

GUIDA ALLE GEMME

Erisol



I SEGRETI DELLE PIETRE

Prima di iniziare, vi ricordo che le pietre non possono guarire malattie, non sostituiscono in alcun modo le cure mediche o un corretto stile di vita.

Sono un supporto e possono essere integrate nel momento del bisogno attraverso una figura esperta, quale il cristalloterapeuta. Si può comunque imparare ad utilizzare e a conoscere i cristalli nella propria vita quotidiana in diversi modi: attraverso la meditazione, indossandoli o collocandoli nell'ambiente in cui viviamo, non modificano la nostra persona, ma sviluppano le nostre potenzialità. Possono donare equilibrio e armonia su vari livelli, fisico, emozionale, mentale e spirituale.

Ogni cristallo ha delle proprietà benefiche su ognuno di noi, e merita di essere conosciuto.





AMAZZONITE

speranza - integrità - fiducia

L'amazonite aiuta ad essere fedeli a sé stessi e ai propri percorsi, rafforza la capacità di prendere decisioni.

Incoraggia la comunicazione e la comprensione.

Sul lato emozionale questo bellissimo cristallo calma quelle emozioni troppo forti, riequilibrando lo stato emotivo e mentale.

Benefici per il corpo:

Favorisce l'assimilazione del calcio, aiuta contro la caduta dei capelli, agisce sul sistema nervoso, attenua gli spasmi muscolari, i problemi legati alla tiroide e attenua problemi cardiaci causati da eccessive preoccupazioni.

Collegata al 4° e 5° chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, acqua corrente e fumi dell'incenso.



CRISTALLO DI ROCCA

trasformazione - purificazione - comprensione

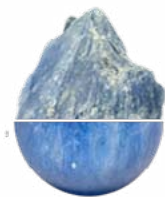
Conosciuto anche come quarzo ialino, pietra che guida verso la chiarezza e l'equilibrio, aiuta a ragionare lucidamente, rafforza la capacità di comprendere gli altri e soprattutto sé stessi. Potente conduttore di energia altamente spirituale, ottima per la meditazione

Benefici per il corpo:

Abbassa la febbre, attenua dolori e nausea, aiuta il corpo a espellere le tossine, riequilibra le funzioni del cervello. Collegata al 7°Chakra

Pulizia e conservazione:

Attraverso il sole indiretto, influssi lunari, acqua corrente e fumi dell'incenso.



CIANITE

calma - protezione - purificazione

Allontana rabbia, frustrazione e la confusione mentale.

In questa pietra non si accumulano energie e vibrazioni negative, poiché l'energia della cianite è illimitata.

A livello mentale porta lucidità, aiuta a vedere la realtà senza tenere in considerazione le apparenze.

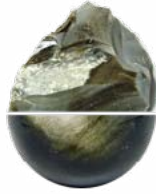
Benefici per il corpo:

A livello fisico aiuta a lavorare sui problemi legati alla gola, favorisce l'attività del cervello, rallenta i processi d'invecchiamento e rafforza il sistema immunitario.

Collegata al 6°chakra.

Pulizia e conservazione:

Attraverso il sole indiretto, influssi lunari, acqua corrente e fumi dell'incenso



OSSIDIANA DORATA

purificazione - consapevolezza - cambiamenti

Lavora sull'aura del corpo umano, consente di eliminare le impurità e le negatività ferme nel campo aurico, aiutando a trovare di nuovo la salute spirituale, fisica ed emotiva. Rende più consapevoli e spinge a modificare i propri schemi di comportamento.

Benefici per il corpo:

Attenua il dolore, riduce la tensione, scioglie blocchi energetici, stimola la rigenerazione dei tessuti e la circolazione. Collegata al 1°e 2°chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, acqua corrente e fumi dell'incenso



LAPISLAZZULI

consapevolezza - autoespressione - creatività

Promuove saggezza ed onestà, aiuta ad essere sé stessi, senza compromessi ed esitazioni. È un valido aiuto per la timidezza, porta calma, curiosità e onestà.

Sul piano spirituale questa pietra rende l'individuo più consapevole ed equilibrato.

Nota anche come pietra dell'amicizia.

E' una delle pietre preziose blu più famose, non è una pietra facile da trovare, ha un prezzo abbastanza elevato quando è di buona qualità.

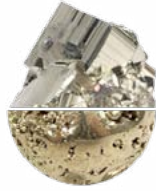
Benefici per il corpo:

Utile per ridurre la pressione, i problemi legati alla gola e alle ghiandole tiroidee, contrasta irritazioni, infezioni e migliora l'emisfero cranico.

Collegata al 5° e 6° chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, acqua corrente, fumi dell'incenso o mettendolo sopra una drusa di ametista.



PIRITE

determinazione - energia - vitalità

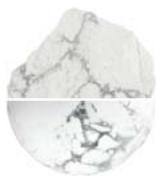
Agisce sul corpo canalizzando una maggiore quantità di forze vitali, ma opera anche sulla sfera emotiva, debellando paure, dubbi e pensieri negativi. Rende stabili e dona energia. Pone in luce sia i lati positivi che quelli negativi della propria natura prendendone coscienza.

Benefici per il corpo:

Azione antidolorifica, potenzia la forza fisica.
Collegata al 1° e 2° chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, acqua corrente, fumi dell'incenso o mettendolo sopra una drusa di ametista.



HOWLITE

calma - pazienza - ottimismo

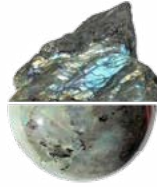
Il suo colore è bianco latte e può presentare venature nere o brunastre. Aiuta ad essere ottimisti, contrasta il nervosismo, calma la mente e attira tranquillità, rendendo più tolleranti e pazienti. Porterà un sonno ristoratore a chi ne ha bisogno. Una pietra adatta a tutti!

Benefici per il corpo:

Insonnia, crampi notturni, bilancia il calcio e il sistema endocrino. Collegata al 7° chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, acqua corrente, fumi dell'incenso o mettendolo sopra una drusa di ametista.



LABRADORITE

creatività - comunicazione - calma

La sua superficie è cangiante e di vari colori. Stimola la creatività, la fantasia, l'introspezione e la profondità dei sentimenti. Aiuta a crescere a livello professionale e smussa gli angoli negativi del proprio carattere. Libera i pensieri e facilita la comunicazione. Aiuta l'adulto, l'adolescente e il bambino a relazionarsi con gli altri. Adatta a calmare le menti iperattive.

Benefici per il corpo:

Potete indossare questa pietra per diversi problemi che riguardano il corpo, come per esempio quelli respiratori e per regolare la digestione e il metabolismo.

Collegata al 5° e 6° chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o mettendolo sopra una drusa di ametista.



AMETISTA

calma - protezione - purificazione

Se sei già una persona equilibrata che riflette e che affronta i cambiamenti prendendosi il giusto tempo, valutando ogni aspetto, ti sentirai sicuramente colpita da questa varietà violacea di quarzo. Purifica, apre la mente verso ciò che ci circonda, stimola creatività e intelligenza, aiuta a ridimensionare i problemi, mantenendo la giusta prospettiva offrendo pace interiore, serenità, equilibrio ed armonia.

Il mio consiglio è usarla se senti di subire troppo le influenze degli altri oppure se ultimamente sviluppi molti pensieri di negatività.

Benefici per il corpo:

Mal di testa, malattie nervose, ansia, stress, depressione, circolazione sanguigna, riduce i gonfiori, migliora la salute delle vie respiratorie, combatte l'insonnia, aiutando a comprendere meglio i propri sogni.

Collegata al 6° e 7° chakra

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari o puoi caricare l'ametista al sole mattutino, ma prima che arrivi in modo diretto sulla tua pietra.



RIOLITE VERDE

protezione - sensibilità - benessere

Infonde protezione prendendosi cura di noi, è la pietra migliore per le persone sensibili e che amano la natura, attira energie gioiose nella propria vita.

Promuove sia il rispetto che la considerazione per sé stessi, tanto che è consigliata a chi tende troppo spesso a svalutarsi, aiutando piuttosto ad accettarsi e a raggiungere un certo equilibrio personale.

Benefici per il corpo:

Aiuta a tenere sotto controllo lo stress.

Collegata al 4° chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o mettendolo sopra una drusa di ametista.



QUARZO FUME'

protezione - cooperazione - radicamento

Promuove processi di pensiero e migliora le capacità organizzative.

Nei momenti di calma o di meditazione aiuta a creare un legame tra il corpo e la terra trasformando l'energia negativa in energia positiva.

Offre quello stimolo necessario a provare a realizzare ciò in cui crediamo, ma soprattutto con la massima fiducia in noi stessi.

Riduce lo stress, aumenta la concentrazione e protegge dalla negatività.

Benefici per il corpo:

dolori cronici, crampi muscolari, schermo dalle radiazioni, protegge bronchi e polmoni.

Collegata al 1° e 2° chakra.

Pulizia e conservazione:

Attraverso il sole indiretto o influssi lunari.



RODONITE

autostima - perdono - amore

Colore rosa con venature nere.

Contribuisce a portare pace dove vi è conflitto, incrementa l'amore per sé stessi permettendo di comprendere e perdonare i torti, di risanare le ferite, la rabbia e il rancore.

Accresce l'autocontrollo nelle situazioni di crisi o pericolo.

Induce a fare tesoro delle proprie esperienze.

Un toccasana per il nostro cuore.

Benefici per il corpo:

E' indicata per le ferite e lesioni interne, utile contro le infezioni può rafforzare il cuore e la circolazione, promuove la fertilità maschile e femminile.

Collegata al 4° chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o mettendolo sopra una drusa di ametista.



AGATA NERA / ONICE NERA

disciplina - protezione - equilibrio

Aiuta a far chiarezza su quali sono i propri obiettivi da raggiungere, soprattutto per chi si fa influenzare facilmente. Migliora il senso di responsabilità, l'attenzione, la resistenza e dona sostegno a chi lo indossa soprattutto nei momenti di sfida o dove è richiesta autodisciplina e forza di volontà. Protegge dalle influenze negative.

Benefici per il corpo:

Migliora l'udito, la vista e le malattie che interessano l'orecchio.
Collegata al 1° chakra

Pulizia e conservazione:

Sotto l'acqua corrente o purificare a contatto con la terra
Attraverso il sole indiretto.



APATITE BLU

conoscenza - vitalità - positività

Permette di concentrarsi sulle esperienze più gioiose, infondendo vitalità e alleviando dispiaceri.

Stimola l'intelletto ed espande la conoscenza risvegliando la creatività. Rende leali ed aperti verso gli altri.

Allieva dispiaceri, fa diminuire la rabbia stimola a visualizzare gli aspetti piacevoli della vita mostrandoci i lati positivi.

Benefici per il corpo:

migliora la rigenerazione delle cellule, specialmente quelle delle cartilagini, delle ossa e dei denti.

Tenerla a diretto contatto con il corpo.

Collegata al 5° chakra.

Pulizia e conservazione:

Acqua corrente, Influssi lunari, fumi dell'incenso o mettendolo sopra una drusa di ametista.



OCCHIO DI FALCO

calma - protezione - coraggio

E' un quarzo molto potente, possiede poteri calmanti e curativi. Il suo nome è associato a quello dell'occhio di tigre per via dell'effetto ottico, ma il suo colore passa dal blu al grigio e al giallo, ricordando l'occhio di un rapace.

Dona coraggio e volontà di riconoscere e capire le proprie idee e pensieri, aiutando a metterli in pratica, aiuta a superare i momenti di indecisione.

Benefici per il corpo:

Azione antidolorifica, contrasta nervosismo.

Collegato al 1° chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o mettendolo sopra una drusa di ametista.



PIETRA DI LUNA

ottimismo - calma - crescita

E' considerata una pietra femminile, un amuleto per tutte le donne che stanno cercando di iniziare un profondo lavoro su loro stesse.

Equilibra e va a rendere più forte la personalità.

Rafforza l'intuito, rende ottimisti e speranzosi.

Produce sogni lucidi facilitandone il ricordo, soprattutto durante la fase del plenilunio. Aiuta ad affrontare i cambiamenti e i vari stravolgimenti.

Benefici per il corpo:

Adatta a tutto il sistema riproduttivo femminile, stimola l'attività della ghiandola pineale, armonizza il ciclo ormonale.

Collegata al 7°chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, acqua corrente o fumi dell'incenso.



ACQUA MARINA

creatività - comunicazione - calma

Indossare una pietra come l'acqua marina rende perseveranti nelle imprese.

Aumenta la forza di volontà, favorisce la forza interiore, rende sinceri e dinamici.

Aiuta a risolvere i conflitti emozionali e allontana lo stress.

Benefici per il corpo:

Armonizza l'attività dell'ipofisi e della tiroide, attenua l'eccessiva reattività del sistema immunitario, indicata quindi nei problemi legati ad allergie.

Collegata al 4°e 5° chakra

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, acqua corrente o fumi dell'incenso.



QUARZO ROSA

amore - calma - sensibilità

Una delle proprietà più note è la sua capacità di attirare l'amore puro e rafforzare la capacità di amare.

Aiuta a trovare la propria identità se ti sei smarrito o hai perso di vista il tuo obiettivo nella vita.

Dona calma ed elasticità mentale aiuta ad affrontare le sfide con più leggerezza ed a vivere in modo positivo e costruttivo.

Benefici per il corpo:

Rafforza cuore e organi sessuali, migliora la fertilità.

Collegata al 4° chakra

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o su una drusa di ametista.



QUARZO CITRINO

prosperità - fortuna - autostima

Stimola l'energia, la vitalità e i pensieri positivi.

Pietra che aumenta il successo nella vita e nel campo lavorativo, aiuta ad aumentare la propria autostima, apre la mente verso nuove idee.

Se avete scelto il citrino, sappiate che avete tra le mani una pietra che più di ogni altra rappresenta l'energia del sole.

Dona vitalità ed energia.

Benefici per il corpo:

Maggiore energia fisica, velocizza il metabolismo, combatte la stanchezza cronica, rafforza unghie e capelli, combatte le irritazioni della pelle

Collegato al 1°2° e 3° chakra

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o su una drusa di ametista.



PREHNITE

intuizione - amore - spiritualità

Migliora la nostra intuizione e ci aiuta ad armonizzare la nostra volontà di agire con il cuore, in modo che le nostre azioni siano sempre coordinate con gli obiettivi della nostra vera natura. Consente una transizione verso gli stati più profondi nella meditazione, questa pietra ci aiuta nella crescita spirituale. Prima di andare a dormire si dovrebbe prendere la Prehnite e chiederle aiuto ad indurci verso sogni lucidi e tenerla tutta la notte sotto il cuscino.

Benefici per il corpo:

Stimola il metabolismo, promuove i processi di rigenerazione dell'organismo

Collegata al 4° chakra

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o su una drusa di ametista.



PIETRA LAVICA

serenità - motivazione - cambiamento

Consente di vivere in modo più distaccato dalle emozioni, aiuta a superare le paure, i traumi e a trovare la propria serenità e calma nella delicata fase del cambiamento da dove avviene lo sviluppo di nuovi modelli e pensieri, aiutando l'individuo a trovare la propria serenità.

Benefici per il corpo:

Può esser utile per attenuare il dolore e stimolare la circolazione sanguigna.

Collegato al 1° chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o su una drusa di ametista.



GRANATO

trasformazione - fiducia - ottimismo

Aiuta ad uscire da quelle situazioni che sembrano senza via d'uscita, svolgendo i propri compiti nella vita quotidiana passo dopo passo.

Porta a un grande stato di armonia non solo con sé stessi ma anche con tutti coloro che sono vicini, spinge a guardare oltre per impegnarsi a rafforzare l'interesse collettivo.

Promuove fiducia in sé stessi, infonde coraggio, ottimismo e speranza.

Rende più ricca la vita sessuale liberandoci da inutili tabù.

Benefici per il corpo:

Elimina i blocchi energetici, stabilizza la circolazione e rafforza il sistema immunitario, facilita l'assunzione delle sostanze da parte dell'intestino, aiuta a rimarginare le ferite.

Collegato al 1° chakra.

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o su una drusa di ametista.



AVVENTURINA

crescita - creatività - ottimismo

Promuovere creatività e umorismo.

Riduce il nervosismo e la rabbia, è perfetta per chi sta affrontando un importante cambiamento di vita rendendolo vostro alleato.

E' una pietra fortemente connessa alla Terra, potete usarla quindi durante la pratica del radicamento.

Questa pietra è un ottimo scudo energetico verso chi tende ad appropriarsi delle vostre energie, volontariamente o involontariamente.

Benefici per il corpo:

Stimola la crescita fisica dei bambini e degli adolescenti, favorisce la rigenerazione del muscolo cardiaco, possiede un'azione antinfiammatoria, allieva dermatite e allergie, adatta contro l'emigrania.

Collegata al 4° chakra

Pulizia e conservazione:

Potete pulirla semplicemente sotto acqua corrente, caricarla sotto Influssi lunari, fumi dell'incenso o su una drusa di ametista.



TURCHESE

calma - protezione - comunicazione

Ha un'energia pura, capace di infondere amore, ottimismo e forte senso di calma.

E' sempre stato visto in molte culture come un simbolo di saggezza.

Le sue proprietà sono note da tanto tempo, come quella di portare fortuna, pace ed equilibrare le emozioni.

Ritenuta la pietra del viaggiatore per eccellenza, protegge dagli incidenti, dalle cadute e dai furti.

Benefici per il corpo:

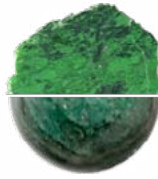
produce l'aumento muscolare, riduce dolori, spasmi e reumatismi.

Può essere usato contro i problemi agli occhi, le orecchie e la gola.

Collegata al chakra 5° chakra

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, per la manutenzione di questa pietra è importante sapere che essendo porosa assorbe facilmente creme e profumi, potete perciò procedere con un panno leggermente inumidito con acqua.



GIADA

energia - fortuna - coraggio

Indicata per le persone timide ed insicure è una gemma molto energetica, infonde coraggio, giustizia e saggezza interiore, favorisce la realizzazione di sé stesso, l'indipendenza e rafforza la propria personalità.

Mostra le cose nella giusta prospettiva ed aiuta ad approfondire i propri problemi.

Benefici per il corpo:

Stimola l'attività renale favorisce il funzionamento del fegato e della digestione.

Collegata al 5° chakra

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o su una drusa di ametista.



OCCHIO DI TIGRE

coraggio - portafortuna - ricchezza

Aiuta ad affrontare un cambiamento imprevisto con coraggio e sicurezza portandoci verso la direzione giusta, incoraggia a farsi avanti, a non aver paura ed acquisire più fiducia in sé stessi. Aumenta la forza di volontà, soprattutto quando si tratta di voler lavorare per migliorare la salute.

Protegge e allontana le influenze negative e risveglia la propria capacità di difendersi da situazioni opprimenti o da persone troppo invadenti.

Benefici per il corpo:

Migliora la digestione, svolge un'azione stimolante sulla milza e sul pancreas, regola la funzionalità del fegato.

Collegato al 3° chakra

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o su una drusa di ametista.



CORNIOLA

determinazione - equilibrio - coraggio

Se vi sentite particolarmente stressati e avete bisogno di ritrovare il vostro equilibrio questa pietra potrebbe essere quella giusta.

Aiuta a canalizzare meglio le energie del corpo, dona determinazione e coraggio per migliorare sé stessi nella vita di tutti i giorni aiutandoci a raggiungere i propri obiettivi nella vita quotidiana.

Aiuta ad essere più pragmatici e realisti.

Se cercate un figlio è l'amuleto portafortuna ideale in questo caso è proprio una bella corniola rossa come la passione.

Benefici per il corpo:

Dolori mestruali, stimola il flusso sanguigno aiuta il sistema riproduttivo. Aiuta a disintossicarsi da qualsiasi abitudine che possa rivelarsi dannosa per il corpo.

Collegata al 2° chakra

Pulizia e conservazione:

Influssi lunari, fumi dell'incenso o su una drusa di ametista.



SELENITE

cambiamento - concentrazione - stabilità

Il nome di questo cristallo proviene da Selene, la Dea della Luna secondo la mitologia greca, insieme alla pietra di luna, il cristallo lunare per eccellenza. Viene usata quando c'è bisogno di supporto durante i periodi di cambiamento.

Aiuta ad eliminare tutte le energie negative che per un qualunque motivo si sono instaurate nel corpo.

Favorisce una crescita spirituale continua, proprio per questo è una pietra indicata anche durante le sedute di meditazione, fungendo da guida nel percorso introspettivo.

Porta calma tra gli stati emotivi confusionari ed aiuta ad essere più flessibili.

Benefici per il corpo:

E' utile per il sistema muscolare, la flessibilità, disturbi dell'apparato scheletrico.

Pulizia e conservazione:

Essendo una pietra molto delicata consiglio di pulirla con un panno. Per purificarla e caricarla posizionarla sopra una drusa di ametista, fumi dell'incenso e luce lunare.



Pulizia e Conservazione:

Per pulizia si intendono tre diversi processi

- scaricare l'energia
- purificazione
- ricarica

Le pietre vanno pulite e conservate spesso quando

- Vengono utilizzate per un trattamento
- Quando rimangono a lungo inutilizzate o lasciate appoggiate in un angolo della casa, ad esempio su un comodino.
- Se sono vicini al computer, elettrodomestici quindi zone di forte stress elettromagnetico
- Quando vengono portate spesso addosso come collane, bracciali o ciondoli.
- Dopo al termine del compito per il quale sono state programmate

Come scaricare l'energia sotto l'acqua corrente

È un metodo che funziona, ma va anche detto, che come acqua corrente si intende ad esempio la fonte di ruscello di montagna, questo perché l'acqua delle tubature non possiede un livello vibrazionale abbastanza elevato per purificare e caricare le vostre pietre a fondo.

Ma molti di noi soprattutto chi abita in città possono comunque utilizzare questo metodo.

Purificare con l'uso del sale

L'uso del sale è rischioso per molte pietre, perché spesso può essere deleterio mutando la loro struttura chimica, di conseguenza potrebbero perdere la loro lucentezza e il loro colore.

La cosa migliore è pertanto sistemare le pietre in un contenitore di vetro e immergerlo nel sale.

Un'altra possibilità è appoggiare le pietre su un panno bianco e il panno sopra al sale, la pulizia sarà efficace in ogni caso.

Questo metodo di purificazione è molto rapido sono sufficienti 10/20 di trattamento.

Purificare con una drusa di ametista

Se avete a casa una drusa usatela appoggiandoci sopra la vostra pietra, di norma è sufficiente una giornata di irradiazione, essa può comunque essere lasciata sulla drusa per quanto si desidera, in quanto non può riportare alcun danno. Le druse hanno una capacità di auto rigenerarsi senza aiuto.

Purificare con l'uso di fumi d'incenso

Non so voi, ma solo il fatto di accenderlo mi rilassa tanto.

Vi consiglio semplicemente di accendere un bastoncino di Palo Santo e far passare i fumi più volte sulle pietre.

Ricaricare attraverso la luce Solare

Non tutte le pietre possono essere esposte al sole e una regola che vale sempre è quella di non lasciare alcun minerale sotto il sole diretto, nelle ore più calde, meglio attendere l'alba o il tramonto e lasciatele esposte per non più di 2 ore.

Il mio consiglio è di coprire le vostre pietre con un panno bianco di cotone. Non tutte le pietre prediligono questo metodo, per altre è molto più indicato l'influsso dell'energia lunare.

Ricaricare attraverso gli influssi Lunari

Il trattamento ideale dura tre giorni, iniziamo da quello che precede il plenilunio a quello che lo segue.

Ogni luna piena è perfetta per caricare qualsiasi pietra ma, è importante sapere anche che in ogni mese dell'anno, la Luna dona influssi differenti invitandoci a raggiungere obiettivi diversi. È importante esporre le pietre durante la notte e ritirarle prima dell'alba.

Conservazione

Consiglio sacchetti in fibra naturale come il cotone o contenitori in legno, ceramica o vetro.

È importante ricordarsi di eseguire una "pulizia fisica" periodica, utilizzando piccoli pennelli con setole morbide e panni delicati per eliminare residui di polvere.

Attenzione a mettere pietre e cristalli tutti insieme, potrebbero scheggiarsi tra loro.

Siamo noi la causa dei nostri problemi, siamo soltanto noi che possiamo migliorare la nostra vita e il nostro benessere e solo noi possiamo dare una svolta significativa nella nostra quotidianità, le pietre sono un valido supporto non dovrebbero mai diventare un sostituto o un mezzo per non evadere dalla nostra realtà, ma uno strumento di supporto dal quale ricevere un aiuto.

