

LA GUÉRISON PAR LES CRISTAUX



**Guérissez Rapidement Et Simplement
Votre Corps, Votre Esprit Et Votre Vie**

Jonas Lovik

**LA GUÉRISON
PAR LES
CRISTAUX**



**Guérissez Rapidement Et Simplyment
Votre Corps, Votre Esprit Et Votre Vie**

Jonas Lovik

La Guérison Par Les Cristaux

Guérissez Rapidement Et Simplement
Votre Corps, Votre Esprit Et Votre Vie

Jonas Lovik

Copyright © 2017, Jonas Lovik. Tous droits réservés.

Table des matières

<u>Introduction</u>	<u>4</u>
<u>Le système des chakras</u>	<u>6</u>
<u>Les sept pierres et cristaux essentiels</u>	<u>8</u>
<u>Le Quartz incolore ou le guérisseur complet</u>	<u>9</u>
<u>La Cornaline et la guérison du chakra racine</u>	<u>12</u>
<u>La Calcite orange et la guérison du chakra sacré</u>	<u>13</u>
<u>La Citrine et l'énergie du chakra du plexus solaire</u>	<u>14</u>
<u>Le Quartz rose et la guérison du chakra du cœur</u>	<u>15</u>
<u>Le Lapis Lazuli et le nettoyage du chakra de la gorge</u>	<u>17</u>
<u>L'Améthyste et l'ouverture du troisième œil</u>	<u>18</u>
<u>Comment guérir avec les cristaux</u>	<u>19</u>
<u>Conclusion</u>	<u>21</u>

Introduction

Saviez-vous que les cristaux peuvent guérir votre vie ? Je peux vous le confirmer : la réponse est un grand **oui** !

La vraie question serait plutôt de savoir **par où et comment commencer**. Comment un cristal ou une pierre peuvent-ils avoir un effet sur votre vie ? Nous allons approfondir tout cela, mais pour l'instant, nous allons faire quelques exercices de pensée pour voir s'il pourrait au moins être possible que les cristaux puissent avoir un impact sur notre corps, notre esprit et notre âme.

Les effets des cristaux, ainsi que d'autres pierres qui ne sont pas par définition des cristaux, nous impactent en réalité à de nombreux niveaux. Leur vibration, comme toutes les choses qui nous entourent, est unique. Leur couleur est également partie intégrante de la fréquence qu'ils émettent, mais il y a plus encore à propos des cristaux, ainsi que nous le verrons. Chaque cristal a une structure spéciale qui peut être étudiée d'un point de vue scientifique grâce aux microscopes.

Prenons la question en sens inverse et demandons-nous plutôt si des choses, comme des pierres et d'autres objets inanimés, peuvent nous nuire. Chaque objet rayonne de l'énergie. Certains objets rayonnent puissamment, d'autres moins. Un objet radioactif peut représenter une grande menace pour un organisme vivant. D'autres formes de rayonnement peuvent en revanche nous guérir. Je ne dirai pas que les cristaux possèdent un type particulier de rayonnement, mais pour certaines personnes, cette idée est acceptable.

Vous connaissez probablement le Feng Shui, cet art japonais qui cherche à transformer notre environnement pour en faire un refuge où nous pouvons nous développer et prospérer. L'utilisation des cristaux est **une forme de Feng Shui** qui emploie des objets possédant une énergie curative.

Faire en sorte que les cristaux constituent une partie de l'espace dans lequel nous vivons est l'un des moyens les plus efficaces et les plus

simples de commencer un parcours de guérison.

Si nous le faisons, leur énergie nous entourera constamment. Lorsque la lumière du soleil touche un cristal, elle se change en vibrations. Ceci est causé par la structure interne du cristal. Rappelez-vous simplement de vos cours de physique, où vous avez peut-être appris comment un prisme divise la lumière.

La lumière qui sort d'un cristal n'est pas la même lumière que celle qui est entrée. Cela peut sembler un peu obscur, voire occulte, mais nous allons plus tard voir des exemples de ce principe dans de nombreux domaines de notre existence. C'est comme avoir une expérience spirituelle extrêmement forte : la personne qui la vit n'est plus tout à fait la même personne et reste pourtant la même personne - dans le même temps. Quelque chose de fondamental a changé sans qu'on puisse pointer le doigt dessus avec précision et dire "voilà ce qui a changé".

La réalité derrière les effets des cristaux est à la fois scientifique et occulte. Certains de ces effets ont été expliqués et étudiés grâce à des instruments et à travers des expériences précises, alors que d'autres ne peuvent être connus que de ceux qui sont ouverts à leur perception. Vous n'avez pas non plus besoin d'être médium pour utiliser des cristaux. Leurs effets sont réels et quiconque les utilise correctement et avec respect obtiendra de grands résultats.

Que vous visiez à soigner votre corps, votre esprit ou votre passé émotionnel, vous pourrez exploiter la puissance des cristaux pour accélérer le processus. Les cristaux ont également leur place dans toutes les formes de magie. A travers ce petit livre, vous allez apprendre beaucoup de techniques très utiles avec les cristaux. Une fois ce livre terminé, vous aurez une mine d'informations précieuses et une vue d'ensemble complète. Une bonne information correctement mise en pratique est synonyme de pouvoir. Ce que vous allez apprendre sur les cristaux aujourd'hui vous permettra de les utiliser avec confiance et facilité.

Le système des chakras

Apprendre à connaître et comprendre les chakras est très important, et ceci pour de nombreuses raisons. **Les cristaux travaillent directement sur ces centres d'énergie** et leur effet ne se traduit pas seulement par une guérison spirituelle, mais aussi par une guérison physique, mentale et émotionnelle. C'est parce que les chakras fonctionnent comme des programmes.

Lorsqu'un chakra fonctionne bien et est en bonne santé, toutes les autres parties de notre être qui lui correspondent le sont également. C'est la raison pour laquelle il est plus simple et plus efficace de déterminer un déséquilibre sous-jacent dans un chakra et de travailler sur celui-ci, plutôt que de tenter de simplement chasser des symptômes, par définition superficiels. Par exemple, une douleur au bas du dos indique un problème avec le chakra racine. La tristesse est située dans le chakra du cœur. La léthargie et la dépression nous indiquent la direction du chakra du plexus solaire car c'est le centre de l'énergie et de la motivation.

Si vous n'êtes pas familier avec les chakras, ce n'est pas un problème. Il suffit de savoir que nous avons sept chakras, qui sont des centres d'énergie, et qui sont alignés le long de la colonne vertébrale, du chakra racine au chakra de la couronne. Ces sept chakras sont situés comme suit :



De bas en haut, nous trouvons :

- Le chakra Muladhara (la racine) (Rouge)
- Le chakra Svadhisthana (le sacré) (Orange)
- Le chakra Manipura (le plexus solaire) (Jaune)
- Le chakra Anahata (le cœur) (Vert)
- Le chakra Visuddhi (la gorge) (Bleu)
- Le chakra Ajna (le troisième œil) (Violet)
- Le chakra Sahasrara (la couronne) (Violet ou Blanc)

Si vous ne souscrivez pas ou ne croyez pas au système des chakras, il est tout de même possible de penser aux problèmes et aux solutions en terme simplement physiques. Les cristaux sont eux-mêmes des objets physiques, il n'est donc pas nécessaire d'aller au-delà du domaine physique pour obtenir la guérison. L'utilisation de baguettes en cristal, qui sont conçues pour le massage, est une très bonne façon d'utiliser physiquement les cristaux en les combinant avec une autre discipline afin de nous guérir. Les massages aident notre système énergétique à circuler plus librement et la puissance des cristaux vient s'ajouter à cet effet.

Les sept pierres et cristaux essentiels

Le Quartz incolore ou le guérisseur complet

Le quartz incolore, également appelé **Cristal de Roche**, est le cristal essentiel parmi tous les cristaux, le numéro un. C'est le guérisseur de tous les chakras. **Si vous ne deviez acheter qu'un seul cristal, vous devriez choisir celui-ci.** Il peut être utilisé pour chaque chakra et pour tous les besoins.



La magie du quartz

La structure chimique du quartz est SiO_2 , ce qui signifie que le silicium et l'oxygène sont ici placés ensemble, par un miracle de la Terre. Que vous le considérez comme un miracle ou pas, cela vous appartient, mais chacun peut convenir qu'il est vraiment fantastique que quelques atomes réunis de cette façon puissent créer quelque chose de si beau.

Quand un cristal de quartz se développe, il forme toujours un prisme à six côtés, avec des pyramides à six côtés à chaque extrémité. Si nous trouvons un cristal de quartz dans la nature, nous ne nous en rendrons pas forcément

compte parce qu'ils se développent souvent l'un dans l'autre. Mais si nous l'examinons de près ou parvenons à les isoler l'un de l'autre, nous pourrions alors constater qu'ils possèdent effectivement six faces.

Le quartz incolore est un cristal dont chaque amoureux de cristaux possède au moins un exemplaire - du moins c'est le cas en ce qui me concerne - mais ils en possèdent bien sûr généralement beaucoup plus que cela !

Nous parlerons plus tard de l'améthyste et du quartz rose, qui sont des variétés de quartz, c'est-à-dire qu'ils possèdent la même structure intérieure unique que tous les cristaux de quartz, avec de petites variations.

Le paradoxe de la couleur

Un quartz transparent représente toutes les couleurs du spectre car il n'exclut aucune fréquence. Chaque fréquence de lumière entre dans le cristal et passe à travers lui. L'améthyste pourpre, par exemple, ne fait pas cela. L'améthyste ne repousse et ne renvoie à notre perception visuelle que la couleur violette. C'est pourquoi elle semble être pourpre pour nous. Toutes les autres couleurs et fréquences du spectre sont absorbées par l'améthyste. Il est quelque peu ironique qu'une améthyste soit définie par la seule couleur qu'elle ne soit pas capable de posséder, mais c'est ainsi que fonctionne la perception sensorielle humaine.

La technique de guérison ultime par les cristaux

Pour cette raison, **vous pouvez utiliser le quartz incolore pour chaque chakra**. Tenez-le près du chakra qui a besoin de guérison pendant **cinq minutes**, pour aider à l'écoulement de l'énergie dans cette zone.

L'utilisation d'une technique comme celle-ci est **tout ce dont vous avez besoin** pour réussir dans l'auto-guérison avec les cristaux, pour toute votre vie. Vous n'avez pas besoin de techniques fantaisistes ou d'un million de cristaux différents, même si beaucoup de personnes finissent par en posséder toute une collection, simplement en raison de leur amour et de leur fascination pour les cristaux. Ne laissez pas ces exemples être une barrière à votre entrée dans le monde de l'auto-guérison.

Les techniques plus avancées doivent seulement être considérées comme une source d'inspiration supplémentaire et ne sont pas nécessaires pour obtenir de bons résultats. Dans le même esprit et à titre d'exemple, vous n'avez pas besoin d'être un grand chef cuisinier qui confectionne un repas avec plusieurs plats élaborés plus le dessert pour vous nourrir correctement. Du riz et des légumes conviennent tout aussi bien.

Respectez "le riz et les légumes", autrement dit les basiques, dans le domaine des cristaux, jusqu'à ce que vous sentiez que vous avez grandi spirituellement. Et tant que vous ne ressentez pas cela, ne le faites pas simplement parce que cela vous semble génial et plus impressionnant. L'auto-guérison n'a pas à être impressionnante pour les autres. C'est votre guérison qui compte.

La Cornaline et la guérison du chakra racine

Vous avez besoin de travailler sur vos finances ? Cela signifie qu'il existe un manque dans votre chakra racine. Vous pouvez également le savoir lorsque vous avez peur, lorsque vous vous trouvez dans une situation "fragile" et que le futur est incertain. Une peur de ce genre a ses racines dans le premier chakra. La cornaline est la pierre idéale pour faire circuler l'énergie dans ce chakra.



Si vous avez des problèmes avec un sentiment de peur, que ce soit pour votre corps ou toute autre situation matérielle, vous pouvez travailler avec des pierres de cornaline. Leur couleur rouge foncé correspond directement au chakra racine.

Bien que la cornaline ne soit pas par définition un cristal, elle est depuis longtemps considérée comme une pierre de guérison. Si vous cherchez une alternative qui soit un vrai cristal, vous pouvez vous tourner vers le quartz fumé.

La Calcite orange et la guérison du chakra sacré

La calcite est un minéral composé de carbonate naturel de calcium. Elle se transforme en magnifiques cristaux, qui semblent faits de la main d'un artiste.



C'est la seule pierre dont vous ayez besoin pour **guérir votre passé** et travailler avec le chakra sacré. C'est le chakra **des émotions et des intuitions**. Il renferme souvent des **sentiments passés** que nous n'avons jamais traités correctement. La guérison du chakra sacré peut entraîner **une grande paix intérieure** et nous aider à profiter davantage de la vie.

La Citrine et l'énergie du chakra du plexus solaire

La citrine est une variété colorée de quartz. Ce cristal se développe souvent en grappes mais certains spécimens solitaires, plus larges, sont également courants. **Placer des cristaux de citrine dans votre salon constitue la décoration Feng Shui ultime et attire de bonnes vibrations.**



La citrine varie en couleurs, de jaune à orange, dans des tons aux reflets bruns dorés. Quoi qu'il en soit et quel que soit celui que vous choisirez, ces cristaux sont tous magnifiques.

Les cristaux de citrine sont **l'énergisant idéal dans votre vie et les cristaux numéro un pour attirer la richesse et l'abondance**. On peut presque dire qu'ils sont la variante cristalline de l'or.

Le Quartz rose et la guérison du chakra du cœur

Le quartz rose est le **guérisseur ultime de votre cœur**, physique et spirituel. C'est un autre cristal extrêmement populaire et que tout le monde semble apprécier. Il suffit de regarder cette belle couleur rose. Comment ne pas l'adorer ? Le quartz rose est connu comme étant un guérisseur très doux et apaisant. Il favorise l'amour de soi et toutes les autres formes d'amour qui sont logées dans votre cœur, ce centre si précieux.



Que vous souhaitiez **attirer l'amour romantique** ou que vous souhaitiez **travailler sur votre relation avec vous-même**, c'est le cristal idéal, l'outil

le plus parfait et le plus simple dont vous ayez besoin. Gardez un petit cristal de quartz rose **dans votre poche** et/ou utilisez-le pour **décorer votre maison**.

Vous pouvez même en placer un **dans l'eau de votre bain** et faire de votre baignoire un refuge personnel et un lieu pour la guérison spirituelle. Croyez-moi, vous ne pouvez jamais vous tromper avec le quartz rose.

Enfin, une boule de quartz rose est également parfaite pour des **massages** ponctuels. Si vous avez une douleur en haut du dos, essayez d'atteindre cet endroit en vous allongeant sur le sol avec une boule de quartz rose en-dessous. Cela défera complètement le nœud.

Le Lapis Lazuli et le nettoyage du chakra de la gorge

La seule pierre dont vous aurez jamais besoin si vous êtes en quête de **courage pour dire la vérité**.

Le Lapis Lazuli n'est pas un cristal mais une pierre semi-précieuse qui est en fait un mélange de minéraux. Cela n'enlève cependant rien à sa valeur, et il faut savoir que c'était une possession très précieuse dans l'Égypte ancienne.



C'est la pierre avec laquelle vous devez travailler lorsque vous avez **du mal à dire la vérité**, ou que vous avez **quelque chose de bloqué en vous et que vous n'arrivez pas à exprimer**. Vous pouvez le porter comme un collier - c'est une façon très efficace et esthétiquement magnifique d'en récolter tous les avantages curatifs.

L'Améthyste et l'ouverture du troisième œil

L'améthyste est l'un des cristaux les plus vendus et les plus populaires. Le simple fait de contempler la beauté de sa couleur pourpre est un plaisir pour beaucoup de personnes. C'est aussi le cristal le plus souvent utilisé pour réveiller et dynamiser le troisième œil. Si vous avez un budget restreint et que vous voulez utiliser un cristal uniquement à cette fin, vous devriez choisir une améthyste.

Grâce à sa couleur pourpre, ce cristal résonne fortement avec le centre énergétique du sixième chakra, centre du troisième œil. Mais l'améthyste comporte également du bleu et du blanc, ce qui la rend adaptée à la guérison du **chakra de la gorge** et du **chakra de la couronne**.



L'utilisation d'une améthyste est un excellent moyen de développer la clairvoyance ou de réaliser une projection astrale, ou même de faire des rêves lucides. **Placez une améthyste à l'endroit de votre troisième œil pendant 10 minutes tous les soirs avant de vous coucher**, et vous obtiendrez rapidement de bons résultats.

Comment guérir avec les cristaux

Nous avons choisi sept cristaux et pierres essentiels. Vous avez probablement noté que nous en avons choisi un pour chaque chakra.

En associant un cristal à chaque chakra, il devient vraiment facile de savoir lequel utiliser dans toutes les situations.

Une fois que vous avez établi un auto-diagnostic pour déterminer sur quel chakra vous avez besoin de travailler, vous savez instantanément quel cristal ou quelle pierre vous devez utiliser.

Voici maintenant mon conseil :

Je vous suggère de travailler sur un seul chakra à la fois, et ce durant plusieurs mois.

C'est ainsi que j'ai moi-même effectué mon voyage de guérison avec les cristaux. Je n'ai jamais établi de calendrier ni fait de planification dans mon parcours de guérison. Travailler jusqu'à se sentir bien vaudra toujours mieux que de suivre un calendrier pré-établi. Votre esprit fonctionne en harmonie avec votre corps et votre âme, et il sait toujours ce qu'il vous faut pour guérir et progresser dans la vie.

Si vous ne deviez utiliser qu'une seule technique, je vous recommanderais celle-ci :

Placez un cristal sur le chakra que vous voulez guérir en vous allongeant sur un canapé ou lorsque vous allez vous coucher.

C'est le moyen idéal pour commencer votre guérison. C'est confortable et cela ne nécessite aucun effort de votre part.

L'utilisation des cristaux pour **dynamiser votre eau potable** est également une manière efficace et différente d'exploiter la puissance des cristaux.

Remplissez une grande cruche d'eau et mettez votre cristal préféré à l'intérieur. Laissez-le reposer près de la fenêtre de sorte qu'il reçoive un peu de la lumière du soleil pour une énergie de guérison supplémentaire. **Assurez-vous simplement que le cristal que vous employez puisse être utilisé dans l'eau sans danger.** Certains peuvent en effet se dissoudre et libérer des produits chimiques toxiques, qui sont naturels pour la pierre mais impropres à la consommation pour l'homme. En général, la plupart des pierres bleues ou vertes ne doivent pas être utilisées de cette façon car elles contiennent du cuivre et parfois de l'arsenic. Vous devez rechercher la pierre particulière que vous souhaitez utiliser car son utilisation dépend aussi du fait qu'elle soit polie ou brute.

Il en va de même quand il s'agit d'**ajouter des cristaux et des pierres à l'eau de votre bain.** Je l'ai fait à tort avec le Lapis Lazuli qui ne supporte pas bien l'eau chaude. Le quartz clair peut toutefois être utilisé ainsi sans problème.

Comme nous l'avons évoqué, **n'hésitez pas à utiliser les cristaux pour décorer votre intérieur.** En plus d'embellir votre espace, les vibrations des cristaux vous apporteront de nombreux bienfaits au quotidien.

Vous pouvez également, bien sûr, **utiliser les cristaux en bijoux.** Des bracelets, par exemple, existent avec pratiquement n'importe quels cristaux et sont généralement abordables. De plus, l'effet qu'ils produisent par une journée ensoleillée est incroyable.

Donnez de temps en temps à vos cristaux des bains de lumière solaire. Cela les aide à se purifier et à se dynamiser. En outre, vos cristaux semblent toujours plus brillants en plein soleil. C'est le moment idéal pour observer et apprécier leur beauté, sans les considérer comme des outils.

Conclusion

Félicitations ! Avec ces sept pierres et cristaux essentiels, vous êtes équipé de toutes les connaissances nécessaires pour commencer à guérir avec les cristaux.

En résumé :

1. Si vous ne deviez acheter qu'un cristal, je vous recommanderais de prendre du quartz incolore, ou cristal de roche.

Si vous en avez déjà un ou que vous souhaitez en acheter un autre, essayez de trouver celui qui résonne avec vous. Si vous vous rendez dans une boutique spécialisée, vous pouvez regarder et même toucher au préalable les cristaux, mais faire vos achats en ligne est aussi un excellent moyen de trouver des cristaux. Si vous êtes attirés par certaines photos, c'est probablement le cristal qu'il vous faut. Je l'ai souvent fait moi-même et je n'ai jamais regretté un seul achat.

2. Si vous ne deviez utiliser qu'une seule technique, je vous recommanderais de placer un cristal sur le chakra correspondant lorsque vous vous couchez.

Bien que cela puisse sembler étonnant, **ceci est plus que suffisant pour vous aider et vous soigner durant toute votre vie.** Si vous vous sentez créatif, vous pouvez vous amuser avec des grilles de cristaux, mais ce n'est pas nécessaire.

Ma deuxième technique préférée est la suivante : **décorez votre espace de vie avec des cristaux.** Mettre quelques cristaux de quartz rose sur une table illuminera toute la pièce.

J'espère sincèrement que vous avez pu obtenir, à travers ce modeste ouvrage, quelques informations de valeur. Si cela vous a inspiré à acheter votre premier cristal et à essayer la guérison par les cristaux, alors j'aurais atteint mon but.

Sachez également que certains endroits dans la nature regorgent de cristaux. Si vous vivez dans un tel endroit, vous n'avez peut-être même pas besoin d'en acheter un.

Quelle que soit la direction que vous choisirez de suivre, quel que soit le chemin que vous choisirez d'arpenter, que cela vous apporte la guérison et une grande paix intérieure !