

Karen Frazier

# Uzdrowianie czakr mocą kryształów



Wykorzystaj energetyczne właściwości  
70 kryształów, by odblokować czakry  
i przywrócić im równowagę



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

**Uzdrawianie  
czakr  
mocą  
kryształów**

Karen Frazier

# Uzdrowianie czakr mocą kryształów

Wykorzystaj energetyczne właściwości  
70 kryształów, by odblokować czakry  
i przywrócić im równowagę



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

REDAKCJA: Ewelina Kuryłowicz  
SKŁAD: Krzysztof Remiszewski  
PROJEKT OKŁADKI: Krzysztof Remiszewski  
TŁUMACZENIE: Kamila Knockenhauer

Wydanie I  
Białystok 2022  
ISBN 978-83-8301-175-2

Tytuł oryginału: *Chakra Crystals: A Beginner's Guide to Self-Healing with Chakra Stones*

Copyright © 2021 by Rockridge Press, Emeryville, California

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2021  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

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](http://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](http://www.talizman.pl) – detal  
strona wydawnictwa: [www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND

Dla Chucka

# SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE .....	9
<b>CZĘŚĆ I. PODSTAWY</b> .....	13
ROZDZIAŁ 1. <b>Czakry</b> .....	15
ROZDZIAŁ 2. <b>Kryształy w uzdrawianiu</b> .....	31
<b>CZĘŚĆ II. UZDRAWIANIE CZAKR</b> .....	49
ROZDZIAŁ 3. <b>Czakra podstawy</b> .....	51
Granat .....	57
Hematyt .....	58
Spinel .....	59
Obsydian .....	60
Kamienie Boji .....	61
Magnetyt .....	62
Onyks i sardonyks .....	63
Turmalin czarny .....	64
Kwarc turmalinowy .....	65
Szungit .....	66
ROZDZIAŁ 4. <b>Czakra sakralna</b> .....	73
Karneol .....	80
Kwarc dymny .....	81
Bursztyn .....	82
Topaz .....	83
Kamień księżycowy brzoskwiniowy .....	84
Koral .....	85
Kamień słoneczny .....	86
Kalcyt pomarańczowy .....	87
Aragonit .....	88
Kwarc mandarynkowy .....	89



<b>ROZDZIAŁ 5. Czakra splotu słonecznego</b> .....	97
Cytryn .....	104
Piryt .....	105
Bizmut .....	106
Kalcyt miodowy .....	107
Apatyt żółty .....	108
Fluoryt złoty .....	109
Jaspis trzmielowy .....	110
Tygrysie oko żółte .....	111
Złoty kwarc leczniczy .....	112
Rutyl .....	113
<b>ROZDZIAŁ 6. Czakra serca</b> .....	121
Agat mszysty .....	128
Kwarc różowy .....	129
Malachit .....	130
Kunzyt .....	131
Serpentyn .....	132
Smaragd .....	133
Awenturyn .....	134
Rubin w fuksycie .....	135
Amazonit .....	136
Rodochrozyt .....	137
<b>ROZDZIAŁ 7. Czakra gardła</b> .....	145
Agat koronkowy niebieski .....	151
Celestyn .....	152
Turkus .....	153
Akwamaryn .....	154
Larimar .....	155
Sodalit .....	156
Lapis lazuli .....	157
Labradoryt .....	158



Apatyt .....	159
Tanzanit .....	160
<b>ROZDZIAŁ 8. Czakra trzeciego oka .....</b>	<b>167</b>
Ametyst .....	173
Super seven .....	174
Fluoryt purpurowy .....	175
Lepidolit .....	176
Czaroit .....	177
Sugilit .....	178
Dumortieryt .....	179
Kunzyt fioletowy .....	180
Iolit .....	181
Gabro indygo .....	182
<b>ROZDZIAŁ 9. Czakra korony .....</b>	<b>189</b>
Kwarc czysty .....	195
Mołdawit .....	196
Kamień księżycowy .....	197
Selenit .....	198
Apofyllit .....	199
Obsydian śnieżny .....	200
Danburyt .....	201
Diament z Herkimer .....	202
Agat biały .....	203
Howlit .....	204
<b>ROZDZIAŁ 10. Twoja podróż z uzdrawianiem trwa .....</b>	<b>211</b>
ZASOBY .....	215
BIBLIOGRAFIA .....	218
PODZIĘKOWANIA .....	220
O AUTORCE .....	221





# WPROWADZENIE

Uzdrowianie jest bardzo osobistym procesem, ale to nie znaczy, że musisz iść przez nie sam. Niezależnie od tego, gdzie jesteś na swojej ścieżce uzdrawiania, Wszechświat wyciąga pomocną dłoń, oferując narzędzia i nauczycieli, którzy wspomogą cię na drodze do twojego najwyższego dobra.

Przez większość mojego życia podążałam uzdrawiającą drogą. Na każdym kroku Wszechświat dostarczał mi dokładnie to, czego potrzebowałam, dokładnie wtedy, kiedy tego potrzebowałam. I tak jak każda inna dusza podróżująca w ludzkim ciele, potrzebowałam takiej pomocy często. Sięgałam po pomoc i zawsze otrzymywałam narzędzia i nauczycieli, których potrzebowałam, aby wciąż wzrastać, uzdrawiać się i kroczyć ścieżką mojego najwyższego dobra. Były tam, czekały na mnie, abym je zaangażowała. Jestem wdzięczna za tę pomoc.

Oprócz pomagania mi w mojej własnej podróży uzdrawiającej, Wszechświat dostarczył mi również inny piękny dar: możliwość kroczenia z innymi na ich uzdrawiających ścieżkach.

Przez lata służyłam jako uzdrowicielka energetyczna, mistrzyni Reiki, uzdrowicielka kryształami, medium, uzdrowicielka dźwiękiem, trenerka życia, pisarka i nauczycielka. Jest to nie tylko cel mojej duszy, ale także moja życiowa pasja,





by pomagać innym znaleźć siłę do rozwoju, zmiany i uzdrawiania ich ciała, umysłu i ducha. Jestem w stanie to robić dzięki łasce boskości, pomagając innym identyfikować dary, które Wszechświat oferuje dla ich uzdrowienia, i pracować z nimi.

Kryształy i balansowanie czakr należały do pierwszych narzędzi, z którymi pracowałam na mojej własnej drodze do uzdrowienia. Byłam zafascynowana kryształami od dzieciństwa, a z uzdrawianiem energetycznym i równoważeniem czakr pracuję od czasu, kiedy byłam młodą kobietą. Teraz, kiedy jestem w średnim wieku, kryształy, czakry i inne formy pracy z energią to aspekty mojej dynamicznej, codziennej duchowej i uzdrawiającej praktyki, którą prowadzę. Nauczam jej też tych, którzy chcą wejść na ścieżkę uzdrawiania. Moja praca polega na umożliwieniu tobie (i innym, takim jak ty) uzdrowienia ciała, umysłu i ducha. Informacje i narzędzia pochodzą z Wszechświata; ja jestem tylko przewodnikiem, przez który docierają one do ciebie. Jestem wzruszona i zaszczycona, że pozwolono mi odegrać nawet niewielką rolę w twoim procesie uzdrawiania.

Jeśli wybrałaś tę książkę, to znaczy, że boskość usłyszała twoją prośbę o uzdrowienie i przewodnictwo i wyciągnęła pomocną dłoń. Nie jest błędem, że wybrałaś książkę o czakrach i kryształach do uzdrawiania, ponieważ w tym momencie jest to właściwa ścieżka dla ciebie. Uczenie się o czakrach, które składają się na część systemu energetycznego, który łączy twoje ciało fizyczne z twoim boskim Ja, jak również o kryształach, narzędziach i praktykach, które mogą zrównoważyć swoje czakry, jest ogromnym krokiem w integrowaniu ciała, umysłu i ducha.

W kolejnych rozdziałach pomogę ci zrozumieć, czym są czakry i dlaczego mają znaczenie. Następnie odkryjesz sposoby,



w jakie każda czakra może być zaburzona, co powoduje ich nierównowagę oraz efekty, które możesz zauważyć w swoim ciele, umyśle i duchu. Będziesz badać każdą czakrę, identyfikując specyficzne znaki, które wskazują, kiedy jest ona wyprowadzona z równowagi, oraz fizyczne, umysłowe, emocjonalne lub duchowe symptomy, które możesz zauważyć jako rezultat tego zjawiska. Następnie znajdziesz narzędzia – przede wszystkim kryształy, ale także i inne, które mogą pomóc ci przywrócić równowagę tych centrów energetycznych w celu ułatwienia uzdrowienia i osiągnięcia lepszego samopoczucia.

Jeśli jest to twoje pierwsze podejście do uzdrawiania energetycznego, pracy z czakrami lub kryształami, możesz najpierw przeczytać tę książkę od początku do końca, próbując narzędzi, ćwiczeń i działań po kolei lub tak, jak do ciebie przemawiają. Jeśli masz już jakieś doświadczenie z uzdrawianiem energetycznym lub szukasz rozwiązań dla konkretnych problemów i nierównowagi, możesz przejrzeć rozdziały pod kątem narzędzi i technik, które szybko zaspokoją twoje specyficzne potrzeby. I jeśli naprawdę nie jesteś pewien, gdzie zacząć lub czego szukasz – ale wiesz, że czegoś szukasz – spróbuj zamknąć oczy, skupić się na konkretnym problemie lub pytaniu i otworzyć książkę na przypadkowej stronie, aby odkryć, jak Wszechświat chce, abyś się do tego odniósł.

Jest takie powiedzenie „Kiedy uczeń jest gotowy, pojawia się nauczyciel”. Odkrywanie tej książki jest wskaźnikiem twojej gotowości, a moim gorącym pragnieniem jest, abyś znalazł na tych stronach uzdrawiające rozwiązania, które pomogą ci w twojej podróży. W końcu Wszechświat usłyszał twoją prośbę i teraz wyciąga do ciebie pomocną dłoń, gotową do wspierania twojego uzdrowienia.

\* Najwyższej jakości, starannie wyselekcjonowane kryształy i kamienie szlachetne do nabycia w sklepie [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) (przyp. wyd. pol.).

CZĘŚĆ

I

PODSTAWY

## ROZDZIAŁ 1

# CZAKRY

W ciągu wielu lat pracy z kryształami i uzdrawianiem energetycznym odkryłam, że uczenie ludzi o właściwościach systemu czakr jest jednym z najprostszych sposobów, aby pomóc im zrozumieć ich własną anatomię energetyczną. Jest to również świetny punkt wyjścia dla zrozumienia, jak brak równowagi stanu energetycznego może wpływać na zdrowie fizyczne, psychiczne, emocjonalne i duchowe. Kiedy zrozumiesz swoje czakry, możesz zacząć wprowadzać strategie uzdrawiania, aby przywrócić równowagę energetyczną dla optymalnego samopoczucia. W tym rozdziale znajdziesz szeroki przegląd tego, w jaki sposób systemy energetyczne łączą ciało fizyczne z ciałem eterycznym (lub energetycznym), dlaczego równowaga tych systemów jest ważna i jak czakry w szczególny sposób wpasowują się w anatomię energetyczną. Dowiesz się również, dlaczego energia jest podstawową substancją, która leży u podstaw całej materii i że ścieżka do prawdziwego uzdrowienia zawsze płynie od tego, co energetyczne, do tego, co fizyczne.





## ENERGIA JEST WSZĘDZIE

Obserwowalny Wszechświat, w którym żyjemy i którego namacalnie doświadczamy, wydaje się być solidny, fizyczny. Jednakże dowody naukowe pokazują, że to, co wydaje się być stałą materią, jest w rzeczywistości niezliczonymi kawałkami wibrującej energii utrzymywanymi razem przez pola siłowe tworzące iluzję stałości. Wszystkie stałe obiekty – czy to krzesło, na którym siedzisz, książka, którą trzymasz w ręku, czy mózg, który przetwarza ten tekst – są, w swojej podstawowej formie, energią. Jest to coś, co Albert Einstein uznał, mówiąc, że „rzeczywistość jest jedynie iluzją, aczkolwiek bardzo trwałą”. Każdy aspekt ciebie – ciało, umysł i duch – jest manifestacją energii. Energia jest budulcem wszystkiego, formuje się, rozpada i ponownie formuje, aby stworzyć wszystko, co widzisz, słyszysz, smakujesz, dotykasz, czujesz i obserwujesz. Jest to dobrze znane w kręgach nauki pierwsze prawo termodynamiki, zwane również prawem zachowania energii, które mówi, że w zamkniętym systemie energia musi pozostać stałą; nie może ona ani powstać, ani ulec zniszczeniu; może jedynie zmieniać formy.

Nasz Wszechświat jest systemem zamkniętym. Zawsze miał – i zawsze będzie miał – dokładnie taką samą ilość energii. Jednakże ta energia nieustannie się zmienia, gromadzi, rozbija i ponownie formuje się w materię, która tworzy cały Wszechświat. Oznacza to, że jesteś zbudowany z energii, tak samo jak gwiazdy na niebie i ziemia pod twoimi stopami. A wszystko, co widzisz i czego doświadczasz, jest również zbudowane z energii, która zmienia się, porusza i przekształca w niekończącym się tańcu tworzenia.

Energia przepływa przez każdą komórkę twojego ciała. Emanuje z ciebie, otacza cię i łączy cię ze wszystkim, co jest, co było i co kiedykolwiek będzie. Dlatego kiedy coś wydaje się być „nie tak” z fizyczną jednostką, zawsze jest to spowodowane zaburzeniem energetycznym, ponieważ energia jest jedyną rzeczą, która istnieje. Kiedy coś zakłóca energię żywej istoty, skutkuje to symptomami ciała, umysłu, ducha lub jakiegokolwiek ich kombinacji, sposobem na skorygowanie tego zakłócenia jest przywrócenie równowagi w systemie wibracyjnym. Krótko mówiąc, każde rozwiązanie mające na celu przywrócenie zdrowia i wyeliminowanie objawów jest rozwiązaniem energetycznym, ponieważ energia jest wszystkim, co istnieje.

Energia, która emanuje z ciebie i otacza cię, jest nazywana twoją aurą. Jest to jeden ze sposobów, w jaki twoja indywidualna wibracja łączy się z energią reszty Wszechświata i oddziałuje z nią. Twoja aura zaczyna się w twoim ciele fizycznym, unosi się z twojej skóry i rozszerza się na zewnątrz, warstwa po warstwie, łącząc się i mieszając się z energią wszystkiego wokół ciebie, a w końcu z całą energią Wszechświata. Kiedy stoję obok ciebie, moja aura łączy się z twoją, a mieszanie się tych energii sprawia, że trudno jest określić, gdzie kończy się moja, a gdzie zaczyna się twoja. Na większą skalę oznacza to, że nie da się określić, gdzie kończy się twoja energia, a gdzie zaczyna energia Wszechświata.

Wszystko jest jednością, wszystko jest połączone i w swej istocie wszystko jest boskością.



## ROZDZIAŁ 2

# KRYSTAŁY W UZDRAWIANIU

Kryształy to coś więcej niż tylko kamienie. To miłosne przesłania od planety, które umożliwiają uzdrawianie. Używam kryształów od czasu, gdy wiele lat temu doświadczyłam głębokiego uzdrowienia, kiedy to przypadkowo odwiedziłam uzdrowicielkę stosującą kryształy (myślałam, że była zielarką). Położyła kryształ na mojej szyi i złagodziła silny ból gardła, który miałam od miesięcy. Nie miałam pojęcia, że przykładanie kamienia do mojego gardła może złagodzić objawy, ale tak się stało. Po tym doświadczeniu spędziłam wiele lat na zagłębianiu się w lecznicze właściwości kryształów. To zawiodło mnie na ścieżkę uzdrowiciela energetycznego. Uczyniłam moje życie misją, aby uczyć innych tego, jak kryształy mogą wspierać uzdrawianie ciała, umysłu i ducha. W tym rozdziale przedstawiam krótki przegląd, abyś mógł posuwać się czakra po czakrze i zrozumieć, dlaczego kryształy są skutecznymi narzędziami, gdy rozpoczynasz swój własny proces uzdrawiania.







## Podstawowe informacje o kryształach

Kryształy są stałymi, naturalnie uformowanymi lub wytworzonymi w laboratorium materiałami, które mają wysoce uporządkowane struktury wewnętrzne zwane *siatkami krystalicznymi*. Większość kryształów używanych do uzdrawiania to minerały lub kombinacje minerałów z wewnętrzną siatką krystaliczną. Zasadniczo, jest to mikroskopijna siatka. Kształt tej wewnętrznej siatki wynika z układu molekuł, które te kryształy zawierają. Siatki te powstają z powodu wiązań chemicznych, które występują pomiędzy molekułami tworzącymi kryształy.

Nie chcę wchodzić zbyt głęboko w naukę, ale powiem, że siatki krystaliczne mogą być wynikiem różnych typów wiązań chemicznych. Wiązania te mogą być metaliczne (bismut, miedź), jonowe (kryształy halitu/soli), kowalencyjne (diament, kwarc) i molekularne (suchy lód). Nie wszystkie te rodzaje wiązań są reprezentowane w kryształach leczniczych. Aby jeszcze bardziej skomplikować sprawę, niektóre naturalnie powstałe substancje, jak np. bursztyn (skamieniała żywica drzewna) i obsydian (szkło wulkaniczne) mają właściwości, które pozwalają na ich zastosowanie jako kryształów leczniczych, ale nie zawierają one wewnętrznej siatki krystalicznej.

Dlatego dla naszych celów możemy za kryształy lecznicze uznać kryształy naturalne lub laboratoryjnie stworzone kamienie, które mają wibracyjne właściwości wspomagające uzdrawianie. Wiele z nich to minerały lub kombinacje minerałów o uporządkowanej wewnętrznej trójwymiarowej strukturze, podczas gdy inne są amorficznymi substancjami (bez struktury sieciowej), które dostarczają uzdrawiającą

energię wynikającą z innych właściwości, takich jak kolor lub kształt.

## **Podstawy słownictwa związanego z kryształami**

Kryształy występują w wielu kolorach, rozmiarach i kształtach. Wszystkie kryształy mają uzdrawiającą energię, niezależnie od źródła, ponieważ energia pochodzi z krystalicznej struktury i koloru. Spotkasz się z różnymi słowami opisującymi różne rodzaje kryształów, więc pomocne jest zrozumienie wspólnej terminologii.

### **NATURALNE**

Naturalne kryształy istnieją w prawie takiej samej formie, w jakiej zostały wyciągnięte z ziemi. Naturalny kryształ został wydobyty lub zebrany (np. z jaskiń, plaż lub koryt rzek) i – poza oczyszczeniem i ewentualnym połamaniem na kawałki – nie był poddawany żadnej dodatkowej obróbce. Naturalne kryształy tworzą się przez miliony lat we wnętrzu skorupy ziemskiej.

### **OBRÓBKA TERMICZNA**

Niektóre naturalne kryształy są poddawane obróbce cieplnej, aby zmienić lub wzmocnić ich kolor. Na przykład cytryn, który jest żółtą formą kryształu kwarcu, występuje naturalnie, ale często jest tworzony przez poddawanie ametystu lub kwarcu dymnego (oba kryształy kwarcu) wysokiej temperaturze w celu zmiany koloru. Inne przykłady powszechnie





stosowanych kryształów poddawanych obróbce cieplnej obejmują tanzanit i topaz.

### **KRYSZTAŁY STWORZONE W LABORATORIUM, HODOWANE W LABORATORIUM, SYNTETYCZNE LUB WYTWORZONE LUDZKĄ RĘKĄ**

Kryształy stworzone w laboratorium mają dokładnie taki sam skład chemiczny jak ich naturalne odpowiedniki. Mimo że nie są naturalnymi kamieniami, są nadal prawdziwymi kryształami. Ciekawostką jest to, że laboratoria mogą tworzyć klejnoty, które w ogóle nie występują naturalnie. Na przykład cyrkonia sześcienna jest całkowicie stworzonym przez człowieka kryształem, nieposiadającym swojego naturalnego odpowiednika.

### **OBRABIANE KRYSZTAŁY**

Poza obróbką cieplną, kryształ można poddać obróbce poprzez dodanie powłoki do kamienia naturalnego lub syntetycznego, co jest zazwyczaj wykonywane w celach estetycznych. Na przykład topaz mistyczny jest kryształem topazu pokrytym powłoką z tytanu.

### **PODRABIANE KAMIENIE SZLACHETNE**

Najczęściej spotykane w biżuterii podrabiane kryształy lub klejnoty to inne materiały wykonane tak, aby wyglądały jak kamienie szlachetne. Na przykład podrabiany rubin może być czerwonym szkłem.

# MOC UZDRAWIANIA

Wiele tradycji ma wśród swoich narzędzi leczniczych kryształy, stosowane do dokonywania zmiany wibracji. W ich zapisach znajdują się wczesne odniesienia (począwszy od około 4500 r. p.n.e.) do Sumerów używających kryształów jako magicznych narzędzi. Jednakże najwcześniejsze wzmianki o kryształach jako narzędziach uzdrawiania pochodzą od starożytnych cywilizacji w Żywnym Półksiężycu. Pisma pokazują, że już 400 lat p.n.e. uzdrowiciele i filozofowie zaczęli opisywać lecznicze, ochronne i metafizyczne właściwości kamieni szlachetnych, które znajdowali i wydobywali.

Przez całą historię kryształy były ważną częścią uzdrawiania i praktyk energetycznych w wielu tradycjach. Na przykład w feng shui kryształy reprezentują element ziemi i wpływają na to, jak chi gromadzi się i porusza w przestrzeni, które ją zawierają. Starożytni Grecy używali ametystu do leczenia z pijaństwa. A ludzie Navajo stosowali turkus jako kamień szczęścia.

Dopiero ruch New Age, który powstał w drugiej połowie XX wieku, przyniósł wykorzystanie właściwości uzdrawiających kryształów do świata zachodniego. Ruch ten wysunął na pierwszy plan idee z wielu tradycji duchowych, w tym pogaństwa, astrologii, gnostycyzmu, teozofii i innych, tworząc popularną formę nowoczesnej duchowości, która istnieje do dziś.

Dziś kryształy lecznicze trafiły do głównego nurtu. Ich zastosowanie obejmuje wiele tradycji religijnych i duchowych, jak również szereg praktyk uzdrawiania energetycznego. I podczas gdy główny nurt zachodniej nauki medycznej nadal uważa uzdrawianie kryształami za pseudonaukę,





wielu praktyków i ludzi poszukujących leczenia może potwierdzić jego zdolność jako potężnej i skutecznej metody uzdrawiania energetycznego.

## Jak kryształy mogą uzdrawiać

Kryształy służą jako doskonała terapia uzupełniająca dla innych odpowiednich metod leczenia, takich jak medycyna tradycyjna. Są one jednym z aspektów leczenia, który może pomóc przynieść uzdrowienie, gdy używamy ich z innymi, bardziej konwencjonalnymi formami opieki zdrowotnej.

Kolor, kształt i struktura siatkowa kryształów leczniczych powodują, że poszczególne kamienie szlachetne wibrują na określonych częstotliwościach. Te częstotliwości drgań wytwarzają mierzalne wyładowania elektryczne, gdy poddane są mechanicznemu napięciu.

Właściwość ta nazywana jest piezoelektrycznością. Kryształy piezoelektryczne, takie jak kwarc, posiadają energię potencjalną, która uwalnia się w postaci ładunku elektrycznego po ściśnięciu lub uderzeniu. Dlatego właśnie kwarc jest powszechnym elementem w urządzeniach mechanicznych i elektronicznych, takich jak zegary i obwody.

Wprawdzie piezoelektryczność demonstruje energię, którą posiadają kryształy, ale niekoniecznie wyjaśnia, jak mogą one leczyć. Aby to zrobić, sięgnijmy do roku 1600, kiedy to holenderski matematyk Christiaan Huygens odkrył zasadę fizyki zwaną synchronizacją. Huygens miał dwa zegary wahadłowe, które powiesił obok siebie na ścianie. Wahadła poruszały się w różnym tempie i z różną częstotliwością,

ale Huygens zauważył, że przy ciągłej bliskości zegary te faktycznie „zestroili się” i zaczęły się poruszać razem.

Synchronizacja jest powtarzalnym zjawiskiem naukowym i ma głębokie implikacje dla wszystkich form uzdrawiania energią, włączając w to uzdrawianie kryształami. Kryształy leczą poprzez synchronizację. Kiedy umieścisz kryształ wibrujący z pewną częstotliwością w pobliżu ludzkiego ciała wibrującego z inną częstotliwością, następuje ich spotkanie się gdzieś pośrodku. To przesunięcie w wibracji może przynieść wibracyjną i energetyczną równowagę osobie poddawanej leczeniu. Kryształy mogą leczyć ludzi, zwierzęta, rośliny lub inne organizmy, które doświadczają energetycznej nierównowagi.

## Uziemienie, stabilizacja i równoważenie



W wielu opisach kryształów w części 2 napotkasz te właściwości energetyczne. Choć mogą brzmieć podobnie, w subtelnej anatomii różnią się one między sobą:

**UZIEMIENIE** ma bardzo konkretne znaczenie w uzdrawianiu energetycznym w połączeniu z ziemią.

**STABILIZOWANIE** odnosi się do stabilizowania energii, która porusza się szybko z jednej wibracji do drugiej.

**BALANSOWANIE** pomaga wzmocnić niedostatecznie aktywną energię lub łagodzi nadaktywność energii.



## Czakry miednicy



Czakry miednicy to dwie mniejsze czakry położone wzdłuż dna miednicy w oddaleniu od czakry podstawy, ale równoległe do niej.

Kiedy pracujesz ze swoją czakrą podstawy, wprowadzasz również równowagę do tych dwóch symetrycznych czakr mniejszych. Podobnie jak w przypadku czakry podstawy, czakry miednicy są wizualizowane jako czerwone kręcące się koła.

Czakry miednicy są związane z kontrolą i pewnością siebie. Ktoś, kto idzie przez świat z niską lub nadmierną pewnością siebie, lub ktoś, kto szuka nadmiernej kontroli nad innymi lub, odwrotnie, pozwala innym na całkowitą kontrolę nad swoim życiem, może mieć nierównowagę w czakrach miednicy. Osoby o słabej kontroli nad pęcherzem moczowym i problemami z prostatą mogą chcieć skupić się szczególnie na swoich czakrach miednicy.

Pozycje jogi, takie jak pozycja drzewa czy łodzi są pomocne w przywracaniu równowagi czakrom miednicy, z dodatkową korzyścią przywracania równowagi czakry podstawy. Ćwiczenia dna miednicy takie jak ćwiczenie mięśnia Kegla mogą również pomóc przywrócić równowagę tych czakr i wzmocnić Muladharę. Korzystne są także ćwiczenia oddechowe, takie jak głębokie oddychanie miednicowe. Aby to zrobić, wykonaj następujące kroki:

1. Usiądź na podłodze w pozycji lotosu lub jeżeli jest ona zbyt trudna, usiądź wygodnie tak, żeby twoje kości pośladkowe połączyły się energetycznie z podłogą w jakikolwiek sposób, który będzie dla ciebie najlepszy.
2. Zamknij oczy i oddychaj głęboko, kurcząc dno miednicy. Podczas wdechu wizualizuj, jak twój oddech sływa do miednicy. Wstrzymaj oddech na chwilę.
3. Przy wydechu zwolnij mięśnie dna miednicy.



# Granat



Granat jest kamieniem, który równoważy problemy czakry podstawy i aktywuje jej energię. Granat występuje w różnych kolorach, ale czerwony wibruje w częstotliwości najbardziej korzystnej dla energii czakry podstawy. Granat jest łatwy do znalezienia, trwały i całkiem przystępny cenowo, więc jest dobrym wyborem dla twojego zestawu narzędzi do uzdrawiania czakr.

## WŁAŚCIWOŚCI ENERGETYCZNE

Granat ma następujące właściwości energetyczne:

- ♦ aktywuje energię czakry podstawy
- ♦ wzmacnia nieaktywną energię
- ♦ równoważy nadaktywną lub niedostatecznie aktywną energię
- ♦ stabilizuje zmienną energię
- ♦ uziemia
- ♦ wzmacnia zdrowie fizyczne i równowagę

## WŁAŚCIWOŚCI LECZNICZE

Jako kamień leczniczy dla problemów czakry podstawy, granat przynosi następujące korzyści:

- ♦ zmniejsza strach, szczególnie irracjonalny strach
- ♦ aktywuje odwagę
- ♦ zwiększa poczucie bezpieczeństwa i pewności
- ♦ ułatwia zachowanie równowagi emocjonalnej
- ♦ stabilizuje wymykające się spod kontroli emocje
- ♦ zapewnia uziemienie, aby zapobiec dysocjacji od ciała fizycznego
- ♦ wzmacnia odpowiedź systemu odpornościowego
- ♦ stabilizuje nadaktywny system immunologiczny







# Hematyt



Hematyt jest minerałem z grupy tlenków żelaza. Powszechne formy obejmują czerwony hematyt w kwarcu, ciemnosrebrny z tęczowym połyskiem, czarny i ciemny metaliczny. Pomimo wysokiej zawartości żelaza, hematyt ma słabe właściwości magnetyczne, ale jeśli zawiera również wystarczającą ilość magnetytu, może reagować na magnes. Do pracy z czakrą podstawy możesz użyć hematytu we wszystkich kolorach.

## WŁAŚCIWOŚCI ENERGETYCZNE

Hematyt ma następujące właściwości energetyczne:

- ♦ energetyzuje intencje
- ♦ wspomaga manifestację
- ♦ wzmacnia nieaktywną energię
- ♦ zapewnia ochronę
- ♦ absorbuje nadaktywną energię
- ♦ uziemia

## WŁAŚCIWOŚCI LECZNICZE

Hematyt działa dobrze w równoważeniu czakry podstawy dzięki poniższym specyficznym właściwościom leczniczym:

- ♦ pochtania i odbija negatywizm
- ♦ sprawia, że czujesz się fizycznie, emocjonalnie lub duchowo uziemiony
- ♦ sprowadza cię z powrotem do ciała
- ♦ stabilizuje fizycznie, psychicznie i emocjonalnie
- ♦ wzmacnia pewność siebie
- ♦ poprawia koncentrację, więc jest szczególnie dobry dla osób nadpobudliwych, na przykład z ADHD
- ♦ wzmacnia krążenie i poprawia przepływ krwi

# Spinel



Spinel jest półprzezroczystym kamieniem szlachetnym zawierającym magnez i aluminium. Kolor spinelu sprawia, że wygląda on jak rubin, ale jest znacznie mniej cenny i rzadki, co czyni go przystępnym kryształem, cenionym ze względu na właściwości uzdrawiające czakrę podstawy. Możesz znaleźć go także w innych kolorach, ale czerwony lub czarny najlepiej działają dla zrównoważenia energii czakry korzenia.

## WŁAŚCIWOŚCI ENERGETYCZNE

Spinel ma, podobnie jak granat, następujące właściwości energetyczne:

- ♦ aktywuje energię czakry podstawy
- ♦ wzmacnia nieaktywną energię
- ♦ równoważy nadaktywną lub niedoczynną energię
- ♦ stabilizuje zmienną energię
- ♦ uziemia
- ♦ wzmacnia zdrowie fizyczne

## WŁAŚCIWOŚCI LECZNICZE

Spinel ma następujące właściwości lecznicze:

- ♦ wyrównuje czakrę podstawy z innymi czakrami, gdy zachwiana jest ich równowaga
- ♦ buduje zaufanie i wzmacnia poczucie bezpieczeństwa
- ♦ łagodzi niepokój
- ♦ pomaga złagodzić objawy związane z zespołem stresu pourazowego i napięciem
- ♦ leczy problemy z jelitami
- ♦ odżywia i dodaje energii po chorobie lub zdenerwowaniu
- ♦ wzmacnia lub równoważy dysfunkcję układu odpornościowego





## Obsydian



Ze względu na brak krystalicznej struktury siatkowej obsydian nie jest technicznie kryształem lub minerałem, ale jest powszechnie stosowany ze względu na swoje właściwości lecznicze. Obsydian to szkło wulkaniczne powstałe w wyniku szybkiego schłodzenia lawy skutkującego powstaniem wielu kolorów i kształtów, głównie czarnych lub ciemnoszarych (choć istnieje kilka, które mają ciekawe wzory, takie jak obsydian śnieżny). Czarny i szary obsydian działają uzdrawiająco na czakrę podstawy.

### WŁAŚCIWOŚCI ENERGETYCZNE

Właściwości energetyczne związane z obsydianem są następujące:

- ♦ zapewnia ochronę
- ♦ blokuje niepożądaną energię
- ♦ przekształca postawę
- ♦ negatywną w pozytywną
- ♦ absorbuje nadaktywną energię
- ♦ łączy wymiar eteryczny z fizycznym

### WŁAŚCIWOŚCI LECZNICZE

Lecznicze właściwości obsydianu:

- ♦ przynosi spokój
- ♦ chroni przed negatywnymi wpływami
- ♦ uwalnia od strachu
- ♦ przynosi ulgę w psychicznym i emocjonalnym cierpieniu
- ♦ zapewnia emocjonalne wsparcie w trudnych sytuacjach
- ♦ eliminuje szok
- ♦ łagodzi stres i napięcie
- ♦ poprawia koncentrację
- ♦ poprawia krążenie w dolnych kończynach

## Kamienie Boji



Kamienie Boji to markowe skały znajduwane w Kansas. Ponieważ są one oznaczone znakiem towarowym, mogą być drogie. Jednakże istnieją bardziej przystępne cenowo (ale wciąż skuteczne) wersje generyczne zwane skałami Kansas. Z tymi kamieniami pracuje się w parach – jeden musi być gładki, drugi kłujący. Są to skały, a nie kryształy, utworzone z piaskowca i hematytu. Możesz również spotkać je pod nazwą Moqui.

### WŁAŚCIWOŚCI ENERGETYCZNE

Skały Kansas mają następujące właściwości energetyczne:

- ♦ uziemianie
- ♦ równoważenie nadaktywnej lub mało aktywnej energii

### WŁAŚCIWOŚCI LECZNICZE

Kamienie Boji są świetnymi kamieniami czakry podstawy z powodu ich właściwości energetycznych uziemiania i równoważenia. Trzymaj jeden w każdej dłoni, a twoja fizyczna, emocjonalna i duchowa energia zostanie natychmiast uziemiona. Możesz również wywołać równowagę wszystkich czakr dla niedostatecznie działającej lub nadmiernie działającej czakry podstawy siedząc z jednym kamieniem w każdej ręce. Dla niedoczynnej czakry podstawy, trzymaj gładki kamień w lewej ręce, a szorstki w prawej. W przypadku nadaktywnej czakry podstawy, zrób odwrotnie.





## Magnetyt



Magnetyt jest bardzo magnetyczną rudą żelaza – niektóre kawałki mają nawet maleńkie odłamki żelaza, które wyglądają jak przyklejone do powierzchni włosy. Jeśli twój magnetyt ma odłamki żelaza, przechowuj go dobrze i z dala od innych kamieni. Nawet bez kawałków żelaza kamień ten jest potężnym uzdrowicielem. **Jeśli masz wszczepiony rozrusznik, nie pracuj z magnetytem bez zgody lekarza.**

### WŁAŚCIWOŚCI ENERGETYCZNE

Magnetyt ma strukturę podobną do granatu i ma podobne właściwości energetyczne:

- ♦ przyciąga pożądaną energię
- ♦ wzmacnia nieaktywną energię
- ♦ równoważy nadaktywną lub niedostatecznie aktywną energię
- ♦ stabilizuje zmienną energię
- ♦ uziemia
- ♦ wzmacnia zdrowie fizyczne i równowagę

### WŁAŚCIWOŚCI LECZNICZE

Magnetyt ma następujące właściwości uzdrawiające:

- ♦ łagodzi smutek i ból emocjonalny
- ♦ pomaga złagodzić strach i inne formy negatywnej energii
- ♦ uwalnia od zmartwień
- ♦ zapewnia odwagę
- ♦ buduje wytrwałość
- ♦ poprawia wytrzymałość
- ♦ przyspiesza powrót do zdrowia po chorobie fizycznej lub urazie

# Onyks i sardonyks



Onyks jest czarną, paskowaną formą chalcedonu, mikrokrystalicznego kwarcu, podobną do agatu. Pasma są mlecznobiałe i biegną w poprzek powierzchni kamienia. Lecznicza wersja kamienia nie jest taka sama jak marmuru onyksowego, który jest skałą, a nie kryształem.

Obok czarnego onyksu, można również znaleźć czerwoną wersję z paskami zwaną sardonyksem. Oba są doskonałymi kryształami dla czakry podstawy.

## WŁAŚCIWOŚCI ENERGETYCZNE

Onyks i sardonyks mają te same właściwości energetyczne:

- ♦ energetyzują intencję
- ♦ wzmacniają nieaktywną energię
- ♦ wspomagają urzeczywistnianie zamierzeń
- ♦ uziemiają

## WŁAŚCIWOŚCI LECZNICZE

Właściwości lecznicze związane z onyksem i sardonyksem obejmują następujące elementy:

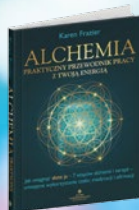
- ♦ pomagają ci poczuć się bardziej uziemionym i obecnym w swoim ciele
- ♦ chronią przed sceptycyzmem
- ♦ urzeczywistniają cele i zamiary
- ♦ poprawiają siłę, wytrzymałość i wigor
- ♦ wzmacniają zęby
- ♦ pomagają w chorobach krwi i kości
- ♦ zmniejszają ból kończyn dolnych





STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
[www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

Polecamy:



**Karen Frazier** jest intuicyjną uzdrowicielką energetyczną, medium i autorką. Napisała wiele książek oraz setki artykułów na tematy, takie jak interpretacja snów, reinkarnacja, życie po życiu, uzdrawianie energetyczne, kryształy, zjawiska psychiczne i przetrwanie świadomości po śmierci. Pisze felietony do magazynu „Paranormal Underground” do działów: metafizyka, marzenia oraz symbole.

**Uzdawiaj i równoważ swoje czakry mocą kryształów!  
Czy wiesz, że używając ametystu z czakrą trzeciego oka,  
poprawisz swoją intuicję?**

**Kwarc różowy we współpracy z czakrą serca  
wspomoże realizację twoich marzeń.**

**Akwamaryn wzmacnia nieaktywną energię czakry gardła.**

Czakry to centra energetyczne, które mają duży wpływ nie tylko na twoje zdrowie fizyczne i psychiczne, ale również na duchowość. Kiedy coś wytrąca cię z równowagi, czakry potrzebują niewielkiej pomocy, by ponownie zharmonizować płynącą w nich energię. Zatem, jak odblokować i oczyścić czakry? Najlepsze będą do tego kryształy i kamienie szlachetne.

W tym przewodniku po uzdrawianiu czakr mocą kryształów odkryjesz:

- charakterystykę 7 głównych czakr oraz objawy braku równowagi energetycznej w każdej z nich,
- profile i właściwości kilkudziesięciu kryształów oraz sposób, w jaki rezonują z czakrami,
- medytacje, wizualizacje, mantry, które uzdrowią twoje czakry,
- wskazówki dotyczące zakupu zestawów kamieni dopasowanych do twoich czakr,
- sposoby oczyszczania i aktywowania kryształów.

**Kryształy - skuteczna pomoc w odblokowaniu czakr!**

Partneri:

