

Angelina Lazzareschi  
Editor ng Kalusugan at Buhay  
Lingguhang Contributor: Crystal Care

### Crystalline Wonders

Ngayong linggo, muli tayong sumisid sa kaakit-akit na mundo ng mga kristal, tuklasin ang mga kamangha-manghang specimen gaya ng Spirit Quartz, Grape Agate, at Carnelian. Ang tatlong batong ito ay hindi lamang nagtataglay ng visual appeal ngunit nagtataglay din ng magkakaibang kahulugan at katangian na pinaniniwalaang makakatulong na mapanatili ang mga positibong enerhiya. Maraming mahilig sa gemstone ang nangangatuwiran na ang mga kristal ay nag-aalok ng higit pa sa kagandahan - naniniwala sila na ang mga nakamamanghang hiyas na ito ay nagtataglay ng mga katangian ng pagpapagaling na maaaring magkaroon ng positibong epekto sa mental na kagalingan. Habang tinitingnan ng ilan ang pananaw na ito bilang pseudoscientific dahil sa kasalukuyang kakulangan ng siyentipikong pagpapatunay, binibigyang-diin ng mga tagapagtaguyod ang mga potensyal na benepisyong maaaring ibigay ng mga kristal.



#### **Espiritung Kuwarts**

Ang katangi-tanging pink na kristal na ito ay kilala bilang spirit quartz, na tinutukoy din ng ibang pangalan, cactus quartz. Ang hiyas na ito, na kilala sa napakarilag nitong kulay rosas na kulay at masalimuot na pormasyon, ay eksklusibong pinanggalingan at minahan sa Southern Africa. Ang Spirit quartz ay lubos na pinahahalagahan para sa kakayahang magbigay ng insightful na karunungan habang nililinis at tinatanggal

din ang mga negatibong enerhiya, ginagawa itong isang hinahangad na batong pang-alahas para sa espirituwal na paglago at mga kasanayan sa pagpapagaling. Ang

pagpapanatiling malapit sa spirit quartz sa panahon ng mga sesyon ng pagmumuni-muni o pagkakaroon nito kapag tapos na ang mga bisita ay maaaring makatulong sa paglikha ng isang malinaw at positibong espasyo.

### Agata Ng Ubas

Ang agata ng ubas, na pinangalanan para sa pagkakahawig nito sa mga bilog na ubas, ay isang nakamamanghang gemstone. Ang batong ito ay lubos na pinahahalagahan at sikat dahil sa limitadong kakayahang magamit, na matatagpuan lamang sa Indonesia. Ang mas madilim na lila at mas malaki ang kristal, mas nagiging mahalaga ito, na nagdaragdag sa pagkahumaling nito sa mga kolektor at mahilig. Ang batong ito ay pinahahalagahan para sa mga proteksiyon na katangian nito, na nagtatanggol laban sa mga negatibong enerhiya. Ito ay kilala rin upang magtanim ng isang pakiramdam ng kalmado, na ginagawa itong isang mahusay na hiyas na hawakan sa mga sandali ng gulat, lalo na sa mga sitwasyong kinasasangkutan ng mga interpersonal na stressor.



### Carnelian

Ang makulay at kaakit-akit na carnelian na kristal, na kilala sa maliwanag na orange at pulang kulay nito, ay miyembro ng pamilyang quartz. Ito ay karaniwang matatagpuan sa ilang mga bansa, kabilang ang Indonesia, Brazil, India, Russia, at Germany. Ang batong ito ay pinarangalan para sa kakayahang palakasin ang kumpiyansa, akitin

ang suwerte, at pagbutihin ang pagganyak, na ginagawa itong mahalagang batong pang-alahas na dapat magkaroon. Bukod pa rito, ang batong ito ay isang magandang tulong na dalhin sa iyong bulsa o bag kapag nakikibahagi sa pampublikong pagsasalita o mga presentasyon.

Ang Spirit Quartz, Grape Agate, at Carnelian ay garantisadong magbibigay ng positibong enerhiya sa anumang espasyo, at ang kanilang katangi-tanging kagandahan ay namumukod-tangi sa kanilang mga natatanging hugis at makulay na kulay. Mahalagang matiyak na ang iyong mga kristal ay ligtas sa tubig, ngunit unahin ang paglilinis ng mga ito gamit ang paliguan ng asin at tubig sa dagat, paglalantad sa kanila sa liwanag ng buwan, o paggamit ng insenso para sa paglilinis. Mayroong maraming mga paraan upang tanggapin ang mga positibong enerhiya na ito sa buhay ng isang tao, tulad ng pagdadala sa mga ito sa isang bag o bulsa, paglalagay sa kanila sa isang bedside table, o pagpapahusay ng isang desk sa kanilang presensya. Ang pagtanggap sa mga kasanayang ito ay maaaring magdulot ng pakiramdam ng katahimikan at pagkakaisa, na nagpapayaman sa iyong mga pang-araw-araw na karanasan.

Mga editor: Elizabeth Rosales & Gianna D'Arezzo  
Editor ng Pagsasalin: Victoria Alvarado Vicente