

Tag 2 – Reinigung & Aufladung

Einführung

Wenn du gestern begonnen hast, dich mit einem Stein zu verbinden, hast du vielleicht bemerkt, dass er sich „lebendig“ anfühlt – fast so, als hätte er eine eigene Stimmung.

Das ist kein Zufall: Steine nehmen Schwingungen auf.

Sie speichern Energien aus der Erde, aus ihrer Umgebung und von uns selbst.

So wie wir nach einem langen Tag ein Bad oder eine Dusche brauchen, freuen sich auch deine Steine über Reinigung und neue Kraft.

Heute lernst du, wie du deine Kristalle **energetisch reinigst und auflädst**, damit sie dir in reiner Schwingung begegnen.

Warum Reinigung wichtig ist

Heilsteine wirken auf subtile Weise – sie nehmen Stimmungen, Emotionen und Umgebungsenergie wahr.

Wenn du sie oft nutzt, lagern sich diese Schwingungen im Stein ab.

Das ist nichts Schlechtes, aber irgendwann ist die Energie „voll“.

Reinigung bedeutet: den Stein in seine natürliche Klarheit zurückführen.

Manche Menschen spüren, wenn ein Stein gereinigt werden möchte:

Er wirkt dumpfer, verliert an Glanz oder fühlt sich schwer an.

Andere merken es emotional – sie werden unruhig, wenn sie ihn tragen.

Reinigung ist Achtsamkeit in Aktion.

Sie zeigt Wertschätzung für das, was dich begleitet.

Methoden der energetischen Reinigung

Du brauchst keine komplizierten Rituale.

Wähle die Methode, die sich für dich stimmig anfühlt:

1. Wasser

Halte deinen Stein einige Sekunden unter fließendes kaltes Wasser.
Stell dir vor, wie das Wasser alle verbrauchten Energien fortspült.

➔ *Achtung:* Nicht alle Steine vertragen Wasser (z. B. Selenit, Türkis, Malachit).

2. Räucherung

Zünde ein Bündel weißen Salbei, Palo Santo oder Weihrauch an.

Führe den Stein durch den aufsteigenden Rauch.

Der Rauch reinigt und segnet zugleich.

3. Klang

Eine Klangschiel, Glocke oder auch Musik mit hoher Schwingung kann deinen Stein klären.

Der Ton löst alte Energien wie eine sanfte Welle.

4. Licht

Lege deinen Stein für einige Stunden ins Mondlicht – besonders in der Vollmondnacht.

Das Licht klärt und lädt auf.

Alternativ: Morgensonne (vorsichtig – manche Steine bleichen aus).

5. Visualisierung

Halte den Stein in der Hand, schließe die Augen.

Stell dir vor, wie goldenes Licht aus deinem Herzen fließt und ihn umhüllt.

Das Licht wird heller, bis der Stein strahlt.

Übung: Dein Mondritual

Heute Abend wirst du ein kleines Reinigungsritual durchführen.

1. Suche dir ein Fensterbrett oder einen Ort im Freien.
2. Lege deinen Stein dort ab, am besten, wenn der Mond sichtbar ist.
3. Atme tief ein, schau kurz zum Himmel und sage leise:

„Ich danke dir, Mutter Mond, für deine reinigende Kraft.
Bitte kläre diesen Stein von allem, was nicht mehr zu ihm gehört.“

4. Lass ihn die Nacht über liegen.
5. Nimm ihn morgens wieder an dich – und spüre, wie frisch er sich anfühlt.

Aufladung – neue Energie schenken

Nach der Reinigung ist der Stein leer – bereit für neue Schwingung.
Das Aufladen kannst du ebenfalls intuitiv gestalten:

- **Mit Licht:** Sonne oder Mond (je nach Stein).
- **Mit Erde:** Vergrabe ihn für einige Stunden in einem Tuch im Garten oder Blumentopf.
- **Mit Kristallclustern:** Lege ihn auf eine Amethyst- oder Bergkristallgruppe.
- **Mit deiner eigenen Energie:** Halte ihn ans Herz, atme Liebe und Dankbarkeit hinein.

Denke daran: **Deine Absicht ist das Wichtigste.**

Wenn du in Liebe und Klarheit reinigst, geschieht Heilung ganz natürlich.

Reflexion

- Wie fühlte sich dein Stein *vor* der Reinigung an – und wie *danach*?
- Welche Methode war für dich am angenehmsten?
- Welche Bedeutung hat Reinigung für dich persönlich – vielleicht auch über die Steine hinaus?

Notizen:

Affirmation

„Ich lasse alte Energien los.

Ich lade Licht, Klarheit und Frieden in mein Leben ein.

Ich bin rein und kraftvoll – im Einklang mit der Energie der Erde.“

Alltagstipp

Wenn du viele Steine besitzt, kannst du einmal im Monat ein kleines Reinigungsritual machen – vielleicht bei Vollmond.

Mach daraus ein Mini-Fest: Kerzen, sanfte Musik, Dankbarkeit.

Es stärkt nicht nur deine Steine, sondern auch deine eigene Energie.