

## Edelsteine und ihre Wirkung

---

**Orangencalcit** steht für Selbstvertrauen. Er stärkt die Selbstachtung und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Er fördert Optimismus, ohne den Boden der Realität aus den Augen zu verlieren.

**Perlmutter** (Abalone) fördert Frohsinn, Sicherheit und Schutz. Es unterstützt beim Überwinden von Niedergeschlagenheit, Unsicherheit und Enttäuschung. Ebenfalls eine gute Unterstützung im achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen.

**Hämatit** steht für Engagement und Fortschritt, kann Vitalität, Dynamik und Kraft ins Leben bringen, offenbart die eigenen inneren Einstellungen und Bedenken.

**Bergkristall** gilt als kraftvoller Meisterheiler, der dem Geist Klarheit, Fokus und innere Ordnung schenken sowie negative Blockaden lösen soll. Auf körperlicher Ebene wird er in der Steinheilkunde zur Vitalisierung des Nervensystems und zur Linderung von Schmerzen eingesetzt. Zudem verstärkt er als energetischer Katalysator die Heilwirkung anderer Edelsteine.

**Rosenquarz** ist *der* Harmoniestein. Er verdeutlicht eigene Bedürfnisse und hilft die Wünsche anderer klarer zu machen; steigert das Einfühlungsvermögen, Selbstliebe und Empfindsamkeit. Dazu fördert er ein harmonisches Zusammenleben.

**Sonnenstein** stärkt den Optimismus und ein sonniges Gemüt. Er hilft, das Leben zu bejahen und kann Ängste und Sorgen lindern, lenkt den Blick auf die eigenen Stärken und die Sonnenseiten des Lebens.

**Fluorit** in violett steht für Befreiung und Selbstbestimmung, fördert emotionale Stabilität und inneren Frieden. Hilft bei Lern- und Konzentrationsstörungen und stärkt das Gedächtnis.

**Fluorit** in grün ist ein guter Begleiter für mehr Ideenfülle, rasche Auffassungsgabe und Auflösung alter Gedankenmuster und Engstirnigkeit. Er intensiviert Gefühle und Stimmungen, und macht sie dadurch bewußt. Körperlich kann er Entgiftungsprozesse unterstützen.

**Fluorit** in rosa fördert Dynamik und Wohlwollen, hilft unterdrückte Gefühle wahrzunehmen und ihnen zum heilen Raum zu geben. Er hilft, rege und aufgeschlossener zu werden.

**Amethyst** hilft bei der Überwindung von Trauer und Verlusten, stärkt die Bewußtheit und Urteilsvermögen. Er fördert konstruktives Denken und Handeln und Wachheit, aber auch gleichzeitig inneren Frieden.

**Granat** (Pyrop) unterstützt bei Krisenbewältigung und dem Streben nach Verbesserung und mehr Lebensqualität. Er fördert Gelassenheit, Mut, Ausdauer und baut Hemmungen ab, die den Wunsch nach Veränderung blockieren.

**Schwarzer Turmalin** (Schörl) schützt vor negativen Ausstrahlungen, Einflüssen und Energien, fördert Gelassenheit, und einen besseren Schlaf. Er unterstützt klares, logisches Denken und Rationalität. Er hilft bei Strahleneinflüssen und entstört Narben.

**Turmalinquarz** verbindet die Polaritäten, hilft innere Kämpfe und Konflikte zu lösen. Er ermöglicht Gegensätze in Harmonie zu wandeln. Er unterstützt beim Lösen von Anspannung und Verkrampfungen/Verhärtungen, hält vital und beweglich. Gleichzeitig kann er Reinigung, Entgiftung und Ausscheidungen fördern, ist also ein guter Fasten- und Entgiftungsstein.

**Schungit** besitzt neben Kohlenstoff ein besonderes Mineral: Fullerene. Sie bekämpfen freie Radikale im Körper und können innerlich angewendet, der Zellalterung entgegenwirken. Also fördert er Entgiftung und Ausleitung. Als Kette getragen filtert er negative Energien und ist ein guter Schutzstein vor elektromagnetischen Strahlen und Störfeldern. Er unterstützt ebenfalls die Entstörung von Feldern im menschlichen Körper. Gleichzeitig ermöglicht er, alte Gewohnheiten und boykottierende Gedanken loszulassen. Ebenso unterstützt er das Loslassen vor Angst vor Verlust/Isolation/materiellem Schaden.

**Rauchquarz** unterstützt Entspannung und hilft unterstützend bei Streß und innerer Anspannung. Er fördert nüchterne, realistische und pragmatische Überlegungen. Gleichzeitig kann er Nerven stärken.

**Howlith** stärkt Selbständigkeit und Achtsamkeit. Er regt gleichzeitig an, sein Leben selbst zu gestalten und wieder in die Hand zu nehmen durch das Fördern bewußter Kontrolle und eigener Handlungen.

**Süßwasserperlen** führen uns zu mehr Gefühlstiefe. Helfen, an verschlossene Emotionen und Konflikte heranzukommen, damit sie geheilt werden können. Die Perle unterstützt, Trauer, Verlust und Schmerz zu wandeln.

**Chrysokoll** stärkt die Ausgeglichenheit, hilft bei Streß und Stimmungsschwankungen, um einen kühlen Kopf zu bewahren. Also ein idealer Stein bei herausfordernden Situationen, bei denen wir zu sehr in alten Emotionen und Verhaltensmustern verhaftet sind.

**Malachit** steht für intensives Leben und Mut zu Abenteuern, fördert die Vorstellungs- und Entschlußkraft. Er stärkt den Mut, ein neues Projekt oder allgemein innere Veränderung anzugehen, nicht nur immer davon zu träumen ;)

**Aventurin** steht für Unbeschwertheit und innere Leichtigkeit. Er hilft, ständig kreisende Gedanken und Sorgen loszulassen, die uns ständig ausbremsen. Aventurin stärkt bei Nervosität und Streß, fördert einen gesunden Schlaf.

**Moosachat** ist ein Stein mit feiner Energie, der von innerer Schwere, Druck und Belastung befreien helfen kann. Er unterstützt beim Bewußtwerden, fördert die liebevolle Kommunikation und einen regen Verstand, der Lösungen leichter greif- und erklärbar

machen kann. Ein idealer Kommunikationsstein für alle, die sich nicht so trauen, sich klar und deutlich zu zeigen.

**Türkis** steht für das Schicksal, er ermöglicht, Ursachen für Glück und Unglück zu erkennen und zu meistern. Er wirkt außerdem ausgleichend, aufmunternd und schützt ebenfalls vor fremden Einflüssen durch Erkenntnis und innerer Gelassenheit.

Körperlich kann er als Regenerationsstein, Entzündungen hemmen, entgiften und krampflösen. Er wird vor allem zur Stärkung des Immunsystems, bei Beschwerden der Atemwege und des Halses sowie zur Linderung von Übersäuerung und Muskelschmerzen eingesetzt.

**Tigerauge** ist ein guter Konzentrations- und Lernstein, er fördert Gefäßtheit und gesunden inneren Abstand zu einer Situation. Er hilft die Fassung in Extremsituationen zu wahren und fördert rasche Auffassungsgabe und überlegtes Handeln.

**Disthen in blau** (Kyanit) steht für Identität und Vollenden der Lebensaufgabe. Er fördert, logisch-rationales Denken und entschlossenes Handeln, wodurch wir in Extremsituationen handlungsfähig bleiben. Er kann bei Heiserkeit und Kehlkopfbeschwerden gute Unterstützung bieten.

**Chinesische Jade** (Jadeit) fördert den Ausgleich zwischen Ruhe und Aktivität. Fördert aber gleichzeitig spielerische Selbstverwirklichung, denn nicht alles muß „im Schweiße des Angesichtes mühsam erreicht sein.“

**Lapislazuli** steht für die Wahrheit an sich, er fördert Aufrichtigkeit, Würde und Kontaktfreudigkeit, sich selbst und anderen gegenüber. Er hilft uns, die Wahrheit zu sagen und auch anzunehmen. Er kann bei Hals- und Kehlkopfbeschwerden helfen.

**Milchquarz** (Schneequarz) steht für eigene Achtsamkeit, stärkt den inneren Frieden und das Gewahrsein im Hier und Jetzt. Dadurch können wir besser unser Potenzial wahrnehmen und leben, und uns selbst neutraler und sachlicher auszudrücken ohne ständige Gedanken der Rechtfertigung und des „Kampfes“.

**Sodalith** unterstützt uns bei der Wahrheitssuche, hilft Schuldgefühle aufzulösen und zu uns selbst zu stehen. Er steigert die Bewußtheit und Wahrheitsstreben in uns. Damit wir unsere Wahrheit besser aussprechen können, unterstützt Sodalith das Halszentrum, kann bei Heiserkeit und Stimmverlust helfen.

**Chalcedon blau** gebändert ist DER Gesprächsstein, wenn es um klare Aussprachen, wichtige Präsentationen und Diskussionen geht. Er stärkt die Redekunst und den Selbstausdruck, hilft aber auch hinzuhören, zu verstehen und sich leichter mitzuteilen.

**Mondstein** weiß (der original Mondstein, nicht der weiße Labradorit, der als Regenbogenmondstein bezeichnet wird) macht das Gefühlsleben leichter, öffnet die inneren hellen Sinne und stützt die Hellsichtigkeit und Hellföhligkeit (Intuition und „Bauchgeföhl“). Er erschließt uns also unseren Zugang zur Seele und ihrer leisen, feinen Stimme.

**Versteineretes Holz** erdet sehr gut, macht aber auch gleichzeitig offen und lebendig bei unerschütterlicher Ausgeglichenheit. Es hilft, die angenehmen und positiven Seiten des Lebens zu sehen, unterstützt uns mit Wohlföhl.

**Basalt-Lava** gibt uns die Möglichkeit, uns wieder selbst zu spüren und des eigenen Befindens gewahr zu werden. Sie macht konsequent und schützt vor Nachlässigkeit und faulen Kompromissen. Ein gutes Mineral, um Abgrenzung leichter und mit Bewußtheit zu lernen.

**Tibetachat** hat - so sagt man seit alters her - eine ausgleichende Wirkung, sorgt also für die Harmonie, die wir gerade brauchen; der Edelstein verhilft uns zur inneren Balance, außerdem hält der Heilstein negative Energien fern. **Achat** selbst steht für Toleranz, Bereitschaft zur Kommunikation, bringt Leichtigkeit, fördert Wachstum, aktiviert Selbstschutz

**Landschaftsjaspis** (Bilderjaspis oder Kalahari Picture Stone) spendet Mut, Ausdauer sowie Willenskraft und hilft bei der Bewältigung von Problemen. Er schenkt mehr Lebensfreude und schützt vor Arroganz sowie Eifersucht.

**Mookait** fördert den Drang nach Erfahrung, Abwechslung, Freude und intensiven Erfahrungen. Er macht flexibel, regt an, mehrere Möglichkeiten zu entwerfen und stets die passende zu wählen. Also ein Stein der Lebensfreude, der uns anspornen kann, mehr ins Gewahrsein der positiven Möglichkeiten zu gehen.

**Jaspis** rot stärkt die Willenskraft, erdet und bringt Energie. Gleichzeitig unterstützt er uns, mutiger und dynamischer zu werden, bringt courage für unangenehme Aufgaben und macht uns geistig rege. Manchmal ist auch eine „Kriegernatur“ erforderlich, wenn es ums Freischwimmen aus festgefahrenen Situationen und Verbindungen geht. Diese wird durch den Jaspis ebenfalls unterstützt.

**Karneol** steht für Überwindung und Mut, er bringt uns Tatkraft, Mut und Standfestigkeit. Dabei werden wir aber immer die gute Laune und Freude behalten. Karneol stärkt den Idealismus, Gemeinschaftssinn und Pragmatismus, die für neue Projekte und Veränderungen immer wieder wichtig sind.

**Aqua Terra Jaspis** bringt uns innere Ruhe, Frieden, Klarheit. Liebe und Harmonie. Dieser Stein ist hervorragend geeignet uns zu helfen, wenn wir unter Stress stehen oder ängstlich sind. Er unterstützt uns, wenn wir verzweifelt sind und schenkt uns Hoffnung. Außerdem fördert er unser Mitgeföhl.

**Koralle** beschert neue Energie, Freude und Lebenskraft und stärke das Bedürfnis nach Freundschaft, Partnerschaft und Liebe.

Anmerkung: Als Schaumkoralle bezeichnet man die Wurzel der Momo-Koralle, mit der sie im Sand oder Fels festgewachsen ist. Die Wurzel-Koralle stammt von den Philippinen und ist die preisgünstigste Schmuckkoralle. Da ein Teil der echten **Korallen/roten Korallen** unter das Washingtoner Artenschutzübereinkommen fallen, dürfen sie weder importiert noch gehandelt werden. Auch ich verzichte darauf, die wirkliche Schaumkoralle/rote Koralle zu verkaufen, sondern die sog. Wurzelkoralle – aber auch die nur noch in Restbeständen, ich möchte die Tiere (was eine Koralle ja ist) gern leben lassen.

**Andenopal rosa** fördert in uns Herzlichkeit, Empfindungsfähigkeit und Zuneigung. Er hilft Hemmungen, Scham und Schüchternheit aufzulösen und macht im Denken und Handeln freundlich und aufgeschlossen.

**Goldobsidian** steht im allgemeinen für Heilung. Er hilft, die Folgen seelischer Verletzungen zu überwinden und ermöglicht, tief verwurzelten Pessimismus aufzulösen. Körperlich kann er Heilung von kleineren Verletzungen unterstützen.

**Betelnuß** ist die Frucht einer alten Kulturpflanze, die von Südasien über ganz Südostasien bis zu den Inseln der Salomonen, nordöstlich bis Taiwan und den Philippinen, südlich bis nach Nordaustralien verbreitet ist. In Thailand wurden die Überreste von Betelnüssen gefunden, die auf über 7500 Jahre datiert werden. Sie hat keine bestimmte energetische Wirkung, sieht aber sehr schön aus, daher biete ich sie an ☺

**Regenbogen-Mondstein** (eigentlich weißer Labradorit) gilt als kraftvoller Heilstein für Intuition, emotionale Balance und weibliche Energie. Er fördert Ausgeglichenheit, Kreativität und Lebensfreude, während er Ängste abbaut. Körperlich wird er oft bei Hormonschwankungen, PMS, unerfülltem Kinderwunsch und Schlafproblemen eingesetzt.

**Amazonit** gilt in der Steinheilkunde als Stein der Harmonie, der beruhigend auf Geist und Seele wirkt sowie Verstand und Intuition ausgleicht. Er unterstützt das Herz- und Halschakra, fördert die gelassene Selbstbestimmung und hilft dabei, inneren Stress oder Blockaden abzubauen. Körperlich hat er eine krampflösende und beruhigende Wirkung, die vor allem das Nervensystem, Muskelverspannungen und den Kalziumstoffwechsel positiv beeinflussen kann. Er kommt daher vorwiegend zur Linderung von stressbedingten Beschwerden wie Kopfschmerzen oder Herzrasen zum Einsatz.