

Werner Kühni  
Walter von Holst



Taschenlexikon der  
**Heilsteine**

A T VERLAG

## **Hinweis des Verlages**

Die Angaben in diesem Buch sind nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt, und die beschriebenen Wirkungen der Steine wurden vielfach erprobt.

Da Menschen aber unterschiedlich reagieren, können der Verlag und die Autoren im Einzelfall keine Garantie für die Wirksamkeit oder Unbedenklichkeit der Anwendungen übernehmen. Bei gesundheitlichen Beschwerden wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder Heilpraktiker.

5., korrigierte Auflage, 2009

© 2004

AT Verlag, Baden und München

Fotos, Konzeption und Layout:

Nils Hoffmann, Visuelle Kommunikation, Mögglingen

Lithos: AZ Print, Aarau

Druck und Bindearbeiten: AZ Druck und Datentechnik, Kempten

Printed in Germany

ISBN 978-3-85502-821-4

[www.at-verlag.ch](http://www.at-verlag.ch)

# Inhaltsverzeichnis

## **7 Einführung in die Steinheilkunde**

- 8 Kristallsystem und Strukturtyp
- 8 Finden des passenden Steins
- 9 Anwendung der Steine
- 11 Pflege der Heilsteine
- 13 Verfügbarkeit und Preis

## **17 Heilstein-ABC**

## **152 Indikationsverzeichnis**

- 153 Körperliche Symptome
- 161 Seelische Symptome

## **172 Literatur**

## **173 Über die Autoren**



# Einführung in die Steinheilkunde

Die Steinheilkunde ist ein altes Heilwissen der Menschheit. Steine sprechen durch ihre Schönheit die Seele des Menschen an. In ihrer kristallinen Gestalt spürten die Menschen stets das Wirken weiser göttlicher Kräfte. Priester und Heiler setzten Steine ein, um Körper und Seele wieder in Einklang mit der universellen Ordnung zu bringen. Auch als Amulettschmuck wird die Bedeutung der Steine deutlich. Der kulturelle Fortschritt zeigt sich auch in der Fähigkeit des Menschen, Mineralien abzubauen und zu bearbeiten.

Die moderne Steinheilkunde basiert in der Tradition von Agricola auf den Erkenntnissen der Mineralogie. Wie von Michael Gienger aufgezeigt, besteht ein analoger Zusammenhang zwischen Entstehungsweise und Zusammensetzung des Steines und seinem Einfluss auf den Menschen. Dadurch ergibt sich eine in der therapeutischen Anwendung bisher nicht gekannte Nachvollziehbarkeit der Empfehlungen. In den letzten zehn Jahren kamen unzählige Menschen mit Heilsteinen in Berührung und trugen mit ihren Erfahrungen zu dem sich rasch ansammelnden Wissen bei. So ist die Aufnahme zahlreicher seltener Steine erstmals möglich und notwendig geworden.

Zur Gesundheitserhaltung, für Ihr Wohlbefinden und Ihre Entwicklung können Sie mit Steinen hervorragende Erfahrungen machen. Wenn Sie krank sind oder sich um Ihre Gesundheit Sorgen machen, suchen Sie einen Heilpraktiker oder Arzt auf. Bei

ernsthaften Erkrankungen können Steine unterstützend zur ärztlich verordneten Therapie hinzugezogen werden. Dies sollte in Absprache mit einem erfahrenen steinheilkundlichen Gesundheitsberater geschehen, da keineswegs jedes Mineral bedenkenlos eingesetzt werden kann: Es gibt auch giftig und schwach radioaktiv wirkende Steine. Es ist wichtig, auf diese Steine hinzuweisen und einen bewussten Umgang mit ihnen zu ermöglichen.

Das vorliegende »Taschenlexikon« möchte Ihnen einen vollständigen Überblick über die Wirkungsweise der Heilsteine geben. Ausgeklammert wurde die Mineralogie, die Mineralogische Steinheilkunde, der Bezug zu Feng Shui, Homöopathie, Astrologie, den Chakren, Bachblütentherapie usw. Diese Themen sind ausführlich in der »Enzyklopädie der Steinheilkunde« behandelt.

Das »Taschenlexikon« ist so strukturiert, dass Sie sofort damit arbeiten oder sich ein Bild vom Wirkungsspektrum der 530 beschriebenen Heilsteine machen können. Dem Erfahrenen bietet es einen umfassenden Überblick auf dem neuesten Wissensstand über das ständig wachsende Angebot an Heilsteinen.

Die Angaben zur Wirkung sind als Anregung für eigene Beobachtungen zu verstehen. Wissen entwickelt sich ständig weiter, Aussagen werden ergänzt, präzisiert und in seltenen Fällen sogar korrigiert. Angaben zu besonders seltenen Mineralien sind im Gegensatz zu den gut erforschten und häufig verwendeten Steinen recht ungesichert. Die Autoren freuen sich über Erfahrungen und Hinweise aus der Leserschaft zu weniger bekannten Steinen.

## Kristallsystem und Strukturtyp

Das Kristallsystem beschreibt die Regelmäßigkeit und Ordnung im atomaren Aufbau eines Minerals. Jeder Mensch lässt sich einem analogen menschlichen Strukturtypus zuordnen, dessen Lebensstil und Charakter sich aus der Beobachtung und den geometrischen Eigenheiten des Kristallsystems herleitet.

■ **Kubisch:** plant sein Leben und seine Projekte konsequent durch; strebt nach Kontrolle und Sicherheit; sehr beharrlich in seinen Gepflogenheiten, unflexibel, pflegt großen Verwaltungsaufwand; verliert bei Unvorhergesehenem das Konzept.

⬡ **Hexagonal:** beschränkt sich auf das Wesentliche, bewirkt Effizienz; auf große Ziele ausgerichtet; strebt Ideale ausdauernd an, ist sehr sicherheitsbewusst, Gefahr der Rücksichtslosigkeit, Uneinsichtigkeit und Fixiertheit; differenziert wenig.

▲ **Trigonal:** denkt und handelt praktisch, realistisch und vernünftig, ist gleichzeitig bequem; weiß viel mehr, als er umsetzen mag; baut viele soziale Kontakte auf; liebt das Vertraute; verdrängt Unliebsames und projiziert nach außen; ist meist nur Mitläufer.

■ **Tetragonal:** ist wissbegierig mit hoher Unterscheidungsfähigkeit; Organisationstalent; handelt aus dem Bauch heraus, argumentiert sehr rational; identifiziert sich mit Rollen und baut Fassaden auf; denkt formalistisch.

◆ **Rhombisch:** ist gewissenhaft, sozial und anpassungsfähig, besitzt Sinn für Ästhetik und Eleganz, ist bescheiden, nachgiebig, will es jedem recht machen, kann oft nicht durchsetzen, was die innere Stimme fordert.

▧ **Monoklin:** ist risikobereit, geprägt durch unterschiedliche Lebensphasen, folgt seinen Interessen mit Leidenschaft; hat Entscheidungsschwierigkeiten oder steigert sich in etwas hinein, eigensinnig.

▧ **Triklin:** unterliegt häufigen Gefühls- und Stimmungsschwankungen, große Reife- und Entwicklungsmöglichkeit, Empfindungstiefe; sehr differenzierte soziale Kontakte; irrational, große Beeinflussbarkeit mit Opferhaltung.

☁ **Amorph:** lebt aus dem spontanen Impuls heraus ohne Gedanken an die Vergangenheit oder Zukunft; ist kindlich frei, ungezwungen, unberechenbar, macht sich nicht abhängig; gilt als unzuverlässig und braucht viel Freiraum.

Diese grundlegende geistige Prägung ist dauerhaft. Ob Sie in Ihrem Leben Erfüllung und Glück erfahren, hängt nicht davon ab, ob Sie einem stärker geordneten Strukturtyp angehören, sondern davon, was Sie aus Ihrem Typus machen.

Steine des eigenen Kristallsystems helfen, der eigenen Struktur gemäß zu leben und die eigene Stärke zu entfalten, Steine anderer Kristallsysteme erweitern den Horizont und helfen, bestimmte Schwachpunkte auszugleichen. Diese kurze Zusammenfassung wird kaum ausreichen, Ihren Strukturtyp zu bestimmen, hilft Ihnen aber, sich einen Überblick zu verschaffen. Mehr zu den Kristallsystemen erfahren Sie in der »Enzyklopädie der Steineheilkunde«.

## Finden des passenden Steins

Denken Sie kurz an das Problem, das Sie lösen möchten, oder an die Person, der Sie etwas Gutes tun wollen. Lassen Sie den Blick über Ihre Steinsammlung oder die Ih-

res Händlers schweifen. Jener Stein, der aufzuleuchten scheint, Ihnen ins Auge sticht oder Ihnen einfach besonders gut gefällt, ist der richtige. Vermutlich werden Sie beim Nachschlagen feststellen, dass »es passt«. Diesen Stein sollten Sie erwerben und in Ihrer Nähe haben. Hören Sie auf Ihr Gefühl und Ihre Intuition, wie lange Sie ihn für dieses Thema anwenden sollen. Wenn der Erfolg eingetreten ist oder ein anderer Stein Sie in dieser Sache weiter begleitet, bedanken Sie sich.

Kein noch so vollständig ausgestattetes Fachgeschäft kann gleichzeitig alle in diesem »Taschenlexikon« aufgeführten Steine bereithalten. Daher ist es oft besser, sich an dem tatsächlichen Bestand eines Ladens zu orientieren und dort mit Hilfe des Buches den optimalen Stein zu ermitteln, als landesweit nach einer ausgefallenen Rarität zu fahnden.

## Anwendung der Steine

Gehen Sie respektvoll mit den Steinen um. Sie sind oft viele tausend Jahre alt und haben im Laufe ihrer Entstehung vielfältige Erfahrungen gemacht. Versuchen Sie sich vorzustellen, der Stein wäre ein intelligentes Wesen, das auf Sie eingeht, Sie vielleicht sogar »verstehen« kann. Er verfügt in jedem Fall über Fähigkeiten, die er Ihnen gerne zur Verfügung stellt. Die Basis dieser Beziehung ist Sympathie, die Gegenleistung ist etwas Pflege (siehe Seite 11). So bleibt Ihnen der Stein lange erhalten.

Steine geben Ihrem Organismus klare Impulse. Um sich nicht zu überfordern, sollten Sie sich entscheiden, ob Sie den Stein lieber tagsüber oder lieber nachts einsetzen. In der Regel ist eine Anwendung tagsüber sinnvoller. Man kann durchaus mehrere Steine im gleichen Zeitraum ein-

setzen, aber nicht alle zur gleichen Zeit am gleichen Platz. Zum Beispiel wäre es möglich, einen Stein über Tag aufgeklebt, einen nachts im Bett, einen zum Schmuck, einen in Form von Heilsteinwasser wirken zu lassen.

Grundsätzlich sollten Sie, wenn Sie mit Steinen arbeiten, ausreichend reines Wasser trinken. Die Heilwirkung der Steine ist dann wesentlich stärker. Wenn Sie tagsüber Steine tragen, sorgen Sie für ausreichenden und ungestörten Schlaf.

## Hosentasche

Die meisten Steine kann man – am besten in der Hosentasche oder als Anhänger an einem Lederband – bei sich tragen; gewöhnlich geschieht dies über einen Zeitraum von 4 bis 6 Wochen. Steine, die dafür zu brüchig oder zu klein, oder solche, die giftig sind, kann man in einen Beutel einnähen. Für radioaktive Steine ist diese ansonsten hervorragende Methode allerdings nicht zu empfehlen.

Wenn man einen Stein bei sich trägt, macht man sich zum Kanal für alle Lebensäusserungen des Steines. Der Stein wird zum Filter Ihrer Wahrnehmungen, er beeinflusst Ihre Stimmungen und Ihr Verhalten.

## Meditation

Die Meditation ist mit jeder Sorte Stein möglich. Sie hilft Ihnen, sich mit den seelischen und spirituellen Eigenschaften des Steines zu verbinden und einen ganz persönlichen Kontakt aufzubauen. Stellen Sie dazu das Mineral so vor sich hin, dass Sie es bequem betrachten können. Dämpfen Sie das Licht und sorgen Sie dafür, dass Sie nicht gestört werden. Legen Sie einen zeitlichen Rahmen für Ihre Begegnung mit dem Stein fest (am besten stellen Sie den Wecker). Tauchen Sie ein in das Mineral,



erwarten Sie nichts und stellen Sie Ihre Fragen.

### Aufkleben

Wenn Sie gezielt ein bestimmtes Organ in seiner Tätigkeit unterstützen oder die Heilung einer Verletzung beschleunigen wollen, also vorrangig organspezifische Wirkungen erzielen möchten, befestigen Sie den ermittelten Stein so nahe wie möglich an der betreffenden Stelle, sei es durch Aufkleben mit Verbandspflaster, durch Einbinden oder durch entsprechende Kleidungsstücke, die den Stein am entspre-



chenden Ort auf der Haut halten. Achten Sie darauf, dass die Blutzirkulation nicht behindert wird und Sie sich zumindest tagsüber in Ihren Bewegungen nicht eingeschränkt fühlen. Um die Anwendung ohne Unterbrechung durchführen zu können, besorgen Sie sich zwei Steine der gleichen Sorte, damit Sie einen täglich zum Reinigen auswechseln können.

### Steinkreis

Steinkreise sind eine hervorragende Möglichkeit, die Meditation zu vertiefen. Sie helfen, sich von äußeren Einflüssen abzusichern, stärken das eigene Energiefeld und bauen ihre ganz spezielle Atmosphäre und Stimmung auf. Der geistige Aspekt der verwendeten Steinsorte (Talente, Einstellungen, Einsichten) überträgt sich auf Ihre Aura. Körperliche Wirkungen bleiben eher im Hintergrund.

Sie brauchen mindestens vier, besser acht möglichst ähnliche Steine einer Sorte. Legen Sie die Steine in einem Ihnen angenehmen Abstand auf den Boden, achten Sie dabei auf Ihr Gefühl und verändern Sie den Radius so lange, bis Sie sich stark und ausgeglichen fühlen. Ist der Kreis zu groß, sinkt der Blutdruck, und man fühlt sich etwas verloren; ist er zu klein, steigt der Blutdruck, man fühlt sich beengt.

### Schmuck

Von Künstlerhand veredelt zeigt sich der Stein als Schmuck von seiner besten Seite und unterstreicht auf besondere Art Ihre Persönlichkeit. Der passende Steinschmuck bringt Anerkennung, macht einen guten Eindruck und hebt das Selbstwertgefühl. Darüber hinaus bewirken Steine das im Menschen, was sie symbolisieren (verkörpern). Steinschmuck muss nicht teuer, sollte aber schön und typgerecht sein.



## Innerliche Anwendung

Die Einnahme von Edelstein-Elixieren (die im Übrigen auch äußerlich sehr gut angewendet werden können) wirkt auf den gesamten Stoffwechsel. Vorteilhaft ist oft die Kombination mit einem lokal aufgeklebten Stein. Zur einfachen Herstellung eines Elixiers können Sie den ermittelten Stein über Nacht in ein Glas reines Wasser einlegen, das Sie dann schluckweise über den nächsten Tag verteilt trinken; der Stein kann dabei im Glas verbleiben. Sehr wirkungsvolle, weiter aufbereitete Elixiere gibt es auch fertig zu kaufen. Steine, aus denen Sie sich aufgrund stofflicher Löslichkeit, kein Wasser selbst herstellen sollten, sind entsprechend markiert.



## Massage

Mit den Heilstein-Massagegriffeln nach dem Reflexzonen-therapeuten Ewald Kliegel, aber auch mit länglichen Trommelsteinen, kann man wunderbar auch durch die Kleidung massieren. Zum Massageeffekt kommt die energetische Wirkung

der jeweiligen Steinsorte hinzu. Bereits durch sanftes Darüberstreichen lässt sich eine tiefe Entspannung erfahren.



*Massagetechnik »Die liegende Acht«:  
Der Rücken wird mit dem Massagegriffel  
sanft in Schleifen, Schlingen und Achten  
massiert.*

## Pflege der Heilsteine

Mineralien scheinen fest und ewig, doch sie können sich verändern: Bei Bergkristallen können sich kleine Fehler und Sprünge auswachsen, milchige Partien klar werden, bei anderen Sorten kann sich die Farbe intensivieren oder auch verlieren. Trübungen, Schweregefühl oder das Gefühl von Klebrigkeit können die Folge unterlassener Pflege sein. Anzeichen können auch sein, dass Sie vergessen, den Stein einzustecken, eine Abneigung gegen ihn verspüren, dass er für eine Weile rätselhaft verschwindet oder gar entzwei- bricht, weil er von Ihnen zu viel »energetische Schlacken« aufgenommen hat und nicht gereinigt wurde.

Heilsteine, die therapeutisch eingesetzt wurden, sollten nach jeder Anwendung

zunächst durch Abwaschen von der aufgenommenen Ladung befreit, dann auf der Informationsebene gereinigt werden und erst anschließend mit frischer Energie aufgeladen werden, damit nicht die falschen Informationen zur Wirkung kommen.

## **Schritt 1: Entladen**

### *Entladen mit fließendem Wasser*

Durch gründliches Abrubbeln für etwa eine halbe Minute unter fließendem kaltem Wasser, wobei auch Seife verwendet werden sollte, werden die aufgenommenen »energetischen Schlacken« abgeleitet. Ausgenommen von dieser Behandlung sind Mineralien mit poröser und empfindlicher Oberfläche sowie Ketten; diese können im Eisfach kältgereinigt werden.

### *Entladen im Eisfach*

Der Stein oder die Kette wird, eventuell auf einer Unterlage oder in einer Tüte, für etwa zwei Stunden ins Gefrierfach gelegt. Das dadurch bewirkte Zusammenziehen des Kristallgitters drängt die Ladung sozusagen hinaus. Der Stein fühlt sich danach erfrischt an. Anschließend erfolgt die Reinigung auf der Informationsebene.

## **Schritt 2: Reinigen der Informationsebene**

Beim Abbau, dem Transport und der Verarbeitung kann der Stein belastende Erfahrungen angesammelt haben. Viele Menschen mit den unterschiedlichsten Einstellungen haben ihn schon in der Hand gehalten. Um diese Information aus dem »Gedächtnis« des Steins zu löschen, muss er gereinigt werden. Dazu gibt es verschiedene Möglichkeiten.

### *Reinigen mit dunklem Amethyst*

Je dunkler die Amethystdruse, um so tiefergreifender ist ihre reinigende Wirkung. Am stärksten wirken die seltenen schwarzen, eisenhaltigen Amethyste aus Indien. Der Heilstein kann gut über Nacht in einer Druse liegen bleiben. Die Reinigung auf einem Drusenstück ist nicht so intensiv wie in einer Druse, da dann die Strahlung nur



aus einer Richtung einwirkt. Die Amethystreinigung kann niemals schaden, wirkt jedoch nicht bei vielen stark metallischen, besonders dichten und sehr harten Steinen.

### *Reinigen in Hämatitsteinchen*

Dazu wird der Stein oder die Kette direkt in Hämatit-Ministeinchen gelegt. Bereits nach zwanzig Minuten ist der so eingelegte Stein auf der Informationsebene gereinigt. Dies bedeutet konsequenterweise auch, dass Hämatit und Magnetit nicht mit anderen Steinen zusammengebracht werden dürfen, da die Steine dadurch ebenfalls entladen werden. Dies trifft auch auf Tikras oder Ketten zu.



*Reinigen in Hämatit-Steinchen*

### **Schritt 3: Aufladen der Steine (Energieebene)**

Da die Wirkungsintensität der Heilsteine in Zusammenhang mit der aufgenommenen Energie steht, sollten gereinigte und entladene Steine vor einer Steinbehandlung wieder aufgeladen werden.

#### ***Aufladen mit Sonnen- oder Mondlicht***

Die klassische Form der Aufladung erfolgt mit Lichtenergie, vor allem mit Sonnenlicht oder wenn angezeigt mit Mondlicht. Dabei wirkt die Sonne am Vormittag am stärksten aufbauend. Die auslaugende Mittagssonne sollte vermieden werden. Die aufladende Wirkung kann verstärkt werden, indem der Stein in eine Bergkristallgruppe gelegt dem Sonnenlicht ausgesetzt wird.

#### ***Aufladen mit Bergkristall***

Ersatzweise können Steine mit Bergkristall energetisiert werden. Zum Aufladen eines Steins verwendet man am besten eine Bergkristallgruppe mit vielen Spitzen oder Bergkristall-Minitrommelsteinchen. Die entladenen Heilsteine werden für mehrere Stunden auf den Bergkristall oder in eine Schale mit Mini-Trommelsteinchen gelegt. Bergkristall gibt die von

ihm aufgenommene Sonnenenergie an andere Steine ab.

Es gibt zahlreiche weitere Methoden der energetischen Reinigung, die in bestimmten Situationen sinnvoll sind. Die hier aufgezeigten Formen sind jedoch sicher und lassen sich mit einfachen Mitteln umsetzen.

### **Verfügbarkeit und Preis**

Steine sind eigenwillige Geschenke der Natur. Ihre Verfügbarkeit unterliegt oft großen Schwankungen, je nachdem, was in welchen Minen oder Fundstellen zur gegebenen Zeit gefunden und abgebaut wird. Die entsprechende Angabe bei den einzelnen Steinen ist daher nicht als absolut anzusehen. Sie soll lediglich helfen, die Chance einzuschätzen, einen gewünschten Heilstein in absehbarer Zeit im Handel zu finden. Auch korreliert die Verfügbarkeit nicht immer mit der Seltenheit eines Minerals. Seltene Steine größerer Beliebtheit sind oft besser verfügbar als häufiger vorkommende, jedoch weniger bekannte Steine.

Im Einzelnen wurde die Verfügbarkeit folgendermaßen definiert:

*häufig:* seit längerer Zeit ununterbrochen in großer Menge und verschiedenen Verarbeitungsformen verfügbar. In absehbarer Zeit sind keinerlei Lieferengpässe in den gängigen Verarbeitungsformen zu erwarten. Diese Steine sind in den meisten Steineläden erhältlich.














*gering:* nicht immer verfügbar. Oft treten Lieferengpässe auf, beziehungsweise nur wenige Verarbeitungsformen sind eingeschränkt verfügbar. Die Ressourcen sind unbeständig oder begrenzt. Diese Steine sind im gut sortierten Heilsteinhandel erhältlich.




*selten*: schlecht verfügbar. Häufige, längere Lieferengpässe. Nur in ganz wenigen Verarbeitungsformen gelegentlich verfügbar. Die Ressourcen sind sehr eingeschränkt; für einige dieser Steine gibt es nur minimale Ressourcen, oder die bekannten Fundstätten sind bereits vollständig erschöpft oder geschlossen. Diese Steine sind meist nur im spezialisierten Heilsteinfachhandel erhältlich. Wenn allerdings der Preis keine Rolle spielt, ist überhaupt keine Sorte als »selten« einzustufen; es ist sogar jede Varietät verfügbar.

Grundsätzlich gilt, dass Qualität ihren Preis hat, wobei die therapeutische Wirkung keinen Einfluss auf die Preisbildung hat. Die Seltenheit des Materials, der Verarbeitungsaufwand und die Transportkosten bestimmen den Preis mit, der vom Händler so weit als möglich auf den allgemeinen Marktpreis abgestimmt wird. Durch den Boom der Sammlermineralien und Heilsteine in den USA sowie den nahezu unermesslichen Markt in China werden auch in Europa Steine der mittleren und gehobenen Preisklassen weiter im Preis steigen; Spitzenqualitäten gelangen schon seit Jahren nicht mehr auf den europäischen Markt.


Wenn Sie sich überlegen, was Sie mit Hilfe von Steinen für sich und Ihr Leben erreichen können und wie viel Sie sonst für Ihre Gesundheit, Ihr Wohlbefinden und Ihre Selbstverwirklichung ausgeben, erkennen Sie, dass Mineralien ein optimales Preis-Leistungs-Verhältnis aufweisen.


## Symbolerklärungen

-  kann in der Tasche getragen werden
-  nicht in der Tasche tragen
-  nicht ins Trinkwasser einlegen
-  zur Massage geeignet
-  für Steinkreise geeignet
-  als facettierter Schmuckstein erhältlich
-  aufladen in der Sonne
-  nicht in die Sonne legen
-  im Eisfach kältereinigen, anstelle von Wasser
-  nicht mit Wasser reinigen, da wasserlöslich
-  aufladen im Mondlicht
-  giftig
-  das Mineral kann schwach radioaktiv sein

-  kubisch
-  hexagonal
-  trigonal
-  tetragonal
-  rhombisch
-  monoklin
-  triklin
-  amorph

Die mit \* gekennzeichneten Mineralien sind ausführlich beschrieben in der »Enzyklopädie der Steinheilkunde«, AT Verlag, Baden.

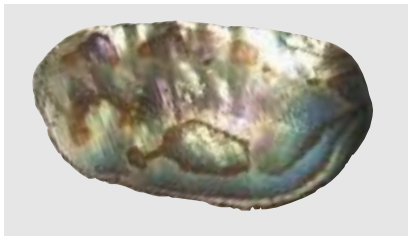
Da fast alle Steine in Wasser eingelegt verwendet werden können, ist nur durch das Symbol  angegeben, bei welchen Steinen dies nicht möglich oder sinnvoll ist.

Alle Steine sind auch in Schmuckform zu bekommen, das Symbol  gibt an, ob das Mineral auch im Facettenschliff erhältlich ist.



# Heilstein-ABC

## ◆ Abalone, Paua Muschel, Perlmutter



**Körperlich:** schützt, pflegt und wirkt reizlindernd auf empfindliche Haut und Schleimhaut, entspannt die Augen.

**Seelisch:** hilft Niedergeschlagenheit, Unsicherheit und Enttäuschung zu überwinden; vermittelt Heiterkeit, Leichtigkeit und hilft sich vertrauensvoll dem Leben zu öffnen. Hilft im Umgang mit sich selbst und anderen Grenzen zu respektieren.

**Verfügbar:** häufig.

## ▲ Achat\*, allgemein



**Körperlich:** schützt die Haut bei Umweltbelastungen; wirkt auf die Körperflüssigkeiten; regt die Entgiftung des Gewebes an, stärkt die Verdauung und die Ausscheidung; stimuliert das Immunsystem; wirkt schmerzlindernd und entspannend; stärkt und regeneriert alle aus mehreren Gewebeschichten bestehenden Organe;

wirkt auf jenes Organ und hilft gegen jene Erkrankung, an welche er durch seine Erscheinung erinnert.

**Seelisch:** vermittelt Schutz, Sicherheit und Geborgenheit; stärkt mittelfristig das Selbstvertrauen durch größere Unabhängigkeit von Bewertungen anderer; zerstreut Schwermut, Sorgen, Spannungen und Zweifel, fördert den Rückzug und die Verinnerlichung, regt die Bilderwelt an; macht jedoch realistisch und hilft Probleme pragmatisch und möglichst einfach zu lösen; hilft sich auf Wesentliches zu beschränken und Ablenkungen zu ignorieren; stabilisiert psychisch und richtet die Aura aus.

## ▲ Achat, Augen-Achat



**Körperlich:** stärkt die Blutgefäße; hilft bei organischen Augenerkrankungen, Augenermüdung, besonders bei trockenen, brennenden Augen; ist angezeigt bei Bindehautentzündung, Netzhautreizungen, drohender Netzhautablösung; Gerstenkorn sowie grünem Star und Prostatabeschwerden.

**Seelisch:** unterstützt die Konzentration, hilft bei Wortfindungsstörungen; fördert den Gemeinschaftssinn; stärkt die Widerstandskraft und hilft Standfestigkeit zu bewahren.

**Verfügbar:** häufig.

## ▲ Achat, Band-Achat



**Körperlich:** entzündungshemmend, hautberuhigend, schützt alle Organe, insbesondere Haut

und Darm; bessert die Elastizität der Gefäßwände und beugt Krampfadern vor; mildert asthmatische Erscheinungen; bessert Gleichgewichtsstörungen.



**Seelisch:** hilft gegen Alpträume; harmonisiert und schützt die Aura; hilft sein Revier zu sichern; gibt ein »dickes Fell« und hilft besser mit Stress umzugehen.

**Verfügbar:** häufig.

### ▲ Achat, bläulich



**Körperlich:** kühlend und fiebersenkend, entzündungshemmend und reizlindernd; hilft bei Blutergüssen, Brandwunden sowie bei Schilddrüsenunterfunktion.

**Seelisch:** hilfreich bei depressiven Verstimmungen und dem Gefühl der Aussichtslosigkeit.

**Verfügbar:** selten.

### ▲ Achat, Blut-Achat



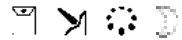
**Körperlich:** mildert Allergien und Appetitlosigkeit; wirkt Durchblutungsstörungen und kalten Fingern entgegen.

**Seelisch:** aktivierend bei Antriebslosigkeit; hilft klar umrissene Vorhaben anzupacken.

**Verfügbar:** gering.



### ▲ Achat, Botswana



**Körperlich:** bessert Hautausschläge und Ekzeme; wird bei Störungen des zentralen Nervensystems eingesetzt; schützt das Kind in der Schwangerschaft.

**Seelisch:** verhilft zu größerer Wahrnehmungsfähigkeit; bereichert die Fantasie; hilft seinen Lebensrhythmus zu finden; unterstützt den Gefühlsausdruck.

**Verfügbar:** gering.

### ▲ Achat, Dendriten-Achat



**Körperlich:** bessert Bindegewebsschwäche und hilft bei Entschlackung des Gewebes; wird



bei Haut-, Schleimhaut-, Lungen- und Darmbeschwerden eingesetzt.

**Seelisch:** hilft seelische Belastungen und Verletzungen zu überwinden; hilft Störungen aufzulösen.

**Verfügbar:** gering.

### ▲ Achat, Feuer-Achat

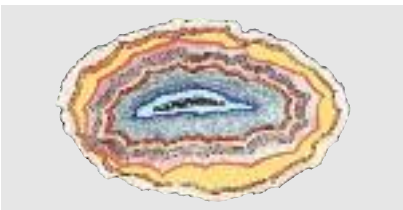


**Körperlich:** bessert epileptische Anfälle; reguliert die Ausscheidung bei Darmbeschwerden, insbesondere Blähungen, Durchfall, Verstopfung; bessert chronische Entzündung.

**Seelisch:** bringt Kraft für Initiative, macht extrovertiert, bringt innere Fröhlichkeit und Zufriedenheit; unterstützt positives Denken; verbessert die Beziehung zum eigenen Körper.

**Verfügbar:** selten.

### ▲ Achat, Festungs-Achat



**Körperlich:** bessert Blasenentzündung und Inkontinenz, lindert Insektenstiche.

**Seelisch:** vermittelt Schutz und Geborgenheit, löst Spannungen, macht stabiler gegen äußere Einwirkungen, fördert das logisch-rationale Denken sowie die analytische Fähigkeit, hilft pragmatische Lösungen zu finden.

**Verfügbar:** häufig.

### ▲ Achat, Flammen-Achat

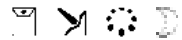


**Körperlich:** fördert den Lymphfluss; hilft bei Grippe, Gebärmutterentzündung und Hautrisen.

**Seelisch:** belebt das Denken, motiviert und begeistert.

**Verfügbar:** gering.

### ▲ Achat, Fleisch-Achat

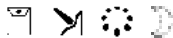


**Körperlich:** fördert die Durchblutung innerer Organe und regt den Kreislauf an; mildert Allergien und Appetitlosigkeit; wirkt Durchblutungsstörungen und kalten Fingern entgegen; stimuliert die Tätigkeit von Magen, Darm und Blutgefäßen.

**Seelisch:** hilft eigene Fähigkeiten zu entwickeln; gibt Durchhaltevermögen, Entschlossenheit und Standfestigkeit; festigt die eigenen Überzeugungen, aktivierend bei Antriebslosigkeit; hilft klar umrissene Vorhaben anzupacken.

**Verfügbar:** häufig.

## ▲ Achat, weiß, Friedens-Achat

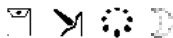


**Körperlich:** bessert Heuschnupfen und Hormonstörungen; regt den Lymphfluss an; schützt in der Schwangerschaft; bessert Augen und Gehirn.

**Seelisch:** bewirkt ein gelassenes und beschauliches Betrachten des Lebens; unterstützt die bewusste Verarbeitung der Erfahrung; fördert Reinheit und Wohlwollen, Geduld und Einsicht; wirkt gegen Aggressionen.

**Verfügbar:** häufig.

## ▲ Achat, Korallen-Achat



**Körperlich:** fördert Regeneration, wirkt belebend; regt die Zellaktivität an.

**Seelisch:** stärkt die soziale Ader, hilft aber selbst nicht zu kurz zu kommen; macht bodenständig; hilft bei der Bewältigung des Alltags.

**Verfügbar:** selten.

## ▲ Achat, Lace Achat



**Körperlich:** regt den Gewebstoffwechsel an, wird bei Infektionen, Insektenstichen, Krampf-

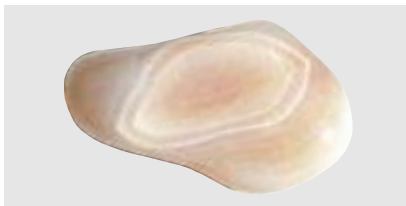
adern und Hämorrhoiden sowie bei Juckreiz eingesetzt.



**Seelisch:** belebt und inspiriert das bildhafte Denken sowie die Fantasie; fördert die Kreativität.

**Verfügbar:** häufig.

## ▲ Achat, rosa



**Körperlich:** herzstärkend, fiebersenkend durch Schweißbildung; hilfreich bei Entzündungen; regt die Nährstoffaufnahme im Darm sowie Stoffwechsel und Kreislauf an; wirkt sanft belebend und anregend.

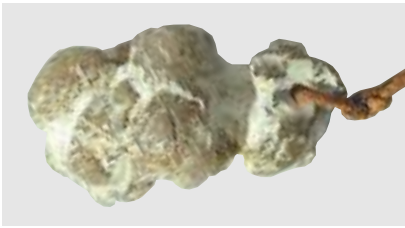
**Seelisch:** hilft Frieden und Trost zu finden; stärkt das Positive im Menschen.

**Verfügbar:** gering.

## ▲ Achat, Schlangenhaut-Achat



**Körperlich:** gegen atrophischen Hautstörungen; fördert die Zirkulation der cranosakralen Flüssigkeit; stärkt den Lymphfluss; hilft bei Störungen des Gehirns; verbessert trockene Augen und Schleimhäute; unterstützt das Abhusten und mildert die Reizbarkeit bei allergischem Asthma.



**Seelisch:** fördert Gelassenheit, Toleranz und Verständnis, vermittelt Offenheit und hilft gleichzeitig bei sich zu bleiben; hilft seinen Weg zu gehen, ohne anzuecken.

**Verfügbar:** selten.

### ▲ Achat, Trümmer-Achat

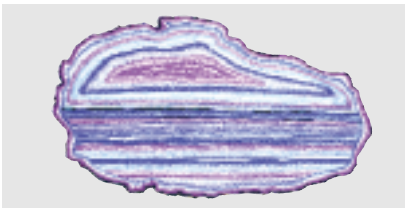


**Körperlich:** bessert die Empfindlichkeit bei Wetterfühligkeit; beschleunigt die Heilung von Brüchen und Gewebsverletzungen.

**Seelisch:** hilft mit großen Veränderungen der Lebensumstände zurechtzukommen, Verluste, Zerstörung und seelische Verletzungen zu verarbeiten.

**Verfügbar:** häufig.

### ▲ Achat, Uruquay-Achat

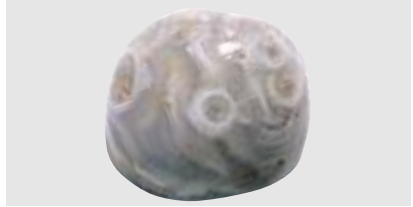
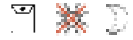


**Körperlich:** unterstützt bei Gelenkschwellungen, hilft Lympfh Flüssigkeit abzutransportieren; stärkt die Sinne, besonders den Tastsinn.

**Seelisch:** vermindert Stress, mildert Enttäuschungen und Verbitterung.

**Verfügbar:** häufig.

### ▲ Achat, Wasser-Achat, Enhydro



**Körperlich:** gilt als bester Schwangerschaftsschutzstein; reguliert den Wasser- und Hormonhaushalt; erfrischt und belebt die Haut.

**Seelisch:** ermöglicht stille Freude und Vertrauen; fördert das innere Kind, macht unbefangen; fördert Geborgenheit und innere Ruhe; verbessert das Einfühlungsvermögen.

**Verfügbar:** selten.

### ▲ Achat, weiß-schwarz, Zebra-Achat

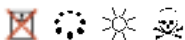


**Körperlich:** verbessert Motorik, Gehör- und Gleichgewichtssinn bei Kleinkindern; mindert Reizbarkeit der Haut; verbessert die Elastizität, gut bei Rissen.

**Seelisch:** verbessert die Genauigkeit und stärkt das Verantwortungsgefühl; stärkt die Konsequenz des Denkens und Handelns; hilft Dinge reifen zu lassen.

**Verfügbar:** gering.

## ◆ Adamin\*



**Körperlich:** verbessert die Lungendurchblutung; wirkt regenerierend auf Haut und Schleimhäute; beschleunigt die Rekonvaleszenz nach schweren Erkrankungen; schärft die Wahrnehmung (Augen, Geschmack, Gehör).

**Seelisch:** sorgt für innere Kraft bei emotionalen Problemen; stärkt den Selbstaussdruck, hilft Neues zu wagen; verbindet den Verstand mit dem Gefühl; schenkt tiefe Visualisationskraft.

**Verfügbar:** gering.

## ▬ Adular\*



**Körperlich:** verbessert die Sehfähigkeit im Alter, lockert die Muskulatur, macht reaktions-schnell und wach; hilft bei Herzbeschwerden und Beklemmungen in der Brust; beugt altersbedingten Organveränderungen vor; schützt die Haut vor Austrocknen.

**Seelisch:** fördert Hingabe an ein Ziel oder einen Menschen; hilft sich im Leben führen zu lassen, ohne selbst Verantwortung abzugeben; macht sensible und sensitive Menschen lebens-tüchtig; steigert die Lebensfreude; hebt die Stimmung, wirkt antidepressiv und macht optimistisch; verfeinert die Wahrnehmung der Sinne.

**Verfügbar:** gering.

## ▬ Ägirin\*



**Körperlich:** wird erfolgreich bei Nerven-, Knochen- und Muskelschmerzen, insbesondere bei Schmerzen der Lendenwirbelsäule und der Schultern eingesetzt; sorgt für schnelle und an-



dauernde Linderung bei Verspannungen, entlastet bei Fersensporen; wird zur Narbenentstörung eingesetzt und bringt die Energie wieder ins Fließen, reduziert Überreaktionen des Immun- und Hormonsystems.

**Seelisch:** gibt die Stärke, sich vom Gruppenzwang zu befreien; kann blockierte Gefühle lösen sowie eigene Einstellungen überprüfen und akzeptieren helfen; hilfreich bei Trennungen oder Trauer; kann gegen Mobbing eingesetzt werden; hilft ehrlich zu sich zu stehen; vermittelt Gelassenheit und Ausdauer.

**Verfügbar:** selten.

## ▬ Aktinolith\*

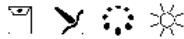


**Körperlich:** regt die Funktion der Leber- und Nierentätigkeit an; fördert die Aufbau- und Wachstumsprozesse; stärkt die allgemeine körperliche Verfassung.

**Seelisch:** wirksam bei Entscheidungsschwierigkeiten; bringt eigene Fähigkeiten ins Bewusstsein; ermöglicht innere Ausgeglichenheit, hilft Fehler und Missverständnisse zu erkennen und daraus zu lernen; unterstützt geistige Neuorientierung und hilft sich unangenehmen Herausforderungen zu stellen.

**Verfügbar:** gering.

## █ Aktinolith-Quarz



**Körperlich:** fördert Leber- und Nierentätigkeit, aktiviert den Stoffwechsel, fördert Entgiftung und Ausscheidung.

**Seelisch:** hilft aus Fehlern zu lernen, aus der Not eine Tugend zu machen und Gelegenheiten zu ergreifen. Fördert Selbsterkenntnis, Klarheit und Konsequenz.

**Verfügbar:** selten.

## █ Albit\*



**Körperlich:** lindert Augenbeschwerden; harmonisiert Zellwachstum und den arteriellen Blutstrom; entsäuert das Gewebe, verbessert

die Haut, fördert die Beweglichkeit der Muskeln, entspannt das Bindegewebe, verleiht Geschmeidigkeit, hilft bei Gehstörungen.

**Seelisch:** lindert Trauer; reduziert die Angst vor dem Unbekannten; hilft, neue Lebensperspektiven zu sehen und sich zu öffnen; verstärkt den Willen zur Zusammenarbeit; erweitert die persönliche Freiheit durch verbesserte Wahrnehmung, gibt Entschlossenheit und Selbstvertrauen.

**Verfügbar:** gering.

## ▲ Alunit\*

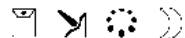


**Körperlich:** stillt schwach blutende Wunden; lindert hartnäckige Ekzeme und nässende Hautausschläge sowie chronische, festsitzende Entzündungen; bessert Magenbeschwerden durch Übersäuerung; hilft bei Strahleneinwirkungen.

**Seelisch:** gegen Ängste, Beklemmung, Ausichtslosigkeit und Schuldgefühle; fördert Genügsamkeit und Zurückhaltung; schenkt Zufriedenheit.

**Verfügbar:** gering.

## █ Amazonit\*



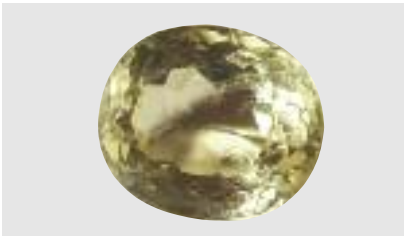
**Körperlich:** wirkt krampflösend bei Geburtschmerzen und Menstruationsbeschwerden; fördert die Öffnung des Muttermunds bei schwierigen Geburten; mildert Herzrhythmusstörungen; löst Muskel- und Nackenschmerzen; bessert die Rekonvaleszenz bei schweren Erkrankungen.



**Seelisch:** löst durch Trauer und Kummer verursachte Blockaden, gleicht Stimmungsschwankungen aus und wirkt bei depressiver Verstimmung Opferhaltungen entgegen; regt an, das eigene Leben in die Hand zu nehmen. Bringt Verstand und Gefühl in Einklang.

**Verfügbar:** häufig.

### ▲ **Amblygonit\***



**Körperlich:** wird zur Verbesserung der Sehkraft, bei Gehstörungen und genetisch bedingten Störungen eingesetzt.

**Seelisch:** wirkt beruhigend; fördert das Verständnis, wenn eine Beziehung zu Ende geht und kann helfen, das Unangenehme dabei zu ertragen; löst gegensätzliche Emotionen und konfliktreiche Gefühle.

**Verfügbar:** gering.

### ▲ **Amethyst, allgemein\***

**Körperlich:** reinigt die Haut bei Pickeln, Mitessern, Ausschlägen, Schuppenflechte und Warzen; hilft bei Erkrankungen der Atemwege und der Lunge, besonders am Anfang einer Erkältung; wirkt schmerzlindernd; beugt Kopf-

schmerzen vor; unterstützt die Darmtätigkeit und hilft bei Störungen der Darmflora.



**Seelisch:** macht ehrlich, nüchtern, etwas kritisch, sehr bewusst, erleichtert Entscheidungen, stärkt die Konzentration und hilft in die Lernstimmung zu kommen, fördert Disziplin, Aufarbeitung von Erfahrungen und Erkenntnisdrang; befreit von unreflektierten Haltungen, verhindert das Übernehmen von unbewussten Mustern und Energien anderer Menschen; reinigt als Druse die Atmosphäre eines Raumes.

### ▲ **Amethyst, dunkel**



**Körperlich:** hemmt Entzündungen des Ellenbogens und des Knies; reinigt die Haut bei Pickeln, Ausschlägen und Schuppenflechte; hilft bei Erkrankungen der Atemwege und der Lunge, besonders am Anfang einer Erkältung; mildert Menstruationsbeschwerden und Hitzewallungen; lindert Blutergüsse, Prellungen und Zerrungen; angezeigt bei Sprachschwierigkeiten nach einem Schlaganfall.



**Seelisch:** hilft Kummer und Verluste zu überwinden; wirkt beruhigend und nervlich entspannend, mildert Angstzustände und Prü-

fungsängste; erleichtert es, sich nach kritischer Prüfung ganz einer Sache zu widmen.

**Schutzstein** gegen Erd- und Wasserstrahlungen. Verhindert das Übernehmen von unbewussten Mustern und Energien anderer Menschen.

**Verfügbar:** häufig.

### ▲ Amethyst, hell

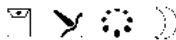


**Körperlich:** bessert tränende Augen; reguliert die Darmflora, hilfreich bei nervösen Verdauungsbeschwerden; gut bei Kopfschmerzen, Hautreizungen und Nervenschmerzen.

**Seelisch:** fördert einen ruhigen Schlaf, unterstützt das Traumerleben und beschert hellsichtige Träume; stärkt den analytischen Verstand; verbessert Konzentrations- und Lernschwäche.

**Verfügbar:** häufig.

### ▲ Amethyst, schwarz, tintig



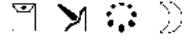
**Körperlich:** lindert auch stärkere Schmerzen, Prellungen und Schwellungen, hilft bei Durchfall.

**Seelisch:** fördert Konzentration, Willenskraft und den Gerechtigkeitssinn, hilft Fremdein-

flüsse abzuwehren sowie Trauer und Verluste zu überwinden; mildert Alpträume und hilft rätselhafte Träume zu verstehen; forciert im Wachbewusstsein die Inspiration und Intuition.

**Verfügbar:** selten.

### ▲ Amethyst-Quarz, Chevron-Amethyst

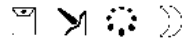


**Körperlich:** kräftigt das Bindegewebe; gut für Lunge, und Haut, lindert Juckreiz und Sonnenbrand.

**Seelisch:** hilft Verhaftungen und Suchtverhalten sowie inkonsequentes Verhalten aufzulösen; auch bei Liebeskummer wirkungsvoll. Fördert bewusstes Verarbeiten und innere Sammlung.

**Verfügbar:** häufig.

### ▲ Amethyst mit Chalcedon

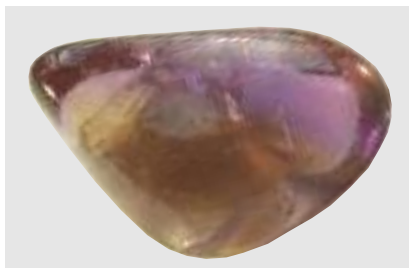


**Körperlich:** hilft Körperflüssigkeiten, vor allem die Lymphe zu reinigen, kräftigt das Bindegewebe, lindert Juckreiz und Sonnenbrand.

**Seelisch:** hilft sich mit anderen auszusprechen und zu versöhnen, auch mit sich selbst Frieden zu schließen; macht heiter und glücklich.

**Verfügbar:** gering.

## ▲ Ametrin\*

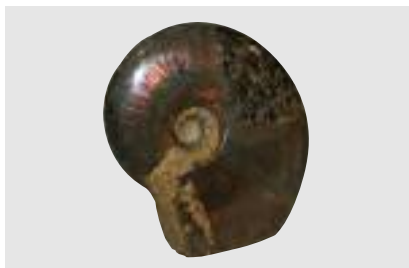
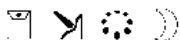


**Körperlich:** harmonisiert das vegetative Nervensystem; wird bei Antriebsschwäche und Nervosität eingesetzt; regt die Gehirntätigkeit an; vermindert Schwerhörigkeit, bessert Augenbeschwerden; erleichtert die Genesung nach schweren Erkrankungen.

**Seelisch:** wirkt gegen depressive Verstimmung, fördert die Lebensfreude; verbessert die Kontrolle über das eigene Leben; bringt Konzentration, Ruhe, Dynamik, Durchsetzung; unterstützt Führungskompetenz, hilft andere zu begeistern und zu leiten.

**Verfügbar:** gering.

## ◆ Ammolith, opalisierter Ammonit

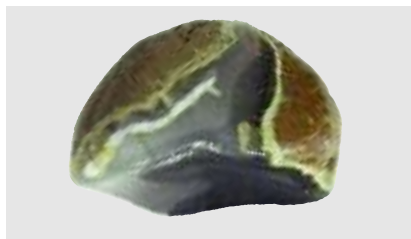


**Körperlich:** normalisiert Zellstoffwechsel und Energieumsatz; reguliert den Herzrhythmus und stärkt das Herz, entspannt und erfrischt die Haut.

**Seelisch:** unterstützt Geisteskultur, Schönheitssinn, Sinnsuche und Sinnlichkeit.

**Verfügbar:** selten.

## ▲ Amulettstein\*

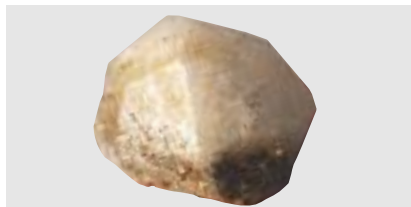


**Körperlich:** stabilisiert die körperliche Konstitution; fördert das Immunsystem und die Regeneration; regt die Lebertätigkeit an; regt das Gehirn und die Nerven an; schenkt tiefen und erholsamen Schlaf.

**Seelisch:** stabilisiert die psychische Konstitution; ermutigt kreativ mit seinen Wünschen, Gefühlen, inneren Bildern und den intensiveren Träumen zu arbeiten; hilft die eigenen Bedürfnisse in ihrer Diskrepanz mit der Realität wahrzunehmen, hilft an den persönlichen Interessen dranzubleiben; hilft sich nicht von Scheinwerten blenden zu lassen, sondern in Ruhe zu reflektieren und zu kombinieren; lässt bei Isolation Auswege finden; macht je nach Erscheinungsbild introvertiert oder neugierig; wirkt erdend.

**Verfügbar:** gering.

## ■ Analcim\*



**Körperlich:** verbessert Einschlafstörungen; lindert den halbseitigen migräneartigen Kopfschmerz; wird bei Pankreasstörungen, auch bei Diabetes eingesetzt; verbessert die Harnausscheidung und wird gegen Muskelatrophie

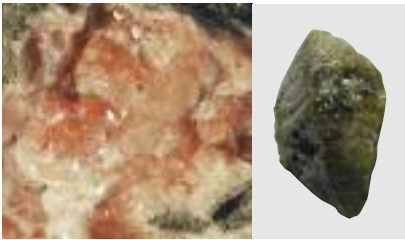


eingesetzt; lindert Hautausschläge und Juckreiz.

**Seelisch:** hilft Kummer sanft zu bewältigen; stärkt Ausdauer und Durchhaltevermögen; fördert geistige Klarheit und hilft sich selbst zu strukturieren; bewahrt Individualität und Kreativität; bringt Harmonie in Gruppenaktivitäten und verbessert deren Zusammenarbeit.

**Verfügbar:** selten.

## ■ Anatas\*



**Körperlich:** wird gegen allergische Reaktionen und Arzneimittelüberempfindlichkeit eingesetzt; fördert die Aufnahme von Vitamin A, Calcium und Magnesium.

**Seelisch:** hilft Widerstände gegen Veränderungen zu überwinden; lässt die Vergangenheit und Zukunft neutral betrachten und vergrößert damit die Entscheidungsfähigkeit; erweitert den Horizont und lässt zu, mehr Verantwortung übernehmen.

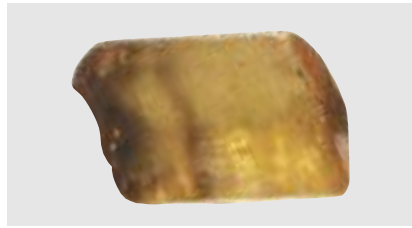
**Verfügbar:** selten.

## ◆ Andalusit\*



**Körperlich:** hilft bei Magen- und Darmbeschwerden; wirkt bei Schwächezuständen; beeinflusst fehlgesteuerte Bewegungen; wird bei Muskellähmungen und bei Störungen aufgrund mangelnder Sauerstoffzufuhr und Übersäuerung eingesetzt; bessert Durchschlafstörungen.

**Seelisch:** regt das Erinnerungsvermögen an; fördert Ababelungsprozesse; hilft die eigene



Identität zu entdecken und zu verwirklichen; erleichtert, die vielen Möglichkeiten unseres Wesens zu erkennen und zu leben.

**Verfügbar:** gering.

## ▲ Andesin\*

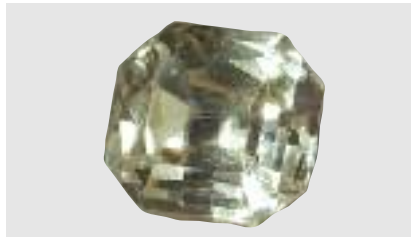


**Körperlich:** wird zur Behandlung hoher Blut-Cholesterinwerte eingesetzt.

**Seelisch:** fördert klare Gedanken und neutrales, emotionsfreies Argumentieren; hilft sich weniger in die Ecke drängen oder abwerten zu lassen.

**Verfügbar:** gering.

## ◆ Anglesit\*

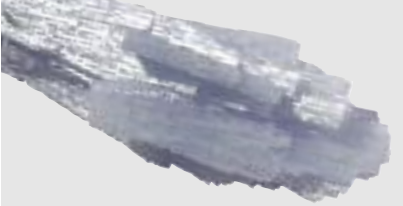
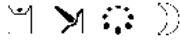


**Körperlich:** wird bei nervösen Störungen eingesetzt, um die Durchblutung und Nervenimpulsübertragung anzuregen.

**Seelisch:** hilft aktiv Träume in die Realität umzusetzen; wird oft beim Channeling verwendet; hilft sich aus Unterdrückung und aussichtslosen Situationen zu befreien.

**Verfügbar:** selten.

### ◆ Anhydrit\*, Angelit

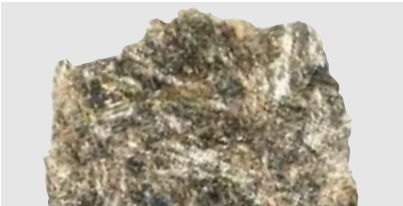
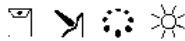


**Körperlich:** zur Anregung der Nierenfunktion und Ausscheidung von Bindegewebsschlacken und Wasser im Gewebe; bei akuten Vergiftungen wasserlöslicher Stoffe; verbessert die sensorische Wahrnehmung.

**Seelisch:** vermindert die eigene Unsicherheit, Selbstzweifel und unnötige Sorgen; wirkt stabilisierend bei psychischen Belastungen und hilft diese durchzustehen; mildert schizophrene Schübe und Zwangsgedanken; bremst nach einigen Wochen aber auch geistige Entwicklungen; verbessert die allgemeine Kommunikationsfähigkeit.

**Verfügbar:** gering.

### ◆ Anthophyllit

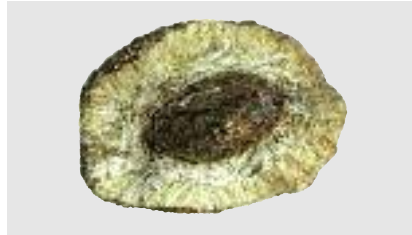


**Körperlich:** stärkt die Nerven und die Nieren, verbessert das Geruchsempfinden und das Gehör, sorgt für einen gesunden Tonus.

**Seelisch:** gegen selbstzerstörerische Tendenzen, hilft eigene Fehler anzunehmen, lindert Stress und ersetzt Druck durch Akzeptanz; hilft nach eigenen Vorstellungen zu leben.

**Verfügbar:** selten.

### ◆ Anthophyllit mit Phlogopit, Hermanover Kugel\*



**Körperlich:** bei atrophischen, schuppigen Hautstörungen, bei Übelkeit; wirkt zentrierend; löst chronisch verspannte Muskulatur und kräftigt das Gewebe.

**Seelisch:** zeigt die eigenen positiven Seiten und lindert Selbstzweifel, Negativität und Grübelei; schenkt Geduld und Bescheidenheit; setzt bei Bedarf große Lebenskräfte frei und schützt die Aura.

**Verfügbar:** selten.

### ◆ Antimonit\*



**Körperlich:** fördert die Wundheilung; lindert Schwellungen und Hautausschläge, Ekzeme, Juckreiz und Schuppen; reguliert die Verdauung; lindert Magenbeschwerden, insbesondere

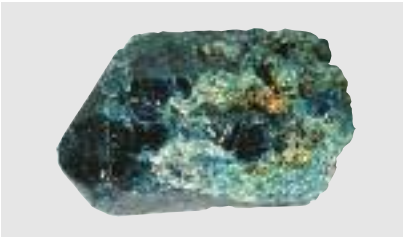
Übelkeit und Erbrechen; fördert Giftauusscheidung, verbessert Zahnfleischbeschwerden.

**Seelisch:** hilft bei Anstrengungen und verleiht Durchhaltevermögen; ermöglicht die eigenen Gefühle zu kontrollieren, fördert das Loslassen schwieriger Gefühle und den Verzicht auf Ersatzhandlungen; unterstützt sachliches, rationales Denken; begünstigt Schöpferkraft und Kreativität.

**Verfügbar:** gering.

**Apachentränen** siehe Obsidian

### Apazit\*, allgemein



**Körperlich:** fördert Knorpel, Knochen- und Zahnbildung, hilft bei Knochenbrüchen; hilft bei Arthrose, Osteoporose und Rachitis; wirkt mittelfristig aufbauend und kräftigend; mobilisiert Energiereserven und hilft bei Erschöpfungszuständen.

**Seelisch:** motiviert und erfrischt bei Lethargie; hilft Lustlosigkeit und geistige Trägheit zu Überwinden.

### Apatara, Apatit nach Aragonit



**Körperlich:** wirkt bei Brüchen und Verwachsungen am intensivsten und begünstigt den Aufbau von Knorpeln und Knochenhaut.

**Seelisch:** hilft den eigenen Körper anzunehmen und seiner Weisheit zu vertrauen; erleichtert es, Veränderungen gelassen zu begeben.

**Verfügbar:** selten.

### Apazit, blau\*



**Körperlich:** verbessert Bindegewebsschwäche; senkt langsam Fieberzustände; senkt den Blutdruck; wirkt aufbauend, beschleunigt die Heilung bei Knochenbrüchen und hilft bei Arthrose, Osteoporose, Rachitis.

**Seelisch:** hilft bei Antriebslosigkeit nach starker Verausgabung; stärkt das Selbstbewusstsein und ermöglicht es, sich wirkungsvoller auszudrücken, wodurch sich Sprachprobleme vermindern.

**Verfügbar:** gering.

### Apazit, gelb



**Körperlich:** beeinflusst die Kallusbildung, fördert die Neubildung von Knochen und Knorpeln, wirkungsvoll bei Arthrose; mobilisiert

Energiereserven und hilft bei Erschöpfungszuständen; baut Schwellungen ab bei Quetschungen.

**Seelisch:** erleichtert bei Ärger und Kummer; gleicht Enttäuschung und Stimmungsschwankungen aus; motiviert und erfrischt bei Lethargie.

**Verfügbar:** selten.

### ■ Apatit, grün



**Körperlich:** lindert Gelenksbeschwerden, Gicht und Ischiasschmerzen; mildert juckende Hautausschläge; mildert verspannungsbedingte Kopf- und Schulterschmerzen; fördert Knorpel, Knochen- und Zahnbildung.

**Seelisch:** klärt den Geist und bringt Offenheit in die Gedankenwelt; belebt und hilft bei Antriebslosigkeit.

**Verfügbar:** selten.

### ■ Apatit, Fluorapatit\*



**Körperlich:** Bester Stein zur Stärkung der Zahnsubstanz.

**Verfügbar:** selten.

### ■ Apophyllit\*, allgemein



**Körperlich:** mildert nervöse und allergische Haut-, Schleimhaut- und Atemwegserkrankungen, sowie Asthma.

**Seelisch:** deckt Zwanghaftigkeit und Unaufrichtigkeit auf, hilft bei Schuldkomplexen, Ängsten aller Art, Zweifeln und Sorgen; mindert Verklemmtheit, soziale Unsicherheit und Affektiertheit; bewirkt gleichzeitig Bescheidenheit, Einfachheit und Selbstvertrauen; hilft auf Ablenkungen und Prestigedenken zu verzichten, um frei zu sein.

### ■ Apophyllit, blau



**Körperlich:** senkt den Blutdruck, lindert Spannungen, regt den Wasserhaushalt an.

**Seelisch:** gibt Gelassenheit, Zuversicht und Mut, vermittelt das Gefühl geistiger Weite und Freiheit.

**Verfügbar:** selten.

### ■ Apophyllit, grün

**Körperlich:** beruhigt akute Asthmaanfänge; baut die Anfallsneigung ab; erhöht niedrigen



Blutdruck; unterstützt die Regeneration von Haut und Schleimhäuten; lindert Osteoporose; entspannt die Nerven.

**Seelisch:** fördert den Ausdruck unterdrückter Gefühle; ermutigt Gedankenmuster und Verhaftungen loszulassen und sich zu zeigen, wie man ist, und seinen eigenen Weg zu gehen.

**Verfügbar:** selten.

### ■ Apophyllit, silbrig, Pyramiden



**Körperlich:** löst Spannung und lässt Erregung abklingen, löscht zellulär gespeicherten Stress.

**Seelisch:** hilft Verhaftungen und Gedankenmuster loszulassen, hilft starke seelische Belastungen besser zu ertragen; bessert die Inspiration und Imagination; bringt Integrität, Gelassenheit und Ruhe; befreit von Ansprüchen anderer und belastenden Verpflichtungen.

**Verfügbar:** häufig.

### Aquamarin, siehe Beryll

#### ◆ Aragonit\*, allgemein

**Körperlich:** mobilisiert die Gelenke und fördert allgemein die Beweglichkeit, hilft bei degenerativem Rheuma; regeneriert die Bandscheiben; reguliert den Calciumstoffwechsel und stärkt das Immunsystem.



**Seelisch:** hilft bei Überforderung, sich realistische Etappenziele zu setzen und Erfolge besser zu würdigen; hilft psychische und mentale Stabilität zu erlangen.

#### ◆ Aragonit, blau



**Körperlich:** mobilisiert die Gelenke und fördert allgemein die Beweglichkeit, lindert arthritische Schmerzen, kühlt, reduziert Entzündungsneigung und Juckreiz.

**Seelisch:** Hilft im Denken und Handeln neue Wege zu beschreiten und sich für unkonventionelle Möglichkeiten zu öffnen, ohne Sicherheitsaspekte zu missachten.

**Verfügbar:** häufig.

#### ◆ Aragonit, braun



**Körperlich:** fördert den Knochenaufbau sowie Aufbau und Elastizität der Bandscheiben; regt die Muskeltätigkeit an, wirkt auf Zähne; wird bei degenerativem Rheuma verwendet; unterstützend bei unspezifischen Verdauungsbeschwerden.

**Seelisch:** hilft konzentriert an einer Sache zu bleiben; beruhigt allgemein das Gemüt; schützt vor Albträumen; fördert bei ADS das Lernen durch eigenes Anschauen und Begreifen und bewirkt dadurch, dass keine Lernstufe übersprungen wird.

**Verfügbar:** häufig.

### ◆ Aragonit, rot



**Körperlich:** wirkt auf Zahnfleisch, verbessert die Motorik, mobilisiert die Gelenke.

**Seelisch:** vermittelt zwischen Voreiligkeit und Trägheit, fördert kontinuierlichen Fortschritt, hilft Überforderung, Sprunghaftigkeit und nachlassendes Interesse zu vermeiden.

**Verfügbar:** gering.

### ◆ Aragonit, weiß



**Körperlich:** lindert nervöses Zittern, unterstützt den Muskelaufbau, wirkt Knochentkalkung entgegen, regeneriert die Bandscheiben und regt die Verdauung an.

**Seelisch:** fördert Unvoreingenommenheit und neutrale Offenheit, fördert die Konzentration, reduziert innere Unruhe und Empfindlichkeit.

**Verfügbar:** sehr gut.

### ◆▲ Aragonit-Calcit, gebändert, Onyx-Marmor



**Körperlich:** hilft bei Beschwerden von Magen, Darm, Bandscheiben, Gelenken und Meniskus, indem er Knorpelsubstanz regeneriert und allgemein Beweglichkeit und Spannkraft fördert.

**Seelisch:** wirkt beruhigend bei Stress, ansonsten sanft anregend. Vermittelt ein gutes Körpergefühl und verbessert die Koordination.

**Verfügbar:** häufig.

### ▲ Astrophyllit\*



**Körperlich:** regt Verdauung und Wasserresorption im Dickdarm sowie den Stoffwechsel an; lindert Wechseljahrsbeschwerden; kann unregelmäßige oder verschobene Regelblutungen regulieren.

**Seelisch:** führt zu lebhaften Träumen bei leichtem, unruhigem Schlaf; wirkt leicht antidepressiv, indem er in eine gelassene und gedankenverlorene bis heitere Stimmung versetzt, die bewusstes Nachdenken erschwert; fördert aber spontane Geistesblitze und aktive Handlungsimpulse.

**Verfügbar:** gering.

### ◆ Atacamit\*

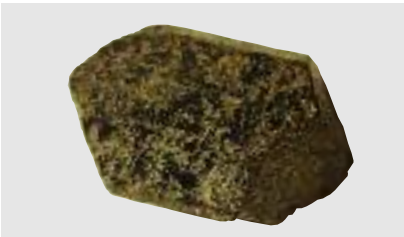


**Körperlich:** regt die Geweberegeneration an; verbessert die Aufnahme der Vitamine im Dünndarm.

**Seelisch:** bewirkt Offenheit für neue Gesichtspunkte; hilft sich aus festgefahrenen Gefühlsmustern und Bindungen zu lösen, nicht nachtragend zu sein und sich Gutes zu gönnen.

**Verfügbar:** selten.

### ▬ Augit\*



**Körperlich:** fördert die Gehirnentwicklung; schmerzlindernd bei Rückenschmerzen und Bandscheibenschmerzen, speziell durch Stauung oder Kompression; hilft bei Verdauungsbeschwerden insbesondere durch seelischen Druck.

**Seelisch:** wird bei Angstzuständen eingesetzt; fördert das geistige Wachstum und erleichtert schmerzhaft Veränderungen im Leben; wirkt gegen das Gefühl der Ausweglosigkeit und Enge; hilft gegen Unterdrückung von außen. Verfügbar: gering.

### ▲ Aventurin, blau\*, Blauquarz-Gruppe



**Körperlich:** wird bei Sonnenbrand und Schuppen eingesetzt; lindert Schmerzen, auch Rückenschmerzen und chronische Verspannungen, wirkt kühlend und fiebersenkend bei Halsentzündung.

**Seelisch:** hilft aus innerer Ruhe heraus Schritt für Schritt zu tun, was getan werden muss, ohne sich stören zu lassen; schenkt Gleichmut und Kontinuität.

**Verfügbar:** häufig.

### ▲ Aventurin, grün\*



**Körperlich:** wird bei vielen Hautirritationen, Allergien, nässenden Ausschlägen und Schuppen eingesetzt; baut Nierensteine langsam ab; regt den Fettstoffwechsel und damit den Fettabbau an, senkt den Cholesterinspiegel und mindert das Einlagern in die Gefäßwände und beugt Arteriosklerose und Herzinfarkt vor; reguliert zu niedrigem Blutdruck.

**Seelisch:** hilft beim Zurückfinden des inneren Gleichgewichtes; fördert Selbstbestimmung; bringt Ideen und Begeisterung; regt dazu an,