



Edelstenen groeien diep in de Aarde. Ze groeien op verschillende manieren en hebben allemaal een andere werking. De verschillen in de werking van de edelstenen heeft te maken met de manier waar en waarop ze gegroeid zijn. De kristalstructuur bepaalt waarbij ze ons kunnen helpen. Zo kunnen bepaalde edelstenen goed voor je zijn als je stress hebt of als je iets nieuws in het leven bent begonnen. Edelstenen helpen bij allerlei verschillende problemen.

Edelstenen en kristallen stralen een energie uit dat ons energieveld waarneemt. Zo kunnen edelstenen lichaam en geest in evenwicht brengen. Het zelfhelend vermogen van de mens wordt erdoor geactiveerd. Edelstenen en kristallen kunnen ook preventief worden gebruikt.

Edelstenen EHBO voor kinderen

Kinderen over het algemeen heel gevoelig voor edelstenen vanwege hun puurheid, openheid en vrijheid. Andersom hebben de edelstenen ook weer invloed op het kind. Welke edelsteen het beste je past is onder andere afhankelijk van de levensfase waarin het kind zich bevindt. Edelstenen hebben effect op fysiek, emotioneel, mentaal en energetisch niveau. Ieder kind is uniek en daarom is de ene steen ondersteunend voor de één en niet voor de ander. Het is altijd een momentopname.

De kracht van edelstenen

Er zijn heel veel soorten stenen. Op de volgende pagina zie je een paar voorbeelden van stenen en wat ze doen en waar ze je mee kunnen helpen.

Bewaar de steen in je broekzak, tas, op bureau of etui of hang een edelsteen aan een ketting aan je nek of draag het als armband. Het werkt 's nachts ook goed als je de edelsteen onder je hoeslaken legt, bij het voeteneind. Teveel edelstenen op je nachtkastje kan je wakker houden, omdat het teveel energie is. Edelstenen kunnen ook tijdens een bad gebruikt worden en bij een massage.

Edelsteen water

Leg een paar edelstenen in een kan water. Het water neemt de energie van de edelstenen in zich op. Je kan het beste gladde (getrommelde) stenen nemen. Goede stenen om edelsteenwater mee te maken: Bergkristal, Amethyst, Rozenkwarts en Tijgeroog.

Zo maak je edelsteenwater: maak de edelstenen onder stromend water schoon en leg ze daarna in een glazen kan. Bewaar de kan buiten de koelkast. Laat de kan een paar uur staan en maak het binnen twee dagen op.

Waar heb je last van, Welke steen helpt wat wil je veranderen

Aarding	Tijgeroog, Rode Jaspis
Aardstralen	Gouden driehoek*
Ademproblemen	Apophyliet, Aquamarijn
ADHD	Aventurijn, Maansteen, Fluoriet
Allergieën, hooikoorts	Aquamarijn
Angsten	Amethyst, Bergkristal, Sodaliet
Astma	Apophyliet, Barnsteen
Autisme	Sugiliet, Apatiet
Bed plassen	Toermalijnkwarts
Bescherming	Labradoriet
Boosheid, bij ruzie	Chrysocolla
Concentratie, leerproblemen	Fluoriet, Sodaliet
Creativiteit, vrijheid van geest	Citrien, Bergkristal
Eerlijk kunnen zijn	Lapis lazuli
Groeipijn	Calciet
Inslaapproblemen	Agaat, Aventurijn
Koortsverlagend	Bergkristal
Menstratiepijnen	Malachiet
Moeheid	Apatiet
Onvoldoende aandacht	Bergkristal
Oorpijn	Heliotroop
Overprikkeling	Bergkristal
Puistjes	Lepidoliet
Rust	Aquamarijn
Slapen	Gouden driehoek*
Stress, na ongeval	Obsidiaan
Tanden krijgen	Barnsteen
Elektrosmog (tv, computers, telefoon)	Zwarte Toermalijn
Verdriet, rouw	Amethyst
Verkoudheid	Heliotroop
Verkoudheid, griep	Ocean Jaspis
Vertrouwen	Amethyst, Carneool, Bergkristal, Tijgeroog
Vreugde, blijdschap	Opaal, groene Aventurijn



*Gouden driehoek: Amethyst, rozenkwarts, bergkristal. Deze zorgt voor een mooie rustige energie en absorbeert negatieve energie. Het bevordert het vermogen om liefde te laten stromen en harmoniseert de ruimte en jezelf

Edelstenen en hooggevoelige kinderen

Edelstenen kan je goed inzetten bij hooggevoeligheid. Kinderen houden vaak van edelstenen. Ze kiezen vaak intuïtief welke steen ze nodig hebben. Omdat kinderen vaak veel gevoeliger zijn voor de energie van de edelstenen, is het beter om één soort steen tegelijkertijd bij je te dragen. Als een kind ouder is, kan het meerdere stenen gebruiken. Probeer donkere edelstenen voor jonge kinderen te vermijden, zoals de Onyx, Zwarte Obsidiaan en Granaat. Donkere stenen zijn te heftig voor kinderen. Laat het kind één steen tegelijk dragen.

Baby's

In het algemeen is de Rozenkwarts een mooie edelsteen voor baby's en de moeder. Omdat dit een zachte, liefdevolle energie heeft. Ook de Amethyst, groene Aventurijn en de blauwe Chalcedoon zijn geschikt voor baby's. Leg de steen onder het hoeslaken.

Peuters

Voor peuters werkt de Rozenkwarts, Bergkristal, Amethyst, blauwe Chalcedoon, groene Aventurijn, Jaspis en Agaatsoorten (geen Vuuragaat) heel mooi. De Tijgeroog kan ook helpen om beter in slaap te komen. Leg de steen onder het hoeslaken.

Kleuters

De Rozenkwarts, Bergkristal, Dalmatiër Jaspis, Agaatsoorten (geen Vuuragaat), Chalcedoon, Aventurijn, Amethyst en alle Calcietsoorten. Een Labradoriet kan bij hooggevoeligheid ingezet worden. Dan is het goed om te testen of deze steen niet te sterk is.

Kinderen van 6 tot 16 jaar

Rozenkwarts, Bergkristal, Amethyst, Chalcedoon, Aventurijn, Alle Jaspissoorten, Agaatsoorten (geen Vuuragaat), versteend hout, Calciet, Toermalijn, Chrysocolla, Turkoos, Lapis Lazuli of Labradoriet. De Tijgeroog biedt het hooggevoelige kind aarding en bescherming.

Vanaf 16 jaar

Vanaf dat het kind 16 jaar is, kan het alle soorten edelstenen gebruiken en toepassen.

Edelstenen bij problemen

ADHD

Kinderen met ADHD kunnen veel baat hebben bij een Aventurijn. Deze edelsteen heeft de eigenschap rust te geven. Dat geldt ook voor de nacht, wanneer het kind onrustig in slaapt valt.

Hooggevoelige kinderen

Aarding is één van de belangrijkste dingen bij hooggevoelige kinderen. Omdat ze teveel openstaan voor prikkels om hun heen is het ook belangrijk dat ze goed beschermd worden. Voor bescherming is een Labradoriet geschikt. De Tijgeroog helpt deze kinderen beter te aarden.

Slecht slapen

Wanneer Electrosmog de boosdoener is, waardoor het kind moeilijk in slaap komt, kan je een zwarte Toermalijn bij de zender van de babyfoon leggen. De Tijgeroog of Aventurijn helpt het kind makkelijker rustig te worden en uit het hoofd te komen.

Snel afgeleid

Als het kind snel afgeleid is en erg veel en onrustig slaapt (droomt) dan kan de Citrien helpen.

Verlegen

De Turkoos en de Lapis Lazuli zijn contactstenen. Deze stenen helpen het kind makkelijker in contact te komen met anderen.

Edelstenen voor onderweg

5 edelstenen ter bevordering van een voorspoedige reis, die elkaar versterken en specifieke afzonderlijke werking hebben voor onderweg:

- ♥ De Rozenkwarts helpt je hart te open voor nieuwe ontmoetingen en positieve ervaringen. De edelsteen straalt zachte en liefdevolle energie uit
- ♥ De Bergkristal reinigt en verlicht spanning en pijn en geeft je energie en een heldere kijk
- ♥ De Maansteen (wit, beige, lichtbruin) geeft geluk en plezier op reis. Het helpt bij wagenziekte/reisziekte/ jetlag en verzacht gevoelens van heimwee
- ♥ De Howliet heeft rustgevende eigenschappen en helpt je te ontspannen en geeft een betere nachtrust
- ♥ De Blauwe Aventurijn heeft een liefdevolle en zachte werking en brengt rust en kalmte. Daarbij vergroot deze steen tevredenheid en bevordert assertiviteit

Edelstenen onderhouden

Voordat je edelstenen gebruikt, zeker als ze net uit de winkel komen, maak je ze schoon onder se kraan. Stromend water reinigt de steen. Houdt de steen 5 minuten onder stromend water. Je laad de steen op in het zonlicht, maanlicht of met energiewerk zoals Reiki. Je kan ook een goed opgeladen bergkristal dichtbij de andere steen leggen.

Als de kracht van de steen op is of kapot barst kan je de edelsteen teruggeven aan Moeder Aarde door deze te begraven. Dat zie of voel je als er scheuren in komen of er laten stukjes los, of de kleur wordt dof.

Welke edelsteen past bij jou

Als je wilt weten welke steen bij jou past, welke steen ondersteunend werkt voor jou, kan ik testen welke steen versterkend voor jou werkt.

Kijk voor meer tips [hier](#).

Warme groet,

Jacqueline Verhaegh
Holistisch Coach