



## Heilsteine reinigen

Wenn du Heilsteine neu bekommst, ist es wichtig, sie zunächst zu reinigen und – bei Bedarf – energetisch aufzuladen.

Reinigen – so geht's einfach und effektiv:

- **Fließendes Wasser:** Halte deinen Heilstein unter kühles, fließendes Wasser (z. B. Wasserhahn oder Bach). Kurz bei empfindlichen Steinen (z. B. Pyrit), länger bei robusteren (2–3 Min.).
- **Rauch:** Ideal für große Steine oder empfindliche wie Malachit und Selenit. Umhülle sie mit dem Rauch von Salbei, Palo Santo, Lavendel oder Beifuß. (Kein Weihrauch!)
- **Klang:** Nutze Stimmgabeln (4096 Hz), Klangschalen oder Zimbeln, um alte Energien sanft „herauszuschwingen“.





## Heilsteine aufladen

Aufladen – oder besser: Energie verstärken  
Ich finde: Heilsteine müssen nicht regelmäßig „aufgeladen“ werden – sie sind verbunden mit ihrer Ursprungsenergie. Doch du kannst ihre Kraft gezielt stärken:

- Sonnenlicht: Lege sie für 2–3 Stunden in die Sonne. Achtung bei Steinen wie Amethyst, Rosenquarz oder Fluorit – sie können verblassen!
- Natur: Lege sie auf Moos, Waldboden, an einen Bach oder unter einen Baum. Auch getrocknete Kräuter sind ein wunderbarer Platz.

Vertraue deiner Intuition! Probiere aus, was für dich und deine Heilsteine am besten funktioniert. Je mehr du mit ihnen arbeitest, desto klarer spürst du, was sie brauchen.

