



*Lithothérapie en Ligne*

# Introduction

Bienvenue dans ce guide introductif à la lithothérapie, et merci d'avoir pris le temps de vous inscrire sur notre newsletter pour le télécharger. Nous espérons que vous y trouverez des informations qui vous donneront d'en savoir plus sur l'art du soin par les pierres et cristaux, et vous souhaitons une excellente lecture !

## **Au sommaire de ce petit livre :**

- I. Les origines de la lithothérapie \_\_\_\_\_ p. 3
- II. La purification des pierres et cristaux \_\_\_\_\_ p. 8
- III. La symbolique des couleurs des pierres \_\_\_\_\_ p. 14
- IV. Comment choisir vos cristaux \_\_\_\_\_ p. 21
- V. Où trouver les pierres dont vous recherchez les bienfaits \_ p. 22

# I. Les origines de la lithothérapie

**Le mot lithothérapie vient des termes grecs "lithos" (pierre) et "therapeia" (cure).** Il désigne l'art du soin par les pierres. Cependant, si l'origine étymologique du mot lithothérapie est facile à retracer, il n'en va pas de même des origines historiques de cet art, dont les racines se perdent dans le fond des âges. Pierres et cristaux accompagnent en effet l'humanité depuis le premier outil fabriqué de la main de l'homme, et sont encore utilisés dans les technologies les plus récentes...

## Les origines préhistoriques de la lithothérapie



L'humanité utilise les pierres depuis au moins trois millions d'années. Sur les sites archéologiques, la présence d'artefacts établit avec certitude que nos lointains ancêtres australopithèques transformaient la pierre pour en faire des outils. Plus proche de nous, les hommes préhistoriques habitaient les cavernes et vivaient ainsi quotidiennement sous la protection du règne minéral.

L'histoire de l'usage des pierres comme instruments de soin est trop ancienne pour être retracée avec certitude. Néanmoins, nous savons qu'entre 15000 et 5000 ans avant notre ère, les hommes des cavernes manipulaient les pierres dans tous les actes de leur vie quotidienne. La pierre était « portée en amulette, travaillée en statuette, dressée en temples mégalithiques : menhirs, dolmens, cromlechs...On y appelait force, fécondité... [...] La lithothérapie était déjà née.<sup>1</sup> »

## **2000 ans d'histoire de la lithothérapie**

Dans l'Antiquité, les indiens Aztèques, Mayas et Incas sculptent la pierre en statues, statuettes et bijoux. En Egypte, le symbolisme des couleurs des pierres, ainsi que l'art de leur placement sur le corps s'organisent. En Chine, en Inde, en Grèce, dans la Rome antique et l'empire Ottoman, chez les Hébreux et les Etrusques, on élève temples et statues, on fabrique bijoux ornés de gemmes, et on utilise les pierres pour leurs vertus physiques et psychologiques.

---

<sup>1</sup> [Le guide des pierres de soins](#), de Reynald Boschiero



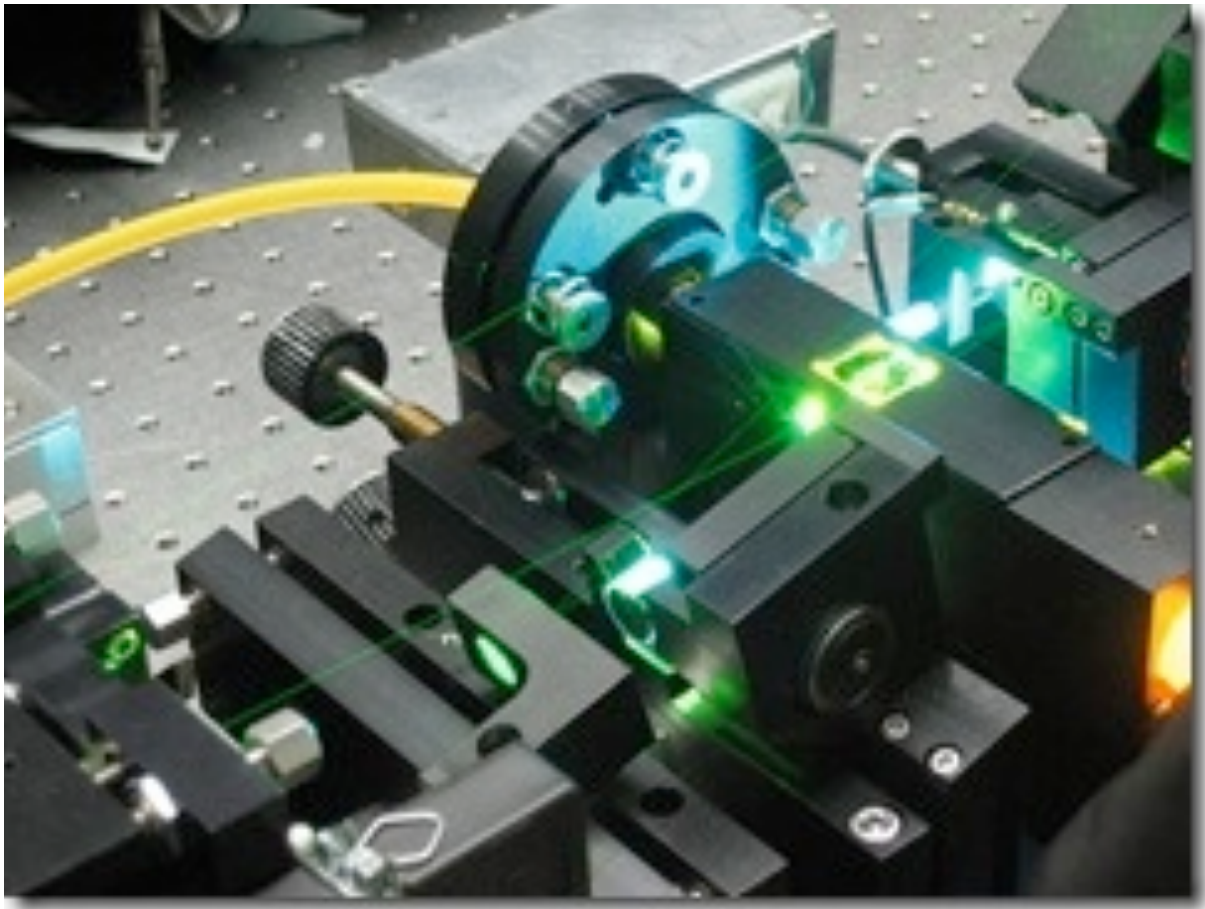


Durant le premier millénaire, la symbolique des pierres s'enrichit considérablement. Que ce soit en occident, en Chine, en Inde, au Japon, en Amérique, en Afrique ou en Australie, le savoir des pierres et l'art de la lithothérapie se développent. Les alchimistes cherchent la pierre philosophale, les Chinois utilisent les propriétés du jade en médecine, les Indiens codifient les propriétés des gemmes et les jeunes brahmanes sont initiés au symbolisme minéral. Dans les tribus nomades de divers

continents, les pierres sont utilisées comme objet de relation entre l'homme et le divin.

Au cours du second millénaire, les connaissances s'affinent. L'abbé Haüy découvre au 18<sup>ème</sup> siècle les sept systèmes cristallins. Les pierres sont utilisées en médecine, essentiellement sous forme de poudres et d'élixirs. La lithothérapie (qui ne porte pas encore son nom) rejoint les disciplines scientifiques médicales. Puis, sous l'impulsion du progrès des sciences, on se détourne du pouvoir des pierres. Ce n'est que dans la deuxième moitié du vingtième siècle que l'on assiste à un regain d'intérêt pour les pierres et leurs propriétés.

## **La lithothérapie moderne**



Le terme "lithothérapie" apparaît dans la seconde moitié du vingtième siècle. Le médium Edgar Cayce attire le premier l'attention sur les propriétés curatives des minéraux en évoquant le pouvoir de guérison des cristaux (crystal healing). Puis c'est sous l'impulsion des mouvements d'idées nés dans les années 1960 et 1970, en particulier du New-Age, que la lithothérapie regagne les faveurs du grand public.

Aujourd'hui, de plus en plus de personnes se passionnent pour les bienfaits des pierres et développent cette médecine douce comme alternative et complément à la médecine moderne. Certains s'efforcent d'explorer toutes les capacités thérapeutiques des pierres et entendent donner à la lithothérapie ses lettres de noblesses, persuadés du fait qu'elle peut nous soulager et nous guérir.

Les pierres et cristaux font en outre partie de notre quotidien d'homo technologicus. On extrait chaque jour métaux et corps chimiques des minéraux. Le quartz est dans nos montres et ordinateurs, les rubis génèrent les lasers... Et nous les portons diamant, émeraude, grenat en bijoux... Peut-être un jour trouverons-nous dans cette même technologie les moyens de constituer la lithothérapie en science. Nous pourrions ainsi observer comment les pierres agissent de façon mécanique sur notre corps, notre esprit et notre équilibre énergétique.

D'ici là, chacun est libre de se faire sa propre idée en utilisant les pierres au quotidien. Plus important encore : chacun est libre d'y trouver des bienfaits qu'une expérience millénaire a su mettre en lumière

## **II. Comment nettoyer vos pierres et cristaux**

Les pierres sont vivantes et se transforment au fur et à mesure de leurs utilisations : elles changent de teinte, se fissurent, et peuvent même perdre leurs propriétés si elles sont trop sollicitées. Mais si vous les entretenez bien et leur envoyez de l'énergie positive, elles la conserveront et pourront vous la rendre.

Il existe différentes techniques pour l'entretien, le nettoyage et la purification énergétique des pierres et cristaux de lithothérapie. Nous allons voir les quatre principales d'entre elles : l'eau, l'enfouissement, le sel et la fumigation.

Quoi qu'il en soit, traitez toujours vos pierres et cristaux avec amour et respect. Après les avoir utilisées lors d'une séance de lithothérapie, remerciez vos pierres, dites-leur le bienfait qu'elles vous ont apporté. Pensez également à les nettoyer régulièrement avec un chiffon doux, afin qu'elles préservent tout leur éclat.

### **Quand nettoyer une pierre ou un cristal ?**

Lorsque vous achetez une pierre ou qu'on vous en offre une, cette dernière est déjà chargée par l'énergie des personnes qui les ont manipulées. La première chose à faire, c'est de la décharger et de la purifier des énergies (potentiellement négatives) qu'elle a accumulées. Cette étape devrait être systématique lorsque vous acquérez une nouvelle pierre ou un nouveau cristal.



Il faut également nettoyer régulièrement vos pierres lorsque vous les utilisez pour des séances de lithothérapie. Durant ces dernières, elles se chargent et se déchargent et il est nécessaire de neutraliser ces apports et dépenses énergétiques pour préserver les propriétés et l'équilibre de vos pierres.

Enfin, si vous portez vos pierres de manière quotidienne, vous devrez également les décharger et les purifier. Vous sentirez naturellement le moment où elles en ont besoin.

## **La purification par l'eau**



Si tous les lithothérapeutes ne préconisent pas les mêmes techniques d'entretien des pierres et cristaux, il en est une sur laquelle ils tombent tous d'accord : la purification par l'eau.

Cette technique est à la fois simple et efficace. Après usage de vos pierres, laissez-les tremper dans un bol d'eau du robinet pendant plusieurs heures. Elles se déchargeront ainsi des énergies accumulées au contact du corps. Pour éviter la pollution chimique de l'eau courante, vous pouvez également utiliser de l'eau déminéralisée.

Cette technique d'entretien devrait devenir pour vous un réflexe mis en œuvre après chaque utilisation de vos pierres de lithothérapie. Néanmoins, faites attention car toutes ne supportent pas l'eau. C'est notamment le cas de l'azurite, de la célestite, du grenat, de la pyrite ou du soufre.

## L'enfouissement des pierres



Cette technique est préconisée pour les pierres et cristaux qui ont besoin d'une purification en profondeur. Trouvez un endroit de terre favorablement chargé en énergie, et enfouissez-y votre pierre. Prenez soin de bien repérer l'endroit où vous l'avez mise, pour la retrouver facilement par la suite.

Pour une purification et un déchargement efficace, laissez votre pierre en terre pendant une durée de plusieurs semaines à plusieurs mois. De cette manière, votre pierre se déchargera de toutes les énergies qu'elle a accumulées et retrouvera une seconde vie.

Lorsque vous la déterrez, nettoyez votre pierre à l'eau, puis polissez-la avec un chiffon avant de la recharger.

## La purification par le sel



Il existe plusieurs approches concernant la purification par le sel. La première recommande de placer votre pierre de lithothérapie sur un amas de sel marin et de la laisser se décharger grâce à l'absorption des énergies par le sel.

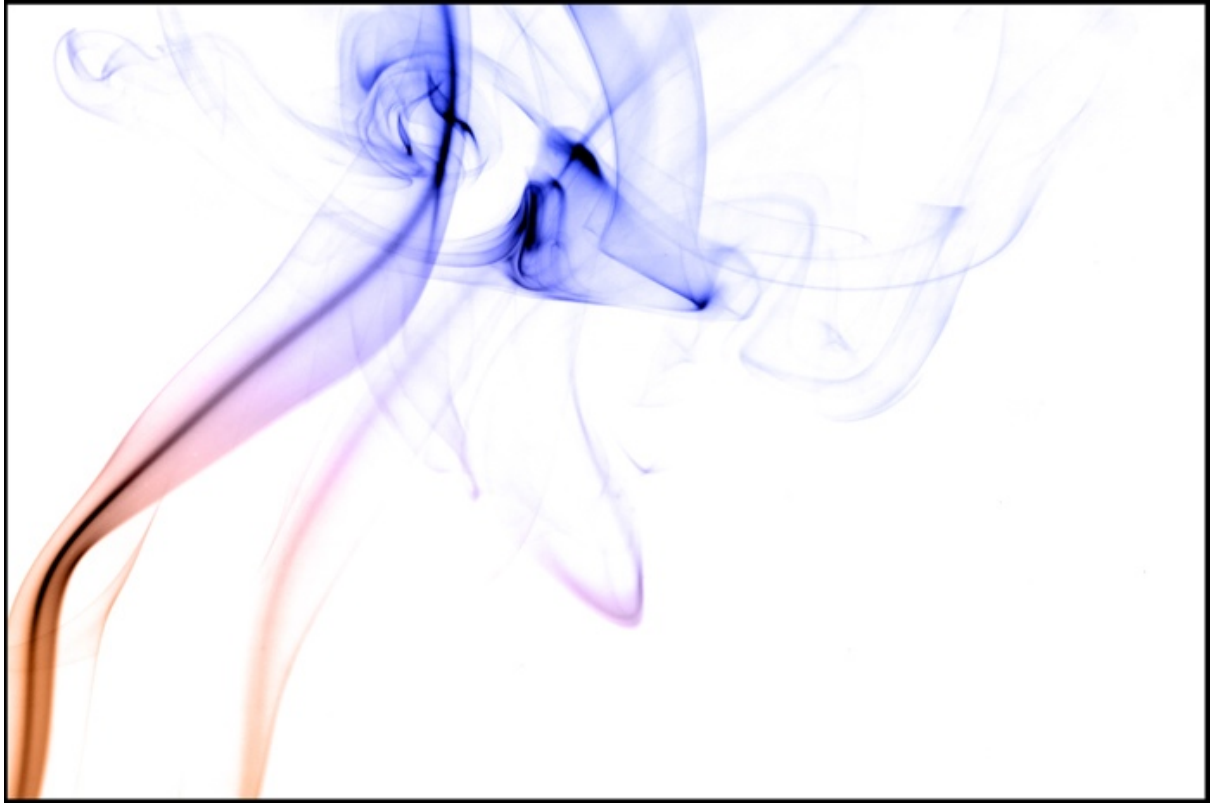
La deuxième école préconise d'utiliser une solution de sel cristallisé dissoute dans de l'eau. Reynald Boschiero recommande par exemple d'utiliser du sel de Guérande ou de Noirmoutier, en combinaison avec de l'eau déminéralisée. Dans ce cas, on couvre le récipient d'un voile opaque et on le laisse reposer au calme pendant au moins trois heures. Après cette purification, rincez votre pierre à l'eau claire et laissez-la sécher au soleil.

Notez que les bains ne peuvent servir que pour une pierre et une purification. Faites également attention au fait que toutes les pierres de



lithothérapie ne supportent pas le contact avec le sel.

## **La fumigation**



Il s'agit là d'une technique douce pour purifier et décharger vos pierres de lithothérapie. Elle consiste à passer les cristaux dans la fumée dégagée par l'encens, le bois de santal ou le papier d'Arménie. Utilisez cette technique lorsque vous voulez nettoyer des pierres et cristaux peu sollicités ou fréquemment purifiés.

### III. Couleurs et symbolique des pierres



**Chaque jour, nous constatons que la vie et l'univers sont constitués d'une infinité de couleurs.** Face à cette exubérance chromatique, notre vocabulaire est forcément limité : comment exprimer à travers quelques centaines de mots toutes les nuances de lumière qui peuplent notre quotidien ?

Pour plus de facilité, nous isolons des "couleurs principales", dont les autres constituent des déclinaisons ou des mélanges. A ces couleurs de base, il faut encore ajouter le blanc et le noir qui, à proprement parler, ne sont pas des couleurs.

**Le blanc contient la totalité du spectre lumineux.** En quelque sorte, c'est la lumière elle-même et lorsque l'on ajoute toutes les couleurs, c'est du blanc que l'on obtient. Le noir est pour sa part absence de couleur : il capture la totalité du spectre lumineux.

## Couleur des pierres et longueur d'ondes

Lorsque la lumière vient frapper une surface, il se passe deux choses : une partie du spectre lumineux est absorbé par l'objet, l'autre partie est réfléchié par l'objet. **C'est cette seconde partie que nous voyons et qui donne naissance à la couleur.**

Lorsqu'une pierre absorbe toute la lumière, elle est noire. Lorsqu'elle la réfléchit complètement, elle est blanche. Entre ces deux extrêmes, il y a place pour toute la multitude des couleurs. Et lorsqu'une pierre est transparente, la lumière la traverse complètement (enfin presque complètement, sinon elle serait invisible !). **La couleur d'une pierre est donc déterminée par la partie du spectre lumineux qu'elle réfléchit.**



**Chaque couleur correspond à une longueur d'onde, donc à une vibration différente.** En réfléchissant une partie de la lumière, la pierre émet ainsi une certaine vibration et c'est la qualité de cette vibration qui sera recherchée pour l'influence qu'elle a sur l'esprit et l'effet qu'elle induit sur le corps.

**Certaines couleurs nous apaisent, d'autres nous vivifient.** Suivant ce que l'on recherche, on va choisir sa pierre d'une certaine couleur. Un colérique évitera les pierres rouges. Quelqu'un de trop irréaliste les pierres jaunes.

## **Signification symbolique de la couleur des pierres**

**La signification des couleurs est différente selon les cultures.** Pour cette raison, nous vous conseillons de laisser parler votre intuition afin de ressentir la vibration qui vous apportera ses bienfaits. Au final, seul vous-mêmes pouvez ressentir comme plus ou moins bienfaisante la couleur d'une pierre.

### **Les couleurs primaires : bleu, jaune, rouge**

Avec ces trois couleurs, on peut créer l'ensemble des couleurs du spectre lumineux. On les appelle ainsi "couleurs primaires".

#### **Le bleu est la couleur de la mer et du ciel**



On l'associe à la fois à la spiritualité et à la matérialité. Il symbolise en ceci le corps, qui est pris entre l'abstraction et la matière, de la même manière que l'eau est prise entre le ciel et la terre.

#### **Le rouge est la couleur du sang et du feu**





C'est la couleur du dynamisme, de l'énergie, du courage, de la force. Elle n'incite pas à la réflexion mais à l'action. C'est en même temps la couleur de la passion, de l'amour. C'est la couleur de la vie dans sa dimension la plus volontariste et la plus puissante.

### **Le jaune est la couleur du soleil et de l'or**



C'est tout à la fois la couleur de l'intellect, de l'esprit, de l'intelligence et celle du bonheur, de la félicité. Elle porte à l'abstraction et à la spiritualité. Elle éclaire et aide à prendre des décisions.

### **Les couleurs secondaires : vert, orange, violet**

Les couleurs secondaires sont composées du mélange de deux couleurs primaires.

### **Le vert est composé de jaune et de bleu**



Il symbolise la vie dans son aspect cyclique, comme la croissance des végétaux. Il est apaisant et, en tant que couleur de la renaissance perpétuelle, porteur d'espoir. Il symbolise douceur, harmonie, équilibre.

## **L'orange est composé de rouge et de jaune**



C'est la couleur des plaisirs matériels, de la convivialité, de l'amitié, de la spontanéité. Il est stimulant et énergisant mais plutôt terre-à-terre et peu porté vers l'intellectuel.

## **Le violet est composé de rouge et de bleu**



Il est à la fois la couleur de la sagesse et celle du magique. C'est la couleur du mystère et il attire vers le rêve. Il est une couleur de réflexion plus que d'action.

## **Les autres couleurs : blanc, noir, gris, or, argent**

Dans les cultures autres qu'occidentales, la symbolique du blanc et du noir est souvent inversée. La symbole du Yin et du Yang est peut-être le plus approprié pour nous faire comprendre que ces deux valeurs, tout

en étant à l'opposé du spectre lumineux, se complètent néanmoins parfaitement et représentent un équilibre.

**Le blanc est la lumière dans tout son spectre, la lumière non altérée**



Il est la synthèse de toutes les autres couleurs et représente la pureté, la connaissance, le savoir, la spiritualité. Le cristal de roche, translucide, est considéré comme une pierre blanche.

**Le noir est la couleur qui absorbe toute la lumière**



Elle est à la fois protectrice, rassurante et symbole de ténèbres, de mort. Elle retient toute la lumière en elle, elle est profonde, épaisse, dense. Elle est la couleur du sérieux, du solennel.

**Le gris est la couleur de la nuance, du compromis, de l'équilibre entre le noir et le blanc**



Il est pragmatique et renforce les effets des couleurs, qui comparées à lui apparaissent d'autant plus vives.

**L'or est un jaune brillant.** Il vivifie les qualités du jaune. Il symbolise la richesse spirituelle et a un puissant rayonnement.



**L'argent est un gris brillant.** Sa richesse est discrète mais sa puissance est grande et il possède un fort effet stimulant.





## IV. Comment choisir ses pierres

S'il y a des effets universels propres aux couleurs (le bleu calme et invite à la réflexion, le rouge tonifie et incite à l'action, le jaune réchauffe et inspire la spiritualité...) l'effet de chacune dépend de l'équilibre énergétique individuel. Si l'aura d'une personne est très marquée par une couleur, il faudra contrebalancer cette couleur par une pierre de couleur contraire, afin de retrouver un équilibre.

**En fonction de l'équilibre propre à chacun, la couleur d'une pierre inspirera différentes choses à celui qui la porte.** Pour cette raison, il faut, tant que possible, se laisser guider par son intuition pour choisir sa pierre. En fermant les yeux, en vous laissant aller quelques instants, vous pourrez visualiser la couleur qui vous sera le plus bénéfique en ce moment. Quelle couleur voyez-vous en faisant ce petit test ? Une personne verra du vert, une autre du bleu, une autre encore du jaune. Suivant vos besoins, vous serez plus ou moins attiré par chacune des couleurs.



Lorsque vous souhaitez utiliser notre [moteur de recherche de pierres](#), concentrez-vous d'abord sur la propriété que vous recherchez. Les pierres appropriées, qui sont souvent de multiples couleurs, vous seront montrées sur la page de résultat. A partir de ce moment, laissez la pierre vous choisir autant que vous la choisirez. Si l'une d'elles vous attire tout particulièrement, c'est qu'elle vous appelle. **Soyez à l'écoute de vous-mêmes et le choix se fera facilement.**

## IV. Où trouver des pierres et cristaux

Vous pouvez trouver des magasins de pierres et cristaux dans la plupart des grandes villes. Vous pouvez également commander des **pierres et cristaux de première qualité**, sur le site de Reynald Boschiero : [Crystal Energy](#).

Pour trouver les pierres et cristaux dont vous avez besoin, utilisez **le moteur de recherche** disponible à cette adresse :

**<http://www.lithotherapie.net/>**

**A très bientôt sur le site !**

*L'équipe de Lithothérapie en Ligne*