

**CORSO DI
CRISTALLOTERAPIA**

SOLONEWAGE

<http://www.solonewage.it>

info@solonewage.it

COSA SONO I CRISTALLI E LE PIETRE

Sono l'incontro concreto di quattro elementi della creazione:
ARIA, ACQUA, TERRA, FUOCO

Sono individui singoli ed hanno le memorie di tutto il loro vissuto racchiuse in sé.

UN PO' DI STORIA

La storia dei cristalli si perde nella notte dei tempi poiché gli antichi popoli utilizzavano le gemme e le pietre per la salute non solo del corpo, ma soprattutto come mezzo per potenziare e sviluppare le energie sottili del corpo stesso e come accumulatori delle energie cosmiche.

La civiltà di Atlantide è nota per la sua conoscenza dell'arte della cristalloterapia e nell'uso della potenza energetica di enormi cristalli per l'uso civile e di vita quotidiana.

Egizi, Maya, Indiani, Tibetani, Sumeri, Assiri ed in quasi tutte le grandi civiltà si riscontrano notizie sull'uso costante di pietre e cristalli che sono state tramandate fino ai giorni nostri da sconosciuti sciamani o da celebri personaggi come Plinio il Vecchio, Santa Ildegarda, Giorgio Agricola, i Vescovi Isidoro di Siviglia e Marbodo di Rennes, Re Alfonso di Castiglia, tanto per citare alcuni nomi famosi.

NOI E I CRISTALLI

E' molto importante tenere presente che l'efficacia delle gemme varia a seconda del rapporto che instauriamo con loro e che le indicazioni che darò sul loro uso sono puramente orientative. Infatti, quando andremo a curarci con l'energia delle pietre, sia preparando un'acqua mineralizzata, sia per contatto diretto, sarebbe opportuno scegliere il minerale verso cui ci sentiamo più attratti in quel momento, perché significa che le vibrazioni energetiche del cristallo sono proprio quelle di cui siamo carenti in quel momento preciso, senza tenere conto ne' del colore né del reale uso riguardo la CRISTALLOTERAPIA.

Se un cristallo ci attrae significa che " QUEL " cristallo e nessun altro ci serve in quel preciso momento.

PURIFICAZIONE DEI CRISTALLI

Dopo aver scelto la pietra in sintonia con noi, va lavata alcuni minuti sotto l'acqua corrente, quindi asciugata ed appoggiata in un contenitore di materiale naturale riempito con comune sale da cucina.

Il tempo di posa varia dalle 2/3 ore ad alcuni giorni a seconda di come pensiamo sia più o meno impregnato di vibrazioni energetiche negative.

E' bene che le pietre e i cristalli per uso personale (come ad esempio quelli per la meditazione) non vengano toccati da altre persone.

PROGRAMMAZIONE

Dopo aver fatta la purificazione il cristallo, come un computer, va programmato per lo scopo per cui è stato scelto. Così come per la purificazione anche per la programmazione si possono usare vari sistemi: il più semplice è di usare la forza del pensiero.

Guardando intensamente il cristallo dinanzi a noi, formuliamo l'intenzione con parole chiare e decise e, più il nostro sarà intenso e più la pietra risponderà alle nostre necessità.

A volte la nostra pietra potrà rompersi: ciò significa che si è sacrificata per noi.

Quando una pietra ci scappa o il *BIOTENSOR* la nega, vuol dire che non è per noi.

FORME STRANE

DRUSE: sono insiemi di quarzi su una base unica, raccolgono e diffondono energia positiva. Con le druse si possono caricare le altre pietre.

GEODI: sono insiemi a base piatta ed anche loro, se posti in un ambiente, servono per irradiare energia positiva.

PIRAMIDI: rappresentano il processo evolutivo e racchiudono i quattro elementi che convergono in un vertice, simbolizzano il punto in cui convergono le energie universali.

OBELISCO: centuplica la forza della piramide. Si usa soprattutto per direzionare l'energia sulla persona da curare o da aiutare. La punta va sempre rivolta al soggetto in questione o sul punto dove si presenta il problema. È da usare solo se si è veramente esperti, poiché l'energia già potentissima se usata a sproposito, può provocare grossi danni al campo energetico dell'organo o della persona in cura. Quindi raccomando molta attenzione con questo formato.

CRISTALLI A DOPPIA TERMINAZIONE: sono formati da due parti con punta, senza una base. Si usano per unire due energie. Può servire anche tenendolo con pollice ed indice, per scaricare le tensioni.

COME ENERGIZZARE L'ACQUA

In un contenitore di vetro (bottiglia, brocca, ecc.) mettere un minimo di tre pietre, riempire d'acqua e lasciare riposare per 24 ore perché possano agire.

Bere l'acqua e tenere continuamente il livello del contenitore costante. Ripetere per due mesi, sospendere un mese e ripetere, se necessario, ancora due mesi.

Ci sono pietre che è bene non tenere in acqua troppo a lungo perché troppo assorbenti, sono:

AMBRA

MALACHITE

TORMALINA

TURCHESE

CORALLO

Queste pietre vanno solo lavate, appoggiate sul sale grosso ed usate per cure locali. Sono sconsigliate per acque mineralizzate.

ALCUNE INDICAZIONI PER ACQUE MINERALIZZATE

CON PIETRE ROSSE: rubino, granato, diaspro sanguigno, corallo. Per problemi ai genitali, anemia organi riproduttivi, mancanza di volontà.

CON PIETRE ARANCIONE: occhio di tigre, corniola, agata albicocca, topazio imperiale. Per problemi all'apparato urinario, reni, ghiandole surrenali, problemi sessuali, paure, insicurezze.

CON PIETRE GIALLE: diaspro giallo, calcite, quarzo citrino, topazio, quarzo rutilato. Per problemi alla cistifellea, fegato, milza, e tutti l'apparato digerente; problemi legati a scarsa auto stima, rabbie represses, emotività.

CON PIETRE VERDI O ROSA: avventurina, malachite, smeraldo, serpentino, giada (va bene anche per i reni) tormalina verde, olivina, quarzo rosa, rodonite, rodocrosite. Per disturbi cardiaci, alla circolazione sanguigna, all'apparato respiratorio; espressione della personalità, compassione, amore per il prossimo.

CON PIETRE AZZURRE O BIANCHE: acquamarina, calcedonio, turchese, celestino, quarzo ialino, pietra di luna. Per disturbi al metabolismo, tiroide, gola, corde vocali, tonsille; inoltre per problemi di espressione sia emotiva che verbale.

CON PIETRE BLU: lapislazzuli, zaffiro, sodalite, tormalina blu, (indicalite) e azzurrite. Per deficienze endocrine, ipofisi, epifisi, deficienze immunitarie; nonché per intuizione auto conoscenza, introspezione.

CON PIETRE VIOLA E TRASPARENTI: diamante, erkimer, ametista, quarzo ialino, fluorite, apofillite. Per energia e per l'amore universale.

Ci sono pietre che per la loro particolarità di assorbimento, ci proteggono dalle energie negative:

TORMALINA NERA adatta anche per radiazioni

CORALLO E TURCHESE molto bene se abbinati e indossati

SODALITE per le tensioni

CRISOPRASIO

CRISTALLO DI ROCCA scarica le tensioni

DRUSA DI AMETISTA adatta per ambienti

CRISTALLO DI ROCCA A GRAPPOLO

QUARZO FUME' adatto per ambienti

DRUSE IN GENERE adatte per ambienti

CRISTALLI BITERMINATI messi in circolo sui nodi di ARKMAN (sono nodi dove si concentra la negatività)

Ci sono pietre che hanno la capacità di una spugna, e quindi puliscono, purificano e assorbono:

ELIOTROPIO

PIETRA POMICE

AMBRA

SODALITE

MALACHITE

AMBRA E MALACHITE fungono anche da calmanti poiché hanno la proprietà di assorbire anche il dolore.

Ci sono pietre che per mezzo delle loro vibrazioni energetiche aiutano la telepatia e la veggenza:

TORMALINA ROSA/VERDE
DIAMANTINO DI HERKIMER
PIETRA DI LUNA
QUARZO RUTILATO
SUGILITE O LUVULITE
FLUORITE

PIETRE CONSIGLIATE A SECONDA DEI CHAKRA

1° chakra

EMATITE: per confusione, irascibilità stress; porta energia fisica, autocontrollo e ordine mentale. Serve a radicare l'individuo troppo sognatore.

CORALLO: per la circolazione, contro le energie pesanti.

DIASPRO ROSSO: per radicamento, circolazione, anemia.

OSSIDIANA FIOCCO: attira l'energia fisica e sessuale, facilita l'apertura dei chakra, aiuta chi è troppo razionale.

OSSIDIANA NERA; è sconsigliata perché troppo forte.

ONICE: per rafforzare l'autostima e per conoscersi ed amarsi.

ELIOTROPIO: come diaspro rosso

2° chakra

CORNIOLA: apre l'energia nel nostro corpo, ottima per il blocco del chakra, ottima per l'intestino.

PIETRA DI LUNA: calma le emozioni troppo forti, rende la donna consapevole della sua femminilità.

OCCHIO DI TIGRE: quando non si distinguono bene le cose, quando si resta focalizzati su pochi punti, quindi si ha paura di sbagliare. Porta sicurezza e fiducia in se stessi.

GIADA: per serenità, coraggio, sapienza, gentilezza. Ottima sui reni e per le paure.

3° chakra

QUARZO CITRINO: contro le rabbie e le tensioni, dona coraggio, gioia di vivere, dissolve gli atteggiamenti emotivi

QUARZO RUTILATO: aiuta le difese immunitarie, sblocca l'energia, stimola la positività.

MALACHITE: aiuta a far emergere ed accettare pensieri rimossi (ottima abbinata al citrino)

4° chakra

AVVENTURINA: aiuta a guarire i dolori nel cuore, allevia le radici della sofferenza (ottima con MALACHITE)

AMAZZONITE: elimina le sofferenze alimentando i sentimenti, aiuta a prendere decisioni difficili, aiuta a smettere dipendenze come fumo ed alcool, aumenta l'autostima (ottima con AVVENTURINA)

CUNZITE: libera da dipendenze come droga, fumo, alcool (ottima abbinata ad AMAZZONITE)

MALACHITE: aiuta a eliminare i pensieri ed i problemi rimossi

RODONITE: elimina i blocchi che sono dovuti a situazioni soffocanti, quando vogliamo nuovi spazi, quando vorremmo fare, ma non ci muoviamo per paura.

QUARZO ROSA: per darci amore per pensare anche a noi stessi

AMETISTA: per abbandono distacco, allontanamento.

5° chakra

AGATA BLU: lavora sulla qualità di espressione.

LAPISLAZZULI: ci aiuta ad esprimerci.

CALCEDONIO: ci aiuta ad esprimerci, migliora il nostro modo di farci capire

CRISOCOLLA: per chi non riesce a farsi ascoltare; diminuisce lo stress

6° chakra

AMETISTA: aiuta nello stress e nell'affaticamento, aiuta la meditazione e stimola la mente ad elevarsi.

AZZURRITE: ci aiuta a comunicare con noi stessi e a ricordare esperienze vissute.

FLUORITE: per l'arricchimento spirituale e per la riflessione.

SUGILITE: ci aiuta a capire la nostra vita e il nostro cammino

CRISTALLO DI ROCCA: per la chiarezza

7° chakra

CRISTALLO DI ROCCA: per trovare chiarezza (molto limpido)

ELESTIAL: aiuta a comunicare con le entità di luce, dà chiarezza (ottimo abbinato alla SUGILITE)

FLUORITE: per la riflessione, la meditazione e l'arricchimento spirituale

QUARZO LATTEO: ci aiuta a non essere severi con noi stessi e controlla le nostre emozioni (indicato per persone violente)

N.B. Le ametiste sono più leggere mentre i cristalli di rocca sono più pesanti.

Le agate sono tutte molto leggere e vanno bene dove i chakra sono già in parte aperti, quando non ci sono blocchi particolari.

ESEMPIO DI COMPOSIZIONE PER MEDITAZIONE:

Chakra	Pietre
1°	<i>OSSIDIANA – FIOCCO o a piacere</i>
2°	<i>CORNIOLA o a piacere</i>
3°	<i>QUARZO RUTILATO o a piacere</i>
4°	<i>AMAZZONITE E RODONITE</i>
5°	<i>LAPISLAZZULI o a piacere</i>
6°	<i>SUGILITE</i>
7°	<i>ELESTIAL</i>

CRISTALLI MAESTRI

CHANNELING

Si può riconoscere dalla larga faccia a sette lati e con un triangolo perfetto al lato opposto. Si può usare quando si ha bisogno di risposte specifiche poiché tali cristalli sono comparsi per insegnarci a raggiungere ed incanalare la nostra luce personale, traendola dalle profondità più pure dell'anima.

COME USARE IL CHANNELING:

Va pulito, purificato da ogni energia estranea poi va tenuto nella mano sinistra, cercando di liberare completamente la mente concentrandosi su una lenta respirazione. Porre il cristallo diritto in piedi dinanzi a Voi (magari aiutandovi con un supporto se non sta in piedi da solo) poi unite il pollice e l'indice della mano sinistra tenendo chiuse le altre dita; fate altrettanto con la destra e ponete questa unione sulla punta del cristallo channeling. Chiudete gli occhi mantenendo la mente calma e ricettiva ed attendete. All'inizio le percezioni possono essere vaghe o poco comprensibili, ma quando la mente si sintonizza con il cristallo, le sentirete e capirete senza incertezze.

CRISTALLI TRASMETTITORI

Il trasmettitore si riconosce dal triangolo perfetto al centro e dalle due facce simmetriche ai lati. Con l'uso dei cristalli trasmettitori, a seconda del bisogno, si può collegare la mente consapevole con la saggezza universale e trarre quelle informazioni che servono per risolvere problemi individuali, oppure raggiungere le verità cosmiche.

Per ottenere una risposta chiara, si deve essere molto precisi nel porre la domanda, oppure si deve essere più aperti e ricettivi nel ricevere la risposta.

I cristalli trasmettitori sono guide importanti nel compito di chiarire ciò che vogliamo, per inviare le nostre intenzioni nell'universo, per essere pronti a ricevere le risposte.

Si usano inviando consapevolmente pensieri o domande, per ricevere risposte dirette o stabilire un contatto con *GUIDE SPIRITUALI* poiché essi trasmettono le energie dal piano terreno alle sfere più alte; sono perfetti per essere usati come basi di comunicazione nel collegamento *CONSAPEVOLE* con altre forme di vita.

Si usa tenendo il trasmettitore nella mano sinistra per sintonizzarlo si calma la mente facendo respiri profondi e quindi si proietta mentalmente la richiesta all'interno del cristallo.

Quindi si deposita il trasmettitore su un ripiano e lo si lascia 24 ore.

Mentre si verifica la trasmissione, il cristallo deve restare in piedi da solo e non deve essere toccato da nessun altro.

Dopo le 24 ore si usa la meditazione come per il channeling per ricevere il messaggio di risposta.

N.B. Ringraziare sempre alla fine di ogni meditazione con i cristalli.

CRISTALLO FINESTRA

Il cristallo finestra si riconosce da un grande rombo posto al centro, il che crea un cristallo a sette facce anziché sei. I cristalli finestra rispecchiano l'anima e riflettono le ombre e le paure dell'insicurezza che fermano l'energia spirituale della luce. Sono GUIDE molto potenti, utilissime per farci scoprire la nostra vera essenza. Essi sono privi di EGO sono personali e più si usano più aumentano il loro potere.

Per fare sì che il cristallo finestra possa funzionare al meglio è necessario abbandonare abitudini e comportamenti, pensieri ed azioni che impediscono di vedere la verità su noi stessi cioè ciò che veramente siamo. Si consiglia di utilizzare il cristallo appoggiando la "finestra" sulla fronte dopo aver vuotato la mente.

Prima però si deve focalizzare il problema, si proietta l'immagine di ciò che interessa dentro il cristallo attraverso la finestra e, a mente chiara, si guarda dentro.

Il cristallo finestra si può usare anche per leggere l'aura rivolgendo verso di lei la finestra e girando poi il cristallo verso il terzo occhio.

CRISTALLO ELESTIAL

(Cristallo degli angeli): Si possono collocare al centro del terzo occhio o al centro del petto o alla sommità del capo per purificare il settimo e il quarto chakra. Il cristallo elestial è ottimo per la meditazione e per chiarire le nostre emozioni confuse, che sono solamente sentimenti vissuti con tensione. Imparando ad esprimere i nostri sentimenti si allenta la tensione e si impara a tenere il cuore aperto e la mente limpida. L'elestial purifica ciò che impedisce l'illuminazione interiore, eliminando i tratti dell'EGO e portando alla luce le pecche della nostra personalità. Ci

aiuta ad aprire il chakra della corona. E' un cristallo molto potente.

**CRISTALLI
PER PARTICOLARI SITUAZIONI EMOZIONALI**

PER COLORO CHE HANNO PAURA

La paura è all'origine di moltissimi tipi di sofferenza, per questo è necessario agire a livello spirituale per riportare armonia.

Spesso non comprendiamo le nostre paure e più o meno coscientemente, siamo in loro potere.

Vi sono molti tipi di paure: paura di perdere ciò che abbiamo, di rimanere soli, del futuro, paura di cose concrete oppure dei mostri dello spirito, paura di fare cose terribili, di perdere il controllo....

AGATA STRIATA BLU': tranquillizza la mente e il corpo, riduce gli spasimi.

AGATA NASTRTIFORME stimola il coraggio a aumenta l'energia fisica.

TURCHESE: dona pace alla mente, rilassa il corpo, elimina l'ansia.

CRISOCOLLA: diminuisce lo stress emotivo.

AMBRA: aiuta a superare la timidezza.

AGATA ROSSA: diminuisce la timidezza, perché aumenta la resistenza emotiva e la sicurezza interiore.

QUARZO CITRINO: ha la proprietà di stimolare la comunicabilità riduce l'emotività, cura i disturbi renali e della vescica, tipiche somatizzazioni della paura.

SODALITE: dona calma e fiducia nell'io Superiore.

QUARZO ROSA: favorisce gentilezza d'animo, dolcezza, serenità e sentimenti positivi perché agisce sul chakra del cuore.

AMETISTA: dona serenità interiore e pace al cuore.

PERLA: dona saggezza e dolcezza.

OSSIDIANA INNEVATA aiuta a rimuovere concretamente nel presente protegge le persone ipersensibili all'ambiente.

PREOCCUPAZIONE ECCESSIVA PER IL BENESSERE DEGLI ALTRI

E' molto nobile preoccuparsi per il benessere degli altri, ma anche l'atteggiamento più nobile diventa negativo se va agli eccessi. Un'eccessiva preoccupazione genera sofferenza e ansia a chi la prova e a chi è rivolta. E' il caso di quelle persone che si sentono sempre indispensabili, che credono di dover aiutare tutti anche quando non è richiesto il loro intervento.

Si intromettono dappertutto e, nell'intento di aiutare, diventano invadenti e appiccicaticce. Bisogna imparare ad aiutare in modo equilibrato, al momento giusto, cioè dare secondo le nostre possibilità ciò che ci è richiesto e quando ci viene chiesto, senza voler strafare.

E' anche negativo voler essere di esempio agli altri o volerli convertire alle proprie opinioni, con la presunzione che siano più giuste delle loro.

QUARZO ROSA: stimola la comprensione nei confronti degli altri, neutralizza gli stati d'animo negativi, favorisce l'espressione della dolcezza, dell'amore e del rispetto nei confronti degli altri.

TURCHESE: stimola la sensibilità psichica, rilassa la mente e il corpo.

CALCITE: aumenta il desiderio di armonia, inoltre cura i disturbi delle ossa (la disarmonia creata dalla rigidità mentale si somatizza nelle ossa ed è all'origine di vari disturbi, quali artriti, artrosi, scoliosi ecc.)

MALACHITE: aiuta a comprendere i limiti propri e altrui, infonde il desiderio d'amore, rilassa.

OSSIDIANA FIOCCO: aiuta a considerare la coscienza un tutt'uno con il quotidiano.

TORMALINA O AGATA E DIASPRO (gialli): sviluppano spiritualità

PER LO SCORAGGIAMENTO O LA DISPERAZIONE

La maggior parte delle persone soffre di scoraggiamento o di disperazione.

Questi stati emozionali negativi nascono da una visione pessimistica della propria vita o della società' o del mondo. Prendere coscienza dei propri difetti e limiti o delle contraddizioni sociali, può' essere molto positivo, se vissuto come stimolo per l'evoluzione individuale o sociale; conduce invece alla passività' fatalista, alla rassegnazione dell'anticipazione di fallimento, alla disperazione, se vissuto come sofferenza ingiusta, fine a se stessa.

Chi vive immerso in questa oscurità' non trova altro rimedio che il suicidio che può' essere fisico, ma molto più' spesso psichico.

Si opera il suicidio psichico quando si rifiuta o si nega il proprio potenziale positivo di creatività' e lo si uccide poco alla volta, vivendo passivamente la propria esistenza.

AGATA O DIASPRO GIALLI: incoraggia il successo e ne stimola il raggiungimento.

RODONITE: stimola il rinnovamento attraverso l'azione, da energia

QUARZO ROSA: favorisce l'autostima e il rispetto di se.

QUARZO RUTILATO: stimola la positività', aiuta ad esprimere i propri talenti.

QUARZO ROSA O AVVENTURINA: stimola la dolcezza e la comprensione verso se stessi.

CALCITE: stimola il desiderio di armonia, fa evitare gli eccessi.

OSSIDIANA IINNEVATA: dona fermezza nelle difficoltà' ed aiuta ad utilizzarle spiritualmente per l'evoluzione.

PIETRA DI LUNA: elimina i blocchi emotivi, stimola l'intuizione.

MALACHITE: aiuta a comprendere i limiti altrui e anche i propri, stimola l'amore e il rispetto verso se stessi.

CRISTALLI PER COLORO CHE SOFFRONO DI INCERTEZZA

L'incertezza è la conseguenza della sfiducia in se stessi, nasce dal non sapere cosa accadrà' domani, che cosa penseranno gli altri oppure dal chiedersi: chissà se ce la farò'?

Sovente si manifesta con stati d'animo simili a quelli della paura, ma essi sono invece determinati dalla mancanza di fiducia nelle proprie capacità' o dal non conoscerle affatto e questo porta alla sottovalutazione di se stessi.

L'incertezza crea mille dubbi, quindi rende incapaci di scegliere, di prendere decisioni, di orientarsi nella direzione evolutiva che l'anima ha scelto, tende a far mantenere invariate le condizioni di vita, perché, essendo note tendono a sembrare più' sicure, con meno imprevisti, quindi blocca ed impedisce l'evoluzione.

Tutto CIO' accade prece' la personalità' non sa ascoltare le indicazioni che riceve dall'anima stessa tramite l'intuito e la sensibilità' psichica.

MALACHITE E CRISOCOLLA: diminuiscono la confusione mentale, quindi favorisce la chiarezza di idee, riducono l'ansia.

SODALITE: stimola l'autonomia di pensiero.

RODOCROSITE: sviluppa il rispetto e la stima per se' stessi.

CRISTALLO DI ROCCA: stimola lo sviluppo delle potenzialità'.

QUARZO CITRINO: aiuta nelle scelte, dona chiarezza di idee.

QUARZO RUTILATO: stimola le potenzialità' positive, aiuta nella realizzazione.

GRANATO: stimola la volontà' e regola le funzioni tiroidee.

SUGILITE: favorisce atteggiamenti mentali positivi.

QUARZO AFFUMICATO: aumenta l'energia fisica.

GIADA: favorisce la guarigione degli organi vitali.

AMETISTA: stimola l'intuizione e l'ascolto della propria voce interiore.

ZAFFIRO BLU': stimola il senso di responsabilità' verso se stessi e rende chiare le motivazioni per raggiungere un obiettivo, dona serenità' e pace.

CRISTALLI PER LA MANCANZA DI INTERESSE PER IL PRESENTE

Molto spesso si vive il presente con indifferenza o con assenza di interesse, senza nemmeno rendersene conto. Si può non essere presenti, prece' si è troppo assorti nelle proprie fantasie o perché ci si rifugia in un mondo immaginario per non affrontare la realtà, prece' non si ha fiducia in se stessi.

Si può mancare di interesse per il presente, proiettando tutto nel futuro oppure restando legati ai ricordi e rimpiangendo la vita passata.

Quante volte abbiamo detto o sentito dire: "Ai miei tempi si stava meglio, non c'erano i pericoli di oggi..." oppure: "Non vedo l'ora che arrivino le ferie, così farò un bel viaggio, mi divertirò e mi riposerò".

Sicuramente molte volte abbiamo fatto o ascoltato discorsi nei quali era evidente la fuga dal presente.

Il passato però non esiste più, ciò che succederà domani non si sa, esiste solo l'oggi, anzi l'attimo che stiamo vivendo, niente altro.

Di questo è necessario rendersi conto per vivere pienamente la propria vita, altrimenti si rischia di lasciar trascorrere il tempo senza essere veramente protagonisti della propria storia e di accorgersi, magari solo all'ultimo momento, di non aver mai veramente vissuto.

RODONITE E RODOCROSITE: aiutano nel recupero energetico a livello fisico e mentale

OSSIDIANA A FIOCCHI DI NEVE: aiuta a rimanere con i piedi per terra, a non evadere nella fantasia o nei mondi spirituali. Si consiglia di portare un piccolo esemplare di questa pietra a contatto diretto con un piede, nella calza o appeso alla caviglia.

TORMALINA: aiuta a staccarsi dal materiale ed essere più spirituali

AVVENTURINA: stimola le motivazioni

CRISTALLO DI ROCCA: dona chiarezza e porta pace al cuore

CORNIOLA: favorisce il contatto con gli altri e stimola l'attività intellettuale.

PER CHI SOFFRE DI SOLITUDINE

La solitudine procura una sofferenza molto forte e nasce sempre da un modo errato di vivere l'amore.

Chi ama troppo se stesso è solo, perché non è capace di dare e ricevere amore; che è molto egocentrico è solo, perché, fissato su se stesso, non sa' vedere ciò che lo circonda; chi è possessivo ed autoritario è solo, perché gli altri fuggono da lui.

Se si impara ad amare davvero non si è mai soli.

La solitudine è alla base di molte malattie psichiche e di molti disturbi psicosomatici.

Chi è solo, per guarire, deve comprendere e correggere il suo modo di vivere l'amore.

QUARZO ROSA: stimola la trasformazione degli stati d'animo negativi in positivi, favorisce l'espressione dell'amore e della dolcezza.

FLUORITE: rafforza il contatto cosmico, fa sentire che TUTTO, è UNO.

AGATA VERDE O AVVENTURINA: stimola la comprensione degli altri, armonizza la mente con il cuore.

AGATA BLU': rilassa la mente e il corpo riducendo gli spasmi muscolari e i crampi.

MALACHITE: sviluppa la tolleranza e l'amore verso il prossimo.

RODONITE: sviluppa la capacita' di fare le cose in modo equilibrato e preciso, stimola a vivere l'amore altruistico nella vita quotidiana.

RODOCROSITE: stimola l'amore altruistico, l'abnegazione e la capacita' di provare gioia per ciò' che si fa'.

PER L'IPERSENSIBILITA' AD INFLUENZE ED IDEE ALTRUI

Questa disposizione mentale negativa può' portare anche al fanatismo ed è molto diffusa tra gli associati di gruppi politici estremisti che tra seguaci di sette religiose.

In genere si tratta di persone che non hanno sviluppato la capacità' di valutare autonomamente ciò' che vedono o sentono.

In forma diversa, questo stato negativo è presente anche nelle persone che si nascondono dietro una recita continua, perché' eccessivamente preoccupate del giudizio altrui.

E' comune anche nei bambini, soprattutto in quelli iperprotetti o con genitori molto autoritari, che per questo motivo non hanno sviluppato una personale capacità' di giudizio.

Essi si sentono poco valutati, in breve tempo pensano di essere sciocchi o di non valere nulla.

GRANATO O DIASPRO ROSSO: stimola la volontà' e l'intensità' nell'azione.

AMETISTA: stimola il desiderio di realizzazione, aumenta l'intuiti e i poteri ricettivi e introspettivi della mente e dello spirito.

SODALITE: favorisce l'indipendenza e l'originalità di pensiero.

ZAFFIRO: stimola il senso di responsabilità verso se stessi e le motivazioni per raggiungere un obiettivo.

RODONITE: aiuta nell'azione durante i processi di rinnovamento.

CALCEDONIO O CRISTALLO DI ROCCA: stimola la chiarezza nei confronti del futuro.

CORALLO MACCHIATO BIANCO E ROSA O QUARZO ROSA: libera dall'invidia, dalla gelosia, dall'avidità e favorisce la dolcezza d'animo e l'armonia.