

Vous voici en possession de votre Cristal Kit « Le Voyageur »!

Vous trouverez dans ce document toutes les informations nécessaires concernant ce dernier: des informations sur les pierres, comment utiliser votre kit, et comment prendre soin de vos minéraux.

Les pierres sont de merveilleux outils pour nous apprendre à mieux nous connaître, et je vous souhaite de tout cœur que celles que vous venez d'acquérir vous aide dans ce beau voyage.

Fanny / La Belle Vie Healthy

Composition de votre Cristal Kit



Les pierres de votre kit

Héliotrope: considérée comme LA pierre des voyageurs depuis l'Antiquité, elle confère courage, protection, énergie et ancrage.

Quartz fumé: pierre d'ancrage et d'équilibre, elle permet de garder les pieds sur terre dans toutes les situations afin de ne pas se laisser « dépasser par les événements », apporte du réconfort en cas de mal du pays.

Cornaline: pierre de bonne humeur, d'instant présent et de dynamisme. Elle vous apportera un véritable coup de boost en cas de fatigue ou de baisse de moral.

Améthyste: très bonne pierre de protection (notamment protection des énergies d'autrui) lorsque l'on voyage, mais également une pierre de chance.

Cristal de roche: le cristal de roche est une pierre dite « neutre » et un amplificateur d'énergie.

Utilisation individuelle des pierres

Il est tout à fait possible d'utiliser les pierres de façon individuelle. Pour cela, voici quelques idées pour que vous puissiez profiter au mieux des bienfaits de celles qui composent votre kit, de façon individuelle:

- les porter ensemble ou de façon individuelle sur vous (dans la poche d'un vêtement par exemple) afin qu'elles vous apportent les bienfaits qui leurs sont propre tout au long de la journée.
- méditer en prenant une pierre entre vos mains, installez-vous en positions assise ou allongée, les yeux fermés, l'attention portée sur vos ressentis physiques/émotionnels. Restez une dizaine de minutes ou plus si besoin.
- les poser sur votre table de nuit, bureau, ... afin qu'elles vous inspirent, diffusent leurs énergies autour d'elles.

Il s'agit de conseils, une fois que vous vous serez familiarisé avec vos pierres n'hésitez pas à vous écouter et à utiliser les pierres comme vous en avez envie !

Comment utiliser votre Cristal Kit ?

Les pierres de ce kits seront vos meilleurs alliés durant vos prochains voyages, que ce soit un déplacement pour le travail, un week-end, des vacances ou un tour du monde !

Vous pouvez programmer ce Cristal Kit en demandant à cet ensemble de pierres quel soutien vous souhaitez qu'elles vous apportent. Vous trouverez un descriptif détaillé des pierres sur la page suivante, voici ici les étapes pour programmer votre « cristal grid » (ensemble de pierres).

a/ Purifier les pierres selon la méthode spécifique à chacune.

b/ Choisissez un lieu ou emplacement au calme où votre cristal grid ne sera pas touché durant toute la durée de votre travail avec (*cela peut être juste maintenant, mais vous pouvez choisir de garder votre cristal grid plusieurs jours voire semaines*).

N.B: vous pouvez programmer ce Cristal Grid avant votre départ pour manifester ce que vous souhaitez que votre séjour vous apporte, et vous pouvez également programmer un Cristal Grid une fois sur votre lieu de villégiature.

c/ Prenez vos pierres dans vos mains (*excepté le cristal de roche*), fermez vos yeux, prenez quelques profondes respiration et mentalement ou a haute voix **demandez-leur ce que vous attendez d'elles, ce pourquoi vous souhaitez qu'elles vous aident**. Soyez sincère dans chacun de vos mots, parlez avec votre coeur, et répétez votre demande au minimum 3 fois. Quand vous aurez fini n'oubliez pas de remercier 3 fois également "merci, merci, merci". Si vous le souhaitez, vous pouvez écrire votre souhait sur un bout de papier que vous placerez sous la pointe de cristal de roche après l'étape « e ».

d/ Disposez votre cristal grid comme il est présenté sur les photos des Cristal Kits: pierre centrale au centre, pierres annexe sur les côté.

e/ Avec la pointe de cristal de roche, venez "**connecter**" **chaque pierre entre elles**: avec votre cristal de roche touchez la pierre annexe la plus à gauche, puis touchez celle du centre, puis celle de droite, enfin la pierre central et disposez la pointe de cristal de roche au bas de votre cristal grid, la pointe tournée vers vous. Grâce à cette opération, vous permettez ainsi aux énergies des pierres de se liées entre elles et tourner la pointe de cristal de roche vers vous lui permettra de vous transmettre toutes les énergies qui émanent de votre Cristal Kit.

f/ Restez quelques instants assis, les yeux fermés, l'esprit calme, face à votre cristal grid afin de **laisser les énergies des pierres venir à vous** (*pour ma part j'aime bien mettre mes mains au-dessus des pierres durant cette étape*). Vous pouvez ici répéter mentalement ou à haute voix votre demande.

Et maintenant ?

Vous pouvez décider que cet instant de pause avec votre Cristal Kit est terminé, si vous sentez que vous devez encore "travailler" alors gardez votre cristal grid installé sans y toucher et, chaque jour, venez vous installer ici pour faire une pause, fermer vos yeux, calmer votre esprit et méditer (*vous pouvez répéter comme un mantra ce que vous avez demandé à votre cristal grid initialement*). Gardez votre cristal grid installé et revenez-y aussi souvent que vous en sentez le besoin et aussi longtemps que nécessaire ! Si vous n'utilisez pas vos pierres sous forme de cristal grid, n'oubliez pas que vous pouvez également les porter sur vous au quotidien. N'oubliez pas de purifier vos pierres après chaque utilisation et de les recharger de temps à autre.

Comment purifier les pierres de votre Cristal Kit ?

Héliotrope

Purification: eau de source, fumigation (sauge blanche, Palo Santo, ...)

Rechargement: soleil

Quartz fumé

Purification: eau de source, fumigation (sauge blanche, Palo Santo, ...)

Rechargement: soleil

Améthyste

Purification: eau de source, fumigation (sauge blanche, Palo Santo, ...)

Rechargement: lune

Cornaline

Purification: eau de source, fumigation (sauge blanche, Palo Santo, ...)

Rechargement: soleil

Cristal de roche

Purification: eau de source

Rechargement: soleil

Purification à l'eau de source

- Placer les pierres dans un bol ou bocal, un contenant par pierre. Versez de l'eau de source pour immerger les pierres et laissez reposer 3-4h minimum.
- Sortez vos pierres à l'aide d'un ustensile en bois ou plastique (composant non conducteur d'énergie) puis les sécher délicatement avec un torchon propre.
- Jetez l'eau en dehors de votre lieu d'habitation (et donc en dehors de votre jardin si vous habitez une maison), ou dans vos toilettes et tirez la chasse, afin de ne pas garder les énergies dont se sont débarrassées vos pierres chez vous.

Fréquence de purification: je vous conseille de purifier vos pierres après chaque utilisation. Vous pouvez par exemple les laisser dans l'eau toute la nuit après les avoir utilisées en journée. Si vous avez programmé un Cristal Grid avec une demande particulière, ne purifiez vos pierres qu'une fois votre travail terminé.

Comment recharger les pierres de votre Cristal Kit ?

- Rechargement au Soleil -

L'énergie solaire est plus puissante que celle de la lune, ainsi vous n'aurez besoin de laisser vos pierres que 30 minutes en moyenne en plein soleil pour que ces dernières soient rechargées. Si le ciel est très nuageux, laissez un peu plus longtemps. Et bien entendu vous pouvez laisser vos pierres plus longtemps ! Cela n'affectera en rien leur charge.

- Rechargement à la Lune -

La pleine lune est le moment idéal pour recharger vos pierres, là où cet astre est au maximum de sa luminosité et de son énergie. L'énergie de la lune étant plus douce que celle du soleil il vous faudra laisser vos pierres toute la nuit afin que le rechargement soit optimal. Toutes les pierres peuvent se recharger grâce à la lumière de la lune, néanmoins les pierres préférant le soleil le seront légèrement moins que si elles avaient été exposées à cet astre.

N.B: pour ces 2 modes de rechargement, si vous êtes en appartement laissez vos pierres sur un meuble qui est éclairé par la lumière du soleil ou de la lune, ou sur le rebord d'une fenêtre !

- Quand recharger mes pierres ? -

Il est nécessaire de les recharger quand vous "sentez" qu'il est temps de le faire ! Néanmoins, je vous conseillerais de profiter de la pleine lune (*1 par mois en principe*) pour recharger vos pierres qui se rechargent via cet astre, et 1 à 2 fois par mois pour les pierres préférant le soleil.

N'oubliez pas que la meilleure façon d'utiliser vos pierres est... la votre ! Prenez le temps de vous familiariser avec elles, de les prendre dans vos mains pour ressentir les éventuelles sensations/émotions qu'elles éveillent chez vous, de les porter sur vous au quotidien afin de noter les changements subtils dans votre comportement/façon de voir les choses.

Et surtout, écoutez votre intuition qui vous guidera encore mieux que ces quelques pages vers une parfaite harmonie entre vous et ce Cristal Kit que vous venez d'acquérir !



#thecrystalkit

@labelleviehealthy

Document créé par Fanny DESAPHIE/La Belle Vie Healthy pour les Cristal Kits. Ne peut être copié en totalité ou en partie, ré-utilisé, diffusé à des fins personnelles ou commerciales sans une autorisation écrite au préalable. Pour toutes questions et renseignements: labelleviehealthy@gmail.com