

HILDEGARDE ET LES PIERRES



Mélody Molins

A qui s'adresse ce livre ? Et si c'était une nouvelle façon de prendre soin de soi, en alliant un bien-être local et général ? Enigmatique parfois surprenante, l'action des pierres nous interpelle ! Pour savoir si cela fonctionne, pourquoi ne pas essayer ? Totalement néophyte ou fins connaisseurs en lithothérapie classique ?

Ce livre est complètement atypique ! Il se base sur **les conseils d'Hildegarde de Bingen** et apporte un nouveau regard sur **l'utilisation des pierres**.

On y trouve des **fiches memo avec des conseils pour le quotidien et des recettes simples** à préparer. De quoi apporter à votre trousse familiale, une nouvelle touche de bien-être complètement naturelle !



Réf. 70717

Précommande n° : L99146

12/05/2021

20 €

Livre Broché • 208 pages • 14,8 x 21 cm

Photos N&B

Collection : « Hildegarde pour tous »

Santé - Bien-être

Pierres - Cristaux - 036

22 fiches pratiques au quotidien
Forme et santé
Conseils beauté et bien-être

Depuis les années 1990, Mélody Molins n'a de cesse de faire découvrir cette méthode unique. Elle a fondé, en 2006, l'Institut hildegardien, premier centre francophone, qui dispense des formations spécialisées dans l'approche d'Hildegarde de Bingen (naturopathie, formations pour les professionnels de la santé et les boutiques bio, etc.). Directrice, conférencière, professeure... Partager ses connaissances pour cette approche bien-être est devenu sa priorité. Après ses deux premiers livres en librairie Hildegarde pour les débutants et Hildegarde dans ma cuisine, elle revient avec un nouveau livre à découvrir !

**Idéal pour les débutants et les confirmés,
ce livre à utiliser au quotidien est inédit et complètement atypique !**

Table des matières

Avant-propos : présentation de l'auteur

Introduction

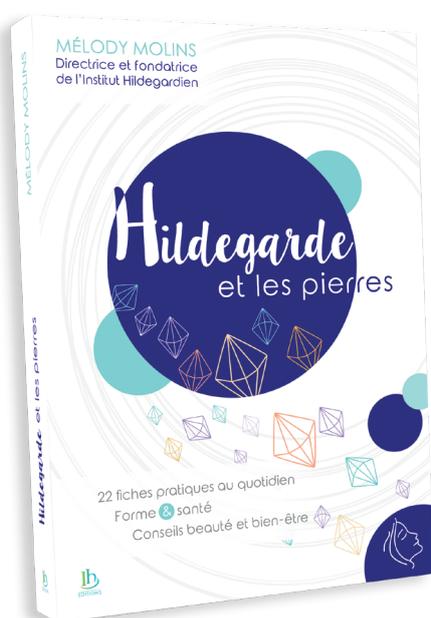
Partie 1 : Je découvre les pierres selon Hildegarde de Bingen

Partie 2 : Mes 22 fiches pratiques selon Hildegarde de Bingen (Agate, ambre, améthyste, calcédoine, chrysolithe)...

Partie 3 : Mes tableaux pratiques pour trouver de suite le bon conseil ! - La bobologie - Gestion des émotions - Les principales actions des pierres

Conclusion : 5 conseils pour commencer de suite.

Hildegarde et les pierres



L'auteure : Méloody Molins
naturopathe Heilpraktikerin

Outre ses ouvrages parus respectivement en 2019 et 2020, Méloody Molins, l'auteure de *Hildegarde pour les débutants*, *Hildegarde dans ma cuisine* et désormais de *Hildegarde et les pierres*, s'intéresse depuis les années 90 aux applications de la méthode d'Hildegarde de Bingen. Elle a fondé et dirige depuis 2006 l'Institut hildegardien, premier centre francophone, qui dispense des formations spécialisées dans l'approche d'Hildegarde de Bingen (naturopathie, formations pour les professionnels de la santé et les boutiques bio etc...).

Lancement de livre

Le nouvel opus de Méloody Molins : Hildegarde et les pierres.

Auteure de deux ouvrages sur la méthode Hildegarde de Bingen, Méloody MOLINS, directrice et fondatrice de l'Institut Hildegardien, partage dans ce troisième et nouvel opus le savoir d'Hildegarde en matière de lithothérapie. Disponible à partir du 12 mai 2021, l'ouvrage *Hildegarde et les pierres* est un recueil unique et atypique de conseils pour le quotidien et de recettes simples pour se perfectionner. En effet, l'ouvrage de Méloody Molins apporte un nouveau regard, celui d'Hildegarde de Bingen, sur la pratique de la lithothérapie, et ce, pour les néophytes et les fins connaisseurs de la lithothérapie classique.

Hildegarde et les pierres assure aux lecteurs une plongée progressive dans le monde de la lithothérapie. Dans son ouvrage, Méloody Molins accompagne en douceur le lecteur à la découverte de la lithothérapie par Hildegarde de Bingen. Traitée de manière aérienne et moderne, la forme en cohérence avec le fond de l'ouvrage garantit une découverte légère et accessible de la lithothérapie, pratique optimisée par Hildegarde, source de bien-être et de développement personnel.

“Si comme moi, vous doutez de l'efficacité des pierres, mais que vous souhaitez tout de même essayer... Pour ma part, il a fallu que l'un de mes bilans sanguins soit amélioré, pour me convaincre que ce n'était pas du pipeau... Plutôt de nature cartésienne, au départ, je n'y croyais pas vraiment, puis finalement j'ai testé et même approuvé... Je vous partage ici mes recettes et mon expérience afin de vous faire gagner du temps...”, confie Méloody Molins.

Véritable exploration générale, la première partie du guide constitue une entrée en matière détaillée alliant origines des pierres, reconnaissance des minéraux et partage du savoir d'Hildegarde.

Passé cette phase de reconnaissance indispensable, le lecteur peut alors amorcer son initiation aux vertus de pierres soigneusement sélectionnées par l'auteure.



Hildegarde et les pierres

Collection : **Hildegarde pour tous**

Auteur : **Méloody Molins**

Format : **14,8x21 cm**

Nombre de pages : **200 pages**

ISBN : **978-2-9551554-4-8**

Prix : **20€**

1ère édition : **6 000 exemplaires**

DISPONIBLE EN LIBRAIRIE

ET SUR INTERNET LE **12 mai 2021**

SERVICE PRESSE

Contact : **Méline Thas**

m.thas@mediapilote.com

02 40 11 18 05



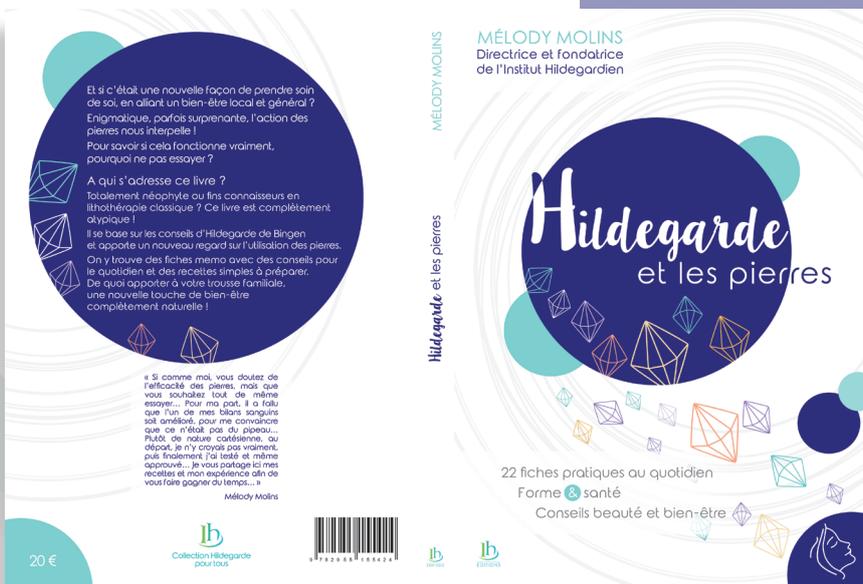
Composée de 22 fiches pratiques, parcourant les spécificités de 22 minéraux allant de l'agate à l'or en passant par le béryl, la deuxième partie du livre de Méloody Molins dévoile toutes les subtilités de la lithothérapie selon Hildegarde. Chacune des pierres profite d'une présentation distincte où l'auteure revient sur les caractéristiques du minéral, forme, couleurs et origine avant de révéler les conseils précieux d'Hildegarde. Des fiches mémo compilant les actions principales, les conseils d'utilisation, les indications, les contre indications, la localisation des effets sur le corps, la fréquence d'utilisation et des bonnes pratiques viennent compléter chacune des 22 fiches de présentation des pierres.

« Celui qui a toujours sur lui un béryl, le prend souvent dans sa main et le regarde, celui-là n'en vient pas facilement aux mains avec les autres hommes, n'est pas querelleur, mais demeure dans la paix », transmet Hildegarde de Bingen.

La troisième partie d'Hildegarde et les pierres conclut l'ouvrage par le biais d'un tableau pratique facilitant la recherche du bon conseil, d'un catalogue de solutions bénéfiques au quotidien, de pages dédiées à la gestion des émotions et des principaux effets des pierres.

Brutes, polies, taillées, en bijoux, en géodes, à utiliser quotidiennement ou non, Méloody Molins renouvelle l'approche de la lithothérapie grâce aux formules ancestrales et reconnues d'Hildegarde de Bingen

pour rééquilibrer avec justesse émotions, mental et corps. Un recueil indispensable, une trousse familiale qui participera sans aucun doute au soulagement de nombreux maux : problèmes digestifs, stress, troubles hormonaux, douleurs articulaires, troubles émotionnels, baisse d'énergie, troubles du sommeil...



Sommaire

Avant-propos : Présentation de l'auteure 9

Introduction 13

Partie 1 : Je découvre les pierres selon Hildegarde de Bingen

1/ La provenance des pierres 19

2/ Hildegarde de Bingen nous partage un nouveau savoir ! 21

3/ Apprendre à reconnaître les pierres 23

4/ Les pierres d'un point de vue scientifique et législatif 29

5/ Foire aux questions 31

Partie 2 : Mes 22 fiches pratiques selon Hildegarde de Bingen

1/ Agate 39

2/ Ambre 47

3/ Améthyste 55

4/ Aigue-marine 63

5/ Calcédoine 69

6/ Chrysolithe 77

7/ Chrysoprase 85





8/ Cornaline	93
9/ Cristal de roche	99
10/ Diamant	107
11/ Emeraude	113
12/ Hyacinthe ou Zircon rouge	119
13/ Jaspe	125
14/ Onyx	135
15/ Perles d'eau douce	141
16/ Prase	147
17/ Rubis	153
18/ Saphir	159
19/ Sardoine	165
20/ Sardonyx	171
21/ Topaze	177
22/ Or	183

Partie 3 : Mes tableaux pratiques pour trouver de suite le bon conseil !

La bobologie de tous les jours	192
Gestion des émotions	194
Les principales actions des pierres	195

Conclusion

<i>5 conseils pour commencer de suite</i>	201
---	------------

<i>Adresses utiles & Bibliographie</i>	204
--	------------



4 Aigue-marine

Les aigues-marines sont de couleur bleue à bleu-vert et font penser à l'eau de mer des caraïbes.

Lorsque la couleur bleue est foncée, l'aigue-marine peut être également appelée aigue-marine Santa Maria.

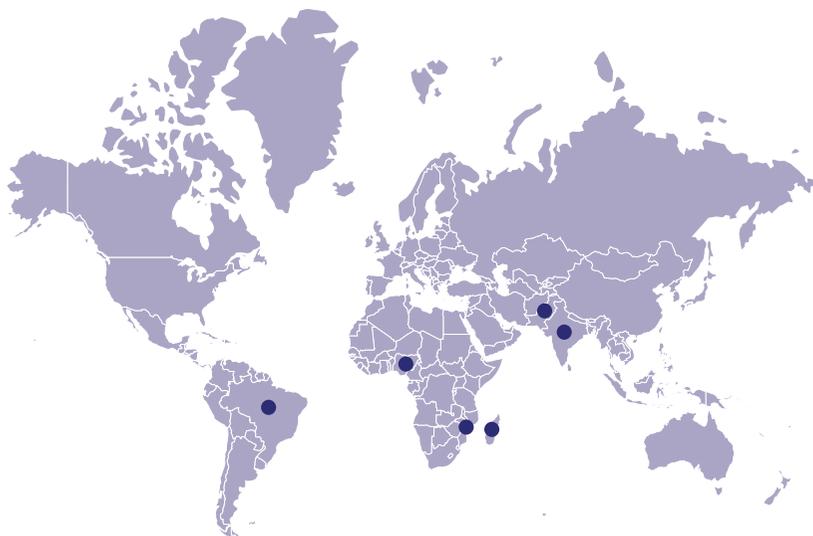
Aigue-marine ou béryl, selon les appellations, cette pierre que l'on peut trouver brute est le plus souvent portée en collier ou façonnée pour donner des bijoux qui orneront de magnifiques bagues de fiançailles.

Les béryls se trouvent à l'origine dans les milieux volcaniques, mais on peut en trouver disséminés un peu partout avec le temps...





Où trouver l'Aigue-marine ?



*Brésil, Madagascar, Inde, Nigéria,
Mozambique, Pakistan*

64

Selon Hildegarde de Bingen :

« Celui qui a toujours sur lui un béryl, le prend souvent dans sa main et le regarde, celui-là n'en vient pas facilement aux mains avec les autres hommes, n'est pas querelleur, mais demeure dans la paix ».

Source : Les subtilités des créatures divines Hildegarde de Bingen - Claude METTRA - JEROME MILLON Traduction du latin Pierre MONAT - ED MILLON p213







AIGUE-MARINE

Actions

- Sang froid
- Patience
- Pour éviter de se mettre en colère

Mode d'emploi

- Porter une aigue-marine

Contre indications

- Pour diminuer l'agressivité d'une personne
- Pour tempérer une personne ayant tendance à chercher la chamaillerie ou la bagarre
- Pour rester patient
- Pour conserver une humeur égale
- Pour rester calme malgré une situation difficile au travail comme à la maison
- Pour garder son sang-froid face à une situation conflictuelle
- Pour éviter de s'emporter « pour des brouilles

Indications principales

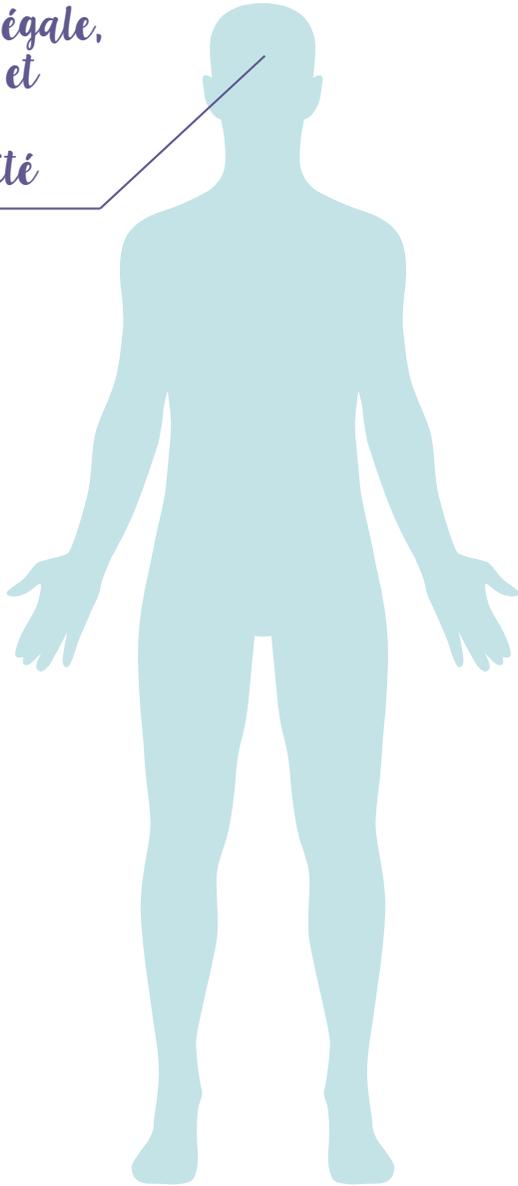
- Pour avoir une patience d'ange +
- Utile contre la colère ++
- Pour supporter avec calme une situation difficile ++

À retenir





*Humeur égale,
patience et
colère,
agressivité*





A tester :
de quelques heures
à plusieurs semaines

Les p'tits +

- pour maîtriser son agressivité
- pour tempérer un esprit bagarreur
- pour rester calme et patient devant une situation conflictuelle
- pour ne pas s'emporter « pour une bricole »
- pour éviter de se mettre en colère.

PORTER UNE AIGUE-MARINE

Recette :

- porter une bague, un bracelet, un collier ou une pierre



En pratique :

Porter la pierre, la regarder et la prendre dans sa main, régulièrement.

Astuces :

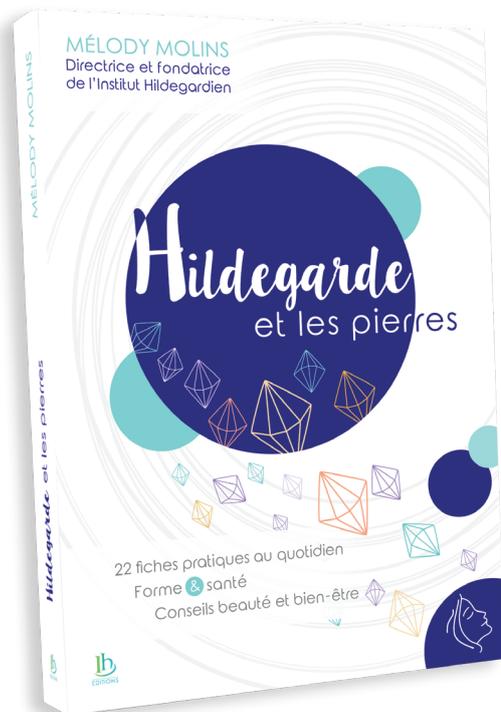
En bague, cela peut être très pratique.

Hildegarde et les pierres

Collection «Hildegarde pour tous »
Mélody MOLINS

LES THÉMATIQUES

22 fiches pratiques au quotidien
Forme et santé
Conseils beauté et bien-être



4^e DE COUVERTURE



Un guide illustré en couleurs pour utiliser au quotidien les pierres selon Hildegarde de Bingen.

Retrouvez tous les secrets de beauté et de bien-être dans un livre clair et pratique.

POINTS FORTS DU LIVRE

Un livre qui interpelle le lecteur curieux et avide de découvrir le monde des pierres de façon simple et pratique.

Idéal pour les débutants et les confirmés, ce livre à utiliser au quotidien est inédit et totalement atypique.

Il répond à la demande d'un retour aux sources et aux méthodes naturelles.

On y trouve des fiches mémos, des recettes simples à confectionner soi-même. Retrouvez également de quoi constituer une trousse familiale totalement home-made pour gérer au naturel les bobos du quotidien...

En bref, un livre utile à avoir à la maison pour le bien-être de toute la famille !

Il y a près de 900 ans, Hildegarde de Bingen écrivait des recettes et des recommandations sur l'usage et les secrets d'utilisation des pierres... Améthyste, Agate, Calcédoine...

Hildegarde de Bingen, abbesse du Moyen-Age a transmis une œuvre inspirée et inspirante... Elle nous transmet, entre autres, l'art de prendre soin de soi naturellement. Aujourd'hui ses écrits sont reconnus et utilisés un peu partout dans le monde...

Totalement néophyte ou fin connaisseur en lithothérapie classique ? **Ce livre est complètement atypique !**

Il se base sur les conseils d'Hildegarde de Bingen et apporte un nouveau regard sur l'utilisation des pierres.

On y trouve des **fiches memo** avec des **conseils** pour le quotidien et des **recettes simples** à préparer. De quoi apporter à votre trousse familiale, une nouvelle touche de bien-être complètement naturelle !

L'AUTEURE : depuis les années 1990, Mélody Molins n'a de cesse de faire découvrir cette méthode unique. Elle a fondé, en 2006, l'Institut Hildegardien, premier centre francophone, qui dispense des formations spécialisées dans l'approche d'Hildegarde de Bingen (naturopathie, formations pour les professionnels de la santé et les boutiques bio...) Directrice, conférencière, formatrice... Partager ses connaissances pour cette approche bien-être est devenu sa priorité !

Après ses deux premiers livres en librairie « Hildegarde pour les débutants » et « Hildegarde dans ma cuisine », elle revient avec un nouveau titre à découvrir, complètement inédit...