

Erweiterte Solfeggio-Frequenzen mit Heilstein-Zuordnung

Frequenz (Hz)	Thema / Wirkung	Chakra	Heilstein	Frequenz des Steins*	Beschreibung
111 Hz	Meditation, Zellbalance	Wurzel/ Sakral	Schwarzer Turmalin	ca. 111 Hz	Fördert tiefe Meditation, bringt Körperzellen in Resonanz. Turmalin schützt vor Fremdenergien.
174 Hz	Schmerzlinderung, Erdung	Wurzel	Hämatit	ca. 174 Hz	Wirkt wie ein energetisches Schmerzmittel, stabilisiert das Nervensystem. Hämatit verstärkt Erdung.
285 Hz	Zellheilung, Regeneration	Sakral	Aventurin	ca. 285 Hz	Unterstützt die Heilung von Haut und Organen. Aventurin fördert Selbstheilung.
396 Hz	Befreiung von Angst & Schuld	Wurzel	Obsidian	ca. 396 Hz	Löst Schuldgefühle und Ängste. Obsidian bringt verdrängte Emotionen ans Licht.
417 Hz	Neubeginn, Transformation	Sakral	Citrin	ca. 417 Hz	Hilft bei Lebenskrisen, unterstützt Neubeginn. Citrin bringt Lebensfreude.
432 Hz	Harmonie mit Natur	Herz	Malachit	ca. 432 Hz	„Kosmische Frequenz“, gilt als Einklang mit der Erde. Malachit unterstützt Herzöffnung.
528 Hz	Liebe, DNA-Heilung	Herz	Rosenquarz	ca. 528 Hz	„Frequenz der Liebe“. Fördert Herzheilung und emotionale Balance.
639 Hz	Harmonie in Beziehungen	Herz	Rhodonit	ca. 639 Hz	Stärkt Empathie und Verbindung zwischen Menschen.
741 Hz	Reinigung, Intuition	Hals	Lapislazuli	ca. 741 Hz	Befreit von Toxinen, klärt Gedanken. Lapislazuli öffnet das dritte Auge.
852 Hz	Spirituelles Erwachen	Stirn	Amethyst	ca. 852 Hz	Öffnet Zugang zu höherem Bewusstsein. Amethyst fördert Meditation.
963 Hz	Einheit, göttliche Verbindung	Kronen	Bergkristall	ca. 963 Hz	Aktiviert die Zirbeldrüse, stellt Verbindung zum Universellen her.

✨ Heilstein-Beschreibungen im Detail

- **Hämatit (174 Hz):** Starker Erdungsstein, stabilisiert Blut und Kreislauf, gibt Standfestigkeit.
- **Aventurin (285 Hz):** Fördert Regeneration, lindert Hautprobleme, schenkt Gelassenheit.
- **Obsidian (396 Hz):** Schutzstein, bringt verdrängte Themen hoch, ideal für Schattenarbeit.
- **Citrin (417 Hz):** Sonnenstein, stärkt Selbstvertrauen, löst alte Muster.
- **Malachit (432 Hz):** Herzöffner, unterstützt Transformation, wirkt entgiftend.
- **Rosenquarz (528 Hz):** Stein der Liebe, fördert Mitgefühl und emotionale Heilung.
- **Rhodonit (639 Hz):** Hilft bei Konflikten, unterstützt Vergebung und Harmonie.
- **Lapislazuli (741 Hz):** Stein der Wahrheit, stärkt Intuition und geistige Klarheit.
- **Amethyst (852 Hz):** Spiritueller Stein, beruhigt den Geist, fördert Bewusstsein.
- **Bergkristall (963 Hz):** Meisterstein, verstärkt alle Energien, bringt Klarheit und Verbindung zum Göttlichen.
- **Schwarzer Turmalin (111 Hz):** Schutzstein, neutralisiert negative Energien, fördert innere Ruhe.