



Heilsteine-Armbänder

Hier sind ein paar Tipps zu deinen Heilstein-Armbändern.

Tragen:

Ich empfehle, maximal **drei Armbänder** auf einem Arm zu tragen.

Spüre selbst, auf welchem Arm du dich wohler mit ihnen fühlst. Dein Gefühl ist wichtiger als jede Information aus einem Buch oder dem Internet.

Wichtig ist auch die **farbliche Zusammenstellung**. Orientiere dich dabei an den Regenbogenfarben. Weiß und Schwarz kannst du immer kombinieren. Bitte jedoch kein Rot und Blau gemeinsam tragen – diese beiden Farben bringen unterschiedliche Energien mit (aktivierend und beruhigend).

Reinigen:

Wenn du viel schwitzt, empfehle ich, die Armbänder etwa einmal pro Woche kurz mit kühlem **Wasser** abzuspülen und anschließend **ruhen** zu lassen. Du kannst sie gerne für etwa eine Stunde in die **Sonne** legen oder auch länger in eine Selenitschale.





Heilsteine-Armbänder

Aufbewahren:

Bitte nimm deine Armbänder am Abend ab und lege sie in eine **Holzschale**, eine **Selenitschale** oder zu einem **Amethysten**. Es ist nicht ideal, mit ihnen zu schlafen – auch deine Armbänder brauchen **Erholung**. Ich würde auch nicht mit ihnen duschen, da das Wasser mit der Zeit das Gummiband beschädigen und zum Reißen bringen kann.

Wenn ein Armband zerreißt:

Wenn ein Armband wirklich zerreißt, hat das oft einen **energetischen Grund**. Es kann sein, dass es dir etwas abgenommen hat und nun „ausgedient“ hat. Bitte bedanke dich bei den Steinen und gib sie achtsam an die **Natur** zurück – lege sie zu einem Baum oder an einen geschützten Ort in der Natur (z.B. Bach).

Verlasse dich auf deine **Intuition**, welches Armband dich an diesem Tag begleiten darf.

Viel Freude dabei!

Sonja von Dein Seelenstein

