

*Průvodce  
světem krystalů  
a jejich energií  
od autorky bestselleru  
Kameny od A do Z*

JUDY HALLOVÁ  
**KAMENY**  
**v praxi**



metafora

Kniha KAMENY V PRAXI je stručným, ale zároveň úplným souhrnem informací o práci s krystaly od přední odbornice na energii ukrytou v kamenech, která o hloubce svých znalostí již v minulosti přesvědčila čtenáře předchozích úspěšných knih. Díky přístupnému a srozumitelnému výkladu je kniha ideálním průvodcem pro práci s krystaly, vhodným i pro úplného začátečníka.

V knize KAMENY V PRAXI naleznete komplexní informace o blahodárném působení energie krystalů na lidské zdraví i na celkovou kvalitu života. Judy Hallová vysvětluje, jak s krystaly nejlépe pracovat, jak si vybrat vhodný krystal pro individuální použití, jak ho před zahájením práce očistit, jak kámen nabít energií a jak ho naladit. Jednoduše je tu vše, co potřebujete o krystalech vědět.

Judy Hallová

# **KAMENY V PRAXI**

*Přeložil Lumír Mikulka*



metafora®

***Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy***

*Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno***

*Crystals Made Easy*

Copyright © 2014 by Judy Hall

Originally published in 2018 by Hay House UK Ltd.

Translation © Lumír Mikulka, 2019

Czech edition © Grada Publishing, a. s., 2019

All rights reserved

ISBN 978-80-7625-363-6 (ePub)

ISBN 978-80-7625-362-9 (pdf)

ISBN 978-80-7625-090-1 (print)

*Krystalovým duchům a rádcům,  
kteří mě toho tolik naučili,  
a všem, kteří se spolu se mnou  
vydávají na nádhernou cestu  
za zkoumáním krystalů.*



*Když nám nějaký krystal nebo vlčí mák připadají krásné,  
jsme méně sami a jsme více vsazeni  
do všeho, co existuje kolem nás, než bychom věřili  
na základě našeho samostatného života.*

– JOHN BERGER, *SELECTED ESSAYS* (VYBRANÉ ESEJE)



# OBSAH

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| <i>Seznam cvičení</i>           | 11 |
| <b>PŘEDMLUVA: Síla krystalů</b> | 13 |

## **ČÁST I**

|                                                                |    |
|----------------------------------------------------------------|----|
| <b>ZÁKLADNÍ INFORMACE O KRYSTALECH</b>                         | 20 |
| <i>Kapitola 1: Začínáme hledáním svých krystalů</i>            | 21 |
| <i>Kapitola 2: Příprava vašeho krystalu</i>                    | 33 |
| <i>Kapitola 3: „Tolik požehnání, kolik je zrněk písku“</i>     | 41 |
| <i>Kapitola 4: Truhla pokladů</i>                              | 47 |
| <i>Kapitola 5: Stavební bloky přírody</i>                      | 51 |
| <i>Kapitola 6: Přírodní skříňka s barvami</i>                  | 57 |
| <i>Kapitola 7: Jak krystaly pracují</i>                        | 69 |
| <i>Kapitola 8: „Prostředek proti všem<br/>pozemským bédám“</i> | 77 |

## **Část II**

|                                                                           |     |
|---------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>VYUŽITÍ KRYSTALŮ</b>                                                   | 91  |
| <i>Kapitola 9: Krystaly, aura a čakry</i>                                 | 93  |
| <i>Kapitola 10: Holistické léčení: Tělo</i>                               | 110 |
| <i>Kapitola 11: Holistické léčení: Emoce<br/>a psychosomatické potíže</i> | 130 |
| <i>Kapitola 12: Holistické léčení: Psychika a mysl</i>                    | 135 |
| <i>Kapitola 13: Osobní ochrana a posílení energie</i>                     | 149 |
| <i>Kapitola 14: Krystaly pro bezpečný prostor</i>                         | 159 |

## KAMENY V PRAXI

|                                                                |     |
|----------------------------------------------------------------|-----|
| <i>Kapitola 15: Léčení životního prostředí</i>                 | 169 |
| <i>Kapitola 16: Meditace s krystaly a rozšířené<br/>vědomí</i> | 175 |
| <i>Kapitola 17: Věštění s krystaly</i>                         | 189 |
| <i>Kapitola 18: Krystalový zvěrokruh</i>                       | 205 |
| <i>Kapitola 19: Vyšší spojení</i>                              | 219 |
| <i>Kapitola 20: Krystalové lebky</i>                           | 223 |
| <i>Kapitola 21: Život s krystaly</i>                           | 229 |
| <i>Závěr: „Sladkými slovy uhlazujeme<br/>hrbolatou cestu“</i>  | 233 |
| <b>SLOVNÍČEK POJMŮ</b>                                         | 235 |
| <b>REJSTRÍK</b>                                                | 239 |
| <b>O AUTORCE</b>                                               | 265 |

# SEZNAM CVIČENÍ

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| Otevření čaker v dlani                     | 21  |
| Otevření čakry zemské hvězdy               | 22  |
| Cvičte intuici                             | 24  |
| Síla doteku                                | 25  |
| Výběr v pohodlí domova                     | 26  |
| Nechte výběr na očích                      | 26  |
| Jak najít kyvadlo                          | 27  |
| Práce s kyvadlem – určení „ano“ a „ne“     | 27  |
| Prsty místo kyvadla                        | 28  |
| Čištění krystalu                           | 32  |
| Vnímání rozdílů                            | 33  |
| Programování a nabíjení krystalu           | 33  |
| Naladění se na krystal                     | 34  |
| Odprogramování                             | 37  |
| Výroba amuletu                             | 41  |
| Vnímání účinku tvaru                       | 53  |
| Vnímání barev                              | 60  |
| Srovnávejte a hledejte rozdíly             | 64  |
| Procvičování způsobu vnímání               | 86  |
| Opravování aury                            | 92  |
| Vnímání bloků a obnovování rovnováhy čaker | 102 |
| Jak okamžitě získat energetickou vzpruhu   | 109 |

## KAMENY V PRAXI

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| Stimulace imunitního systému          | 115 |
| Příprava krystalové esence            | 118 |
| Příprava šungitové vody               | 119 |
| Rozložení mřížky – Davidova hvězda    | 121 |
| Rozložení mřížky – pěticípá hvězda    | 122 |
| Rozložení mřížky – osmička            | 123 |
| Emocionální očistění                  | 130 |
| Rozložení krystalů pro uvolnění       | 136 |
| Pročištění a zaměření mysli           | 138 |
| Likvidace starých vzorců              | 143 |
| Ochrana vlastní osoby                 | 151 |
| Tavení jantaru                        | 151 |
| Tantalitová klec                      | 151 |
| Přivolání dobrých vibrací             | 152 |
| Zavření energetického portálu         | 155 |
| Vytvoření bezpečného prostoru         | 159 |
| Ochrana před elektromagnetickými poli | 160 |
| Vytvoření mřížky pro bezpečný prostor | 162 |
| Vytvoření trojúhelníkové mřížky       | 164 |
| Jak si poradit s duchy                | 165 |
| Léčení dávného traumatu               |     |
| pomocí pěticípé hvězdy                | 170 |
| Meditace s krystalem                  | 174 |
| Rozložení mandaly z krystalů          | 175 |
| Aktivace vyšších čakr                 | 180 |
| Vypěstování kosmické kotvy            | 182 |
| Přístup na kosmickou ranvej           | 183 |
| Výběr krystalové koule                | 189 |
| Věštění hledáním do krystalu          | 191 |
| Setkání se strážným andělem           | 218 |
| Setkání s krystalovým rádcem          | 219 |
| Spojení s krystalovou lebkou          | 224 |

*Předmluva*

# SÍLA KRYSTALŮ

*Lidé tvrdí, že kameny nemluví a necítí.*

*Jak jen se pletou!*

ALPHONSE DE CHÂTEAUBRIANT,

*LA RÉPONSE DU SEIGNEUR (ODPOVĚĎ PÁNA)*

Zamyslete se nad krystaly... Co vás napadne? Obecně přijímaná definice krystalu zní „pevné těleso geometricky pravidelného tvaru“. Ke krystalům patří nejen třpytivé drahokamy, ale také polodrahokamy, a dokonce i obyčejné kameny. Krystalky, s nimiž se setkáme v této knize, jsou z velké části krystalickou podobou minerálů. Jsou mezi nimi drahé kameny i polodrahokamy a rovněž některé kameny. Tyto dary Země nám nabízejí léčebnou sílu, moudrost a ještě mnohem více.

Krystaly se používají mimořádně dlouhou dobu. Možná vás překvapí, že ve starověku byly všeobecně pokládány za cosi posvátného a byly integrální součástí náboženských, léčitelských, ochranných a věšteckých praktik. V Indii jsou dodnes uctívány tzv. Šiva lingamy – kameny představující boha Šivu. Badatel Robert Temple v souvislosti s krystaly uvádí: „Pythagorejci ve starověkém Řecku v pátém století před naším letopočtem věřili, že Slunce je obrovská krystalická koule (větší než Země), která shromažďuje světlo z okolního vesmíru a jako obrovská

čočka ho zaměřuje na Zemi.“ Podle jiných civilizací měl vesmír podobu série krystalických sfér naskládaných navzájem do sebe.

Krystaly jsou oporou naší planety. Představují kosti Země a dávají podobu její základní geometrii. Rozvádějí jemné proudy energie planety podobně, jako nervy a cévy rozvádějí naším tělem elektrochemické signály. Kromě toho ale doslova pohánějí náš svět. Najdeme je v nejmodernějších technických i lékařských zařízeních stejně jako v barvách na stěnách našich staveb. Jsou nepostradatelnou součástí moderního života. Pokud nosíte šperky nebo hodinky, koupete se již nyní v energii, kterou krystaly generují. Počítače by nefungovaly bez piezoelektrických vlastností křemene. Samotné krystaly si vytvářejí svou vlastní krystalickou síť – „krystalický internet“. V pozadí za prozkoumáváním pozemského světa se vždy skrývala snaha najít nová naleziště minerálů a dnes nás tentýž motiv pohání při letech ke hvězdám. Samotné používání krystalů je ale staré jako lidstvo samo.

### **Smyslová magie**

Práce s krystaly je založena spíše na smyslových vjemech a intuici než na rozumu. Mají jedinečnou schopnost absorbovat a přetvářet negativní vlivy, aby působily v náš prospěch. Kromě toho se s námi dostávají do energetických interakcí. Jejich schopnost využít sílu naší mysli je skutečně neuvěřitelná. Zvyšují naši energii a podporují vše, co děláme. Pokud se s nimi naučíme zacházet, můžeme dosáhnout spojení s jejich magií.

Jestliže jste s krystaly nikdy v minulosti nepracovali, bude to pro vás nečekaně příjemný zážitek. Tyto nádherné předměty vám poskytnou mocný impuls a budete žasnout, jak selepší celý váš život. Nejde zdaleka jen o dekorativní funkci, neboť krystaly přinášejí současně ochranu i pomoc při cestě životem. Mohou zvýšit vaši

energii, zlepšit vaši pohodu, pomoci vám najít klid v okamžicích krizí a změnit způsob, jakým uvažujete. Dodá jí vám jistotu, že žijete v bezpečném prostoru, poslouží vám jako průvodci a mohou udělat i mnoho dalšího.

Pro začátek zkuste uchopit krystal křemene. Minutu nebo dvě ho držte zlehka v ruce. Cítíte v dlani lehké vibrace nebo pulzování? Pokud ano, vnímáte právě energii krystalu. (Jestliže necítíte nic, vezměte kámen do druhé ruky.)

### **Jak používat tuto knihu**

Tato kniha má promyšlenou strukturu, aby vás provedla krok za krokem prací s krystaly. Jsou v ní praktická cvičení, doplněná příklady, jejichž cílem je zvýšit vaši citlivost vůči energii krystalů a jejich potenciálu. V textu najdete i informace o jednotlivých krystalech, které se používají při různých cvičeních. Na konci je zařazen slovníček, který vysvětluje termíny, na něž jste dosud třeba ještě nenarazili. Kromě toho kniha obsahuje i přehled dalších zdrojů informací. Stačí proto, když odložíte veškeré předsudky a budete ochotni experimentovat.

Nepřeskakujte prosím úvodní kapitoly. Trocha času, kterou věnujete první části této knihy, se vám vyplatí, neboť pak dokážete využít nejsilnější energie v krystalech. Tato část vás vybaví nezbytnými základy, které jsou zapotřebí, abyste mohli pocítit nejlepší možné účinky krystalů. Dříve než dokážete plně ocenit, jakou sílu krystaly mají, musíte projít významnými fázemi. Musíte například otevřít čakry v dlani, abyste *ucítili* energii krystalů. Kromě toho se musíte na své krystaly také naladit, abyste jejich energii dokázali *vnímat*.

Až přejdete ke druhé části knihy, jež pojednává o praktické aplikaci, můžete věnovat každému cvičení několik dní, během nichž budete mít možnost různé krystaly vyzkoušet. Nebo můžete jednoduše zamířit přímo k tomu,

co vás zajímá nebo co má pro vás v daném okamžiku zvlášť velký význam. I tato část knihy je ale uspořádána tak, abyste z ní dokázali vytěžit co nejvíc. Předtím než například dojde k rozšíření vaší vnímavosti, musíte dosáhnout vysoké úrovně osobní energie. Současně je nutné, abyste se nacházeli v pročištěném a bezpečném prostoru. Ve druhé části knihy se rovněž seznámíte s tajemnými krystalovými lebkami a krystalickými rádci schopnými vás vést po cestě celým vaším životem.

### **Zdokonalování dovedností**

V knize najdete spoustu věcí, které vás budou vzrušovat. Spolu s tím, jak budete zkoumat různé využití síly krystalů, začnou vám krystaly sloužit jako užitečné nástroje a vy sami získáte řadu dovedností vhodných pro nejrůznější situace. Až se dostanete na konec knihy, budete vybaveni informacemi o širokém spektru možností, jak krystaly používat. Kromě toho budete vědět, jak a kde hledat podrobnější informace a kterým směrem se napřít při dalším studiu.

### **Nespěchejte**

Je vzrušující, když člověk objeví nový krystal nebo dosud neznámou dovednost. Je možné, že vás to bude svádět, abyste rychle postupovali stále dál a dál. Čím více budete dané cvičení zkoušet, tím více se stane součástí vašich dovedností a tím lépe s vámi bude krystal komunikovat. Spolu s tím, jak budete touto knihou postupovat, zapisujte si, jak jste reagovali na jednotlivé krystaly a na různá cvičení. Pak vše opakujte a porovnávejte jednotlivé výsledky. Všímejte si, jak se při každé další interakci s krystaly zvětšuje vaše citlivost na vnímání energie.

### **Náhrady krystalů**

Kromě starých známých krystalů se v této knize zmiňují

také o novějších nebo vzácnějších druzích, které mohou být drahé. Jestliže jsou pro vás tyto krystaly nedostupné, poslouží vám místo nich mé karty *Crystal Wisdom Oracle* (Orákulum moudrosti krystalů), neboť energii jednotlivých krystalů skvěle uchovávají i fotografie. Jedná se o vynikající způsob, jak si vyzkoušet krystaly ještě předtím, než si je koupíte. Tyto karty můžete kromě toho používat i jako rádce při cestě životem.

### **Cesta vpřed**

Neexistuje jediný správný způsob práce s krystaly. Existuje pouze způsob, který je správný pro vás. Stejně jako má každý krystal svou jedinečnou vibraci, má i každý člověk jedinečnou energetickou frekvenci, která reaguje na některé krystaly silněji než na jiné. Každý člověk se vyladuje na krystaly svým vlastním způsobem. Až si tuto knihu pročtete, sami se o tom přesvědčíte. Stačí, když budete pružní a přizpůsobiví, a brzy najdete svou vlastní cestu vpřed.

