

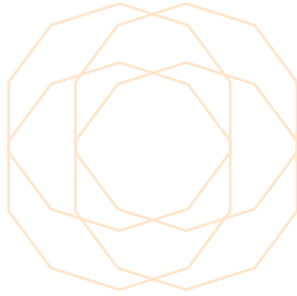
Karen Frazierová

# Léčivá energie kryсталů

Průvodce pro začátečníky



MAITREA



# LÉČIVÁ ENERGIE KRYSTALŮ



# Léčivá energie KRYSTALŮ

Průvodce pro začátečníky

Karen Frazierová

Přeložil Roman Žížlavský



2022

KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Frazier, Karen

[Crystals for beginners. Česky]

Léčivá energie krystalů : průvodce pro začátečnický / Karen Frazierová ; přeložil:

Roman Žižlavský. -- První vydání v českém jazyce. -- Praha : Maitrea, 2022. --

xii, 193 stran

Přeloženo z angličtiny -- Terminologický slovník. -- Obsahuje bibliografii,

bibliografické odkazy a rejstřík

ISBN 978-80-7500-655-4 (brožováno)

\* 549.091 \* 615.8 \* 548.1/.2 \* 616-08 \* 615.85 \* 577.337 \* 159.944 \* 613.86 \* (035)

– drahé kameny -- terapeutické účinky

– krystaly -- terapeutické aspekty

– krystaloterapie

– bioelektronika

– psychická odolnost

– zvládnání stresu

– příručky

615.8 - Fyzioterapie. Psychoterapie. Alternativní lékařství [14]

Karen Frazierová

Léčivá energie krystalů

*Crystals for Beginners*

Copyright © 2017 by Karen Frazier

Illustrations © Megan Dailey, str. 25, 43, 123, 125, 131, 141, 143, 157, 159,  
163 & 169.

Photography © Lucia Loiso, str. ii, x, 1–4, 7, 14, 16, 30, 40, 50–52, 55, 57,  
59, 61, 63, 65, 67, 69, 71, 73, 74, 116–118 & 170.

Translation © Roman Žižlavský, 2022

Czech edition © MAITREA *inspirace srdcem*, s.r.o., Praha 2022

ISBN 978-80-7500-655-4



Žádná část této publikace nesmí být bez předchozího písemného souhlasu vydavatele reprodukována nebo přenášena v jakékoli formě nebo jakýmikoli prostředky, elektronicky, mechanicky, kopírováním, nahráváním, skenováním nebo jinak.

Omezení odpovědnosti: Skutečnost, že jednotlivec, organizace nebo webové stránky jsou v tomto díle uváděny jako citace a/nebo potenciální zdroj dalších informací, neznámá, že autor nebo vydavatel souhlasí s informacemi, které jednotlivec, organizace nebo webové stránky mohou poskytnout, nebo s doporučeními, která mohou dát. Čtenáři by si dále měli být vědomi toho, že internetové stránky uvedené v této práci se mohly mezi napsáním této práce a jejím přečtením změnit nebo zmizet.

Milí čtenáři,

snažíme se, aby naše knihy byly perfektní. Pokud i přesto objevíte v textu nějakou chybu, napište nám na [nakladatelstvi@maitrea.cz](mailto:nakladatelstvi@maitrea.cz) a my ji rádi opravíme.

Díky, Vaše nakladatelství



*Věnováno  
Jimovi*



# OBSAH

Předmluva xi

## Část 1. Úvod do léčby pomocí krystalů

- 1. KAPITOLA Síla krystalů 5
- 2. KAPITOLA Začínáme sbírat drahé kameny 17
- 3. KAPITOLA Léčebné využití krystalů 31
- 4. KAPITOLA Maximalizace síly krystalů 41

## Část 2. Prohlubování znalostí o krystalech

### 5. KAPITOLA 10 kamenů pro každého 53

Ametyst 54	Karneol 64
Citrín 56	Křišťál 66
Černý turmalín 58	Růženín 68
Fluorit 60	Tyrkys 70
Hematit 62	Záhněda 72



## 6. KAPITOLA 40 krystalů, které je dobré znát 75

Achát 76	Jaspis 90	Rodochrozit 104
Akvamarín 77	Kalcit 91	Rubín 105
Amazonit 78	Kyanit 92	Safír 106
Ametrín 79	Labradorit 93	Selenit 107
Apačské slzy 80	Lapis lazuli 94	Smaragd 108
Apatit 81	Larimar 95	Sodalit 109
Avanturín 82	Magnetit 96	Tanzanit 110
Danburit 83	Malachit 97	Topaz 111
Epidot 84	Měsíční kámen 98	Turmalín 112
Fuchsit 85	Nefrit 99	Tygrí oko 113
Granát 86	Obsidián 100	Vltavín 114
Howlit 87	Olivín 101	Zirkon 115
Chalcedon 88	Onyx 102	
Jantar 89	Opál 103	

## ČÁST 3. Jak si pomocí krystalů zlepšit život

### 7. KAPITOLA Léčivé techniky s krystaly 119

Důvěra 120	Odpuštění 138	Vděčnost 156
Hněv 122	Odvaha 140	Vnitřní mír 158
Hojnost 124	Rozhodnost 142	Vyrovnanost 160
Hranice 126	Sebedůvěra 144	Zármutek 162
Láska 128	Soucit 146	Závislost 164
Lítost 130	Stres 148	Závist 166
Motivace 132	Štěstí 150	Zneužití 168
Negativita 134	Trpělivost 152	
Odmítnutí 136	Úzkost 154	

Najděte svůj krystal: Průvodce barvami 171

Slovník pojmů 180 Zdroje 182

Odkazy 184 Rejstřík 186 Poznámky 194



# PŘEDMLUVA

**Ž**ijeme v moderním světě, který je zdrojem velkého stresu pro naše tělo, mysl i ducha. V podstatě vše v našem životě – od jídla a práce přes politickou situaci až po osobní aktivity – nás nějakým způsobem vyvádí z rovnováhy. Ale bez rovnováhy nemůžeme být sami sebou.

Před několika lety jsem měla velmi stresující práci ve společnosti, které na zaměstnancích příliš nezáleželo. Dojíždění do práce mi zabralo celé hodiny. Můj manžel byl svou kariérou ještě více pohlcený než já a syn měl hodně různých koníčků. Byl to hektický život a já mu obětovala vše, co bych „měla dělat“: jíst zdravě, pravidelně cvičit a užívat si činnosti, které nám dovolují zpomalit a být vyrovnanější.

Neustálý stres a zaneprázdněnost na mne měly neblahé následky. Měla jsem podlomené zdraví a trpěla jsem chronickými bolestmi. I ve vztahu s manželem mi chyběla dřívější emocionální blízkost. Byla jsem nešťastná. Cítila jsem se profesně i osobně zaseknutá v hyperaktivní existenci bez radosti.

Jednou v sobotu jsem měla výjimečně volno. Rozhodla jsem se projet. Cestou mě zlákal obchod s krystaly a korálky asi třicet kilometrů severně od domova. Byla jsem uchválena oddělením polodrahokamů, kde jsem nakoupila různé korálky z drahých kamenů a další propriety pro výrobu šperků, což jsem doposud nikdy neudělala.

Později toho dne, když jsem seděla za stolem a navlékala korálky, se ve mně rozhostil hluboký klid. Obvyčně si připadám jako v mlze, v hlavě mi pochodují myšlenky jedna za druhou, ale najednou jsem byla dokonale soustředěná. Spojila jsem se s částmi sebe sama, na které jsem skoro zapomněla. Všimla jsem si dokonce, že u toho opět zažívám radost.

Nad korálky z krystalů jsem si krásně zameditovala a cítila se blaženě, jak už dlouho ne. Bylo to fascinující.

Přitom jsem se o drahé kameny zajímala již dříve, dokonce jsem jednou měla hluboký zážitek z léčení krystaly, ale nějak jsem to pustila z hlavy. Po celá dlouhá léta mě ani jednou nenapadlo je využít. Ale jak jsem tu sobotu navlékala korálky z drahých kamenů, připomnělo mi to dávné zkušenosti a já se vydala na novou cestu.

Od té doby krystaly sbírám a pracuji s nimi. Mám je všude po domě a používám je jak pro osobní duchovní praxi, tak pro lidi, kteří za mnou přijdou na energetické léčení. Staly se natolik důležitou součástí mého života, že jsem se o nabyté znalosti podělila v knize *Crystals for Healing*. Je to opravdu obsáhlý průvodce po světě drahých kamenů. Během posledních let jsem si ale uvědomila, že lidé, kteří s drahými kameny teprve začínají, potřebují spíše praktické uvedení do tématu. A to mě přimělo k napsání této knihy. Je koncipována tak, aby vám poskytla základní informace a návody pro praktické použití. Můžete tak na vlastní kůži zažít změny, k nimž vás krystaly mohou dovést.





ČÁST  
**1.**

*Úvod  
do léčby  
pomocí  
kryсталů*





**1.**

KAPITOLA

# SÍLA KRYSTALŮ

*Po celá staletí různé civilizace vnímaly hodnotu drahých kamenů a vážily si jich jak pro jejich krásu ve formě drahokamů a polodrahokamů, tak pro jejich jedinečnou energii a vibrace, které pomáhají léčit tělo, mysl a ducha. Léčivých vlastností krystalů využívaly společnosti starověké Mezopotámie, Egypta, Řecka i Číny. Jednalo se o běžnou praxi po celé věky, i když třeba během renesance došlo k jistému posunu, neboť lidé začali věřit, že léčivé vlastnosti drahých kamenů pocházejí od dobrých nebo špatných andělů. Použití krystalů pro léčení se znovuobjevilo zhruba před čtyřiceti lety, a jakožto léčebná metoda stále nabírá na popularitě. Ovšem v současné vědecké době se může zdát nepochopitelné, jak může kus kamene působit jakkoli léčivě. Odpověď tkví v energetických vibracích krystalů a v tom, jak ovlivňují okolní energetická pole včetně lidských.*

## Co jsou to krystaly?

Krystaly jsou přírodní prvky pocházející ze Země. Pravý krystal má organizované seskupení částic, které tvoří jedinečnou mřížkovou strukturu zvanou krystalografická soustava. U léčivých krystalů bývá uváděno šest základních mřížkových struktur (viz následující stránka). Pak tu také máme skupinu kamenů známou jako amorfní neboli beztvaré krystaly. Nejedná se o pravé krystaly, protože nemají vnitřní krystalickou strukturu. Patří sem například jantar, obsidián, opál a tektity. Každý z nich má své jedinečné vlastnosti.

### KRYSTALY A JEJICH BARVA

Je pravda, že právě barva krystalu může mít velký vliv na to, jak je pro vás který kámen přitažlivý. Barva zároveň hraje roli v léčivých a energetických účincích krystalů. O tomto tématu pojednáme podrobně v pozdějších kapitolách. Nyní se podíváme na úplné základy, které byste měli o barvě krystalů vědět. Barva je dána třemi okolnostmi:

- ♦ jak krystaly pohlcují světlo;
- ♦ jaké konkrétní minerály a chemické prvky obsahují;
- ♦ jaké obsahují nečistoty.

Obsažené minerály a nečistoty mají vliv na to, na jaké vlnové délce krystaly pohlcují světlo, a tím pádem jakou pak mají barvu. Například když krystal pohlcuje světlo na všech vlnových délkách, tak je černý – nebo přesněji řečeno ho vidíme jako černý. Když naopak neabsorbuje světlo na žádné vlnové délce, je čirý. Každá nečistota či chemický prvek různě ovlivňují výslednou barvu.

# Krystalové mřížky aneb struktura krystalů



U léčivých krystalů rozeznáváme šest základních struktur krystalické mřížky.

**ŠESTEREČNÉ** krystaly mají vnitřní strukturu, která se podobá trojrozměrnému šestiúhelníku. Tyto krystaly nám pomáhají manifestovat neboli projevit určité schopnosti.

**KRYCHLOVÉ** či kubické krystaly mají krychlovou vnitřní strukturu. Tyto krystaly dokážou zlepšovat situace a zesilovat energie.

**JEDNOKLONNÉ** krystaly mají strukturu trojrozměrného rovnoběžníku. Jedná se o ochranné krystaly.

**KOSOČTVERECNÉ** krystaly mají tvar diamantové krystalické struktury. Očišťují, rozjasňují a odstraňují bloky.

**ČTVERECNÉ** krystaly mají obdélníkovou vnitřní strukturu. Dokážou přitahovat. Mají schopnost učinit cokoli přitažlivější a pomáhají nám přitáhnout k sobě to, co potřebujeme.

**TROJKLONNÉ** krystaly mají vnitřní strukturu s třemi nakloněnými osami. Umí odvracet nežádoucí energie a uchovávat ty, které uchovat chceme.

## KRYSTALY, KLENOTY, MINERÁLY NEBO KAMENY?

Když je řeč o krystalech, může se nám zdát, že se pojmy jako krystal, klenot, minerál či kámen používají vzájemně zaměnitelně. Jako krystaly přitom bývají označovány i substance, které jimi nejsou, třeba jantar (což je zkamenělá pryskyřice). Pokud vás tedy zajímá, v čem přesně se liší tyto pojmy, zde nabízím jejich stručný výklad:

**KRYSTAL:** Minerál, který má vnitřní krystalickou strukturu. Achát, což je šestistranný krystal, je zároveň minerál i kámen.

**KLENOT:** Seříznutý leštěný minerál, krystal nebo kámen. Opracovaný diamant (který je zároveň i minerál, krystal a kámen) je zároveň klenot i drahý kámen. Jantar a perly jsou organické substance považované za drahé kameny, ačkoli se nejedná o minerály, krystaly ani kameny.

**MINERÁL:** Přirozeně se vyskytující substance se specifickým chemickým složením a vysoce organizovanou strukturou, která může, ale nemusí být krystalická. Opál je minerál, který nemá krystalickou strukturu. Zároveň jde o drahokam a kámen, ale ne o pravý krystal.

**KÁMEN:** Kombinace či souhrn různých minerálů. Mramor, který se skládá z různých minerálů, je metamorfovaný neboli proměněný kámen – byl totiž po určitou dobu vystaven vysoké teplotě a tlaku.

### *Krystaly přírodní, nebo vyrobené?*

S rostoucí popularitou krystalů a drahých kamenů přišla i jejich výroba v laboratořích. Uměle vyrobené kameny se často používají ve šperkařství a vyznačují se neobvyklou velikostí, barvou a číroostí. Šperky z nich jsou levnější než z přírodních kamenů.

Přírodní krystaly se vytvářejí hluboko v Zemi po stovky, tisíce, miliony let. Proto mnozí věří, že mají nezaměnitelnou přírodní energii a sílu. Laboratorní krystaly se vyrábějí rychle a bez působení zemské

energie. To neznamená, že by neměly žádnou sílu. Stále mají krystalickou strukturu, která uchovává energii. Někteří jsou však názoru, že tato energie není tak čistá. Nicméně zacházení s jakýmkoli krystalem mění jeho energii, takže je možno bezpečně říci, že celková energie krystalu se změní ve chvíli, kdy ho použijete. Poradila bych vám mít k dispozici různé drahé kameny a používat je pocitově podle toho, jakou energii zrovna potřebujete.

## *Elektrina v krystalech*

Vše má energii. Kvantová fyzika nám v podstatě říká, že v samém základu je veškerá hmota tvořena vibrujícími vlákny elektřiny. Tedy i vy, i krystaly.

Lidé vnímají energii mnohem více, než si dokážete představit. Dokonce i lidé, kteří nemají žádné povědomí o energiích či energetickém léčení, vy-cítí, že s určitými lidmi „nerezonují“. Pokud něco takového vnímáte, znamená to, že cítíte energii a rozpoznáváte, že vibrace dané osoby nesouzní s vaší vlastní energií.

## **SLADĚNÍ**

Byli jste někdy v přítomnosti opravdu negativního člověka a cítili jste, jak se vám nálada zhoršuje už jen tím, že jste mu poblíž? A naopak, byli jste ve společnosti vysoce pozitivního člověka a cítili jste, jak se vám nálada zlepšuje? To je sladění – definované jako tendence, kdy se systémy při vzájemném setkání ovlivňují a vzájemně se synchronizují.

Příkladem toho je i náš cirkadiální rytmus. Rovněž se mu říká „tělesné hodiny“, protože nás slaďuje se střídáním světla a tmy a dává našemu tělu znát, kdy je třeba spát. U všech savců se v mozku, konkrétně v hypotalamu, nachází takovéto dokonalé hodiny, které jim s pomocí energetických signálů pomáhají poznat, kdy bdít a kdy spát. Mně osobně tyto niterné signály fungují výborně. Už léta nepoužívám budík, protože mé vnitřní hodiny jsou skvěle nalaďeny na signály, které dostávají.