

MARTINE PELLOUX

CHAKRAS THÉRAPIE

AVEC LES PIERRES
GUIDE VISUEL

*Profitez des vertus
et bienfaits de 50 pierres*



*Décryptez les effets
de chaque pierre*

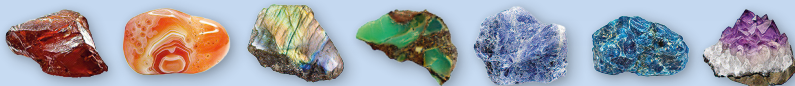
*Apaisez vos maux (stress,
anxiété, dépression...)*

LEDUC 

Les chakras sont des centres énergétiques indispensables à notre bien-être et à la bonne circulation de notre élan vital. Lorsqu'ils fonctionnent mal ou sont bloqués, nous risquons d'être confrontés à des problèmes physiques, émotionnels voire matériels ! Prendre soin de ses chakras au quotidien est donc essentiel. Dans cette quête, les bienfaits des pierres s'avèrent des alliés précieux !

- **Découvrez les caractéristiques de plus de 50 pierres :** provenances, formes, propriétés à bien connaître pour se familiariser avec la thérapie minérale
- **Appréciez les vertus thérapeutiques** de ces précieuses alliées de votre équilibre, à relier à l'énergie de vos chakras pour dénouer vos blocages.
- **Pratiquez de nombreux rituels avec les pierres pour trouver l'harmonie :** lesquelles privilégier, où les positionner, comment les nettoyer...

UN GUIDE POUR LIBÉRER VOTRE ÉNERGIE VITALE GRÂCE AUX PIERRES



17 euros
Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-2242-1



9 791028 522421

editionsleduc.com

LEDUC

Rayon : Ésotérisme

DE LA MÊME AUTEURE :

Pensées tristes, éditions Debresse, Paris, 1984.

Hymne à l'amour, collectif, éditions Droguet et Ardant, Limoges, 1985.

Bien-être par les pierres, Hachette Pratique, Paris, 2011.

Pierres de bien-être, Hachette Pratique, Paris, 2015.

Ces pierres qui nous font du bien, éditions Leduc, 2018.

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !
Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous choisissons nos imprimeurs avec la plus grande attention pour que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement, et qu'ils parcourent le moins de kilomètres possible avant d'arriver dans vos mains ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Ont participé à l'édition de ce livre : Marie-Pierre Bécas Garro,
Delphine Kopff-Hausser, Marie-France Minuit
Maquette : La Cédégraphe ; mise à jour : Jennifer Simboiselle
Design de couverture : Antartik
Illustration de couverture : Adobe Stock
Images : Fotolia, Laurence Dugas-Fermon pour les pages 8, 31
Daniela White Images pour la page 39

Cet ouvrage est une réédition
de *J'équilibre mes chakras avec les pierres* paru en 2019.

Une partie de cet ouvrage est reprise du titre
Ces pierres qui nous font du bien, paru en 2018.

© 2021 Leduc Éditions

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée- Buffon
75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-2242-1

Martine Pelloux

CHAKRAS THÉRAPIE

AVEC LES PIERRES
GUIDE VISUEL

Avvertissement

Les utilisations des pierres proposées dans cet ouvrage
ne se substituent en aucun cas à un traitement médical.

À ma fille, Lucille.

À mes parents.

— SOMMAIRE —

Introduction	7
À LA DÉCOUVERTE DES PIERRES	
Pierres fines, précieuses et ornementales	11
Qu'est-ce qu'une pierre et d'où vient-elle ?	12
De l'état naturel au travail du lapidaire : les différentes formes de pierres	14
Des alliées naturelles de notre bien-être	21
Une matière vivante aux vertus thérapeutiques	22
Les mystérieuses couleurs des pierres	26
Le rôle des couleurs sur les émotions	32
LES 7 CHAKRAS	
Les chakras, relais entre les couleurs et notre énergie	36
La danse de l'énergie, source de notre équilibre	38
L'alliance subtile des chakras et des pierres	40
Comment utiliser les pierres pour équilibrer les chakras	42
Le chakra racine	45
Le chakra sacré	55
Le chakra du plexus solaire	65
Le chakra du cœur	75
Le chakra de la gorge	85
Le chakra du troisième œil	95
Le chakra couronne	105
ÊTRE BIEN DANS SA TÊTE, C'EST AUSSI ÊTRE BIEN CHEZ SOI	
Quelle forme de pierre choisir ?	119
Où poser les pierres dans la maison ?	120
Quelle pierre offrir ?	122
Où acheter des pierres ?	123
L'origine des pierres par pays	124
Remerciements	127

— INTRODUCTION —

Je fais un métier passionnant, que j'aime en tout point. Il m'amène à vivre chaque jour entourée de minéraux irradiants de beauté, que j'expose avec soin dans mes magasins. Il m'amène à rencontrer des initiés, chercheurs de pierres de tous pays, qui m'enseignent leur savoir. Il m'a incitée à écrire quelques ouvrages pour transmettre le goût de ces merveilles minérales, et les connaissances qu'on peut avoir de leurs pouvoirs secrets (cf. bibliographie de l'auteur, p. 2).

Mais l'un des aspects les plus exaltants de mon activité, ce sont les voyages. L'Arizona, le Brésil, Hong-Kong... pour trouver les plus belles pierres, celles qui scintilleront à votre cou ou à vos doigts, ou près de votre lit, je vais partout dans le monde et parcours des milliers de kilomètres chaque année.

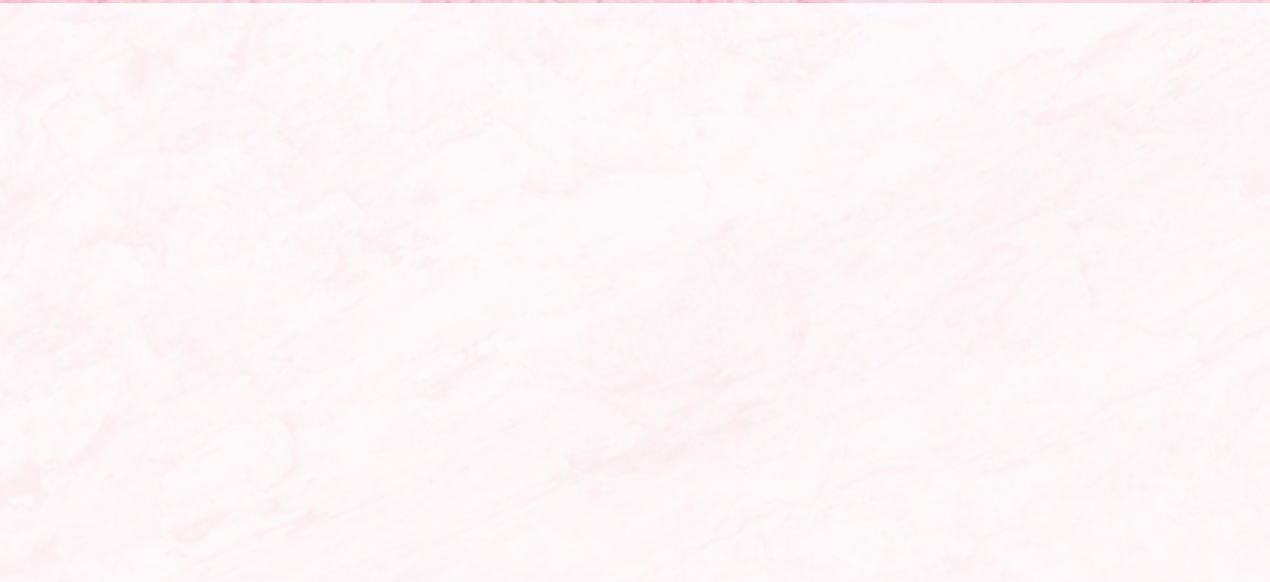
Une de mes destinations préférées est l'Inde. Depuis la nuit des temps, cette terre féconde en mythes, symboles et savoirs anciens regorge de pierres magnifiques. Dans la région du Rajasthan notamment, on trouve des sodalites d'un bleu perçant, des pierres de soleil scintillantes... et les Indiens, hommes comme femmes, se parent de mille bijoux pour rendre honneur à ces beautés naturelles, et profiter de leurs bienfaits en portant des bracelets, des colliers ou des boucles d'oreilles qui ont, selon eux, le pouvoir de les ré-énergétiser.

Car l'énergie vitale qui anime le cosmos, le mouvement des planètes ou des marées est aussi, selon la tradition hindouiste, un puissant moteur de notre organisme et de notre être profond. Vient-elle à manquer ou est-elle en surcharge, mal canalisée, que les problèmes physiques, émotionnels ou même financiers risquent de se manifester dans nos vies !

À travers un système holistique et raffiné, celui des chakras, sept centres régulateurs situés en nous à travers lesquels passe, s'affine et se recharge l'énergie vitale, l'Inde millénaire lègue au monde de précieuses connaissances.

Cette science des sept chakras, en lien avec les pierres qui leur correspondent, est l'objet de ce petit livre, que j'ai souhaité pratique. Il vous guidera pour identifier l'état de vos centres énergétiques et leur procurer, grâce à certains minéraux que vous apposerez sur chacun d'eux, la force ou l'apaisement dont ils ont besoin.

Belle découverte à vous !





À LA
DÉCOUVERTE
DES PIERRES



Pierres fines, précieuses et ornementales



*« Les étoiles sont dans le ciel
pour rappeler aux mortels l'objectif
vers lequel ils doivent tendre. »*

Proverbe chinois

Qu'est-ce qu'une pierre et d'où vient-elle ?

« L'âme du diamant est la lumière. »

Hildegarde de Bingen

Dans le langage populaire, le mot « pierre » désigne tous les éléments solides de l'écorce terrestre. Notre planète Terre possède une couche superficielle appelée croûte terrestre, qui est formée de roches, elles-mêmes composées de minéraux d'origine naturelle et solidifiés sous forme d'agrégats. Une roche est aussi appelée pierre, caillou ou rocher. En effet, en fonction du type de pierre et de son usage, le mot change selon les professionnels qui les utilisent. Par exemple, un ingénieur qualifie de « matériau » les pierres dont il fait paver les rues. En géologie, on parle de roches et de minéraux. Le joaillier, lui, évoque plutôt des pierres précieuses ou fines (renommées à ce jour « pierres gemmes »). Tout dépend aussi du type de minéraux qui composent chaque pierre.

Les minéraux sont des solides naturels homogènes, constitués par des atomes très bien ordonnés et caractérisés par une composition chimique précise. Sur la Terre, l'ensemble des minéraux forme d'ailleurs un règne, le règne minéral, au même titre que les règnes animal et végétal.

La croûte terrestre étant constituée à 95 % de minéraux formés à partir de silice, beaucoup de cristaux sont des silicates. De nombreuses variétés existent : silicates ferromagnésiens, aluminosilicates, silicates d'alumine. Depuis le XVIII^e siècle, les minéraux sont classés sur la base de leur composition chimique. On distingue ainsi les oxydes, les sulfates, les halogénures, les silicates, etc.



Quèsaco les minéraux ?

Il existe deux types de minéraux : ceux dont les atomes ont une **structure ordonnée** (ce sont les cristaux) et ceux dont les atomes ont une **structure désordonnée**, que l'on qualifie de minéraux amorphes. La plupart des minéraux sont des cristaux dont le plus connu est le quartz ou cristal de roche. Un cristal (du grec *krystallos* qui signifie « glace »), qui est la forme que prend un minéral quand il peut croître librement, est de forme géométrique strictement définie, caractérisé par une répartition régulière et un arrangement périodique des atomes qui le composent¹.

Les minéraux non cristallisés ont été qualifiés d'« **amorphes** » par les scientifiques car leurs atomes sont disposés sans ordre (du grec *amorphos* qui signifie « informe » donc « sans forme »).

1. Définition du *Dictionnaire Larousse*, édition 2012.

De l'état naturel au travail du lapidaire¹ : les différentes formes de pierres



Cristal de roche brut.

À l'état naturel

La pierre brute sous forme de morceaux

La pierre a simplement été nettoyée après son extraction de la terre. Les cristaux ne sont pas très visibles.

Le cristal isolé

Un cristal entier se termine souvent en pointe car, par manque de place à l'endroit où il s'est développé, il n'a pas pu terminer sa croissance. Certains minéraux ne

forment pas de pointe : c'est le cas, par exemple, de la pyrite de fer, du grenat ou des béryls qui présentent des terminaisons planes.

Les groupes de cristaux

Certains cristaux poussent à plusieurs. Leur nom dépend de leur forme :

- **géode** : groupe de cristaux qui ont poussé dans une cavité rocheuse ;
- **druse** : groupe de cristaux formant un amas.

1. Le lapidaire est la personne qui taille et façonne les pierres brutes.

Les pierres travaillées

Les pierres roulées

Ce sont les chutes des pierres travaillées en bijouterie : auparavant considérées comme des déchets, l'intérêt pour la litho-thérapie a permis de les valoriser. Une pierre roulée peut être portée dans la poche, dans un sac ou posée dans son environnement.

Les galets

Un galet est une pierre polie à la main, plus grosse qu'une pierre roulée et en forme de galet, bien sûr. Cette forme est idéale pour être posée directement sur le corps, c'est donc celle que nous vous recommandons pour travailler au niveau des centres énergétiques, les chakras.

Les prismes

Un prisme est une pierre en forme de cristaux, taillée directement dans de la pierre massive.

Les formes libres

C'est une pierre au contour de pierre brute d'origine, simplement polie. Sa vocation est d'être posée dans l'environnement.

Les pierres taillées

- **En cabochon** ou **en facettée** pour les bagues, pendentifs, boucles d'oreilles, bracelets, etc.
- **En boules** ou autres formes pour les colliers et bracelets.
- **En sphère, œuf, pyramide** ou **obélisque** à poser dans l'environnement.



Bracelet en cristal de roche.

Fines, précieuses ou ornementales ?

Il existe plusieurs types de pierres, en fonction de leur origine ou des minéraux dont elles sont composées. Nous n'avons pu ici les présenter toutes, et pourtant elles ont chacune des qualités spécifiques :

- les « reines » des pierres, les pierres précieuses (le diamant, l'émeraude, le rubis et le saphir) ;

- les pierres fines et ornementales (aigue-marine, améthyste, topaze, tourmaline, turquoise, lapis-lazuli, calcédoine, etc.) ;
- enfin, les pierres non minérales, issues de matières organiques comme l'ambre, le corail, la nacre ou les perles.

Les pierres que je cite dans ce livre, véritables alliées énergétiques, sont des gemmes (pierres précieuses et fines) ainsi que des pierres ornementales.



Pierres polies : fluorine, quartz rose, jaspe, cristal de roche, cornaline.