

Introducción

En este libro-guía, encontrarás los minerales más emblemáticos que más se adecuan a la energía femenina.

Evidentemente, sus atributos, usos y aplicaciones no se limitan exclusivamente a las mujeres; sin embargo, para las tradiciones celta, chamánica, holística, e incluso para la mujer de hoy en día que está a favor de las terapias vibracionales, hay un hilo conductor coincidente en cuanto a las tendencias a la hora de elegir un cristal o un tratamiento cristaloterapéutico efectivo.

Los minerales que se presentan aportan cualidades especiales y específicas para la naturaleza femenina.

Seguramente habrá muchos más, pero los incluidos aquí tienen especial importancia tanto a nivel terapéutico como personal, y son los que, por ende, mejor conozco como terapeuta holística, profesora de enseñanza privada de cristaloterapia desde hace más de 20 años y con los que más he aprendido tanto de ellos mismos como con ellos a través de mis pacientes, alumnos y preferencias personales.

Comprobarás, querida lectora (y lector) que algunos de ellos son muy nuevos, pero no por ello menos valiosos o testados en cuanto a su poder sanador, revelador y mágicamente eficaz.

Si además de los minerales de los que aquí te hablo, tus preferencias incluyen otros, te invito a que consultes mi libro *Cristales de Sanación* de la editorial Edaf, ya que allí encontrarás los más representativos, tradicionales y novedosos en la práctica de cristaloterapia de la A a la Z.

Desde hace años, los cristales de sanación forman parte de todas mis actividades profesionales: además de los cursos de cristaloterapia y de las sesiones en mi consulta de atención a pacientes, también imparto cursos de canto sagrado para mujeres y de arquetipos de diosas y la tónica general, grupo tras grupo de mujeres, es la elección de los minerales que aquí te presento.

Todo lo que describo en cada uno de estos minerales es cierto, real y verdadero, pero lo más importante es que no lo debes creer porque yo te lo diga, ni siquiera porque sea verdad para tantas mujeres que han experimentado con ellos de la misma manera, sino que lo experimentes por ti misma y de ese modo lo conviertas en tu propia verdad basada en tu experiencia.

Este libro es, por tanto, una invitación a que compruebes en tu persona y por ti misma, la maravilla que tienen que ofrecerte los cristales de sanación para mujeres.

Presentación del contenido de este libro

En cada mineral de sanación para mujeres, encontrarás los siguientes apartados:

- ✓ **Para el cuerpo:** autotratamiento; imposición de cristales.
- ✓ **Para la mente:** sus beneficios energéticos para la mente y los pensamientos.
- ✓ **Para el alma:** su importancia a nivel energético-espiritual. Correspondencias de flores, aromas y sus cuidados.

Naturaleza trina de la mujer

Nuestra naturaleza de mujer es trina y los minerales especiales de sanación para mujeres se caracterizan precisamente por su triple aportación vibracional, es decir, a nuestro cuerpo, mente y alma.

En cada una de nosotras vive eternamente una niña, una adulta y una mujer de sabiduría. O, si lo prefieres, cada mujer es, en sí misma, la inocencia, la sensualidad y la experiencia. Y si quieres definirlo de una tercera manera: cada mujer es para siempre capaz de amar, capaz de resurgir de sus propias cenizas y de saber curar a todos y a todo lo que ama.

Las mujeres, como los cristales de sanación, somos el puente que une el cielo con la tierra, capaces de ser arco iris de luz que vincula con su magia y color la fuerza y la alegría antes, durante y después de cualquier adversidad; somos aves fénix por naturaleza, como la vida, la luz, el agua, la Providencia, la magia, la eternidad y la tierra, nuestra bendita madre.

Amatista



Piedra femenina por excelencia. Representa el sacerdocio femenino: el fuego violeta de la transmutación, la liberación, el perdón y la alegría. Su gama cromática va desde el lila pálido al violeta oscuro. Su transparencia puede ser cristalina o profundamente opaca. Su fuerza y poder energético es, al igual que su tonalidad, suave, delicada, sensual, poderosa, enérgica y firme.

Para el cuerpo

La vibración reparadora de la amatista te ayudará a recuperar tu vitalidad y fuerza física, ya sea después de una dolencia, enfermedad o intervención quirúrgica. Si por la razón que sea padeces malas digestiones, añade un canto rodado al agua de las infusiones de hierbas que te prepares.

Si padeces migrañas, dolores de cabeza frecuentes, de garganta u oídos, sinusitis y te estás tratando con medicación alopática o con



homeopatía, puedes introducir dentro del frasco de la medicina un canto rodado de amatista: la vibración beneficiosa de la amatista resultará muy positiva.

En el caso de padecer estrés o ansiedad por sobrecarga de trabajo o de responsabilidades, coloca una pieza plana de amatista debajo de la almohada al acostarte y sobre tu pecho durante unos minutos antes de dormirte.



Si tu piel tiende a enrojecerse por ser muy blanca o sensible al sol, haz lo siguiente: compra un frasco de aceite de almendras dulces e introduce en él tres cantos rodados de amatista de color intenso. Cada mañana, masajea la piel de tu cuerpo con un poco de esta preparación. En verano puedes sustituir el aceite de almendras dulces por aceite de coco (que también carece de perfume), ya que te resultará más refrescante.

Llevar en contacto permanente sobre la piel (en un colgante o en el bolsillo) cantos rodados de amatistas favorece el desapego de conductas adictivas, como puede ser el alcohol o el tabaquismo.

Si tu menstruación es dolorosa, puedes realizarte esta autoimposición cristaloterapéutica de emergencia: Procedimiento: necesitarás 14 cantos rodados de amatista, que situarás durante unos minutos estando tumbada, en el siguiente orden: uno en cada talón del pie, rozando la piel. Dos más, cada uno debajo de las rodillas (en la zona poplíteas). Uno sobre cada chakra (hueso pélvico, ombligo, plexo solar, sobre el corazón, en la garganta, sobre el entrecejo y en la coronilla rozando el cabello). Situarás un canto rodado más en la zona de la nuca y los dos últimos uno en cada mano. Cierra los ojos y siente la vibración reparadora de la amatista. Visualiza o imagina que respiras serenamente el color violeta: esto hará que tus células reciban un baño sedante de prana violáceo.

Si tu estado es de buena esperanza, desde las primeras semanas de embarazo, ten cerca amatistas; llévalas como colgante, pulseras, anillos... Su vibración relajante te aportará una agradable sensación de bienestar y, por añadidura, tu bebé también recibirá un baño de energía relajante.

Para la mente

La vibración de la amatista reduce el estado de ansiedad propio de etapas de sobreesfuerzo, tensión, preocupación o responsabilidad excesiva.

Llévala contigo en circunstancias de cambio, de mayor responsabilidad o cuando estés preparando exámenes o trabajos intelectuales que requieran tiempo y esfuerzo de manera temporal.

Si estás iniciando un trabajo, profesión o negocio, y te genera expectativas de incertidumbre, falta de confianza, desasosiego y dudas en tu mente, mantente cerca de la amatista.

La amatista también es el mineral que acompaña a mujeres felices, emprendedoras, soñadoras y prácticas, capaces de hacer realidad sus proyectos, metas y deseos, ya que la vibración de liberación que aporta disipa las dudas, y trae consigo confianza, independencia, audacia y estrategia. No es casualidad que las mujeres de poder, tanto celtas como curanderas o chamanes y sacerdotisas, suelen llevar amatistas en sus anillos, collares y cinturones de su indumentaria tanto diaria como ritual.

En etapas de tu vida en las que tengas pensamientos limitadores o tristeza o síntomas de padecer una depresión, te dará muy buenos resultados un spray áurico infalible:

Pon a calentar 250 ml (un vaso) de agua mineral, y cuando esté a punto de hervir, añade dos cucharaditas de flores de lavanda, una cucharada de rosas secas, dos cucharaditas de roble, un trocito (1 cm aproximadamente) de canela en rama y 4 gotas de aceite de espliego (todo ello de venta en herboristerías).



Cuando la infusión se haya enfriado, cuéllalo todo y pásalo a un frasco de color ámbar. Añade 50 ml de alcohol de calidad para que actúe como conservante. Ya tienes listo tu spray áurico. Rellena una botella con tapón difusor y rocíate tres veces sobre tu cuerpo: hacia tu cabeza y hacia tu lado derecho e izquierdo. La vibración de la amatista es protectora: en el caso de padecer pesadillas o tener sensación de ataque psíquico, rocía las esquinas de tu habitación antes de dormir y pulveriza unas cuantas veces el spray sobre la cama, especialmente en la zona de la almohada.

En el caso de intervención quirúrgica, la vibración de la amatista te resultará muy beneficiosa tanto antes de la operación como después, en el postoperatorio. Necesitarás una drusa de amatistas de tamaño mediano, con la que realizarás pases energéticos en forma circular a derecha e izquierda sobre la zona del cuerpo donde hayan operado. La orientación será, evidentemente, la de los vértices de las amatistas orientadas hacia tu cuerpo. La energía emitida por los vértices de las amatistas irá reparando el entramado áurico de la zona y la recuperación será más fácil y eficaz.



Para el alma

Se dice que la amatista es una de las piedras iniciáticas más espirituales y así es. El motivo es que su especial vibración ayuda a mantener el sentido de la proporción para que el camino espiritual se produzca desde el corazón y en equilibrio con la razón y la intuición. En este sentido, protege de caer en fanatismos y dogmas.

La amatista es un reparador del estado de ánimo; cuando las experiencias vividas hayan sido tan dolorosas que te parezca que te duela el alma, la amatista se debe convertir en tu piedra de compañía: su vibración de valentía y consuelo te ayudará a que esas heridas profundas vayan sanando y puedas volver a confiar en la vida, en el amor y en ti misma.

La frecuencia de la amatista es ideal para las heridas del alma y el corazón, una terapia holística de rescate: poco a poco, la confianza se recupe-

ra, la fuerza y confianza regresan a ti y, en pocos días, sientes que ya eres capaz de sonreír. La amatista es una piedra de superación y de renovación: te ayuda a resurgir de tus propias cenizas.

En el caso de que tu vocación elegida sea la de sanadora, terapeuta o curandera, será conveniente tanto para ti como para tus pacientes que sitúes varias piezas grandes de amatista en tu consulta; la energía de transmutación propia de la amatista ejercerá una especial frecuencia liberadora en el ambiente del lugar.

Si sientes que en tu hogar necesitas una energía renovadora, la amatista es tu aliada: compra flores de color violeta y unos cuantos recipientes transparentes del tamaño de un plato pequeño.

Coloca un recipiente en cada habitación o en las esquinas de la estancia que quieras ritualizar. En cada recipiente con agua, sitúa una flor a la que le habrás cortado el tallo. Añade unas gotas de aceite esencial de lavanda. En unas horas, la energía del lugar se habrá transformado, pero puedes dejar las flores en agua con la esencia hasta que empiecen a marchitarse. La combinación vibracional es idéntica tanto en la amatista como en el aceite de lavanda, así como en el color de la flor violeta que hayas elegido. En el caso de tener niños pequeños o animales domésticos, se pueden sustituir los recipientes de agua por las flores, sin cortar sus tallos, en un florero en el centro del lugar fuera del alcance de los niños y varias varillas de incienso de lavanda, que igualmente es purificador y combinará de manera excelente con la vibración de las amatistas (que también situaremos en el lugar fuera del alcance de los niños pequeños).



Las nuevas amatistas

No es que sean nuevas; de hecho, pueden tener millones de años. Lo novedoso es su resurgimiento como minerales de sanación. Todas ellas tienen en común la frecuencia violeta: fuego sagrado de transmutación y liberación de energía predominantemente femenina que nos aporta la intensidad de sus peculiaridades.

Flor de amatista



Se trata de ejemplares que se asemejan a pequeños bouquet de cristales uniformes y dispuestos en forma circular. Son especiales para meditar y colocarlos en el entrecejo. Poseen una vibración especial de unificación que beneficia a la mente, tanto racional como intuitiva.

Amatista Herkimer



Se trata de ejemplares que suelen ser de tamaño pequeño y biterminados, con la misma forma de los Herkimers transparentes o citrinos. Su cualidad principal a nivel energético es facilitarnos superar estados de limitación y falta de autoestima: son auténticos dinamizadores de transmutación de sentimientos y emociones negativos o limitadores.

Amatista Atlante

Son ejemplares de un aspecto mágico, sutil, al igual que su color tan espectacularmente lila y transparente. Sintonizan con la energía angélica y nos ayudan a liberar energía de tensión: aportan calma y tranquilidad si

las situamos sobre nuestro corazón o entrecejo al meditar o relajarnos.

Son especialmente tranquilizadoras para las mujeres embarazadas y se pueden situar sobre el abdomen para que el feto sienta su vibración de armonía y vínculo amoroso con sus padres, especialmente con su madre.



Amatista catedral

Se trata de ejemplares de tamaño mediano/grande cuya estructura es magnífica, además de bella o, parecidos a fortalezas semejantes a castillos de otro nivel de realidad. Como cristales de sanación son auténticas baterías de energía transmutadora que libera los bloqueos, los nudos y las fugas áuricas que pudiera haber en el campo bioenergético generados por experiencias de sufrimiento tanto de ésta como de otras vidas y que tiene correspondencia con el estado de indefensión o inseguridad en las propias cualidades personales. Tanto ésta como las demás amatistas descritas anteriormente se están utilizando en terapia vibracional para activar la memoria celular de cambio de código genético, que permite integrar las nuevas frecuencias que están llegando a la tercera dimensión y que tienen que ver con la apertura del chakra del corazón, la compasión ante las apariencias de amenaza destructiva, y para estar en sintonía con el sentimiento de compasión y fraternidad. Son cristales muy antiguos, de gran sabiduría, que emergen precisamente ahora en la Era de la Luz.



Amatista lemúrica

Es un cristal personal que se utiliza en meditaciones avanzadas de conexión y canalización con las llamadas civilizaciones intraterrenas. Se dice de ellos que poseen la capacidad de activar la memoria celular de archivo ener-



gético de Lemuria. Para establecer una conexión con la sabiduría de este cuarzo amatista, se requiere tener una especial afinidad con todo lo referente a Lemuria, el antiguo continente de Ur (civilización de la que no hay constancia y que es aún más antigua que la Atlántida).

Amatista citrino



Estos ejemplares combinan la energía y las cualidades solares del cuarzo citrino y las de la amatista con la transparencia. No son ametrinos: en ellos podemos ver zonas delimitadas de color amarillo-dorado, otras transparentes y otras de un hermoso color violeta. Su energía es de renovación, y pueden situarse sobre el chakra del plexo solar en procesos de sanación.

Amatista bisturí



Son frágiles y alargadas varitas que suelen presentarse en drusas y, en ocasiones, individualmente. Sirven para realizar cirugía psíquica: deshacer nudos energéticos, reparar fugas áuricas, etc. Son muy valoradas por las terapeutas de cristaloterapia, que las emplean como instrumentos quirúrgico-áuricos.

Amatista celestial

También llamada elestial. Es una amatista imponente en belleza y tamaño que podemos utilizar colocándola en el centro de nuestra estancia de meditación. Está especialmente indicada para mujeres que imparten clases de

yoga o de meditación, para situarla en el centro de un grupo de personas con las que se lleve a cabo algún trabajo de grupo, ya que, por su calidad y nivel de vibración, favorece precisamente la energía de grupo. En trabajos de conexión con la energía angélica, favorece la comunicación al amplificar y potenciar las cualidades del hemisferio derecho de la mente, la capacidad para canalizar junto con la certeza y el sentimiento de merecimiento.



Amatista súper 7

Esta espectacular amatista se llama súper 7 porque reúne siete cualidades en sí misma. Seguramente será un mineral muy antiguo, pero se ha descubierto recientemente gracias a la experta en cristaloterapia Melody. La podemos encontrar en su forma laminada, ya que ésta es la mejor manera de apreciar sus siete cualidades, relacionadas con su formación: cuarzo amatista, cuarzo ahumado, cacoxenita, rutilo, lepidocrita y goetita.

Es un mineral personal de meditación, aunque se puede utilizar para sanación con cristales si se sitúa sobre el chakra del corazón por su poderosa energía unificadora: equilibra la energía de todos los chakras. Si se coloca sobre la zona de la glándula timo, aumenta la resistencia del sistema inmunológico. Otra de sus propiedades es ir abriendo la memoria celular y aportar valentía en el caso de que la persona sienta miedo ante sus capacidades sanadoras y/o canalizadoras. También es utilizada por terapeutas holísticos para reparar el entramado áurico de sus pacientes.



Amatista ahumada

La amatista ahumada presenta, en una misma unidad, la fusión y propiedades de la amatista con las del cuarzo ahumado. Su poder como cristal de sanación consiste en transmutar energías obsoletas que pudieran estar

drenando o impidiendo el buen funcionamiento de un chakra. Se situará sobre la zona que sentimos que necesita sanación energética y la dejaremos allí de 12 a 20 minutos.



Amatista cetro



Son amatistas cuya forma tiene una apariencia totalmente mágica; su tamaño suele ser pequeño y se utilizan en terapia con cristales sobre la zona del entrecejo por su propiedad de liberar la mente de pensamientos negativos o limitadores.

Amazonita



Durante muchos años he podido comprobar que la gran mayoría de mujeres interesadas en los cristales de sanación elige la amazonita por lo prometedor de su nombre y luego se sorprenden por sentir que les está aportando «una energía un poco masculina».

A esto yo siempre pregunto lo mismo: ¿te refieres a que te sientes mas independiente?... «Sí, precisamente noto eso». Y la reflexión es: ¿desde cuándo sentirse independiente es un atributo masculino?

Si estás en una fase de tu vida en la que necesitas tomar las riendas de la independencia, la amazonita será tu piedra de compañía durante una larga temporada. Y, casi se me olvida decir lo más importante: la amazonita es uno de los minerales cuya vibración combina maravillosamente con todo lo femenino.

Veamos.

Para el cuerpo



La amazonita rompe literalmente los posibles bloqueos que pudiera haber en la garganta, sobre todo si has estado un tiempo callando cosas con las que no te atrevías a enfrentarte. También, si la sitúas sobre tu chakra corazón sentirás de manera sutil cómo se destapan sentimientos preciosos hacia tu persona. La mayoría de las veces,

el color de la amazonita está a medio camino entre el verde y el azul; por eso es una piedra ambivalente tanto para el chakra garganta como para el chakra cardíaco. La energía de la amazonita es liberadora, y su palabra clave es independencia: te ayudará en etapas de cambio y, especialmente, en rupturas sentimentales para retomar tu poder personal volviendo a ser dueña de tu tiempo, tu espacio y tus decisiones (entre otras cosas que se ganan cuando dejamos de perder). La amazonita, como su nombre legendario indica, es para enfrentarse a retos de independencia. Da muy buenos resultados como ayuda vibracional en cambios físicos que quieras llevar a cabo, como por ejemplo, adelgazar o volver a sentirte bien con tu cuerpo. Procedimiento: adquiere una amazonita en estado natural (que no sea canto rodado) como la que muestra la fotografía, y, cuando te relajes o medites, sostenla entre tus manos sobre tu regazo. También puedes situarla en tu mesita de noche cada noche, ya que su vibración áurica estará en contacto con la zona de tu cabeza y te ayudará a conciliar el sueño.

Para la mente

La amazonita ayuda a liberar los límites y los miedos que residen en la mente y que van debilitando nuestro poder personal por no ser expresados: si se sitúa sobre el chakra de la garganta propiciará la expresión, en forma de palabras, llanto, susurro, o incluso grito (desahogo), de la energía de frustración ahí contenida, ya que, si lo que nos limita no se expresa, la mente estará limitada, las ideas confusas y el pensamiento tenderá a transitar por un laberinto de confusión donde las propias ideas

serán el peor enemigo. La mente, así liberada, permitirá que las ideas fluyan y que podamos expresarnos con seguridad, confianza y libertad. Procedimiento: adquiere una amazonita en forma de colgante y llévala durante una larga temporada sobre el chakra de la garganta. Elige un canto rodado de amazonita y, durante unos minutos al día, sitúalo sobre tu frente mientras aprovechas para estar relajada, con los ojos cerrados, oyendo música de relajación o mantras femeninos. Anota en tu cuaderno de meditación con cristales las ideas que hayan podido acudir a tu mente: éste será tu diario de bitácora para el viaje de cambio que quieres realizar hacia la libertad.



Para el alma

El plan del alma, los dones y las cualidades que cada una de nosotras posee sólo puede expresarse si nos sentimos libres. Si por la razón que sea te das cuenta de que no te sientes libre, el nivel de frustración, mala salud, mal humor, amistades dependientes o poco enriquecedoras, te irá rodeando y sentirás que tus rasgos han cambiado, que no sonríes ni canturreas de alegría y corres el riesgo de caer en conductas más o menos importantes para distraerte de ti misma y justificarte o someterte a lo que las circunstancias de la vida te traen en el día a día.

La amazonita abre literalmente las alas de tu libertad y permite que en cada meditación, en cada situación en la que te relajas y colocas las Amazonitas sobre tu cuerpo, puedas recibir un baño de luz del color verde azulado de esta maravillosa piedra de independencia y libertad. Para retomar la seguridad en ti misma y sentir que eres capaz de realizar todos los cambios que quieres, te sugiero que además tomes *Echinacea*. Puedes tomar esta planta



en infusión, en cápsulas o en gotas (pregúntale a tu consejera dietista en alguna tienda especializada de herboristería). La energía de esta planta hará que tu campo bioenergético se fortalezca y, además, que también lo haga tu sistema inmunológico, y que te sientas con más vitalidad y entusiasmo. La flor de la *Echinacea* se muestra en la fotografía.

En cuanto al mantenimiento de tus amazonitas, recuerda que no son cuarzo y que, por tanto, para limpiarlas lo mejor es sumergirlas unos minutos en una infusión fría de salvia y, a continuación, secar su superficie delicadamente.