

RELOJES Y MICROCHIPS APROVECHAN LA ENERGÍA QUE EMITEN LOS CUARZOS PARA PONER EN FUNCIONAMIENTO SU MAQUINARIA. DEL MISMO MODO, TÚ PUEDES USAR LOS CRISTALES PARA FUNCIONAR MEJOR

POR PAULINA CALDERÓN

Las gemas y los cristales fueron utilizados desde tiempos remotos por los egipcios, los sumerios, los hindúes, los tibetanos, e incluso los aborígenes australianos como amuletos o con fines curativos. En la actualidad se sabe que los cristales de cuarzo pueden ayudar a armonizar la energía del cuerpo y, por tanto, facilitan el bienestar, tanto físico como emocional.

Un mundo de cristal a nuestro alcance

Desde el punto de vista científico, se ha descubierto que algunos elementos minerales emiten vibraciones determinadas, que se utilizan en relojes y otros aparatos de alta tecnología. Para los expertos en cristaloterapia, las gemas y cristales manifiestan un principio de ordenación y precisión de la naturaleza, que transforma una simple roca en un objeto precioso, capaz de reflejar la luz.

El descubrimiento de la cámara kirlían en el siglo XIX (capaz de fotografiar el aura de las personas, es decir, la luz o energía que éstas irradian) demostró lo que la sabiduría oriental afirma desde hace milenios: que los seres vivos emiten un campo electromagnético. En consecuencia, si tú te encuentras en un estado de armonía, la energía fluye. Pero esta energía cambia y modifica sus colores y formas de acuerdo con tu estado de ánimo y tu salud. Por eso, cuando los cristales y gemas –capaces de emitir una energía ordenada y perfecta– entran en contacto

con otro campo energético deficiente, por ejemplo con el de una persona triste o enferma, tienden a equilibrarlo y, por tanto, a armonizarlo.

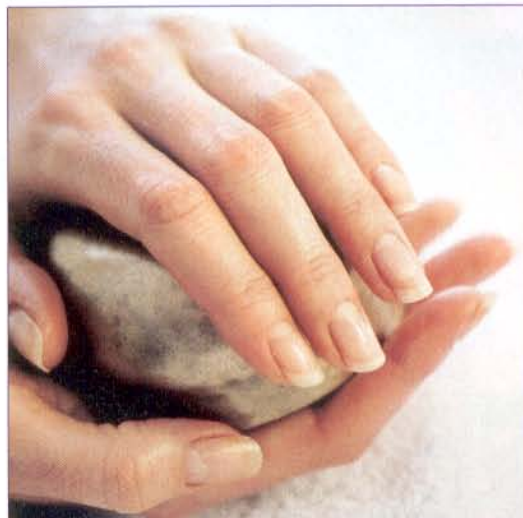
Cómo funciona la cristaloterapia

Los cristales y gemas funcionan en los planos físico, emocional, mental y espiritual. Teniendo en cuenta esto, se puede afirmar que cada uno actúa sobre diferentes órganos y situaciones emocionales. Las gemas y cristales se clasifican, además, de acuerdo con sus propiedades y tonos. Cada color corresponde a los siete chakras o centros energéticos del cuerpo, descubiertos por la medicina oriental.

Qué sucede en una sesión y cuánto dura

El mínimo de sesiones necesarias en cristaloterapia son tres. Durante una sesión completa el terapeuta habla con el paciente de sus molestias físicas y también de su estado de ánimo. El paciente se tumba en una camilla, se verifican sus chakras (con un péndulo o con las manos, por ejemplo) y se comprueban las necesidades energéticas de cada uno. Después se van colocando los cristales adecuados, si es posible de forma geométrica. También con el péndulo o con las manos se analiza el tiempo necesario de aplicación de las piedras.

La terapia dura de acuerdo con la valoración del terapeuta (50 minutos como máximo) y en cuanto al precio, una sesión de



LLENA TU VIDA DE ENERGÍA POSITIVA

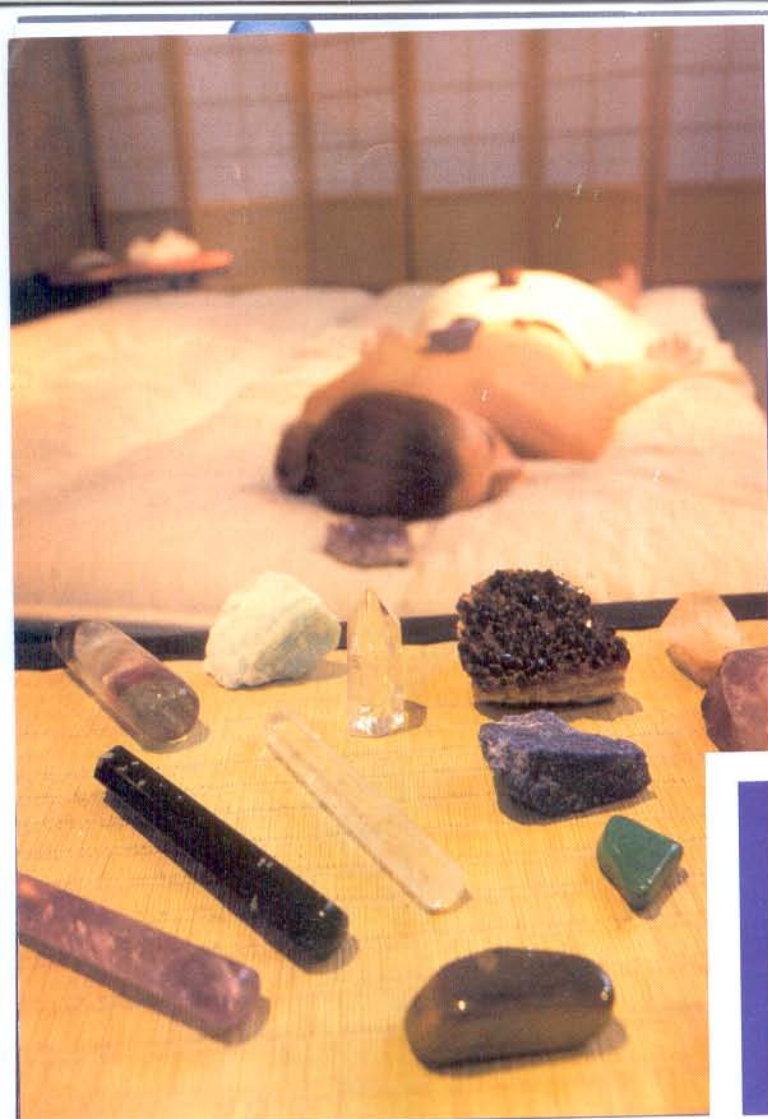
1 ACOMPAÑA TU VIDA COTIDIANA CON CRISTALES Y PIEDRAS. Hazlo especialmente en situaciones de estrés o cansancio: verás cómo te sientes más fuerte.

2 PUEDES UTILIZARLOS ENGAZADOS COMO COLGANTES (lo mejor es utilizar plata, ya que es un metal conductor de energía); llevarlos en el bolsillo; ponerlos debajo de la almohada; o como adorno en tu casa, para armonizar el ambiente.

3 APROVECHA LA MODA Y DISEÑA TUS PROPIOS COLLARES, utilizando sólo piedras naturales. Hay algunas bellísimas y puedes potenciar nuevas energías. Escógelas según sus cualidades y aquello que quieras mejorar en ti misma.

4 ANTES DE USAR TUS CRISTALES O PIEDRAS, LÍMPIALOS DE LA ENERGÍA DE OTRAS PERSONAS. Enjuágalos con agua tibia, y después, en un vasito de cristal con agua con sal, sumérgelos y déjalos reposar a la luz del sol (24 horas) o de la luna (tres noches, y mejor si alguna de ellas coincide con la luna llena). Después debes enjuagarlos con agua tibia y secarlos con un paño suave.

5 UN BUEN REGALO PARA TUS SERES QUERIDOS. Escoge una piedra que te llame la atención, envuélvela con tus manos y mándale todo el cariño y amor que sientes por la persona a la que vas a regalársela. El mineral guardará en su interior esa vibración.



cristaloterapia puede oscilar entre 20 y 25 €, dependiendo del tiempo empleado por el terapeuta.

Ponerse en las mejores manos

Carmen Paz, autora del libro "El cristal de la conciencia", y fundadora de la escuela Cristal Deva nos dice también: "Es importante aclarar que un téc-

nico en cristaloterapia no es igual que un terapeuta. Un técnico puede colocar en el cuerpo de los pacientes los cristales y reequilibrarlo de manera fantástica. Sin embargo, los minerales activan la memoria celular y pueden llegar a surgir situaciones no resueltas de la vida emocional o mental de la persona. En un caso así, el técnico no puede ayudar al paciente, pues no puede profundizar en las causas que generan el desequilibrio energético y solucionar el problema."

CUARZO Y AMATISTA SON DOS DE LOS MINERALES MÁS UTILIZADOS EN LAS CONSULTAS

Otras formas de usarlas

Si el terapeuta lo considera pertinente puede recomendar la ingestión de esencias de cristal. Se preparan colocando un cristal en el agua de manantial más pura posible a la luz del sol. El líquido, de esta manera, copia los campos energéticos del cristal. Es importante estar seguros de que estas esencias están preparadas por un especialista, de lo contrario algunos minerales podrían contener sustancias venenosas que, diluidas en agua, serían perjudiciales o incluso muy dañinas. Por otra parte, la cristaloterapia se puede complementar con otras formas de curación alternativa (reiki, reflexología, ayurveda o medicina china). Esta decisión depende de la formación y orientación de cada terapeuta particular. **L**

¿QUÉ NECESITAS? LOS CRISTALES TE LO DAN

■ AMATISTA

Ayuda a la creatividad, estimula la intuición y la autoestima.

■ AGUAMARINA

Clarifica la mente, relaja y ayuda a aumentar la expresión personal.

■ CITRINO

Brinda autoconfianza y es una herramienta de apoyo para luchar contra las adicciones.

■ CUARZO

Es el más ilimitado de todos los cristales, ayuda en enfermedades como drogadicción y alcoholismo. El cuarzo armoniza el aura. Su variante rosa te conecta con tus sentimientos.

■ DIAMANTE

Es un equilibrador cerebral, ayuda a eliminar toxinas.

■ GRANATE

Mejora la circulación sanguínea. Además, potencia la autoestima y la imaginación.

■ JADE

Purifica la sangre, fortalece el sistema inmunológico y los riñones.

■ LAPISLÁZULI

Ayuda a una buena expresión oral.

■ MALAQUITA

Ayuda a combatir enfermedades mentales, amplifica la visión (en todos los sentidos) y promueve la regeneración de los tejidos.

■ ÓPALO

Ayuda al equilibrio emocional, la alegría y la creatividad.

■ RUBÍ

Potencia cualidades de liderazgo.

■ TOPACIO

Ayuda a regenerar los tejidos. Es un mineral relajante.

■ TURQUESA

Aumenta las habilidades de comunicación psíquica.

■ ZAFIRO

Ayuda al funcionamiento glandular y eleva el estado de ánimo.

Agradecimiento: Sol Hernández, del Instituto de Terapias Integrales y Enseñanzas Energéticas (ITIEE), de Madrid.