

# Der Amethyst II

## Stein der Klärung, Loslösung & Entspannung

Michael Gienger



*Michael Gienger versteht sich selbst als Naturforscher. Für ihn ist die Natur ein großes Buch, in dem sich durch die beobachtende Wahrnehmung viele Geheimnisse des Lebens erkennen und verstehen lassen. Er engagierte sich im Projekt "Mineralien in der Heilkunde", das die Brücke von der Erfahrungsheilkunde zur Wissenschaft schlagen konnte. Aktuell arbeitet er mit einem zwölfköpfigen Team am größten steinheilkundlichen Nachschlagewerk weltweit, dem Neuen Lexikon der Heilsteine. Im Projekt Fair Trade Minerals geht es ihm um die Förderung von humanitären, sozialen und umweltverträglichen Projekten im weltweiten Mineralien- und Edelsteinhandel.*

Amethyst zählt zu den Kristallquarzen, jenen Vertretern der Quarz-Gruppe, die große, mit bloßem Auge sichtbare Kristalle ausbilden. Über seinen Namen, über Genese, Vorkommen, Mineralklasse, Chemismus, Varietäten, Verfügbarkeit, Bestimmungsmerkmalen u. s.w. haben wir im ersten Teil berichtet. Nachfolgend soll seine Bedeutung als Heilstein aufgezeigt werden.

### Heilwirkung, Indikationen

#### Spirituell

Der Amethyst fördert dauerhafte geistige Wachheit und Bewusstheit. Er unterstützt das Bestreben, die Vorgänge des Lebens von höherer Warte zu betrachten und sich dadurch aus Anhaftungen und Verstrickungen zu lösen. Auf diese Weise regt Amethyst Klärungsprozesse an und führt zu geistiger Reife. Er fördert Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit und stärkt den Gerechtigkeitssinn und das Urteilsvermögen. Amethyst unterstützt die Erkenntnis, dass die materiellen und geistigen Aspekte des Lebens zwar gleichermaßen Gültigkeit besitzen, dass unser „Erle-

ben“ aber stets ein geistiger Vorgang ist, geprägt davon, wonach wir greifen, woran wir uns binden, was wir loslassen und wovon wir uns fern halten. Auf diese Weise dient er dem Verständnis, dass wir geistige Wesen sind, und dass es vor allem geistige Einstellungen sind, die unser Erleben prägen. Amethyst fördert daher den Sinn für Spiritualität und die Erkenntnis der geistigen Wirklichkeit. Er macht es leichter, einerseits die Vergänglichkeit der Dinge und andererseits die Beständigkeit der geistigen Existenz zu erkennen. Daraus kann das Verständnis entstehen, weshalb das Anhaften an Vergänglichem zu Leid führt – und mit dem Realisieren dieses Verständnisses fällt das Loslassen leichter und wir gewinnen inneren Frieden. Dasselbe Verständnis hilft jedoch auch, den eigenen Lebensraum zu erkennen, deutlicher wahrzunehmen, welche Ziele wir erreichen, nach welchen Werten wir leben, welche Wünsche wir erfüllen und welche Begegnungen wir anstreben wollen – sprich: welchen Sinn wir unserem Leben geben. Bei einer solchen Sinnsuche kann Amethyst eine gute Hilfe sein.



*Amethyst, Rio Grande do Sul/Brasilien*

## Der Amethyst

Er wird daher auch als Meditationsstein sehr geschätzt, da er hilft, die Aufmerksamkeit vom ständigen inneren Dialog zu lösen, innere Stille zu entwickeln und die dem Selbst innewohnende Weisheit zu entdecken.

### Seelisch

Der Amethyst hilft daher aus Nervosität, Stress, Anspannung, innerem Kampf, Verstimmungen, Unzufriedenheit, negativen Gefühlen sowie insbesondere aus Kummer und Trauer heraus und unterstützt die Bewältigung von Verlusten. Bei einem Verlust bricht der Kontakt zu einem Wesen oder einer Sache: Die Nähe und das Streben zueinander, der Austausch miteinander, das Teilen von Gemeinsamkeiten und das Verständnis füreinander werden vereitelt. Dadurch wird ein angestrebtes Erleben unmöglich und wir stehen in dem Zwiespalt, dass wir einerseits die Wiederkehr des Gewünschten anstreben, aber andererseits an dessen Unerfüllbarkeit glauben. Das macht Verluste so besonders schmerzvoll. Hier kann das „not-wendige“ Loslassen erleichtert werden, wenn wir genau erkennen, welches „Erleben“ (im geistigen Sinne) in welcher Art und Weise uns verloren ging. Denn damit ist dieses Erleben als „geistiges Potential“ bereits wiedergewonnen und kann von uns neu verwirklicht werden. In diesen Erkenntnisprozessen kann Amethyst eine Hilfe sein, da er das bewusste Betrachten von höherer Warte fördert (s. o.). Auch wenn diese Vorgänge oft nur am Rande unseres Bewusstseins verlaufen, erleben wir das Resultat doch deutlich als Erleichterung und Befreiung. Möglicherweise fließen dabei auch Tränen, doch die sind als Vorboten der Erleichterung

zu sehen und sollten keinesfalls unterdrückt werden!

Durch ähnlich genaues Hinschauen hilft Amethyst zudem, innere Bilder und Träume zu klären. Erinnerungen, Phantasien, Wahrnehmungen, Erwartungen, geistige Entwürfe, Tag- und Nachträume werden bewusster und deutlicher. Dies fördert einerseits die Intuition und Inspiration und ermöglicht andererseits ein besseres Verstehen dessen, was in uns vorgeht, was uns berührt, bewegt, motiviert oder demotiviert. In dem Maß, in dem dieses Verstehen zunimmt, lässt die unbewusste Wirksamkeit vieler Bilder und Träume nach, wodurch sich die Fähigkeit verbessert, das Leben durch bewusste Entscheidungen zu gestalten. Aus diesem Grund unterstützt Amethyst die Auflösung von Ängsten, Enttäuschungen, alten Schmerzen und Verletzungen, Zurückweisungen, Gefühlen des Getrenntseins (auch Heimweh), von Sehnsucht und Entfremdung, zwanghaften Verhaltensmustern, schlechten Gewohnheiten, unkontrollierbaren Mechanismen, Triebhaftigkeit, Suchtverhalten oder unstillbarem Verlangen. Dadurch wird es leichter, frei und selbstbestimmt zu handeln. Ebenso hilft er bei innerer Unruhe, Schuldgefühlen, schlechtem Gewissen, Resignation und dem Gefühl der Ohnmacht, wenn wir Mühe haben, gewünschte Veränderungen im Leben herbeizuführen. Amethyst ist daher ein guter Begleiter in therapeutischen Prozessen. Er bringt ein gelöstes, freies Lebensgefühl, macht emotional stabiler und hilft, die eigene innere Mitte zu finden. Indem er das Auflösen von Zwängen unterstützt, entsteht ein geschützter innerer Freiraum, in dem sich Ideen und Impulse unter bewusster Prüfung ent-

wickeln können, bis sie reif sind, durch die Tat verwirklicht zu werden. Diese Wirkungen des Amethysts spiegeln sich auch im Traumgeschehen wider: Legen wir einen Amethyst unter das Kopfkissen (am besten einen hellen, klaren), so wird das Traumgeschehen zunächst stark angeregt. Dabei tauchen zuerst typische „Entrümpelungsträume“ auf, in denen unverarbeitete Eindrücke, Erlebnisse und vergangene geistige Entwürfe aufgearbeitet werden, was häufig mit Unruhe und oberflächlichem Schlaf einhergeht. Nach einiger Zeit nimmt diese Art Träume jedoch immer weniger Raum ein, stattdessen nehmen lebendige, kreative Träume zu, in denen wir Pläne und neue Entwürfe für unser Leben durchspielen, prüfen und entwickeln. Gleichzeitig wird der Schlaf dann ruhiger, tiefer und erholsamer.

### **Mental**

Der Amethyst fördert aufgrund der o. g. inneren Klärung Nüchternheit, Bewusstheit, Sammlung, innere Ruhe und eine gute Beobachtungsgabe. Er hilft, ganz in der Gegenwart zu sein (was übrigens auch das „geistige Ankommen“ von Neugeborenen erleichtert) und alle Erlebnisse, auch unangenehme, gleichermaßen zu konfrontieren. Dadurch fördert er die bewusste Verarbeitung unserer Wahrnehmung. Das kann nach Unfällen und Schockzuständen helfen, das Bewusstsein aus dem traumatischen Erlebnis zu lösen und wieder in die Gegenwart zu kommen. Seine ernüchternde Wirkung ist so stark, dass sie sogar leichte Rauschzustände überwinden hilft. Diesem Umstand verdankt Amethyst seinen Namen (s. o.). Verkehrsteilnehmer seien allerdings gewarnt: Der gegebenenfalls erhöh-

te Blutalkoholspiegel bleibt messbar, auch wenn Verstand und Geist deutlich klarer werden. Amethyst hilft, jene Gedanken und Bilder, die uns in die Vergangenheit ziehen oder Zukunftssorgen nähren, ruhig zu betrachten und bewusst zu verarbeiten. Auf diese Weise können wir aus ihnen unsere Schlüsse ziehen, daraus lernen und sie anschließend verabschieden. Das beendet grüblerisches Gedankenkreisen und verbessert die Konzentrationsfähigkeit und Effektivität im Denken und Handeln. Was das Erschließen neuer Informationen angeht, kann Amethyst allerdings auch zum pedantischen Sammeln tausender Details verführen, zur Neigung, es immer ganz genau zu nehmen (siehe z. B. den Text dieses Kapitels). Amethyst lenkt den Blick gerne dorthin, wo sich etwas unserem Bewusstsein entzieht, wo sich Rätsel und Fragen stellen, wo wir um Verstehen ringen. Er macht es uns leichter, Wesentliches von Unwesentlichem zu unterscheiden und dadurch klärende Erkenntnisse zu gewinnen, insbesondere wenn diese durch Ablenkungen, Verwirrung, unklare Sachverhalte, falsche (d. h. der Situation nicht angemessene) Vorstellungen und Betrachtungen oder zu große eigene Betroffenheit verschleiert waren. Daher kann Amethyst eine große Hilfe sein, wenn es gilt, komplizierte Sachverhalte zu durchdringen, Gerechtigkeit und Fairness walten zu lassen, etwas objektiv zu beurteilen oder einfache und gut anwendbare Lösungen zu finden. Er hilft, Grenzen zu respektieren und ermöglicht selbst in schwierigen Situationen, Verantwortung zu übernehmen und die Konsequenzen unserer Entscheidungen und Handlungen zu (er-)tragen. Dadurch werden wir fä-

*„Der Amethyst  
fördert  
Nüchternheit,  
Bewusstheit,  
Sammlung,  
innere Ruhe  
und eine gute  
Beobachtungsgabe.“*

## Der Amethyst

hig, Konflikte zu lösen und aus innerem Frieden heraus auch äußeren Frieden zu schaffen.

### Körperlich

Der Amethyst wirkt allgemein kühlend, spannungslösend und schmerzlindernd, auch bei Verletzungen, Blutergüssen (Hämatomen), Verstauchungen, Verrenkungen, Zerrungen, Prellungen und Schwellungen. Er hilft bei Hitzeempfindlichkeit, harmonisiert die Gehirnfunktionen, beruhigt die Nerven, bringt Entspannung, senkt Fieber und Blutdruck (einer der besten Heilsteine bei Bluthochdruck!), reduziert Stresshormone und löst Muskelverspannungen aller Art. Besonders hilfreich ist er bei manchen Formen von Migräne, bei Verspannungskopfschmerzen, Rücken- und Nackenbeschwerden (auch bei Schleudertraumen) sowie Verspannungen der Kiefermuskulatur und des Augenumfelds. Amethyst lindert spannungsbedingte Augenleiden wie Augenzittern (Nystagmus), Fehlsichtigkeit (Kurz- und Weitsichtigkeit), Sehschwäche, Schielen etc., und hilft bei druckempfindlichen, tränenden, brennenden oder geröteten Augen, wenn diese als Folge von Überanstrengung auftreten (Augenermüdung). Amethyst löst zudem stressbedingte Störungen wie Beklemmungen, Gefühle der Enge, Atemnot, Druck, Zittern, Herzbeschwerden, Verdauungsstörungen und Darmbeschwerden auf. Er reguliert die Dickdarmfunktionen, insbesondere Reinigungsvorgänge und Wasseraufnahme. Dadurch können intensive Amethyst-Anwendungen kurzzeitig leichten Durchfall auslösen (Reinigung!), zugleich ist Amethyst jedoch sowohl bei krankheitsbedingtem Durchfall, als auch Verstopfung hilf-

reich. Die von Amethyst angeregten Reinigungsprozesse führen langfristig zu einer Verbesserung der Darmflora, wodurch Blähungen, Fäulnis und Gärungsprozesse reduziert werden, also weniger Giftstoffe im Darm entstehen. Das führt zu einem Empfinden von Reinheit und Leichtigkeit und hilft sogar, Darmparasiten zu reduzieren. Auch Juckreiz am After geht zurück. Die Gesundung des Darms wirkt sich wiederum positiv auf die Schleimhäute der Atemwege, die Lunge und die Haut aus – jene Organe, welche im Bedarfsfall Reinigungsprozesse des Darms übernehmen, dadurch jedoch selbst beeinträchtigt werden und auf Dauer Beschwerden entwickeln. Amethyst macht daher die Atmung freier, verbessert den Gasaustausch in der Lunge und ist einer der besten Heilsteine für die Haut. Hier wirkt er reinigend, indem er die Hautporen öffnet und die Schweißabsonderung reguliert (was SaunagängerInnen gut beobachten können). Auf diese Weise kann Amethyst bei fettigen Hautunreinheiten, Akne, Furunkeln, Ausschlägen, Ekzemen und Pilzinfektionen helfen. Selbst die Rückbildung von Abszessen wird gefördert, da Amethyst hilft, die angesammelten Entzündungsprodukte abzubauen. Lindernd wirkt er auch bei Schuppenbildung, Sonnenbrand, Blasenbildung, Juckreiz, Insektenstichen und Zeckenbissen. Bei Neurodermitis wirkt Amethyst nicht ursächlich heilend, hilft aber symptomatisch gegen den Juckreiz, was sehr wichtig sein kann, da aufgekratzte Stellen oftmals Sekundärinfektionen (durch Staphylokokken o. ä.) ausgesetzt sind. Langfristig verbessert Amethyst die Regeneration der Haut und der darunter liegenden Gewebe, was sogar zur

Rückbildung von Warzen, Schwielen und Hornhäuten sowie von Couperose (sichtbaren feinen Blutgefäß-Reisern im Gesicht) und Rosazea (fleckigen Rötungen) führen kann. Durch die Veränderung der Schweißabsonderungen und des Körpergeruchs sinkt die Gefahr von Zeckenbissen beim Aufenthalt in entsprechendem Gelände, was gerade auch bei Tieren eine große Hilfe sein kann.

## Anwendung

### Varietäten

Da die violette Farbe in der Wirkung von Amethyst eine maßgebliche Rolle spielt, gilt sowohl für körperliche wie geistige Wirkungen der Grundsatz: Je dunkler, desto intensiver! Hartnäckige, starke oder wenig wandelbare Erscheinungsformen sprechen daher eher für dunkle Varietäten; leichtere, schwache und veränderliche Erscheinungsformen eher für hellere Varietäten. Zum Klären von Träumen sind helle, klare Amethyste, z. B. die Maraba-Amethyste aus Brasilien oder die klaren Amethyst-Kristalle aus Mexiko zu empfehlen. Intensiv dunkle Amethyste wie z. B. aus Uruguay regen das Traumgeschehen so stark an, dass sich die Erholung im Schlaf verschlechtert, was auf Dauer kontraproduktiv wirkt. Darüber hinaus unterscheidet sich die Wirkung verschiedener Amethyst-Varietäten nur minimal<sup>1</sup>, so dass sie in der Praxis meist vernachlässigt werden kann.

A bis Z.

### Methoden

Amethyst ist generell für alle Anwendungsmethoden geeignet: Er kann als Kristall, Rohstein oder Trommelstein (Handschmeichler) in der Hand gehalten und in der Hosentasche mitgeführt werden; als Armband, Kette, Anhänger, gebohrter Trommelstein oder Schmuckstein getragen sowie je nach gewünschter Wirkung auf die betreffenden Organe aufgelegt, umgebunden oder mit Pflaster aufgeklebt werden.



*Amethyst-Druse*

<sup>1</sup> Vgl. M. Gienger, Heilsteine – 430 Steine von



## Der Amethyst

Amethyst lässt sich in Edelsteinmassagen<sup>2</sup> und als Edelsteinwasser, Edelstein-Elixier, Edelsteinöl und Edelsteinsalbe einsetzen; als Gruppe und Druse im Raum aufstellen (gut für Schutz und friedliche Atmosphäre<sup>3</sup>) oder als Steinkreis auslegen. Sehr intensiv wirkt, wenn er zugleich innerlich (z. B. als Edelsteinwasser oder Edelsteinelixier) und äußerlich (z. B. durch Tragen oder als Massage) angewandt wird. Für alle spirituellen, seelischen und mentalen Wirkungen empfiehlt sich die Meditation mit Amethyst (z. B. durch kontemplatives Betrachten), da mit Steinen bewusst vollzogene Handlungen wesentlich wirksamer sind, als das unbewusste Mitführen. Die besten Wirkungen bei Verspannungskopfschmerzen, allgemeinen Muskelverspannungen und Bluthochdruck zeigen energetische Behandlungen mit Amethyst-Drusenstücken<sup>4</sup>; die besten Wirkungen bei Hautbeschwerden zeigt das mit der Wasserdampfmethode hergestellte Amethyst-Wasser nach Hildegard von Bingen<sup>5</sup>.

<sup>2</sup> Vgl. M. Gienger u.a., Edelstein-Massagen; M. Grundmann, Edelstein-Balance; M. Gienger/U. Metz, Joya®-Massagen; E. Kliegel, Massagen mit Edelsteingriffeln.

<sup>3</sup> Vgl. M. Gienger, Reinigen – Aufladen – Schützen

<sup>4</sup> Vgl. M. Gienger, Die Heilsteine Hausapotheke.

<sup>5</sup> Vgl. M. Gienger, Die Heilsteine der Hildegard von Bingen; M. Gienger, Die Heilsteine Hausapotheke; M. Gienger/J. Goebel,

Edelsteinwasser.

### Dosierung

Amethyst ist ein gut verträglicher Stein, daher gibt es in der Dosierung meist keine Obergrenzen. Er kann prinzipiell längere Zeit (Wochen und Monate) rund um die Uhr getragen werden, ebenso können täglich mehrere Liter Edelsteinwasser getrunken werden. Bei Edelstein-Elixieren werden je nach Hersteller und Anwendungsgebiet 3 – 5 x täglich 4 – 7 Tropfen empfohlen. Lediglich die einzelne energetische Behandlung mit Amethyst-Drusenstücken<sup>4</sup> sollte auf 5 – 10 Minuten begrenzt werden, um ein Absacken des Kreislaufs zu vermeiden. Die Behandlung kann bei Bedarf jedoch mehrmals täglich wiederholt werden.

*Hinweise: Amethyst ist ungiftig, kann also mit allen gängigen Methoden zur Herstellung von Edelsteinwasser verwendet werden. Bitte beachten Sie jedoch, dass sich bei der Herstellung von Edelsteinwasser kleine Splitter lösen können (Wasser abseihen!), und achten Sie auf weitere Hinweise zur Handhabung und Hygiene in der Literatur<sup>6</sup>. Feines Amethystpulver (z. B. beim Schleifen) sollte nicht eingeatmet werden, da aufgenommener Quarzstaub die Lunge schädigen kann (Silikose, Staublunge). Obwohl radioaktive Strahlung zur Farbentstehung notwendig war, ist Amethyst selbst nicht radioaktiv, er kann also in allen Körperbereichen längere Zeit getragen werden.*

### Sonstiges

Amethyst-Drusen und -Drusenstücke können zur feinstofflichen Reinigung anderer Heilsteine verwendet werden. Dazu werden die betreffenden Steine

lediglich in eine Amethyst-Druse oder auf ein Amethyst-Drusenstück gelegt. Die aus den Kristallspitzen strahlende Energie durchdringt die darauf liegenden Steine mit der befreienden Amethyst-Information ("Löse alles Anhaftende"), wodurch Fremdinformationen gelöst werden. Die reinigende Wirkung des Amethysts erstreckt sich auf alle Lebensformen und Lebensbereiche, daher unterstützen Amethyst-Drusen auch die feinstoffliche Reinigung von Räumen und Plätzen.<sup>7</sup>

## Reinigung und Pflege

Mit Ausnahme von Drusen und Drusenstücken wird auch Amethyst selbst zur feinstofflichen Reinigung am besten zuerst unter fließendes Wasser gehalten und anschließend einige Stunden auf ein Amethyst-Drusenstück bzw. in eine Amethyst-Druse gelegt. Dies genügt zum Entladen, Reinigen und Aufladen.<sup>7</sup> Amethyst-Drusen und Drusenstücke reinigen sich selbst, wenn sie eine Zeit lang nur »für sich«, d. h. ohne andere aufgelegte Steine, stehen können. In Abständen von mehreren Monaten kann es sinnvoll sein, sie mit klarem Wasser abzuspülen, wobei zuletzt destilliertes Wasser verwendet werden sollte, um Kalkablagerungen zwischen den Kristallspitzen zu vermeiden. Da manche Amethyste im Sonnenlicht verblassen können, sollte Amethyst nicht der direkten Sonneneinstrahlung ausgesetzt werden.

Schützen  
Literatur  
B. Bruder, *Geschönte Steine*  
Neue Erde, Saarbrücken 2005  
M. Gienger  
*Die Heilsteine der Hildegard von Bingen*  
Neue Erde, Saarbrücken 2004  
M. Gienger, *Die Heilsteine Hausapotheke*  
Neue Erde, Saarbrücken 2004  
M. Gienger, *Die Steinheilkunde*  
Neue Erde, Saarbrücken 1995  
M. Gienger u.a., *Edelstein-Massagen*  
Neue Erde, Saarbrücken 2004  
M. Gienger *Heilsteine – 430 Steine von A bis Z*  
Neue Erde, Saarbrücken 2003  
M. Gienger, *Reinigen – Aufladen – Schützen*  
Neue Erde, Saarbrücken 2008  
M. Gienger/B. Bruder  
*Welcher Heilstein ist das?*  
Franckh-Kosmos Verlag, Stuttgart 2009  
M. Gienger/J. Goebel, *Edelsteinwasser*  
Neue Erde, Saarbrücken 2006  
M. Gienger/J. Goebel, *Wassersteine*  
Neue Erde, Saarbrücken 2006  
M. Gienger/W. Maier, *Heilsteine der Organuhr*  
Neue Erde, Saarbrücken 2007  
M. Gienger/U. Metz, *Joya®-Massagen*  
Neue Erde, Saarbrücken 2006  
M. Gienger/L. Miesala-Sellin  
*Stein und Blüte*  
Neue Erde, Saarbrücken 2000  
R. A. Grimaître, *Edelstein-Elixiere*  
Neue Erde, Saarbrücken 2006  
M. Grundmann, *Edelstein-Balance*  
Neue Erde, Saarbrücken 2010  
A. Jakobi, *Der Heilsteine Ratgeber*  
edel intermedia, Ludwigsburg 2010  
*Karfunkel Steinheilkunde-Informationen*  
Michael Gienger GmbH, Tübingen 2010  
E. Kliegel, *Massagen mit Edelsteingriffeln*  
Neue Erde, Saarbrücken 2008  
W. Kühni/W. von Holst  
*Enzyklopädie der Steinheilkunde*  
AT-Verlag, Aarau 2003

W. Lieber, *Amethyst*  
Christian Weise Verlag, München 1994  
H. Lüschen, *Die Namen der Steine*  
Ott Verlag, Thun 1979  
R. Rykart, *Quarz-Monographie*  
Ott Verlag, Thun 1995  
I. Silveira, *Wesen und Wirken der Kristalle*  
Neue Erde, Saarbrücken 2009  
Steinheilkunde e.V.  
*Ergebnissammlung Forschungsprojekt*,  
Kulmbach 2010

Dieser Artikel entstammt dem „Neuen Lexikon der Heilsteine“ als Loseblatt-Abonnement im PDF-Format – ein Projekt von Michael Gienger, in dem alle gebräuchlichen Heilsteine ausführlich beschrieben werden. Mehr dazu siehe:  
[www.lexikon-der-heilsteine.de](http://www.lexikon-der-heilsteine.de)  
Wir danken für die freundliche Genehmigung.

Kontaktadresse  
Michael Gienger GmbH  
Fürststraße 13  
72072 Tübingen  
Tel.: 07071/364720  
Fax: 07071/38868  
[www.lexikon-der-heilsteine.de](http://www.lexikon-der-heilsteine.de)

<sup>6</sup> Vgl. M. Gienger/J. Goebel, *Edelsteinwasser*;  
M. Gienger/J. Goebel, *Wassersteine*.

<sup>7</sup> Vgl. M. Gienger, *Reinigen – Aufladen –*