**RUDRAKSHA**

\* **Chakra** : Tous

\* **Purification/ Rechargement** :

N’étant pas une pierre, aucune purification ou aucun rechargement ne sont nécessaires.

\* **Vertus et Propriétés en lithothérapie** :

Larmes de Shiva/Equilibre/Guérison

- S’il est bien entretenu, le  Rudraksha peut se porter durant de longues années et même être transmise de génération en génération. Pas de contact avec l’eau sinon, vos graines se fissureront et casseront rapidement.

- Bien que les graines de Rudraksha ne soient techniquement pas des pierres, on utilise le rudraksha pour ses vertus également en lithothérapie.  En effet, les graines dégagent de puissantes vibrations énergétiques qui varient selon la variété.

**Le Rudraksha, une pierre de tradition**

Depuis le Xe siècle, les hindous ont utilisé le Rudraksha et ses vertus sous forme de malas comme chapelets de méditation. Les graines de Rudraksha étaient enfilées et utilisées pour compter la répétition d'un mantra ou d'une prière.

Selon les anciennes écritures védiques, les graines Rudraksha ont été formées à partir des larmes de Shiva. Depuis, elles ont toujours été utilisées par les plus grands maîtres Yogi d'Inde, du Népal, de Chine et de toute l'Asie. Ces grands sages utilisent le Rudraksha et ses vertus pour équilibrer l'esprit, les émotions et créer un environnement propice à la méditation et au pacifisme. Dans l'ensemble, les graines de Rudraksha sont connues pour aider à la méditation, au soulagement du stress, à la guérison du corps et pour engendrer des changements positifs et durables.

**Rudraksha vertus et propriétés**

Le rudraksha maintient la bioénergie du corps en équilibre et harmonise l'environnement autour de soi exactement à l'endroit où les graines sont conservées. Il a été démontré qu'il agit jusqu'à 100 mètres de rayon, protégeant son porteur et l'environnement proche de toutes sortes d'énergies négatives. Ce rayonnement d'énergie protectrice est particulièrement ressenti à la maison ou là où vous gardez surtout le Rudraksha.

En lithothérapie, si vous travaillez avec le rudraksha et ses vertus, vous ressentirez un sentiment de paix. Vous serez troublé(e) par moins de perturbations dans votre environnement. Les vertus du rudraksha sont particulièrement importantes pour la méditation. En effet, les graines aident à mobiliser une grande concentration.

\* Placées sur le cœur, les graines de Rudraksha agissent pour stabiliser le rythme cardiaque.

La circulation sanguine et le rythme cardiaque induisent automatiquement un champ magnétique autour du corps et en particulier de la région cardiaque. Essentiellement, le Rudraksha aide à provoquer une "réponse de relaxation" bien connue qui est le but ultime en méditation face à ce phénomène biologique.