

Scôté / Santé

LE MAGAZINE DE LA SANTÉ AU FÉMININ

FORME

Libérez l'énergie
qui est en vous !

BEAUTÉ

Mes soins cosméto
faits « maison »

INCONTINENCE PAR URGENTURIE

Quels traitements ?

Entorses, foulures...
Les bons réflexes

20 ASTUCES JAMBES LÉGÈRES

✓ VERRUCIDES :
mode d'emploi

S.O.S. CONJONCTIVITE

Virale, bactérienne ou allergique ?

UBIQUINOL
LE NUTRIMENT
DU FUTUR ?

CAFÉ ET SANTÉ
Il a tout bon
(ou presque !)

LA LITHOTHÉRAPIE
Comment ça marche ?

POLLUTION INTÉRIEURE
Tout pour un air plus sain

Mon régime

VENTRE PLAT

* CHOUCHOUTER SA DIGESTION

* LES MEILLEURS SOINS
ANTI-RONDEURS


* LES TECHNIQUES TOP FERMETÉ

L 13982 - 87 - F : 2,80 € - RD



Lithothérapie :

les vertus des pierres



Quartz, rubis, turquoise, autant de pierres et autant de vertus..., à condition de savoir s'en servir. Si le pouvoir des pierres est utilisé depuis bien longtemps, la pratique de la lithothérapie reste encore méconnue. Éclairage sur ces pierres qui nous font du bien.

Laura Houeix

Maité Molla-Petot, auteure de l'ouvrage *La Puissance des pierres*, publié en avril 2014, l'annonce en préambule de son livre : « *Un traitement par les pierres et les cristaux ne peut remplacer un traitement prescrit par un médecin généraliste ou un spécialiste.* » Néanmoins,

depuis l'Antiquité ou encore chez les Égyptiens, les pierres sont utilisées de manière thérapeutique, recouvrant aussi une valeur magique et ésotérique. Ce n'est qu'au XIX^e siècle que les avancées dans le domaine des sciences des minéraux, va permettre de classer et organiser les connaissances sur les vertus de ces pierres et cristaux.

Une action via les méridiens

La lithothérapie se base sur les composants et la couleur des pierres pour en déterminer les effets. À chaque pathologie une propriété qui pourra venir aider ou même soigner. « *Il ne s'agit pas de soigner les maladies lourdes*, précise Maïté Molla-Petot, lithothérapeute, titulaire d'une licence en biologie et en géologie. *La lithothérapie se rapproche plus de l'homéopathie ou de la phytothérapie. C'est une action douce, qui agit sur les mêmes méridiens que ceux connus de l'acupuncture.* » À la différence de l'acupuncture, la lithothérapie utilise des cristaux à la place des aiguilles. La pierre est alors placée sur le méridien concerné afin d'agir directement. « *Chaque pierre ou cristaux émet une vibration, une résonance de par sa composition, qui peut aussi faire écho à un élément également contenu dans le corps humain* », explique Maïté Molla-Petot.

Un usage non médical

Les vertus spécifiques des pierres varient donc selon leur composition, leur couleur et leur structure cristalline et l'endroit du corps sur lequel elles seront placées. La lithothérapie est à distinguer de l'usage médical de certains minéraux possédant de fait des propriétés médicamenteuses quand ils sont absorbés, ce qui va du sel (qui agit sur la tension) aux différents carbonates actifs sur le système digestif, en passant par les oligo-éléments reconnus scientifiquement. Aucune pratique médicale n'emploie des macrocristaux d'origine minière, et la seule voie d'administration reste l'ingestion de minéraux assimilables par le tube digestif, ce qui n'est pas le cas des pierres utilisées en lithothérapie.

Énergie et vibrations

L'apport des cristaux et minéraux se joue sur trois niveaux. Tout d'abord par l'échange des oligo-éléments qui s'opère par capillarité cutanée, grâce à la transpiration de la paume de la main lorsque l'on tient une pierre. Chaque pierre émet également une vibration à travers sa forme de cristallisation. Enfin, par l'émission vibratoire de la couleur du minéral qui intervient directement sur les champs énergétiques du corps, énergie également utilisée en chromothérapie. « *Les pierres sont utilisés en lithothérapie, brutes ou polies, le tout est le placement de la pierre sur le corps*, explique Maïté Molla-Petot. *On reconnaît aisément les propriétés physiques des pierres quand elles sont utilisées sous forme de cataplasme, comme pour l'argile par exemple ou encore la silice. En lithothérapie nous utilisons aussi ces propriétés mais d'une manière différente. Une pierre pourra ainsi être portée en journée ou la nuit, à des endroits précis afin de se ré-harmoniser.* »

Une pierre pour de nombreux usages

Les Égyptiens utilisaient entre autres le Lapis-lazuli qu'ils réduisaient en poudre et qu'ils ingéraient comme traitements médicamenteux. Les Aztèques idolâtraient les pierres, les façonnaient en bijoux qu'ils portaient en différentes parties du corps en fonction de leurs divers maux. En acupuncture, les Chinois renforçaient la puissance énergétique de leurs aiguilles en les faisant terminer par une bille de pierre choisie selon ses propriétés vibratoires. « *Pour un sommeil difficile et perturbé on pourra par exemple placer*

Purifier sa pierre

Les pierres peuvent se charger de vibrations négatives plus ou moins rapidement, tout comme elles peuvent perdre de leur puissance en transmettant leur force, certaines peuvent même alors changer sensiblement de couleur. On réalise alors ce que l'on appelle la « purification », une opération de nettoyage profond de la pierre en quelque sorte. Il est d'ailleurs conseillé de réaliser ce nettoyage avant d'utiliser une pierre pour la première fois. Le plus simple est de laisser la pierre immergée quelques heures dans une solution saline (sel et eau distillée) dans un récipient de verre, puis de l'exposer à la lumière du soleil après l'avoir soigneusement essuyée. Attention, certains cristaux ne supportent pas le sel et d'autres n'en ont pas besoin. Dans le doute, rechargez votre pierre uniquement en l'exposant au soleil ou à la lune suivant sa nature.

sous l'oreiller une Howlite. Cette même pierre peut aussi servir pour les désagréments liés à la ménopause, des problèmes de parathyroïdes ou d'autres soucis liés à la variation du taux de calcium dans le sang », poursuit Maïté Molla-Petot.

Quelle pierre pour quels maux ?

L'agate, permet de calmer les douleurs telles que les crampes, le mal de dos, elle apaise les fièvres et les maux de têtes. L'ambre, utilisée depuis la nuit des temps, contre les douleurs dentaires chez les jeunes enfants, renforce la thyroïde et le foie et agit contre les maladies des os telles que l'arthrite et l'arthrose. En revanche, elle ne doit pas être utilisée chez les personnes en hyperthyroïdie. La pierre de jade quand à elle, renforce les reins et le cœur, elle peut être utile lors de douleurs dorsales et agit sur la constipation, l'élimination des toxines, la jaunisse, les verrues, les vertiges, les maux de têtes et les troubles de la digestion. Pour toutes ces utilisations, la démarche du lithothérapeute est la même : « *Chercher la cause de ces maux et non pas simplement masquer un symptôme* », précise Maïté Molla-Petot, ce qui explique pourquoi les indications peuvent être aussi variées.

Maux du corps et maux de l'esprit

Si la lithothérapie utilise les propriétés des pierres en complément d'un traitement médical sur des pathologies physiques, beaucoup sont aussi considérées pour leurs vertus apaisantes, relaxantes, anti-stress. C'est le cas, par exemple, du Lapis-lazuli qui favorise la méditation ou encore du cristal de roche qui permet d'harmoniser corps et esprit. Pour ces bienfaits des pierres, c'est donc leur énergie et leur vibration qui sont exploitées, la pierre pouvant alors être portée en collier autour du cou par exemple. Si une consultation chez un lithothérapeute vous tente, sachez qu'une séance coûte rarement plus de 50 € pour une heure, attention donc aux arnaques. ■

Je bouquine...

La Puissance des pierres, Maïté Molla-Petot, Éditions Bussière, 17 €.

Je surfe sur...

Pour acheter ses pierres et en savoir plus sur les pierres.

- www.cristaux-sante.com

- www.dragopale.com

- Le blog de Maïté Molla-Petot : <http://larbreauxmerveilles.over-blog.com>