



Lisa Butterworth
Fotografie Julia Stotz



INHOUD

Inleiding	6	Seleniet	36	Lapis lazuli	72	Varisciet	118
Voordat je begint	8	Maansteen	38	Fluoriet	74	Barnsteen	120
Kristallen kopen	9	Howliet	40	Ioliet	76	Gele jaspis	122
Hoe gebruik je kristallen	10	Citrien	42	Nuummiet	78	Hematiet	124
Kristallen voor in huis + op		Amethyst	44	Sodaliet	80	Gouden topaas	126
het werk + reizen + cadeaus	12	Charoiet	46	Apatiet	82	Tijgeroog	128
Basisonderhoud van kristallen	14	Apofylliet	48	Blauwe kantagaat	84	Pyriet	130
Chakra's + kristallen	19	Spiritkwarts	50	Amazoniet	86	Rookkwarts	132
		Aqua aura kwarts	52	Turkoois	88	Mookaiet jaspis	134
Helende kristallen	21	Lepidoliet	54	Aquamarijn	90	Gele calcië	136
Regenboogkwarts	22	Mangano calcië	56	Chrysocolla	92	Zonnesteen	138
Borniet	24	Serpentijn	58	Groene fluoriet	94	Bloedsteen	140
Celestiet	26	Azuriet	60	Rozenkwarts	96	Aragoniet	142
Labradoriet	28	Woestijnroos	62	Groene aventurijn	98	Zinciet	144
Bergkristal	30	Streepagaat	64	Malachiet	100	Carneool	146
Herkimer diamant	32	Saffier	66	Groene calcië	102	Rode jaspis	148
Topaas	34	Blauwe aventurijn	68	Chrysopraas	104	Menaliet	150
		Dumortieriet	70	Rhodoniet	106	Zwarte onyx	152
				Jade	108	Obsidiaan	154
				Roze toermalijn	110	Zwarte toermalijn	156
				Prehniet	112		
				Rhodochrosiet	114	Register	158
				Peridot	116		



INLEIDING

De aantrekkingskracht van kristallen is al zo oud als de wereld. Deze prachtige kunstwerken zijn gesmeed door de elementen zelf; het zijn stukken aarde die de kennis en verhalen van miljoenen millennia bevatten. Kristallen kunnen leraren zijn, vriendelijke gidsen en sprankelende wijzen, waarmee je kunt afstemmen op je diepste waarheid, de energie van de wereld en de mensen om je heen. Als je een relatie onderhoudt met het koninkrijk der mineralen, kan je leven doordrongen raken van een gevoel van magie, een gevoel dat zich uitbreidt en verdiept naarmate je verder reist met deze betoverende stenen.

Het is niets nieuws om de kracht van kristallen te benutten. Edelstenen en mineralen worden al sinds mensenheugenis door bijna elke bekende beschaving gebruikt als talisman en instrument voor emotionele, spirituele en lichamelijke genezing. Van de Grieken en de Romeinen, die ze als medicijn en ter bescherming gebruikten, tot de Maya's en de Indianen, die ze als heilig

beschouwden, als iets wat een verbinding met het goddelijke mogelijk maakte. Kristallen, en hun hoge trillingen, zijn in deze moderne tijd net zo goed of nog beter toepasbaar. Ze geven je een reden om stil te zijn en je te midden van de drukte van je dagelijkse stedelijke bestaan te gronden in de energieën van de aarde.

Werken met kristallen helpt je om blokkades uit de weg te ruimen, verbetert de energiestroom en brengt je systeem in balans. Of je nu bekend bent met kristalwerk of dat je nog moet ontdekken hoe je met de energie van een steen kunt werken, in dit boek staat een algemene inleiding over het gebruik en het onderhoud van kristallen en het creëren van rituelen met de stenen. Er staat ook specifieke informatie in over 68 verschillende soorten mineralen – gerangschikt naar de chakra's waarmee ze geassocieerd worden – die een brede reeks emotionele, spirituele en lichamelijke voordelen bieden. Er is dus voor ieder wat wils.



KRISTALLEN VOOR IN HUIS + OP HET WERK + REIZEN + CADEAUS: ALLEDAAGSE MAGIE



In huis

Deze kristallen zijn bijzonder geschikt voor in huis.

Kristal	Kamer	Werking
Aragoniet	Keuken	Aarde-energie om de bereiding van voeding te verbeteren
Apofylliet	Logeerkamer	Kalmte & vrede; verlicht allergieën
Bergkristal	Badkamer	Zuivering & regulering van energie
Celestiet	Slaapkamer	Positieve energie; goddelijk bewustzijn; ontgiftend
Pyriet	Hal	Beschermend, grondend & opwekkend
Rookkwarts	Studeerkamer	Absorbeert elektromagnetische vervuiling
Seleniet	Woonkamer	Zuivert energie & brengt een gewijde sfeer in een ruimte



Werk

Geef je werkdag de positieve energie van deze stenen.

Kristal	Werking
Amazoniet	Heldere communicatie vol vertrouwen
Citrien	Vertrouwen, motivatie & creativiteit
Groene aventurijn	Trekt overvloed aan & versterkt leiderschap
Sodaliet	Bevordert logica, orde & het gevoel van een gemeenschappelijk doel
Tijgeroog	Zorgt voor stabiliserende energie & trekt voorspoed aan
Zwarte toermalijn	Beschermt tegen negativiteit & elektromagnetische vervuiling



Reizen

Heb je eenmaal een routine met kristallen opgebouwd, dan wil je nooit meer het huis uit zonder.

Kristal	Werking
Hematiet	Grondend; bestrijdt angst
Labradoriet	Inspireert tot avonturen, biedt bescherming & een gevoel van magie
Maansteen	Biedt bescherming aan reizigers, vooral 's avonds en 's nachts
Malachiet	Biedt bescherming; geeft immuunsysteem & energie een boost
Rhodoniet	Brengt emoties in evenwicht & koestert liefde
Woestijnroos	Verzacht fobieën (bijv. vliegangst) en wagenziekte
Zwarte toermalijn	Stoot negatieve energie af; bevordert lichamelijk, geestelijk & spiritueel evenwicht



Cadeaus

Kies een kristal met een intentie en zeg ook tegen de ontvanger waarom je die specifieke steen geeft.

Kristal	Werking	Gelegenheid
Amethyst	Innerlijke vrede & rust	Felicitaties, zwangerschap, vriendschap, beterschap
Chrysocola	Vrouwelijk, tederheid	Zwangerschap, beterschap
Fluoriet	Evenwicht & bescherming	Verjaardag, housewarming, nieuwe baan
Herkimer diamant	Harmonie & openheid; kan door de gever worden doordrongen van liefde	Vrijgezellenfeest, vriendschap, housewarming, bruiloft
Rozenkwarts	Onvoorwaardelijke liefde; koesterende energie	Verjaardag, vrijgezellenfeest, condoleance, vriendschap




HELENDE KRISTALLEN

*Een gids om per chakra
met kristallen te leren werken*


REGENBOOGKWARTS

Levendigheid + Optimisme + Groei

 **KLEUR:** transparant met regenbogen

 **CHAKRA:** alle

 **GEBRUIKELIJKE VINDPLAATS:** Brazilië


 **WAAROM MAGISCH** Regenboogkwarts is een steen van transformatie. Als je iemand verliest of verdrietig bent, kan dit kristal je uit het donker tillen en een nieuwe liefde voor het leven bij je opwekken. De steen maakt het mogelijk om een frisse start te maken. Net zoals het alle kleuren van de regenboog heeft, kan het ook elk chakra van het lichaam openen en in evenwicht brengen. Gebruik deze

kwarts om je af te stemmen, zowel spiritueel als lichamelijk. Van de steen wordt gezegd dat hij alle systemen van het lichaam energie geeft en in balans brengt. Dit betoverende kwarts staat er ook om bekend een krachtig manifestatiemineraal te zijn. Het haalt negatieve energie weg zodat je je op je ware verlangens kunt richten. Het kan ook je bewustzijn vergroten en je baden in een liefdevol licht.

OPMERKING De regenboogtinten in deze prachtige kwartssoort ontstaan door inwendige scheurtjes. De steen wordt in het Engels ook Fire & Ice genoemd.

TOEPASSINGEN

 **PERSOONLIJK** Mediteer met regenboogkwarts op je zonnevlucht om je chakra's te reinigen.


 **THUIS** Leg hem in een zonovergoten kamer om de positieve trilling van het kristal te vergroten.


 **WERK** Gebruik hem om een zakelijke teleurstelling te verwerken en te herstellen.




LABRADORIET

Intuïtie + Creativiteit + Bewustwording

 KLEUR: grijs + iriserend

 CHAKRA: hogere kruin + kruin + derde oog + zonnevlecht


 GEBRUIKELIJKE VINDPLAATS: Australië, Canada, Finland

 WAAROM MAGISCH Labradoriet is echt een magische steen en wordt gebruikt door healers, sjamanen en helderzienden omdat hij je helderziend vermogen kan verbeteren en je spirituele bewustzijn kan vergroten. Draai deze grijze steen in je hand en je ziet alle kleuren van de regenboog oplichten; het is een mineraal dat het domein van het geziene en het ongeziene met elkaar verbindt en harmonie brengt tussen het fysieke en het spirituele zelf. De steen biedt ook bescherming, want hij vormt een


energetische barrière tegen negativiteit, bijvoorbeeld van emotioneel uitputtende mensen Als de dagelijkse sleur je uitput, ademt labradoriet nieuw leven in je bestaan en ontstaat er weer ruimte voor spontaniteit, opwinding en avontuur. Ook roept deze steen frisse ideeën op in je verbeelding, perfect voor creatieve mensen die vast zijn komen te zitten in een routine. Healers gebruiken labradoriet om het gezichtsvermogen te verbeteren en om problemen met de ademhaling of griepsymptomen te behandelen.

OPMERKING Labradoriet is genoemd naar Labrador, een provincie in Oost-Canada, waar de steen in 1770 werd gevonden door missionarissen, hoewel hij ook al eerder genoemd wordt in legendes van de Inuït. De iriserende kleuren worden veroorzaakt door de weerspiegeling van licht op submicroscopische vlakken in het mineraal.

TOEPASSINGEN

 **PERSOONLIJK** Gebruik de steen tijdens het mediteren om beter naar binnen te kunnen kijken, vooral in tijden van verandering.

 **THUIS** Brengt een fris en nieuw gevoel in een muffe en bedompte omgeving.


 **WERK** Bevordert de samenwerking en een prettige sfeer onder collega's.



MAANSTEEN

Visionair + Acceptatie + Koesterend

 KLEUR: wit

 CHAKRA: kruin + derde oog

 GEBRUIKELIJKE VINDPLAATS: India, Sri Lanka

 WAAROM MAGISCH Maansteen is de reizigerssteen, die bescherming biedt tijdens het reizen, vooral 's nachts of op zee. De steen is ook nuttig voor reizigers vanwege zijn enorme invloed op het gemak en de acceptatie waarmee je met veranderingen omgaat. Hij helpt bij grote transitie's in het leven door op zachte manier ruimte te bieden aan persoonlijke groei en ook aan meer praktische veranderingen in de dagelijkse routine. Zo ontstaat er een basis voor een natuurlijk ritme.

Maansteen straalt vrouwelijke energie uit, verzacht het hart en laat de energie stromen. De steen vergroot je intuïtie en ontvankelijkheid en kan je helpen om je hoogste zelf te bereiken. Ook is hij bevorderlijk voor je jeugdigheid; healers geloven dat maansteen de lichamelijke gevolgen van het ouder worden kan helpen vertragen. Ze gebruiken hem bovendien bij een hormonale disbalans, wanneer die te maken heeft met vruchtbaarheid, menstruatie, menopauze en zwangerschap.

OPMERKING Maansteen is een soort orthoklaas-veldspaat, die bestaat uit kalium-aluminiumsilicaat. Hij valt op vanwege zijn glans, een optisch fenomeen dat adularoescentie heet en ontstaat door de weerspiegeling van licht in dunne laagjes silicaten, waardoor het mineraal lijkt te gloeien (zoals maanlicht, vandaar ook zijn naam).

TOEPASSINGEN

 **PERSOONLIJK** Het dragen van maansteen kan je openstellen voor spirituele leiding en je intuïtie verdiepen.


 **THUIS** Helpt bij de overgang van de werkdag naar je ontspanning thuis.

 **WERK** In een snel veranderende omgeving waar veel gebeurt, kan deze steen rust brengen.




SERPENTIJN

Ontwaking + Bescherming + Positiviteit

 KLEUR: geel + groen + bruin + zwart

 CHAKRA: kruin + hart


 GEBRUIKELIJKE VINDPLAATS: Engeland, Italië, Verenigde Staten


 WAAROM MAGISCH Serpentine is een fantastische bewaker. De steen biedt zowel emotionele als lichamelijke bescherming. Hij geeft je een diepe verbinding met de aarde en herinnert je eraan hoe belangrijk en mooi de natuur is. Serpentine helpt om de chakra's te reinigen, laat geblokkeerde energie weer stromen en geeft je het gevoel van een frisse start. Dit mineraal is zacht grondend, terwijl het je bewustzijn vergroot: een volmaakte balans. Het brengt zowel emoties als hormonen


in evenwicht. Heb je het gevoel dat je geïsoleerd wordt, dan helpt de steen je om weer grip op de situatie te krijgen. Veel mensen geloven dat serpentine helpt om de kundalini wakker te maken, de slangenenergie die onder aan je ruggegraat ligt opgerold. De steen stuurt deze energie door de chakra's omhoog naar de kruin voor een ervaring van verlichting. Healers zeggen dat je de steen kunt gebruiken om het lichaam te helpen ontgiften, en hij schijnt ook parasieten te kunnen helpen afvoeren.

OPMERKING Serpentine verwijst naar een groep verwante mineralen, voornamelijk antigoriet en chrysotiel, waarvan de kleur en textuur op slangenhuid lijkt. Chrysotiel wordt beschouwd als serpentine, maar is een vorm van asbest en dient dus niet te worden gebruikt ter genezing.

TOEPASSINGEN

 **PERSOONLIJK** Hou serpentine in de buurt tijdens het mediteren om een diepe rust te ervaren.

 **THUIS** Bescherm je huis en de mensen in je huis.


 **WERK** Gebruik de steen om je te beschermen tegen roddel en achterklap.




GROENE AVENTURIJN

Kansen + Welbehagen + Overloed

 KLEUR: groen

 CHAKRA: hoger hart + hart


 GEBRUIKELIJKE VINDPLAATS: India

 **WAAROM MAGISCH** Groene aventurijn is een gelukssteen. Hij trekt kansen aan en kan mogelijkheden in jouw voordeel keren. Groene aventurijn zorgt dat je dingen wilt overlaten aan het lot. De steen heeft een enorme manifestatiekracht en kan overvloed, geld en succes aantrekken. Groene aventurijn is opbeurend en geeft energie. Het mineraal geeft een algemeen gevoel van welbehagen. Het beschermt je hart af tegen negatieve


energie en beschermt je tegen relaties met mensen die meer nemen dan ze geven, of dat nu een partner, een vriend of een kennis is. Deze steen stimuleert je waardering voor de natuur en heeft een liefdevolle verbinding met de aarde. Het is een allround genezend mineraal, dat alle systemen in het lichaam in harmonie brengt. Healers bevelen het ook aan als middel tegen misselijkheid.

OPMERKING Aventurijn is een vorm van kwarts met weerspiegelende ingesloten deeltjes (vaak mica). De groene tint wordt veroorzaakt door fuchsiet (een chroomrijke mica) in het kwarts.

TOEPASSINGEN

 **PERSOONLIJK** Hou hem tegen je hartchakra om geblokkeerde energie op te ruimen en emotionele wonden te helen.

 **THUIS** Brengt een gevoel van vrolijkheid en een energie van mogelijkheden in een ruimte.


 **WERK** Wekt zelfvertrouwen op, verbetert leiderschap en trekt promoties aan.




RHODOCHROSIET

Compassie + Positiviteit + Liefde

 KLEUR: roze

 CHAKRA: hart + zonnevlecht

 GEBRUIKELIJKE VINDPLAATS: Argentinië, Roemenië, Verenigde Staten


 **WAAROM MAGISCH** Er gaat een sterke liefde uit van rhodochrosiet. Deze roze steen is een krachtpatser met emotionele geneeskracht, vooral als je ongeliefd voelt of als je weinig eigenwaarde hebt. Heb je een jeugdtrauma of ben je seksueel misbruikt, dan kan rhodochrosiet je helpen om de emoties in brokjes te doorstaan, om ze op te ruimen en het pad te effenen naar onvervalst geluk. De steen geneest ook allerlei soorten

emotioneel verdriet; hij tempert jaloezie en vergroot gevoelens van liefde en acceptatie. De energie van deze steen is dynamisch en inspireert tot zelfliefde, speelsheid en een open houding tegenover kwetsbaarheid en intimiteit bij een romantische partner. Deze liefdevolle roze steen is een geweldige leraar op hartgebied. Healers gebruiken rhodochrosiet bij ademhalingsproblemen, zoals astma.

OPMERKING Rhodochrosiet heeft zijn wortels in het Griekse 'rhodokhros', wat 'rozekleurig' betekent. Deze steen is een mangaanmineraal die in zijn pure vorm eigenlijk rood is; het calcium in de structuur van het kristal is vervangen door mangaan en daardoor is hij meestal roze.

TOEPASSINGEN

 **PERSOONLIJK** Voel je dat je liefde tekortkomt, hou dan een stuk rhodochrosiet in de buurt.

 **THUIS** Brengt een gevoel van vrede en positiviteit in je huis.

 **WERK** Bevordert vriendschap tussen collega's.

