

Rosenkvarts – kärlekens och hjärtats kristall

Rosenkvarts är en mjukt rosa kristall som ofta förknippas med kärlek, omtanke och inre harmoni. Inom många andliga traditioner anses den vara hjärtchakrats sten och används för att skapa en känsla av lugn, medkänsla och emotionell balans. Dessa egenskaper bygger på traditionella och spirituella föreställningar snarare än vetenskapliga bevis.

Rosenkvarts förknippas bland annat med:

Villkorlös kärlek – sägs stärka kärleken till dig själv och andra.

Självkärlek och självkänsla – kan användas som en påminnelse om att visa sig själv vänlighet och acceptans.

Inre frid – förknippas med en lugnande och harmonisk energi.

Känslomässig läkning – används av många för att bearbeta sorg, besvikelser och gamla känslomässiga sår.

Harmoni i relationer – sägs främja förståelse, tillit och öppen kommunikation.

Empati och medkänsla – förknippas med ett öppet hjärta och större förståelse för både sig själv och andra.

Trygghet och tröst – används ofta under meditation eller vila för att skapa en känsla av lugn och trygghet.

Sägs hjälpa mot skadlig strålning, främja lugn, kärlek och förlåtelse