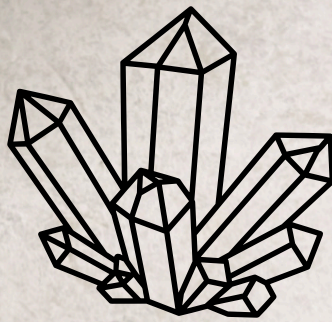




Énergie
du ciel et de la terre



LITHOTHÉRAPIE

CHOISIR, PORTER ET ENTRETENIR
SES PIERRES



energie-ciel-terre.fr



LES PIERRES ET CRISTAUX

Bienvenue dans ce manuel dédié à la lithothérapie : **choisir, porter et entretenir ses pierres.**

Cet ouvrage, conçu par Sébastien PIERRE pour Énergie du ciel et de la terre, a été rédigé dans le but de vous transmettre les bases essentielles pour faire des minéraux de véritables alliés dans votre vie.

Loin d'être de simples objets de décoration, **les pierres possèdent une signature vibratoire qui interagit avec notre propre système énergétique.**

À travers ces pages, vous découvrirez un parcours structuré pour approfondir votre lien avec le monde minéral :

- L'art de **choisir** : Au-delà des propriétés théoriques, vous apprendrez à écouter votre corps et votre intuition. Nous explorerons notamment comment les mouvements de votre aura peuvent vous guider vers la pierre dont vous avez besoin à un instant précis.
- L'importance du **porter** : Le choix d'une pierre ne suffit pas ; son emplacement est déterminant. Vous comprendrez pourquoi la proximité avec certains centres énergétiques ou méridiens influence la profondeur et la rapidité de son action.
- Le devoir d'**entretenir** : Pour qu'une pierre conserve ses bienfaits, elle doit être respectée. Ce guide vous livre les méthodes efficaces de purification et de recharge pour éviter que vos cristaux ne saturent ou ne s'épuisent.

Ce petit manuel se veut une invitation à redécouvrir votre sensibilité et à harmoniser votre quotidien grâce aux trésors de la Terre.

POURQUOI UTILISER LES PIERRES

Intégrer les minéraux dans son quotidien permet de s'appuyer sur des alliés naturels pour stabiliser et transformer notre état vibratoire.

Voici les principales raisons de les utiliser :

- **Pour s'harmoniser** : les pierres agissent comme des régulateurs énergétiques. Elles aident à vous réaligner à stabiliser votre état général.
- **Pour se protéger** : elles servent de rempart ou de filtre face aux influences extérieures. Elles préservent votre intégrité énergétique en empêchant les énergies néfastes de pénétrer votre espace personnel.
- **Pour s'apaiser** : en diffusant une énergie douce , elles aident à tempérer les émotions fortes et à instaurer un climat de paix intérieure propice au repos.
- **Pour développer ses capacités subtiles** : certains minéraux agissent sur les plans supérieurs. Ils affinent l'intuition, favorisent la clarté mentale et facilitent la connexion spirituelle lors de la méditation ou de pratiques énergétiques.





COMMENT CHOISIR SES PIERRES ?

Il existe trois grandes méthodes pour déterminer quelle pierre est faite pour vous à un instant précis de votre vie.

La technique de la mesure de la dilatation de l'aura

Pour les personnes souhaitant une approche sensitive, on utilise le clair-ressenti à travers les mouvements de l'aura.

Notre aura agit comme un véritable mécanisme de défense énergétique :

- **La contraction** : lorsque nous sommes en présence d'une énergie mauvaise pour nous, l'aura se contracte et se densifie. Elle crée un bouclier pour empêcher cette influence de pénétrer dans notre système énergétique.
- **La dilatation** : à l'inverse, si nous approchons d'une énergie qui est bénéfique pour nous, notre aura s'expande et se dilate. Elle s'ouvre pour laisser passer cette vibration "nourricière" et l'intégrer.

En tenant une pierre dans vos mains vous pouvez apprendre à ressentir ce mouvement de recul ou d'ouverture pour déterminer si elle est bonne pour vous.

L'appel intuitif (le "coup de cœur")

C'est la méthode la plus simple et la plus directe. Parfois, une pierre nous attire par sa couleur, son éclat ou sa forme sans que nous sachions pourquoi.

En lithothérapie, on considère que c'est votre inconscient qui reconnaît la signature vibratoire dont il a besoin. Si une pierre "vous appelle", c'est qu'elle a une énergie à vous transmettre.

Le choix par les propriétés

Enfin, vous pouvez choisir une pierre de manière plus rationnelle, en fonction d'un besoin précis. C'est la méthode de recherche par vertus.

Cette approche permet de cibler un objectif spécifique pour travailler sur un aspect émotionnel ou spirituel.

LES PIERRES LIÉES AUX CHAKRAS

Qu'est ce qu'un chakra?

Imaginez que votre corps n'est pas seulement fait de chair et d'os, mais qu'il est aussi parcouru par des courants d'énergie invisible.

Les chakras sont les points de rencontre de ces courants.

Ce sont des centres d'alimentation énergétique qui ressemblent à des petits tourbillons en rotation permanente.



Ils sont :

- Des carrefours d'énergie : comme des stations de pompage, **ils captent l'énergie vitale qui nous entoure** pour la distribuer à nos organes et à notre esprit.
- Un lien corps-esprit : chaque chakra est relié à **une zone précise du corps physique, mais aussi à des émotions** et des états d'esprit particuliers (par exemple, le chakra du cœur gère l'organe du cœur, mais aussi le sentiment d'amour).
- Un indicateur d'équilibre : quand un chakra est bien "ouvert" et tourne de façon fluide, on se sent bien, serein et en pleine forme. S'il est "bloqué" ou tourne trop lentement, cela peut se traduire par du stress, de la tristesse ou de la fatigue.



L'harmonie par la résonance énergétique

Chaque chakra possède sa propre fréquence vibratoire.

Dans le monde minéral, certaines pierres émettent une énergie très proche de celle de nos chakras.

C'est cette similitude qui permet un travail d'accompagnement naturel.

Comment l'énergie agit-elle ?

Lorsque vous portez une pierre dont la vibration correspond à un chakra "paresseux" ou trop fermé, elle agit comme un "boost".

La pierre diffuse sa propre énergie de manière constante, encourageant ainsi le chakra à s'ouvrir et à s'activer d'avantage.

L'importance du dosage

La conception du bijou dépend de l'intensité du blocage que vous ressentez :

- Pour un chakra très fermé : On privilégiera un bijou "généreux", comme un bracelet ou un collier composé de nombreuses perles de la même pierre, pour offrir un soutien énergétique plus soutenu.
- Pour un léger déséquilibre : Une présence plus discrète, avec seulement quelques perles ou un petit pendentif, peut suffire à maintenir l'équilibre.

Pour le choix et la quantité de pierres il est important de se faire accompagner par un spécialiste. Un praticien capable de mesurer la vitalité de vos chakras afin de vous conseiller précisément sur la quantité et le type de pierres dont vous avez besoin à l'instant présent.



Correspondances pierres / chakras

Chakra	Pierres conseillées
Racine	Jaspe rouge, tourmaline noire
Sacré	Cornaline, calcite orange
Plexus solaire	Citrine, œil de Tigre
Cœur	Quartz rose, aventurine verte
Gorge	Calcédoine bleue, turquoise
Troisième œil	Lapis-lazuli, sodalite
Coronal	Améthyste

CHOISIR SON BIJOU : L'IMPORTANCE DE L'EMPLACEMENT

Pour qu'une pierre soit efficace, il ne suffit pas de la choisir avec soin ; il faut aussi comprendre qu'elle possède une aire d'effet, un peu comme un parfum qui diffuse sa fragrance dans une pièce.

Plus la pierre est proche d'un centre énergétique ou d'un circuit important, plus son action sera profonde et rapide.

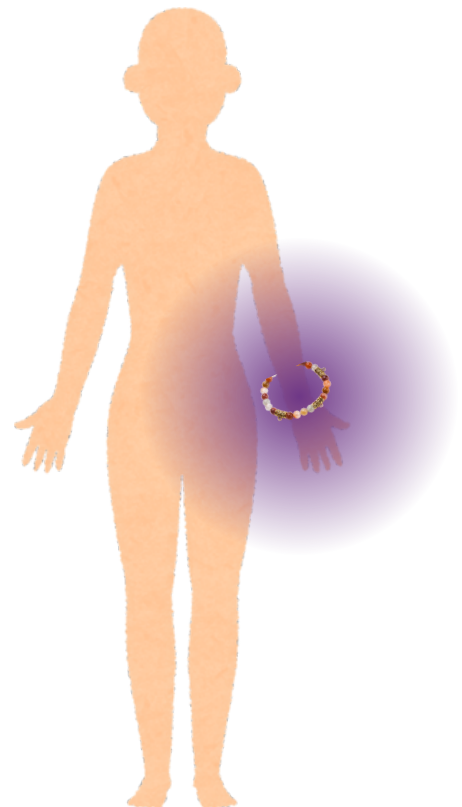
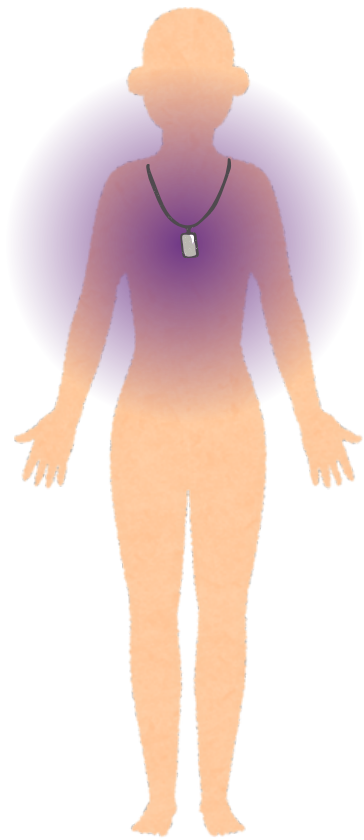
Le collier : souvent le meilleur choix

Bien que les bracelets soient très populaires, le collier (ou le pendentif) reste souvent l'option la plus efficace pour un rééquilibrage global.

Pourquoi ? **Parce qu'il se situe au niveau du torse, là où se trouvent les vaisseaux extraordinaires.**

En médecine traditionnelle chinoise, ces vaisseaux sont des méridiens "d'alimentation" qui distribuent l'énergie dans tout le corps.

En portant une pierre en collier, sa vibration touche directement ces grands axes, permettant à l'énergie de la pierre de se diffuser plus facilement dans tout votre organisme.



CHOISIR SON BIJOU : L'IMPORTANCE DE L'EMPLACEMENT

Pour la protection :

Pourquoi privilégier le buste ?

Si vous cherchez à vous protéger des énergies environnantes, le collier est également à privilégier.

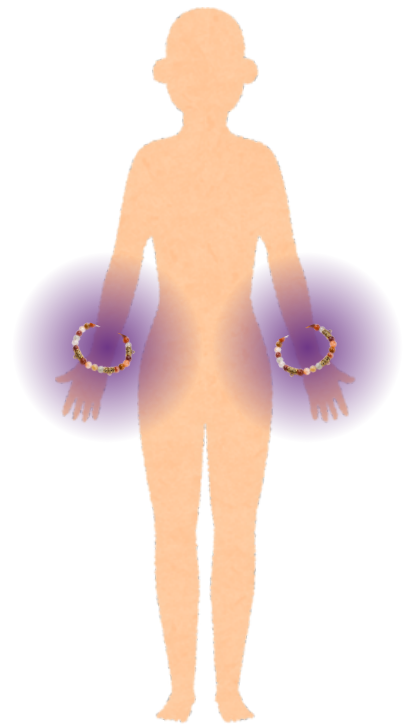
En plaçant la pierre au centre de votre buste, elle crée un bouclier sur votre zone d'effet principale, couvrant vos centres vitaux et émotionnels. Elles agissent comme une barrière placée à la porte d'entrée de votre espace intérieur.

Le cas particulier des praticiens (Reiki, Magnétisme, Lahochi, ...)

Pour ceux qui pratiquent l'énergétique, l'usage des bracelets est vivement conseillé et devient très spécifique.

Dans ce cadre, il est conseillé de porter un bracelet à chaque poignet.

- Cette disposition crée une barrière de protection sur vos bras.
- Cela empêche les énergies nefastes du client de remonter le long de vos bras.



Bracelet : côté gauche ou côté droit ?

C'est une question qui revient souvent : faut-il porter son bracelet à droite ou à gauche ? En réalité, la différence réside principalement dans l'équilibre entre le Yin et le Yang.

Du coup, pour un simple rééquilibrage énergétique, le côté n'a pas d'importance majeure.

LES PIERRES DE PROTECTION

Les 3 pierres de protection

Il existe **une combinaison de 3 pierres** qui est connue pour apporter une protection très efficace à porter sur soi :

L'œil de tigre, la tourmaline noire et la labradorite.



Labradorite vs œil de tigre : deux protections, deux méthodes

Bien que ces deux pierres soient célèbres pour leur pouvoir protecteur, elles agissent de manières totalement différentes. Comprendre leur fonctionnement vous permettra de choisir celle qui vous convient le mieux.

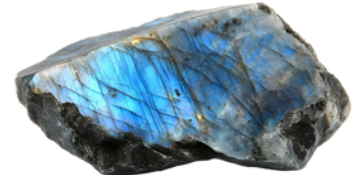
L'œil de tigre : le miroir réfléchissant

L'œil de tigre agit comme un véritable bouclier miroir. Son rôle est de renvoyer les énergies négatives.



La labradorite : l'éponge protectrice

La labradorite agit comme un bouclier absorbant. Elle capte les énergies lourdes et les garde en elle pour protéger son porteur.



C'est pour cette raison qu'elle doit être nettoyée beaucoup plus souvent que l'Œil de Tigre, car une fois saturée, elle perd son efficacité.

Ses avantages : En plus de protéger, elle favorise la connexion aux plans subtils et renforce l'intuition. De plus, sa vibration est plus douce, ce qui la rend beaucoup plus confortable que l'œil de tigre pour les personnes sensibles.

Usages pratiques et emplacements

Ces 2 pierres peuvent être portées soit en bracelets (pour les guérisseurs) soit en bloc dans une pièce :

- Dans un cabinet d'énergétique ou un bureau : privilégiez un bloc de labradorite. Elle absorbera les résidus énergétiques.
- Sur le seuil de la porte placez un œil de tigre. Elle agira comme un gardien empêchant les mauvaises ondes d'entrer dans votre foyer.

LES PIERRES POUR S'APAISSER

Le stress, l'anxiété et les ruminations mentales sont les grands maux de notre époque.

Certains cristaux apportent une énergie, une vibration de calme et de sérénité.

Tenir une pierre apaisante dans sa main permet de faire redescendre son stress et de se reconnecter à l'instant présent.

Le **quartz rose** ou l'**améthyste** sont les pierres les plus efficaces pour obtenir ce résultat.



LE CAS DU CRISTAL DE ROCHE

Le cristal de roche est une pierre d'une neutralité absolue, ce qui lui confère une propriété exceptionnelle :

celle d'**amplifier naturellement l'énergie des minéraux avec lesquels il entre en contact**. C'est l'allié idéal pour booster les vertus de vos autres bijoux ou cristaux.



Cette transparence vibratoire en fait également **un réservoir énergétique parfait**. Comme il ne possède pas de "couleur" énergétique propre, il agit comme un support vierge capable de recevoir, stocker et restituer une énergie quelconque. C'est pourquoi il est très utilisé par les énergéticiens pour emmagasiner l'énergie Reiki par exemple, permettant ainsi de diffuser cette dernière de manière constante et pure sur une longue durée.

LES PIERRES LIÉES AUX CAPACITÉS SUBTILES

Travailler avec les pierres permet aussi de développer ses facultés (intuition, clairvoyance, rêves lucides).

Les pierres de vision : ouvrir le troisième œil

Ces pierres agissent principalement sur le centre de l'intuition.

Elles aident à clarifier le mental pour laisser place aux perceptions intérieures.

- Le lapis-lazuli : elle active le troisième œil pour favoriser une vision claire et une meilleure compréhension des messages intuitifs.
- La labradorite : au-delà de sa protection, elle agit comme un amplificateur de perceptions.
- La sodalite : elle aide à traduire les impressions fugaces en pensées compréhensibles.
- L'azurite : pierre de haute fréquence, elle est utilisée pour lever les verrous mentaux et favoriser des visions profondes lors de méditations.

Les pierres de connexion : accéder aux plans supérieurs

Ces cristaux facilitent la réception d'informations et la connexion avec des fréquences spirituelles élevées.

- L'Améthyste : Incontournable, elle apaise le flux des pensées, elle libère l'accès à l'intuition et facilite la connexion avec votre conscience supérieure.
- La pierre de lune : Véritable miroir de l'âme, elle développe la réceptivité et l'intuition féminine (le Yin). Elle est parfaite pour favoriser les rêves prémonitoires.
- La célestine : Avec sa vibration très douce, elle est réputée pour faciliter la connexion avec les énergies de paix et les fréquences angéliques.

L'avis du spécialiste : Lorsque l'on travaille sur ses capacités subtiles, il est indispensable de porter également une pierre d'ancrage (comme la tourmaline noire ou le jaspé rouge). En effet, pour "monter" haut dans ses perceptions, il faut être solidement enraciné dans la terre, sinon on risque de se sentir déconnecté ou étourdi.

L'ENTRETIEN DES PIERRES : PURIFICATION ET RECHARGE

Pour qu'une pierre conserve ses bienfaits, un entretien régulier est indispensable. Sans cela, elle finit par "saturer" (se remplir d'énergies négatives) ou par s'épuiser.

L'analogie de la voiture :

- Le nettoyage (purification) consiste à passer la voiture au karcher et à l'aspirateur : on enlève la poussière et les saletés accumulées sur la route.
- La recharge consiste à refaire le plein d'essence : on redonne à la voiture la force nécessaire pour avancer.

La purification : faire place nette

La pierre absorbe les énergies avec lesquelles elle est en contact.

Purifier votre pierre, c'est effacer ces "empreintes" pour qu'elle retrouve sa neutralité.

Voici les différentes méthodes connues:

- L'eau non salée: peu efficace.
- La fumigation : nécessite du savoir faire.
- **Le sel** : poser le bijou sur un lit de gros sel pour absorber les énergies les plus sombres (très efficace).
- **L'eau salée** : même chose que pour le sel mais en le mélangeant avec de l'eau (attention certaines pierres comme la sélénite ne supportent pas l'eau)
- **Le bol tibétain** : très efficace avec un bol de qualité et en mettant un carré de tissu au fond pour éviter que la vibration n'endommage les pierres.



L'ENTRETIEN DES PIERRES : PURIFICATION ET RECHARGE

La recharge : redonner de la force

Une fois propre, la pierre a besoin de retrouver ses batteries. Elle a besoin de puiser de l'énergie dans les sources naturelles de la Terre.

- La lumière du soleil.
- La lumière de la pleine lune :
- Les géodes de quartz : Poser votre bijou dans une géode de Cristal de roche. C'est comme une batterie (qu'il faut elle aussi recharger au soleil).
- La fleur de vie.

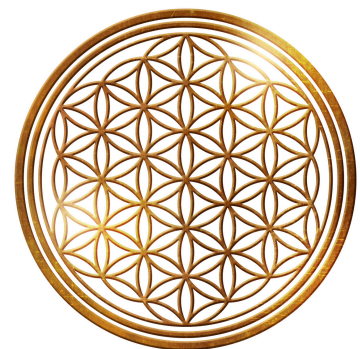
Attention certaines pierres ne supportent pas le soleil (l'améthyste se blanchie par exemple).

À quelle fréquence le faire ?

Pour la recharge : à chaque pleine lune est un bon repère.

Pour le nettoyage :

- Usage quotidien : Un nettoyage une fois par semaine est idéal.
- Usage intensif (pour les énergéticiens) : à chaque fin de journée de travail.



À l'achat : toujours purifier et recharger une pierre neuve avant de la porter, car elle a déjà "voyagé" et rencontré beaucoup de gens avant vous.



VOTRE VOYAGE NE FAIT QUE COMMENCER

Nous arrivons au terme de ce guide conçu pour vous transmettre les fondamentaux essentiels de la lithothérapie.

Vous disposez désormais des clés pour choisir vos pierres avec discernement, optimiser leur efficacité par un placement judicieux et veiller à leur vitalité grâce à un entretien régulier.

Une fois ces bases maîtrisées, vous pouvez explorer des dimensions plus subtiles, notamment le stockage de l'énergie dans les cristaux par la visualisation (l'énergie suit la pensée).

Le cristal de roche est, à ce titre, un outil exceptionnel en raison de sa neutralité absolue, mais il est encore plus efficace d'utiliser certaines pierres spécifiques dont la vibration se rapproche de celle de stockée en son sein.

La citrine pour la flamme jaune par exemple ou le quartz rose pour la flamme rose, les possibilités sont infinies.

Mais ceci est une autre histoire.



LITHOTHÉRAPIE

CHOISIR, PORTER ET ENTRETENIR SES PIERRES

Ce petit manuel a été rédigé dans le but d'expliquer comment s'appuyer sur les minéraux pour stabiliser et transformer son état vibratoire au quotidien.

Points clés du manuel :

- Choisir : Identifier la pierre adaptée par la mesure de la dilatation de l'aura, l'appel intuitif ou l'étude des vertus.
- Harmoniser : Comprendre le lien entre les cristaux et les chakras pour rétablir l'équilibre énergétique par résonance.
- Porter : Optimiser l'efficacité des pierres en choisissant leur emplacement.
- Entretien : Appliquer les méthodes de purification et de recharge indispensables pour maintenir la vitalité des minéraux.



L'auteur :
Sébastien PIERRE



energie-ciel-terre.fr