

# Turquoise

---

## Caractéristiques:

**Couleur:** Bleu ciel, bleu vert, avec des inclusions ou des veines ocre, brunes

**Groupe:** Phosphate d'alumine

**Système cristallin:** Triclinique

**Dureté:** 5 - 6

**Origine:** Afghanistan, Australie, Chine, USA, France, Mexique, Tanzanie

**Purification:** Eau, sel

**Rechargement:** Soleil, amas cristallin

---

## Te conviens si:

- Tu es hypersensible
  - Tu es stressé(e), ou souvent surchargé(e) émotionnellement
  - Tu as du mal à exprimer ce que tu ressens
  - Tu cherches la stabilité intérieure
  - Si tu es thérapeute, enseignant, artiste, ou une personne qui communique beaucoup
  - Si tu es souvent "éponge émotionnelle", elle peut vraiment t'aider à créer un filtre
- 

## Résumé:

C'est la pierre qui élève l'esprit vers le ciel et régit les fluides vitaux du corps. La turquoise est une pierre sacrée dans beaucoup de grande civilisation car sa particularité est de repousser les énergies négatives et de protéger celui qui la porte et son entourage. Ses effets apaisants aideront à maîtriser les sauts d'humeur et les coups de colère.

# Ses vertus:

## 1. Vertus Émotionnelles et Psychologiques

Apaise le mental:

La turquoise calme les pensées envahissantes, réduit les angoisses et aide à sortir de l'état de surmenage mental. Elle est idéale pour les personnes anxieuses, nerveuses, ou ayant des troubles du sommeil liés au stress.

Stabilité émotionnelle:

Elle aide à retrouver un équilibre intérieur, surtout quand on est submergé par des émotions intenses ou contradictoires. Elle invite à la paix, la douceur, et la compassion.

Renforce la confiance en soi:

Elle donne du courage, de l'assurance et favorise l'affirmation de soi, sans agressivité. Elle t'aide à t'assumer pleinement, à exprimer ta vérité avec bienveillance.

## 2. Vertus de Communication

Favorise l'expression et la parole:

Liée au chakra de la gorge, elle facilite l'expression claire des pensées et émotions. Elle aide à parler avec justesse, sans retenue ni agressivité, ce qui la rend précieuse pour les personnes timides ou bloquées dans leur communication.

Aide à la vérité intérieure:

Elle favorise l'écoute de soi, la sincérité, l'honnêteté avec les autres et surtout avec soi-même. Elle aide à ne pas se trahir et à respecter ses besoins profonds.

### 3. Vertus Spirituelles

Pierre de protection:

Depuis des siècles, elle est considérée comme une amulette puissante contre les énergies négatives, les dangers et les accidents. Elle agit comme un bouclier énergétique.

Favorise la méditation et l'intuition:

Elle facilite les connexions spirituelles, développe l'intuition et aide à accéder à des plans plus élevés de conscience. Elle est douce et bienveillante, parfaite pour les personnes sensibles.

Aligne les chakras:

Principalement liée au chakra de la gorge, mais aussi au chakra du cœur, elle aide à harmoniser la circulation énergétique dans le corps.

### 4. Vertus Physiques

Renforce le système immunitaire:

Elle stimulerait les défenses naturelles du corps, aidant à combattre les virus et à prévenir les maladies.

Soulage les inflammations:

Elle est traditionnellement utilisée pour aider à calmer les douleurs articulaires, les migraines ou les tensions musculaires.

Aide à la respiration:

Elle aurait une action bénéfique sur les poumons, la gorge et les sinus. Idéale si tu es sujet aux infections ORL ou aux allergies respiratoires.

