**QUARTZ FUME**

\* **Chakra** : Base

\* **Purification** : Eau de Source

\* **Rechargement** : Groupe de Quartz,  Beaucoup de Soleil, Fleur de Vie

\* **Vertus et Propriétés en lithothérapie**

Lâcher Prise/ Recentrage

\* **Physique** :

- Apaise les tensions

- Soulage les douleurs dorsales

- Réduit les crampes

- Soutient la bonne santé du système nerveux

- Lutte contre le stress et l’anxiété

- Aide à se défaire des addictions

\* **Mental, émotionnel et spirituel** :

- Apporte une énergie plus terrestre et convient bien aux personnes mal incarnée.

- Donne le sens de l’équilibre.

- Très utile pour une remise à la terre des personnes qui ont la tête dans les nuages.

- Agit avec beaucoup de douceur et canalise vers la terre les énergies qui circulent dans le corps.

- Stabilise, donne une base solide et nous rattache à nos fondements et donne confiance en soi.

- Permet de mieux sentir et de mieux comprendre la nature, le monde et les autres.

- Pierre d’ouverture, d’élargissement et d’humanité.

- Renforce la combativité

- Favorise l’ancrage

- Améliore la confiance en soi

- Booste la concentration