

Edelstenen voor hsp-ers

Geschreven door Judith Ruiter

Wat is een goede edelsteen om me af te sluiten? Edelstenentips voor HSP's.

Ik ben gegroeid tot ervaringsdeskundige op gebied van HSP, dankzij en door eigen ervaringen sterk geworden in het beschermen en later door het gebruiken van mijn hoogsensitiviteit. Dankzij mijn gevoeligheden heb ik ervoor gekozen om mijn eigen praktijk en winkel op te starten en te werken als (edelsteen-)therapeut, crystal healer en gem-medium.

In mijn praktijk krijg ik vaak de vraag, ik ben zo gevoelig, welke edelsteen kan hier het best voor gebruiken/dragen?

Wel, dit hangt (een beetje) van je situatie af:

HSP en Zelfvertrouwen

Rozenkwarts helpt je allereerst jezelf te geven wat je nodig hebt (liefde) alvorens je het de verspreid onder de mensen om je heen. Wat we niet over hebben, kunnen we ook niet weggeven.. is het bewustzijn dat doordringt wanneer je een vriendschap sluit met

Rozenkwarts.

Wanneer je soms de neiging hebt om over jezelf heen te laten lopen, of je te laten overhalen in situaties die je eigenlijk niet wilt, gebruik dan een tijdje Sodaliet deze edelsteen maakt als het ware de innerlijke belofte trouw te blijven aan jezelf.

Sodaliet is een blauwe edelsteen met zwarte en witte details.

HSP en Liefdevol werk verrichten

HSP en Liefdevol werk verrichten als therapeut, in de zorg of anderszins met mensen, zonder andermans emoties en energieën te laten binnenkomen? Kunziet is een edelsteen die als het ware een 'doorgeefluik' van je maakt, de helende energie die je ontvangt van boven straalt zo via je hart en handen de wereld in. Zonder dat je energie oppakt van de mensen om je heen. Kunziet is een transparant kleurloos tot zachtroze edelsteen

Wanneer je als therapeut werkt en het zelf even zwaar hebt, laat je dan inspireren door de Prehniet, Prehniet is de 'Healers-Healer' en laat je energie op peil houden die je nodig hebt, om te doen, wat je hebt te doen.

Prehniet is een lichtgroene edelsteen, uit zuid afrika (zie www.gemstoneshop.nl)



HSP en Hyperactiviteit / Overprikkeling

HSP en Hyperactiviteit (bij kinderen)? Draag dan een Robijn in Fuchsiet bij je. Robijn in Fuchsiet is ondoorzichtige paars-rode met groen en wit omhulde edelsteen, welke je kalmeert zonder dat je het idee hebt dat je je heel erg 'in moet houden'.

Wanneer je niet goed weet hoe om te gaan met overprikkeling, draag dan een Chrysocola helpt je jezelf te beschermen tegen 'teveel hooi op je vork nemen'. Chrysocola is een blauwgroene edelsteen.



HSP en de keuze voor je eigen leven 'moeten' maken?



HSP en de keuze voor je eigen leven 'moeten' maken? Je bewust worden dat je alleen verantwoordelijk bent voor je eigen geluk? Bijvoorbeeld in echtscheiding of als je gepest wordt? Draag dan Labradoriet, let op hiervan kun je een starre houding krijgen (niet geschikt voor therapeuten). Labradoriet is een met licht spelende grijze edelsteen met lichteffecten in alle kleuren van de regenboog. (zie www.gemstoneshop.nl)

Wanneer je een lichtere versie wenst van de edelsteen hierboven, kun je het beste kiezen voor Danburiet, deze leert je in liefde, je eigen weg te gaan.

Voor mensen die danburiet niet kennen, het lijkt erg op bergkristal maar wanneer je het op wit papier legt is danburiet heel iets rozer. Hoewel dit niet door iedereen waarneembaar is.



HSP en stress



en/of niet je ideeën kunnen manifesteren? Draag dan een Natuurlijke Citrien (zeldzaam, verkrijgbaar in betere winkels). Natuurlijke Citrien is een doorschijnende tot transparant (citroen)gele tot bruingele edelsteen. (let op imitatie citrien heeft meer een bronsgele kleur, deze is chemisch bewerkt en heeft daardoor geen werking (meer)). (zie www.gemstoneshop.nl)

Om je concentratie te verhogen kun je het beste Regenboog Fluoriet dragen of op je bureau plaatsen. Deze edelsteen laat je beter focussen op wat je te doen hebt, zodat je minder wordt afgeleid en dus indirect tot minder stress leid. Fluoriet is pas regenboog fluoriet wanneer er minimaal 3 kleuren fluoriet samenkomen in je edelsteen. Voor concentratie, kies je een fluoriet met paars erin, heb je erg veel stress, dan is een combinatie met paars en geel aan te raden.



HSP en je intuïtie verhogen / contact met 'het hogere'



Larimar, ook wel atlantis-steen genoemd, begeleid je bij je spirituele groei, stimuleert het doorbreken van oude gewoontes. Larimar is lichtblauw

Serafiniet is een edelsteen die je laat mee resoneren op engelen energie. Serafiniet is donkergroen met lichte 'vleugels'



Tanzaniet brengt ons in contact met andere werelden en de wijsheden uit deze werelden. Tanzaniet is blauw tot indigo-paars.

Ioliet versterkt het je verbinding met het hogere en opent je voor het ontvangst van visioenen. Ioliet (spreek uit als Ie-O-liet) is blauwpaars en geelbruin.



HSP en Zelfbescherming

Wanneer je intuïtieve inzichten ontvangen mag,

zorgt Dumortiriet ervoor dat deze inzichten gezuiverd worden,
je zult dan alleen dát binnenkrijgen waar je in positieve zin iets aan hebt.



Lapis Lazuli is dankzij het kubisch kristalstelsel een edelsteen die eerst stevig grondt om vanuit een stevige basis met diepe wortels de blauw-indigo energie te richten op het hogere, hier schenkt deze edelsteen je de opening van in je intuïtie. Omdat je eerst aardt beschermt dit je tegen 'zweven'.



Draag advies:

Als hanger aan een collier of koordje of in bv je broekzak/ bh, en als handsteen (om mee te 'spelen').

Wanneer er meer mensen in de zelfde ruimte de zelfde situatie hebben, (bv op kantoor stress hebben (als hsp-er)) Dan kun je overwegen om een grotere edelsteen aan te schaffen om in de ruimte, bv op tafel neer te zetten deze werkt dan door op iedereen in die ruimte.

GemJudith

Judith Ruiter EG european gemmologist en crystal healer

Alle edelstenen binnen GemJudith worden zorgvuldig geselecteerd op kwaliteit, uitstraling en helende werking.

GemJudith werkt met én levert alleen zuiver natuurlijke edelstenen.

www.gemjudith.com voor meer info over edelsteen sieraden

www.gemstoneshop.nl complete webshop edelstenen voor healing, juwelen, lifestyle en wellness

www.healingwerk.nl/gemjudith voor workshop overzicht.