

Die Edelstein-Balance® Hot Stone „Fire and Ice“ ist eine Ausbildung von 3 randvollen Tagen mit Massage von Basalt und kühlem Marmor oder Atlantiksteinen. Das Motto meiner Schule ist, wer von mir kommt, der weiss was er kann. Trotzdem möchte ich auch Tipps für den Alltag geben, ohne dass man gleich eine Ausbildung bei mir buchen muss. Es versteht sich, daß die Tips und Anwendungsbeispiele nicht unter dem Namen Edelstein-Balance® angeboten werden dürfen. Dies ist den Schülern unserer Schule vorbehalten. Ich freue mich aber, wenn Sie meine Ideen aufgreifen, ausprobieren und Freude daran haben.

Alles Liebe

Monika Grundmann

Anleitung: Hot-Stone Chakra-Power mit Rubin

- Geben Sie Ihrem Gast die Edelstein-Balance®-Wassermischung Granat-Rubin-Rosenquarz, die passend auf das verwendete Edelsteinöl abgestimmt ist
- Erwärmen Sie 6 flache, von der Größe kleiner werdende Basaltsteine in heißem Wasser oder einem Wok. Durchmesser ca. 15-5cm
- Verteilen Sie das warme Edelstein-Öl „Lebensfreude“ mit den Steininformationen von Granat, Rubin und Rosenquarz auf dem Rücken des Gastes. Natürlich können Sie für diese Behandlung jedes der Edelsteinöle verwenden, das Rubin-Öl „Lebensfreude“ eignet sich lediglich besonders für die kalte Jahreszeit.
- Legen Sie die Basaltsteine nun in der Reihenfolge der Chakren von unten nach oben sanft auf die Bereiche der einzelnen Chakren . (Achtung Temperatur prüfen)
 1. Wurzelchakra
 2. Nabelchakra
 3. Solar-Plexus-Chakra
 4. Herz-Chakra
 5. Thymus-Chakra
 6. Hals-Chakra (je nach Lage der HWS kann der Stein auch rutschen, dann einfach weglassen)
- Anschließend streichen Sie sanft dem Gast je einen warmen Stein (2 extra Rohsteine Rubin zusätzlich zu der Wassermischung bestellen, oder günstiger aber nicht so edel den Basalt nehmen) in die Hände und decken ihn warm und kuschelig zu.
- Nach ca. 10 Minuten nehmen Sie die Steine in der umgekehrten Reihenfolge wieder ab – an die Steine in den Händen denken - und streichen sanft über die Stelle, auf der der Stein lag.
- Geben Sie Ihrem Gast nochmals das Edelstein-Wasser und dann „Auf zu neuen Taten“