

JUDY HALL

KRISTALLI- RETSEPTID

TŠAKRAID
TASAKAALUSTAVATE
KRISTALLIDE
JA
KUNDALINI
KÄIVITUSKIVIDE
TEEJUHT



Judy Hall
Crystal Prescriptions. Volume 4
The A-Z Guide to Chakra Balancing Crystals and Kundalini
Activation Stones
2015

Raamatu eesti keeles kirjastamise õigus kuulub
eranditult kirjastusele ERSEN.
Selle raamatu reprodutseerimine, tõlkimine ja levitamine
ilma valdaja loata on õigusvastane
ja seadusega karistatav.

Kaane kujundanud Reet Helm
Toimetanud Anneli Sihvart
Korrektor Mari Mets

Copyright © 2014 by Judy Hall
Originally published in the UK by John Hunt Publishing Ltd
3, East Street, New Alresford, Hampshire, SO24 9EE, UK
Published in 2018 under licence from John Hunt Publishing Ltd.
All rights reserved.
© 2018 Kirjastus ERSEN

B07346218
ISBN 978-9949-82-266-9

Kõik kirjastuse Ersen raamatud ja e-raamatud on saadaval
veebipoest www.ersen.ee

Sisukord

I osa	9
Sissejuhatus: Šakti ja Šiva tants	10
Mis on tšakra?	14
Tšakrate värvid	21
Isiklikud tšakrad	24
Vähem tuntud tšakrate avastamine	46
Isiklike tšakrate avamine ja vähem tuntute lõimimine	62
Kristalli mikrokosmiline orbiit	64
Teadlikkuse avardamine: kõrgema võnkesagedusega hingetasandi tšakrad	66
Kõrgemate tšakrate aktiveerimine	81
Subtiilsed energiakohad	84
Tšakrate ja subtiilsete energiakohade tasakaalustamine kristallidega	91

Kosmilised ja šamanistlikud ankrud	94
Kogu energiasüsteemi harmoneerimine kõrgema resonantsiga	97
Kaheksakujuline laotus	100
Maa tšakrad	101
Maa kundalini	110
Mis on kundalini?	111
Kundalini anatoomia	118
Äratatud kundalini kasulikkus	124
Kundalini kontrollimatu tõusu pahupool	127
Kundalini aktiveerimine kristallide abil	132
Kristallide põhitõed: kristallide valimine ja nende eest hoolitsemine	139
Nõiavitsa kasutamine	141
Kristallide puhastamine, ergutamine ja fookustamine	145
Oma kristallide kasutamine	149
Kristalliessentsid	151
Näiteid minevikust	155
Kataloogi kasutamine	159

II osa: Kristallilahenduste kataloog A-st Y-ni 161

Tšakrad ja neid aktiveerivad kristallid 162

Subtiilsed energiakehad ja nende kristallid 175

Kundalini, elundid, seisundid ja tervendavad kristallid 179

Järelmärkused 284

Allikad 285

Tähelepanu

Käesolevas kataloogis esitatud informatsioon ei ole mõeldud meditsiinitöötajate määratud ravi aseaineks. Edasist abi võib otsida ka vastava kvalifikatsiooniga kristallitervendajalt või kundalini jooga harrastajalt. Tervenemist võib määratleda kui keha, tunnete, mõistuse ja hinge tasakaalu viimist. See ei sisalda endas ravi.

Tänusõnad

Minu suurim tänu erakordsele šamaanile Sarah Lownd-sile Sarpenela loodusteraapiate keskusest (www.sarpenela.co.uk), kes ühendas omavahel punktid, mis moodustasid kundalini voo. Tänusõnad ka kõikidele, kes osalesid töötubades, ja klientidele, kes õpetasid mulle nii palju tšakra-test, teadvuse avardamisest ja kundalini ergastumisest – ja selle kõige kõrvalmõjudest. Tänu nende valmidusele astuda minu järel kaardistamata alale, et avastada uusi kristalle ja tšakraid ning kõrgemaid mõõtmeid, sai see raamat võimalikuks.

Samuti pean tänama astroloogi ja teadjanaist Terrie Birchi, kes kaanefoto pildistamiseks loovutas oma lõunapausi. Ole sa õnnistatud.



I osa



Sissejuhatus

Šakti ja Šiva tants

Kundalini on tumeda, toore, seksuaalse, niiske, kleepuva, mahlaka jõu plahvatus. See on äratuntavalt metsik naiselikkus, mida ei ole võimalik objeldada. See on primitiivne, rüpane ja haarav nagu sünd ning võib olla sama hirmuäratav kui surm.

– Doktor Glenn Morris

(www.kundaliniawakeningprocess.com)

Kas olete kunagi tundnud, et teie selgroog põleb? Kuidas elektrilöögid või särinad jooksevad läbi teie keha? Energiaineid voogamas läbi teie nagu loksuv meri? Või jäiseid värinaid? Hetkelist kosmilist orgasmi? „Meelte sätendust”? Ülimat joovastust? Viivulist valgustust? Et olete vedela valguse rüpes? Või oma kehast välja heidetud? Kui nii, siis olete kogenud kundalini sündmust.

Kui ei ning olete kätte võtnud selle raamatu, siis ehk otsite niisugust kogemust. Või ihaldate tõusta kõrgemale. Kundalinil on mitu nime. Kuid see, mis teid ees ootab, võib hirmutada. Selle salapärase, kõikvõimsa jõu eest, mis võib joosta üles piki teie selgroogu ja purskuda välja teie peast, on palju hoiatatud. Pakkumisel on ehe vabanemine. Aga,

nagu õige pea selgub, ei ole see ilma **konksude ja pisipattu-** deta. Iseäranis meeldib mulle ülaltoodud tsitaat, sest minu arvates sisaldub selles tulise kundalini ärkamise põhiolemus. Šakti metsik jõud – ürgne kosmiline energia –, mis liigub läbi keha ja seguneb Šiva ürgse teadvusega, äratades elule avardunud teadvuse.

See raamat lahkab kundalinit ja tšakraid, lähtudes läänelikust energiatervendamise tugiraamistikust. Ma ei pea end kundaliniekspertiks, kuid viimase 45 aasta jooksul olen kohanud seda mitmes vormis. Olen kasutanud kristalle, puhastamaks ja aktiveerimaks traditsioonilisi ja „uuemaid” tšakraid ning hõlbustamaks väe tasast tõusu füüsilistes ja subtiilsetes energiakehades. Olen kasutanud kristalle, et leevendada kundalini kahjulikke kõrvalmõjusid, omastamata neid sealjuures kundalini aktiveerimisele. Kuid tagantjärele olen mõistnud, et just seda oleksin pidanud tegema. Samuti olen palju õppinud kõrge võnkesagedusega tšakrate, nende ummistuse ja positsiooni kohta laienenud teadlikkuses ning spirituaalses arengus sellel ajal. Tahaksin teiega jagada oma kogemuse vilju.

Kristallide suurim potentsiaal avaldub **teadvuse võnkesageduse nihkudes**, viies meid sõna otseses mõttes uude mõõtmesse – või õigemini, avades kõik võimalikud mõõtmed. Praegu on saadaval mitmeid kristalle, mille eesmärk on sisse juhatada teadlikkus ning lõimida meie inimlik ja jumalik tajut. Ajalooliselt on seda kutsutud Šakti (väe) ja Šiva (rikkumata teadvuse) tantsuks. Kundalini aktiveerimise eesmärgiks on alati olnud teadlikkuse tõstmine ja selle ühendamine jumalikuga. Kuid kristallid juhivad tähelepanu sellele, et niisuguse ühtsuse saavutamine ei ole võimalik enne, kui me oleme lõpetanud oma isikliku tervenemise ja kasvamise – ning oma tšakrad energiavoogude vahendamiseks

ette valmistanud. Kundalini tõus võib energiatega nihkudes sütitada puhastava katarsise. Seda nihet võib aidata tšakratega eelnevalt tööd tehes, sealhulgas kõrgemaid tšakraid avades ja tõstes kundalinit **ettevaatlike, puhastavate etappidena**. Seega, siit raamatust leiate kogu vajaliku ettevalmistava informatsiooni tšakratest, vanadest ja uutest, kõigest, mis neid ummistab ja vabastab, ning nende võimalikest füsioloogilistest, psühholoogilistest ja hingelistest mõjudest.

Siis võtame käsile kundalini. See pole juba ammu salajane õpetus, mida jagatakse vaid asjasse pühendatutega. Kundalini jõu kasvatamisele pööratakse märgatavalt tähelepanu ja teadlastel on huvi uurida selle mõjusid. See vaevumärgatav, kuid ülidünaamiline psühhoenergia võib kiiritada meie füüsiliste ja eeterkehade rakke uue resonantsiga. Sellisega, mis paneb meid sõna otseses mõttes särama. See tähendab, äratab meie valguskeha ja meie võime omastada kõrgemate mõõtmete sagedusi. Ent kui seda ei tehta suure ettevaatlikkusega, võib tõus olla kontrollimatu ja tuua kaasa ootamatuid tagajärgi, nende hulgas tohutut ebamugavust. Parim viis kindlustada, et tõus on teie kontrolli all, on hoida kõik tšakrad avatud ja optimaalsel talitlusel, subtiilsed energiakedad harmoonias *ning kasutada voo vahendamiseks kristalle*.

Kundalini tõusuks valmistumiseks tuleb aktiveerida vähem tuntud ja kõrgema võnkesagedusega tšakrad – näiteks kausaalkeeris –, mis avardavad meie teadlikkust kõikjal meie ümber asuvast mitmemõõtmelisest reaalsusest. Kuid kõrgenenud teadvust ja mitmemõõtmelisi reaalsusi ei saa uurida ilma põhjalike teadmisteta maatahest ja Gaia värvast. Kuigi peamised, traditsioonilised tšakrad on saanud palju tähelepanu, on vähem tuntud tšakrad kundalini omanamiseks ning tervendavate ja intuiitvsete võimete täieli-

kuks rakendamiseks elutähtsad. Näiteks töö energiaga või reiki on oluliselt tõhusam pärast peopesatsäkrate avamist. Jaapanis läbi viidud uuring näitas, et tervendamise ja võitluskunstidega tegelejad suutsid oma peopesadest väljutada erakordselt suuri ja tugevaid pulseerivaid magnetvälju, mis olid mitu korda tugevamad kui tavalise inimese biomagnetilised väljad¹.

Samamoodi on võimalik olla jõuline vaid siis, kui olete aktiveerinud ja täitnud oma energiakeskuse. Jalgealuse maatahe ning põlvetsäkrate avamine aitab teil suunata see energia oma igapäevaellu. Gaia värava avamine ühendab teid kõrgemate mõõtmete ning jumalike sidemetega ja maandab need. Seniks, kuni kõik tsakrad pole aktiveeritud, ei saa kundalini täielikult omistuda ja purskub välja teie pealaest või, hullem veel, lekib teie baastsäkrast allapoole. Olenevalt sellest, kus selle tee on ummistunud, võib kundalini levida ka külgsuunas, mõjutades teie füsioloogiat, psühholoogiat ja psüühet.

Selles raamatus kasutame järele proovitud ja tõhusaid kristalle, et puhastada ja aktiveerida põhilised tsakraühendused, harmoneerida subtiilsed energiakesked ja vahendada kõrgemate mõõtmete energiad, valmistumaks kundalini algatamiseks.





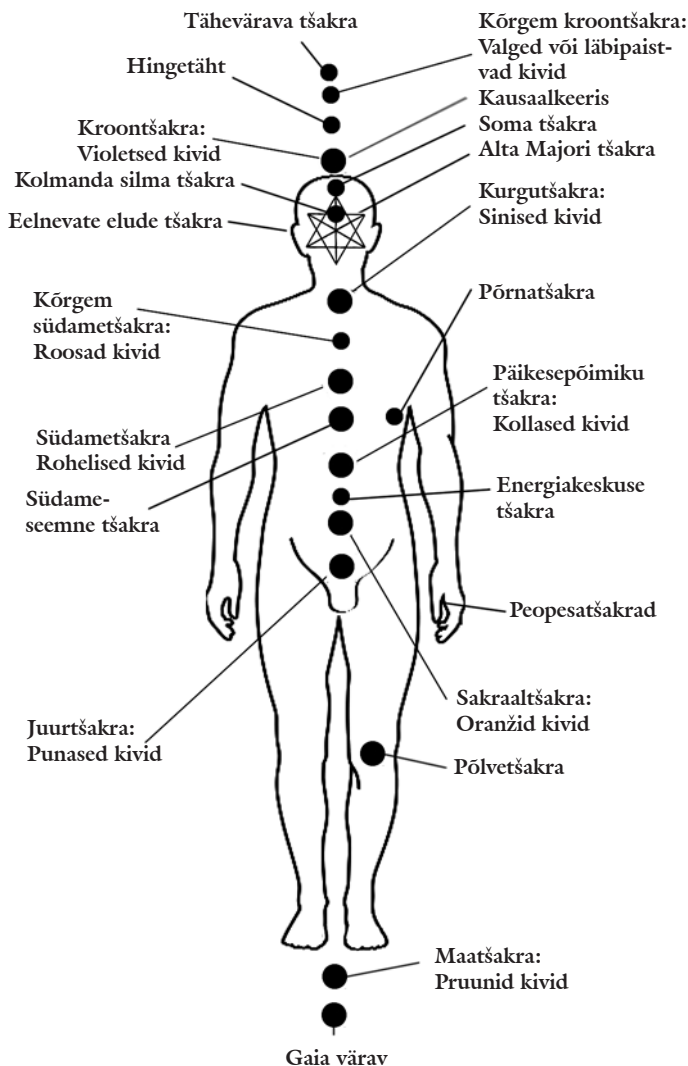
Mis on tšakra?

Tšakrad ehk jõukeskused on sidepunktid, kus energia liigub ühest kehast teise... Välja arenemata kujul näivad need kui väikesed, umbes viiesentimeetrise läbimõõduga, tuhmi kumaga ringid... kuid äratatute ja elustatutena paistavad nad kui loomavad ja välkuvad keerised, palju suuremad, ning meenutavad pisikesi päikeseid.

– CW Leadbeater

Tšakrad on mitmekihilised, mitmemõõtmelised vaevumärgatava energia keerised, mis kiirguvad meie füüsilisest kehast kümnete sentimeetrite kaugusele. Need füüsiliste ja subtiilsete energiakehade vahelised sidepunktid on pigem metafüüsilised kui füüsilised, kuid hädavajalikud nii meie tõhusaks toimimiseks maailmas kui teadlikkuse tõstmiseks. Sanskritikeelne sõna tähendab „ratas”, aga need toimivad rohkem nagu keerised või ventiilid, reguleerides meridiaani-, endokriin- ja närvisüsteemi abil energiavoogu füüsiliste ja energiakehade vahel. Need vahendavad, kui palju energiat ja milliseid tundeid võtame endasse ümbritsevast maailmast ning meie reaktsiooni sellele maailmale. Laias laastus võib öelda, et vöökohast allpool olevad tšakrad on peamiselt füüsilised, kuigi need võivad mõjutada endokriinnäärmeid ja nende kaudu ka iseloomu. Ülakehas asuvad tšakrad on seotud emotsionaalse talitlusega ja võivad teki-

tada psühhosomaatilisi seisundeid nagu ka need, mis asuvad peas ning talitlevad vaimsel ja intuiitiivsel alusel, aga millel võib olla füüsilisi tagasilööke.



Tšakrate mõiste on iidne ja seda on kasutatud mitmesugustes filosoofilistes tekstides. Neist räägivad nii vanad hindu tekstid kui ka varajased Egiptuse tekstid. Neis tekstides ilmneb sügav arusaam sellest, millist mõju tšakrad ja subtiilne energia endokriinsüsteemi kaudu meie kehale ja vaimule avaldavad. See on arusaam, milleni kaasaja teadlaste melatoniini, pikoliini, serotoniini ja DMT uuringud alles jõuavad. Ajueritised, mis kontrollivad metafüüsilist ja füüsilist talitlust. Serena Roney-Dougal, kes on aastaid uurinud selliseid seoseid, ütleb nii:

„Meie teadmised endokriinsüsteemist, keha-vaimu keemiast ja emotsionaalsest süsteemist on endiselt kasinad... Ent hoolimata meie teadmise poolikusest, sobitub see sellega, mida joogid, „subtiilse vaimu teadlased”, räägivad tšakrasüsteemist. Meie teadusuuringud, pealtnäha nii erinevad oma keelekasutuselt ja meetodilt, näivad seda kinnitavat.”

– Serena Roney-Dougal

Meie taju ja tunded ning see, kuidas väljendame oma sise maailma, on jõuliselt mõjutatud sellest, kui aktiivsed on meie tšakrad ja kas need on pinge all või talitlevad optimaalselt. Kui need on „umbes”, saavad alateadlikud hirmud ja tunded vaba voli. Kui need on heas korras, testivad ja vaidlustavad need meie tajusid ja kogemusi, selle asemel et käia kinnisilmi mööda vana rada.

Sellepärast ongi tšakrad inimese ja hinge arengus nii olulised. Need aitavad omastada kõrgema võnkesagedusega energiahoovusi, mis tõstavad hinge kõrgemale sellest, mis senimaani tuttav.

Tšakratel on oluline roll meie igakülgses heaolus. Iga tšakra „valitseb” üht elu valdkonda ja elundit või kehaosa