

# Introduction à la Lithothérapie



Écrit par : Axel/Yosei



Les informations contenues dans ce guide sont très générales et feront l'objet de précisions dans d'autres fiches qui approfondiront certains thèmes ou qui en mettront de nouveaux en lumière. Ces informations se veulent indicatives mais ne doivent pas prédominer votre intuition. Ainsi, si vous avez d'autres méthodes, d'autres chiffres ou d'autres points de vue, ces derniers sont largement valables. Ils sont même les bienvenus afin d'enrichir les connaissances du site.

## Une pierre ?

Les pierres forment la croûte terrestre et par extension la planète Terre. Globalement, Les pierres vivent de 3 manières différentes :

- **Sédimentaire** : En subissant l'érosion de l'eau et du vent
- **Volcanique** : Le magma étant un fluide de différentes roches, La plupart du temps, les plus lourdes auront tendance à s'enfoncer en profondeur et les plus légères à remonter à la surface. A leur refroidissement, la solubilité ainsi que la présence de gaz ou d'eau qui influencent la température de fusion auront un impact sur la cristallisation. Plus la roche a le temps de refroidir lentement, plus les cristaux seront gros.
- **Métamorphique** : La Réaction chimique entre certaines roches en donnera de nouvelles. Le combat entre pression et température assure aussi cette métamorphose, certaines molécules de la roche deviendront liquides et pas d'autres (température de fusion) et réagiront avec d'autres, ce qui explique que la croûte terrestre soit en mouvement.

Mais ce qui convient de retenir et qui est important : la formation des pierres est longue. Elle se dessine sur des grandes échelles en millions d'années. En magie et en énergétique, c'est ce qui va expliquer que leur vibration est très lente et leur pouvoir très puissant, car ils ont une longue vie et ont vu beaucoup de choses à enseigner.

Les pierres, comme toute matière, émane une énergie que nous ressentons sur le plan physique (picotement, chaleur, froid...), plan émotionnel (colère, joie...). L'effet de l'énergie dépend de la pierre mais aussi de la relation que nous entretenons avec elle par notre rythme vibratoire, nos pensées ou notre profil énergétique. Cette énergie sera aussi influencée par l'état de la pierre. Si cette dernière a été extraite de la Terre violemment sans remerciement, sa force énergétique sera affaiblie. Les pierres ont des émotions. Arracher une pierre à la terre, c'est l'arracher de son cocon, de la Terre-Mère ou du moins l'éloigner de la Terre-Mère (elle sera toujours reliée à elle). Il faut donc en prendre soin et la remercier. Une pierre, c'est un compagnon de vie qui vous soutiendra dans toutes vos épreuves. D'ailleurs la programmation d'une pierre consiste en la visualisation de ce qu'elle doit vous apporter (dans un contexte précis : un entretien d'embauche, de manière générale : calmer ses blessures). Elle peut être déprogrammée et reprogrammée à nouveau. Cependant, les apports peuvent se faire de manière tacite. Cette étape n'est pas obligatoire si vous n'en ressentez pas le besoin. Une pierre sont des richesses incroyables de la terre, une pierre heureuse voudra davantage vous aider, comme les humains...

## I) Quelle pierre pour toi ?

Pour choisir sa pierre, il y a plusieurs possibilités. Il faut commencer par cibler ses besoins de manière générale. Ensuite, on peut procéder par intuition-déduction : On observe autour de nous toutes les pierres en se concentrant et en écoutant notre intuition. On sent la pierre qui nous appelle. Ensuite on regarde les caractéristiques de la pierre. L'inverse est possible, on cible rationnellement quelques pierres puis on regarde celle qui nous appelle. Le but étant qu'intuition et déduction se réconcilie. Nous allons parler de la classification par couleur car c'est la plus connue. Mais il en existe pleins d'autres, notamment par leur forme ou encore les chakras qu'elles influencent. Ces sujets seront développés dans d'autres articles.

## Le Noir

### Obsidienne noire



Les pierres noires amènent à l'introspection de soi. Elles génèrent un bouclier contre les énergies extérieures, les absorbent parfois même les renvoient. Elle nous amène à ressentir notre propre corps, notre propre âme en coupant l'influence extérieures. Les pierres noires seront excellentes si des personnes ont une influence négative sur nous, essaient de nous pomper de l'énergie ou de nous manipuler. Elles seront utiles aussi contre les esprits malveillants et peuvent être utilisés pendant certains rituels. Elles peuvent aider quand le porteur est trop pris par les relations sociales et d'engagements sociaux au point où il oublie son chemin de vie et la construction de son être. Pourtant, les pierres noires peuvent avoir des effets catastrophiques, notamment quand le sujet est proie à la solitude. En nous enfermant sur nous-même, tout contact étranger deviendra insupportable, on sera davantage énervé à la moindre maladresse. Les doutes et les peurs du monde extérieurs se transforment en des formes de dépression. Ainsi, nous sommes coupés du monde extérieur qui est pourtant un élément indispensable du développement de notre être.

Quand utiliser le noir ?

- Difficulté à se distinguer des gens en général
- Besoin de faire un travail d'introspection
- Relations avec autrui trop fusionnelles
- Besoin de se protéger contre des influence négatives (esprit, pendant les rituels, personnes mal attentionnées)

À éviter dans les situations suivantes :

- Tristesse
- Solitude
- Angoisse
- Isolement et pessimisme

## Le Blanc

### Cristal de roche



Les pierres blanches sont les plus neutres et les plus pures. Elles fournissent une énergie capable de stimuler tous les chakras. C'est aussi un catalyseur qui permet d'augmenter les effets des autres pierres ou de certains types de baguettes magique munies de cristal de roche par exemple. Les pierres blanches mettent en lumière l'environnement et clarifie les doutes à l'intérieur de nous. On remarque que c'est l'effet inverse des pierres noires. Attention, trop de pierre blanche nous conduit à nous perdre dans le monde universel en oubliant notre spécificité et notre but. Nous absorbons toutes les énergies environnantes sans filtre, avec une sensibilité accrue. L'ouvrage fait une allégorie avec le fou dans le tarot de Marseille. Le besoin d'une reconstruction totale en fonçant dans l'inconnu frénétiquement dans prendre de recul.

Quand utiliser le blanc ?

- Besoin de catalyseur d'énergie ou d'une énergie neutre
- Besoin de clarification
- Explorer des sensations, rechercher la sensibilité sans but général
- Travailler l'ouverture, la sensibilité et à l'accroissement de nos énergies

À éviter dans les situations suivantes :

- Hypersensibilité aux vibrations extérieures
- Caractère influençable et vulnérable
- Problème de gestion de ses énergies (Fuites énergétiques, voyage astral involontaire...)

## Le rouge

### Jaspe rouge



Le rouge symbolise, dans beaucoup de culture, le feu et le sang. C'est une couleur forte et dynamisante. Elle représente le liquide vital de la terre (magma) et des êtres vivants (sang). C'est la couleur du guerrier, elle agit très rapidement par rapport aux autres couleurs. Par extension, Les pierres rouges revitalisent, donnent de la force pour dépasser les épreuves et poussent à réaliser nos projets. Elles nous aident également à sortir de la dépression. Elles donnent aussi de la puissance sexuelle généralement masculine (mais ça marche sur les femmes 😊). Cependant, les pierres rouges peuvent, chez certains, réveiller leur colère et provoquer du stress et de la tension chez d'autres. Trop de pierres rouges provoquent l'effet inverse : A force d'être sous tension, c'est la fatigue (effet contraire) qui vient envahir le porteur. Il est conseillé de la porter à des moments précis de la journée ou à des situations particulières et d'éviter de la porter constamment sur une longue période.

À éviter dans les situations suivantes :

- Stress et hypertension
- Tendance à la colère et à la violence
- Hyperactivité physique ou morale
- Impulsif et Impatient

Quand les utiliser ?

- Combat la Fatigue
- Manque de volonté et de force
- Besoin d'accomplir un projet
- Inertie physique ou morale
- Renforcement de la sexualité

## Le Jaune

### Calcite jaune



Le jaune est difficile à décrire. Il semble représenter le rayonnement du Soleil et donc la Chaleur. Mais en réalité, c'est l'or qui décrit ces effets, alors que vaut le jaune ? En Occident, il va évoquer la manière d'être dans la société. Il représente ce que nous renvoyons au Monde. Le jaune représente donc notre soleil et notre chaleur. C'est l'or des êtres vivants. Par conséquent, les pierres jaunes nous aident à nous affirmer en société et à trouver notre place. Elles nous aident à communiquer notre façon d'être et nous donne un boost d'énergie en cas de fatigue. En Orient, le Jaune représente le génie et se traduit par le développement de la mémoire. L'excès de Jaune peut créer une surbrillance exagérée qui trompe notre véritable personnalité au monde extérieur. Nous montrons du « faux or » aux gens. Cela se caractérise par une course délibérée à la gloire et au succès où le regard des autres priment sur notre bien-être personnel. D'un point de vue Oriental, l'excès de jaune va représenter la répétition obsessionnelle d'idées. Le jaune peut rendre désagréable et cynique. C'est une couleur qui reste plus mesurée que le rouge cependant.

À éviter dans les situations suivantes :

- Course à la gloire et au succès
- En cas de médiatisation abusée de notre personne
- Difficulté à établir des relations profondes et de confiance avec autrui
- Caractère irritable et cynique. Manque d'humilité.

Quand les utiliser ?

- Mélancolie
- Besoin de trouver sa place dans le monde (professionnelle, rôle...)
- Manque de confiance en soi dû à une mauvaise image de soi forgée par le monde extérieur
- Fatigue passagère.

## Le bleu foncé

### Lapis-Lazuli



Le bleu foncé représente l'homme dans le ciel. Le bleu la nuit cache des secrets, des connaissances, le savoir et la sagesse. Travailler avec le bleu foncé, c'est passer de l'ignorance au savoir. Le bleu foncé nous interroge à aller au-delà du visible et percer les secrets du Monde. Les pierres bleues basculeront vos énergies vers le chakra du 3<sup>ème</sup> œil la plupart du temps et vous fera travailler l'intellect. Elles vous aident à vous écouter tout en gardant contact avec le monde extérieur (contrairement aux pierres noires).

Nous contemplons le moment présent. Mais une focalisation massive constante sur les pierres bleu foncé provoque des pensées tellement élaborées qu'elles nous suffisent à construire une réalité sans expériences. On occulte l'expérience de la vie et un décalage se manifeste entre le monde extérieur et le monde que nos pensées fondent. Nous ne cherchons plus à tester, à vivre ; on vit dans la théorie. Toutes éléments dans le monde qui ne respectent pas nos règles théoriques sont filtrés. Les pierres bleu foncé ne sont pas des pierres d'actions.

À éviter dans les situations suivantes :

- Peur de se lancer dans l'expérience et peur de la remise en cause de ses connaissances
- Rigidité intellectuelle et difficulté à faire évoluer sa pensée
- Tendance à s'arrêter aux idées sans leur donner vie.

Quand les utiliser ?

- Apprentissage intellectuel ou artistique
- Réflexion philosophie et quête de sens
- Besoin d'écouter notre propre être et sa manière d'être au monde
- Cheminement spirituel et lien avec l'universel

## Le Bleu clair

### Turquoise



Le bleu clair est une couleur apaisante qui apporte sérénité de l'esprit et calme les angoisses et les blocages. Elle a une dimension collective. Les pierres bleu clair développent la capacité à communiquer, à trouver les bons mots, à travailler sa voix. Elles aident à comprendre les autres et à être plus tolérants. Elles éclaircissent les subtilités. Globalement, elles nous aident à mieux comprendre notre environnement social. Cependant, un excès en bleu clair pousse son porteur à monopoliser l'espace et

la parole. L'interlocuteur comprend mal, ou pire, ne peut pas du tout s'exprimer. Un phénomène plus rare peut se produire, l'excès de bleu clair peut pousser le sujet à simplement écouter autrui en étant absorbé par ses paroles sans jamais intervenir. Cela se produit chez les personnes introverties. Il est conseillé alors de travailler avec des pierres qui augmentent l'assurance (orange, jaune, rouge) et de revenir sur le bleu clair ensuite. Ces deux conséquences négatives s'expliquent par l'existence de deux types de pierres bleu clair : Les actives qui développent l'expression et les passives qui développent la compréhension.

À éviter dans les situations suivantes

- Le besoin de monopoliser la parole et problème de compréhension chez autrui (actives)
- Négligence de l'expression de soi et absorption des propos d'autrui (passives)

Quand les utiliser ?

- Difficultés d'expression, bégaiements, hésitation
- Problème de tact ou choix des mots juste
- Besoin de prendre contact avec l'inconnu.

## Le Vert

### Emeraude



Le Vert représente l'espoir et la compassion. Les pierres vertes atténuent la souffrance et la colère en nous donnant un recul émotionnel. Elles aident à se consacrer au collectif et éveillent en nous le sentiment de justice et d'idéalisme. C'est aussi la couleur des plantes et de la nature en général. Les pierres vertes aideront les guérisseurs à soigner et renforceront le système immunitaire de son porteur. Elles renouvellent les énergies. Attention, le vert peut aussi empoisonner. C'est également une couleur instable qui va et vient. Abuser de pierres vertes peut nous enfermer dans une carapace qui nous protège de nos émotions. Mais ces émotions vivent quand même. Il ne faut pas considérer la sensibilité comme une faiblesse (Souvent problématique chez les hommes 😞). Attention à l'idéalisme qui peut dissimuler de l'égo, accompagner d'une pierre rose, la pierre verte devient sincère.

À éviter dans les situations suivantes :

- Tendance à dissimuler ses émotions
- Vision négative de l'émotion (faiblesse)
- Manque d'empathie et de connexion à l'autre
- Idéaux qui priment sur les valeurs humaines

Quand les utiliser ?

- Contrôler ses émotions
- Transformer la tristesse en espoir
- Renforcer ses défenses immunitaires
- Renforcer le pouvoir de guérison

## L'Orange

### Cornaline



L'orange est la couleur pour profiter de la vie et de l'instant présent. Les pierres orange donnent vie à la sexualité, à la gourmandise, aux créations, aux projets. Elles permettent de donner suite à l'imagination et aux idées. Les pierres orange ont cette faculté à nous plonger dans l'instant présent total et dans un état en mode « chill ». Qu'est ce qui se passe quand on fait trop la fête ? Les responsabilités ? Le long terme ? Nos engagements ? Vous avez compris le problème 😊. L'orange pousse dans l'irresponsabilité et l'individualisme.

À éviter dans les situations suivantes :

- Addiction
- Mode de vie compulsif
- Manque de conscience de ses actes et individualisme

Quand les utiliser ?

- Difficulté à se faire plaisir, interdits
- Besoin de se concentrer au moment présent
- Incapacité à s'émerveiller
- Donner une âme à une idée, un concept ou à un projet.

## Le Violet

### Saphir violet



Le violet nous permet de nous connecter au cosmos et d'y dénicher des créations et idées nouvelles. C'est la couleur de la médiumnité, de la clairvoyance, de l'intuition. Les pierres violettes nous font voyager dans l'univers bien au-delà du monde matériel, favorisent les rêves (je confirme 😊) . La sensibilité de l'invisible est développée. Cependant, l'excès de violet nous conduit à vivre majoritairement dans le cosmos et à nous éloigner de la terre, au point où nous perdons notre ancrage et la conscience de notre corps.

À éviter dans les situations suivantes

- Nature rêveuse et déconnectée du réel
- Tendance à compenser la souffrance par une fuite dans l'imaginaire
- Problème d'ancrage
- Difficulté à distinguer une expérience personnelle et un avoir universel

Quand les utiliser ?

- Besoin d'idées neuves
- Besoin de sortir d'un cadre de vie trop rigide
- Développer son intuition et les perceptions subtils
- Croyance qui se limite à ce qu'on voit.

## Le Marron

### Agate Brune



Le marron est la couleur de la stabilité et du concret. Il développe notre capacité d'organisation et de gestion. Les pierres marrons nous fournissent l'énergie de l'encrage et nous connectent à la Terre-Mère. Le marron est privilégié pour les médiations basées sur le travail d'ancrage. Avec l'ancrage, nous retrouvons la force d'affronter les épreuves de la vie, retrouvons un sentiment de sécurité et vénérons les valeurs du passé notamment dans notre lignée et les transmettons aux générations suivantes. Trop de pierres marrons poussent à l'immobilisation et la peur de changer d'habitude. On devient dépendant de nos repères et notre flexibilité est réduite à néant.

À éviter dans les situations suivantes

- Rigidité
- Peur du changement
- Obsession du rangement et du ménage

Quand les utiliser ?

- Manque de repère
- Problème d'ancrage
- Problème de confiance en soi lié à un sentiment d'abandon
- Incapacité à prendre conscience de son corps

## Le Rose

### Rhodochrosite



Le rose est la couleur qui nous invite à faire don de nous-même. C'est la couleur de l'amour et de la compassion. Les pierres roses nous aident à cicatriser nos blessures et à faire confiance en l'autre. La tristesse s'échappe et la sphère du cœur s'ouvre permettant de développer l'amour inconditionnel. On est prêt à s'investir personnellement. Mais trop de rose peut développer l'hypersensibilité et nous amène à donner notre confiance facilement. Des individus malveillants peuvent exploiter cette faille chez certains individus pour leur pomper de l'énergie ou abuser d'eux. Les pierres roses, bien qu'efficaces pour soigner les blessures, peuvent s'avérer très violentes surtout quand le sujet à accumuler énormément de coups et peu d'amour. Il faut accepter cette étape pour se soigner.

À éviter dans les situations suivantes

- Naïveté
- Empathie exacerbée
- Tendance à s'oublier dans le don de soi

Quand les utiliser ?

- Besoin de soigner des blessures passées et de laisser s'exprimer la tristesse
- Difficulté à faire confiance
- Grand contrôle de soi qui nous empêche d'aimer
- Envie de douceur et d'affection.

## II) La forme des pierres

Les pierres sont présentées en de multiples formes, amulette ou collier pour travailler avec le chakra cœur ou chakra gorge ou encore en boule pour pratiquer des massages (pratique des litho thérapeute). Globalement, il est optimal de placer la pierre le plus proche possible du chakra que l'on veut travailler cependant votre intuition et votre relation avec la pierre sera plus puissante que cette simple recommandation. C'est donc bien votre ressenti qu'il faut suivre en priorité.

Nous pouvons néanmoins classer les pierres en trois formes différentes qui vont donner un indice sur son cheminement pour arriver jusqu'à vous. Comme je le disais, les pierres ont des émotions et vivent, il est important de se préoccuper de leur état.

### a) Les pierres brutes

Les pierres brutes sont des blocs qui ont été concassées pour obtenir des roches constituées d'un même minéral. Ces pierres n'ont subi que leur arrachement à la Terre-mère et le concassement mais n'ont pas été transformé. Leur forme brute ne permette pas une mise en valeur le leur forme, de leur couleur et les rende difficilement synergique visuellement. L'appréhension énergétique peut être perturbée chez certain. Elles dégagent cependant la même propriété énergétique qu'une pierre taillée. Certains ressentent mieux les pierres brutes à cause de leur forme semi-naturelle.

### b) La pierre taillée

Les pierres taillées ont été travaillées méticuleusement. La transformation qu'elle subissent est attentionnée et la forme qu'elles prennent permet chez certain de mieux ressentir leur énergie surtout quand la structure géométrique de leur forme extérieure égalise celle du minéral. Elles se retrouvent sous diverses formes qui permet d'effectuer un travail particulier.

### c) Les pierres roulées

Ce sont les pierres les moins privilégiées. Elles ont connu les fameux tonneaux à polir qui permettent de donner pleins de petits cristaux à la chaîne. Ces machines reproduisent un phénomène d'érosion accélérée. Energétiquement ses pierres ont été basculées dans tous les sens. Comme je le disais avant, les pierres ont des vibrations lentes, subir en quelques minutes ce qu'elle subit en des années naturellement est très perturbant pour elles. Elles constituent le bas de gamme des pierres, ce qui est insultant. Heureusement, en la purifiant, en la rechargeant et en lui donnant beaucoup d'amour, les pierres roulées seront heureuses et vous pourrez profiter pleinement de son énergie.

## III) Comment s'occuper de ses pierres ?

### A) La purification

Quand vous travaillez avec les pierres, vous vous videz des énergies que vous souhaitez vous débarrasser (négative pour vous), Ces énergies ne disparaissent pas, elles sont absorbées par la pierre. Ces énergies doivent rejoindre l'univers ou le divin ; elles seront noyées dans le « Tout ». Pour éviter que ces énergies tardent à partir, il existe plusieurs moyens de procéder :

#### a) Le sel

Le sel permet une purification rapide des pierres. Une demi-heure suffit par contact direct. Il faut verser du sel dans un récipient (gros sel, sel de l'Himalaya...) et poser la pierre dessus. Cependant, il existe des risques d'oxydation chez certaines pierres. Il faudra alors faire la même chose mais en mettant la pierre dans un récipient en verre dans un autre récipient rempli de sel. La durée est d'une heure et demie. A noter que les durées sont variables en fonction de l'état de la pierre (suivre votre intuition). Il faut ensuite ne pas toucher le sel avec ses mains et aller l'enterrer dans la terre afin que les énergies soient recyclées. Prévoir un rechargement immédiat de la pierre après cette opération.

#### b) L'eau

L'eau est un bon purificateur mais il faut distinguer plusieurs méthodes :

- Tremper la pierre dans un bain d'eau permet une bonne purification, il faut une heure. Cependant, le mieux est de prévoir de l'eau distillée car avec le temps, des dépôts se posent sur la pierre. Il faut aussi éviter les pierres qui s'abîment avec l'eau.
- On peut faire couler de l'eau sur la pierre (par le robinet), cela évite le dépôt de particules sur la pierre (dans une moindre mesure). Il faudra visualiser l'énergie négative qui s'échappe de la pierre. Quelques minutes peuvent suffire. Cependant, cette méthode risque de ne pas être adaptée si la pierre a absorbé une très grande quantité d'énergie.
- Le bain d'eau salé et le bain d'eau indirectement salé (un récipient d'eau avec la pierre plongé à l'intérieur dans un autre récipient... ça fait beaucoup ! (Veillez à ce que la pierre supporte le sel et l'eau.)

#### c) L'encens et fumigation

On peut utiliser de la sauge ou de l'encens naturels pour purifier les pierres. L'encens joue le rôle de pont entre l'humain et le divin. La sauge joue le même rôle. En faisant la purification, prenez conscience des énergies négatives qui s'échappent de la pierre. Il est préférable d'ouvrir la fenêtre pour que les énergies soient chassées dehors et ne stagne pas dans la pièce.

#### d) Les symboles et rituels

En fonction des cultures et des pratiques, des symboles ou des rituels peuvent servir à purifier les pierres. Notamment la fameuse fleur de vie.

#### e) Le son

Certains instruments au son naturel comme le carillon, le tambour chamanique ou le bol chantant peuvent servir de purification. Prenez la pierre dans votre main à proximité de votre instrument et faire sonner ce dernier.

## B) Rechargement

Il y a plusieurs possibilités là aussi :

- La géode permet de recharger une pierre. Les géodes de cristal ou de quartz rechargent toutes les pierres. Les géodes d'autres couleurs ne rechargent que les pierres de la même couleur voir mieux le même type de pierre. La géode n'a pas besoin d'être purifier et recharger régulièrement mais il faut quand même le faire de temps en temps.
- Le soleil et la Lune, de préférence à la pleine Lune qui sera beaucoup plus puissante. Attention, certaines pierres ne supportent pas le Soleil.
- Certains rituels peuvent servir à charger les pierres

## IV) Ranger ses pierres

Il existe des personnes qui adorent classer et ranger leurs belles pierres pour qu'elles soient heureuses et bien dans leur cocon 😊

Premièrement, parlons de la matière qui compose vos récipients ou boîtes pour ranger les pierres. Il faut savoir une chose ; la pierre ne réagira pas chimiquement avec son récipient, donc le plastique peut très bien être utilisé et n'abîmera pas la pierre (cependant si vous êtes contre le plastique, ne l'utilisez pas). Il faut juste savoir que plus le matériau est conducteur, plus l'énergie de la pierre influencera l'extérieur. Donc le choix se fera en fonction du choix d'isolé l'énergie de la pierre ou non ; Dans le sens croissant de la conduction énergétique : Plastique, Bois, Verre, Métal.

Il est conseillé ensuite de ranger vos pierres par couleur et, si possible, bien les séparer les couleurs afin que les énergies ne se gênent pas entre elles. Il est aussi conseillé de les classer dans l'ordre d'association des chakras

Enfin, si vous voulez diminuer l'influence énergétique de vos pierres sur un espace, c'est-à-dire les mettre en veille, on peut les ranger dans un endroit coupé de la lumière du soleil ou de la lumière artificielle afin de les mettre en mode « hibernation ». A leur sorti, prévoir un rechargement afin de les réactiver. Mais des pierres enfermées, c'est tellement triste 😞.

## Bibliographie

*Les Pierres au Quotidien* de Julia BASHIERO  
*La Mystique des Pierres* de Jean-Yves PAULIN