

# Améthyste

---

## Caractéristiques:

**Couleur:** Violet, du mauve pâle au violet soutenu

**Groupe:** Quartz

**Système cristallins:** Rhomboédrique

**Dureté:** 7

**Origine:** Brésil, USA, Sri Lanka, Inde, Uruguay, Madagascar, Australie

**Purification:** Eau douce, sel terre, ou encens

**Rechargement:** Lune, ou amas de quartz

---

## Te conviens si:

- Je suis dans l'excès (addictions, comportements ou choix extrême)
  - Tu es toujours en rébellion contre l'autorité quelle qu'elle soit, tu te sens révolté
  - Tu n'aimes pas changer tes habitudes et tu manques de mobilité
  - Tu te pers aux services aux autres
- 

## Résumé:

C'est une pierre relaxante, apaisante et énergisante au niveau spirituel. L'améthyste calme les états impulsifs, les pensées obsessionnelles, les passions irraisonnées et les insomnies dues à l'excitation.

D'après les anciens, sa propriété la plus connue était de protéger son porteur de l'ivresse. Mais la vraie raison de ce rapport de l'améthyste et de la boisson est la ressemblance qu'a la couleur de cette pierre avec celle du vin.

Ses vibrations en font une pierre de transformation de conscience vers l'équilibre, la progression spirituelle et l'activation du 7ème Chakra. De plus, l'améthyste est recommandée pour favoriser les états méditatifs et décupler la concentration, la créativité, l'imagination et la sérénité.

---

# Ses vertus:

## **1. Apaisement et sérénité**

L'améthyste est particulièrement reconnue pour ses effets calmants. Elle aide à réduire le stress, l'anxiété et les tensions mentales. C'est une pierre idéale pour favoriser la détente, que ce soit dans la vie quotidienne ou lors de périodes particulièrement stressantes.

## **2. Amélioration du sommeil**

Cette pierre est souvent associée à l'amélioration de la qualité du sommeil. Placée sous l'oreiller ou à proximité du lit, elle aide à prévenir l'insomnie et les cauchemars. Elle favorise également un sommeil réparateur et plus profond, en apaisant l'esprit avant de dormir.

## **3. Équilibre émotionnel**

L'améthyste aide à harmoniser les émotions, en apaisant les pensées négatives et les sentiments de colère, de tristesse ou de frustration. Elle favorise la paix intérieure, ce qui en fait une pierre particulièrement utile pour ceux qui traversent des moments émotionnellement difficiles.

## **4. Développement spirituel**

En raison de son lien avec le chakra du troisième œil et le chakra coronal, l'améthyste est souvent utilisée pour stimuler le développement spirituel et l'intuition. Elle aide à se connecter à des plans de conscience plus élevés, facilitant ainsi la méditation, la pratique de la pleine conscience, et l'éveil spirituel.

## **5. Renforcement de l'intuition**

L'améthyste est connue pour accroître l'intuition et la perception spirituelle. Elle est souvent utilisée par ceux qui souhaitent développer leurs capacités psychiques ou renforcer leur connexion avec leur subconscient. Elle aide à "voir au-delà des apparences" et à capter des messages subtils provenant de l'intérieur ou du monde spirituel.

## **6. Clarté mentale et concentration**

Sur le plan mental, l'améthyste aide à améliorer la clarté d'esprit et la concentration. Elle permet d'organiser ses pensées et de prendre des décisions plus sereinement, en diminuant le brouillard mental. Elle est donc idéale pour les moments où il faut prendre des décisions importantes ou lorsque l'on a besoin de plus de discernement.

## **7. Purification et protection énergétique**

L'améthyste a des propriétés purificatrices, à la fois pour les énergies négatives internes et celles de l'environnement. Elle aide à dissiper la négativité, les pensées toxiques et les influences spirituelles néfastes. Elle peut également être utilisée comme une pierre de protection contre les énergies négatives environnantes.

## **7. Purification et protection énergétique**

L'améthyste a des propriétés purificatrices, à la fois pour les énergies négatives internes et celles de l'environnement. Elle aide à dissiper la négativité, les pensées toxiques et les influences spirituelles néfastes. Elle peut également être utilisée comme une pierre de protection contre les énergies négatives environnantes.

## **8. Soulagement des addictions et des comportements excessifs**

Traditionnellement, l'améthyste est liée à la lutte contre les addictions. Elle est parfois surnommée "la pierre de la sobriété" parce qu'elle aide à modérer les comportements excessifs, qu'il s'agisse de dépendances à des substances (comme l'alcool) ou de comportements compulsifs (comme la nourriture ou le jeu). Elle favorise la maîtrise de soi et la prise de conscience des excès.

## **9. Soutien émotionnel pendant les périodes de deuil**

L'améthyste est souvent utilisée pour apaiser les personnes en deuil ou traversant des périodes de perte émotionnelle. Elle apporte une énergie réconfortante, permettant de mieux gérer la douleur émotionnelle et de trouver une paix intérieure face aux événements difficiles.

## **10. Harmonisation des chakras**

L'améthyste agit principalement sur le chakra du troisième œil (intuition, perception psychique) et le chakra coronal (connexion spirituelle). Elle aide à ouvrir et équilibrer ces centres énergétiques, favorisant une circulation plus fluide de l'énergie spirituelle et mentale.

## **11. Amélioration de la méditation**

C'est une pierre privilégiée pour la méditation car elle aide à calmer le mental et à entrer plus facilement dans un état méditatif profond. Elle facilite l'ouverture à des expériences spirituelles plus élevées, ainsi qu'à une meilleure connexion avec son moi intérieur.

## **12. Soulagement des maux de tête**

Sur le plan physique, l'améthyste est utilisée pour soulager les maux de tête et les migraines. Elle aide à détendre les tensions nerveuses, ce qui peut avoir un effet bénéfique pour ceux qui souffrent de douleurs liées au stress ou à la fatigue mentale.

## **13. Régénération et guérison physique**

Bien que son influence soit principalement spirituelle et émotionnelle, l'améthyste est parfois utilisée pour aider à la guérison physique. Elle peut avoir un effet apaisant sur les systèmes nerveux et endocrinien, et favoriser une meilleure récupération après des maladies ou des blessures.

## **14. Favorise la créativité**

L'améthyste peut également stimuler l'imagination et la créativité en aidant à libérer les blocages mentaux et émotionnels. Elle est idéale pour les artistes, écrivains et créateurs qui souhaitent stimuler leur inspiration.

## Ses contre-indications:

**Utilisation excessive:** risque de fatigue mentale

L'améthyste stimule fortement le mental et les chakras spirituels (troisième œil et coronal). Chez certaines personnes, une utilisation excessive ou prolongée peut entraîner une surchauffe mentale, ce qui se traduit par une sensation de fatigue intellectuelle, des maux de tête ou même une confusion mentale.

**Excès de stimulation spirituelle:** l'améthyste est souvent utilisée pour ouvrir le troisième œil et favoriser les expériences spirituelles. Cependant, chez les personnes sensibles ou novices en matière de travail spirituel, elle peut provoquer des sensations de désorientation, des rêves trop vifs, voire des perturbations dans le sommeil, en raison d'une trop forte stimulation du subconscient et des plans spirituels.

**Ancrage insuffisant:** l'améthyste est une pierre très orientée vers les sphères spirituelles et peut, chez certaines personnes, provoquer un manque d'ancrage. Vous pourriez ressentir une sensation de flotter, un manque de connexion avec la réalité, ou de la difficulté à se concentrer sur les tâches quotidiennes. Cela peut entraîner une forme de détachement de la réalité, surtout si elle est utilisée de manière intense ou prolongée.

**Mise en pause des émotions:** l'améthyste a des effets apaisants, mais pour certaines personnes, elle peut, si utilisée excessivement, pousser à réprimer ou ignorer les émotions. Plutôt que de traiter les émotions ou les problèmes émotionnels, l'améthyste peut aider à les calmer, mais cela peut devenir problématique si cela conduit à les refouler au lieu de les affronter.

**Pas toujours adaptée aux enfants:** bien qu'apaisante, peut être trop intense pour les jeunes enfants, notamment en raison de sa capacité à stimuler les rêves et l'intuition. Cela peut provoquer des cauchemars ou des expériences oniriques troublantes chez les enfants sensibles

