

Introduzione

L'amore per i cristalli è nato circa 5 anni fa e anziché spegnersi è un fuoco che si è alimentato in continuazione.

Questo probabilmente perché il loro utilizzo ti costringe a fidarti dell'istinto, delle tue sensazioni e perché, così come per Reiki e Massaggio Armonico psico Integrativo®, c'è poca tecnica e molto cuore. Possiamo dire che i Cristalli sono stati utilizzati fin dall'antichità e il loro utilizzo ritorna pressoché invariato nelle culture tradizionali di tutto il Pianeta .

Gli usi magici delle pietre preziose proposti dalla tradizione sono stati avvalorati nel tempo, trovando un nesso tra la pietra, la specifica proprietà attribuitale e le particolari affinità energetiche riscontrate con i diversi chakra e le loro funzioni fisiche e psichiche e, di conseguenza, con i diversi organi interni e gli stati emozionali dell'individuo.

La peculiarità di base del cristallo è quella di essere una forma armonica in estremo equilibrio materiale, strutturale ed energetico ed il suo potere sta nella capacità di riordinare e riequilibrare, secondo la propria struttura, qualsiasi forma di energia gli passi attraverso. Possiamo dire che il cristallo, quindi, riporta l'equilibrio dove manca.

Concretamente la capacità dei cristalli di trasformare le energie può essere sperimentata in vari modi: attraverso il trattamento diretto oppure con la meditazione, con acqua o alcool di gemma e con gli elisir preparati ad hoc.

Le varie tipologie di cristalli

Il cristallo grezzo è così detto quando non viene ritoccato dall'uomo per renderlo più bello o maneggevole ma viene lasciato così come si trova in natura. Vedremo che nella grande famiglia dei quarzi questa è una prerogativa molto importante.

I cristalli burattati sono levigati dall'uomo con diverse tecniche per renderli magari adatti all'uso che se ne vuol fare: ciondoli di bigiotteria, forme piramidali, sfere etc. In certi casi il cristallo burattato può tranquillamente sostituire il grezzo come ad esempio nel caso delle piastrine utilizzate per la cristalloterapia, va invece assolutamente rifiutato quando abbiamo bisogno di punte, laser o biterminati o altre forme specifiche che esistono in natura.

La famiglia dei quarzi

La famiglia dei quarzi è molto numerosa e racchiude diverse tipologie di cristalli.

Le punte appartenenti alla famiglia dei quarzi sono pseudoesagonali cioè la cristallizzazione presenta sempre sei lati, anche se non in forma di esagono perfetto.

Distinguiamo nelle punte tre parti: la base o radice, il corpo e l'apice.

La base può presentarsi in forma piana e completa, quando il distacco dalla matrice rocciosa è stato totale, o in forma spezzata, quando una parte della base è rimasta attaccata alla matrice rocciosa.

Di solito la base è lattiginosa e la punta più trasparente.

Il corpo ha sempre sei lati e la sua trasparenza aumenta man mano che si sale verso il vertice.

Anche l'apice presenta sei facce come il corpo, ognuna delle quali è delimitata da un numero diverso di lati.

Il cristallo è un miracolo di perfetta geometria: in natura esistono tutte le forme geometriche conosciute e questo non lascia spazio alle imperfezioni. Proprio questa qualità ci permette di capire quando un cristallo è stato lavorato dall'uomo.

Passando il dito sullo spigolo che divide una faccia dall'altra questo deve essere vivo e non arrotondato. Nel caso sia arrotondato il cristallo è stato lavorato e non è più naturale.

A livello terapeutico è importante capire questo perché il cristallo quando determina una punta nella sua crescita segue una direzione ben precisa, sempre la stessa, e, ovviamente, l'energia segue la stessa direzione, quella determinata dall'impalcatura atomica e conseguentemente dall'orientamento molecolare. Quindi è praticamente impossibile determinare l'esatta direzione di crescita molecolare di una punta. Andiamo ora ad analizzare le tipologie di punte conosciute dall'uomo che ne ha elencato anche le diverse caratteristiche in base al numero variabile di lati che delimitano ogni faccia del cristallo.

- **Arcobaleno** : questa punta presenta al suo interno un vero e proprio arcobaleno visibile soprattutto quando il quarzo viene colpito dalla luce. Utilissimo per la meditazione ed interessante nella cura degli stati depressivi in generale.
- **Biterminato** : è una punta a doppia terminazione naturale il cui utilizzo è quello di unire due punti energetici scambiando e armonizzando tra loro le eccedenze. In senso più ampio rappresenta il collegamento tra cielo e terra.
- **Channeler** : l'apice di questo cristallo presenta una faccia a sette lati a cui si oppone una faccia a tre lati. E' un cristallo che attrae le energie superiori e che aiuta a connetterci con gli spiriti guida.
- **Cattedrale** : è un cristallo imponente con la forma che richiama proprio una cattedrale. Il suo compito è quello di ricevere e trasmettere messaggi provenienti da altre dimensioni.
- **Devici** : come forma sono simili al laser. Al loro interno è visibile un mondo che ricorda la natura ed è costituito da molte nebulose. La forma è normalmente allungata.

- ***Fantasma***: all'interno di questo quarzo è presente il ricordo di un precedente stadio di crescita che si riconosce dalla riproduzione approssimativa, al suo interno, della punta attuale. In genere questo quarzo è poco trasparente ma più lattiginoso. E' un cristallo adatto alla meditazione ed è utile per andare a ritrovare ricordi sepolti e dimenticati.
- ***Finestra***: al lato o quasi al centro di una o più facce dell'apice si evidenzia un'ulteriore faccia, in genere romboidale, che di solito è imponente. Questo cristallo ci può mettere in contatto con energie del passato o con energie del futuro e costituisce un ponte tra cosmo e individuo.
- ***Generatore***: le facce di questo quarzo hanno i lati nella sequenza 6+3+6+3+6+3. Il suo compito è quello di potenziare l'energia che vi viene immessa e trasmetterla, per questo è ottimo per l'immissione di grande quantità di energia dove richiesto. Di solito le sue dimensioni sono grandi e per questo sono anche utilizzati per purificare l'energia degli ambienti.
- ***Grappolo***: la sua struttura, che può essere anche di piccole dimensioni, contiene diverse punte anche di tipo differente. Il suo utilizzo è principalmente quello di pulire ed energizzare non solo gli altri cristalli ma anche gli ambienti.
- ***Iside o Tao***: cristallo dolcissimo ha la caratteristica di avere una faccia a cinque lati con i lati superiori che formano quasi un angolo molto acuto. Porta in sé l'unione degli opposti: cosmico e tellurico, maschile e femminile, e ne promuove il bilanciamento. Dedicato alla dea egizia Iside, personificazione della potenza creativa femminile, del nutrimento e della guarigione è adattissimo per cura e meditazione.
- ***Laser***: questo quarzo ha solitamente un corpo lungo e sottile, con la base larga e la parte dell'apice più stretta. L'apice è tozzo e piccolo. Potente cristallo emette un raggio di energia sottilissimo e molto concentrato, un vero e proprio raggio laser. E' uno strumento terapeutico molto delicato e va usato con la massima prudenza solo dopo aver preso dimestichezza con tutti gli altri quarzi e con grande

coscienza. Infatti un uso inesperto o inappropriato può provocare danni all'aura in quanto funziona come vero bisturi energetico.

- **Maestro:** struttura regale e di aspetto imponente. Presenta le facce dell'apice nella seguente sequenza: 3+7+3+7+3+7. Questo cristallo è al massimo della sua evoluzione e rappresenta il ponte tra noi e la nostra crescita. Quando ci arriva lo fa con uno scopo ben preciso: quello di farci da guida, di stimolarci e di darci le informazioni necessarie alla nostra evoluzione spirituale. In pratica aumenta il sapere attraverso l'amore per cui non saremo noi a cercarlo ma sarà lui a cercare noi.
- **Scheletro:** cristallo molto particolare perché anziché esplodere verso l'esterno implode all'interno. Rappresenta il collegamento con la madre terra e la razionalità e ha la capacità di abbassare le onde di forma pensiero negative.
- **Tabulare:** di solito è una punta biterminata con due dei sei lati decisamente più grandi e opposti tra loro, tanto da farlo sembrare quasi piatto. Dotato di grande energia è un ottimo trasmettitore ed equilibratore di energia tra due punti energetici o tra due persone. Equilibra intenzioni e ragione.
- **Tantrico:** trasmettitore +channeler con base comune e stesse caratteristiche.
- **Trasmittitore:** si riconosce per avere tre facce contigue nella sequenza 7+3+7. Compito di questo cristallo è potenziare la trasmissione telepatica.

Importante ricordare che posso trovare delle punte con caratteristiche proprie di diverse tipologie di cristallo come ad esempio un maestro può essere anche un trasmettitore o finestra o arcobaleno e così via.

La classificazione che è stata presentata serve solo a dare un'idea dei diversi usi che si possono fare con i quarzi ma non a scegliere il Vostro cristallo: per questo fatevi guidare dal cuore.

La scelta, la pulizia e la programmazione dei cristalli

Nella scelta del Cristallo è fondamentale non tanto consultare un libro e recarsi al negozio per comprare ciò che ci viene suggerito ma, semplicemente, lasciarsi guidare dall'istinto. Cercate fra tutti i cristalli che vedete quello che vi colpisce di più anche se la ragione vi dice che non ha risonanza con il problema che dovete trattare. Questa è una parte fondamentale della cristalloterapia in quanto non si usa una tecnica precisa o uno schema determinato ma di volta in volta ci si fa guidare dall'istinto.

Una volta scelto il o i cristalli dovete effettuare delle piccole operazioni prima di poterlo utilizzare e questo per eliminare la memoria presente e renderlo "vostro".

- *Pulizia:* all'interno di una ciotola di vetro, cristallo, plastica (non riciclata) o argento porre il cristallo e ricoprirlo totalmente di sale da cucina e lasciarlo così per 12 ore. Togliere dal sale, lavarlo sotto l'acqua corrente e asciugarlo. Il sale utilizzato si può conservare e utilizzare per altre "pulizie", non utilizzarlo per cucinare. Si possono pulire più cristalli nella stessa ciotola contemporaneamente.
- *Ricarica:* Adesso il cristallo è pulito e privo di ogni energia, bisogna ricaricarlo attraverso la forza di un elemento naturale o di una piramide o del Reiki.

Al sole: Ambra, corniola, tutte le calciti, granato, quarzo rosa topazio, gravite. Poche ore alla luce non diretta ma schermata.

Sotto piramide: tutti i cristalli posti sotto una piramide orientata a nord per 12 ore.

Alla luna: tutti i cristalli per una notte.

Su una drusa di ametista: tutti i cristalli per 12 ore.

Non devono assorbire calore o luce solare diretta:
crisoprasio, ametista, fluorite, opale, perla, adularia, smeraldo, turchese,
quarzo ialino.

- *Protezione*: la protezione del cristallo va fatta per evitarne l'uso improprio. Una volta ricaricato terrò tra le mani il mio cristallo e mentalmente dirò una frase di protezione: "da questo momento nessuna aura (o corpo fisico o persona o energia) potrà influenzarti se non la mia." La protezione dura per sempre per questo se decido di regalare un cristallo mio devo ricordarmi di liberarlo (es. Da questo momento sei libero e non mi appartieni più).
- *Programmazione*: adesso devo chiedere al cristallo l'aiuto di cui ho bisogno. La programmazione può cambiare o ripetersi nel tempo.

Preparare elisir con i cristalli

Acqua di gemma : dentro ad un bicchiere di acqua porre un cristallo libero scelto secondo le nostre esigenze. Coprire con un telo bianco e lasciarlo a bagno per una notte. Al mattino rimuovete il cristallo e bevete l'acqua. Ripetere per 21 giorni. Ottimo per depurare il corpo in primavera e autunno.

Alcool di gemma: In un vaso pieno di alcool puro ad uso alimentare immergere la pietra adatta già purificata. Lascio a bagno per 12 ore con il vaso tappato in un luogo luminoso ma schermato dai raggi del sole. Tolgo la pietra. Conservo in luogo fresco ed asciutto. All'occorrenza 12 gocce in acqua per una o due volte al giorno.

Per olii e creme: 3-4 gocce di alcool di gemma nel vaso di crema o nell'olio o porre direttamente nel contenitore un piccolo cristallo. Ai principi attivi del prodotto si uniranno quelli del cristallo utilizzato.

Bagno terapeutico: 10 gocce di alcool di gemma nell'acqua del bagno o un insieme di cristalli scelti appositamente da tenere a bagno in poca acqua per un'ora e dopo aggiungere il resto dell'acqua del bagno.

Con i cristalli si possono effettuare anche dei trattamenti atti a migliorare il nostro equilibrio psicofisico ed emozionale. Per fare questo occorre essere in sintonia non solo con i cristalli ma con noi stessi e di conseguenza con la persona da trattare. Le pagine seguenti parlano appunto di come gestire al meglio una seduta di cristalloterapia. Ma ricordo che questa può essere effettuata solo da un professionista.

Cristalloterapia Applicata

La cristalloterapia è un'arte di guarigione molto antica. Per le proprietà fondamentali delle pietre questo tipo di terapia lavora sia a livello mentale, fisico e spirituale nonché emozionale. Sempre per le loro proprietà lavorando con i cristalli utilizziamo sia la loro frequenza vibrazionale che il colore. Infatti è dimostrato scientificamente che le cellule emettono una luce colorata che varia in base al tessuto cui appartengono e naturalmente questa stessa luce ha una frequenza vibrazionale specifica. Applicando il colore appropriato in base alla risonanza si riporta l'equilibrio.

Come gestire una seduta di cristalloterapia

Effettuare una seduta di Cristalloterapia richiede una concentrazione costante e ci obbliga a liberarci dai nostri pensieri e problemi per sintonizzarci con la persona trattata in quanto durante la seduta si interagisce con il cristallo e con la persona.

Quando riportiamo in equilibrio la persona le consentiamo di modificare il suo stile di vita perché le pietre lavorano sull'energia a livello globale.

La prima cosa da considerare per la buona riuscita di un trattamento è il posto di lavoro: eliminare l'eccesso di luce o di buio, l'eccesso di rumore e tutti gli eccessi. L'ambiente deve essere illuminato in modo moderato con luce riflessa. Usare candele o incensi aiuta a placare la mente portando verso terra le vibrazioni.

La terapia si può contornare con una musica adeguata per facilitare il rilassamento.

Una volta creato l'ambiente adatto dobbiamo sintonizzarci sulla persona e il modo più semplice di farlo è attraverso il respiro.

Uno di fronte all'altro ci concentriamo sul respiro inspirando luce bianca ed espirando tutto ciò che non ci occorre e che ci disturba. Questi momenti di pausa mentale ci fanno cogliere le necessità della persona che abbiamo davanti. Questa operazione può essere fatta per 3-4 volte.

Quando ci sentiamo pronti procediamo ad applicare i cristalli sul corpo.

Ce ne occorreranno 7 di diverso tipo più due punte di quarzo ialino.

I 7 cristalli dovranno essere posti sui sette chakra principali non secondo uno schema preciso ma seguendo le necessità della persona ed imparando ad ascoltare e a sentire. Vi consiglio questi 7 cristalli:

1. tormalina o ematite
2. quarzo fumè ,corniola, diaspro
3. quarzo citrino, calcite gialla, topazio
4. quarzo rosa o zaffiro rosa
5. lapislazzulo o quarzo ialino
6. fluorite lilla o quarzo ametista
7. quarzo ametista o quarzo rutilato o ialino

Le punte di quarzo verranno poste sulla sommità del capo una verso l'alto e una verso il basso. Questi due quarzi servono per collegare il nostro aspetto energetico con il cosmico e tellurico.

Trattamento riequilibrante

Si rammenta che i cristalli devono essere posti direttamente sulla pelle o al massimo utilizzando una t-shirt di cotone bianco. Per questo vi consiglio di tenere a portata di mano una coperta da porre sulla persona dopo aver sistemato i vostri cristalli.

Dopo aver fatto una serie di respiri con la persona da trattare farla distendere su un lettino, possibilmente con la testa a nord, o su un materassino morbido in posizione supina con gambe e braccia leggermente divaricate in modo che il corpo formi un dodecagramma, figura che rappresenta il rapporto uomo/natura/cosmo:l'essere umano quale quintessenza al centro dei quattro angoli: aria-acqua-terra-fuoco.

Si invita la persona a rilassarsi e respirare lentamente e con calma e a tenere gli occhi chiusi. Si collocano i sette cristalli sui sette chakra principali sempre partendo dal primo fino al settimo.

Non esiste un ordine preciso per i cristalli da utilizzare in quanto ogni volta ne utilizzeremo di diversi in base allo stato d'animo del paziente e alle sue esigenze: potrà capitare di porre sul primo chakra il cristallo del settimo o viceversa. Non c'è da stupirsi: se esiste uno squilibrio logicamente i cristalli stessi non saranno in ordine!! L'importante è operare la scelta seguendo il nostro istinto e il nostro cuore, è molto più facile farlo che spiegarlo!!!

Una volta posti i sette cristalli sui sette chakra si conclude ponendo due punte di quarzo sul settimo chakra: una rivolta verso l'alto e una verso il basso.

Qualora la persona da trattare si dimostri particolarmente agitata e non riesca a concentrarsi posso prima fare una terapia per questo utilizzando due punte di quarzo. La persona sarà distesa supina con la testa a nord e io porrò un quarzo sulla fronte con la punta verso nord e l'altro in linea che guarda il settimo chakra. Le due punte devono essere allineate a distanza di circa due dita l'una dall'altra. Questo trattamento serve per la concentrazione e il rilassamento psichico.

Entrambe queste terapie devono durare dai 10 ai 20-25 minuti al massimo secondo necessità, attenzione agli eccessi e a non creare dipendenza.

Una volta concluso il trattamento togliere i cristalli dalla persona e invitarla a riprendere il controllo del suo corpo e magari a mettersi seduta. Farle bere dell'acqua¹ e consigliare di consumare al più presto un pasto proteico. Se vuole, lei stessa vi racconterà le sensazioni che ha avuto, se non lo fa limitatevi a chiederle se va tutto bene.

E' molto importante concordare con la persona il procedimento terapeutico e gli eventuali successivi incontri senza però creare dipendenza né nei vostri confronti né nei confronti dei cristalli stessi.

Una volta che la persona se ne sarà andata pulire l'ambiente bruciando dell'incenso o dell'olio essenziale al cedro.

Importante : ricorda dopo ciascun trattamento di pulire sempre i cristalli utilizzati come descritto in precedenza. Le pietre per le terapie

¹ L'acqua è un detergente naturale. Dopo la terapia far bere dell'acqua fresca butta fuori le scorie e le catalizza .

non devono essere programmate ma solo pulite e ricaricate. Se non hai tempo per una purificazione completa puoi metterle a bagno in acqua demineralizzata per circa mezz'ora e riutilizzarle. Ricorda però che questo procedimento le tiene cariche e pulite per sole 24 ore, quindi a fine giornata fai una pulizia normale.

I trattamenti di critsalloterapia possono far affiorare blocchi mentali o emotivi quindi è molto importante tranquillizzare la persona e ascoltare senza dare giudizi. Ricordate che riportare in equilibrio una persona le consente di modificare il suo stile di vita e di migliorarsi in modo naturale e senza alcun obbligo o imposizione esterna.

Alla fine "essere in equilibrio significa essere più liberi"².

Il massaggio con i cristalli:

Semplicemente utilizzando il cristallo che ritenete più adatto in quel chakra senza premere effettuate un movimento circolare in senso orario se volete dare, o meglio caricare, e in senso antiorario se volete togliere, o meglio scaricare. Potete anche aiutarvi ponendo un po' di olio nella parte da massaggiare. Il massaggio deve essere molto lento e delicato.

² Questa meravigliosa frase non è farina del mio sacco ma del mio maestro Luciano Martini dell' Associazione Culturale SAJ RAM. Potete trovare le sue macchine radioniche, biotensor e piramidi su w.w.w.officina.radionica.it.