

Cuprins

SĂ DESCOPERIM MISTERELE LITOTERAPIEI 9

Ce este litoterapia?	9
Cum se realizează litoterapia?	10
Cristalele și cromoterapia	11
Cristalele și medicina tradițională chineză	14

SFATURI PRACTICE 15

Să ne alegem în mod adecvat pietrele	15
Purificarea și încărcarea pietrelor	15
Elixirele de cristale	16
Cum să ne preparăm propria apă de cristal	17
Fabricarea propriului elixir de cristal	18
Fabricarea propriului ulei de cristal	18
Manual de utilizare	18
Centrii subtile de forță (chakra-ele) ai ființei umane	19
Cum alegem pietrele?	20
Bebelușii și copiii foarte mici	20

CARTEA MINERALELOR, PIETRELOR SEMPREȚIOASE, PREȚIOASE ȘI A CRISTALELOR 21

Acvamarin	22	Celestină (celestit)	48
Agat	24	Citrin	50
Amazonit	26	Cornalină (carneol)	52
Ambră (Chihlimbar)	28	Crisocola	54
Ametist	30	Crisopraz	56
Apatit	32	Cuarț roz	58
Apofilit	34	Diamant	60
Aventurin	36	Diopsid	62
Azurit	38	Dolomit	64
Baritină (barit)	40	Epidot unakit	66
Calcedonie albastră	42	Fluorină (fluorit)	68
Calcit	44	Galenă	70
Calcopirită	46	Granat	72

Hematit	74	Peridot (olivină)	94
Jad	76	Perla	96
Jasp roșu	78	Piatra lunii (adular)	98
Lapis lazuli	80	Rodocrozit	100
Lepidolit	82	Rubin	102
Magnetit	84	Safir	104
Magnezit	86	Smarald	106
Malachit	88	Topaz imperial	108
Ochi de tigru	90	Turcoaz	110
Opal de foc	92		

LITOTERAPIA: MISTERUL PIETREI VII 113

Originea unei științe ezoterice	113
Piatra în misterele lumii vechi	113
India și doctrina vibrației	114
Litoterapia în alchimie și Cabala	114
Taoismul și respirația pietrei	115
Pietrele și magia occidentală	115
Simbolism universal	116
Piatra și lumina* dumnezeiască, o metafizică a transparenței	116
Dimensiunea inițiatcă	116
Piatra ca memorie a luminii*	117

ALFABETUL PIETRELOR VII 117

AFECTIUNI CE POT FI AMELIORATE CU AJUTĂRUL CRISTALELOR 121

Arsuri (solare)	122	Creșterea dinților	131
Căderea părului	122	Dependența de zahăr	132
Circulație	123	Depresie	133
Cistită	125	Diaree	134
Concentrare	126	Digestie dificilă	136
Conjunctivită	127	Dislexie	138
Constipație	127	Durere* de cap	138
Copil coleric	129	Dureri abdominale	139
Crampe musculare	130	Dureri articulare	140

Dureri de dinți	142	Palpitații	168
Durere* de spate	142	Probleme de piele	170
Enurezie	144	Prurit	170
Febră	146	Răceală, sinuzită	172
Gât	147	Rău de transport	173
Greață	148	Reumatism	174
Greutate excesivă	149	Rinită alergică	175
Gripă	150	Rinofaringită	176
Hiperactivitate	151	Sângerări nazale	178
Hipertensiune	152	Sarcină	178
Hipotensiune	153	Somnambulism	180
Impetigo	154	Stres/anxietate	180
Imunitate*	155	Tăieturi	182
Insomnie	156	Timiditate	182
Încredere în sine*	157	Tiroidă	183
Înțepături de insecte	159	Trac	184
Mătreață	160	Tulburări hepatice	185
Memorie	160	Tuse	186
Menopauză	161	Unghii casante	188
Menstruație dureroasă	162	Urticarie	189
Menstruație neregulată	163	Vaccinare	190
Oboseală cronică	164	Varicelă	191
Oreion	165	Vedere	193
Osteoporoză	166	Vertij	194
Otită	167	Verucă	195

ANEXĂ: CE PIETRE FOLOSIM?	197
----------------------------------	------------

INDEX	201
--------------	------------

GLOSAR DE TERMENI	203
--------------------------	------------

CATALOGUL MINERALELOR, PIETRELOR SEMPREȚIOASE, PREȚIOASE ȘI AL CRISTALELOR	259
---	------------



Să descoperim misterele litoterapiei

Utilizarea cristalelor dar și a anumitor pietre semi-prețioase pentru a ne trata și pentru a ne proteja nu este nicidecum o practică desprinsă dintr-o imaginație excesivă. Dimpotrivă, ea constituie o terapie străveche.



Strămoșii noștri considerau că anumite pietre aveau proprietăți magice și tocmai de aceea obișnuiau să le folosească sub formă de talismane.

În Evul Mediu, pietrele erau chiar măcinate fin, sub formă de pudră, fiind utilizate apoi pentru crearea unor elixire terapeutice. Cei înstăriți își păstrau alimentele și băuturile în recipiente din pietre prețioase pentru a le energiza.

În secolul al XII-lea, în Germania, călugărița Hildegarde von Bingen¹ le recomanda bolnavilor să bea apă de cristale, aceasta fiind preparată prin introducerea în apă a uneia sau a mai multor pietre anume alese ce fuseseră expuse în prealabil luminii soarelui sau a lunii. Chiar și în prezent, cristalele fac parte din arsenalul terapeutic al medicinei tradiționale chineze, indiene și tibetane.

Ce este litoterapia?

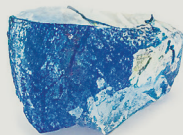
Termenul litoterapie provine din cuvintele grecești *lithos*, care înseamnă piatră, și *therapeia*, care înseamnă terapie. Prin urmare, litoterapia este știința care utilizează proprietățile tainice ale pietrelor și ale cristalelor în țeluri terapeutice. Pietrele acționează atât asupra trupului, cât și asupra sferei psihice a ființei umane prin reechilibrarea funcțiilor organismului. Astfel, prin litoterapie nu se urmărește eliminarea exclusivă a unui simptom, așa cum ne-a obișnuit medicina alopată, ci armonizarea întregului organism datorită multiplelor efecte energetice sinergice pe care anumite pietre le exercită în mod specific. Prin urmare, ea poate fi considerată o terapie energetică holistică ce favorizează procesele de autovindecare.

La fel ca multe alte terapii energetice neconvenționale, litoterapia se lovește de scepticismul stabilimentului științific actual, ce continuă să se limiteze cu îndărătnicie la dimensiunile lumii materiale. Este adevărat că nu există încă studii științifice care să-i demonstreze eficacitatea și că modul ei de a acționa continuă să rămână o taină pentru oamenii obișnuiți, însă există în schimb numeroase mărturii ale ființelor umane care au recurs la ea și care au obținut rezultate excelente. În țări precum Elveția și Germania, litoterapia este din ce în ce mai utilizată de terapeuții autentici, ce nu se conformează liniei trasate de știința contemporană, ea completând în mod armonios tratamentele convenționale.

¹ Călugăriță, medic, clarvăzătoare și vindecătoare din Evul Mediu (1098-1179), autoarea mai multor lucrări de teologie și medicină (*Physica, Causae et Curae, Cartea operelor divine* etc.)



Sahasrara* padma
Ametist



Ajna - **Lapis lazuli**



Vishuddha - **Agat dantelat albastru**



Anahata - **Malachit**



Manipura - **Citrin**



Svadhisthana - **Cornalin**



Muladhara* - **Iaspis roșu**

Dacă este dificil să demonstrăm dintr-o perspectivă științifică modul de acțiune al cristalelor, aceasta se datorează exclusiv faptului că ele acționează în principal la nivelul învelișului vital-energetic (în limba sanscrită *pranamaya kosha*). Se știe astăzi, în special datorită medicinei tradiționale chineze, că organismul nostru captează și vehiculează numeroase fluxuri de energie subtilă din Macrocosmos. Energia circulă în universul lăuntric al ființei umane prin anumite canale subtile, numite meridiene*, ce sunt invizibile ochiului uman obișnuit.

Tradiția spirituală hindusă vorbește despre existența în universul lăuntric al ființei umane a șapte centri subtili de forță* (în limba sanscrită *chakra*). Gradul lor de trezire și de dinamizare diferă însă foarte mult de la o ființă la alta. Cunoașterea centrilor subtili de forță* este un secret fundamental al practicii yoga. Această structură energetică tainică face ca fiecare ființă umană să dispună de capacitatea, mai mult sau mai puțin latentă, de a intra în rezonanță cu energiile benefice din Macrocosmos. Energiile sunt structurate pe șapte nivele tainice de vibrație, și fiecare centru subtil de forță* (*chakra*) ne pune în legătură cu unul dintre ele.

Atunci când menținem o lungă perioadă de timp* anumite atitudini dizarmonioase, funcționarea centrilor subtili de forță* este perturbată, iar energia nu mai circulă în mod optim prin meridianele* energetice. Acest aspect duce în cele din urmă la apariția și la manifestarea unor tulburări la nivel fizic sau psihic. În acest caz, cristalele permit reechilibrarea câmpului energetic al ființei umane.

Cum se realizează litoterapia?

Cristalele pot fi utilizate în diverse moduri: fie prin dispunerea lor în contact direct cu pielea, fie prin masajul trupului cu uleiuri ce au fost încărcate în prealabil cu ajutorul unor cristale adecvate, fie prin administrarea atât pe cale orală, cât și extern a unor elixire corect elaborate etc. Ele acționează pe mai multe căi: atât chimic, cât și energetic și electromagnetic.

În primul rând, este necesar să știm că pietrele semiprețioase și cristalele apar în urma procesului de