

Mary Lambert

HELENDE KRISTALLEN

150 manieren om kristallen te gebruiken
voor meer gezondheid, geluk en harmonie



DELTA

Inhoud

INLEIDING		6
Deel een: kristallen in huis		8
<hr/>		
ROND HET HUIS		8
DE HAL		12
DE HUISKAMER		17
DE SLAAPKAMER		27
DE KINDERKAMER		30
DE BADKAMER		34
DE WERKKAMER		38
DE KEUKEN		42
DE EETKAMER	 	45
Deel twee: kristallen voor succes		47
<hr/>		
SUCCES IN ZAKEN		47
PERSOONLIJKE MACHT		57
LIEFDE EN RELATIES		66
CREATIVITEIT EN EVENWICHT		76
Deel drie: kristallen voor genezing		83
<hr/>		
LICHAMELIJKE GENEZING		83
EMOTIONELE GENEZING		100
KRISTALLEN ONDERWEG		115
Deel vier: kristallen en astrologie		124
<hr/>		
Deel vijf: zo worden uw kristallen van u		148
<hr/>		
UW KRISTALLEN OPLADEN		148
VERKLARENDE WOORDENLIJST/REGISTER		158
DANKBETUIGING		160

Inleiding

Mensen zijn al eeuwenlang gefascineerd door kristallen. Deze bijzondere stenen worden nog altijd geëerbiedigd vanwege hun spirituele en genezende eigenschappen.

Kristallen werden miljoenen jaren geleden gevormd toen hete gassen en opgeloste mineralen naar de oppervlakte van de aarde stegen. De afgekoelde atomen vormden patronen en driedimensionale latwerken en werden zo kristallen. Door zijn bijzondere structuur kan een kristal elektromagnetische energie absorberen, versterken en doorgeven, wat heilzaam kan werken.

Kristallen in de oudheid

In de mythische stad Atlantis werden lichamelijke en emotionele aandoeningen behandeld met de gekleurde stralen van kristallen. Men denkt dat er een grote genezingsstempel bestond in Atlantis met een grote, ronde ruimte en een koepeldak gemaakt van kristallen. Die kristallen waren zo gerangschikt dat ze oude symbolen vormden die kleurpatronen voortbrachten als er licht op viel. Rondom deze ruimte bevonden zich aparte kamers voor fysieke en emotionele genezing, met reusachtige kristallen deuren die werden opgeladen met de kleur die de patiënt nodig had.

Overblijfselen in Egypte duiden erop dat dit oude volk in de tempels eveneens ruimtes had om patiënten met heilzame edelstenen te behandelen. De oude Egyptenaren kenden de kracht van kristallen en de farao's droegen stenen in hun hoofdtooien om wijsheid te bevorderen.

Kristallen schedels

Een van de fascinerendste vondsten was de ontdekking van anatomisch perfecte, natuurlijke schedels van bergkristal, die naar schatting minstens 20.000 jaar oud zijn. Een van de bekendste schedels werd in 1924 ontdekt door Anna Mitchell-Hedges en haar vader, de archeoloog Frederick Albert Mitchell-Hedges, in de Mayaruïnes van Lubaantum (anderen zeggen echter dat ze hem op een veiling in Londen hebben gekocht). Niemand weet waarom de schedels er zijn, maar ze roepen mystieke en spirituele gebeurtenissen op, en naar verluidt zijn de levens van vele mensen veranderd nadat ze met een schedel in aanraking waren geweest. Kwarts vergaat niet en sommige mensen denken dat de schedels vanwege hun vergrotende vermogen een soort opslagruimte zijn voor belangrijke kosmische kennis.



Kristallen nu

In dit boek staan 150 praktische tips die u laten zien hoe kristallen de vele verschillende delen van uw leven kunnen helen en opladen. U kunt zowel ruwe als gepolijste kristallen gebruiken (zie onder).

Thuis bieden kristallen u bescherming tegen eventueel aanwezige negatieve energie. Lepidoliet is een veelzijdige steen om in de huiskamer te leggen omdat hij elektromagnetische straling absorbeert. Verschillende kristallen stimuleren de atmosfeer en de energiestroom, waardoor uw huis gezelliger wordt. Zelfs een kwijnende kamerplant reageert op de speciale vibratie van een stuk groene toermalijn. Op het werk kunt u succes bereiken met de kristalenergie van goudkleurige topaas. Persoonlijke energie is belangrijk en bereikt ons via de zeven energiecentra of chakra's. De unieke trilling van bijvoorbeeld een sodalietkristal kan uw voorhoofdchakra stimuleren, waardoor uw intuïtieve vermogens verbeteren.

Iedereen wil romantiek in zijn leven, en kristallen met een liefdevolle trilling trekken een partner aan of verbeteren een relatie. Rhodochrosiet, een fraaie roze

met zwarte steen, kan u helpen de gewenste zielsverwant aan te trekken. Sieraden kunnen ook een positief effect hebben. Als u een week lang een kristallen hanger of oorbellen draagt, kunnen de intrinsieke eigenschappen uw dromen laten uitkomen.

Als u een kristal voor fysieke en emotionele genezing gebruikt, stemt de trilling van het kristal zich af op de stralingen van het slecht functionerende orgaan of energiegebied en corrigeert die voorzichtig. Het op de huid dragen van blauwe calciet, bijvoorbeeld, schijnt de jeuk en ontsteking van eczeem te verlichten.

Tot slot zijn er onze sterrenbeelden. Velen van ons doen sommige van de minder prettige eigenschappen die daarbij horen eer aan. Wanneer u dus weet dat u een ongeduldige Tweeling bent, kunt u een zonnige citrien gebruiken om uw rusteloosheid onder controle te houden. Als Steenbok kunt u depressieve neigingen verdrijven met chalcedoon.

Deze koesterende, mooie stenen versterken en helen uw leven. Koester uw kristallen en laat ze u vreugde en geluk brengen.



Typen kristallen

Puntig: kristallen met een punt

Gepolijst: ruwe kristallen die gepolijst zijn om een glad oppervlak te creëren

Ruw: kristallen in hun natuurlijke, gedolven staat

Rutiel: kristallen, meestal kwarts, die

goudkleurige/rode/zwarte mineraaldraadjes bevatten

Gegroefd: kristallen met lagen of groeven

Beëindigd: kristallen met een punt

Getrommeld: gepolijst, vaak in een trommel (ton) met zand of steengruis geplaatst

Breng luidruchtige buren tot rust met witte maansteen

Het is verbazend wat een kristal voor u kan doen, zelfs in de lastigste situaties. Als luidruchtige buren selectief doof blijken te zijn wanneer u vraagt of het wat zachter kan, moet u eens een witte maansteen proberen, waarvan alleen de naam al rust suggereert.

Maansteen is heilig in India omdat hij verbonden is met het voorhoofdchakra, het chakra dat te maken heeft met helderziendheid en het vermogen om het leven in eigen hand te nemen. Als symbool van liefde en vertrouwen verscherpt maansteen uw intuïtie en helpt u creatieve manieren te vinden om problemen op te lossen. Die eigenschappen kunnen u inspireren om op een nieuwe manier tegen een oud of slepend geschil met uw buren aan te kijken, zodat de cirkel van ergernis en intolerantie doorbroken wordt.

Gebruik

Houd een witte maansteen enkele minuten in uw hand en vraag hem ongewenste en storende geluiden te stoppen. Leg de steen buiten naast de omheining van de buren; leg hem op de rand van een schutting of stop hem in een holte in de specie van een muur. Als u



Gepolijst,
doorschijnend



FEITEN

TE GEBRUIKEN KRISTAL: witte maansteen, doorschijnend

VERKRIJGBAARHEID: algemeen verkrijgbaar

EIGENSCHAPPEN VAN DE STEEN: verlicht stress, kalmeert emoties en overreactie op problemen

WAAR U HET KRISTAL MOET LEGGEN: buiten bij de schutting of in een flat binnen bij de muur

in een flat woont, kunt u het kristal op de vloer naast de muur leggen, waar hij ongestoord kan liggen.

Probeer het volgende maanlichtritueel uit om uw verzoek om rust kracht bij te zetten.

Wacht tot het donker is als de maan schijnt en

kies een dag met afnemende maan – de

periode tussen volle maan en

nieuwe maan, die voor een

natuurlijk einde staat.

Houd de steen vast ter-

wijl u naar de maan

kijkt en vraag hulp.

Herhaal dat drie keer.

Vertrouw op de kracht

van de steen. Binnen

enkele dagen zult u merken dat storende geluiden afnemen.

ANDERE KRISTALLEN OM PROBLEEMEN OP TE LOSSEN

Sugiliet: zorgt voor een compromis in moeilijke situaties



**Sneeuwvlakobsidi-
aan:** kan negatief denken loslaten



Chrysopraas: bevordert positieve oplossingen



Bescherm uw grenzen met agaat

Agaat is een schitterend kristal om te gebruiken als u uw huis wilt beveiligen. Of u nu een beroep doet op de beschermende krachten van agaat om ongewenste bezoekers of opdringerige burens af te schrikken, dit kristal staat erom bekend dat het de grenzen intact houdt. Het is een bijzonder aardende steen die een gevoel van veiligheid en bescherming geeft.

In sommige tradities geloofde men dat agaat iemand onzichtbaar kon maken voor anderen. Van die eigenschap kunt u gebruikmaken door discreet met de steen te werken, zonder het gevoel te hebben constant door burens in de gaten te worden gehouden. Agaat is dan ook een geweldig tegengif tegen het gevoel van de ‘goudviskom’ waarvan vele bewoners van moderne woningen last hebben, en helpt u altijd als u privacy nodig hebt.

Gebruik

Om u veilig te voelen in de omgeving van uw huis, dient u een handvol kleine agaatkristallen aan weerszijden van uw poort of garagepad te begraven, en vervolgens een in elke hoek van de omheining van uw tuin. Dat activeert letterlijk de aardende eigenschappen van de steen. Terwijl u de agaten in de grond legt, moet u de stenen vragen u te helpen uw probleem op te lossen en u de rust en veiligheid te geven die u verlangt in uw ruimte. Als u de kristallen hun werk laat doen, zult u zien hoe gelukkig u zich zult voelen wanneer u door uw huis loopt als u het beschermende schild voelt dat de agaten rond de grenzen van uw huis hebben opgetrokken.



Ruw

FEITEN

TE GEBRUIKEN KRISTAL: agaat

(helder/melkachtig wit, grijs, blauw, groen, roze of bruin); gebruik kleine stukjes

VERKRIJGBAARHEID: algemeen verkrijgbaar

EIGENSCHAPPEN VAN DE STEEN: sterk aardende steen die een gevoel van veiligheid teweegbrengt. Brengt yin en yang, de positieve en negatieve krachten van het universum, in harmonie.

WAAR U HET KRISTAL MOET LEGGEN: aan weerszijden van de poort en in de hoeken van uw erf

ANDERE BESCHERMENDE KRISTALLEN

Hematiet: een aardende en beschermende steen die negativiteit verdrijft



Git: beschermt tegen geweld, verlicht angst



Rookkwarts: neutraliseert negatieve energie, blokkeert geopathische stress





Haal geluk naar u toe met regenboogstenen

Bakken met bloemen die het hele jaar bloeien aan weerszijden van uw voordeur, bieden een gastvrije aanblik voor bezoekers. Als u regenboogkleurige trommelsteentjes op de aarde van de bakken strooit, creëert u een gevoel van vredigheid, harmonie en vreugde rond uw voordeur en slaat u een denkbeeldige brug van bescherming tussen uw huis en de geestenwereld. De kleuren van de kristallen – rood, oranje, geel, groen, turkoois/blauw, indigo en violet – zijn ook verbonden met de chakra's, de spirituele energiecentra, zodat u elke keer dat u uw huis betreedt een energiestoot krijgt.

FEITEN

TE GEBRUIKEN KRISTALLEN: kies twee van dezelfde trommelstenen van elke kleur

Rood: granaat, rode jaspis, robijn

Oranje: carneool, oranje calciet

Geel: barnsteen, gele beril, topaas

Groen: aventurijn, chrysopraas, malachiet

Turkoois, blauw, blauw/groen: aquamarijn, celestien, turkoois

Indigo: lapis lazuli, saffier, sodaliet

Violet: amethyst, paarse jade, sugiliet

EIGENSCHAPPEN: een selectie van deze kristallen beschermt uw huis en brengt zuiverende energie, vreugde en geluk, liefde en toewijding, creativiteit en vitaliteit, vertrouwen en rust, mededogen, succes, gezondheid en welzijn in huis

WAAR U DE KRISTALLEN MOET LEGGEN: leg zeven gelijke stenen op de aarde van de bloembakken aan weerszijden van de voordeur

Gebruik

Kies uw regenboogstenen, leg ze in een schaal en laat ze 24 uur in de zon opladen (zie ook blz. 154). Wacht op een dag waarop het regent terwijl de zon schijnt, zodat u de stenen kunt blootstellen aan de krachtige energie van een regenboog. Houd de stenen afzonderlijk in uw handen en vraag ze elk om te voorkomen dat u ongewild gestoord wordt in uw huis. Vraag ze u te omringen met hun unieke liefde en mededogen. Laat u en uw gezin, terwijl u elke steen aanraakt en bekijkt, inspireren met creativiteit en succes op school en op het werk, blijvende gezondheid en welvaart, en vraag ze om u rust en hoop voor de toekomst te geven. Strooi uw zeven stenen nu gelijkmatig over de aarde van de potten en laat ze hun werk doen.

Creëer met rode calciet een feeststemming als u buiten eet

Rode calciet is een doorschijnende, zachte steen die sterk energetisch is. Hij heeft het vermogen de omgeving te zuiveren van onaangename gevoelens en een prettige, levendige sfeer te creëren. Het is de perfecte steen om voor een picknick, barbecue of een etentje buiten te gebruiken omdat hij een verbinding vormt met het stimulerende element vuur en de warmte van de zon projecteert. Uw gasten zullen blij en in een gezellige stemming zijn als reactie op zijn warme, rode, mysterieuze trillingen.

Gebruik

Leg het kristal midden op een eettafel en let op hoe uw vrienden met elkaar in contact komen als ze ernaartoe getrokken worden en er met hun drankjes omheen gaan staan. De vreugde die het kristal uitstraalt, is aanstekelijk voor iedereen die zich binnen zijn bereik bevindt. Om de feestvreugde te verhogen en de mensen een tijdje te laten blijven, kunt u wat stukjes bergkristal langs de randen van de barbecue- of picknickplaats strooien. Als u een rij mooie witte lichtjes op de grond zet waar u de kristallen hebt gelegd, worden de energetische trillingen nog versterkt dankzij hun verbinding met het vuurelement.



Ruwe rode calciet

FEITEN

TE GEBRUIKEN KRISTALLEN: rode calciet: doorschijnend, kan strepen bevatten (soms behandeld met zuur om de kleur te versterken); kleine ruwe stenen of trommelstenen

VERKRIJGBAARHEID: algemeen verkrijgbaar

EIGENSCHAPPEN: rode calciet: zuivert de omgeving van negatieve trillingen, versterkt energie en levendigheid voor een feest, schept een serene en vreugdevolle sfeer; stukjes bergkristal: verhogen de energie, brengen een bruisende stemming

WAAR U DE KRISTALLEN MOET LEGGEN: leg rode calciet op tafel. Strooi bergkristal langs de randen van de plek waar u eet – uw tuin of uw terras.



Gepolijst bergkristal



Bescherm uw voordeur met hematiet



Ruw

FEITEN

TE GEBRUIKEN KRISTAL: hematiet (zilvergrijs, roodbruin in ruwe toestand); glanzend na slijping; u kunt ook stukjes gebruiken

VERKRIJGBAARHEID: algemeen verkrijgbaar

EIGENSCHAPPEN VAN DE STEEN: lost negativiteit op, beschermt en voorkomt dat slechte energie het huis binnenkomt

WAAR U DE KRISTALLEN MOET LEGGEN: bij of onder uw deurmat



Gepolijst

In zijn ruwe, natuurlijke toestand is hematiet roodbruin van kleur. Het kristal bevat ijzeroxide en omdat ijzer verbonden was met Mars, de Romeinse oorlogsgod, drukten de Romeinse soldaten volgens de legenden de steen tegen hun lichaam om zich te beschermen alvorens ze ten strijde trokken. Hematiet is een aardende en versterkende steen die na het slijpen zilvergrijs is en zodanig glanst dat hij vroeger net als obsidiaan (zie blz. 14) als spiegel werd gebruikt.

Het spiegellende effect van hematiet kan de onaangename houdingen van ongewenste bezoekers aan uw voordeur afbuigen. Ook als deze plek over het algemeen goed aanvoelt, kunnen mensen die zonder succes proberen u iets te verkopen of humeurige bezoekers de positieve sfeer bij uw voordeur uitputten. Als u hematiet bij de voordeur legt, kan de energie weer beter stromen. De sterk beschermende steen trekt een helend schild op rond de voordeur. Dat schild staat in verbinding met de heilzame eigenschappen van de aarde en neutraliseert alle kwade energie die mensen meebrengen.



Gebruik

Leg een hematietkristal buiten de voordeur bij de mat of strooi er wat stukjes onder. Houd ze eerst vast en vraag ze uw ingang te beschermen en alle mensen te helen die aan uw deur komen. Vertrouw op hun heilzame werking.

ANDERE BESCHERMENDE KRISTALLEN

Seleniet: schept een vredige ruimte, houdt slechte invloeden tegen



Obsidiaan: zeer beschermend, houdt negatieve krachten tegen

