



**Booklet**

*Heilsteine*



LACASITA

## BONUSTHEMA

# Heilsteine

### HEILSTEINE UND IHRE WIRKUNG

- Die Lithotherapie, Heilsteintherapie, ist, wie viele Naturheilverfahren, eine unterstützende und ergänzende Möglichkeit zur klassischen Schulmedizin und Physiopraxis.
- Früher ging man in der Steinheilkunde davon aus, dass die Steine göttliche Kräfte besitzen und von diesen beeinflusst werden. Heute hat man analytische Erkenntnisse, die der Naturwissenschaft entstammen, dass die Steine durch ihre natürlichen Schwingungen, mit den Menschen in Interaktion treten können.
- Bereits durch die Physik wissen wir, dass jeder Körper, jeder Organismus, jedes materielle Ding, seien es Steine, Pflanzen oder Plastikgegenstände, eine Ausstrahlung besitzen. Viele physikalischen und chemische Prozesse gehen einher mit der Aufnahme und Abgabe von Strahlung (Wärme, Licht, elektromagnetische Strahlung).
  - Dadurch sind wir selbst und alles um uns herum ständig von einem energetischen Feld umgeben.
  - Steine besitzen eine ähnliche Ausstrahlung, die durch die Umwandlung aufgenommenen Lichts entsteht.
  - Den sichtbaren Anteil der Ausstrahlung von Edelsteinen und Mineralien sehen wir mit bloßem Auge nicht, da diese eine geringe Intensität der Strahlung besitzt. Dennoch strahlen Steine, und zwar ganz konstant dieselbe Information, je Stein.
- Die Strahlung oder Schwingung beruht also auf elektromagnetischen Frequenzen und Klangschwingungen, die alle Steine aussenden - jedes Mineral besitzt ein typisches elektromagnetisches Frequenzspektrum aus der Umwandlung aufgenommene Strahlung.
  - Jeder Stein besitzt also einen eigenen energetischen Fingerabdruck den er über seine Stofflichen Grenzen hinweg in die Umgebung verbreitet.
  - Bringen wir einen Stein also in die Nähe unseres Körpers beziehungsweise mit ihm in Berührung, strahlt dieser sein Licht und seine Informationen, welche automatisch die Lichtkommunikation zwischen unseren Zellen beeinflussen und eine bestimmte Reaktion hervorrufen.
  - Je nachdem welche innere Resonanz wir zu diesen Steinen haben, können die Steine auf körperlicher, seelischer, mentaler oder geistiger Ebene ihre Wirkung entfalten.
- Eine Wirkung findet also auf jeden Fall statt und damit diese auch zu einer Heilwirkung wird, kommt es auf zwei Faktoren an. Erstens was wir in einem bestimmten Moment benötigen zweitens welche Informationen der Stein bietet. Wenn beides zusammenpasst geschieht eine Heilung. Steinheilkunde gehört, wie Homöopathie oder Bachblütentherapie oder Aromatherapie zu den Informationstherapien.

### Dive deep

- [Buch: die Steinheilkunde - Ein Handbuch, Michael Gienger](#)
- [Podcast: Marco Schreier - https://www.marcoschreier.de/de/marco's\\_podcast](https://www.marcoschreier.de/de/marco's_podcast)

## BONUSTHEMA

# Heilsteine

### ANWENDUNG DER HEILSTEINE

#### Auflegen

- Auflegesteine sind meist flach oder scheibenförmig geschliffene Therapiesteine und werden direkt auf den Körper, auf die nackte Haut, aufgelegt mit dem Ziel zu harmonisieren und auszugleichen beziehungsweise um als Energiespender zu dienen.
  - Unter anderem kann man die Steine entlang der sieben Hauptchakren auflegen, um deren Aktivität anzuregen und somit zahlreichen Beschwerden vorzubeugen, die aufgrund nicht funktionierender bzw. nicht rund laufende Chakren entstehen können.
  - Es eignen sich unterschiedliche Steine pro Chakra, hier jedoch eine Empfehlung:
    - Scheitel-Chakra: Amethyst - Inspiration & Harmonie
    - Stirn-Chakra: Bergkristall - Bewusstsein & Entwicklung
    - Hals-Chakra: Chalcedon - Kommunikation & Kontakt
    - Herz-Chakra: Rosenquarz - Erfüllung, Mitgefühl & Verständnis
    - Solarplexus-Chakra: Calcit Gelb-Orange - Selbstvertrauen & Entwicklung
    - Sakral-Chakra: Carneol - Begegnung & Zuneigung
    - Wurzel-Chakra: Roter Jaspis - Energie & Durchhaltevermögen
  - Weitere Arten Steine aufzulegen wären beispielsweise Hot Stone Massagen oder zur Unterstützung in einer Reiki Session.

#### Meditation

- Die Steine, können auch während einer Meditation im liegen auf, entweder alle oder nur vereinzelt Chakren Punkte gelegt werden.
  - Gehe dabei deinen Körper in Gedanken von Kopf bis Fuß durch, atme tief und ruhig und lasse jede Anspannung fallen. Lasse dich dabei ganz auf die Schwingung der Steine ein. Vielleicht haben die Steine ja eine Botschaft für dich oder überbringen dir ein bestimmtes Gefühl?
- Eine weitere Art mit den Steinen zu meditieren, ist den Stein vor dich auf den Boden zu platzieren und dann mit geöffneten Augen in deine Meditation zu starten.
  - Lege dabei den Stein in Augenhöhe im richtigen Abstand vor dich hin, sodass du deinen Blick lange Zeit entspannt auf dem ruhen lassen kannst. Fixiere den Stein dabei nicht angestrengt sondern richte den Blick entspannt darüber hinweg, als würdest du ins unendliche schauen. Bleibe völlig ruhig sitzen und ergründe deinen Stein.

#### Unterwegs

- Trommelsteine sind die einfachste Form der Heilsteine und eignen sich ideal als Glückssteine für die Tasche, als kleines Amulett unter dem Kopfkissen oder in der Hand während der Meditation oder gar einer Präsentation.
  - Wir treten dort in stetige Interaktion mit den Heilsteinen, welche zu einem wirkmächtigen Anker für bestimmte Themen für uns werden können.

## BONUSTHEMA

# Heilsteine

### ANWENDUNG DER HEILSTEINE

#### In Räumen

- Steine die in Räumen oder im Garten aufgestellt werden beeinflussen die Energie der Umgebung positiv. In Wohn-, Schlaf und Arbeitsräumen schützen die Steine beispielsweise vor unharmonischen Schwingungen.
  - Hier eignen sich besonders Rohsteine und Drusen, z.B. Salzkristalllampen, Baryt, Turmalinquarz, Amethystdrusen

#### Im Wasser

- Die Schwingungen der Steine haben auch die Fähigkeit Wasser zu restrukturieren
  - Sie sind nachweislich in der Lage Wasser die Qualität von Quellwasser zu verleihen.
  - Die Steine geben ihre Schwingung, also ihre Wirkung, über das Wasser an unseren Körper weiter.
  - Da auch unser Körper zum größten Teil aus Wasser besteht und die Steine die Struktur und die Qualität von Wasser beeinflussen, beeinflussen Sie so auch die Gesundheit unseres Körpers.

#### Dive deep

- LACASITA Blog - Mit reinem Trinkwasser zu mehr Lebensfreude: <https://www.lacasita-life.de/post/mit-reinem-trinkwasser-zu-mehr-lebensfreude>
- AquaCasita Blog - So wirken Edelsteine auf unser Trinkwasser: <https://www.aquacasita.de/post/so-wirken-sich-edelsteine-auf-unser-trinkwasser-aus>
- Edelsteinkaraffen & Wasserflaschen: <https://www.aquacasita.de/vitajuwel-karaffen-edelsteinphiolen>