

## Citrin:

Citrin er en form for kvarts krystall.

Den kan bæres om kvelden for å fjerne frykt, hindre mareritt og sikrer en god natts søvn.

Citrin er også en "gruppestein" som fremmer positive innvirkinger på familie, forretninger og vennskap.

Citrin er en guldfarget klar kvarts. I naturen er citrin meget sjelden i god kvalitet og den er derfor meget verdiful.

I Asia har man fra gammelt av satt gule steiner, som citrin, i forbindelse med opphøyet ro, klokskap og besindighet. De buddistiske munkene går kledd i gult.

Man fant tidlig ut at ved å varmebehandle ametyst skiftet den farge til gult.

Nesten all Citrin som selges idag er varmebehandlet ametyst fra Brasil.

Citrin gir selvsikkerhet og sinnsro. Gir klar hjerne. Gir ro, overblikk, realitetssans og nyskapende og kreativ tankegang.

Citrinen påvirker solar plexus.

Dette er en såkalt solstein. Den tilfører glede, optimisme, frimodighet, livskraft og varme. Klarer tanker og gir oss indre styrke og hjelper kroppen å kvitte seg med psykiske og emosjonelle problemer.

(Navlechakraet/harachakraet)

Vi har ikke så mange gule steiner (tilgjengelig), men en vakker stein som ikke er så vanskelig å få tak i, er citrin. Den er en krystall med alt fra lysegule til brune farger, og den kan være fin ha stående glitrende i stuen til pynt.

Jeg opplever at den har en oppmuntrende effekt. Ellers er den som skapt for det tredje chakraet, og for å få full effekt er det best å plassere den rett på (over) dette chakraet.

Denne steinen kan hjelpe deg til å sette deg i direkte forbindelse med ditt eget kraftsenter og viljessenter, og med det som er din spesielle evne eller gave i dette livet, og med kraften/viljen til å få brukt denne. Og dette er meget viktig for at man skal føle seg hel, at man får bevisstgjort og brukt det man har !

Citrinen kan også hjelpe på fordøyelsen, og til å få en dyp og avslappet pust. (Når man får sånn pipe/hvesepust i begynnelsen av et astmaanfall, skal det hjelpe å plassere en liten blankpolert citrin under tungen.)

Den kan også brukes til å "lade opp" eller energetisere massasjeoljer.