

# *Emozioni e Cristalli*

I cristalli, detti anche dai Nativi Americani, il Popolo delle Pietre, perché considerati esseri con una loro vita, storia, consapevolezza, sono degli aiutanti magici per portarci ad accedere al nostro corpo ed a quello che in esso si cela.

Ci sono diversi modi per lavorare coi cristalli.

- ❖ Se vuoi lavorare su una determinata emozione, per esempio rabbia o tristezza, e hai già dei cristalli a casa, scegline uno; di solito la scelta è intuitiva. Può essere un cristallo che davvero ti chiama, o anche uno che davvero non ti piace ma senti che ha qualcosa da offrirti. Quello è il cristallo giusto. Se non hai cristalli a casa puoi fare una ricerca affidandoti a siti/libri. Una volta scelto il cristallo, lo puoi tenere nella tua borsa, mettere sotto il cuscino quando dormi, tenerlo un po' in mano. Lui lavora con te e le tue energie.
- ❖ Un altro modo è quello di programmare un cristallo, (di solito il quarzo bianco), cioè chiedergli aiuto per quella determinata emozione/situazione. Per programmare un cristallo ci vogliono una decina di giorni: si tiene il cristallo in mano per qualche minuto ogni giorno chiedendogli di aiutarci per quella determinata emozione/sensazione. Una volta programmato, di nuovo, possiamo tenerlo con noi o sotto il cuscino o meditarci insieme.



Ci sono molte teorie che spiegano come i cristalli agiscono. Alcune si basano sulle loro proprietà chimico-fisiche, altre sulle proprietà elettrochimiche. Certo è che ogni cristallo ha la sua «vibrazione» e quindi va a lavorare sulle nostre energie per riportarle in uno stato di equilibrio.

I cristalli sono energia fortemente condensata, ed un'altra delle loro caratteristiche è quella di portarci «nel corpo», proprio perché sono materia essi stessi.

Infine, i cristalli si sono formati in seguito ad enormi processi di trasformazione, hanno subito un'evoluzione e trasformazione magica; ed io penso che portino con loro le loro storie.

Quando hai finito di lavorare con il tuo cristallo, lo puoi sciacquare sotto acqua fresca o tenerlo sotto la luna nelle notti di luna piena.