

Inhalt

Vorwort	1
Die Kraft der Heilsteine	2
Heilsteine – Ein Überblick.....	3
Heilsteine im Wandel der Zeit – Über die Geschichte der Heilsteine	9
Die Kraft der Natur – das bewirken Heilsteine.....	13
Kristallsysteme und Strukturtypen – der Unterschied liegt im Aufbau.....	21
Der menschliche Körper als energetisches System.....	28
Wenn die Energie nicht fließen kann – Krankheiten als Widerstände im Energiefluss	29
So beeinflussen Heilsteine unsere Energie.....	30
Heilsteine richtig auswählen – Das sollten Sie wissen	35
Die analytische Bestimmung von Heilsteinen	35
Die intuitive Bestimmung von Heilsteinen	40
Heilsteine von A bis Z, ihre Einsatzgebiete und Wirkung	43
Heilsteine für die Heilung einsetzen.....	43
Über die Herstellung von Heilsteinwasser	47
Praktische Anleitung für eine Heilsteinmeditation	54
Energetische Reinigung und Aufladung: so pflegen Sie Ihre Heilsteine	56
Heilsteine von A-Z.....	59
Ein Guide – Mit Heilsteinen das eigene Leben verbessern.....	94
Stressabbau mit Heilsteinen.....	94
Angst.....	95
Negativität loswerden – Optimismus fördern	95
Selbstbewusstsein stärken	96
Tipps & Tricks zur Heilsteinanwendung	97
Bonus: Heilsteine in der Ayurveda-Lehre	99
Heilsteine als Geschenk der Erde	103