górski	75
PRZYSPIESZONY KURS KRYSTAŁOWY		Rytuał medytacyjnego kolorowania	77
Wszystko, co musisz wiedzieć na temat		Zredukuj lęk dzięki grupowemu rytuałowi medytacyjnemu	79
korzystania z kryształów	25		
ROZDZIAŁ 3		ROZDZIAŁ 5	
OCZYSZCZANIE PRZESTRZENI		WEWNĘTRZNA ŚWIĄTYNIA	
Jak oczyścić i uprzątnąć		Trzy kroki do poznania siebie	
swoją przestrzeń, kryształy		poprzez autorefleksję i wewnętrzną	
oraz siebie	41	transformację	83
Selenit	51	Czarny obsydian	85
Rytuał oczyszczenia przestrzeni	53	Rytuał wewnętrznego odbicia	87
Sól himalajska	56	Rytuał przyjęcia wewnętrznego światła i cienia	91
ROZDZIAŁ 4		Hematyt	95
ROZLUŻNIJ UMYŚŁ		Rytuał odpuszczenia + poddania się	96
Wykorzystanie medytacji do ponownego		Bazalt	99
nabrania skupienia, wycentrowania			
i zredukowania lęku	59		

ROZDZIAŁ 6

BĄDŹ MAGNESEM NA PIENIĄDZE

**Jak przyciągnąć pomyślność, sukces
oraz dostatek 101**

Tygrysie oko 107

Rytuał miski duchowego bogactwa ... 109

Jadeit 112

Rytuał własności 113

Awenturyn 116

Rytuał magnezu na pieniądze 119

Cytryn 124

Rytuał szczęśliwych siódemek 127

ROZDZIAŁ 7

ZAŁAMANIE DLA PRZEŁOMU

**Przemień najmroczniejsze życiowe
udręki w okazje do rozwoju 129**

Kwarc dymny 136

Rytuał dogłębnego ugruntowania 137

Chryzokola 140

Rytuał kryształowego
medycznego kręgu 141

Agat koronkowy 145

ROZDZIAŁ 8

GURU MIŁOŚCI

**Rytuały na przyciągnięcie
miłości, ponowne rozbudzenie
namiętności, pokochanie siebie
oraz naprawę serca 147**

Rytuał przyciągania miłości 152

Czterdziestodniowy rytuał miłosny ... 159

Malachit 163

Rytuał miłosnych życzeń 165

Rytuał koła miłości
do samej siebie 169

Kwarc różowy 172

Rytuał utrzymania miłości
przy życiu 174

ROZDZIAŁ 9

Z DZIECKIEM TO JUŻ TROJE

**Kryształy związane z płodnością, ciążą,
poronieniem oraz porodem 179**

Rytuał świadomego poczęcia 181

Kamień księżycowy 186

Rytuał po poronieniu 188

Rytuał przesiąknięcia miłością 193

Rytuał świętego porodu 195

Rytuał nowego początku 199

ROZDZIAŁ 10

SŁODKICH SNÓW

**Porady i wskazówki
na lepszy sen 203**

Rytuał ponownego
dopasowania 208

Fluoryt 210

Rytuał uwolnienia się od bólu,
zrównoważenia emocji
oraz powrotu do zdrowia 212

Ametyst 215

Kryształowa siatka na odpłynięcie
do krainy snów 217

Celestyn 219

ROZDZIAŁ 11

PRZESTAŃ WYSYSAĆ MOJĄ ENERGIĘ

**Pozbądź się negatywnej energii
ze swojego życia** 221

Rytuał przecięcia przewodu 226

Kianit czarny 230

Rytuał duchowego oczyszczenia 231

Czarny turmalin 237

Rytuał psychicznej ochrony
dzięki bransoletkom mocy 239

Piryt 241

ROZDZIAŁ 12

ŻYCIE W ZGODZIE Z KSIĘŻYCEM

**Niebiańskie obrządki służące
samopoznaniu** 243

Rytuał mandali Matki Księżyc 247

Labradoryt 251

Rytuał życzeń nowiu Księżyc 253

Kwarc fantomowy 257

Rytuał ołtarza kosmicznego
połączenia 261

Unakit 263

ROZDZIAŁ 13

TWOJA TWÓRCZA DUSZA

**Klucze do odblokowania twojej
kreatywności** 265

Rytuał połączenia się z twoim
twórczym sercem 270

Karneol 272

Rytuał wydostania się z pudełka 275

Rytuał kijka twórczej duszy 279

Kamień słoneczny 283

ROZDZIAŁ 14

TERAŹNIEJSZOŚĆ DUCHOWOŚCI

**Przyjmij światło i ciemność podczas
swojej duchowej podróży** 285

Rytuał naprawy 289

Jaspis czerwony 292

Rytuał otwarcia serca na cień 295

Rodonit 299

Rytuał rozwinięcia się w kierunku
umysłu 302

Kwarc lemuryjski 305

POSŁOWIE 307

GLOSARIUSZ 309

ZASOBY 321

PODZIĘKOWANIA 322

O AUTORKACH 325

BEACH



WPROWADZENIE

JAK KORZYSTAĆ Z TEJ KSIĄŻKI

Kryształowe rytuały zostały zaprojektowane specjalnie dla Ciebie. Na stronach tej książki pokażemy Ci praktyczne sposoby na wykorzystanie Twojego najwyższego potencjału. Jak? Oczywiście za pomocą kryształów!

W każdym rozdziale proponujemy serię prostych rytuałów, których możesz użyć, by pomóc sobie w zmianie własnego życia. Są one wynikiem lat badań i bezpośrednich doświadczeń związanych z niektórymi spośród najbardziej magicznych darów Ziemi. To sposoby, które okazały się dla nas najlepsze. Kiedy zaznajomis się już z kamieniami, możesz zechcieć zaprojektować swoje własne rytuały. Zawsze ufaj swojej intuicji oraz wewnętrznym poradom. Pamiętaj – znasz siebie lepiej niż ktokolwiek inny.

Pomyśl o tej książce jak o kryształowej książce kucharskiej – możesz ją szybko przejrzeć lub przeczytać od deski do deski. Spójrz

na tytuły rozdziałów, a jeśli któryś przykuje Twój wzrok – zanotuj to w pamięci. Możliwe, że to Twoje wyższe „ja” wzywa Cię, byś zbadała ten rytuał. A może ciekawość podpowiada Ci, byś przeczytała więcej.

Razem z Timmi jesteśmy bardzo podniekcytowane, że możemy podzielić się z Tobą niektórymi z naszych przygód. Od początków prowadzenia naszego biznesu – Energy Muse – pełniłyśmy różne funkcje. Ja jestem odpowiedzialna za ekspertyzę kryształów oraz za kreatywną stronę przedsięwzięcia, a Timmi – za produkcję i działania operacyjne. Choć to mój głos posłuży Ci za przewodnika po stronach tej książki, to największym zaszczytem w moim życiu były nasze wspólne podróże. Mamy nadzieję, że zachęcą Cię, byś głębiej zbadała swoje życie i odkryła sposoby na to, jak żyć zgodnie ze swoim największym potencjałem.

A teraz – porozmawiajmy o kryształach!

– HEATHER ASKINOSIE



MÓJ MOMENT OLŚNIENIA Z KRYSZTAŁAMI

Bycie krystalicznie czystym to nowa supermoc.

HEATHER ASKINOSIE,

ekspertka od kryształów i holistyczna uzdrowicielka

Pracuję z kryształami od ponad dwudziestu pięciu lat. W tym czasie widziałam, jak zmieniają się życia. Patrzyłam, jak finanse i zdrowie ulegają poprawie. Byłam świadkiem narodzin nowych romansów, gojenia się starych ran oraz uwalniania się od negatywnych systemów przekonań. Widziałam nawet kobiety zachodzące w ciążę po latach bezowocnych starań.

Kryształy są narzędziami Ziemi. Tak jak piękny ogród lub wspaniała plaża mogą one zainspirować cię do zwolnienia i przypomnienia sobie o swojej esencji. Na tym zabieganym świecie może czasem zdarzyć nam się zapomnieć o wszystkich tych cudownych rzeczach, które istnieją wewnątrz nas. Praca z kryształami pomoże ci sobie o nich przypomnieć.

Zanim zaczęłam moją podróż z kryształami, myślałam, że mam wszystko. Zgodnie z konwencjonalnymi standardami – rzeczywiście tak było. Dorastałam w małym miasteczku przy plaży w Południowej Kalifornii. Było to otoczenie pełne wolnych duchów. Moi rodzice otaczali się różnorodną grupą przyjaciół. Od młodości znajdowałam się pod wpływem ekspansywnego sposobu myślenia. Moja babcia wróżyła mi z liści herbaty, każdego roku otrzymywałam też odczyt astrologiczny. Moja matka oczyszczała nasz dom za pomocą szaławii i śledziła różne fazy Księżyca. Jednak nawet w tej otwartej społeczności nigdy nie zapoznano mnie z kryształami.

Po skończeniu studiów uzyskałam licencję agentki nieruchomości, a moje życie na długi czas stało się proste. Miałam

rodzinę, dobrych przyjaciół, dom przy plaży, pieniądze, żadnych zobowiązań – czyli wszystko, czego potrzebowałam. Było tak do czasu, gdy natknęłam się na tajemniczy sklep, który niedawno otwarto przy ulicy, przy której mieszkałam. Zajrzałam przez okno, zobaczyłam dziwaczne przedmioty i poczułam się zdezorientowana. Wahałam się, czy wejść do środka, ale ciekawość (a tej mam pod dostatkiem) zwyciężyła. Gdy tylko przekroczyłam próg, poczułam się tak, jak gdybym trafiła do innego świata – wypełnionego czarem, kolorami, mądrością oraz – zwłaszcza – *tajemnicami*.

Na półkach leżały mydła, olejki i kamienie – cała masa kamieni. Wskazałam na jeden i powiedziałam: – To najpiękniejsza rzecz, jaką kiedykolwiek widziałam.

Usłyszała to właścicielka sklepu.

– Ten kryształ to ametyst. Pochodzi z Brazylii i emituje uspokajającą energię – powiedziała. – Weź go w ręce i przytrzymaj. Poczuj jego wibrację.

Nie miałam zielonego pojęcia, o czym ona mówi. Kryształy? Energia? Wibracja? O co jej chodziło? Musiała zobaczyć zmieszanie na mojej twarzy, bo zanim zorientowałam się, co się dzieje, podeszła do mnie, włożyła kryształ w moje ręce i spłótła moje palce wokół chłodnej powierzchni.

– Po prostu to poczuj – powiedziała.

Tak też zrobiłam. Trzymałam kryształ w rękach i poczułam. Następnie wzięłam kolejny, a później jeszcze jeden – i zostałam w sklepie aż do jego zamknięcia.

Tego dnia zaczęło się moje podwójne życie. Za dnia byłam wziętą agentką nieruchomości, ale cały mój wolny czas spędzałam w tym małym sklepiku z kamieniami. Coś przenikliwego działało się wewnątrz mnie – tak, jakby energia kryształów wciągała mnie do ich świata. Byłam nimi zauroczona. Czasami pragnęłam móc wcisnąć pauzę w moim „prawdziwym życiu”, by spędzić więcej czasu z tymi niesamowitymi kamieniami.

Musiałam dowiedzieć się więcej o każdym z nich – to tak jak z nowymi przyjaciółmi. Zapytałabym: – Skąd jesteś? Z Brazylii? Peru? Madagaskaru? – Właścicielka sklepu powiedziała mi, że każdy z kamieni jest unikalny i emituje wibracyjną energię, która może posłużyć za narzędzie do przebudzenia, zmiany i transformacji czyjegoś życia. Ale jak kamień miałby to zrobić? A jeśli byłoby to prawdą, to dlaczego więcej osób nie mówi o tej starożytnej tajemnicy? Choć moja wewnętrzna sceptyczka wątpiła, to koniec końców została pokonana przez ciekawską badaczkę. Kupiłam parę kryształów i ułożyłam je wokół mojego domu.

Na początku jedynie na nie patrzyłam. Z czasem zaczęłam brać w ręce ametyst każdego wieczora, przed ułożeniem się do snu. To było tak, jak gdyby w jego wnętrzu znajdował się malutki świat energii, którego nie mogłam dostrzec gołym okiem. Stałam się ludzką gąbką – poszukiwałam wszelkich informacji na temat kryształów, które tylko



mogłam znaleźć. Kupiłam jedną z nielicznych książek, które były w tym czasie dostępne i przeczytałam ją od deski do deski w ciągu jednego dnia. Następnego dnia zadzwoniłam do autorki i zapytałam, czy zechciałaby porozmawiać ze mną na temat

kryształów. Nie minął tydzień, a ja wsiałam na pokład samolotu, by udać się na hawajską Big Island. Moja podróż z kryształami oficjalnie się rozpoczęła.

Po pewnym czasie praca z kryształami całkowicie mnie pochłonęła. Pieniądze,



które zarabiałam na sprzedaży nieruchomości, inwestowałam w podróże dookoła świata, podczas których spotykałam się z szamanami, uzdrowicielami, osobami pracującymi z energią oraz mistrzami feng shui.

Kiedy przyjaciele proponowali mi, żebyśmy się gdzieś wieczorem wybrali, moja standardową wymówką stało się: – Przepraszam, nie mogę. Mam już plany z moimi kryształami. – Tak, uważali, że jestem niespełna rozumu. Jednak wiedziałam, że kryształy prowadziły mnie w magiczną podróż i że wreszcie czułam się w pełni żywa.

Chociaż moja podróż z kryształami jest wyzwalająca, wzmacniająca i pouczająca, to jest również wymagająca. Zaczęłam interesować się kryształowym światem na długo przed jego wejściem do głównego nurtu – dziś możesz kupić sobie kryształ w sieci sklepów Target! Nazywano mnie różnie – od „wiedźmy” do „dziwaczki”. (Dwadzieścia pięć lat później ludzie wciąż tak na mnie mówią, ale teraz, gdy jestem starsza i mądrzejsza, uważam to za komplementy).

Podążanie duchową ścieżką nie jest dla osób o słabych nerwach. Czasami łatwiej



jest po prostu unikać wewnętrznych zmagañ, które się z tym wiążą. Niekiedy może to być także samotny proces. W początkowym okresie często zdarzało mi się podróżować do odległych miejsc, by spotkać się z uzdrowicielami i szamanami w dżunglach Belize lub udawać się na długie wędrówki do ośrodków odosobnienia w samym sercu Bali. Jednak nawet podczas tych samotnych dni czułam otuchę płynącą z energii Ziemi, tętniących życiem roślin i starożytnych kamieni, które mnie otaczały.

Dużą część informacji na temat kryształów i ich leczniczych właściwości

przekazano mi ustnie. Doświadczyłam na swoim ciele kryształowych siatek, a także działania kamiennych medycznych kręgów na środku pustyni. Nadszedł jednak czas, by zebrać wszystko, czego się nauczyłam i podzielić się tą wiedzą z innymi. Na długo przed tym, jak zyskały popularność, zaczęłam wykonywać masaż z użyciem kryształów oraz gorących kamieni. W sekrecie umieszczałam kryształy w domach, które sprzedawałam, by zrównoważyć energię danej nieruchomości. Rozdawałam kryształy przyjaciółom i prosiłam, by zgłaszali mi wszystkie zmiany lub przełomy, które

mogły przydarzyć się w ich życiach. Największą radością szybko stało się dla mnie obserwowanie, jak innym zaczyna się powodzić dzięki tajemnicom, którymi się z nimi podzieliłam.

Oznaczało to, że musiałam podjąć decyzję: czy powinnam podążać naprzód ku nieznanemu i całkowicie poświęcić się nauce sekretnych rytuałów leczenia kryształami? Czy może powinnam pozostać skulona, bezpieczna w szalonym, ale przynoszącym sukcesy świecie nieruchomości? Wciąż musiałam przecież opłacać rachunki, a oszczędności, które zgromadziłam, wkrótce miały się skończyć.

Wybrałam kryształy – a być może to one wybrały mnie. Weszłam na ścieżkę samotniczki, poszukiwaczki przygód oraz prawdy. Spędziłam z kryształami – o których zaczęłam myśleć jako o „opiekunach mądrości” – wiele godzin. Moje życie na zawsze się zmieniło.

To było świetne. Wyzwalające. Trudne.

Gdy moi przyjaciele kupowali domy i zakładali rodziny, ja kupowałam kryształy. Ludzie mnie nie rozumieli – a czasami sama siebie nie rozumiałam. Jakim cudem się taka stałam? Moi rodzice wychowali mnie, wysłali na studia i dali mi solidne podstawy nie po to, bym skończyła jako uzdrowicielka zajmująca się energią kryształów. Mądra kobieta powiedziała mi kiedyś: – Podróż, w którą się wybrałaś, nie należy do łatwych, ale okaże się najbardziej satysfakcjonująca. – Miała rację.

Być może największą nagrodę otrzymałam pod postacią mojej najlepszej przyjaciółki z dzieciństwa, Timmi. Kiedy zajmowałam się moimi kryształowymi podróżami, Timmi pięła się w górę po szczeblach drabiny przemysłu odzieżowego. Była nadzwyczaj dobrą sprzedawczynią, a ja nie mogłabym być bardziej dumna z sukcesu mojej przyjaciółki. Bardzo się ucieszyłam, kiedy zaproponowała mi współpracę. Tworzyliśmy naturalny zespół. Ona miała wiedzę na temat produkcji, a ja znałam sekrety kryształów. Tak oto powstało Energy Muse – nasza firma oparta na energii kryształów.

Nasz biznes się rozwinął – od oferty intencjonalnej kryształowej biżuterii do wytworzenia globalnej świadomości na temat korzyści związanych z kryształami, demistyfikacji ich reputacji jako nieposiadających podstaw naukowych oraz objaśnienia, jak używać ich w prostych, codziennych rytuałach. Poświęciliśmy dekady na rozwój relacji z górnikami z całego świata, którzy zajmowali się wydobywaniem kryształów, by znaleźć kamienie pozyskiwane w etyczny sposób oraz charakteryzujące się najwyższymi wibracjami. Każdego dnia pracujemy, by pomóc ludziom w przypomnieniu sobie o ich własnej, osobistej mocy, dzięki wykorzystaniu najczystszej rodzaju energii – Matki Ziemi.

Miłość jest w Ziemi.

MELODY,

badaczka kryształów



RYTUAŁ MEDYTACYJNEGO WIRU

RAMY CZASOWE:

od 11 do 30 minut – jako pierwsza czynność o poranku

Włączając kryształy do swojej praktyki medytacji, wyniesiesz ją na wyższy poziom. Trzymanie ich w dłoniach i otaczanie się ich energią pogłębi zarówno twoją medytację, jak i połączenie z Ziemią.

Połączenie energii szungitu i selenitu z twoją codzienną medytacją utworzy harmonizujące doświadczenie – zarówno ugruntowujące, jak i podnoszące na duchu. Gdy szungit pracuje, by oczyścić twój umysł, ciało oraz duszę z toksyn, selenit działa kojąco i chroni cię – powstaje perfekcyjna synergia. Selenit ma w sobie energię subtelności, delikatności, transformacji oraz kobiecości – yin, natomiast szungit zawiera energię mocy, logiki, kontroli, wiedzy oraz męskości – yang. Kiedy będziesz medytować, dualizm tych energii stworzy wokół ciebie wir, przynosząc równowagę twojemu polu energii.

BĘDZIESZ POTRZEBOWAĆ:

- 4 sześciątów szungitu, by podczas medytacji stworzyć wokół siebie wir ugruntowującej i ochronnej energii
- 2 kryształów selenitu (o takich rozmiarach, by wygodnie zmieściły ci się w dłoniach), aby natchnąć całe twoje ciało energią światła
- 1 pęczka szatwii
- 1 pióra
- 1 muszli uchowca lub innego ognioodpornego pojemnika na popioły z szatwii
- Czasomierza
- 1 poduszki medytacyjnej lub krzesła

RYTUALNE KROKI:

1. Okadź szatwią swoje otoczenie i oczyść kryształy (strona 44).
2. Usiądź wygodnie – na podłodze, poduszce medytacyjnej lub na krześle – ze stopami pewnie osadzonymi na podłodze.



3. Trzymaj kamienie szungitu w swoich dłoniach, zamknij oczy i weź 3 głębokie wdechy. Powiedz – na głos lub w myślach – następujące słowa: „Proszę, by najwyższa vibracja miłości i światła połączyła mnie z moją najwyższą jaźnią, by usunąć całą niechcianą energię i wszelkie poprzednie programowanie. Nakazuję tym kryształom, by przyjęły intencję ugruntowania mojej energii w Ziemi. Dziękuję, dziękuję, dziękuję”.
4. Odłóż kryształy szungitu na bok i weź w dłonie kryształy selenitu. Zamknij oczy i weź 3 głębokie wdechy. Na głos lub w myślach powiedz następujące słowa: „Proszę, by najwyższa vibracja miłości i światła połączyła mnie z moją najwyższą jaźnią, by oczyścić całą niechcianą energię i wszelkie poprzednie programowanie. Nakazuję tym kryształom, by przyjęły intencję oczyszczenia mojego pola energii i natchnęły moje ciało, umysł oraz duszę płynnym światłem. Dziękuję, dziękuję, dziękuję”.
5. Umieść jeden szungit na podłodze bezpośrednio przed sobą, a drugi za sobą. Stworzysz w ten sposób kształt diamentu, z kryształami w roli czubków.
6. Weź w obie dłonie po jednym selenicie.
7. Ustaw czasomierz na 11 do 30 minut – w zależności od tego, jaki czas wydaje ci się najbardziej komfortowy.
8. Zaczynij głęboko wciągać powietrze nosem i wypuszczać je ustami.
9. Wypuść wszystko, czego nie chcesz już się trzymać – strach, złość, stres, lęk i tak dalej. Wizualizuj, jak szungit wchłania całą twoją niechcianą energię.
10. Wyobraź sobie, że wdychasz światło. Wizualizuj nad swoją głową promień białego światła, który oblewa cię swoją wiązką. Wizualizuj kolumnę białego światła wydostającą się z kryształów selenitu w twoich dłoniach, by ochronić obie strony twojego ciała.
11. Kontynuuj, aż usłyszysz dźwięk czasomierza. Jeśli w twoim umyśle pojawią się inne myśli, powróć do wydychania niechcianej energii i wdychania światła.
12. Raz w tygodniu oczyszczaj szungit z całej niechcianej energii, którą wchłonął podczas medytacji – przemyj go wodą i umieść bezpośrednio w świetle słonecznym na czas od 2 do 4 godzin.
13. Czyść selenit raz na 2 tygodnie. Po więcej informacji na temat czyszczenia kryształów zajrzyj na stronę 44.

MODLITWA MEDYTACYJNA

Chaotyczne dni stawały się normą dla Timmi – mojej partnerki biznesowej i najlepszej przyjaciółki. Podczas jednego z tych typowych dni odebrała telefon, a dzień pograżył się nagle w jeszcze większym chaosie. Usłyszała pełen paniki głos męża: – Chyba zerwałem ścięgno Achillesa podczas gry w tenisa. Musisz zabrać mnie na oddział ratunkowy. – Szybko zabrała dzieciaki i opuściła dom, zapominając, że w piekarniku piekła się lasagne.

Kilka godzin później, gdy siedziała w szpitalnej poczekalni, jej telefon zadzwonił ponownie. Tym razem dzwonił sąsiad, pytając czy jest w domu, ponieważ nieustannie dudnił w nim alarm przeciwpożarowy. Jej męża właśnie zabierano na nagłą operację, ale Timmi musiała gnać do domu, by zająć się alarmem.

Kiedy otworzyła drzwi frontowe, powitały ją kłęby czarnego dymu z jej spalonej lasagne. Zaczęła gorączkowo otwierać okna i prawie poślizgnęła się na kałuży wody na podłodze. W pralni coś przeciekało!

Timmi stanęła jak wryta i krzyknęła najgłośniej, jak potrafiła: – Boże, co takiego zrobiłam, by sobie na to zasłużyć?! – Czy Bóg zesłał na nią więcej, niż była w stanie znieść? Następnego nocy otrzymała odpowiedź na to pytanie.

Wraz z Timmi zostałyśmy zaproszone do kościoła katolickiego, by posłuchać

jak kobieta imieniem Immaculée Ilibagiza dzieli się opowieścią o swojej wierze. W 1994 roku, podczas ludobójstwa w Rwandzie, straciła całą swoją rodzinę oprócz brata, który studiował poza krajem. Przez 91 dni żyła w ukryciu razem z siedmioma innymi kobietami, w łazience, która była nie większa niż metr kwadratowy. Te dni były pełne strachu przed tym, że ich kryjówka zostanie wykryta. Znajdowała się w stanie nieustannej modlitwy, czytała Biblię i modliła się za pomocą swojego różańca od przebudzenia aż do momentu, gdy ponownie zapadła w sen.

Kiedy w końcu udało jej się uciec, Immaculée natknęła się na człowieka, który miał w ręku maczetę i groził, że ją zabije. Przez dłuższą chwilę gromiła go wzrokiem, a jej energia sprawiła, że oszczędził jej życie – jak gdyby wydarzył się cud. Innym razem spotkała się twarzą w twarz z mężczyzną, który zamordował jej matkę oraz brata. Nie zaatakował go, ani nie uciekła w popłochu, lecz powiedziała: – Wybaczam ci. – Immaculée przypisuje swojej wierze zasługę za to, że umiała sobie poradzić w obu tych sytuacjach z tak wielką siłą i gracją.

Jej tragiczna historia poruszyła każdego w kościele. Timmi spojrzała na mnie ze łzami w oczach i wyszeptowała: – Właśnie zdałam sobie sprawę, że moja wiara nie jest tak silna, jak myślałam. – Timmi poczuła wtedy w głębi serca, że aby przetrwać swoje życiowe wzloty i upadki, musiała zacząć codziennie się modlić.



GLOSARIUSZ



AGAT DRZEWNY: łączy cię na wyższym poziomie z Ziemią oraz naturą. Usuwa blokady wewnątrz pola energii twojego ciała, aby otworzyć przepływ dostatku oraz pomyslności.



AGAT KORONKOWY: jeden z najlepszych kryształów służących do złagodzenia lęku oraz stresu. Jego uspokajający niebieski kolor emituje kojące wibracje, które przynoszą spokój umysłu oraz rozluźnienie.



AGAT MSZYSTY: powiązany z naturą oraz duszą Ziemi. Przynosi nowe początki oraz promuje uwolnienie się od starych nawyków, przyciągając równocześnie bogactwo oraz dostatek.



AMETYST: naturalny lek na stres, który pobudza także wewnętrzną siłę, spokój, rozwój duchowy oraz intuicję. Przyciąga pozytywną energię, a jednocześnie pozbywa się negatywnej.



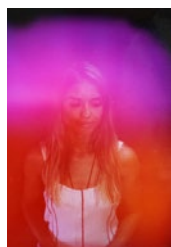
ANGELIT: łączy cię z twoimi aniołami, by ochronić całe twoje ciało. Pomaga złagodzić napięcie, stres i złość, a jednocześnie ułatwia przebaczenie oraz stymuluje leczenie.



APATYT NIEBIESKI: motywacyjny oraz inspirujący kryształ, który oczyszcza twój umysł, wzmacnia osobistą moc i stymuluje kreatywność. Wiele osób korzysta z jego asysty także podczas starań o utratę wagi.



APOFILIT: wysoko wibrujący kryształ, który emanuje światłem, by pobudzić duchowo twoją duszę. Trzymanie go w dłoniach pomaga natychmiast złagodzić stres, strach, lęk oraz zmartwienia.



AURA: niewidzialne, elektromagnetyczne pole energii, które rozszerza się wszędzie wokół ciała na odległość od około 90 centymetrów do 1,5 metra.



AWENTURYN: jeden z najszczęśliwszych kryształów – szczególnie dobrze wpływa na objawienie dobrobytu oraz bogactwa. Mówi się, że jego pomyslna energia zwiększy twoje szanse powodzenia w każdej sytuacji.



BAZALT: czarna skała wulkaniczna, która powstaje w wyniku gwałtownego ochłodzenia się lawy bazaltowej. Przynosi stabilność, sprzyja odwadze i zwiększa twoje poziomy energii.



CELESTYN: znany ze swojej zdolności do zapraszania aniołów do wnętrza twojej przestrzeni oraz wspierania twojego połączenia z wyższymi krainami. Ma w sobie delikatną, dodającą otuchy energię, która łagodzi ciężkie nastroje, smutek oraz lęk.



CHRYZOKOLA: spokojny, kojący kryształ, który przyciąga dobre samopoczucie w momentach pełnych stresu, podczas zmian oraz przemian. Krzewi przejrzystą komunikację oraz autoekspresję, wzmacniając tym samym twoją zdolność do odczuwania miłości.



CHRYZOPRAZ: aktywuje i otwiera twoją czakrę serca, dzięki czemu pobudza radość, optymizm oraz szczęście. Przypomina ci, byś pozwoliła sobie na otrzymywanie z otwartym sercem.



CYTRYN: kamień szlachetny światła, szczęścia, dostatku oraz objawienia. To jeden z niewielu kryształów, który nie trzyma w sobie negatywnej energii.



CZAKRA: określenie, które w sanskrycie oznacza „koło”. Wierzy się, że istnieje siedem głównych czakr – lub kołowroteków energii – które znajdują się pośrodku ciała, zaczynając od pierwszej czakry na podstawie kręgosłupa i idąc w górę ciała, do siódmej czakry, która znajduje się na czubku głowy. (Przejdź na stronę 293, by znaleźć dodatkowe informacje na temat każdej z czakr oraz kryształów powiązanych z poszczególnymi centrami czakr).



CZARNY OBSYDIAN: ma w sobie duchowo ugruntowującą wibrację, która łączy cię z energią Ziemi. Zapewnia także psychiczną ochronę oraz usuwa wszelką negatywną energię z twojej aury.



CZARNY ONYKS: potężny kryształ ochronny, który pomoże osłonić umysł, ciało oraz duszę przed negatywną energią. Chroni twoje osobiste pole energii i pomaga opanować lęki, pozostawiając cię z poczuciem pewności i bezpieczeństwa.



CZARNY TURMALIN: jeden z najpotężniejszych kryształów służących do ochrony oraz pozbycia się negatywnej energii. Pomaga wchłaniać energię elektromagnetyczną oraz usuwać wszelkie blokady energii wewnątrz twojego ciała lub przestrzeni.



DUMORTIERYT: nazywa się go kamieniem ciepłowości, otwarcia drzwi wglądu oraz aktywacji czakry trzeciego oka. Wzmacnia twoją siłę woli w odniesieniu do nauki.



FLUORYT: kryształ, w którym rezydują tęczce. Pomaga przywrócić równowagę oraz zaprowadzić ład w chaosie. Fluoryt podnosi także twoje skupienie i przynosi jasność umysłu.



FUCHSYT: nazywany często kryształem wrózek ze względu na to, że pozostawia po sobie lśniące zielone i złote drobinki, przypominające magiczny pył. Sprzyja wesołości, relaksowi oraz cudom, łącząc cię z twoim sercem na głębszym poziomie.



GABRO INDYGO: magiczny, intuicyjny oraz duchowy kamień, sprawdza się podczas medytacji oraz łączenia się z wymiarem duchowym. Jego energia cię pochwyty i pociągnie twoją energię w dół, ku jądro Ziemi, pomagając ci poczuć skupienie, byś mogła przezwyciężyć to, co rozprasza twoją uwagę.



GRANAT: kamień pasji oraz energii, który gwarantuje spokojny przepływ energii przez ciało. Łączy się z twoją czakrą podstawy, by pomóc ci poczuć się bardziej ugruntowaną oraz związaną ze sobą w chwili terażniejszej.



HELIOTROP: usuwa wszelkie blokady energii oraz negatywną energię z twojego ciała i aury. Zwiększa odporność, pobudza wytrzymałość i przyciąga energię.



HEMATYT: najlepszy kamień ugruntowujący, który pozostawi cię z poczuciem większej równowagi, spokoju oraz wycentrowania. Eliminuje negatywność z twojego ciała i przyciąga ją do siebie.



JADEIT: kamień bogactwa, pomysłności oraz dostatku, który pomoże ci osiągnąć cele, dostrzec ograniczenia, które sama na siebie nałożyłaś oraz objawić twoje marzenia w rzeczywistości.



JASPIS: mówi się, że symbolizuje krew Ziemi. Głęboko połączy cię z jej wibracjami, przyciągając ugruntowującą energię oraz głębsze zrozumienie siły natury.



JASPIS CZERWONY: potężny kamień szlachetny, który zapewnia ochronę oraz stabilność. Pobudza pozytywne nastawienie, zwiększając motywację oraz poziom energii, by zachęcić cię do podjęcia działania w swoim życiu.



JASPIS KAMBABA: zapewni ci inspirację oraz odwagę potrzebną do bezpośredniego zmierzenia się z twoimi lękami. Łagodzi także stres i przywraca równowagę umysłu, ciała oraz duszy.



JASPIS OCEANICZNY: idealny kryształ na poprawę nastroju. Pozwala ci odnaleźć szczęście w chwili teraźniejszej, uspokajając umysł, ciało oraz duszę, by stworzyć trwały stan błogości.



JASPIS ZEBRA: jednoczy energie yin i yang. Czarno-białe ubarwienie symbolizuje równowagę. Pozwala nam ujrzeć dobro w „złej sytuacji” i rozpoznać „zło” w dobrej, aby zdać sobie sprawę z prawdy każdej z nich.



KALCYT POMARAŃCZOWY: energetyzujący kryształ, który pomaga w sprawieniu, że pozytywna energia zacznie poruszać się na wskroś twojego ciała – szczególnie w obszarach kreatywności oraz seksualności. To świetny kamień do noszenia przy sobie za każdym razem, gdy wyruszasz w nową podróż lub podejmujesz się nowych przedsięwzięć.



KALCYT ZIELONY: emituje kojące, uspokajające energie, by przywrócić równowagę umysłu, ciała oraz duszy. Pomaga w usunięciu starych wzorców energii oraz systemów przekonań, aby przyciągnąć pieniądze oraz pomyślność.



KAMIEŃ KSIĘŻYCOWY: kamień przeznaczenia. Silnie związany z energią Księżyca, równowazy yin: lub kobiecą energię: wewnątrz ciała. To także jeden z najlepszych kryształów związanych z płodnością.



KAMIEŃ SŁONECZNY: nosi w sobie światło oraz radosne energie Słońca. To kamień o niezwykłych właściwościach ochronnych, który stymuluje twoją osobistą moc, inwencję twórczą, siłę oraz cechy przywódcze.



KAMIEŃ TYSIĄCA SŁOŃC: generator energii, który pomaga ci w osiągnięciu celów. Jego drobinki miedzi odpierają wszelkie niechciane energie.



KARNEOL: kryształ odwagi, witalności, seksualności, pewności siebie oraz działania. Aktywuje pierwsze trzy czakry, by wywołać przyływ sił witalnych oraz kreatywnych energii.



KIANIT CZARNY: równowążący kryształ, który korzystanie wpływa na oczyszczanie przestrzeni, ochronę energetyczną oraz odpuszczenie wszystkiego, co nie jest dostosowane do twojego najwyższego dobra. Pomaga dopasować wszystkie czakry, usunąć wszelkie zaburzenia równowagi lub blokady wewnątrz każdego z centrów.



KRYZTAŁ GÓRSKI: kamień przejrzystości, który aktywuje i wzmacnia twoją zaprogramowaną intencję. Podnosi także poziom energii wszystkich innych kryształów, z którymi wejdzie w kontakt.



KRYZTAŁOWE SIATKI: potężne narzędzie służące do objawienia celów, pragnień oraz intencji, które jednoczy energie kryształów, święty wzór geometryczny oraz twoją intencję. Połączenie tych trzech rzeczy pomaga w znacznie szybszym objawieniu się rezultatów.



KUNZYT: kryształ oparty na sercu, wypełni twoje życie energią miłości. Łagodzi także lęk, stres, a nawet pomaga przy problemach ze snem, takich jak bezsenność.



KWARC DYMNY: ugruntowujący, stabilizujący kamień, który przyciąga centrujące energie. Pomaga przezwyciężyć negatywne emocje, takie jak stres, strach, zazdrość oraz złość.



KWARC FANTOMOWY: powstaje, gdy rozwój kryształu zostaje zakłócony. Następnie zaczyna rosnąć ponownie. Każde złożone mineralne wygląda niczym „duch” lub kryształ w kryształ, prezentując jego historię życia oraz ewolucję kwarcu fantomowego.



KWARC FLAME AURA: nazywany kwarcem tytanowym lub tęczowym; usuwa blokady energii, strach oraz wątpliwości, szczególnie te, które hamują inwencję twórczą. Mówi się, że połączenie się z jego tęczową energią rzuca światło na twój duchowy cel w tym życiu.



KWARC LEMURYJSKI: uważa się go za jeden z „mistrzowskich kryształów”. Uczy jednorodności oraz pomaga zaakceptować swoją własną indywidualność. Mówi się, że bruzdy – lub przypominające drabinę prążki – pełnią rolę „schodów do nieba”, odblokowując ukryte informacje przechowywane w jego wnętrzu.



KWARC LITOWY: promuje emocjonalny spokój, ukojenie stresu oraz relaks. To potężny, lecz łagodny kamień, który uskrzydli twój umysł, ciało oraz duszę. Swoją różową kolor zawdzięcza naturalnej obecności litu, którego często używa się w produkcji antydepresantów oraz leków przeciwłękowych.



KWARC MANDARYNKOWY: powiązany z czakrą sakralną kryształ, który promuje inwencję twórczą, równowagę emocjonalną oraz zmysłowość. Przypomina ci o utrzymywaniu zdrowego balansu pomiędzy aspektami dawania oraz otrzymywania w relacjach z przyjaciółmi, rodziną oraz partnerem.



KWARC RÓŻOWY: otwiera serce na wszystkie rodzaje miłości: miłość do siebie, do rodziny, romantyczną oraz do wszystkiego, co znajduje się na Ziemi. Pomaga podwyższyć poczucie własnej wartości, przywrócić pewność siebie oraz zrównoważyć emocje.



KWARC TEKTONICZNY: kryształy górskie, które liczą sobie miliony lat. Znajdujące się na nich pręgi oraz bruzdy powstały pod wpływem ruchu płyt tektonicznych głęboko we wnętrzu Ziemi.



KWARC TURMALINOWY: połączenie kryształu górskiego z inkluzjami czarnego turmalinu. Odbija negatywną energię i jednocześnie pomaga odblokować wszelkie blokady energii wewnątrz ciała.



LABRADORYT: kryształ przeznaczenia, świadomości oraz mocy, która łączy cię z energią światła. Tworzy energetyczną tarczę, która zabezpiecza aurę oraz wzmacnia osobisty zapas energii.



LAPIS LAZULI: kryształ świadomości, wglądu oraz prawdy. To jeden z najstarszych kamieni szlachetnych – pojawiał się w starożytnych opowieściach od zarania dziejów. Słynny złoty sarkofag Tutanchamona udekorowano dużą ilością tych kamieni.



LEPIDOLIT: wspiera cichą, spokojną i kojącą energię. To jeden z najlepszych kryształów na złagodzenie lęku, ponieważ naturalnie występuje w nim lit. Połącz się z tym kamieniem w chwilach stresu oraz chaosu.



ŁĄCZENIE PRZEWODÓW: dzielenie się energią, która może zadziałać jako energia siły witalnej łącząca dwoje ludzi. Może być pozytywna lub negatywna, może być także czymś intencjonalnym lub czymś, co wydarzyło się bez twojej wiedzy.



MALACHIT: kamień transformacji, który działa oczyszczająco na czakrę serca. Pomaga zrównoważyć umysł, by przynieść ulgę rozproszonym, nieukierunkowanym uczuciom.



MANTRY: instrumenty umysłu dla medytacji oraz objawienia. Mantry to potężne dźwięki lub vibracje, które możesz wykorzystać, by skupić umysł i wejść w głęboki stan medytacji.



MOKAIT: przyciąga potężne energie lecznicze, ugruntowujące oraz ochronne. Występujący w gamie intensywnych, ziemistych kolorów kamień pobudza twój zmysł przygody oraz wypycha cię ze strefy komfortu.



MUSZLA UCHOWCA: te muszle znane są jako Uszy Morza ze względu na ich zażyły związek z oceanem. Często wykorzystuje się je podczas smużenia, by zgasić płonąca szalwzię.



NASZYJNIK MALA: często nazywany „girlandami medytacji”. Składających się ze 108 paciorków naszyjników mala tradycyjnie używa się w medytacji Japa, podczas której raz za razem wypowiada się mantrę lub afirmację, wykorzystując paciorki do liczenia.



NUUMMIT: jeden z najstarszych minerałów na Ziemi, uformowany ponad trzy miliardy lat temu. Wydobywa negatywne lub zewnętrzne energie, by oczyścić twoje pole energii, przynosząc stabilność oraz ugruntowujące energie, które pomogą ci zasnąć.



OBSYDIAN TĘCZOWY: pielęgnuje i ożywia serce po doświadczeniu emocjonalnej traumy – na przykład kiedy zostanie złamane, podczas opłakiwania straty ukochanej osoby lub w okresie żałoby. Pomaga uleczyć serce oraz ożywić ciało emocjonalne.



OLIBANUM: wysoko wibrująca, święta żywica zbierana u wybrzeży Somalii oraz na Półwyspie Arabskim. Spalenie jej pozwala „zdezynfekować” przestrzeń z negatywnej energii, a jednocześnie zapewni ci ochronę oraz podniesie twoją duchową świadomość.



PALO SANTO: święte drewno z drzew Palo Santo rosnących w Ameryce Południowej. Mówi się, że dym z zapalonego Palo Santo posiada moc uzdrawiania, oczyszczania oraz terapeutycznego leczenia, która pobudza inwencję twórczą oraz przyciąga błogosławieństwa.



PAWI KRUSZEC: przypomina intensywne kolory pawiego ogona. To kamień kreatywności, szczęścia, innowacji oraz błogosławieństwa, który podnosi twórcze energie oraz stymuluje powstawanie nowych pomysłów



PIRYT: zaprasza sukces, pomysłność oraz bogactwo. Jego refleksyjna powierzchnia odbija negatywną energię, działając jako tarcza ochronna.



PROGRAMOWANIE: odciśnięcie twojej skupionej intencji w kryształach.



RODONIT: kamień przebaczenia i współczucia. Nazywany kamieniem ratowniczym, nosi w sobie potężną leczniczą wibrację, która przynosi ulgę od strachu oraz może pomóc podczas kłopotów w związku.



SELENIT: idealny kryształ na oczyszczenie energii. To jeden z kilku kryształów posiadających zdolność szybkiego odblokowania beczynnej energii oraz usunięcia negatywnej. Wywołuje także uspakajającą energię, by przynieść głęboki spokój oraz przejrzystość umysłu.



SKAMIENIAŁE DREWNO: było to niegdyś żywe, oddychające drzewo, które skamieniało w ciągu tysięcy lat. Działa kojąco na twoje nerwy, wypełniając cię poczuciem dobrostanu oraz bezpieczeństwa.



SMUŻENIE: najszybszy i najskuteczniejszy sposób na oczyszczenie twojej przestrzeni oraz kryształów. Palenie szalwii usuwa negatywną energię, neutralizuje energię twojej przestrzeni oraz poprawia intuicję. Smużenie pomaga przynieść ulgę od zmartwień, otworzyć umysł, pozbyć się negatywnych myśli oraz uczuć, a także zharmonizować ciało poprzez uwolnienie stresu z twojej duszy.



SODALIT: ze względu na wysoką zawartość soli, manganu oraz wapnia, ten kamień wywiera na ciele harmonizujący, kojący efekt. Pomaga wzmocnić twoją pewności siebie, komunikację, inspirację oraz intuicję.



SÓL HIMALAJSKA: potężne narzędzie do oczyszczenia i detoksykacji twojego domu. Mówi się, że wchłania wszelką negatywną energię, toksyny lub alergeny, które znajdują się w twojej przestrzeni, sprawiając, że stanie się czysta, pełna światła i pozytywności.



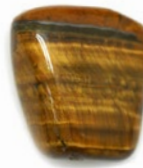
SZAŁWIA: zioło mające w sobie energię, która jest podstawą usuwania i oczyszczania negatywnej energii z osoby, przestrzeni lub kryształu. Kiedy się ją zapali lub użyje do smużenia, staje się najszybszym sposobem na pozbycie się negatywności.



SZUNGIT: „cudowna cząsteczka” XXI wieku. Mówi się, że liczy sobie około dwóch miliardów lat. Oczyszcza ciało z substancji toksycznych wchłaniając oraz eliminując wszelkie negatywne lub zagrażające zdrowiu energie. Świetnie sprawdza się w roli ochrony przed PEM (polem elektromagnetycznym), podczas oczyszczenia ciała oraz do ogólnego leczenia i zapewnienia równowagi.



TURKUS: znany jako mistrzowski uzdrowiciel. Mówi się, że jest mostem pomiędzy rajem, niebem a Ziemią. Jako kamień czakry gardła sprzyja szczerości oraz otwartej komunikacji, płynącej z serca.



TYGRYSIE OKO: słoneczny kamień odwagi, siły, woli oraz osobistej mocy. Pomaga ci dostrzec pozytyw w każdej sytuacji i wzmacnia uczucia optymizmu. Jest także znakomitym sposobem na przyciągnięcie nowych możliwości, pomysłu oraz bogactwa.



UNAKIT: równoważy czakrę serca oraz męskie i żeńskie energie, które rezydują w każdym z nas. To potężny kamień do emocjonalnego leczenia, który pozwala nam odnieść się do negatywnych emocji, które w sobie trzymamy i dokonać przekształcenia samych siebie z pozycji miłości.



ZOISYT RUBINOWY: połączenie płomiennego rubinu z ziemistym zoisytom. To kamień serca, mający w sobie energię namiętności oraz cierpliwości, równoważący wewnątrz ciała energie męskie oraz żeńskie.



WANADYNIT: ten silnie związany z żywiołem ognia oraz czakrą sakralną kryształ jest potężnym wzmacniaczem kreatywności oraz energii. Pomaga ci w lepszym skupieniu się na swoich zadaniach, usuwając wszelkie blokady – szczególnie te, które hamują kreatywność.

ZASOBY

KRYSZTAŁY:

Energy Muse – www.energymuse.com

Lokalne sklepy metafizyczne oraz wystawy kamieni szlachetnych

MATERIAŁY DO OCZYSZCZANIA ENERGII:

Floracopeia—www.floracopeia.com

Shamans Market—www.shamansmarket.com

Mountain Rose Herbs—www.mountainroseherbs.com

DUCHOWA INSPIRACJA:

mindbodygreen—www.mindbodygreen.com

The Chalkboard Mag—thechalkboardmag.com

The Numinous—the-numinous.com

Tony Robbins—www.tonyrobbins.com

PODUSZKI DO MEDYTACJI:

Samaya—samaya.life

chattra—chattra.com

PRACOWNIE MEDYTACJI ORAZ ŚWIADOME WYJAZDY

The Den (Los Angeles)—denmeditation.com

RA MA Institute—www.ramayogainstitute.com

MNDFL (Nowy Jork)—www.mndflmeditation.com

Maha Rose Center for Healing—www.maharose.com

The Class, Taryn Toomey—taryntoomey.com

Ashley Neese—ashleyneese.com

INSCAPE (Nowy Jork)—inscape.life



Heather Askinosie

Heather Askinosie i Timmi Jandro znają się od dziecka i są swoimi yin i yang. Heather jest ekspertką w dziedzinie mocy kryształów, feng shui oraz medycynie holistycznej. Przez ponad 25 lat uczyła się u najlepszych uzdrowicieli z całego świata, którzy przekazali jej starożytne nauki dotyczące wykorzystywania energii. W 2000 roku Heather i Timmi założyły Energy Muse. Ich misją jest pomaganie ludziom w ponownym połączeniu się z energią Ziemi, dostrojeniu się do swego prawdziwego „ja” i wykorzystaniu swojej wspaniałości.



Timmi Jandro

**Dlaczego kryształy działają?
Jak wybrać kamień odpowiedni dla siebie?
W jaki sposób oczyścić przestrzeń i energię?
Czy z pomocą kryształów można znaleźć miłość i przyciągnąć pieniądze?**

Odpowiedzi znajdziesz w tym pięknie wydanym zbiorze praktycznych technik związanych z energią kryształów i kamieni szlachetnych. Autorki, które każdego dnia przekonują się o ich potężnej mocy, oferują jasno opisane, proste, ale niezwykle potężne rytuały, dzięki którym codzienne dostrojenie się do energii Wszechświata stanie się możliwe. Fotografie i szczegółowe opisy właściwości poszczególnych kryształów i kamieni szlachetnych pomogą ci wykorzystywać je w codziennym życiu. Połączenie z ich spokojną energią poprawi twoje relacje ze sobą i bliskimi.

Dzięki kryształowym rytuałom:

- ❖ będziesz umiał przekształcić życiowe wyzwania w możliwości rozwoju,
- ❖ nauczysz się kochać siebie i przyciągniesz prawdziwą miłość do swojego życia,
- ❖ poprawią się twoje finanse,
- ❖ uwolnisz się od stresu i niepokoju nagromadzonego w ciągu dnia,
- ❖ skutecznie przetniesz toksyczne więzy energetyczne,
- ❖ pozbedziesz się bezsenności i nareszcie odpoczniesz,
- ❖ zyskasz kreatywność, którą wykorzystasz zarówno w życiu codziennym, jak i zawodowym,
- ❖ dowiesz się, jak połączyć się z energią kryształów i wzmocnić się duchowo.

Kryształowe wsparcie w codziennym życiu

Książka Kryształowe rytuały wprawiła mnie w prawdziwy zachwyt. Została napisana z wdziękiem, zawiera w sobie głęboką wiedzę oraz rodzaj magii, który wynika z wielu lat doświadczenia, zaufania oraz pracy w niewidocznych krainach.

dr Christiane Northrup,
autorka bestsellera *Wampirzy energetyczne*

Patroni:

