

# Guide des minéraux au quotidien

par Franck - Min'EROS

Ce guide vous expliquera, très simplement, comment utiliser les minéraux pour vous aider à guérir et à aller mieux.

Ces conseils sont accessibles à tous (enfants et adultes).



## Où acheter une pierre ?

**Sur les marchés ou en salon:** Depuis quelques années, les minéraux sont «à la mode». De plus en plus de personnes se mettent à vendre des pierres pour « gagner de l'argent » et non par passion. Ces vendeurs sont souvent peu compétents en propriétés énergétiques des pierres et Lithothérapie. Soyez vigilant et écoutez votre ressenti par rapport au stand qui est devant vous. De plus, si les pierres sont très chères : fuyez !!! Ce n'est pas parce qu'une pierre est très chère qu'elle sera plus efficace, et inversement. Cependant, certaines pierres sont beaucoup plus chères que d'autres. N'hésitez pas à comparer les prix, d'un stand à l'autre.

**Sur internet:** C'est souvent moins cher qu'en boutique traditionnelle. Cependant, on ne peut pas toucher les pierres, ni les ressentir correctement. C'est plus difficile pour avoir un coup de cœur, même si cela reste possible. Assurez-vous que la pierre présentée sur la photo soit bien celle que vous recevrez (ce n'est pas toujours le cas). Pour trouver un site auquel vous aurez entièrement confiance, n'hésitez pas à vous renseigner auprès d'amis, par exemple.

**En boutique:** Choisissez la boutique avec laquelle vous êtes le plus en accord. Ce qui compte, c'est votre confiance envers le(la) vendeur(se) et aux conseils donnés, qui peuvent parfois varier d'une boutique à l'autre.

## Comment choisir une pierre ?

**Il y a plusieurs façons:** (*Utilisez celle qui vous correspond le mieux*)

- **Au ressenti / Au coup de cœur:** Lorsque vous vous promenez sur un salon, une bourse aux minéraux ou dans une boutique, il y a une ou des pierres qui vous attirent plus que d'autres. C'est, souvent, la ou les pierres dont vous avez besoin, en ce moment, pour vous aider à avancer sur votre chemin ou pour passer un cap difficile. Certaines personnes disent: "Je veux celle là!" Sans même avoir vu les autres pierres ou presque. Ces personnes ont écouté leur instinct, leur ressenti. Elles ont écouté la pierre qui les a « appelée ».
- **Avec le Pendule / en Kinésiologie et autres méthodes:** Vous pouvez vous aider d'outils que vous avez l'habitude d'utiliser et avec lesquels vous êtes à l'aise.
- **Choisir une pierre pour quelqu'un:** Exercice souvent difficile. Vous pouvez penser à la personne, ressentir et vous laissez attirer par la pierre qui conviendra le mieux pour elle. Pour cela, demandez de l'aide à l'esprit des minéraux. Si vous connaissez les goûts de la personne, c'est plus facile. Essayez de vous renseigner à l'avance. Par exemple, savoir si elle possède déjà des minéraux ou non. Si elle est ouverte et prête à essayer ou pas. Il est déconseillé de choisir et d'offrir une pierre à une personne qui ne l'utilisera jamais ou qui ne veut pas en entendre parler. Cela ne servira à rien. **La pierre a besoin d'amour** pour aider et apporter l'énergie ressource dont a besoin la personne. Par expérience, il ne faut pas aider une personne qui ne le souhaite pas. De plus, utiliser une pierre sur quelqu'un sans qu'il soit averti est de l'ingérence (« sauveur »), et cela pourrait se retourner contre vous. Cependant, n'hésitez pas à demander conseil à un (une) professionnel(le), qui vous orientera dans votre choix.

Si vous hésitez entre plusieurs pierres, mais que vous ne pouvez pas toutes les acheter, revenez à votre premier choix, c'est souvent le bon. La première pierre vue a été **choisie avec le cœur**, alors que les suivantes ont été choisies avec la tête, le mental. Pour les mêmes raisons, je vous déconseille de choisir une pierre par rapport à ce qui est écrit dans un livre (ex: se promener avec un livre ouvert dans une boutique ou sur un salon). Sauf si vous souhaitez une pierre qui aide à guérir une maladie ou un problème en particulier. N'hésitez pas à demander conseil à un(une) vendeur(se) et/ou un(une) thérapeute.

Plus une pierre est grosse, plus elle aura d'énergie. Cependant, tout le monde n'aura pas forcément besoin d'une grosse pierre. Pour certaine personne, avoir une grosse pierre, c'est trop d'énergie ; dans ce cas, une petite ou moyenne pierre suffit. C'est pour cela qu'il est important que se soit vous et vous seul, qui choisissiez vos pierres, comme vous le ressentez.

## Comment nettoyer et purifier une pierre ?

Premièrement, il faut bien faire la différence entre « nettoyer », « purifier » et « recharger ».

**Nettoyer/purifier:** c'est enlever les énergies « usées » que la pierre aurait absorbées et qui ne nous correspondent plus: énergies négatives (souffrances). **C'est le plus important à faire.**

**Recharger:** c'est redonner de l'énergie à une pierre qui en manquerait. **A faire, que si vraiment vous le ressentez.**

Il y a plusieurs façons de nettoyer une pierre. Dans certains livres, le processus expliqué est complexe et contraignant. **Il faut toujours faire simple. Si on est dans l'effort : on est dans l'erreur !**

La méthode que je préfère et que j'utilise est la suivante:

Vous venez d'acheter une pierre, bien entendu, elle est chargée d'énergies, dont certaines ne vous correspondent pas forcément. *Cela ne veut pas dire que les énergies sont négatives, mais juste qu'elles ne sont pas en correspondance avec vous.* Vous arrivez chez vous, vous prenez le temps de vous poser (comme si vous étiez en méditation) pour faire un petit rituel de connexion avec la pierre. Vous vous présentez à elle et vous remerciez toutes les personnes qui ont contribué à ce qu'elle soit avec vous aujourd'hui, car **vous êtes son nouveau gardien.** (ou sa nouvelle gardienne) *Vous pouvez allumer une bougie au début du rituel.*

Ensuite vous imaginez/visualisez que toutes les "mauvaises" énergies qui se trouvent dans votre pierre sont aspirées : Soit au plus profond de la Terre, où elles sont brûlées ; soit envoyées au Ciel (par un vortex) où elle sont transformées en énergies positives. Une fois fait, vous remerciez la Terre Mère ou le Ciel Père. Puis, vous **envoyez plein d'amour, de votre cœur à la pierre** qui, en retour, vous apportera toutes **ses propriétés énergétiques.**

Vous pouvez faire le même processus, avec de **l'encens**, des **herbes de fumigation** (en passant la pierre dans la fumée), du **sel de l'Himalaya** (en contact indirect - voir photo ci-contre) ou de **l'eau** (éviter l'eau stagnante, c'est mieux si elle coule). Les pierres adorent être purifiées dans l'eau d'un ruisseau ou d'une source. (*Attention aux pierres qui ne supporte pas d'être dans l'eau trop longtemps - voir sur le site*)

A chaque fois, que vous faites une purification, faites-le **EN CONSCIENCE** en demandant l'aide du (ou des) esprit (s) allié(s) : eau, encens, herbes, sel, etc... Et, en visualisant les « mauvaises » énergies partir, comme des points noirs. A la fin de votre purification, n'oubliez pas de remercier tous les esprits alliés.

Sachez que tout est énergie. Si vous laissez la pierre dans un tiroir ou un placard, elle ne vous apportera rien du tout. Par contre avec un peu, ou beaucoup d'amour, elle vous apportera tout, ou presque! Rappelez-vous qu'**une pierre est vivante**, et qu'il faut la voir comme si c'était un animal de compagnie et s'en occuper comme tel. Un simple regard en passant devant une pierre peut suffire à **lui donner de l'amour.** Petit geste tout simple: Faire un bisou à la pierre est aussi une belle preuve d'amour et un beau symbole.



## Quel type d'encens utiliser?

Celui que vous souhaitez. Tous les encens sont purificateurs. Ce qui purifie c'est la fumée, alors il faut que cet encens fasse un maximum de fumée. Pour purifier une pierre, il faut la passer dans la fumée. Plus il y a de fumée, mieux c'est. Les bâtonnets d'encens classiques ne sont pas suffisant pour purifier, il vaut mieux utiliser un cône, un stick ou du bois de Palo Santo. Parmi les plus efficace: le bâton tressé de Sauge blanche (ou autres herbes), ainsi que les résines d'encens sur du charbon. Ce qui compte aussi, c'est que vous aimiez l'odeur, car si vous n'aimez pas l'odeur, vous allez faire votre purification avec une intention négative.



## Comment recharger une pierre ?

Par expérience, je peux dire qu'il n'y a pas forcément besoin de recharger une pierre si on lui donne suffisamment d'amour et de respect! Cependant, si on le souhaite (ou le ressent), on peut la recharger de plusieurs façons:

- Au Soleil (*énergie Yang et Masculine*)
- A la Lune (*énergie Yin et Féminine*)
- Sur une Géode de Cristal de roche (*énergie assez neutre, et plus Yang que Yin*)
- Sur une Géode d'Améthyste (*énergie assez spirituelle, et plus Yin que Yang*)
- Sur un symbole ésotérique (*Fleur de vie, Pentacle, coquille Saint Jacques....*)
- Sur ou dans la Terre (*afin de la reconnecter avec les énergies telluriques de son origine*)

Toujours faire le rechargement **en conscience**, en visualisant, par exemple, les rayons du soleil arriver sur la pierre pour la recharger, et en remerciant l'esprit du soleil. Idem pour la Lune. Si vous le faites en conscience, vous n'avez pas forcément besoin de laisser les pierres toute la nuit dehors. Les rayons de la Lune et du Soleil peuvent passer à travers la fenêtre (ou les murs) si vous visualisez bien. **Rechargement au Soleil:** Attention à la différence importante de température (en été notamment) et à l'effet loupe du Cristal de roche (risque d'incendie).

**PS:** Pour gagner du temps, vous pouvez regrouper vos pierres pour les nettoyer ou les recharger en même temps.

**ATTENTION:** Certaines pierres ne supportent pas l'eau ou le soleil! (*Voir page «Guide des Minéraux au quotidien» sur le site*)



## Comment utiliser une pierre ?

Une pierre c'est comme un doudou pour un enfant. Il faut lui parler, l'aimer et en prendre soin afin qu'elle nous apporte le maximum d'elle-même.

- Si vous possédez **une pierre roulée**, vous pouvez la porter dans la poche, la mettre dans un **sac médecine** ; sous l'oreiller la nuit, ou sur la table de nuit (si elle est proche). La pierre fera son « travail » pendant votre sommeil. Si vous êtes le gardien d'**un bijou** (pendentif, bracelet, bague, boucles d'oreilles), portez-le dès que vous le souhaitez, dans toutes les circonstances. Cependant, il vaut mieux **le poser pour dormir et éviter de prendre une douche avec**; afin de ne pas abîmer le bijou, ainsi que la chaîne ou le cordon qui le porte.

- Si c'est **une plus grosse pierre**, trop lourde pour pouvoir la porter, la meilleure utilisation qui se présente à vous est de mettre la pierre sur votre autel, que vous avez confectionné ou que vous allez confectionner dans une partie de votre habitation. Vous pourrez méditer devant cet autel, qui vous apportera l'énergie de la pierre et même plus encore! (*Voir 2 exemples sur le site - dans «infos/Documentations»*) Vous pouvez aussi prendre la pierre dans vos mains et méditer avec pendant 10 à 20 min minimum.

Lorsque vous n'utilisez pas vos pierres roulées, vous pouvez créer une **fontaine à énergies** et les disposer dedans. Un bel objet de décoration et de diffusion de l'énergie dans toute une pièce.... (*voir feuille jointe*)

Que se soit une pierre roulée, un pendentif ou une grosse pierre brute (ou polie), il faut avant tout écouter la pierre et ressentir si vous devez l'utiliser tout le temps, ou seulement le jour ou la nuit. Il est possible que vous l'utilisiez pendant deux semaines et qu'après vous n'en ayez plus besoin pendant des mois. Pendant ce temps, elle pourra prendre place sur votre autel.

Mettre les pierres en contact avec votre peau est bien, même si ce n'est pas une obligation, car les énergies se diffusent partout. Cependant, des échanges chimiques se produisent entre les pierres et vous, permettant aux éléments chimiques des pierres (énergies) de se diffuser dans votre corps. Vous pouvez **favoriser ces échanges chimiques**, en vous massant avec elles.

Si vous portez une pierre la journée, je vous conseille de la poser pour la nuit. Et inversement, si vous l'utilisez la nuit, ne la portez pas la journée. Sauf sur une courte période : 3 jours par exemple. Pourquoi?

- Afin de ne pas devenir dépendant de l'énergie de la pierre.
- Afin que la pierre et notre corps puisse se reposer et intégrer les énergies transmutes.

Il n'y a pas de règles, cela dépend à quelle vitesse vous avancez sur **votre chemin de développement personnel**.

## Même énergie si la pierre est Brute ou Polie/Taillée ?

Une pierre brute a une meilleure énergie qu'une pierre polie/taillée, puisqu'elle n'a pas été transformée par l'homme. Cependant, une pierre polie/taillée peut avoir une très bonne énergie si la personne qui l'a taillée y a mis une bonne intention et de l'amour dans son travail.

Que vous aillez une pierre brute ou polie/taillée, ce qui compte avant tout c'est de lui donner beaucoup d'**amour** afin qu'elle puisse rayonner et vous apporter le meilleur d'elle même.

Cependant, les formes des pierres taillées ont aussi leur importance (*voir « les pierres et leurs formes » sur le site*).

## Prêter ou donner une pierre ?

Une pierre peut être prêtée si on le souhaite, mais **en conscience**. Pendant un moment seulement et très occasionnellement. Lorsqu'on ressent que l'on n'a plus besoin d'une pierre et qu'on souhaite s'en séparer, on peut la donner, la transmettre à quelqu'un, mais toujours **en conscience**, en faisant un petit rituel. On peut également redonner une pierre à la terre, ou la déposer dans une plante.



## Pierre qui se casse ou que l'on perd !

Lorsqu'une pierre se casse, c'est qu'il y a une raison. Ce n'est pas un « **hasard** ». Les raisons peuvent être: pierre trop grosse (trop d'énergies), pierre trop chargée en énergie (besoin d'une purification), pierre non aimée, ou d'autres raisons propres à vous et votre cheminement.

Vous pouvez recoller une pierre si vous le souhaitez, mais toujours en conscience, en lui demandant pardon et en lui apportant de l'amour. Ainsi elle continuera toujours à vous apporter son aide, son énergie de guérison.

Lorsqu'on perd une pierre, la plupart du temps c'est que l'on en a plus besoin. Cependant, il peut y avoir d'autres raisons. Ne cherchez pas à savoir toujours pourquoi! Acceptez ce qui est, avant tout!

## Associer les pierres entre elles ?

Vous pouvez associer toutes les pierres entre elles. *Ecoutez-vous et ne faites pas en fonction de tout ce qui se dit, mais en fonction de ce qui vous semble juste pour vous.* Cependant, vous pouvez associer le **Cristal de Roche** à ces deux pierres. Bien sur, il a des associations que l'on va éviter pour de simples raisons logiques. Par exemple, une pierre très Yang avec une pierre très Yin. Energies opposées qui s'annulent. Pour équilibrer son Yin et son Yang, il y a des pierres faites pour cela (Quartz Tourmaline, Moquis, Obsidienne mouchetée...).



## Exemple d'un rituel avec les minéraux.

Vous vous posez, comme pour une méditation, avec votre ou vos pierres. Vous pouvez allumer une bougie, un encens et mettre un peu de musique relaxante. Vous êtes installé confortablement, centré, dans l'instant présent et relié à vos minéraux. Vous appelez **l'esprit des minéraux**, la Terre Mère, et les esprits alliés avec lesquels vous souhaitez « travailler ». Vous faites votre rituel, concentré, **en conscience** (du début à la fin) en jouant avec les minéraux et les esprits appelés. Par exemple: pour accueillir une nouvelle pierre: après l'avoir purifier en conscience et visualiser les « mauvaises » énergies en sortir ; vous prenez la pierre dans vos mains, fermez les yeux, remerciez toutes les personnes qui ont contribué à ce que la pierre soit arrivée jusqu'à vous. Puis, vous lui demandez de vous aider pour tel ou tel problème. Vous envoyez plein d'amour et de respect à la pierre. *Vous pouvez lui donner un petit nom, si vous le souhaitez ou ressentez.* Puis, à la fin, n'oubliez pas de remercier tout le monde (*ex: Merci, Amour, paix et compassion*). Vous pouvez également invoquer les esprits suivants: les 4 éléments, les 4 règnes, les 4 directions, la Terre Mère, le Ciel Père, **votre âme**, le soleil, la lune, les planètes, un dieu, un ange, un animal totem, etc... selon le thème du rituel pratiqué.



Cet exemple est applicable pour: bain, élixir, accueil d'une nouvelle pierre, purification, rechargement, etc...

## Rappel important !

Une pierre aide à .... « guérir ». Elle ne fait pas tout le « boulot » à votre place. Ce n'est pas parce que vous allez porter une pierre sur vous, que tout va changer du jour au lendemain. Il faut vous investir, « travailler » sur vous, vous dépasser, pour dépasser vos peurs et vos souffrances. Les pierres sont là pour vous apporter l'énergie ressource dont vous avez besoin pour changer et donc « guérir ».

Faites le maximum de vos gestes et rituels **en conscience**, en remerciant les pierres et les esprits, même si vous n'avez ressenti aucun effet.

Dans le chamanisme, la spiritualité : **La première règle et la seule règle, c'est qu'il n'y a pas de règles !**

Faites les choses comme vous le ressentez, comme vous en avez envie. Vous allez lire, sur internet ou dans des livres, des choses qui peuvent être contradictoires. Entendez, mais n'écoutez pas ce qu'on vous dit: expérimentez ! Vous êtes votre propre maître, alors **écoutez-vous**. Faites les choses avec lesquelles vous êtes en accord ; Que vous pensez être bien pour vous, en votre âme et conscience, et pas parce que untel ou untel vous l'a dit. Ce n'est pas parce qu'une personne dit quelque chose que c'est forcément bien! Ce n'est pas forcément mal non plus. Nous sommes **tous uniques, tous différents**, on n'a donc pas tous besoin d'un même outil ou d'une même méthode. Ce n'est pas parce qu'un outil a fonctionné pour une personne qu'il fonctionnera pour une autre, même si elles ont le même problème ou la même maladie. Il ne faut pas forcer les portes : Les verrous sautent lorsqu'ils sont prêts. Écoutez votre cœur, votre âme, votre maître intérieur.... et ainsi vous ne vous perdrez plus dans l'énergie des autres.

Site: <http://mineros.cristal.free.fr>



Minéraux et Esotérisme by Min'EROS



Mineros boutique



Boutique Minéraux et Esotérisme

**Prix du guide**: 1€ TTC (pour sa version imprimée)

Gratuit (en téléchargeant le pdf sur le site)

# Exemples d'utilisations des minéraux au quotidien !

- **Avec la Fontaine à énergies:**

Une Fontaine à énergies, c'est un ensemble de minéraux disposés dans une coupelle, qui vous permet de présenter et disposer les pierres que vous possédez. C'est une façon d'utiliser les minéraux et leurs propriétés énergétiques, quand vous ne les portez pas sur vous. Dans la coupelle, disposez au grès de vos envies vos minéraux préférés. Leurs énergies vont se mélanger et se diffuser dans toute la pièce. Si vous souhaitez amplifier les énergies des minéraux de votre fontaine, disposez une pointe de **Cristal de Roche** au centre de la coupelle.

Votre fontaine peut trouver sa place sur votre autel, dans la pièce principale de votre habitation ou dans votre chambre. Vous pouvez disposer plusieurs fontaines dans votre logement, dans différentes pièces.

Vous pouvez créer votre fontaine vous-même. *Des coupelles, du sable et des minéraux sont disponibles à la Boutique pour vous aider dans **vos créations personnelles**.*

*PS: La fontaine à énergies n'utilise pas d'eau pour fonctionner, et rayonner son énergie.*



- **Avec l'Autel:**

L'Autel est un lieu à privilégier dans une habitation. C'est un endroit que vous aurez choisi, souvent instinctivement, pour y mettre tout ce que vous aimez: des objets, souvent banals, qui ont une grande importance pour vous. L'autel peut être composé d'un totem, d'un bouddha, d'un christ, d'un ange, de minéraux, de cailloux ramassés en vous promenant, d'animaux totems, de plantes, de photos, etc... **Il n'y a pas de limites**, sauf celles que vous vous imposerez. Un espace sera aussi réservé pour une bougie et un encens, qui vous serviront et vous aideront à communiquer avec les énergies supérieures et divines: guides et esprits alliés. Ces objets vont vous apporter toute l'énergie ressource dont vous avez besoin au quotidien. C'est devant cet autel que vous pourrez prier, méditer ou tout simplement faire des demandes à divers Dieux, Divinités, à la vie, à vos guides... Ce petit **lieu sacré, et personnel**, vous aidera dans les moments difficiles et vous accompagnera sur votre chemin d'évolution. L'autel sera en perpétuelle évolution en fonction de vous et de votre cheminement personnel....

N'hésitez pas à me poser des questions si vous voulez de plus amples informations.

*(Deux exemples d'autel sont disponibles sur le site - dans «infos/documentations»)*



- **Avec l'Eau:**

**Dans un pichet ou une bouteille d'eau** déposer de la Shungite brute permettra de purifier l'eau et vous par la même occasion. Vous pouvez ajouter un Cristal de Roche, une Améthyste ou un quartz rose, selon vos envies.

**Dans le bain**, pour vous purifier, vous pouvez mettre les pierres que vous souhaitez à l'intérieur d'un verre, disposé au fond de votre bain (attention aux pierres qui n'aiment pas l'eau!). Vous pouvez aussi mettre du sel de l'Himalaya dans votre eau du bain, pour une meilleure purification. Le Sel de l'Himalaya va vous aider à transmuter vos peurs. Vous pouvez aussi ajouter des Huiles Essentielles (à diluer dans une lotion ou un gel douche), des Fleurs de Bach et des herbes, dans l'eau de votre bain.

**Faites votre propre eau de gemmes:** Il y a plusieurs façon de procéder. Soit vous mettez votre pierre dans un verre d'eau (ou une petite bouteille) toute la nuit et vous buvez l'eau de gemme le matin ou dans la journée (pour une bouteille). Soit vous laissez reposer la pierre dans le verre d'eau la journée et vous buvez l'eau le soir avant de vous coucher. L'énergie de l'eau de gemme sera un peu différente: Yang pour la journée et Yin pour la nuit. Attention, aux quelques pierres qui sont composées d'éléments chimiques toxiques (en faible quantité) et à celles qui ne supportent pas l'eau! Pour ces dernières, vous pouvez les mettre à côté du verre d'eau ou par contact indirect, comme la purification des pierres avec le sel de l'Himalaya. Vous pouvez également mettre votre eau de gemme dans un flacon avec spray et **le pulvériser dans une pièce** pour l'harmoniser et la purifier, par exemple. Si vous voulez conserver plus d'une journée votre eau de gemme, ajoutez-y un peu d'alcool : Quelques gouttes de Whisky ou de Cognac.



**Eau de gemmes** (élixir sans alcool qui ne se conserve pas dans le temps).

**Elixir** (élixir de minéraux avec alcool qui se conserve dans le temps).

- **Avec les Chakras:**

Vous pouvez utiliser les pierres pour dynamiser, harmoniser et développer l'énergie de vos chakras. Pour cela, il suffit de vous allonger, comme en méditation, et de poser (sur vous) les pierres sur le ou les chakras que vous souhaitez développer. **Demander à la pierre et à vos guides, d'harmoniser votre ou vos chakras** et visualiser ce qu'il se passe.... N'oubliez pas de remercier les pierres et leurs énergies à la fin. *Des «sachets chakras» sont disponibles à la boutique.*



- **Avec les Plantes:**

- Vous pouvez mettre des minéraux dans les plantes. La **Tourmaline Noire et Verte**, l'**Agate Mousse** et le **Cristal de roche** sont de bonnes pierres pour aider vos plantes dans leur développement. Vous pouvez aussi y déposer les pierres que vous avez cassés ou que vous n'utilisez plus (ex: la **Shungite** que vous enlevez de votre pichet d'eau après 3 à 4 mois d'utilisation). Vous pouvez disposer des pierres dans un arrosoir pour purifier l'eau d'arrosage des plantes. Vous pouvez également pulvériser vos plantes avec un élixir (ou eau de gemme) que vous aurez fait vous-même. N'oubliez pas que l'état de vos plantes est en lien avec vous!

- Prolonger la vie des fleurs coupées dans un vase, grâce au **Cristal de Roche**....Idem pour conserver la fraîcheur des fruits et des légumes.

- **Avec la Maison:**

- Les gros blocs de pierres ou la forme de Pyramide, ainsi que la sphère sont parfaits pour diffuser leur énergie dans toute votre habitation.

- Pour de l'amour et de la douceur dans la maison: pulvériser un **élixir de Quartz rose**.

- Pour une atmosphère festive lors d'un dîner, penser au **Jaspe rouge** ou la **Calcite Orange**.

- Pour une bonne structure et une bonne organisation au travail, mettre une **Pyrite de Fer** sur son bureau, de la **Fluorite** pour rester concentré et de la **Citrine** pour clarifier le mental.

- Pour vous protéger (atténuer) des ondes électromagnétiques, disposez de la **Tourmaline noire** ou la **Shungite** proche de vos appareils électriques (box, ordinateur, radio réveil, etc...).

- Vous pouvez utiliser vos minéraux pour faire une déco de table (centre de table) lors d'un dîner entre amis (ou en famille).

- Protéger son habitation (intérieur et extérieur) avec de la **Tourmaline noire**, de la **Shungite** et du **Cristal de roche** pour redonner de l'énergie à votre habitation ; en les disposant aux 4 coins du terrain et aux 4 coins des pièces de la maison.



- **Avec Vous:**

- **Créer un Mandala de Minéraux**, en rituel, pour guérir une partie de vous en souffrance, ou pour harmoniser une pièce. Dans la même idée, vous pouvez aussi créer un **tableau minéral**, en collant de petites pierres roulées sur une toile.

- Pour les créations artistiques, le **Lapis Lazuli** et la **Pierre de Lune « arc en ciel »/Labradorite blanche** sont idéales pour décupler votre créativité.

- Utilisez le **Lapis Lazuli** ou l'**Azurite** lorsque vous tirez les cartes, il vous aidera dans votre intuition.

- Utilisez **Aigue Marine**, une **Turquoise**, une **Calcédoine** ou une **Célestine** si vous devez vous exprimer devant un public.

- Posez un **Cristal de Roche** sur un papier contenant les intentions de vos objectifs, pour leur donner de la force (rituel à disposer sur votre autel).

- Accompagnez vos règles douloureuses avec la **Pierre de lune naturelle**, la **Malachite**, la **Cornaline** ou l'**hélotrope**. Idem pour la grossesse.

- Pour rester vigilant en voiture et attentif à un examen : **la Fluorite**.

- Contre le stress: l'**Améthyste**, le **Quartz Rose**.

- Pour bien dormir: la **Magnésite**, l'**Améthyste**, la **Lépidolite** le **Quartz Rose** (pour les enfants aussi), la **Sodalite**, le **Jade blanc** ou l'**Opale blanche** (pour calmer le mental) ; Ainsi que des pierres d'ancrage, comme la **Tourmaline noire** pour évacuer le trop plein d'énergies et d'activité mentale par vos racines.

- Le **Quartz rose** pour un sommeil calme de votre bébé et l'**Ambre** pour ses douleurs dentaires.

- Dynamisez votre passion avec le **Grenat** ou le **Rubis**.

- Pour vous donner de la force d'action: **Œil de Tigre**, **Œil de Taureau**, **Œil de Fer**, **Hématite**, **Jaspe rouge**.

- Favorisez l'estime de soi, la confiance en soi avec de la **Citrine naturelle**, de la **Cornaline** et de la **Pierre de Soleil**.

- Pour vous protéger des énergies « néfastes » (médisances, jalousies) des autres personnes (de votre entourage), portez une **Labradorite** (bien pour les thérapeutes et les personnes souvent au contact avec du public).

- Pour lâcher-prise, portez du **Larimar**. Associé à du **Quartz Rose**, il vous détendra encore plus!

- Pour vous libérer d'émotions, de sentiments, de blessures bloquées ou refoulées, liées à votre enfance, utilisez une **Tourmaline Verte et/ou Rose** qui seront plus « fortes » que le **Quartz Rose** (plus doux).

**Min'EROS, Boutique de Minéraux et d'Esotérisme animée par Franck**

**Site: [mineros.cristal.free.fr](http://mineros.cristal.free.fr)      Tel: 06 20 42 36 70**

**138 rue de la levée 01750 St Laurent sur Saône (à côté de Mâcon - 71)**