

---

Newsletter von der Michael Gienger GmbH. Hallo!

---

Redaktion: [news@michael-gienger.de](mailto:news@michael-gienger.de) | [www.michael-gienger.de](http://www.michael-gienger.de)

---

Tübingen, 23. Juni 2009 | Info Nr. 32

---

Liebe Freunde und Freundinnen der Steinheilkunde,

die langsame Rückkehr zur "Normalität": Nach unserem Umzug im April, sechs Wochen ohne Internet (erstaunlich, wie viel Raum dieses Medium inzwischen einnimmt) sowie einigen Reisen und Veranstaltungen im Mai und Juni kehren allmählich wieder "normale Zeiten" ein. Daher kann ich nun die Beantwortung vieler Mails aus den letzten drei Monaten (insbesondere der Seminaranmeldungen) in Aussicht stellen. Da es allerdings wirklich VIELE Mails sind und "normale Zeiten" bei mir ohnehin mit VIEL Arbeit gleichzusetzen sind, kann es in manchen Fällen noch ein wenig dauern. Dafür bitte ich um Ihr Verständnis...

Vorab möchte ich Ihnen mit diesem Newsletter ein paar Informationen weitergeben, die in der Zwischenzeit hier eingetroffen sind. Nach einer kleinen Rückschau beginne ich mit den aktuellen Veranstaltungen, denen drei Buchtipps und ein weiterer Hinweis folgen. Schließen möchte ich diesmal mit einer kleinen philosophisch-steinheilkundlichen Betrachtung zu "Ruhe und Aktivität". Ich hoffe, daß auch dieser Newsletter Ihr Interesse findet...

Herzliche Grüße  
Michael Gienger

## **1 \_\_\_\_\_ Kurze Rückschau**

Nach der Übersiedelung mit Wohnung und Büro in die Südstadt Tübingens brachte der Mai eine Fülle von Ereignissen. Am 7. Mai 2009 wurde der Verein "Fair Trade Minerals & Gems" gegründet, der durch die Förderung von Fair Trade Projekten insbesondere in den Ursprungsländern die Lebens- und Arbeitsbedingungen im Mineralien- und Edelsteinhandel verbessern möchte. Mehr dazu erfahren Sie (wenn gewünscht) in Kürze in einem extra Newsletter, den Sie über [news@fairtrademinerals](mailto:news@fairtrademinerals) bestellen können.

Eine Veranstaltung mit vielen inspirierenden Begegnungen war das Internationale Steinheilkunde-Symposium in Freiburg vom 8.-10. Mai 2009. Durch den vielseitigen Austausch entstanden Impulse zu neuen Büchern, Seminaren und Ausbildungen, welche die weitere Entwicklung der Steinheilkunde prägen werden. Einige ReferentInnen aus dem Ausland, u.a. Isabel Silveira aus Brasilien und Audrone Ilgevicene aus Litauen werden auch in den nächsten Jahren nach Deutschland kommen, um ihr reichhaltiges Wissen mit uns zu teilen. Dazu erfahren Sie in späteren Newslettern mehr.

Fast unbemerkt haben sich in den letzten Wochen unsere kommenden Steinheilkunde-Seminare gefüllt. Mit Ausnahme des Grundlagenseminars "Heilen mit Steinen" vom 12.-15. November 2009, bei dem's noch Plätze gibt, sind nun alle unsere Seminare bis einschließlich Dezember ausgebucht (nur die jüngsten Anmeldungen zur "Analytischen Steinheilkunde" erhalten bald noch einen positiven Bescheid). Daher gibt es nun neue Termine für die gesamte Seminarreihe ab 2010. Details dazu finden Sie hier: <http://www.michael-gienger.de/seminar>

## 11 \_\_\_\_\_ Zum Buch "Welcher Heilstein ist das?"

Im März 2009 ist das Buch "Welcher Heilstein ist das?" von Bernhard Bruder und mir im Kosmos-Verlag erschienen. Im Newsletter Nr. 30 vom April 2009 habe ich das Erscheinen kurz angekündigt, mußte aus Zeitgründen jedoch auf eine Besprechung verzichten. In der Zwischenzeit wurde ich oft gefragt, inwiefern sich das neue Buch von meinen bisherigen Büchern abgrenzt, und ob man es braucht, wenn man z.B. die Werke "Lexikon der Heilsteine" und "Heilsteine - 430 Steine von A-Z" besitzt.

Nun, wenn man einen Autor fragt, ob man sein Buch braucht und lesen sollte, dann gibt es selbstverständlich nur eine Antwort: Ja! - Daher möchte ich die Frage etwas anders stellen: WER könnte das neue Buch "Welcher Heilstein ist das?" wirklich brauchen?

Zum einen ist das Buch als "Bestimmungsbuch für Heilsteine" gedacht, wobei ich vor allem das "für Heilsteine" herausstreichen möchte! Es ist kein Bestimmungsbuch für "Mineralien" oder "Gesteine", da die im Gelände gefundenen Steine meist ganz anders erscheinen, als die überwiegend rundpolierten oder geschliffenen "Heilsteine". Auch sind viele mineralogischen Bestimmungsmethoden (Spaltbarkeit, Verhalten in der Flamme bzw. gegenüber Säuren) nicht "zerstörungsfrei" und somit für Heilsteine nicht geeignet. Wir mußten daher auf die Farbe, das spezifische Gewicht, die Ritzhärte (ein kleiner Ritz ist oft akzeptabel) und eine möglichst charakteristische Beschreibung setzen, um einen geeigneten Bestimmungsschlüssel zu entwickeln. Das gibt es speziell für die ganze Bandbreite von Heilsteinen sonst nirgends. 40 Seiten sind diesem Bestimmungsteil gewidmet, der natürlich Grenzen hat (wie die meisten mineralogischen Bestimmungsbücher auch), da in einem Taschenbuch niemals alle Varietäten in jeder bekannten Erscheinungsform Platz haben. Die Auswahl der 140 besprochenen Heilsteine mit ihren 350 Varietäten wurde jedoch so getroffen, daß 95% der gängigen Heilsteine tatsächlich beschrieben sind.

Zum zweiten soll das Buch in einer sehr knappen, aber präzisen Art Hintergrundinformationen für die Steinheilkunde bieten, speziell für die Analytische Steinheilkunde. Da Heilsteine derselben Sorte oft verschiedene Entstehungsweisen haben, ist für eine ganz exakte Wahl des passenden Heilsteins mitunter notwendig, den richtigen Fundort zu wählen. Durch eine aufwendige Recherche wurden speziell diese Daten so weit wie möglich konkretisiert. Auch alle anderen für die Analytische Steinheilkunde relevanten Daten (Farbe, Struktur, Mineralstoffe) wurden ebenfalls nach modernstem Kenntnisstand aktualisiert. Die Recherche führte hier zu einigen Überraschungen (vgl. z.B. das Kapitel "Serpentin").

Zum dritten sollte das Buch auf knappem Raum eine möglichst anschauliche Übersicht über alle mineralogischen Faktoren sowie das gesamte Erscheinungsbild der einzelnen Heilsteine bieten. Denn diese Faktoren ermöglichen ein tieferes Verständnis der Heilwirkung eines Steins, sie zeichnen gewissermaßen seine Signatur. Daher wurde bei den Portraits der einzelnen Heilsteine Wert auf eine möglichst konkrete Beschreibung des Erscheinungsbildes gelegt und jedes Portrait mit einem größeren Foto der natürlichen Rohform sowie kleinen Abbildungen verschiedener Varietäten veranschaulicht. Aus diesem Grund weist das kleine Taschenbuch stolze 960 Farbfotos auf.

Auch steinheilkundlich sind die Angaben im Buch "Welcher Heilstein ist das?" auf dem neuesten Stand, doch zeigen sich hier keine gravierenden Unterschiede zu früheren Werken. Rhodonit wirkt halt wie Rhodonit und für spezielle Nuancen bietet ein Taschenbuch einfach keinen Platz. Wer daher nach einer ausführlicheren steinheilkundlichen Darstellung sucht, sollte nach wie vor besser zum Buch "Die Steinheilkunde" greifen.

Summa summarum kann das Buch "Welcher Heilstein ist das?" all jenen von Nutzen sein, die gelegentlich vor dem Problem stehen, ihre Heilsteine erneut identifizieren und ordnen zu müssen (mit der Einschränkung, wie gesagt, daß ohne spezielle Geräte und professionelle Kenntnisse nicht alles bestimmbar ist). Ebenso jenen, die sich ein ganzheitliches, Mineralogie und Heilkunde umfassendes Bild ihrer Heilsteine machen möchten, und sich dabei ein tragbares, übersichtliches Buch wünschen (sprich: das Lexikon lieber zuhause im Regal stehen lassen). Und insbesondere für jene, die sich mit der Analytischen Steinheilkunde beschäftigen und präzise Angaben zu den Fundorten benötigen, kann das besprochene Werk eine große Hilfe sein.

Michael Gienger/Bernhard Bruder  
WELCHER HEILSTEIN IST DAS?

Ein Bestimmungsbuch und handliches Nachschlagewerk zu 140 Heilsteinen (350 Varietäten) mit vielen Informationen und 960 Farbfotos!

Frankh-Kosmos Verlag Stuttgart, ISBN 978-3-440-11435-3

## 12 \_\_\_\_\_ Bernstein – Stein des Meeres, des Lichtes und der Sonne

Obwohl der Bernstein weithin bekannt ist und seit alters her geschätzt wird, so wird er heute in seinem Wesen und seinen vielfältigen Wirkungen kaum wirklich wahrgenommen. In Litauen gibt es eine in Urzeiten zurückreichende Überlieferung zum Bernstein, die die Autorin Audrone Ilgeviene in diesem Buch - zusammen mit überwältigend schönen Fotos - zum ersten Mal einem breiteren Publikum zugänglich macht.

"Neigt die Sonne sich zum Niedergang  
am klaren, heiteren Firmament,  
der weiße oder gelbe klare  
Bernstein dem Meer entspringt.  
Gesegnet von der Sonne selbst,  
wohnen Güte und Freude ihm inne,  
auch führt er zu Wohl und Erfolg.  
Tragen sollen ihn des Landes Herrscher  
und das adelige Volk."

Aus der Überlieferung der Aisten,  
der Vorfahren Litauens

Eigentlich kein Stein, sondern ein fossiles Harz, ist der Bernstein schon im Altertum ein begehrtes Handelsgut. Die Griechen nannten ihn "Elektron", was "so hell wie die Sonne" bedeutet, und reibt man den Bernstein, so lädt er sich elektrisch auf. Daher "Elektrizität"!

Bernstein ist über eine Million Jahre altes Baumharz aus den Wäldern eines anderen Erdzeitalters. Auch wenn er heute meist im Tagebau gewonnen wird, so ist seine "klassische" Herkunft das Meer, welches ihn in manchen Küstenzonen, besonders an der Ostseeküste Ostpreußens und Litauens, ans Land spült.

Die Kraft des Bernsteins ist nicht vordergründig "stark", sondern sanft und dabei sehr fein. Bernstein öffnet uns für das Alles und das Nichts, für die Weiten des Kosmos und die Tiefe der eigenen Seele, er bringt Sorglosigkeit und löst Groll, Verspannungen und Enge. Darüber hinaus gibt es spezifische Wirkungen, je nach dem, ob ein Bernstein eher rot, gelb, grau oder sogar schwärzlich oder blau (!) ist. Eigene Wirkungen entfaltet er, wenn er rituell verbrannt wird (daher Bernstein = Brennstein).

Diese wenigen Beispiele zeigen: Dieses Buch ist eine wahre Fundgrube an schier unerschöpflicher Materialfülle zum Bernstein: Massagen mit Bernstein, Bernsteinwasser, Bernsteinkissen... Also eigentlich: Alles über Bernstein.

Audrone Ilgeviene

BERNSTEIN - STEIN DES MEERES, DES LICHTES UND DER SONNE

Klappenbroschur, 128 Seiten, viele farbige Fotos

Neue Erde Verlag Saarbrücken, ISBN 978-3-89060-536-4

### **13 \_\_\_\_\_ "Heilsteine und Lebensrhythmen" in Kürze vergriffen!**

Das Buch "Heilsteine und Lebensrhythmen" (früherer Titel: "Die Edelsteinuhr") wird in Kürze vergriffen sein und es ist noch ungewiß, ob eine Neuauflage veranstaltet wird. Dies als Hinweis für alle, die das Buch ggf. noch erwerben möchten oder - falls es für Seminare o.ä. verwendet wird - noch einen Vorrat zurücklegen möchten.

Michael Gienger

HEILSTEINE UND LEBENSRYTHMEN

Vom Tagesrhythmus zur Organuhr und zur Edelsteinuhr Hildegards von Bingen. Ein Buch zur aktiven Gesundheitsvorsorge mit Heilsteinen.

Neue Erde Verlag Saarbrücken, ISBN 978-3-89060-086-4

### **14 \_\_\_\_\_ Fit im Geschäft**

Als BeraterInnen, TherapeutInnen, MasseurInnen oder MineralienhändlerInnen sind viele von uns im Umgang mit Heilsteinen beruflich selbständig tätig. Das erfordert heutzutage - gerade in Zeiten der "Krise" - nicht nur ein steinheilkundliches Know-How, sondern auch geschäftliches Geschick bei der Gestaltung des eigenen Unternehmens, der Kalkulation, der Finanzplanung u.v.m. Aus eigener (schmerzlicher) Erfahrung kann ich sagen, daß "learning by doing" hier sehr teuer werden kann und ein guter Unternehmensberater oft billiger ist, als KEIN Unternehmensberater. Aus diesem Grund möchte ich an dieser Stelle gerne das Angebot von Bernd Graf vorstellen, der vielen als Mitinhaber des Fair Trade Großhandels "One World Minerals" (<http://www.oneworldminerals.de>) bekannt ist, der aber auch als Unternehmensberater KollegInnen hilft, Ihr eigenes Geschäft richtig zu positionieren, Geschäftsabläufe effizienter zu machen sowie die Finanzen besser zu planen und sinnvoll einzusetzen:

Bernd Graf ist als Honorar- und Unternehmensberater tätig. Er bietet bedarfsgerechte, solide Konzepte an, in der Unternehmensberatung, in der Finanz- und Vermögensplanung, im Einzelgespräch oder in Seminaren. Seine Philosophie von One World Minerals setzt sich natürlich auch in diesem Bereich fort.

Zur Honorarberatung: Nur wer für seine Leistung direkt vom Auftraggeber honoriert wird, ist tatsächlich unabhängig. Gleichermäßen einfach logisch ist das Prinzip, nach dem auch Rechtsanwälte und Steuerberater arbeiten.

Wie absurd wäre es denn, wenn Rechtsanwälte für den Kunden "kostenfrei" arbeiten... und Ihr Honorar von der Gegenseite bekämen, ein Steuerberater "kostenlos" berät... und sein Gehalt vom Finanzamt bezieht?

Der Honorarberater wird nur für seine Beratungsleistung bezahlt.

Produkte, die sich möglicherweise an die Beratung anschließen, sind nicht mit Provisionen belegt!

Zur Unternehmensberatung: Bei Selbständigen und Freiberuflern lässt sich die finanzielle Strategieplanung nicht von der Unternehmensplanung trennen. Oft hilft schon ein Gespräch, um Kompetenzen und die Darstellung nach außen klar zu definieren und/oder zu positionieren.

Die Beratung ist besonders interessant für BeraterInnen, TherapeutInnen, ÄrztInnen und HeilpraktikerInnen.

Bernd Graf ist eingebunden in ein Netzwerk von Textern, Werbeleuten, Steuerberatern, Rechtsanwälten usw., das er gerne zur Verfügung stellt.

Kontakt: Bernd Graf, Hirschbachstraße 46, 64354 Reinheim, Tel.: 06162-9173242, Fax: 06162-9173245, Mail: [hallo@berndgraf.de](mailto:hallo@berndgraf.de), <http://www.berndgraf.de>

## 15 \_\_\_\_\_ Gedanken zu Ruhe und Aktivität

"Was schrumpft, muß sich zuvor dehnen.

Was abnimmt, muß zuvor stark sein.

Was niedergehalten wird, muß sich zuvor erheben.

Vor dem Empfangen muß erst das Geben da sein.

Dies wird die Wahrnehmung des Wesens der Dinge genannt.

Das Weiche und Schwache überwindet das Harte und Starke."

Lao Tse, Tao Te King (36)

Wir erleben die Welt in Gegensätzen. Helleres wird nur im Kontrast zu dunklerem wahrnehmbar, wärmeres nur im Kontrast zu kälterem. Die chinesische Philosophie des Taoismus spricht hier von den Gegensätzen "Yin & Yang", die uns inzwischen auch im Westen geläufig und insbesondere durch die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) wohlbekannt sind.

Dennoch mißverstehen wir die wahre Natur dieser Gegensätze durch unser westlich geprägtes Denken häufig. Wir sind es z.B. gewohnt, den einen Gegensatz schlicht als "Abwesenheit des anderen" zu definieren. So ist "Kälte" für uns schlicht die "Abwesenheit von Wärme". Doch das ist bei genauerem Hinsehen nicht ganz korrekt. Denn in diesem Fall müßten wir eine bestimmte Temperatur immer ähnlich empfinden. 15° C am Morgen fühlen sich aber interessanterweise meist viel wärmer an, als 15° C am Abend. Das liegt daran, daß wir am Morgen die Zunahme der Energiequalität "Wärme" registrieren (und uns darauf einstellen), während wir am Abend die Zunahme der Energiequalität "Kälte" registrieren (und uns darauf einstellen). Entsprechend ist unser Erleben derselben Temperatur unterschiedlich.

In der chinesischen Philosophie und Medizin werden "Wärme" und "Kälte" als zwei gegensätzliche, aber eigenständige Energiequalitäten erkannt. Sie sind eigenständig, denn sie sind nicht nur die "Abwesenheit" des anderen. Daher können wir die eine Qualität IN der anderen wahrnehmen, z.B. eben das Herannahen der Kälte als beginnendes Frösteln, auch wenn es (noch) warm ist. Oder das Herannahen der Wärme als "Schutz vor der Kälte", auch wenn es (noch) kalt ist. Das Yin-Yang-Symbol macht genau dieses "Ineinander zweier Kräfte" durch die gegensätzlich gefärbten Punkte in den Symbolhälften deutlich. Mit diesem Verständnis werden auch die Nuancen dieser Energiequalitäten besser erfassbar: Weshalb es (bei gleicher Temperatur) z.B. eine Kälte gibt, die uns kaum frieren läßt, während eine andere die "unter die Haut geht" oder gar "in die Knochen kriecht". Oder umgekehrt, weshalb es (bei gleicher Temperatur) eine Wärme gibt, die belebt, während eine andere "drückt" oder gar

"lähmt". Beobachten Sie "Wärme" und "Kälte" einmal als eigenständige Energiequalitäten und Sie werden sehen, daß Ihnen Ihr tägliches Erleben und Empfinden verständlicher wird. Übrigens auch bei der Beobachtung seelischer "Wärme" oder "Kälte"...

Noch deutlicher wird die Eigenständigkeit der Gegensatzpaare jedoch bei einem anderen Wechsel des Erlebens, den wir tagtäglich haben: Nämlich dem Gegensatz "Ruhe und Aktivität". Auch hier läßt sich das eine als die "Abwesenheit des anderen" mißverstehen, da wir jede Qualität umso deutlicher wahrnehmen, je stärker der Kontrast zum Gegenteil ist. Der indische Guru Osho (früher Bhagwan Shree Rajneesh) nutzte diesen Effekt z.B. in seinen "dynamischen Meditationen", die meist mit intensiver, sich bis zur Ekstase steigenden Bewegung begannen, um dann plötzlich abubrechen und in der Regungslosigkeit die Erfahrung der Stille zu ermöglichen. Diese Meditationen sind gerade auf uns Menschen im Westen zugeschnitten, die wir meist keine "Kultur der Stille" pflegen und daher häufig von der "Kraft der Ruhe" abgeschnitten sind. Das Resultat davon nennt sich übrigens "Streß"! Durch den abrupten Wechsel von einem Extrem (ekstatische Bewegung) zum anderen (völliges Stillhalten) gelingt es in diesen Meditationen gerade Ungeübten besser, einmal innere Stille zu erleben. Die Wahrnehmung einer bestimmten Energiequalität wird eben durch den Kontrast zum Gegenteil deutlicher.

Dennoch ist auch bei "Ruhe und Aktivität" das eine nicht nur die Abwesenheit des anderen. Gerade das wird bei der Praxis der o.g. Meditation deutlich. Während der Wechsel von der Bewegung in die Regungslosigkeit in manchen Fällen tatsächlich zu einer tiefen inneren Stille und unendlichen Zeitlosigkeit führt, stürzt man in anderen Fällen in ein lärmendes Rattern der eigenen Gedanken und eine innere Unruhe, wie ein eingesperrtes Raubtier im Käfig. Von Stille keine Spur. Die Abwesenheit des einen Gegensatzes führt also NICHT AUTOMATISCH zum Erleben des anderen!

Und genau das erfahren wir im Alltag täglich: Wie oft freuen wir uns auf den Abend, das Wochenende oder den Urlaub, wenn wir endlich von der Hektik und Betriebsamkeit des Alltags Abstand nehmen können. Und wie oft gelingt es uns dann doch nicht, "abzuschalten", wie oft tragen wir die Hektik und Betriebsamkeit innerlich weiter? Wie oft stellen sich Ruhe und Entspannung erst nach langer Zeit ein - gerade wenn der Urlaub zu Ende geht... Es ist eines der größten Mißverständnisse, zu erwarten, daß sich Ruhe und Stille einfach so "einschalten", wenn wir mit unserer Aktivität nachlassen. Als wäre Ruhe automatisch "da", wenn die Aktivität geht. Doch genau das funktioniert meistens nicht! Denn auch "Ruhe" und "Aktivität" sind eigenständige Qualitäten, die zwar im Gegensatz zueinander stehen, aber jede für sich entwickelt und gepflegt werden wollen. Es gibt gewissermaßen eine "Fähigkeit zur Aktivität" (ohne diese sind wir träge) und eine "Fähigkeit zur Ruhe" (ohne diese sind wir rastlos).

Gerade weil diese beiden Qualitäten eigenständig sind, können wir auch hier das eine im anderen erleben. So führt eine regelmäßige Meditationspraxis z.B. zur Entwicklung einer beständigen inneren Ruhe, die wir auch dann in uns tragen, wenn wir äußerlich aktiv sind, selbst in hektischen Zeiten! Das Resultat ist dann deutlich weniger "Streß". Oder umgekehrt kann das Entwickeln der "Fähigkeit zur inneren Aktivität" helfen, aus Trägheit und Apathie, der negativ empfundenen "inneren Leere" herauszukommen, die durch rein äußere Aktivitäten oft nur überspielt, aber nicht überwunden werden kann. "Innere Aktivität" wäre in diesem Fall zu übersetzen mit "aktiver geistiger Beteiligung am Leben", im ausgeprägten Fall also mit "Be-geist-erung".

Wenn wir "Ruhe" und "Aktivität" als eigenständige Qualitäten und Fähigkeiten begreifen, von denen eine in der anderen wahrgenommen werden kann, dann lassen sich daraus vier grundsätzliche Formen des Erlebens (mit fließenden Übergängen) ableiten:

1. Ruhe in der Ruhe  
(z.B. in einer stillen Meditation oder tiefen Betrachtung)
2. Ruhe in der Aktivität  
(z.B. innere Gelassenheit in dynamischen Aktivitäten)
3. Aktivität in der Aktivität  
(z.B. völliges Aufgehen in der Bewegung, Ekstase = griech. "das Aus-sich-heraus-treten")
4. Aktivität in der Ruhe  
(z.B. geistig-kreative Prozesse, das "Gebären einer Idee")

Jede dieser vier Formen des Erlebens ist im Grunde neutral, also weder positiv, noch negativ. Positiv wird das Erleben, wenn es unseren Wünschen und/oder den Anforderungen des Augenblicks entspricht, z.B. wenn wir im Schlaf tatsächlich die gewünschte "Ruhe in der Ruhe" (= Erholung) finden, oder aber die gewünschte "Aktivität in der Ruhe" (= kreative Träume), die uns am Morgen mit neuen Ideen erwachen läßt. Oder wenn es uns gelingt, bei der Arbeit die "Ruhe in der Aktivität" zu wahren (streßfrei zu schaffen) oder am Abend bei Sport und Tanz die "Aktivität in der Aktivität" (= den Rausch der Aktion) zu erleben, das völlige Aufgehen in der Bewegung...

Negativ werden die vier Formen des Erlebens, wenn sie "unpassend" auftreten, wenn die "Aktivität in der Ruhe" z.B. zur beständigen inneren Unruhe wird und uns den Schlaf raubt. Oder wenn die "Ruhe in der Aktivität" lähmend wirkt und wir morgens nicht in die Gänge kommen.

Bei genauerem Hinsehen wird hierbei deutlich, daß wir alle vier Formen des Erlebens als positiv empfinden, wenn wir sie wandeln können, d.h. aus eigenem Antrieb von einem Erleben zum anderen wechseln können. Umgekehrt erleben wir sie als negativ und mitunter äußerst lästig, wenn uns diese Wandlungsfähigkeit fehlt und wir einem bestimmten Erleben unterworfen sind, ob es uns paßt oder nicht. Innere Balance und Gesundheit entstehen also durch Wandlungsfähigkeit - eine Kernaussage der chinesischen Philosophie und Medizin!

Um diese Wandlungsfähigkeit zu erreichen, ist es ratsam, beide Qualitäten als Fähigkeiten zu entwickeln: Die "Fähigkeit zur Aktivität" (z.B. als Motivation, Begeisterungsfähigkeit, Tatkraft) hängt dabei eng mit unseren Lebenszielen zusammen, mit dem Streben, etwas bestimmtes zu erreichen (ist da kein solches Streben, keine Motivation, dann haben wir möglicherweise vergessen, was wir eigentlich wollten). Die "Fähigkeit zur Ruhe" (z.B. als innere Sammlung, Gelassenheit, Geduld und Friedfertigkeit) hängt dabei eng damit zusammen, ob wir die Situation, in der wir stehen, annehmen und akzeptieren können (oder anders ausgedrückt: ob wir die Ablehnung bestimmter Dinge loslassen können). Schon die bewußt beschlossene Bereitschaft zur Akzeptanz und Hinwendung wirkt hier manchmal Wunder.

Beide Fähigkeiten lassen sich auch trainieren. Die "Fähigkeit zur Aktivität" wird durch jedes sportliche Training oder jede kreative Tätigkeit gestärkt, da wir durch die Wahrnehmung unserer Leistungsfähigkeit und unserer kreativen Gaben Vertrauen in unser Tun, in unsere schöpferische Tätigkeit gewinnen. Die "Fähigkeit zur Ruhe" wird durch Meditation, stille Betrachtung, Naturbeobachtung, schweigendes Gehen und vieles mehr gestärkt, eben jene "Kultur der Stille", der wir - wie oben angedeutet - oft zu wenig Raum geben.

Sind wir zu beidem fähig, zur "Ruhe" ebenso wie zur "Aktivität", dann ist es möglich, die "Balance von Yin (Ruhe) und Yang (Aktivität)" zu finden bzw. diese beiden Qualitäten in jede Form des Erlebens zu wandeln. Eine grundlegende und nachhaltige Möglichkeit, Streß und Hektik abzulegen, Trägheit und Apathie zu überwinden sowie Gelassenheit in der Aktivität zu wahren oder Kreativität aus Ruhe zu schöpfen... Einfach glücklicher durch das Spiel des Lebens zu gehen.

Und natürlich gibt es auch Heilsteine, die uns bei der Entwicklung unserer Fähigkeiten unterstützen und uns bestimmte Formen des Erlebens erleichtern:

1. Ruhe in der Ruhe  
(z.B. Achat, Aventurin, heller Amethyst, Lepidolith, Magnesit)
2. Ruhe in der Aktivität  
(z.B. Bernstein, Bronzit, Chrysokoll, Dumortierit, Tigerauge)
3. Aktivität in der Aktivität  
(z.B. Citrin, Feueropal, Malachit, Rhodochrosit, Rubin, Thulit)
4. Aktivität in der Ruhe  
(z.B. dunkler Amethyst, Dioptas, Labradorit, Moldavit, Rosenquarz)

Für die Wandlungsfähigkeit an sich und damit die (dynamische) Balance von Yin und Yang, den immer wieder herzustellenden Ausgleich von Aktivität und Ruhe, darf natürlich die Jade nicht unerwähnt bleiben. Da sie stets den "ungelebten" Anteil fördert und stärkt, kann sie zu jeder Form des Erlebens beitragen - eben zu dem, was gerade gewünscht und gebraucht wird. Daher steht Jade als "Stein der Harmonie" in der chinesischen Tradition hoch im Kurs. Mineralogisch gesehen zählen zur "Jade" die Mineralien "Jadeit" und "Nephrit". Eine gewisse Ähnlichkeit in der Wirkung zeigt auch transparenter "Edelserpentin" (mineralogisch "Antigorit"), der oft unter der leider etwas irreführenden Bezeichnung "China Jade" im Handel ist.

Doch natürlich nehmen uns alle Heilsteine die eigentliche "Arbeit" nicht ab. Sie unterstützen uns zwar in der Entwicklung unserer Fähigkeiten, doch entwickeln, trainieren, ausprobieren und meistern müssen wir sie schon selbst. Aber jeder Fortschritt macht Spaß, jede Erweiterung unserer Fähigkeiten macht stärker, und wenn wir die Balance von Ruhe und Aktivität einmal gefunden haben und immer wieder herzustellen vermögen, wird das Leben leichter, fließender und freier...

"Wer im Tun das Nicht-Tun erkennt  
und im Nicht-Tun das Tun,  
der ist wahrlich weise."

Taoistische Weisheit

## 16 \_\_\_\_\_ **Wichtiger Hinweis**

Die Angaben in diesem Newsletter zur Wirkung und Anwendung von Steinen sind zur allgemeinen Information gedacht und ersetzen bei Beschwerden nicht den fachkundigen Rat! Bitte suchen Sie daher bei Erkrankungen ÄrztInnen oder HeilpraktikerInnen Ihres Vertrauens auf. Trotz sorgfältiger Auswertung vorliegender Berichte kann ich sonst keine Garantie für die Wirksamkeit oder Unbedenklichkeit der Anwendungen übernehmen.

Liebe Freunde und Freundinnen der Steinheilkunde,

allmählich wird sie zum wiederkehrenden Ritual - die Entschuldigung am Anfang meiner Newsletter, daß ich in den Wochen zuvor viele eMails nicht beantworten konnte. So auch diesmal wieder. Allerdings hoffentlich zum letzten Mal - denn ab September haben wir Verstärkung! Bärbel Ziwich übernimmt ab dem 01.09.09 das Sekretariat hier und wird dafür sorgen, daß Mails schneller beantwortet werden und Peinlichkeiten wie Anmeldebestätigungen erst nach zwei Monaten garantiert nicht mehr vorkommen. Also nicht wundern, wenn ab September eine "neue" freundliche Frauenstimme am Telefon erklingt. Sie sind dann dennoch richtig verbunden!

Auch zu zweit war die anfallende Arbeit von meiner Frau und mir nicht mehr zu bewältigen. Allein die eMails nehmen längst über 50% der Arbeitszeit ein, dazu kommt das Telefon und nebenbei noch das, was man/frau eigentlich erledigen wollte. Bücher schreiben ging zumeist erst dann, wenn's ruhig wurde, also am Abend oder in der Nacht. Doch das soll ungesund sein, wie in einem schlaun Buch namens "Heilsteine und Lebensrhythmen" nachzulesen ist...  
☺

Von daher freuen wir uns sehr auf die Unterstützung durch Bärbel Ziwich! - Und in diesem Zusammenhang habe ich eine Bitte an Sie, liebe Leserinnen und Leser: Das Gros der hier immer noch vorliegenden Mails werde ich auch im August nicht abarbeiten können. Daher möchte ich Sie bitten, jene Nachrichten und Anfragen, die zwar wichtig, aber bis jetzt ohne Antwort geblieben sind, ab 15. September 2009 noch einmal zu senden. Bitte nicht früher, denn bis Ende August bin ich nun im Urlaub und die ersten zwei Wochen im September werden wir für die Einarbeitungszeit brauchen. Ab Mitte September wird Bärbel Ziwich dann darauf achten, daß Sie Ihre Antworten erhalten. Versprochen!

Bis dahin wünsche ich Ihnen alles Gute und eine schöne Sommerzeit!

Herzliche Grüße

Michael Gienger

#### **4 \_\_\_\_\_ Spannender steinheilkundlicher Bericht aus Namibia**

Dieser Newsletter scheint sich zum ersten interaktiven Rundschreiben telepathischer Art zu entwickeln. Denn eigentlich wollte ich in diesem Schreiben nur "kurz" über die beiden Grundausbildungen und meine Steinheilkunde-Vorträge (s.o.) berichten. Alle nun folgenden Informationen trafen ein, WÄHREND ich am Schreiben war. Schon bei den ersten, vor ein paar Tagen verfaßten Zeilen traf der folgende Bericht aus Namibia ein, den ich unbedingt weitergeben möchte, da er auf sehr lebendige Weise den Verlauf einer längeren steinheilkundlichen Behandlung darstellt - etwas, wofür ich in meinen Büchern nie Platz hatte, was aber sehr schön zeigt, wie Steinheilkunde tatsächlich funktioniert. Daher mit freundlicher Genehmigung von Frau Sylvia Fritze aus Swakopmund, Namibia:

"Im Juli hat es sich ergeben, daß eine Bekannte mit Brustkrebs zu mir kam und um eine ergänzende Steinbehandlung bat. Die Ärzte hatten einen Tumor 3. Grades oberhalb der rechten Brust entfernt und dazu noch zwei Lymphknoten. Für die akute Wundheilung habe

ich ihr daraufhin Rhodonit aufgelegt. Auf das Herzchakra legte ich jedes mal einen ovalen grünen Aventurinquarz, der ihr sehr gut gefällt. Wir stellten dann bald fest, daß der schwarze Turmalin am wirkungsvollsten das taube Gefühl in den äußeren Seiten der Brüste wieder anregte, die Spannung abbaute und ihr überhaupt sehr gut tat. Auf meinen Rat hin geht sie einmal wöchentlich zur Lymphdrainage. Wir haben hier eine sehr gute Physiotherapeutin, die viele Brustkrebspatientinnen behandelt. (Ich wußte vorher gar nicht, daß beim Wegnehmen der Brüste die Gefahr besteht, daß die obere Haut an das Rippenfell anwächst, wodurch die Frauen nach etwa 3 - 5 Jahren unter argen Schmerzen leiden und sich leider nicht mehr viel machen läßt.)

Nachdem ich in der "Heilsteine Hausapotheke" nachgelesen hatte, versuchte ich es mit Wassermelonenturmalinscheiben auf den Brustwarzen, um das übersensitive Gefühl dort etwas zu dämmen. Es gelang. Dein Tipp mit dem Bernstein bei Juckreiz auf den heilenden Schnitten funktionierte hervorragend. Ich konzentrierte mich erst mal nur auf das Entspannen der Brüste und das Heilen der Wunden. Hatte mich aber wohl nicht so gut abgeschirmt, wie ich dachte und bekam ein paar Tage später prompt die Schmerzen der Patientin. Zum Glück habe ich eine Schwägerin, die sich auskennt, und die mir erst einmal geholfen hat, die fremde Energie aus meinem Körper zu ziehen. War deshalb von Anfang an skeptisch, ob ich überhaupt etwas gegen den Krebs unternehmen sollte. Andererseits habe ich hier jedoch sehr viele Ozeanachate zur Verfügung.

Daher konzentrierte ich mich erst mal darauf, ihr Schlafzimmer zu reinigen und mit Rosenquarzen auszulegen. Seit ich ihr einen schwarzen Turmalin fürs Fußende des Bettes und einen Zwillingquarz fürs Fenster gab, schlafen sie nachts durch. Dann war's Zeit, den Silberschmuck, den sie trägt, zu reinigen und neu aufzuladen. Vom Krebs habe ich mich in sofern ferngehalten, indem ich mich ausschließlich auf die Wundheilung konzentrierte. Wir haben auch Steine auf die Chakren aufgelegt und es sieht mir so aus, daß besonders zwischen Solarplexus und Nabelchakra eine Energieblockade besteht. Habe ihr viel im Uhrzeigersinn um den Bauchnabel massiert, Gespräche geführt und den Eindruck, daß sie dort viel mehr vergraben hat, als in den Brüsten.

Darüber [Brüste] kann sie offen reden. Nach unten hin verschliesst sie sich aber und ich spüre auch, daß alles unterhalb des Nabels tabu ist. Ab dieser Woche wird sie mit Chemotherapie behandelt. Nun habe ich überall nachgeschlagen, aber nichts gefunden was mir wirklich weiterhilft. Was kann man machen, um Patienten darauf vorzubereiten und hinterher zu behandeln? Kann ich da schon mit Chrysopras zum Entgiften beginnen oder sind das zu schwere Geschütze? Sollte ich einen Ozeanachatsteinkreis ums Bett legen? Momentan habe ich den Eindruck, daß sie sehr offen gegenüber den Steinen und der alternativen Philosophie ist und sich zumindest voll Zuversicht und Vertrauen dafür aufmacht. Es ist für uns beide ein fruchtbarer Austausch, wahrscheinlich, weil wir uns beide nicht so gut kennen und es daher oft viel einfacher ist, sich zu öffnen, als wenn man sich schon sehr gut kennt. Wir leben nun mal in einem Ort, wo sich die meisten zumindest vom Sehen kennen.

Da ich selber am Fuß vor drei Wochen ein Überbein weggesägt bekam und vor zwei Wochen am Arm ein Hautkrebstumor Grad 1 rausgeschnitten wurde, habe ich mich in den letzten zwei Wochen zurückgehalten und nicht mehr physisch mit der Hand an ihr gearbeitet. Doch jetzt sind meine Schnitte gut verheilt, dank des Rhodonits. Habe meine Trommelsteine inzwischen in Scheiben schneiden lassen, damit man sie besser auflegen und festkleben kann. Interessant war die Reaktion meines Fußes, wenn ich zwei grüne Turmalinstäbe links und rechts der Wunde am Grundgelenk der großen Zehe legte. Aus dem pochenden Schmerz wurde eine Art elektrische Spannung, die sich zwischen den zwei Stäben bildete und in ein ruhiges Muster

übergang, das mir wohltat. Selbst durch den Verband hindurch, der in mehreren Lagen um die frisch operierte Wunde gewickelt war. Mit dem schwarzen Turmalin konnte ich die Schmerzen gut im Griff halten. Brauchte keine Schmerztabletten. Sehr bewährt hat sich auch mal der Ozeanachat, um die Sehnenschmerzen zu lindern und dort die Spannung abzubauen. Wahrscheinlich bewege ich mich doch zuviel und da ich inzwischen den Fuß wieder waschen darf, lege ich einen wunderschönen Rubin-Zoisit Rohstein auf, der auch alles rund um die Wunde pulsieren läßt. Der Schnitt am Fuß ist auf jeden Fall schön verheilt und auch das Loch in meinem Arm sieht dank des Rhodonits ganz gut aus. Die Fäden wurden Donnerstag gezogen und da ich den Rhodonit über Nacht direkt auf die frische Narbe aufklebte, war ich am nächsten Morgen echt erstaunt, wie gut sich der Wundrand geschlossen hatte. Ist schon ganz interessant, das am eigenen Körper zu testen und nicht nur bei anderen.

Dieses nur zur Information und Bestätigung, daß es dank der Steine doch einiges zu lindern gibt."

## **5 \_\_\_\_\_ Ein paar Worte zum Seminar „Heilen mit Steinen“**

Im Zusammenhang mit dem obigen Bericht von Sylvia Fritze aus Namibia möchte ich noch etwas zum Seminar "Heilen mit Steinen" in unserer Steinheilkunde-Seminarreihe anmerken:

Krankheiten und seelische Beschwerden haben oft eine komplexe Ursache, seelische Faktoren können hier eine Rolle spielen, ebenso frühere Erkrankungen, der persönliche Lebenswandel, Gewohnheiten, Streß, Ernährung und natürlich auch viele "äußeren" Faktoren wie Strahlung und Elektromog, Umweltgifte u.v.m. So einmalig wie unsere persönliche Lebensgeschichte, so individuell sind all diese Faktoren miteinander verknüpft, bis sich eine Krankheit o.ä. aus ihnen entwickelt.

Die Kunst des Heilens besteht dann darin, diesen oft mehrfach verknüpften und verwickelten "Knoten" wieder Schritt für Schritt zu lösen. Dabei bedarf es eben meist mehrerer Schritte, es ist eine Illusion, zu glauben, daß sich mit einer einzigen Maßnahme, mit einem einzigen Heilmittel oder mit einem einzigen Stein gleich alles auf einmal lösen läßt. Obwohl viele Bücher in ihrer knappen Darstellung vielleicht diesen Eindruck erwecken - ich gebe zu, auch manche von meinen! Die einzigen Bücher, in denen ich den Raum hatte, zumindest ansatzweise auf diese Komplexität einzugehen, waren "Die Steinheilkunde" (in den ersten 200 Seiten!), "Die Heilsteine Hausapotheke" und "Stein und Blüte". Die beiden Bücher, die sich explizit diesem Thema widmen ("Die Individuelle Therapie" / "Heilsteine und Lebensrhythmen") sind leider vergriffen.

Doch wie läßt sich ein solcher "Knoten", eine derartig komplexer Krankheitshintergrund entwirren? Wo muß man/frau anfangen? An welcher "Schleife" läßt sich zupfen? Wie muß man/frau vorgehen, um spätere negative Folgen zu vermeiden? Gibt es eine sinnvolle Abfolge von Schritten? Ist es überhaupt möglich, komplexe Ursachen dieser Art ganz zu lösen?

Das Seminar "Heilen mit Steinen" in unserer Steinheilkunde-Seminarreihe („Steinheilkunde-Grundausbildung als Modulsystem“) widmet sich genau diesen Fragen und bietet anhand eines einfachen Modells (dem "Fünf-Schichten-Modell") eine Orientierung, wie sich komplexe Krankheitsursachen Schritt für Schritt auflösen lassen, bis mit der Auflösung des Kernproblems eine vollständige Befreiung und nachhaltige Heilung einsetzt. Im Wechsel von Unterricht und praktischen Übungen wird dazu das "Handwerkszeug" vermittelt, das einerseits ÄrztInnen, HeilpraktikerInnen, TherapeutInnen und BeraterInnen für ihren

Praxisalltag einsetzen können, das andererseits aber auch Laien ermöglicht, selbstverantwortliche Gesundheitspflege zu betreiben. Das Seminar bietet genau das Know-How, um in der Praxis so vorgehen zu können, wie es im obigen Bericht (Punkt 3) geschildert wurde.

Von daher kann ich das Seminar "Heilen mit Steinen" von Herzen empfehlen. Es ist eine wertvolle praxisbezogene Ergänzung zum Wissen aus der Steinheilkunde-Literatur bzw. der Schlüssel, dieses Wissen praktisch anwenden zu können. Daher trägt es auch den Titel "Grundlagenseminar" völlig zurecht.

Weitere Informationen hierzu:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

## **6 \_\_\_\_\_ Neue Elixiere nach dem Buch „Stein und Blüte“**

Und um gleich bei der steinheilkundlichen Praxis und einem der o.g. Bücher zu bleiben, freue ich mich, an dieser Stelle eine steinheilkundliche Neuentwicklung vorstellen zu können:

Vor neun Jahren erschien unser Buch "Stein und Blüte", ein Ratgeber und praktisches Handbuch zur Kombination von Blütenessenzen und Heilsteinen. Blüten und Steine ergänzen sich auf wundervolle Weise: Blütenessenzen führen oft schneller und leichter eine Wandlung herbei, Steine helfen häufig, diese Wandlung dauerhaft zu stabilisieren. Gerade so, wie Blüten der vollendete Ausdruck eines (vergänglichen) Augenblicks sind, Steine dagegen (vergleichsweise) für die Ewigkeit geschaffen...

Im Buch "Stein und Blüte" gingen Elisabeth Sellin (alias Luna S. Miesala-Sellin) und ich damals immer von der Kombination der Blütenessenzen mit den Steinen selbst aus... - aber alles darf sich ja weiterentwickeln. Firos Holterman Ten Hove - bekannt durch seine Blütenessenzen und Edelsteinelixiere der Firma "United Nature" - hat nach den Angaben unseres Buchs nun ganz neue "Stein-und-Blüte-Elixiere" hergestellt. Sie erreichen in ihrer Wirksamkeit eine völlig neue Tiefe und Dauerhaftigkeit und dürften für alle FreundInnen der Arbeit mit Essenzen eine echte Bereicherung sein.

Beim Steinheilkunde-Symposium im Mai 2009 wurden diese Elixiere zum ersten Mal der Öffentlichkeit vorgestellt und erhielten seither sehr gute Rückmeldungen. Auf den Mineralientagen in München (30.10.-01.11.2009) werden Elisabeth Sellin und Firos Holterman nun den Stand von "Lapis Vitalis" auf der Wellnessinsel betreuen. Dort besteht die Möglichkeit, die neuen Elixiere kennenlernen und sich dazu fachlich auszutauschen. Außerdem sind während der Mineralientage Workshops mit Elisabeth Sellin geplant, in denen die "Stein-und-Blüte-Elixiere" ausprobiert werden können. Über einen regen Austausch werden die beiden sich sicher freuen! Wer bereits im Vorfeld Fragen hat, kann sich gerne an Elisabeth Sellin wenden: [info@elisabeth-sellin.de](mailto:info@elisabeth-sellin.de), <http://www.elisabeth-sellin.de>

## **7 \_\_\_\_\_ Serpentin mit Stichtit – Erfahrungsbericht bei Bruxismus**

Auch dieser Bericht traf ein, während ich gerade dabei war, den vorliegenden Newsletter zu verfassen. Diesmal telefonisch, so daß ich in meinen Worten weitergebe, was mir von einer 42jährigen Frau nach einem über 20jährigen Leidensweg mit Bruxismus mitgeteilt wurde.

Doch zunächst: Was ist Bruxismus? Bruxismus bedeutet "Zähnepressen" oder "Zähneknirschen" (griechisch "brygmos" = "Knirschen"). Der Begriff wird manchmal für beide Formen dieser "Bewegungsstörung" des Kiefers verwendet, im engeren Sinne steht er jedoch für das "Zähnepressen". Und darum geht's auch im folgenden Bericht.

Hintergrund des Zähnepressens, bei dem die Kaumuskulatur unbewußt (meist im Schlaf) so stark angespannt wird, daß ein Druck von 100 kg pro Quadratcentimeter (!) auf die Zähne einwirkt, ist in der Regel eine starke innere Spannung. Diese Spannung kann wiederum durch Streß verursacht sein ("man/frau beißt sich durch"), durch seelische Belastungen (oft nicht ausgelebte, ohnmächtige Aggression), durch starken Leidensdruck (als Folge anderer Erkrankungen) u.ä. Bestimmte Medikamente (z.B. Amphetamine und Psychopharmaka), Kaffee, Rauchen und Alkohol können zusätzlich verschlimmern. Besonders häufig tritt Bruxismus bei Frauen zwischen dem 20. und 50. Lebensjahr auf.

Die Folge sind Zahnschäden (abgeschliffene Zähne, keilförmige Defekte am Zahnhals, gelockerte Zähne), verspannte und schmerzhafte Kaumuskeln (insbesondere nach dem Erwachen am Morgen), schlechter Schlaf und dadurch chronische Erschöpfung, Kopfschmerzen, Migräne, Tinnitus und sogar Trigemini-Neuralgien (ein sehr schmerzhafter Reizungszustand des 5. Gesichtsnervs). Doch auch der gesamte restliche Körper kann vom Bruxismus in Mitleidenschaft gezogen werden: Über die Muskulatur von Hals und Nacken kann die Verspannung "abwärts wandern" und zu chronischen Verspannungen, Fehlhaltungen und Gelenksbeschwerden bis hinab zu Hüfte, Knien und Füßen führen. Durch den schlechten Schlaf verringert sich zudem die Regenerationsfähigkeit des Körpers, das Leistungsvermögen sinkt, das Immunsystem wird geschwächt, die Infektanfälligkeit erhöht sich. Ebenso nehmen seelische Beschwerden zu, allen voran die Depression. Ein Teufelskreis, der umso mehr "hinab" führen kann, je stärker die Beschwerden sind und je länger sie anhalten.

Zahnmedizinisch wird dem Bruxismus mit entlastenden Zahnschienen begegnet, welche die mechanischen Schäden der Zähne verringern und die Kaumuskulatur etwas entlasten. Darüber hinaus werden Entspannungsmassagen empfohlen sowie Sport, Yoga oder Autogenes Training. Die individuellen Ursachen selbst sind häufig allerdings erst durch psychotherapeutische Hilfe erreichbar und lösbar, da sie in der Regel vollkommen unbewußt sind. Allerdings bleibt das körperliche Zähneknirschen oder Zähnepressen oft auch nach der seelischen Lösung bestehen, wie ein körperlich eingespeicherter Mechanismus, der sich als "Automatismus" einfach fortsetzt. An dieser Stelle können Heilsteine oftmals helfen, insbesondere magnesium- oder lithiumhaltige. Magnesium wirkt stets entspannend, Lithium nervenberuhigend. Bekannt waren daher als hilfreiche Heilsteine vor allem Magnesit sowie Sugilith und Kunzit (vgl. "Heilsteine Hausapotheke", Neue Erde Verlag, Saarbrücken 2004).

Aber all diese Maßnahmen (incl. den genannten Heilsteinen) hatten in diesem 20jährigen Leidensweg keinerlei Linderung gebracht. Doch genaueres nun im folgenden Bericht (Gedächtnisprotokoll nach dem Telefonat):

"Der Bruxismus hatte bei der 42jährigen Mutter von drei Kindern (zwei älteren und einem zweijährigen Nachzügler) bereits im Alter von etwa 20 Jahren begonnen bzw. wurde damals bei einer Freizeit von einer Zimmernachbarin bemerkt. Der Betroffenen selbst war es (typisch für das Anfangsstadium) zunächst gar nicht aufgefallen. Doch bald schon stellten sich die charakteristischen Beschwerden ein: Morgendliche Verspannung und Muskelkater der Kaumuskeln und Kopfschmerzen machten den Anfang, wobei die Kopfschmerzen wiederum

zusätzlichen Druck und Spannung verursachten, was das ganze verschlimmerte: Das Zähnepressen in der Nacht wurde noch intensiver, die Kopfschmerzen chronisch.

Die zahnärztliche Therapie brachte nichts. Der Druck beim nächtlichen Zähnepressen war so extrem hoch, daß zwei Zahnschienen nacheinander am Morgen zerbissen waren. Im Laufe der Jahre nahmen die Beschwerden kontinuierlich zu: Die Verspannungen eroberten Schritt für Schritt den ganzen Körper, zuerst in Form von Nacken- und Rückenbeschwerden, dann als Gelenkbeschwerden, schließlich sehr ausgeprägt als Kniebeschwerden. Die Kopfschmerzen wurden zur Migräne und schließlich kam auch die Trigemini-Neuralgie hinzu, mit immer wieder einschließenden Schmerzattacken sowie nach und nach immer andauernden Schmerzen.

Dennoch stellte sich die junge Frau ihren Lebensaufgaben, bewältigte ihren Beruf als Pharmazeutin und ihren Haushalt und zog zwei Kinder groß. Nach einem drei Jahre zurückliegenden, sehr schmerzhaften seelischen Erlebnis und wieder steigender Alltagsbelastung durch das dritte Nachzügler-Kind, wurde der Zustand jedoch endgültig unerträglich: Die extremen Kopfschmerzen wurden zum Dauerzustand, Schlafen wurde immer schwieriger, ja fast unmöglich, die daraus entstehende chronische Erschöpfung machte die Alltagsbewältigung zum Alptraum und zu einem Zustand permanenter Überforderung. Die Schmerzen ergriffen den ganzen Körper, der Dauerkopfschmerz wurde zu einem andauernden Ganzkörper-Schmerz. Alle Therapie-Versuche schulmedizinischer und naturheilkundlicher Art scheiterten, was die zunehmende Depression und Verzweiflung nur noch schürte. Das Leben selbst wurde unerträglich.

Auch Heilsteine (Magnesit und Sugilith) hatten nichts genützt. Dennoch hatte sie eines Tages den aus Verzweiflung geborenen Impuls, einen Steinladen aufzusuchen. Die Inhaberin dort öffnete gerade eine Schublade, in der leuchtend grüne Steine mit rotvioletten Flecken zu sehen waren: Serpentin mit Stichtit. Obwohl der Laden voller Steine war, fühlte sie sich sofort sehr intensiv zu genau diesen Steinen hingezogen. Im Bruchteil einer Sekunde war der Gedanke da: Das ist es! Sie bestand darauf, sich sofort einen Stein aus dieser Schublade auszusuchen, fand einen gebohrten Trommelstein, kaufte ihn, und hängte ihn an einem Band um. Und nun geschah das absolut unerwartete:

Nach über 20jährigem Leiden verschwand das nächtliche Zähnepressen schon in der ersten Nacht und mit ihm nach wenigen Tagen alle Folgebeschwerden: Kein Kopfweh, keine Glieder- und Gelenkschmerzen mehr, selbst die Trigemini-Neuralgie verschwand spurlos. Sie konnte wieder durchschlafen, die nächtliche Erholung kam wieder, die Erschöpfung wich. Das gesamte Leiden war vorüber, die Last von den Schultern, die Depression verschwand. Die Stimmung hob sich, das Leben war plötzlich wieder lebenswert. Ein Alptraum schien verflogen - und kehrte gottseidank nicht wieder! Innerhalb einer Woche waren alle Beschwerden verklungen, nach einer weiteren Woche war ihr vom Gefühl her sicher, daß es keine Rückkehr geben würde, und als der Zustand darüber hinaus anhielt, kam die Begeisterung und der große Wunsch, diese Erfahrung weiterzugeben, bekannt zu machen, vielen Menschen von dieser ungeahnten Wirkung zu erzählen und Leidensgenossinnen Mut zu machen, nicht aufzugeben, sondern auf Heilung zu hoffen und alle Wege auszuprobieren, auch die Heilsteine und insbesondere den Serpentin mit Stichtit!"

Aus dieser Begeisterung heraus griff sie zum Telefonhörer und rief mich an, just in dem Moment, als ich vor dem Inhaltsverzeichnis dieses werdenden Newsletters saß und mir überlegte, ob und welchen Stein ich in diesem Newsletter besprechen sollte. Wirklich genau in dieser Minute! Da ich ohnehin nicht an "Zufälle" glaube, nahm ich den Anruf als Zeichen

und den Bericht in den Newsletter auf. Wie gesagt, als Gedächtnisprotokoll, aber mit dem Versuch, nicht nur die Information, sondern auch die übermittelte Emotion aufzufangen. Selbst durchs Telefon hindurch war diese enorme Erleichterung und Befreiung von einer jahrzehntelangen Last spürbar, ebenso die Begeisterung und der ehrliche Wunsch, mit dieser Nachricht möglichst vielen Menschen zu helfen. Daher gebe ich dies auch von Herzen gerne weiter.

Im folgenden Gespräch wurde mir allerdings noch eines deutlich, das ich gerne anfügen möchte, um Mißverständnisse zu vermeiden und den Serpentin mit Stichtit nicht zum "Wunderstein" hochzustilisieren. Einige Wochen vor der "wundersamen Heilung" war es ihr nämlich mit therapeutischer Hilfe gelungen, das drei Jahre zurückliegende, extrem belastende seelische Erlebnis aufzuarbeiten und zu lösen. Damit war eine geistige Lösung bereits vollzogen, was sich auf die körperlichen Beschwerden allerdings überhaupt nicht bessernd auszuwirken schien, im Gegenteil, die wurden in den folgenden Wochen eher noch schlimmer.

Genau das ist aber ein Phänomen, das in der Naturheilkunde schon lange als "Heilungskrise" bekannt ist: Gerade dann, wenn ein Konflikt gelöst ist und die innere Spannung nachläßt, wird der körperliche Ausdruck oft besonders extrem. Es ist wie ein brechender Staudamm: Die zurückgehaltene Energie schafft sich wieder Bahn und richtet dabei gerade "Verheerungen" an: Schmerzen, Krankheit, körperliche Beschwerden, seelisches Auf und Ab. Alles bricht auf, was vorher "festgehalten" war. Selbst Krebs manifestiert sich häufig in genau diesen Phasen. Im Grunde ist es ein Prozeß, der nach dem Aufbrechen einer krankmachenden Struktur durch das Chaos zur Neuordnung führt.

In diesem Fall ist das Chaos aber ein "Gefahrenzustand", der zu großen gesundheitlichen Krisen führen kann, wenn das "abfließende" Konfliktpotential zu groß war. In diesem Fall helfen nur Maßnahmen, die a) den Abbau der alten Struktur erleichtern, b) den Abfluß der freigewordenen Energie verbessern und c) helfen, die "richtige" Neuordnung zu errichten, d.h. eine ganzheitliche, gesunde, Körper, Seele, Verstand und Geist integrierende Ordnung zu finden. Solche Maßnahmen können eine therapeutische oder beratende Begleitung, ein passendes homöopathisches Konstitutionsmittel und vieles mehr sein, das kommt auf den einzelnen Fall an. Hier war es offensichtlich ein Heilstein: Serpentin mit Stichtit.

Langer Rede kurzer Sinn: Ob Serpentin mit Stichtit geholfen hätte, wenn der aktuell maßgeblich belastende Konflikt noch nicht gelöst worden wäre, ist fraglich. Ich würde es aus meiner Erfahrung heraus sogar bezweifeln. Doch für die Konfliktlösungsphase mit ihren Risiken und Gefahren sowie den dabei verschlimmernden Symptomen war er ganz offensichtlich genau der richtige Stein. Als magnesiumhaltige Mineralien (Stichwort Magnesium: "Entspannung"!) sind sowohl Serpentin (Magnesiumsilikat) als auch der durch Umwandlung daraus entstehende Stichtit (Magnesiumcarbonat) stark spannungslösende Steine, welche die o.g. drei Punkte in Konfliktlösungsphasen positiv beeinflussen. Möglicherweise war Serpentin mit Stichtit genau deswegen der "Treffer".

Beim Stichtit ist allerdings bereits mehrfach ein Bezug zu Beschwerden der Zähne und des Zahnumfelds beobachtet worden. In meinem Newsletter Nr. 21 (November 2007) veröffentlichte ich den Bericht eines anderen Falles, in dem Stichtit selbst stärkste Zahnschmerzen beseitigt hatte. Seither konnte ich die spannungs- und schmerzlösende Wirkung dieses leider seltenen Minerals häufig beobachten. Insofern war der Serpentin mit Stichtit aus steinheilkundlicher Sicht absolut passend, wenn auch der betroffenen Frau nicht bekannt. Doch zum Glück gibt es ja die Intuition! Insofern möchte ich den Stein zur

Anwendung in ähnlichen Fällen sehr empfehlen - und freue mich auf alle weiteren Rückmeldungen...

Zum Abschluß dieses Berichts möchte ich gerne die Kurzfassung zur Heilwirkung des Stichtits aus meinem Newsletter Nr. 21 zitieren. Die schon damals festgehaltenen Wirkungen lesen sich nach dem obigen Bericht noch einmal in einem ganz anderen Licht! - Hier das unveränderte Originalzitat von November 2007:

"Stichtit hilft bei aufgebrachtem Gemüt, bringt inneren Frieden und emotionale Offenheit, fördert die Entspannung und Lösung von Muskelkrämpfen und hilft bei Übersäuerung, Sodbrennen und Magenbeschwerden. Er verbessert die Geschmeidigkeit von Muskulatur, Bindegewebe und Haut und trägt zur Linderung von Entzündungen und rheumatischen Beschwerden bei. In der Astrologie wird er der Jungfrau und Waage zugeordnet."

Kleine mineralogische Ergänzung: Stichtit ist ein basisches, rosa bis violette magnesiumhaltiges Mineral ( $Mg_6Cr_2[(OH)_{16}/CO_3] \cdot 4 H_2O$ ), das als Umwandlungsprodukt von chromhaltigen Serpentinergesteinen entsteht. Stichtit findet sich daher oft als rosa-violetter Einschluss in intensivgrünem Serpentin ("Serpentin mit Stichtit").

## **8 \_\_\_\_\_ Was ist Aventurin?**

Apropos Mineralogie - ich muß noch eine kleine Schlamperei aus meinem letzten Newsletter beichten: In der steinheilkundlich-philosophischen Betrachtung zu "Ruhe und Aktivität" (Newsletter Nr. 32, Juni 2009, Abschnitt 15) war der Hinweis, daß "Aventurin" hilft, die "Ruhe in der Ruhe" zu erfahren, also z.B. stille Meditation oder tiefe Betrachtung (oder ganz schlicht auch guten Schlaf).

Am nächsten Tag schon erhielt ich die treffende Frage: "Welcher Aventurin?" - Natürlich hatte ich den grünen Aventurinquarz im Sinn, doch einfach nur "Aventurin" zu schreiben, war natürlich gerade für mich nichts als Schlamperei. Zwar gab es Zeiten, da wurde unter diesem Begriff (fast) nichts anderes gehandelt, als grüner Aventurinquarz, doch die sind längst vorbei. Heute gibt es weißen, blauen, roten, orangefarbenen und grünen Aventurinquarz - und es gibt sogar orangefarbenen Aventurinfeldspat, wobei dieser im Handel glücklicherweise "Sonnenstein" genannt wird, sonst wäre die Verwirrung perfekt...

Was ist dann also "Aventurin"? Im Grunde einfach ein "glitzernder Stein". Der Name "Aventurin" leitet sich von ital. "a ventura" = "aufs Geratewohl" ab, womit die willkürlich eingelagerten Einschlüsse im Mineral gemeint sind, die dem Stein sein typisches Glitzern geben. Dieses durch Lichtreflexion an den Einschlüssen entstehende Glitzern bekam in der Mineralogie den Fachbegriff "Aventurisieren". Als "Aventurin" darf daher nur ein Stein bezeichnet werden, der auch das "Aventurisieren" zeigt! Folglich: Steine, die nicht glitzern, sind keine Aventurine!

Da jedoch verschiedene Mineralien mit höchst unterschiedlichen Einschlüssen dieses Aventurisieren zeigen, müssen die "Aventurine" genauer unterschieden werden. Um ganz exakt zu sein, braucht es drei zusätzliche Angaben:

1. FARBE: Das erste und auffälligste Merkmal ist die Farbe, daher wird meist auch danach unterschieden. Wie bereits gesagt, sind aktuell weiße, blaue, rote, orangefarbene und grüne "Aventurine" im Handel.

2. MINERAL: Damit ist aber noch nicht benannt, um welches Mineral es sich dabei handelt! Aus diesem Grund sollte der Begriff "Aventurin" um einen entsprechenden Zusatz ergänzt werden, also z.B. um "-quarz" oder "-feldspat", je nachdem. So läßt sich nun z.B. schon der orangefarbene Aventurinquarz vom ebenfalls orangefarbenen Aventurinfeldspat ("Sonnenstein") unterscheiden.

3. EINSCHLÜSSE: Doch was damit noch immer nicht genannt ist, ist die Art der Einschlüsse. Für den Handel ist das in der Regel ohne Belang, nicht jedoch für Mineralogen oder Steinheilkundler, die gerne genau wissen wollen, was das Aventurisieren verursacht. Denn die Art der Einschlüsse kann ganz unterschiedlich sein - und folglich auch die Wirkung als Heilstein!

Ganz perfekt wird die Benennung der verschiedenen "Aventurine" daher, wenn neben dem Mineralzusatz auch die exakte mineralogische Bezeichnung genannt wird (z.B. in Klammern), die sich aus Einschluß + einbettendem Mineral zusammensetzt. Und siehe da, da tummeln sich plötzlich Muskovitquarz, Dumortieritquarz, Hämatitquarz, Fuchsitquarz, Hämatitfeldspat u.a. Ein spannendes Völkchen, diese "Aventurine".

Um die wichtigsten Vertreter dieser glitzernden Gesellen abschließend genau vorzustellen, hier nun eine Aufstellung der im Handel gängigsten "Aventurine":

#### AVENTURINQUARZ BLAU (DUMORTIERIT-QUARZ)

Mineralogie: Dumortierithaltiger glitzernder Quarz

Mineralklasse: Oxide/Gerüstsilikate + Inselsilikate

Chemismus: Siliciumdioxid + Aluminium-Eisen-Borsilikat

Formel:  $\text{SiO}_2 + (\text{Al,Fe})_7[\text{O}_3/\text{BO}_3/(\text{SiO}_4)_3]$

Kristallsystem: trigonal + rhombisch

Entstehung: tertiär

Farbe: hellblau, dunkelblau, violettblau bis blauschwarz

Steinheilkunde: (G) Gelassenheit; (S) beruhigt, entspannt, lindert Nervosität; (V) hilft, interessante oder notwendige Vorhaben in Ruhe, jedoch konsequent anzugehen; (K) lindert Schmerzen und chronische Verspannungen, wirkt kühlend und fiebersenkend.

#### AVENTURINQUARZ GRÜN (FUCHSIT-QUARZ)

Mineralogie: Fuchsitthaltiger glitzernder Quarz

Mineralklasse: Oxide/Gerüstsilikate + Schichtsilikate

Chemismus: Siliciumdioxid + Kalium-Aluminium-Chrom-Silikat

Formel:  $\text{SiO}_2 + \text{K}(\text{Al,Cr})_2[(\text{OH,F})_2/\text{AlSi}_3\text{O}_{10}]$

Kristallsystem: trigonal + monoklin

Entstehung: tertiär

Farbe: hellgrün bis dunkelgrün

Steinheilkunde: (G) Unbeschwertheit; (S) hilft bei Nervosität, Streß und Schlafstörungen; (V) hilft, Sorgen und kreisende Gedanken loszulassen; (K) beugt Herzinfarkt und Arteriosklerose vor, lindert Ausschläge, Entzündungen, Sonnenbrand und -stich.

#### AVENTURINQUARZ ORANGE (HÄMATIT-QUARZ)

Mineralogie: Hämatithaltiger glitzernder Quarz

Mineralklasse: Oxide/Gerüstsilikate + Oxide

Chemismus: Siliciumdioxid + Eisenoxid

Formel:  $\text{SiO}_2 + \text{Fe}_2\text{O}_3$

Kristallsystem: trigonal

Entstehung: primär

Farbe: gedecktes orange bis braun

Steinheilkunde: (G) Heiterkeit; (S) fördert eine heitere, gelöste Stimmung; (V) regt an, die eigenen Träume zu leben, fördert eine entspannte Wachheit; (K) fördert die Blutbildung, durchblutet, erwärmt und belebt gefühllose Körperstellen, stärkt Leber und Sinne.

#### AVENTURINQUARZ ROT, "HIMBEERQUARZ" (HÄMATIT-QUARZ)

Mineralogie: Hämatithaltiger glitzernder Quarz

Mineralklasse: Oxide/Gerüstsilikate + Oxide

Chemismus: Siliciumdioxid + Eisenoxid

Formel:  $\text{SiO}_2 + \text{Fe}_2\text{O}_3$

Kristallsystem: trigonal

Entstehung: primär

Farbe: rot

Steinheilkunde: (G) Besonnenheit; (S) vermittelt Stärke und innere Sicherheit; (V) fördert das pragmatische, besonnene Verfolgen eigener Ziele bis zum Erfolg; (K) regt Kreislauf, Durchblutung, Nerven und Sinneswahrnehmung an und steigert die Potenz.

#### AVENTURINQUARZ WEISS (MUSKOVIT-QUARZ)

Mineralogie: Muskovithaltiger glitzernder Quarz

Mineralklasse: Oxide/Gerüstsilikate + Schichtsilikate

Chemismus: Siliciumdioxid + Kalium-Aluminium-Silikat

Formel:  $\text{SiO}_2 + \text{KAl}_2[(\text{OH},\text{F})_2/\text{AlSi}_3\text{O}_{10}]$

Kristallsystem: trigonal + monoklin

Entstehung: primär, tertiär

Farbe: farblos, weiß

Steinheilkunde: (G) Rechtschaffenheit; (S) hilft, mit sich selbst ins Reine zu kommen und dadurch gegen äußere Angriffe unempfindlich zu werden; (V) hilft, neutral zu sein und bei sich zu bleiben; (K) hilft bei Magen-, Gallen- und Nierenbeschwerden, Zittern und Nervosität.

#### AVENTURINFELDSPAT ORANGE, "SONNENSTEIN", (HÄMATIT-FELDSPAT)

Mineralogie: Glitzernd orangebrauner Plagioklas-Feldspat mit Hämatiteinschlüssen

Mineralklasse: Gerüstsilikate + Oxide

Chemismus: Natrium-Calcium-Aluminiumsilikat + Eisenoxid

Formel:  $\text{Na}[\text{AlSi}_3\text{O}_8]\text{Ca}[\text{Al}_2\text{Si}_2\text{O}_8] + \text{Fe}_2\text{O}_3$

Kristallsystem: triklin + trigonal

Entstehung: primär

Farbe: kupferrot bis orangebraun

Steinheilkunde: (G) Optimismus; (S) hilft, das Leben zu bejahen, lindert Ängste, Sorgen und Depression; (V) lenkt den Blick auf eigene Stärken und die Sonnenseiten des Lebens; (K) harmonisiert das vegetative Nervensystem und das Zusammenspiel der Organe.

## 9 \_\_\_\_\_ Wichtiger Hinweis

Die Angaben in diesem Newsletter zur Wirkung und Anwendung von Steinen sind zur allgemeinen Information gedacht und ersetzen bei Beschwerden nicht den fachkundigen Rat! Bitte suchen Sie daher bei Erkrankungen ÄrztInnen oder HeilpraktikerInnen Ihres Vertrauens auf. Trotz sorgfältiger Auswertung vorliegender Berichte kann ich sonst keine Garantie für die Wirksamkeit oder Unbedenklichkeit der Anwendungen übernehmen.

Liebe Freunde und Freundinnen der Steinheilkunde,

ein kurzer Newsletter aus aktuellem Anlaß mit ein paar interessanten Informationen - und allem voran eine Info in eigener Sache: Aus gesundheitlichen Gründen werde ich mein Vortrags- und Seminarangebot der nächsten Monate deutlich reduzieren müssen. Ein Übermaß an Arbeit in den letzten 25 Jahren mit insgesamt zu wenig Erholungszeiten fordert derzeit seinen Tribut. Seit Jahresbeginn mußte ich schon etliche Termine absagen oder verkürzen, allerdings ohne wirklich durchgreifende gesundheitliche Besserung.

Aus diesem Grund werde ich in den kommenden Monaten nochmals kürzer treten. Vor allem das ständige Reisen wird im Übermaß zur Belastung, daher werde ich eine längere Pause mit Kur und Urlaub einlegen und auch im nächsten Jahr nur ein reduziertes Programm anbieten. Ein paar bereits angekündigte Vorträge und Seminare werden aus diesem Grund entfallen. Die weiterhin bestehenden Termine finden Sie auf meiner Homepage:

Vorträge: <http://www.michael-gienger.de/vortrag>

Seminare: <http://www.michael-gienger.de/seminar> + als Download:

[http://www.michael-gienger.de/file\\_download/12/Seminare2010-4.pdf](http://www.michael-gienger.de/file_download/12/Seminare2010-4.pdf)

Doch keine Sorge, auch wenn ich persönlich mir nun nach einer langen Phase der Aktivität mehr Zeit für die "Ruhe in der Ruhe" gönne (vgl. Newsletter Nr. 32), werden die Angebote zur Steinheilkunde, zu Wissen fürs Leben, Beruf und Beziehung sowie zu Kreativität und Kunst sogar mehr werden. Gemeinsam mit 20 FreundInnen und KollegInnen haben wir in diesem Jahr ein Seminar-Forum gegründet, das ab Oktober seine Türen öffnet.

Doch dazu mehr im Oktober-Newsletter, der in Kürze erscheint. Bis dahin wünsche ich Ihnen von Herzen alles Gute und einen schönen Herbstbeginn!

Herzliche Grüße  
Michael Gienger

## **1 \_\_\_\_\_ Brandneu: Heilsteine von A–Z (Interaktive CD-ROM)**

Am vergangenen Montag erschien bei Neue Erde die interaktive CD-ROM "Heilsteine von A-Z". Basis der CD-ROM ist das Buch "Heilsteine - 430 Steine von A-Z", mein inzwischen über 350.000 mal verkauftes und in sieben Sprachen übersetztes Büchlein. Ein praktisches kleines Nachschlagewerk zwar, doch war es bislang schwierig, darin alle Steine für Husten, Kopfschmerzen oder Entspannung aufzuspüren.

Genau das gelingt mit der CD-ROM jedoch spielend! Mit pfiffigen Suchfunktionen, interaktiven Tools und ergänzt um weitere Informationen zu den 430 Heilsteinen, findet man schnell und sicher den richtigen Stein! Die CD-ROM "Heilsteine von A-Z" bietet Informationen direkt von der CD oder kann auf die Festplatte des PC installiert werden, was weitere Möglichkeiten der Ergänzung (z. B. mit eigenen Fotos und Kommentaren) und Bearbeitung (z. B. zur Verwaltung der eigenen Steinesammlung) eröffnet.

Grundsätzlich bietet die CD-ROM folgende Funktionen:

- \* Alle Informationen aus dem Buch "Heilsteine - 430 Steine von A-Z".
- \* Zusätzliche mineralogische Daten für die Analytische Steinheilkunde.
- \* Weiterführende Literaturangaben für jeden einzelnen Stein.
- \* Einen Filter zur schnellen Auswahl der Steine nach ihren Namen.
- \* Eine Suchfunktion, in der heilkundliche und mineralogische Abfragen kombinierbar sind.
- \* Eine erweiterte Suche, über die Schritt für Schritt der richtige Heilstein ermittelt werden kann.
- \* Einen erweiterten Filter zur Auswahl der Steine nach Entstehung, Kristallstruktur, Farben und Mineralstoffen.
- \* Verschiedene Darstellungen der Suchergebnisse von der Abbildung ohne Text (für die "Intuitive Steinheilkunde") über rein heilkundliche Angaben bis zu präzisen mineralogischen Daten (die das Buch nicht enthält).
- \* Die Möglichkeit, eigene Fotos und Texte hinzuzufügen.
- \* Die Möglichkeit, die eigene Steinesammlung zu verwalten.
- \* Die Möglichkeit, Suchergebnisse als Liste sowie mit Bild und/oder Text auszudrucken.
- \* Gesuchte Steine zu merken, um zur nächsten Messe Einkaufslisten zu erstellen.
- \* Und noch mehr...

Hermann Dunkel ist Programmierer und hat in über zwei Jahren Arbeit das Maximum an Möglichkeiten aus meinem Buch herausgekitzelt. Die daraus entstandene CD-ROM ist mehr als nur ein Nachschlagewerk. Sie wurde bei der Gelegenheit auch inhaltlich überarbeitet und ist damit auf dem allerneuesten Kenntnisstand der Steinheilkunde. Das Programm läßt sich spielend leicht in drei Minuten installieren - und (was mit keinem Buch geht) es lassen sich mit zwei Klicks Updates aus dem Internet herunterladen, so daß die CD immer auf dem neuesten Stand der Erkenntnisse bleibt.

Möchten Sie die CD einmal unverbindlich testen? Dann können Sie bei Neue Erde vom Heilsteine A-Z Portal eine Demo-Version herunterladen:

<http://digital.neueerde.de/heilsteine> (dann "Demoversion" anklicken)

oder direkt:

[http://digital.neueerde.de/HeilsteineA-Z/demo/SetupHeilsteineA-ZDemo\\_18.exe](http://digital.neueerde.de/HeilsteineA-Z/demo/SetupHeilsteineA-ZDemo_18.exe) (ist der Link zu lang, bitte komplett in den Browser kopieren)

Die Demo-Version enthält dieselben Funktionen, wie die Vollversion, jedoch mit nur 30 Steinen. Aber man/frau sieht die Möglichkeiten...

Ein Euro vom Erlös jeder CD kommt übrigens Fair Trade Minerals & Gems zugute für die Förderung von Fair Trade-Projekten im Mineralien und Edelsteinhandel. Mehr dazu unter <http://www.fairtrademinerals.de>.

Michael Gienger, Hermann Dunkel  
HEILSTEINE VON A-Z  
Interaktive CD-ROM  
Neue Erde, Saarbrücken 2009  
ISBN 978-3-89060-518-0  
Unverb. Preisempf. €14,90

## **2 \_\_\_\_\_ Endlich: Heilsteine bei Elektromog**

Dieses Büchlein war seit Jahren überfällig. Seit langem schon werden viele Heilsteine bei Elektromog empfohlen, doch waren etliche Angaben in der Vergangenheit eher unklar, oft widersprüchlich und sehr häufig nicht mit Langzeittests überprüft. - Barbara Newerla spricht nun Klartext: Heilsteine können nämlich nicht, wie oft behauptet wird, Strahlung "abschirmen" oder "schlucken". Sie können jedoch sehr wohl die heute unvermeidbaren Strahlungsbelastungen mindern und ausgleichen. Mit welchen Steinen das sicher gelingt, dafür ist dieses Buch ein zuverlässiger Ratgeber.

Auf der physikalischen Ebene ist es leider nicht möglich, mit Steinen eine Schutzwirkung zu erzielen. Heilsteine wirken feinstofflich, daher gibt es aber auf dieser Ebene eine Wirkung. Das heißt, es bleibt zur Vorsorge gegen Elektromog unabdingbar, die Ursachen von Strahleneinwirkungen so weit wie möglich abzustellen. Für alle unvermeidbaren elektromogbedingten Streßfaktoren stehen uns jedoch vielseitige Helfer in Form von Heilsteinen zur Verfügung.

Mit klaren, präzisen Aussagen klärt dieses kleine Kompendium von Barbara Newerla über die Verwendung von Steinen bei Elektromog auf:

- \* über die klassischen Elektromogsteine wie Bergkristall, Rosenquarz und Schwarzer Turmalin,
- \* über Steine für Schutz und Abgrenzung wie Achat, Glimmer und Türkis,
- \* über Steine für die Stärkung der Lebensenergie wie Granat, Rubin und Roter Jaspis
- \* oder über Steine für die Regeneration wie Ozeanjaspis, Epidot und Zoisit.

Barbara Newerla kennt die moderne Steinheilkunde seit ihren Anfängen, sie arbeitete viele Jahre eng mit mir zusammen und hat langjährige Erfahrungen in der baubiologischen Praxis.

Barbara Newerla  
HEILSTEINE BEI ELEKTROSMOG  
Was wirklich hilft und nützt  
Neue Erde, Saarbrücken 2009  
ISBN 978-3-89060-537-1  
Ladenpreis €5,95

## **3 \_\_\_\_\_ Wunderschön: Kräuterstempel-Massage**

Ebenfalls frisch erschienen ist ein wunderschönes Buch über Kräuterstempelmassagen und weitere Kräuteranwendungen von Liane Jochum und Dagmar Fleck - ein Highlight in der Reihe der Massagebücher bei Neue Erde. Kräuterstempelmassagen beruhen auf uralten Traditionen der ostasiatischen Massagekunst. Die Kräuterkundigen dort entwickelten sehr effektive Massagetechniken, wobei mit Kräutern und Gewürzen gefüllte Baumwollsäckchen als Werkzeug benutzt wurden. In diesem Buch wird diese Methode, die derzeit eine wahre Renaissance erlebt, in all ihren Aspekten in Wort und Bild praxisnah dargestellt.

Traditionelle Massagen mit Naturkräutern wurden bereits vor etwa 2000 Jahren am thailändischen Königshaus ausgeübt. Als "Pantei Luar" wurde die Kräuterstempel-Massage in

fernöstlichen Kulturen wie eine Zeremonie durchgeführt, um innere und äußere Heilung, Kraft, Vitalität und neue Energie zu vermitteln.

Auch im Ayurveda haben Stempelmassagen (Pinda Sveda) eine jahrtausendalte Tradition und sind fester Bestandteil der Schönheits-, Regenerations- und Heilbehandlungen. Sie werden zur Linderung von Schmerzen, zur Auflockerung der Muskulatur, zur Unterstützung des Gewebeaufbaus und zur Fettreduzierung eingesetzt.

Im europäischen Raum sind Behandlungen mit Kräuterstempeln und Kräuterauflagen ebenfalls lange bekannt. Massagen mit dem Kräuterstempel gehörten schon früher zu beliebten Anwendungen, um sich nach des Tages Mühen einen Ausgleich zu den Belastungen zu schaffen sowie Blessuren und Schmerzen zu lindern.

Heutzutage sind Behandlungen mit Kräuterauflagen und -wickeln wieder aktuell und so ist auch die Kräuterstempel-Massage in allen Bereichen der Kosmetik, Wellness- und Massage-Zentren ein Trend geworden.

Kräuterstempel werden in unterschiedlichsten Formen und Mischungen und in Kombination mit verschiedensten Massagetechniken angeboten. Die im Buch vorgestellte Santai (indonesisch: "Sich wohlfühlen und entspannen") Kräuterstempel-Massage verbindet volksmedizinische Überlieferung mit fernöstlicher Technik. Sie integriert die Erfahrung aus Anwendungen von Kräuterauflagen und Wickeln und das kostbare Wissen über Wirkung und Verwendung von heimischen Kräutern.

Diese Wohlfühl-Massage ist bei Therapeuten und Klienten gleichermaßen beliebt, weil sie dem Behandelnden die Arbeit erleichtert und der Behandelte vom ersten Augenblick an die von den Kräutern ausgehende entspannende, streßabbauende und vitalisierende Wirkung spüren kann.

Ein Buch, das wirklich animiert, die beschriebene Massage zu erleben oder zu praktizieren, wenn man/frau gerne massiert. Darüber hinaus sind die fast "nebenbei" beschriebenen Kräuteranwendungen eine gute Hilfe für den Alltag!

Dagmar Fleck/Liane Jochum  
KRÄUTERSTEMPEL-MASSAGE  
Santai-Kräuteranwendungen für Schönheit und Wohlbefinden  
Neue Erde, Saarbrücken 2009  
ISBN 978-3-89060-538-8  
Ladenpreis €19,80

#### **4 \_\_\_\_\_ Up to date: Enzyklopädie der Steinheilkunde**

Frisch als aktualisierte Neuauflage erhältlich ist nun die "Enzyklopädie der Steinheilkunde" von Werner Kühni und Walter von Holst, eines der Standardwerke zum Heilen mit Steinen. Das vollständig überarbeitete Werk wurde um 80 Seiten und 30 neue Heilsteine erweitert und ist damit absolut up to date.

Das stattliche Buch beschreibt fundiert, auf dem neuesten Stand des Wissens und illustriert mit über 900 Farbfotos sämtliche heute bekannten und therapeutisch relevanten Heilsteine. Es enthält viele Angaben zu Mineralogie, Bestimmungsmerkmalen, Vorkommen, Handelsformen und Bezeichnungen. Die Wirkung der Steine auf körperlicher, seelischer und

spiritueller Ebene wird ebenso beschrieben wie die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten für die Gesundheit und die Persönlichkeitsentwicklung. Zudem enthält es einen wertvollen therapeutischen Index.

Langer Rede kurzer Sinn: Es lohnt sich, die alte Ausgabe zu verschenken und die neue anzuschaffen, die trotz Überarbeitung und Erweiterung noch denselben Preis hat!

Werner Kühni/Walter von Holst  
ENZYKLOPÄDIE DER STEINHEILKUNDE  
AT-Verlag, Baden 2009  
ISBN 978-3-03800-469-1  
Ladenpreis €39,90

## **5 \_\_\_\_\_ Spannend: Wesen und Wirken der Kristallstrukturen**

Die Analytischen Steinheilkunde umfaßt mehrere faszinierende Gebiete, doch sicherlich ist keines grundlegender und weitreichender als die Kristallsysteme - und kaum eines wirft so viele Fragen auf. Ziel dieses Seminars mit Walter von Holst ist es, die Menschenkenntnis zu verbessern und durch neue Blickwinkel Verständnis, Toleranz und geistige Freiheit zu gewinnen. Denn die Beschäftigung mit diesen der gesamten Schöpfung innewohnenden Grundstrukturen führt zu neuen Perspektiven sowie spürbaren Wachstums- und Reifeprozessen.

### Die Entdeckung der Kristallsysteme

Mitte der 80er Jahre ließ es mir, konfrontiert mit einer Fülle damals noch unerforschter Heilsteine, keine Ruhe, daß alle Mineralien jeweils einem von acht Kristallsystemen zugehören. Das mußte doch Gemeinsamkeiten in der Heilwirkung ergeben! Tatsächlich wurde in den folgenden Jahren die zugrundeliegende Charakteristik der Kristallstrukturen gefunden, was eine neue Ära in der langen Geschichte der Steinheilkunde einleitete, die "Analytische Steinheilkunde". Das erstaunliche dabei war, daß jeder Mensch einen besonderen Bezug zu einem dieser acht Kristallsysteme besitzt, d.h. daß Mineralien dieses Strukturtyps besondere Wirksamkeit auf ihn/sie entfalten. Eine eigenständige Typologie entstand und wurde 1995 ausführlich in meinem Buch "Die Steinheilkunde" dargestellt. Dieser Wissensstand ist für das Seminar Voraussetzung!

### Die weitere Entwicklung der Kristallsysteme

Auch Walter von Holst ließ das Thema nicht los, so daß er sich unter den unterschiedlichsten Gesichtspunkten immer wieder damit auseinandersetzte. Gedankliche Überlegungen, Experimente und Beobachtungen "in freier Wildbahn" verdichteten sich im Laufe der Jahre zu einem Konzept, welches erstmals alle Lebensphänomene der Strukturtypen logisch begründet und überraschend detaillierte Aussagen zu sämtlichen Bereichen des Lebens ermöglicht. In knapper Form wurden viele Elemente dieser Forschungen bereits 2003 in der o.g. "Enzyklopädie der Steinheilkunde" von Werner Kühni und Walter von Holst aufgezeigt.

Walter von Holst hält regelmäßig Seminare zum "Wesen und Wirken der Kristallstrukturen". Wirklich spannende Kurse für alle, die gerne mehr über sich selbst erfahren möchten, für alle, die sich für Analytische Steinheilkunde interessieren, und im Grunde ein Muß für alle, die mit den Kristallstrukturen in Edelsteinberatungen arbeiten. Es gibt kein Seminar, bei dem die Unterscheidung und richtige Zuordnung der Kristallstrukturen präziser unterrichtet wird. - Die Seminarthemen:

## ELEMENTE DER KRISTALLSTRUKTUREN

Die Bedeutung der Winkel und die Prägung durch den umgebenden Raum

Phänomenologie der Grundformen

Bewegungsmuster und Lebensführung

Die Diagonale und das Bewusstseinszentrum

Emotionaler und mentaler Radius

Das Netzwerk als Feld der Beziehungen / geometrische Grammatik

## ASPEKTE DER STRUKTURTYPEN

Ermittlung der Strukturtypen der Teilnehmer

Typgerechte Heilsteine

Beziehungen vor dem Hintergrund der Strukturtypen

Wie viele Kristallsysteme braucht der Mensch?

Inkarnation, Energiefeld, Störungen

Prägung durch Kristallsysteme in der Umwelt

Heilung des Strukturtypus

Weitere Informationen hierzu:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,

Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

## 6 \_\_\_\_\_ **Wirksam: Heilsteine für Meniskus und Bandscheiben**

Was haben Meniskus und Bandscheiben gemeinsam? Zunächst einmal sind beides elastische Knorpelfasergebilde, die dazu dienen, Belastungen abzupuffern und die Beweglichkeit sicherzustellen.

Bandscheiben sind Knorpelfaserringe mit gallertartigem, wasserreichem Kern zwischen den Wirbelkörpern der Wirbelsäule, die sie als elastische Puffer beweglich halten. Bei "abgenützten" Bandscheiben verliert das gallertartige Gewebe des Kerns die enthaltene Flüssigkeit und damit seine Elastizität. Die Bandscheiben werden flacher, so daß die Beweglichkeit der Wirbel eingeschränkt wird. Dies kann (muß jedoch nicht) zu Rückenschmerzen führen. Im Extremfall kommt es darüber hinaus jedoch zu einer Überdehnung oder zum Reißen des Faserrings und einem teilweisen oder vollständigem Herausdrängen des gallertartigen Kernes in den Wirbelkanal, in dem die Rückenmarksnerven liegen (Bandscheibenvorfall). Werden dabei Nerven eingeklemmt, kommt es zu starken, zur Seite oder in die Gliedmaßen ausstrahlenden Schmerzen.

Der Meniskus ist eine Knorpelfaserscheibe zum Schutz des Kniegelenks. Jedes Knie besitzt zwei dieser Scheiben zwischen Oberschenkelknochen und Schienbein, den inneren und äußeren Meniskus. Diese sind wichtig, um besondere Belastungen aufzufangen und das Kniegelenk zu schonen. Durch plötzliche Drehbewegungen des gebeugten Kniegelenks (z.B. im Sport) oder langjährige Kniebelastungen können Risse in diesen Knorpelscheiben entstehen, welche zu starken Kniebeschwerden führen.

Begünstigt werden Meniskus- und Bandscheibenbeschwerden aber auch durch zu wenig Bewegung, Wassermangel und Verschlackung. Wie alles in unserem Körper sind auch Meniskus und Bandscheiben auf eine ausreichende Wasserzufuhr angewiesen. Allerdings werden sie nicht direkt mit Blut versorgt, denn sie haben keinen unmittelbaren Anschluß an das Blutsystem, das Nährstoffe und Sauerstoff liefert. Stattdessen werden sie durch Diffusion

mit Flüssigkeit versorgt. Dafür ist Bewegung notwendig! Denn nur wenn Meniskus und Bandscheiben ständig unterschiedlich belastet werden, wird wie bei einem Schwamm Flüssigkeit herausgepreßt und anschließend wieder aufgesaugt.

Geht die Wasserversorgung dieser nicht direkt durchbluteten Knorpel aufgrund von Bewegungsmangel oder eines allgemeinen Wassermangels im Körper zurück, fangen diese an, hart zu werden und zu verschlacken. Die Gefahr des Abflachens bei Bandscheiben und der Verletzung der Meniski steigt. Ähnliche Resultate zeigt eine allgemeine Verschlackung des Körpers. - Umgekehrt wirken sich regelmäßige Entschlackung und reichliches Trinken von gutem Wasser positiv auf Meniskus und Bandscheiben aus.

Dieser Zusammenhang ist in der chinesischen Medizin schon lange bekannt, weshalb Meniskus und Bandscheiben hier der Wandlungsphase Holz sowie den Funktionskreisen Leber und Galle zugeordnet werden. Und das Holz wiederum wird genährt durch die Wandlungsphase Wasser!

Holz ist in der chinesischen Medizin die aufwärtssteigende und vorwärtsgerichtete Energie. Alles, was mit Aufbau und Wachstum zu tun hat, besitzt Holz-Energie. So z.B. auch die Leber, unser Organ für Aufbau und Regeneration. Ebenso aber auch die Muskulatur, die uns hilft, uns aufzurichten und vorwärts zu bewegen, die Augen als vorwärtsgerichtete Sinnesorgane und eben auch die Gelenke, Bandscheiben und Meniski. Seelisch zählt das Aufwärts- und Vorwärtsstreben zur Wandlungsphase Holz, ebenso Aggression, Wut und Ärger, die genau dann auftreten, wenn wir in diesem Streben gehindert oder gebremst werden. Dann "kommt uns die Galle hoch" oder "es ist uns eine Laus über die Leber gelaufen".

Dieser energetische Zusammenhang mit der Wandlungsphase Holz und den Funktionskreisen Leber und Galle ist für die Behandlung von Meniskus- und Bandscheibenbeschwerden wichtig. Er verdeutlicht noch einmal, weshalb ausreichende Wasserzufuhr (Nähren der Holz-Energie), regelmäßige Entschlackung (Entlastung des Holz-Elements) und alle seelischen Aktivitäten, die Ausgeglichenheit, Balance und inneren Frieden fördern, eine gute Voraussetzung für den dauerhaften Heilungserfolg sind. Und daran wird deutlich, weshalb es sinnvoll sein kann, bei einer Behandlung von Meniskus- und Bandscheibenbeschwerden zugleich auch die Leber zu stärken: Wird die Holz-Energie an zentraler Stelle in Balance gebracht, vollzieht sich die Heilung viel schneller. Der Schorndorfer Heilpraktiker Rainer Strebel schildert dazu in seinem Buch "Die Individuelle Therapie" einen eindrücklichen Fall:

"Im Jahr 1999 konnte ich die Behandlung eines Patienten abschließen, der mit einem Riß dritten Grades des rechten Innenmeniskus zu mir kam. Ich verordnete ihm Dioptas (ein Kupfersilikat), den ich als Konstitutionsstein ausgetestet hatte und der gut zur Leber paßte, die stark belastet war, obwohl er keinen Alkohol trank. Der Lebermeridian reguliert auch die Sehnen, Bänder, Bandscheiben und Menisci. Zur lokalen Anwendung verordnete ich ihm weiterhin braun gebänderten Aragonit-Calcit mit Bergkristall zur Verstärkung. Diese Steine sollte er nachts auf dem Meniskus tragen (umbinden). Der Patient war damals 46 Jahre alt, kam am 19.5.1999 erstmals zu mir und war am 28.7.1999 beschwerdefrei. Ebenso bei der Nachkontrolle am 8.11.1999 und meines Wissens bis heute."

Diese Verordnung, Dioptas auf die Leber und gebänderten Aragonit-Calcit auf die betroffenen Körperbereiche (Knie bei Meniskusbeschwerden, Rücken bei Bandscheibenbeschwerden), hat sich in den vergangenen 10 Jahren nun vielfach bewährt. Meist allerdings nicht als alleinige Maßnahme, Entgiftung und Entschlackung sowie gutes

Wasser gehören einfach dazu. Ebenso angemessene regelmäßige Bewegung, die wenig belastet (idealerweise Schwimmen!).

Doch die Kombination Dioptas + Aragonit-Calcit (letzterer ist mitunter auch als "Onyx-Marmor" im Handel) war in vielen Fällen das i-Tüpfelchen, welches eine vergleichsweise rasche Heilung brachte. Selbstverständlich sollten Meniskus- und Bandscheibenbeschwerden nicht ohne fachkundige Begleitung von ÄrztInnen und HeilpraktikerInnen behandelt werden. Doch als zusätzliche Therapie wirken die Steinchen manchmal Wunder...

Literaturtipps hierzu:

Michael Gienger, Die Heilsteine Hausapotheke, Neue Erde, Saarbrücken 2004

Rainer Strebel/Michael Gienger, Die Individuelle Therapie, AT-Verlag, Baden 2005

Michael Gienger/Wolfgang Maier, Heilsteine der Organuhr, Neue Erde, Saarbrücken 2007

## 7 \_\_\_\_\_ **Wichtiger Hinweis**

Die Angaben in diesem Newsletter zur Wirkung und Anwendung von Steinen sind zur allgemeinen Information gedacht und ersetzen bei Beschwerden nicht den fachkundigen Rat! Bitte suchen Sie daher bei Erkrankungen ÄrztInnen oder HeilpraktikerInnen Ihres Vertrauens auf. Trotz sorgfältiger Auswertung vorliegender Berichte kann ich sonst keine Garantie für die Wirksamkeit oder Unbedenklichkeit der Anwendungen übernehmen.

-----  
Tübingen, 21. September 2009 | Info Nr. 34 (Nachtrag)  
-----

Liebe Freunde und Freundinnen der Steinheilkunde,  
eine kleine "Pannenmeldung" zum gestrigen Newsletter: Es hat sich gezeigt, daß die Demo-Version der CD-ROM "Heilsteine von A-Z" fehlerhaft war. Den Abbildungen und Titeln waren falsche Beschreibungen zugeordnet. Offenbar ist das bei der Umwandlung der Vollversion auf die reduzierte Demo-Version passiert. Eine umgehende Überprüfung der Vollversion auf CD brachte glücklicherweise das Ergebnis, daß diese zu 100% in Ordnung ist (wäre auch nach monatelangem Testen verwunderlich gewesen). Inzwischen ist der Fehler behoben, auch die Demoversion funktioniert jetzt einwandfrei:

<http://digital.neuerde.de/heilsteine> (dann "Demoversion" anklicken) oder direkt:  
[http://digital.neuerde.de/HeilsteineA-Z/demo/SetupHeilsteineA-ZDemo\\_18.exe](http://digital.neuerde.de/HeilsteineA-Z/demo/SetupHeilsteineA-ZDemo_18.exe)

Die Demo-Version enthält dieselben Funktionen, wie die Vollversion, jedoch mit weniger Steinen. Aber man/frau sieht die Möglichkeiten...

Michael Gienger, Hermann Dunkel  
HEILSTEINE VON A-Z  
Interaktive CD-ROM  
Neue Erde, Saarbrücken 2009  
ISBN 978-3-89060-518-0  
Unverb. Preisempf. €14,90

Liebe Freunde und Freundinnen der Steinheilkunde,

herzlichen Dank für die vielen Grüße und Rückmeldungen auf meinen letzten Newsletter. Meine Ankündigung, aus gesundheitlichen Gründen zukünftig etwas kürzer zu treten, hat viele Nachfragen ausgelöst, daher möchte ich dazu nochmals kurz anmerken: Die Formulierung, daß ich "über-arbeitet" bin, war nicht ganz treffend, denn die Arbeit macht mir nach wie vor Spaß - ich bin eher "unter-erholt"... - Und daher hat mir mein Körper in diesem Jahr deutlichst signalisiert, daß er keine Steine, homöopathische Mittelchen, noch sonstige biologische oder energetische "Senkrechtteller" mehr will, sondern nichts anderes als Erholung!!! Und die bekommt er nun mit Kur, Urlaub und anschließend reduziertem Arbeitspensum...

Also keine Sorge, ich lebe noch und habe nach wie vor im Sinn, noch längere Zeit auf diesem Planeten zu weilen und allerlei auf die Beine zu stellen! Unter anderem z.B. unser neues Seminar-Forum "Sunrise Seminare", das ich mit diesem Newsletter ankündigen möchte. Sunrise Seminare ist eine Gemeinschaft von Dozentinnen und Dozenten aus verschiedensten Berufen, die das Streben nach Verbesserung im Leben eint – von der persönlichen Entwicklung über das Engagement für Mensch, Gesellschaft und Natur bis hin zur spirituellen Verwirklichung. Jeder von uns geht eigene Wege, doch einig sind wir uns in unserem Verständnis für Respekt und Toleranz, der gemeinsamen Basis unserer Arbeit. Mehr zu unserem Angebot finden Sie in diesem Newsletter und auf unserer (noch im Aufbau befindlichen) Homepage: <http://www.sunrise-seminare.de>

Insofern hat es sich gut gefügt, daß mein persönliches "Kürzertreten" unmittelbar abgelöst wird von einem breiten Seminarangebot meiner Kolleginnen und Kollegen. Jedes einzelne der Sunrise Seminare kann ich von Herzen empfehlen und ich selbst werde nach über 20 Jahren intensiven "Outputs" in den kommenden Jahren die Gelegenheit zu neuem "Input" nützen. Daher kann es sein, daß wir uns auch im Kreis der Lernenden und Studierenden bei den Sunrise Seminaren wiedersehen!

Herzliche Grüße  
Michael Gienger

## **1 \_\_\_\_\_ Sunrise Seminare – ein neues Seminarforum**

Der Impuls zur Gründung der "Sunrise Seminare" entstand im Herbst 2008 am Ende meines ersten Seminarzyklus "Orientierung im Leben". Es war die Idee eines Forums, in dem Menschen mit besonderen Kenntnissen und Talenten ihr Wissen weitergeben, austauschen und teilen können. "Seminare mit Substanz" war das Motto, verständliches, lebensnahes und praxisbezogenes Wissen für Leben, Beruf und Beziehung sollte vermittelt werden.

Vorangegangen war die Beobachtung, daß ich in vielen Bereichen der Steinheilkunde längst von meinen ehemaligen Schülerinnen und Schülern überflügelt werde. Zwar genieße ich als Buchautor, Seminarleiter und eifriger Vortragsreisender die größere Popularität, doch gemessen an den Fertigkeiten bin ich umgeben vom Menschen, die vieles besser können, als ich: Viele Menschen kennen sich mit den aktuell gängigen Steinen längst besser aus (seit ich keinen Handel mehr habe, bin ich auf den Messen immer überrascht, was es alles gibt!), viele

Menschen geben Welten bessere Massagen, viele sind längst bessere BeraterInnen und TherapeutInnen geworden, viele haben sich in Studien und Forschungen tiefergehendes und weitreichenderes Wissen erschlossen und selbst auf meinem "hauseigenen Terrain", der Analytischen Steinheilkunde kann ich inzwischen von Walter von Holst einiges lernen... Diese Liste ließe sich durchaus noch fortsetzen.

Interessanterweise löste diese Beobachtung große Zufriedenheit bei mir aus: Zuschauen zu können, wie die eigene Arbeit unter den Händen anderer gedeiht und sich weiter entwickelt, ist einfach eine Freude! Und sie macht frei, selbst wieder zum Lernenden zu werden. Besonders wertvoll wurden für mich dabei die Begegnungen mit Kolleginnen, die eigene Quellen steinheilkundlichen Wissens erschlossen haben: Die anthropotheosophische Astromineralogie von Audrone Ilgeviene aus Litauen war ein solcher Quell, ebenso der "Weg der Kristalle" von Isabel Silveira aus Brasilien oder die Edelstein-Homöopathie mit Edith Helene Dörre, die mir (bei der Turmalin-Verreibung im Mai 2008) die intensivsten Stein-Erfahrungen meines Lebens verschaffte. In all diesen Bereichen möchte ich selbst hinzulernen, insbesondere auch bei Astrid Hess, die mit Umoja (suaheli "Einheit") eine wirklich ganzheitliche Edelsteintherapie geschaffen hat. Auch das ist einfach eine Freude: Diese Fülle und diesen Reichtum an Möglichkeiten wahrnehmen und erleben zu können! Und diese Liste ließe sich ebenfalls noch fortsetzen.

Die Dankbarkeit für viele bemerkenswerte Begegnungen meines Lebens und alles, was ich daraus lernen durfte, war der Ursprung meines Seminarzyklus' "Orientierung im Leben", der nie beworben wurde, da er gleich zweimal ausgebucht war, noch bevor die Werbung verteilt werden konnte (Termine des dritten Zyklus' gibt's in Kürze bei Sunrise Seminare!). Und zu dieser Dankbarkeit für das Vergangene kommt nun die Freude auf das Zukünftige, denn viele, deren Wissen und Fertigkeiten ich sehr schätze, sind der Einladung gefolgt und teilen ihre Kenntnisse nun im Rahmen der Sunrise Seminare:

Angela Redtenbacher, Barbara & Peter Newerla (Wissen für Leben, Beruf und Beziehung)  
Anja Gienger (Pilates, Qi Gong, Kunst und Kreativität)  
Annette Jakobi und Walter von Holst (Astrologie, Steinheilkunde, Edelsteinmassagen)  
Astrid Hess (Umoja - ganzheitliche Edelsteintherapie)  
Audrone Ilgeviene (Astromineralogie und Anthropotheosophie)  
Bernd Graf (Positionierung und Erfolg)  
Bernhard Bruder (Gemmologie und Mineralogie)  
Dagmar Fleck & Franca Bauer (Steinheilkunde, Edelsteinmassagen, traditionelle Heilweisen)  
Dr. Andreas Stucki (Geologie)  
Dr. Anette Oberhauser (Gesundheits- und Heilmittelrecht)  
Edith Helene Dörre (Edelstein-Homöopathie)  
Isabel Silveira (Weg der Kristalle)  
Monika Grundmann (Edelstein-Balance)  
Wolfgang Maier (Steinheilkunde und chinesische Medizin)

Damit wird nun Wirklichkeit, was ich mir vor einem Jahr erträumt habe: Es entsteht ein Forum, das den Wissensaustausch und die Erfahrungen, die mich in den letzten Jahren inspiriert und beflügelt haben, vielen Menschen zugänglich macht. Ein Forum, das sich nicht an EINER Leitlinie und EINEM Konzept orientiert, sondern durch viele verschiedene Beiträge bunt und vielseitig wird: Das ist die grundlegende Idee der "Sunrise Seminare"!

Schönheit, Freude, Hoffnung und Neubeginn - all das verbinden wir mit einem farbenfrohen Sonnenaufgang. Ein Symbol für das Streben nach Verbesserung, das alle an den Sunrise Seminaren Beteiligten verbindet. Schwerpunkte unserer Angebote sind Gesundheit (insbesondere die Steinheilkunde natürlich...), Wissen (das im Leben weiterbringt) sowie

Kreativität & Kunst. Geleitet wird das Projekt von meiner Frau Anja und mir sowie Bärbel Ziwich, zuständig für Marketing, Organisation und Sekretariat.

Mehr zu den ersten Angeboten finden sich in den folgenden Zeilen, weitere Informationen finden sich auf unserer (noch im Aufbau befindlichen) Homepage: <http://www.sunrise-seminare.de> - Und für Fragen, Anmeldungen und Kontakt steht unser Sekretariat nun von Montag bis Donnerstag zur Verfügung: Sunrise Seminare, Mühlehof 20, 72119 Ammerbuch, Tel.: 07073-915503, Mail: [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de)

Den Kalender mit (fast) allen Angeboten gibt's übrigens hier: <http://www.sunrise-seminare.de/index.php?page=uebersicht>

Wir freuen uns sehr auf Ihren Besuch bei unseren Seminaren, auf alle Begegnungen und gemeinsamen Erfahrungen - und wünschen einstweilen farbenfrohe Sonnenaufgänge an schönen Herbstmorgenden... - Ihr Team der Sunrise Seminare.

## **2 \_\_\_\_\_ Kommunikation – miteinander reden können**

Miteinander reden scheint die selbstverständlichste Sache der Welt - und ist doch häufig mit unendlichen Schwierigkeiten behaftet. In manchen Situationen bekommen wir den Mund nicht auf (und in anderen nicht zu), manchmal fällt es schwer, etwas "rüberzubringen" (oder umgekehrt, genau hinzuhören), dann gibt es da noch die ständigen Mißverständnisse - und dieses Rätsel, warum es manche Personen (insbesondere nahestehende Menschen) so gut verstehen, einem sämtliche "Knöpfchen" zu drücken... Wenn wir genau hinschauen, ist "Kommunikation" doch eine wirklich spannende Angelegenheit.

Die Kommunikationstrainings mit Angela Redtenbacher helfen, die eigene Kommunikation zu verbessern und wesentlich bewußter wahrzunehmen, wie kommuniziert wird und was Kommunikation bewirkt. Dadurch wird das "Miteinander reden" viel leichter, es gelingt besser, zu sagen, was man mitteilen möchte, und ebenso wächst das Verstehen anderer. Auf dieser Basis entwickelt sich gute Kommunikation zu einem hilfreichen Instrument: Für ein gutes Miteinander in der Familie, zum Frieden stiften, in der professionellen Beratung, für Anerkennung und Unterstützung, im Gespräch mit Kunden oder Mitarbeitern - im Grunde überall, wo wir den Mund aufmachen (oder besser halten sollten).

Da ich mein Leben lang den Eindruck hatte, gut kommunizieren zu können, und bei vielen meiner Vorträge schon geargöhnt wurde, ich sei als Kind ins Chalcedonfaß gefallen, war ich bei diesem Kommunikationstraining absolut überrascht, wie viel ich hier noch lernen konnte. Dieses Seminar ist kein "Rhetoriktraining", sondern ein Kurs, der die "Fähigkeit zur Kommunikation" verbessert und hilft, aufmerksam, achtsam, bewußt, klar – und wo nötig auch mit Nachdruck zu kommunizieren. Für mich war das Kommunikationstraining ein Geschenk, das sich bis in den Stil meiner Bücher hinein ausgewirkt hat. Ich kann es nur von Herzen empfehlen:

Weitere Informationen hierzu:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

### 3 \_\_\_\_\_ Wärme in der Herbst- und Winterzeit – Hot Stones

Gerade der Übergang in die Winterzeit macht unserem Organismus manchmal sehr zu schaffen. Mit dem Sinken der Sonne wandert unsere Energie nach innen, wo sie Energiereserven zu schaffen hat, um im Winter die inneren Organe zu schützen. Dieser Rückzug der im Sommer nach außen gekehrten Energie macht den Herbst zu einer "kritischen Zeit", in der unser Immunsystem oft angreifbarer ist, als im Winter selbst. Umso wichtiger ist es, genau jetzt die innere Energiebalance zu stärken. Hot Stone Massagen können hierfür eine wunderbare Hilfe sein, da sie nicht einfach "nur wärmen", sondern über das Spiel von warm und kalt zu einer Balance der Gegensätze, zum Ausgleich von Yin und Yang führen. Und noch dazu ist eine Hot Stone Massage wunderschön:

Stellen Sie sich vor, Sie finden sich in einem schönen Raum mit warmem Ambiente auf einer Massageliege wieder, neben dem ein Wärmegerät voller schwarzer Steine steht. Mit den ersten Massagegriffen setzt bereits Entspannung ein, und dann werden Ihnen handtellergröße, warme Basaltsteine "untergeschoben". Prompt wird es warm im Körper, doch es ist nicht nur ein physikalisches Erwärmen. Vielmehr beginnt spürbar Energie zu fließen, die sich sogar bis in die momentan noch kühlen Gliedmaßen ausbreitet. Mit dem Auflegen weiterer Steine auf Handflächen, Nacken, Kniekehlen und Fußsohlen wird der ganze Körper schlagartig warm. Noch mehr Steine folgen und es wird immer wärmer und wohlig. Nun folgen Ausstreichungen mit warmem Öl über den ganzen Rücken und Sie beginnen, wegzuschmelzen... Kann sich ein solches Wohlgefühl noch steigern lassen?

Es kann! Ein großer warmer Stein wird auf das Kreuzbein gelegt und sanft bewegt. Das fühlt sich an, als würde diese vielbelastete Region gleichsam "aufatmen" und mit einem "Seufzer" loslassen. Wie viel Spannungen durch schlechte Sitzgelegenheiten, endlose Autofahrten, falsches Heben oder einfach durch Streß und Druck stecken hier drin? Während sich eine tiefe, umfassende Entspannung breit macht, ziehen möglicherweise Erinnerungen an vieles, was Sie Ihrem armen Kreuz zugemutet haben, vor dem inneren Auge auf - und davon...

Mittlerweile hat die Massage mit den warmen Steinen begonnen. Auf großflächige Ausstreichungen mit eingeölnen Steinen folgt ein sorgfältiges Ausmassieren der Seiten und das Ausziehen der Rippenbögen. So warm und entspannt war der Rücken schon lange nicht mehr! Und trotz aller Neugier beginnt nun auch das geistige "Loslassen". Es interessiert nicht mehr, was, wo und wie hier überhaupt massiert wird, es sind nur noch Wellen von Wärme und wohligen Gefühl zu spüren. Irgendwie geht es vom Rücken über die Arme zu den Beinen, dann kommt das Umdrehen (unglaublich, wie schwer man durch Entspannung wird), Steine werden nun auf die Chakren aufgelegt und weiter geht es von den Beinen über die Arme bis hin zum Kopf und zuletzt zum Gesicht. Dieser Abschluß ist die Krönung: Mit Fingerspitzengefühl werden hier sämtliche Spannungen herausgekitzelt. Es ist unglaublich, wie viel Streß allein in der Kiefermuskulatur steckt oder wie viel Spannung rund um die Augen! Man spürt es erst, wenn diese Spannung verschwindet. – Nach sanften, abschließenden Ausstreichungen ist die Massage dann vorüber. Etwas Zeit zum Nachruhen in einer Wolke von Wärme und wohligen Gefühl ist noch vergönnt - ein Gefühl, das man auch schlicht "Geborgenheit" nennen könnte...

Neugierig geworden? - Ich kann versprechen, das Erleben ist besser als das Vorstellen! Wenn Sie Interesse haben, Hot Stone Massagen zu erfahren und zugleich zu erlernen, sind Sie bei den Seminaren "Hot Stone Massage" mit Dagmar Fleck genau richtig. Einfach ausprobieren!

Weitere Informationen hierzu:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,

Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

## 10 \_\_\_\_\_ Larimar – ein Schutzstein für den grauen November

Die Temperaturen fallen, die kalten Winde sind schon da, kaum ist der Sommer vorüber, kommt das Gefühl, sich besser "warm anzuziehen" für den einziehenden Herbst. Welcher Stein bringt uns gut durch die grauen Nebel, die langen Nächte und die vor uns liegende Übergangszeit? Im letzten Jahr habe ich den Imperial-Topas empfohlen (Newsletter Nr. 28 vom 28.09.2008), heute möchte ich jedoch gerne auf den Larimar verweisen. Ein Stein, der auf ganz andere Weise hilft, dem Herbst zu begegnen und insbesondere im November darin unterstützt, die Nähe der Anderswelt wahrzunehmen - und zu ertragen. Larimar, ein Stein der Offenheit und inneren Stärke.

Der November mit seinen grauen Nebeln ist die Abenddämmerung des Jahres. Es ist der Monat des ZwiLichts, in dem sich Alltag und Anderswelt besonders nahe kommen. Noch heute erinnert Allerheiligen am 1. November an Samhain ("Halloween"), den keltischen Jahresbeginn. So wie die Dämmerung eine besondere Zeit zwischen Tag und Nacht darstellt, war auch der beginnende November für die Kelten eine besondere Zeit zwischen den Jahren. Es war die Zeit, mit den Ahnen zu reden und ihrer zu gedenken. Bräuche, die sich bis heute erhalten haben.

Das Licht des Novembers führt unsere Wahrnehmung in besondere Räume. Es ist noch nicht dunkel wie im Winter, doch schwinden bereits die Farben aus der Welt. Alles wird grau. Das Fehlen der Farben verringert den Reiz für extrovertiertes Beobachten, jedoch ist es hell genug, um nicht völlig in der Innenschau zu versinken. So stehen wir mit unserer Wahrnehmung tatsächlich "zwischen den Welten". Dieser im Jahreslauf einmalige Zustand steigert unsere Sensibilität. Wir werden empfindsamer und auch empfindlicher - für Stimmungen und Atmosphären um uns ebenso wie für Gefühle und Empfindungen in uns. Ahnungen aus unserer Seelentiefe oder von den "Geistern um uns" tauchen auf. Alles, was wir wahrnehmen, berührt uns tiefer als sonst.

Vielen Menschen ist das Grau des Novembers sowie die Offenheit und Empfindsamkeit dieser Zeit unheimlich. Die besondere Stimmung des Novembers wird dann zur Depression. Die Inspirationen aus den Ahnungen der geistigen Welt werden zu Alpträumen. Es entsteht der Drang, sich zu verschließen oder zu fliehen. Mitunter wiederholt sich auch dies Jahr für Jahr.

Der Stein, der helfen kann, diese beängstigenden Stimmungen zu wandeln, ist der Larimar. Dieser hellblaue Stein aus der Dominikanischen Republik ist erst seit etwas mehr als 20 Jahren im Handel verbreitet. Zwar wird das trikline Silikat - eine hellblaue Farbvarietät des üblicherweise grau-weißen Pektoliths - bereits seit 1974 aus verwittertem Vulkangestein abgebaut, doch schöne Edelsteinqualitäten waren und sind selten. Dennoch entwickelte sich Larimar vor allem bei spirituell suchenden Menschen rasch zu einem begehrten Heil- und Edelstein. Es wurde bekannt, daß er sensibilisiert und die Wahrnehmung verfeinert. Einfühlungsvermögen, Aurasichtigkeit, Telepathie, Fernwahrnehmung - all diese oft brachliegenden Fähigkeiten des menschlichen Geistes können mit Larimar schneller entwickelt werden. Das Gefühl eines freien und weiten geistigen Raums bringt darüber hinaus innere Ruhe in Zeiten schwerer Belastungen, was Nachdenken und kreatives Handeln erleichtert.

Doch was des einen Segen ist, ist des anderen Fluch. Während sich viele Menschen danach sehnen, mehr wahrzunehmen sowie hie und da einen Blick in die Anderswelt zu erhaschen, wird genau dies für viele hellsichtige Menschen zur Plage. Wer ständig Stimmungen, Bilder

und eine Vielzahl von Wahrnehmungen von Umwelt und Mitmenschen empfängt, wünscht sich oftmals (vergeblich), einfach nichts mehr zu sehen und zu wissen. Die ungefilterten Eindrücke werden zur Qual. Bekannt ist hier die Aussage des Iren Paddy Flynn auf die Frage von W. B. Yeats: "Hast du je eine Fee oder ähnliche Wesen gesehen?" - "Und ob!" antwortete dieser, "die gehen mir echt auf die Nerven" (W. B. Yeats, Irish Fairy and Folk Tales, Modern Library, New York 1893). Vielfach entsteht dann der Drang, sich zurückzuziehen, zu verschließen und abzuschotten.

Interessanterweise kann Larimar auch in diesem Fall helfen. Er ermöglicht, offen zu bleiben und die Vielzahl der einströmenden Wahrnehmungen besser zu verarbeiten. Rückzug und "Dichtmachen" erübrigen sich dadurch, vielmehr gelingt es, bei angenehmen wie unangenehmen Eindrücken gleichermaßen ruhig und gelassen zu bleiben. Aus dieser Haltung heraus können wir viele Dinge dann von einer höheren Warte betrachten. Wir bleiben am Geschehen mit allen Sinnen beteiligt, werden jedoch nicht so sehr davon betroffen. Und gerade dadurch bleiben wir handlungsfähig, wenn es not-wendig ist. Daher ist Larimar auch bestens geeignet, die außergewöhnlichen Momente des Novembers zu bewältigen und positiv zu erleben. Er hilft, die besondere Chance zur Vertiefung unserer geistigen Fähigkeiten in dieser Zeit zu nutzen und zugleich depressive Stimmungen in Erleichterung und Gelassenheit zu wandeln. Körperlich löst Larimar außerdem energetische Blockaden im Bereich von Brust, Hals und Kopf. Er regt die Gehirntätigkeit an und stärkt die Selbstheilkräfte, was gerade im Herbst von besonderem Wert ist.

Literatur: M. Gienger / L.S. Miesala-Sellin, Stein und Blüte, Neue Erde 2000 (enthält ein sehr schönes Kapitel zum Larimar)

## **11 \_\_\_\_\_ Wichtiger Hinweis**

Die Angaben in diesem Newsletter zur Wirkung und Anwendung von Steinen sind zur allgemeinen Information gedacht und ersetzen bei Beschwerden nicht den fachkundigen Rat! Bitte suchen Sie daher bei Erkrankungen ÄrztInnen oder HeilpraktikerInnen Ihres Vertrauens auf. Trotz sorgfältiger Auswertung vorliegender Berichte kann ich sonst keine Garantie für die Wirksamkeit oder Unbedenklichkeit der Anwendungen übernehmen.

Liebe Freunde und Freundinnen der Steinheilkunde,

mit Riesenschritten nähert sich das Jahr seinem Ende und fast zwangsläufig wendet sich der Blick dabei zurück auf die vergangenen Monate. Es gibt kaum ein Jahr meines Lebens, das sich so hartnäckig der Beurteilung entzieht, ob es nun "gut" oder "schlecht" war, wie das Jahr 2009.

Gesundheitlich war es für mich ein sehr schwieriges Jahr, das nach meiner Honduras-Reise Ende 2008 bereits mit einer tiefen Erschöpfung begonnen hat. Doch schon dieser Ausgangspunkt läßt sich weder als "gut", noch als "schlecht" beurteilen. War diese Reise nun "schlecht", weil sie nach erfüllten, aber anstrengenden Jahren das Faß zum Überlaufen brachte und mir fast ein Jahr mit beständigen gesundheitlichen Beschwerden verschaffte - oder war sie "gut", weil wir dadurch ein Projekt starten konnten, das nun, ein Jahr später, bereits 300 Opalschürfer-Familien eine Lebensgrundlage bietet?

(Vgl. <http://www.fairtrademinerals.de/projekte/honduras-opal>)

War das Kranksein nun "schlecht", weil ich etliche Vorträge und Seminare absagen oder sogar abbrechen mußte, was natürlich frustrierend für alle Beteiligten war (und mir sehr leid tut!), oder war es "gut", da es mich dazu zwang, nach 20 Jahren Vollgas auf einen geruhsameren Lebensstil umzustellen (den, den ich in Büchern und Vorträgen so gerne empfehle)? Und weil ich dadurch endlich zu einer sehr heilsamen Ayurveda-Kur kam?

Die Schwierigkeiten und die Freuden waren dieses Jahr immer sehr eng miteinander verknüpft. Unser Umzug war ein riesiger Kraftakt, doch zugleich sehr befreiend (noch nie habe ich so herzlich "ausgemistet"), und unser neues Domizil ist für mich erstmals ein Platz, an dem ich das Gefühl habe, "angekommen" zu sein (früher hatte ich die Neigung zum Vagabundieren, kaum eingezogen, zog es mich stets schon wieder weg). Die Gründung der Sunrise Seminare war ein wichtiger Schritt, um neuen Seminaren für Gesundheit, Wissen und Kunst eine Plattform zu bieten - aber andererseits eine Riesen-Investition und ein stattliches finanzielles Risiko. Und die Gründung des Fair Trade Minerals & Gems e.V. sowie die großen Erfolge unserer Arbeit in Honduras gehören zu den glücklichsten Ereignissen dieses Jahres - wenn auch mit ständigen neuen Herausforderungen verbunden...

Es ist (wie so oft) vor allem eine Frage des Blickwinkels, ob 2009 eine Aneinanderreihung von Krisen und Katastrophen oder von Erfolgen und Glücksfällen war. Ehrlich gesagt, war das Jahr für mich beides zugleich - und gerade dadurch sehr lehrreich. Ich konnte noch nie so deutlich studieren, wie eng Glück und Leid zusammenhängen, und mir ist dabei klar geworden, daß die buddhistische Betrachtung "Leiden entsteht aus Anhaftung" wohl ihre Richtigkeit hat.

Vor Augen geführt hat mir das unsere neue Wohnung, die tatsächlich die Wünsche aller Familienmitglieder hinsichtlich Größe, Ambiente, Lage in der Stadt, netten Vermietern und Nachbarn etc. etc. erfüllt. Kaum angekommen, war klar, das ist ein Ort, an dem man/frau lange Zeit bleiben, ja sogar in Frieden alt werden kann (ein Gefühl, das ich, wie gesagt, bei den letzten 10 Umzügen in den vergangenen 25 Jahren so noch nie hatte). Doch kaum war dieser Gedanke da, schlichen ihm Sorgen hinterher, die ich 25 Jahre lang auch nie hatte: Was ist, wenn wir diesen Ort irgendwann wieder aufgeben müssen? Wenn das Geld (vielleicht krankheitsbedingt) nicht mehr für die Miete reicht? Was wissen wir von den Plänen des

Vermieters? ... Es war ganz exakt der Moment, als ich mich umsah, feststellte, hier ist es gut, und der Beschluß fiel, diese Wohnung so schnell nicht mehr zu verlassen. In diesem Moment kamen wie Gespenster mir völlig wesensfremde Sorgen aus dem Dunkeln...

Tja, die "Anhaftung". Nur wenn wir zum Loslassen nicht bereit sind, kann ein "Verlust" entstehen. Und so schleicht sich paradoxerweise gerade in den Moment des Glücks bereits die Sorge ein, die Angst vor dem (möglichen) Verlust - und damit beginnt schon das Leiden. So schleicht sich in die glückbringende Liebe zu den Kindern die Sorge ein, es könnte ihnen etwas zustoßen (schließlich werden sie größer und wollen ihre eigenen Wege gehen). Oder so schleicht sich in die Freude am Beruf die Angst ein, man/frau könnte den Job wieder verlieren oder die eigene selbständige Tätigkeit könnte im Mißerfolg enden...

Interessanterweise waren es gerade die Krisenzeiten diesen Jahres, die mich gelehrt haben, solche Anhaftungen loszulassen (auch wenn sie regelmäßig durch's Hintertürchen wiederkehren - nobody's perfect!). Wie soll ich auch einen glücklichen Moment genießen, wenn er mir schon durch die Sorge um den möglichen Verlust verdorben wird? Warum soll ich die Angst vor einer "möglichen Zukunft" zur Quelle gegenwärtigen Leidens werden lassen? Zukunft ist immer nur "möglich" und niemals festgelegt (apropos: haben Sie schon Pläne für 2013 ?). Daher ist es ebenso Unfug, sich vor "möglichen" Verlusten und Unflücksfällen zu fürchten, wie das eigene Glück stets in eine "mögliche" Zukunft zu verlagern ("WENN ich einmal dies oder das erreicht habe, DANN wird alles besser"). Das Leben findet doch JETZT statt! Der Augenblick ist, wie er ist. Er hat vielleicht schöne und weniger schöne Seiten (immer eine Frage des Blickwinkels, wie gesagt), aber er ist es wert, gelebt, wahrgenommen und als Erfahrung geschätzt zu werden.

Wie gesagt, es waren gerade die Krisenzeiten in diesem Jahr, in denen mir jeder Augenblick wertvoll und teuer wurde. Plötzlich wurde nicht das Glück durch Sorgen der Zukunft getrübt, sondern das Unglück durch die Geschenke der Gegenwart erhellt: Familie, Freunde, Beruf, Verein, Interessen, Begegnungen, das Leben, die Welt - alles wert, JETZT gelebt zu werden. Schluß mit dem "Wenn-dann-Spiel", das den Blick vom Reichtum der Gegenwart in eine scheinbar noch bessere Zukunft lenkt. Und das Bewußtsein um die Vergänglichkeit all dieser Dinge kann die Freude am Augenblick sogar noch vertiefen, wenn man/frau im "Hier und Jetzt" bleibt und das Leben genießt, statt im "möglichen Verlust" der Zukunft zu schwelgen...

Ich wünsche Ihnen daher, gerade in der jetzigen Advents- und Weihnachtszeit, Freude am Augenblick, Erkenntnis der Geschenke der Gegenwart und ein glückliches Verweilen im Hier und Jetzt. Schließlich bedeutet "Advent" übersetzt "Ankommen"... Und ein bewußt wahrgenommener und im richtigen Blickwinkel betrachteter Moment läßt sich auch "Glück" nennen. Insofern von Herzen alles Gute!

Liebe Grüße  
Michael Gienger

## **7 \_\_\_\_\_ Natur-Heilmittel selbst herstellen**

In nur wenigen Jahren sind inzwischen über 60.000 Naturheilmittel aus den Apotheken und Drogerien verbannt und verboten worden. Kaum ein Wort wird in den Medien darüber verloren, nur Fassungslosigkeit beschleicht einen mitunter, wenn selbst bewährte Mittel aus Omas Hausapotheke nicht mehr erhältlich sind - wie jüngst z.B. das bei Erkältungen und Grippe hilfreiche "Esberitox". Hmmm, ein Grippemittel? Gibt's Zufälle?

Doch statt darüber zu klagen, ist Selbsthilfe angesagt. Franca Bauers Seminare vermitteln dazu die wesentlichen Grundlagen über das Wesen und Wirken von Verreibungen sowie die Herstellung und Anwendung hochwertiger Heil-Mittel. In ihren Seminaren werden die eigenen Möglichkeiten, Heilmittel selbst herzustellen, erklärt und auch praktisch angewandt.

Was gibt es besseres, als Heilmittel selbst zuzubereiten? Da weiß man, was man hat! Die eigene geistige Haltung ist bewusst, man weiß um die Qualität und den Standort der Pflanze oder des Steines. Die Ingredienzen des Heilmittels sind selbst zusammengestellt und bekannt. Themen des Seminars sind Edelsteinwasser, Raumsprays, Badeöle, Waschungen, Wickel selbstgemacht sowie die Verreibung eines Steins (die Offenbarung des Wesen des Steines).

Weitere Informationen hierzu:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

Diese Seminar gehören zur Seminarreihe "Traditionelle Heilweisen" (können jedoch auch einzeln gebucht werden). Mehr zur gesamten Seminarreihe finden Sie hier: <http://www.sunrise-seminare.de/ausbildungen/traditionelle-heilweisen-2.htm>

## **8 \_\_\_\_\_ KlangSteine in der Therapie**

Der Komponist und Klangkünstler Klaus Feßmann, Professor am Mozarteum in Salzburg, hat die Kunst der Klangsteinmusik entwickelt. Die von ihm und seinem Sohn Hannes Feßmann entwickelten KlangSteine sind Granite, in die Lamellen hineingeschliffen werden. Wenn mit Wasser befeuchtete Hände über die Steine gleiten, beginnt der Stein zu klingen. Viele Menschen werden von den Klängen der Steine intensiv berührt und berichten über positive Wirkungen auf Wohlbefinden und Gesundheit. Inzwischen haben Klaus Feßmann und der Geriater und Rehabilitationsmediziner Martin Runge 2008 begonnen, die KlangSteine in der Therapie von Bewegungsstörungen und als kommunikatives und meditatives Werkzeug einzusetzen.

Dabei wirken die KlangSteine auf mehreren Wegen:

- (1) die Vibrationen werden direkt auf den Körper übertragen, als wirkungsvolle Massage und Stoffwechsellanregung bis hinein in tiefe Gewebestrukturen,
- (2) die Reinheit der Klänge spiegelt die Regelmäßigkeit und Symmetrie von Bewegungen wieder. So erhalten die Spielenden im sensomotorischen Training ein unmittelbares multimodales Feedback, das motorisches Lernen fördert,
- (3) an besonderen Partnersteinen entwickeln sich neue Formen non-verbaler Kommunikation
- (4) und das Spielen der Steine ist ein besonders effektiver Weg zur meditativen Versenkung, seelischen Ruhe und Fokussierung der Aufmerksamkeit.

An der Aerpah-Klinik Esslingen-Kennenburg haben zertifizierte Ausbildungen zur KlangSteinTherapeutin und zum KlangSteinTherapeuten begonnen. An jedem 2. Montag im Monat besteht außerdem ab 18.00 Uhr im KlangSteinZentrum die Gelegenheit, an einer offenen Informationsveranstaltung teilzunehmen.

Weitere Informationen:

Prof. Klaus Feßmann & Dr. Martin Runge  
AERPAH-KLINIK ESSLINGEN-KENNENBURG  
Kennenburger Str. 63, 73732 Esslingen  
Tel. 0711-3905326 , Mail: [mrunge@udfm.de](mailto:mrunge@udfm.de)  
<http://www.klangsteine.com>

## 9 \_\_\_\_\_ Die Tag- und Nacht-Seite der Edelsteine

Schon seit vielen Jahren beobachte ich, daß Steine mitunter sehr verschiedene "Gesichter" zeigen, wenn man sie am Tag oder in der Nacht anwendet. Doch das Thema war noch nie reif für eine Veröffentlichung, da diese Phänomene meist nur bei bestimmten Personen auftreten und nicht verallgemeinert werden können. Doch für den betroffenen Personenkreis, den ich vage als "sensibel" charakterisieren möchte, können die folgenden Informationen hilfreich sein.

Ausschlaggebend dafür, daß ich jetzt damit an die Öffentlichkeit trete, sind Rückmeldungen zum Artikel "Larimar - ein Schutzstein für den grauen November" meines letzten Newsletters (Nr. 35, Oktober 2009). Interessanterweise waren es völlig gegensätzliche Feedbacks: Teilweise bestätigend ("Jetzt weiß ich endlich, warum ich den Stein seit Tagen trage.") und teilweise genau das Gegenteil ("Er hatte eine Wirkung bei mir, so dass ich mir vorkam, wie durch den Wind.") Die Rückmeldungen fielen in dieser Art tatsächlich 50/50 aus.

Doch dann machte mich ein Satz in einer Mail hellhörig: "Nachdem ich ihn in der Nacht umhatte und heute in der Früh nochmal zwei Stunden, musste ich ihn weglegen." Ich ging der Sache nach, verglich mit alten Notizen und früheren Berichten - und siehe da: Auch Larimar gehört zu jenen Heilsteinen, die mitunter in der Nacht ein anderes Gesicht zeigen, als am Tag!

Larimar gehört zu den Mineralien mit trikliner Kristallstruktur, denen ohnehin gerne eine Gegensätzlichkeit innewohnt: Einerseits finden wir bei den triklinen Steinen klassische Schutzsteine wie den Türkis oder Amazonit, hervorragende Krisen- und Anti-Streß-Steine wie den Disthen oder unseren körperlichen und seelischen Wundheilstein Nr. 1, den Rhodonit. Steine, die also wirklich helfen können, sich zu schützen, abzugrenzen oder bereits entstandene Verletzungen zu heilen.

Auf der anderen Seite finden sich im triklinen Repertoire auch Heilsteine, welche die Wahrnehmung verbessern, offen machen und dazu anregen, "feine Antennen auszufahren", um sensibel zu werden für die subtilen Impulse des Lebens. Dazu zählen z.B. Labradorit (insbesondere der weiße Labradorit, der auch als "Regenbogen Mondstein" im Handel ist) und Ulexit (der "Fernseh-Stein").

Von Larimar sind beide Seiten bekannt, wie ich u.a. auch in dem Kapitel "Die hellen Sinne (Aspen und Larimar)" unseres Buches "Stein und Blüte" geschrieben habe. Doch bislang war meine Erfahrung eher so, daß der Stein genau das vermittelt, was gerade gebraucht wird. Sehr sensiblen Menschen also insbesondere Schutz und Gelassenheit, während Menschen ohne Zugang zur feinstofflichen Wahrnehmung mit Larimar tatsächlich erste Erlebnisse der "hellen Sinne" sammeln können.

Doch die Rückmeldungen zum letzten Newsletter sowie frühere, dahingehend noch nicht ausgewertete Berichte legen nun nahe, daß die Wirkungen des Larimars wohl auch im Zusammenhang zu Tag und Nacht stehen (vgl. auch den Artikel "Gedanken zu Ruhe und

Aktivität" im Newsletter Nr. 32, Juni 2009). Am Tag, der Zeit, in der wir in erster Linie extrovertiert und mit äußeren Einflüssen konfrontiert sind, tritt offenbar der Schutzcharakter des Larimars in den Vordergrund (der im Grunde darin besteht, trotz Offenheit gelassen zu bleiben).

In der Nacht, der Zeit des Rückzugs und der Innenschau, überwiegt dagegen die Seite der feinen Wahrnehmung - und zum "Wahr-Nehmen" gehört offenbar auch das Annehmen und die Auseinandersetzung mit den einwirkenden Einflüssen. Da diese Wirkungen jedoch anhalten, ist es möglicherweise ratsam, den Stein je nach Ziel der Anwendung entweder nur tagsüber (Schutzwirkung, Gelassenheit) oder nur in der Nacht (Öffnen der Wahrnehmung, Feinfühligkeit) zu tragen.

Ich möchte darauf hinweisen, daß dies Überlegungen sind, die (noch) auf relativ wenigen Beobachtungen basieren. Die Feedbacks auf den Larimar-Artikel motivieren mich jedoch, in diese Richtung weiter zu forschen. Daher soll der vorliegende Artikel auch noch kein "Ergebnis" verkünden, sondern zum "Mitmachen" anregen: Bitte beobachten Sie, ob Sie bei bestimmten Heilsteinen ähnliches erleben oder bereits erlebt haben.

Ich würde mich sehr über Rückmeldungen freuen, die ich auswerten und in einem der folgenden Newsletter veröffentlichen werde. Um die Ergebnisse nicht zu beeinflussen, nenne ich an dieser Stelle auch noch keine weiteren Steine, von denen ähnliche Phänomene bekannt sind. Diese werden dann mit der aktuellen Auswertung im entsprechenden folgenden Newsletter benannt. - Haben Sie Interesse, an dieser Untersuchung mitzuwirken? Die Frage dazu lautet:

BEI WELCHEN HEILSTEINEN KONNTEN SIE VERSCHIEDENE ODER GAR GEGENSÄTZLICHE WIRKUNGEN BEOBACHTEN, JE NACHDEM, OB DIE STEINE TAGSÜBER ODER IN DER NACHT GETRAGEN BZW. ANGEWANDT WURDEN? WELCHE WIRKUNGEN KONNTEN SIE DABEI BEOBACHTEN?

Feedbacks bitte an diese Mailadresse: [steine@michael-gienger.de](mailto:steine@michael-gienger.de)

Vielen Dank für Ihr Mitwirken! Das Ergebnis der Auswertung wird in einem späteren Newsletter, voraussichtlich im Frühjahr 2010 zu erwarten sein.

## **10 \_\_\_\_\_ Buchtipp: Wenn Du zu viel fühlst**

In diesem Zusammenhang möchte ich abschließend noch auf ein sehr empfehlenswertes Buch hinweisen, das ganz gut zum o.g. Larimar paßt und sich u.a. auch der "Steinfühlsamkeit" widmet. Die Autorin Jutta Nebel zählt zu den "Hochsensiblen Persönlichkeiten" (sog. "HSPs"), Menschen mit sehr, sehr feinen Antennen sowohl für Sinnesreize, Wahrnehmungen, Stimmungen und Atmosphären ihrer Umgebung, als auch für Eindrücke eigener Erinnerungen, Vorstellungen und Gedankenwelt. In ihrem Buch nimmt Jutta Nebel die Leser durch Anekdoten und Erlebnisse ganz behutsam mit hinein in diese Welt der hochsensiblen Wahrnehmung und reflektiert damit den Fluch und den Segen, den eine solche Begabung mit sich bringt.

Dabei finden sich etliche Themen, die hochsensiblen Menschen bekannt sein dürften: In der Kindheit nicht verstanden zu werden, der eigenen Wahrnehmung zu mißtrauen, Schwierigkeiten im Beruf und sozialen Miteinander, Entscheidungsschwierigkeiten,

Belastungen durch das Stadtleben und im Gegensatz dazu eine innige Beziehung zur Natur - und nicht zuletzt psychosomatische Erkrankungen.

Doch Jutta Nebel zeigt auch Lösungen, wie es trotzdem gelingen kann, mit beiden Beinen auf dem Boden des Alltags zu stehen und diesen erfolgreich zu meistern. Allein schon dadurch, daß sie ihre Erlebnisse aus dem Blickwinkel später gewonnener Einsicht und Erkenntnis reflektiert, vollzieht sich auch beim Lesen ein Wandel und inneres Verstehen, insbesondere bei Themen, die persönlich berühren.

Im letzten Viertel des Buches widmet sich die Autorin den Steinen, denen sie sich auf lebendige, einfühlsame - "steinfühlsame" Weise nähert, auch hier mit Anekdoten, Geschichten und Meditationen, aber ebenso mit nüchternen wissenschaftlichen Fakten zur Natur und Heilwirkung der Steine. Aufgrund ihrer Hochsensibilität sind Steine stets ein "starkes Erleben" für die Autorin, bei dem alte Schmerzen ebenso auftauchen können, wie Aufregung und große Begeisterung. Phänomene, die wir in der Steinheilkunde täglich erleben - aber selten nur in dieser Deutlichkeit und Intensität.

Doch auch in diesem Teil des Buches finden sich Lösungen und so endet das Buch (vor dem Nachwort) mit einer wunderschönen Kennenlernmeditation für die Begegnung mit einem Stein...

Insgesamt ein - wie schon gesagt - sehr empfehlenswertes Buch! Und das beileibe nicht nur für hochsensible Persönlichkeiten. Dieses Buch berührt jede/n, geht manchmal unter die Haut, bringt mitunter zum Lachen und ist sehr lehrreich. Der zweite Teil zu den Steinen war für mich als "Sachbuchautor" sehr interessant: So hätte ich das nie geschrieben und nie schreiben können - und gerade deshalb hat es mir außerordentlich gut gefallen...

Jutta Nebel, "Wenn Du zu viel fühlst - Wie Hochsensible den Alltag meistern", Schirner Verlag, Darmstadt 2008, ISBN 978-3-89767-382-3

## **11 \_\_\_\_\_ Wichtiger Hinweis**

Die Angaben in diesem Newsletter zur Wirkung und Anwendung von Steinen sind zur allgemeinen Information gedacht und ersetzen bei Beschwerden nicht den fachkundigen Rat! Bitte suchen Sie daher bei Erkrankungen ÄrztInnen oder HeilpraktikerInnen Ihres Vertrauens auf. Trotz sorgfältiger Auswertung vorliegender Berichte kann ich sonst keine Garantie für die Wirksamkeit oder Unbedenklichkeit der Anwendungen übernehmen.

Liebe Freunde und Freundinnen der Steinheilkunde,

vielen Dank für die vielen Rückmeldungen zu meiner Umfrage bzgl. der "Tag- und Nachtseite der Edelsteine" (vgl. Newsletter Nr. 36). Ebenso vielen Dank für die vielen weiteren Mails mit Weihnachtsgrüßen sowie verschiedensten Feedbacks, Nachrichten und Anfragen.

Ich freue mich immer über Antworten auf meine Newsletter, auch wenn ich oft selbst nicht dazu komme, alle eintreffenden Mails zu beantworten. So wird es auch diesmal Februar werden, bevor ich die wichtigsten Mails beantworten kann, da ich übermorgen in Urlaub gehe und danach im Januar nur wenige Tage zuhause sein werde. Daher schon jetzt vielen Dank für Ihre Geduld! Im Februar werde ich mich dann auch an die Auswertung der o.g. Umfrage machen.

Als kleine Ergänzung meines letzten Newsletters möchte ich hier noch auf zwei besondere Seminarangebote hinweisen sowie eine kurze Information zum Projekt »Honduras Opal« des Fair Trade Minerals & Gems e.V. nachreichen. Ansonsten wünsche ich Ihnen wunderschöne Feiertage und einen guten Start ins neue Jahr!

Herzliche Grüße  
Michael Gienger

## **1 \_\_\_\_\_ Edelstein-Naturkosmetik**

Monika Grundmann, Gründerin der Edelstein-Balance, entführt Sie in die Welt der Edelsteinkosmetik: Ihre Kurse sind dazu gedacht, einen Einblick in dieses spannende Thema zu bekommen. Es werden die verschiedenen Möglichkeiten und Wirkweisen der Kosmetik mit Edelsteinen dargestellt (Öle, Cremes, Bäder, Tonic) und ausprobiert! Sie können hier Gesichtswasser selber herstellen und eine wohltuende Gesichtsmaske mit Edelsteinen für Ihren Hauttyp kreieren. Zudem werden Sie einen wohltuenden Leberwickel mit Edelsteinölen zur Entgiftung kennenlernen.

Diese Kurse sind gerade für Anfänger gedacht, die Freude an der Kosmetik haben, aber auch als Entscheidungshilfe für die elftägige Ausbildung zur Edelstein-Balance-Kosmetikerin, da auch Profis sicher mit einigen Tipps im Gepäck nach Hause gehen werden. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Weitere Informationen hierzu:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

S. auch: <http://www.sunrise-seminare.de/seminare/Gesundheit/edelstein-naturkosmetik.htm>

## **2 \_\_\_\_\_ Die Polarität des Lebens**

Wir leben in einer polaren Welt, einer Welt, die aus sich ergänzenden Gegensätzen besteht. In der es hell und dunkel gibt, stark und schwach, Liebe und Haß (vgl. dazu auch Newsletter Nr.

32, Juni 2009, Artikel "Gedanken zu Ruhe und Aktivität"). In der chinesischen Philosophie werden diese einander ergänzenden Gegensätze als Yin und Yang bezeichnet.

Diese polaren Gegensätze sind im alltäglichen Leben selten harmonisch ausgewogen. Bei den meisten Menschen überwiegt einer der Pole den anderen bei weitem. So ist das Geschäftsleben beispielsweise häufig sehr Yang-betont: Es herrscht fast immer ein hohes Tempo, Hektik, Zeitmangel, Stress und die Notwendigkeit, ohne Pause von einem Ziel zum anderen hetzen zu müssen.

Es gibt aber auch Lebenssituationen, die sehr Yin-betont sind: Wenn das Leben aus Routinen ohne ausreichende Abwechslung besteht. Wenn man täglich immer denselben Trott durchsteht und sich selten oder zumindest zu selten etwas ändert. Wenn wir tagein, tagaus dieselben Dinge tun und kaum jemals etwas neues erleben.

Im alten China wurde die Gewähr für ein gutes, langes und gesundes Leben in einer harmonischen Balance zwischen den beiden Polaritäten Yin und Yang gesehen. In diesem Seminar schauen wir uns das eigene Leben an, um zu verstehen, ob der eigenen Lebensstil eher Yin- oder Yang-betont ist. Oder noch genauer: Wir schauen, in welchen Bereichen des eigenen Lebens Yin-Betonung vorherrscht oder wo ein "Zuviel" an Yang dominiert. Wir erarbeiten Konzepte und Ideen, um mit diesen Situationen umzugehen, und lernen durch einen besseren Umgang mit Extremen, schneller und einfacher zur eigenen Mitte zu kommen.

Die Seminare mit Wolfgang Maier bieten zugleich die Grundlagen für die Seminarreihe »Der Lebenskreis«, fünf Seminaren nach den Wandlungsphasen der chinesischen Philosophie. Ziel des Lebenskreis-Zyklus ist es, das persönliche Streben nach Glück, Erfüllung und Erfolg im Leben zu unterstützen (Info in späterem Newsletter folgt).

Weitere Informationen hierzu:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

Siehe auch: <http://www.sunrise-seminare.de/seminare/wissen/lebenskreis.htm>

### **3 \_\_\_\_\_ Projekt »Honduras Opal« des Fair Trade Minerals & Gems e.V.**

Wie im Newsletter Nr. 30, April 2009, angekündigt, wurde am 7. Mai 2009 in Freiburg der Verein "Fair Trade Minerals & Gems e.V." gegründet. Fair Trade Minerals & Gems e.V. ist ein gemeinnütziger Verein zur Förderung fairen Handels im internationalen Mineralien- und Edelsteinhandel. Der Gründung des Vereins ging eine Initiative von Anja und Michael Gienger voraus, die mit der »Aktion Fadenquarz« (Erdbebenhilfe für Pakistan) am 6. Dezember 2005 ihre Tätigkeit aufnahm. In der Folge entstanden Kontakte zu Fair Trade Projekten in Brasilien, Kolumbien, Australien und Honduras. Vor allem zum Projekt »Honduras Opal« entstand 2008 ein sehr enger Kontakt, der zu intensivem Engagement und schließlich zur Gründung des Fair Trade Minerals & Gems e.V. führte.

Für das Projekt »Honduras Opal« war 2009 ein sehr erfolgreiches Jahr. Vier Kooperativen wurden gebildet, in denen rund 300 Familien nun ein Auskommen beim Opal-Abbau haben. Dank des Engagements von Antonio Portillo, des honduranischen Repräsentanten von Fair Trade Minerals & Gems e.V., unterstützt inzwischen auch die GTZ (Gesellschaft für Technische Zusammenarbeit) unser Projekt. Die GTZ ist Eigentum der Bundesrepublik Deutschland und regelt die Vergabe von Entwicklungshilfegeldern im Auftrag der

Bundesregierung. Zudem achtet Antonio Portillo in unserem Auftrag als ständiger Berater des Dachverbands der Kooperativen darauf, daß das Projekt nach Fair Trade Kriterien entwickelt wird.

Dank der verbesserten Abbaumethoden ist Honduras Opal nun erstmals in größeren Mengen verfügbar. Schwarzer Matrixopal stellt mengenmäßig den größten Teil des honduranischen Opals, wobei die Besonderheit ist, daß die feinverteilten Opaleinschlüsse in der Matrix (dem Muttergestein) tatsächlich "Schwarzer Opal" sind. Das bedeutet, die schwarze Farbe rührt nicht nur vom Muttergestein her, auch der Opal selbst hat eine schwarze Körperfarbe, was die Farbintensität des Opalisierens verstärkt.

Wesentlich seltener, aber von außerordentlicher Schönheit ist der honduranische Veta-Opal oder Seam-Opal ("Ader-Opal"), schmale weiße Opal-Lagen und -Adern im dunklen Muttergestein, die ihrerseits von farbenprächtigen Edelopal-Streifen durchzogen sind. Diese bunten, oft mehrfach parallel verlaufenden Streifen zeigen ein außergewöhnlich intensives Opalisieren, dessen Farben sich beim hin und her Bewegen oft durch das ganze Regenbogen-Spektrum erstrecken.

Das Highlight unter den honduranischen Opalen sind jedoch die augenblicklich noch selteneren Kristallopale, Edelopale mit wasserklarer Körperfarbe und intensiven opalisierenden Flecken. Die Kristallopale sind meist als rundliche "Nuts" ("Nüsse") im Muttergestein eingelagert. Durch die wasserklare Körperfarbe sieht man in manchen Stücken die Farbflecken dreidimensional im Raum "schweben".

EinzelhändlerInnen und GroßhändlerInnen, die Interesse haben, Honduras Opal in Ihren Laden bzw. Ihr Sortiment aufzunehmen, können sich an die Fa. Geo-Expert in Isernhagen wenden. Michael Vogt von Geo-Expert ist der Initiator des Projekts »Honduras Opal«:

Geo-Expert, Michael Vogt, Chromstraße 5, 30916 Isernhagen-HB, Tel.: 0511-8979896, Fax: 0511-8979897, Mail: [geo-expert@t-online.de](mailto:geo-expert@t-online.de), Internet: <http://www.geo-expert.de>

Kleiner Tipp für alle, die kein Mineraliengeschäft haben: Einfach beim lokalen Fachhandel nachfragen und ggf. die obige Bezugsquelle nennen. Für unser Projekt »Honduras Opal« ist es eine große Hilfe, wenn der Fair Trade Honduras Opal bekannt wird und größere Nachfrage entsteht. Auf diese Weise kann dieses für die Bevölkerung in Lempira, dem ärmsten Staat in Honduras, sehr wichtige Projekt weiterentwickelt werden.

Informationen zum Projekt »Honduras Opal« finden Sie im Internet unter: <http://www.fairtrademinerals.de/projekte/honduras-opal>

Informationen zum Verein Fair Trade Minerals & Gems e.V. unter: <http://www.fairtrademinerals.de>

Herzlich willkommen zur Unterstützung unserer Vereinstätigkeit sind natürlich auch Spenden und Sponsoring, sowie insbesondere alle Menschen, die sich aktiv an der Vereinsarbeit beteiligen wollen. Wenden Sie sich dazu bitte an unsere Geschäftsstelle:

Fair Trade Minerals & Gems e.V., Mühlehof 20, 72119 Ammerbuch-Pfäffingen, Tel.: 07073-915504, Fax: 07073-917752, Mail: [office@fairtrademinerals.de](mailto:office@fairtrademinerals.de).

Liebe Freunde und Freundinnen der Steinheilkunde,

ein kurzer Newsletter nur mit ein paar Terminankündigungen und einer aktuellen Info zur Haiti-Direkthilfe, die mir am Herzen liegen. Ausführlichere Informationen folgen im Februar, u.a. auch mit der Auswertung der Umfrage zur "Tag- und Nacht-Seite der Edelsteine" (vgl. Newsletter Nr 36, Dezember 2009, Artikel 9). In diesem Zusammenhang ganz herzlichen Dank für alle Rückmeldungen!

Eine häufige Frage an unser Sekretariat ist derzeit, wann und wo ich persönlich erreichbar bin. Aufgrund des "unsteten Lebenswandels", zu dem mich Vorträge, Seminare, Messen, Veranstaltungen und andere Projekte nach wie vor zwingen, kann ich leider keine festen Telefonzeiten anbieten. Und auch Mails bleiben trotz fleißiger Mithilfe von Bärbel Ziwich, meiner Sekretärin, oft längere Zeit unbeantwortet. Es sind selbst für zwei Personen zu viele...

Die beste Möglichkeit für persönliche Begegnungen sind daher nach wie vor meine Vorträge. Hier dürfen Sie mich (sobald die Technik eingerichtet ist) sowohl vor dem Vortrag, als auch im Anschluß daran gerne ansprechen und ich stehe für alle Fragen zur Verfügung. Da ich 2010 mit Vorträgen im ganzen deutschsprachigen Raum unterwegs bin, stehen die Chancen gut, mich einmal vor Ort zu treffen. Aktuelle Termine finden Sie hier: <http://www.michael-gienger.de/vortrag>

Insofern freue ich mich auf alle Begegnungen in diesem Jahr und wünsche Ihnen einstweilen von Herzen alles Gute!

Liebe Grüße  
Michael Gienger

## **1 \_\_\_\_\_ Intuitiv die richtigen Heilsteine finden**

Intuitive Begabungen sind uns allen zu eigen. Doch können wir uns darauf verlassen, sind wir uns unserer Intuition sicher oder zweifeln wir ständig daran? - Und welche Richtung geben wir unserer Intuition: Führt sie uns immer wieder zum Problem, oder darüber hinaus auch zur Lösung?

Intuition kann geschult werden. Sie ist kein "Geschenk zufälliger Eingebungen", sondern eine permanent vorhandene Form der Wahrnehmung, die wir jederzeit nutzen können und die so verlässlich werden kann wie jede Sinneswahrnehmung.

Dazu bieten die Seminare "Intuitive Steinheilkunde" mit Astrid Hess eine ganze Reihe von Möglichkeiten: Wahrnehmungstrainings und Meditationen, die einen sicheren Zugang zur eigenen Intuition eröffnen; Edelstein-Szenarien, die helfen, ein Problem zur Lösung zu wandeln; vier intuitiv ermittelte Edelsteine, die ermöglichen, das Zusammenspiel von Körper, Seele, Verstand und Geist zu ergründen, zu verstehen und zu verbessern; und vieles mehr...

Wahrnehmung, Kommunikation und Intuition sind wichtige Instrumente für einen direkten Zugang zur Heilkraft der Steine. Nicht das erlernte Wissen, sondern die intuitive Gewißheit,

die richtige Wahl getroffen zu haben, bringt Sicherheit im Umgang mit Heilsteinen. Ziel der Seminare ist es daher, allen TeilnehmerInnen diesen unmittelbaren Zugang zur Heilkraft der Steine zu eröffnen sowie verschiedene Möglichkeiten intuitiver Anwendungen vorzustellen.

Weitere Informationen hierzu:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

Siehe auch: <http://www.sunrise-seminare.de/seminare/Gesundheit/heilen-mit-steinen.htm>

## **2 \_\_\_\_\_ Steinheilkunde-Grundausbildung (Modulsystem)**

Das obige Seminar ist Teil einer Seminarreihe mit Michael Gienger, Astrid Hess, Annette Jakobi, Dagmar Fleck und Franca Bauer, die insgesamt eine Steinheilkunde-Grundausbildung ergibt:

- \* Die Intuitive Steinheilkunde
- \* Die Analytische Steinheilkunde (Intensivseminar)
- \* Heilen mit Steinen (Grundlagenseminar)
- \* Kristalle und Berge (Outdoor-Seminar)
- \* Heilsteine und ihre Wirkungen
- \* Die Kraft der Kristalle
- \* Edelsteinberater-Training (Abschlußseminar)

Die einzelnen Seminare können unabhängig voneinander gebucht werden. Sie werden im Laufe der nächsten Jahre wiederholt, so daß die gesamte Reihe im "eigenen Tempo" besucht werden kann (Modul-System).

Details zu diesem Ausbildungszyklus finden Sie hier:

<http://www.sunrise-seminare.de/ausbildungen/grundausbildungs-module.htm>

Oder als PDF-Download:

[http://www.michael-gienger.de/file\\_download/12/Seminare2010-4.pdf](http://www.michael-gienger.de/file_download/12/Seminare2010-4.pdf)

Informationen zu den DozentInnen der Seminarreihe:

Michael Gienger: <http://www.michael-gienger.de/person>

Astrid Hess: <http://www.astridhess.de/astrid-hess.htm>

Annette Jakobi: <http://www.cairn-elen-annette-jakobi.de>

Dagmar Fleck: <http://www.cairn-elen.de/dagmarfleck.html>

Franca Bauer: <http://www.cairntara.de/person.htm>

Weitere Informationen:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

## **3 \_\_\_\_\_ Astromineralogie – ein Weg zu sich selbst**

Was ist meine Lebensaufgabe? Was ist mein Beitrag für die Welt? Woher komme ich und wohin führt mich mein Weg? – Die Suche nach Antworten auf diese Fragen gestaltet unser

Leben, ob wir uns dessen bewusst sind, oder nicht. Sie führt uns in Lernerfahrungen, die der »schlafenden Seele« als Schicksalsschläge erscheinen, der »erwachenden Seele« jedoch ein willkommenes Übungsfeld sind. Doch was unterscheidet nun »Schlafen« und »Erwachen«? Im Grunde nichts anderes, als die Bereitschaft, an sich selbst zu arbeiten.

Astromineralogie ist ein Weg des Erwachens für Menschen, die diese Bereitschaft mitbringen. Hier wird die Astrologie nicht zur Prognostik oder psychologischen Hilfe genutzt, sondern als geistige Wissenschaft, die der Entwicklung eines spirituellen Lebensweges dient. Das Horoskop kann uns die Lernaufgaben der Seele und die Wege offenbaren, wie wir unsere Lektionen zu lernen haben. Es zeigt die Schwächen, die entstehen, wenn wir vor unseren Lektionen fliehen, und erinnert uns an unsere Stärken, die wir erweitern können, wenn wir bereit sind, an uns zu arbeiten. Nicht nur das persönliche »Sternzeichen« ist dabei ausschlaggebend, sondern der gesamte Himmel mit Planeten, Zodiak und Fixsternen. Astromineralogie ist gelebte, nicht nur gelesene Wissenschaft. Sie bietet die Möglichkeit, die Prinzipien des Kosmos nicht nur zu studieren, sondern deren ganze Tiefe durch Lebenserfahrung in sich zu enthüllen. Erst dadurch wird umfassendes Verstehen möglich.

Schon in alten Überlieferungen ist bekannt, dass alle Erscheinungsformen auf der Erde von den Einflüssen der Himmelskörper geprägt sind. Oder anders ausgedrückt: Dass die Qualitäten der Himmelskörper in allen Dingen zu finden sind. Neben den chemischen Formeln besitzen daher auch Steine ihre spezifischen »kosmischen Formeln«. Mineralien und Metalle verkörpern die Eigenschaften bestimmter Planeten und Konstellationen und vermitteln diese an uns, wenn sie am Körper getragen werden. Dabei spielt auch der »Ort des Tragens« eine Rolle – so entspricht jeder Finger z.B. einem Planeten, doch unterscheiden sich die linke und rechte Hand... Die Astromineralogie lehrt daher, wo sich die kosmischen Kräfte auf der Erde wiederfinden, wie sie sich in den Steinen offenbaren und wie wir die Steine daher für die Entwicklung unseres Bewußtseins nutzen können.

Kurz gesagt ist die Astromineralogie ein System des Zusammenwirkens von Himmelskörpern, Steinen und Menschen.

Wie wir dieses System nutzen, liegt an uns. Unser eigenes Bewusstsein entscheidet darüber, ob wir ein starres dogmatisches System daraus machen, oder ob wir offen damit umgehen, ob wir es nutzen, unser eigenes Bewusstsein zu erweitern und neue Erkenntnisse in unser Leben zu integrieren. Astromineralogie und Astropsychologie gehören daher untrennbar zusammen: Das Tragen der Steine macht uns Menschen bewusster!

Astromineralogie ist ein Weg des Praktizierens. Tiefes Verstehen eröffnet sich nicht allein durch Lesen und Sprechen über geistige Themen. Um tiefes Verstehen zu erringen, ist die Arbeit der erwachenden oder erwachten Seele an sich selbst Grundvoraussetzung. Daher ruht die Astromineralogie auf der Basis der Anthropotheosophie (griechisch »anthropos« = »Mensch«, »theos« = »Gott«, »sophia« = »Weisheit«), der vom Menschen verstandenen Gottesweisheit. Die Anthropotheosophie ermöglicht, die Stellung und den Weg des Menschen zwischen Himmel und Erde tief und umfassend zu verstehen.

Die Seminarreihe »Astromineralogie« mit Audrone Ilgevicene. kann daher auch so definiert werden: Astropsychologische Astromineralogie aus anthropotheosophischer Sicht. Als Weg des Praktizierens handelt es sich um eine über unbestimmte Zeit fortlaufende Seminarreihe: Jährlich finden zwei Treffen statt, die so lange weitergeführt werden, wie das Interesse der Teilnehmenden an Studien, Praktikum und der Arbeit an sich selbst besteht. Zwischen den Treffen wird die Arbeit allein weitergeführt, wobei der Austausch in Kleingruppen empfohlen

wird. Wer später in die Seminarreihe einsteigen möchte, sollte sich zuvor von den erfahreneren TeilnehmerInnen in die bereits behandelten Grundlagen einweisen lassen.

Voraussetzungen für die Teilnahme an der Seminarreihe »Astromineralogie« sind astrologische Grundkenntnisse. Die Astromineralogie-Seminare mit Audrone Ilgevicene finden immer im Frühjahr und Herbst in Süddeutschland statt.

Siehe auch: <http://www.sunrise-seminare.de/ausbildungen/astromineralogie.htm>

Weitere Informationen:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

PS: Audrone Ilgevicene ist Autorin des sehr interessanten Buchs "Bernstein - Stein des Meeres, des Lichtes und der Sonne" (Neue Erde Verlag)

#### **4 \_\_\_\_\_ Tagesseminare Rechtskunde Gesundheitsrecht**

Ein Anwalt ist billiger, als kein Anwalt...

Die Haltung, ohne Rechtsberatung »schon irgendwie durchzukommen«, ist unter Selbständigen nach wie vor verbreitet. Dabei bewegen wir uns heute in einem weitreichenden Regelwerk von Gesetzen und Verordnungen, deren Unkenntnis bekanntlich nicht vor Strafe schützt. Gerade wer im Gesundheitsbereich tätig ist, sollte je nach genauer Tätigkeit zumindest Grundkenntnisse des Heilpraktikergesetzes, des Heilmittelwerbegesetzes, des Gesetzes gegen unlauteren Wettbewerb, des Handelsrechts u.a. besitzen – oder einen guten Rechtsberater haben...

Mit den Tagesseminaren »Rechtskunde Gesundheitsrecht« möchten wir allen Menschen, die in irgendeiner Form Therapie, Naturheilkunde, Massagen, Lebensberatungen, geistiges Heilen etc. praktizieren oder mit heilkundlich verwendeten Waren wie Edelsteinen, Elixieren, Aromaölen, Massageölen etc. handeln, einen grundlegenden Einblick in jene Gesetze und Verordnungen der deutschen Rechtsprechung bieten, die ihre Tätigkeit betreffen. Schwerpunkt wird die Steinheilkunde sein, doch viele Fragestellungen gelten für andere Naturheilverfahren in ähnlicher Weise. Eine solche rechtskundliche Orientierung schafft Unsicherheiten ab und zeigt, wie die eigene Tätigkeit zu gestalten ist, damit sie mit den gegebenen Gesetzen in Einklang steht.

Die Möglichkeiten und Grenzen zu kennen, bewahrt vor Schaden – und eröffnet z.T. ungeahnte Perspektiven. Wer die aktuelle Rechtsauslegung kennt und versteht, findet einen Weg zur Ausübung der eigenen Tätigkeit und kann teure Fehler vermeiden. Letztere geschehen auch meist aus Unkenntnis, z.B. in der eigenen Werbung, im Internet-Auftritt, in selbst produziertem Infomaterial, ja sogar in der Formulierung der eigenen Tätigkeit. Dank des Internets kommt es immer häufiger zu Abmahnungen – und die sind gleich ein Vielfaches teurer als diese Tagesseminare (darüber habe ich ja in vergangenen Newslettern mehrfach berichtet). Daher: Vorbeugen ist besser als Nachzahlen...

Dr. Anette Oberhauser ist Inhaberin einer auf Gesundheitsrecht spezialisierten Rechtsanwaltskanzlei in Nürnberg (<http://www.kanzlei-oberhauser.de>). Seit vielen Jahren ist sie Spezialistin für Gesundheitsfragen und alternative Heilweisen. Ihre Vision ist, effektive

Heilungsmethoden zu stärken und deren Rechtsposition zu verbessern – für ein funktionierendes ganzheitliches Gesundheitssystem.

Siehe auch: <http://www.sunrise-seminare.de/seminare/Gesundheit/gesundheitsrecht.htm>

Weitere Informationen:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

## 7 \_\_\_\_\_ Direkthilfe für Haiti

Der Impuls zu helfen, ist meist sofort da, wenn wir von Katastrophen wie dem Tsunami in Südostasien, dem Erdbeben in Pakistan oder jüngst dem Erdbeben in Haiti hören. Doch wie und wo kommt Hilfe möglichst direkt an? Ich bin immer auf der Suche nach solchen Möglichkeiten, daher haben wir nach dem Tsunami die Direkthilfe des "Rettet den Regenwald e.V." (<http://www.regenwald.org>) unterstützt und als Erdbebenhilfe in Pakistan eine eigene "Aktion Fadenquarz" ins Leben gerufen (<http://www.fairtrademinerals.de/aktionen/aktion-fadenquarz>) zur Unterstützung der Hilfsaktion von "Kinder brauchen Frieden e.V." (<http://www.kinder-brauchen-frieden.de>). Bzgl. Haiti erhielt ich nun in letzter Minute vor der Fertigstellung dieses Newsletters Informationen von Johannes und Hermi Keilmann (vielen bekannt als Veranstalter der Mineralientage München), die ich mit freundlicher Erlaubnis hier unverändert weitergeben darf. Eine Möglichkeit zur Direkthilfe, die ich sehr ans Herz legen möchte:

\*\*\*\*\*

VON JOHANNES & HERMI KEILMANN

Liebe Freunde,

wie Ihr vielleicht wisst, hat unser Sohn Robert vor wenigen Jahren zweimal in Haiti in einem Krankenhaus mit einem Arztkollegen aus der Schweiz jeweils 2 Wochen gearbeitet. Wir können deshalb zu diesem Haus viel Vertrauen für die direkte und richtige Verwendung von Spenden haben. Die Klinik selbst ist weit genug weg, also nicht direkt betroffen und kann deshalb sehr effektiv helfen.

Durch das Nachbeben wird erneut eine Welle weiterer Opfer dorthin gebracht und jede finanzielle Hilfe ist höchst willkommen – vielleicht wollt Ihr etwas tun. Kontaktadresse siehe Roberts erstes eMail unten.

Wir grüßen Euch sehr herzlich  
Hannes & Hermi Keilmann

\*\*\*\*\*

VON ROBERT KEILMANN

Liebe Freunde und Kollegen,

Dienstag (12.01.2010) kurz vor 17.00 Uhr Ortzeit bebte die Erde für 20 Minuten in dem ärmsten Land der westlichen Hemisphäre. Haiti, ein Inselstaat in der Karibik auf der Insel

Hispaniola. Die Meisten kennen die östliche Hälfte der Insel als Urlaubsparadies "Dominikanische Republik". Aktuell gehen die Behörden von über 100.000 Toten aus. Mehr als 3 Millionen Menschen (ein Drittel der Gesamtbevölkerung) sollen obdachlos geworden sein.

In den Jahren 2006 und 2007 war ich für jeweils 2 Wochen in einem Krankenhaus (Hôpital Albert Schweitzer) in Deschappelles Nähe Petite Riviere (ca. 200 km nordwestlich von der Hauptstadt Port-au-Prince) tätig und habe das Leben in diesem Land kennen gelernt.

Haiti war in den letzten Jahrzehnten durch Krisen, wie Staatsstriche und Diktaturen mit gewalttätigen Konflikten gekennzeichnet. Rechtsstaatliche Ordnung und institutionelle Strukturen fehlen weitgehend. Korruption, kriminalisierte Banden, Drogenhandel und Gewalt sind an der Tagesordnung. Und der bisherigen instabilen katastrophalen Lage nicht genug wurde das Land zudem von Naturkatastrophen heimgesucht. 2004 und 2008 starben tausende Menschen durch Wirbelstürme.

Gestern (13.01.2010) erreichte mich eine eMail der Hilfsorganisation "Hôpital Albert Schweitzer", die das Krankenhaus vor mehr als 50 Jahren errichtet hat und führt. Die Lage ist dramatisch!!!

Falls Sie/Ihr die Menschen in Haiti unterstützen wollt kann unter folgendem Link direkt gespendet werden:

[http://www.hashaiti.org/C1a\\_w1.html](http://www.hashaiti.org/C1a_w1.html)

Ich danke Ihnen/Euch herzlich für die Aufmerksamkeit und Unterstützung.

Liebe Grüsse  
Robert Keilmann

Dr. med. Robert Keilmann  
Lambergstr. 23  
83278 Traunstein

Liebe Freunde und Freundinnen der Steinheilkunde,

nun kommt endlich die Auswertung der Dezember-Umfrage zur "Tag- und Nacht-Seite" der Edelsteine (siehe Artikel 13). Ich möchte mich hier ganz herzlich für alle Antworten bedanken! Einige Mails haben bestimmte Aspekte so "auf den Punkt gebracht", daß ich mir ein paar direkte Zitate gestattet habe. Doch mehr dazu finden Sie unten.

Passend zum Thema "Tag und Nacht" möchte ich gerne auf das Seminar "Die Polaritäten des Lebens" mit Wolfgang Maier aufmerksam machen (siehe Artikel 3). Wie auch unsere kleine Umfrage zeigt, ist die Beachtung der Polaritäten und Lebensrhythmen eine große Hilfe, die richtige Balance im Leben zu finden.

Sowohl die weiteren Seminarankündigungen, als auch die folgenden Info-Artikel beziehen sich in diesem Newsletter nicht "nur" auf die Steinheilkunde, denn der wichtigste Beitrag zu Heilung und Gesundheit ist meines Erachtens ein bewußtes, achtsames Leben. Daher werden unsere Angebote zukünftig neben der Heilkunde auch der Bewußtheit für sich selbst, für Partner, Freunde, Mitmenschen, Natur, Umwelt und dem geistigen Kosmos gewidmet sein. Einen Einblick in dieses Spektrum bieten unsere Sunrise Seminare: <http://www.sunrise-seminare.de>

Und es muß ja auch nicht immer die Form eines Seminars sein. Wie wär's, Erleben, Lernen und Kreativität einmal mit Ferien zu verbinden? - <http://www.sunrise-seminare.de/kreative-ferien.htm>

Doch ich zügle mich nun hinsichtlich weiterer Vorreden und lasse den folgenden Informationen freien Lauf...

Mit winterlichen Grüßen aus dem verschneiten Tübingen  
Michael Gienger

## **1 \_\_\_\_\_ Frühere Newsletter als Downloads**

Haben Sie Interesse an früheren Newslettern? Aufgrund häufiger Anfragen haben wir die "zeitlosen" Inhalte der früheren Newsletter in drei PDF-Dokumenten zusammengefaßt, die Ihnen auf meiner Homepage unter "News" (<http://www.michael-gienger.de/news>) als Download zur Verfügung stehen.

Direkt herunterladen können Sie die Newslettersammlungen hier:

Newsletter Nr. 3 - 20 (92 kb):

[http://www.michael-gienger.de/file\\_download/15/NewsletterMG03-20.pdf](http://www.michael-gienger.de/file_download/15/NewsletterMG03-20.pdf)

Newsletter Nr. 21 - 30 (167 kb):

[http://www.michael-gienger.de/file\\_download/16/NewsletterMG21-30.pdf](http://www.michael-gienger.de/file_download/16/NewsletterMG21-30.pdf)

Newsletter Nr. 31 - 40 (255 kb):

[http://www.michael-gienger.de/file\\_download/32/NewsletterMG31-40.pdf](http://www.michael-gienger.de/file_download/32/NewsletterMG31-40.pdf)

Bitte nicht wundern, wenn in den Newsletter-Sammlungen einzelne Ausgaben fehlen. Diese beinhalten ausschließlich Terminankündigungen und somit keine "zeitlosen" Informationen. Viel Spaß beim Stöbern und Lesen...

## **2 \_\_\_\_\_ Links zu Steinheilkunde-Seminaren und -Ausbildungen**

Der im letzten Newsletter (Nr. 38 / Januar 2010) angegebene Link zur Steinheilkunde-Grundausbildung als Modulsystem hat sich geändert. Neu:

[http://www.michael-gienger.de/file\\_download/12/Seminare2010-4.pdf](http://www.michael-gienger.de/file_download/12/Seminare2010-4.pdf)

Weitere aktuelle Steinheilkunde-Ausbildungen finden Sie hier:

<http://www.cairn-elen-annette-jakobi.de>

[http://www.michael-gienger.de/file\\_download/14/CEL-SHK-GAB2010.pdf](http://www.michael-gienger.de/file_download/14/CEL-SHK-GAB2010.pdf)

## **3 \_\_\_\_\_ Polaritäten des Lebens (Yin & Yang)**

In einer Welt, die immer einseitiger von Leistung, Arbeit und Aktivität geprägt wird und in der Stille, Ruhe und Loslassen zur Mangelware werden, sind wir selbst gefordert, für den notwendigen Ausgleich und die "Balance der Polaritäten" im Leben zu sorgen (vgl. auch Newsletter Nr. 32 / Juni 2009, Artikel 15 "Gedanken zu Ruhe und Aktivität").

Wie tief wir von der "Balance" oder eben "Nicht-Balance" der Polaritäten in unserem Wohlbefinden, Glück und Gesundheit geprägt werden, ist Gegenstand dieses Seminars mit Wolfgang Maier. Dabei geht es vor allem darum, wahrzunehmen und zu erkennen, wo in unserem Leben "Yang" oder "Yin" dominieren und wo Einseitigkeit zu Problemen führt. Denn nur diese Selbst-Erkenntnis ist bekanntlich der erste Weg zur Besserung...

Diesbezüglich bietet das Seminar hilfreiche Wege, innere Balance im Leben herzustellen und zu wahren. Und es ist selbst ein Ausgleich gegen Streß und Anspannung - ein schönes Erleben und freudiges Miteinander. Daher sehr zu empfehlen!

Wolfgang Maier ist als Autor der Bücher "Der Mondschild" (Neue Erde, Saarbrücken 2001 - leider vergriffen) sowie "Heilsteine der Organuhr" (Neue Erde, Saarbrücken 2007) ein guter Beobachter und Kenner der Lebensrhythmen und ihrer geistig-energetischen Hintergründe. In seinen Büchern und Seminaren schöpft er aus einem reichhaltigen Wissens- und Erfahrungsschatz. Siehe auch: <http://www.shk-tcm.de>

Weitere Informationen:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,

Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

Siehe auch: <http://www.sunrise-seminare.de/seminare/wissen/lebenskreis.htm>

Dieses Seminar ist zugleich der Grundlagenkurs zur Seminarreihe "Der Lebenskreis", fünf Seminaren nach den Wandlungsphasen der chinesischen Philosophie. Ziel des Lebenskreis-Zyklus ist es, das persönliche Streben nach Glück, Erfüllung und Erfolg im Leben zu unterstützen. Termine ab 2011 folgen in späteren Newslettern.

## **4 \_\_\_\_\_ Saphir - homöopathische Verreibung und Märchenspiel**

Die homöopathische Verreibung eines Edelsteins ist ein fast unglaubliches Erleben. Jeder Verreibungs- und Potenzierungsschritt offenbart die Natur und Wirkung des Steins direkter, unmittelbarer und unmißverständlicher als jede andere steinheilkundliche Anwendung. Während des Verarbeitungsprozesses erleben wir intensiv das Wesen des Steines auf körperlicher, seelischer, mentaler und spiritueller Ebene.

Im Seminar mit Edith Helene Dörre dient daher das Märchenspiel als Hilfe, die erlebten Impulse des Steins auszudrücken und damit noch besser zu verstehen. In ihrer langjährigen Arbeit als Edelsteinhomöopathin fand Edith Helene Dörre Parallelen der Edelsteinwirkungen zum Archetypus bestimmter Märchen. Durch die Kombination beider Faktoren, Edelsteinverreibung und Märchenspiel, eröffnet sich eine Chance zu tiefgreifender Wandlung und Entwicklung.

Ich kann aus eigener Erfahrung sagen, daß mich noch wenig so sehr berührt und bewegt hat, wie eine Edelsteinverreibung mit Edith Helene Dörre. Ich habe sie dabei auch als wunderbare einfühlsame Seminarleiterin kennen gelernt und kann dieses Seminar von Herzen empfehlen. Zumal Saphir... - doch nein, das wird nicht verraten. Besser selber erleben!

Edith Helene Dörre ist Autorin des Buchs "Das Edelsteinfundament" (Novalis Verlag, Stuttgart 2007), das direkt bei ihr bezogen werden kann: <http://www.edelsteinfundament.de>. Das Buch ist ein homöopathischer Entwicklungsweg durch 13 Edelsteine und Märchen - ein Erlebnis in Buchform!

Weitere Informationen:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

S. auch: <http://www.sunrise-seminare.de/seminare/Gesundheit/edelstein-homoeopathie.htm>

## **5 \_\_\_\_\_ Telepathie - Kommunikation ohne Worte**

Kennen Sie das? Das Telefon klingelt und noch vor dem Abheben wissen Sie, wer dran ist. Oder Sie denken an jemanden, den Sie lange nicht gesehen haben, und kurz darauf treffen Sie sich wieder. Das ist Telepathie! - Wir alle kennen sie, wir alle nutzen sie. Doch meistens nicht bewußt...

Das Seminar mit Peter Newerla zeigt, daß Telepathie die natürlichste Sache der Welt ist. Sie erfahren hier, wie Telepathie funktioniert, warum sie manchmal nicht funktioniert und wie solche Störungen und Blockaden behoben werden können. Ein praktischer Teil mit Übungen trägt dazu bei, die eigene Gabe der Telepathie bewußt entwickeln zu können.

Aus diesem Grund findet das Seminar an zwei einzelnen Samstagen mit dazwischenliegender zweiwöchiger Übungsphase statt.

Peter Newerla ist Ingenieur der Nachrichtentechnik und studierte Kommunikationswissenschaften. Er arbeitet als Kommunikationstrainer, Seminarleiter und Businesscoach und bietet individuelle Beratungen im Bereich Persönlichkeitsentwicklung und Bewusstseins-erweiterung an. Ich schätze ihn sehr als humorvollen Lehrer, der klar, präzise und verständlich unterrichten kann - ideal für das Thema Telepathie!

Weitere Informationen:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

Siehe auch: <http://www.sunrise-seminare.de/seminare/wissen/telepathie.htm>

## 6 \_\_\_\_\_ Heilsteine und Chakren

Chakren sind Energiezentren, denen seit jeher ein großer Einfluß auf unser körperliches, seelisches und geistiges Wohl zugeschrieben wird. Jedes Chakra (sanskrit "Rad") ist dabei der Schlüssel zu einem bestimmten Lebensbereich. Die Chakren sind durch äußere energetische Einwirkungen (bewußt oder unbewußt) beeinflussbar. Sie können daher auch mit Edelsteinen gestärkt, geschützt und harmonisiert werden.

In Zusammenarbeit von Monika Grundmann und Michael Gienger entstand in den vergangenen Jahren ein Seminarzyklus von 4 x 3 Tagen, der alte und neue Kenntnisse über die Chakren mit fundiertem steinheilkundlichem Wissen vereint. Theorie, praktische Behandlungen und Übungen finden gleichermaßen Raum. So sind Sie in der Lage, schon nach dem ersten Teil das erworbene Wissen in der Praxis anzuwenden.

Seminarinhalte des Basiskurses:

- \* was Chakren tatsächlich sind und wie sie wahrgenommen werden können;
- \* mit welchen Lebensaspekten Chakren verbunden sind;
- \* wie Chakren mit Heilsteinen gestärkt, geschützt und harmonisiert werden und wie sich das auf unser körperliches, seelisches und geistiges Wohl auswirkt.

Der dreitägige Basiskurs kann unabhängig von den Folgeseminaren besucht werden. Er bietet sowohl einen praxisorientierten Einstieg in die Chakra-Balance mit Edelsteinen, als auch eine Orientierung über den gesamten Seminarzyklus. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Monika Grundmann ist Begründerin der Edelstein Balance, einem ganzheitlichen Konzept für Behandlungen mit edlen Steinen, Duft und Klang. Entwickelt wurde die Edelstein Balance aus 20jähriger Berufserfahrung in Anlehnung an die Traditionelle Chinesische Medizin, Reflexzonenkunde, Aromatherapie, Klanganwendungen, Steinheilkunde nach Michael Gienger und andere bewährte Verfahren. Auf dieser Basis ist auch die Chakra-Balance mit Edelsteinen ein wirkungsvolles System für körperliches und seelisches Wohlbefinden. Die unterrichteten Anwendungen lassen sich sowohl im privaten Umfeld als auch in der beruflichen Praxis anwenden.

Weitere Informationen:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,  
Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

S. auch: <http://www.sunrise-seminare.de/seminare/Gesundheit/heilsteine-amp-chakren.htm>

Informationen zu den Folgeseminaren dieses Zyklus finden Sie hier:

<http://www.edelstein-balance.de/ausbildung.htm>

## 7 \_\_\_\_\_ Heilsteine bestimmen - Fälschungen erkennen

Heilsteine richtig zu bestimmen und Fälschungen zu erkennen, ist für alle wichtig, die Steine nicht ausschließlich bei GKS-Händlern einkaufen (mehr zum GKS-Qualitätssiegel finden Sie hier: <http://www.steinheilkunde-ev.de/pi1042017846.htm?categoryId=3>). Doch sind wir wirklich fit, Steine eindeutig zu bestimmen und zumindest grobe Anhaltspunkte für "echt" und "falsch" zu kennen? Seit mir bei meinen Recherchen zur Neuausgabe des "Lexikons der Heilsteine" fast 10% manipulierte Steine untergekommen sind, habe ich mir Gedanken über meinen Nachholbedarf gemacht...

Bernhard Bruder bietet Tagesseminare für kleine Gruppen von TeilnehmerInnen an, bei denen mit einfachen Mitteln Heilsteine bestimmt und zumindest ein Teil möglicher Manipulationen identifiziert werden kann. Seminare, die eigentlich alle besuchen sollten, die mit Steinen arbeiten, sei's in Therapie und Heilkunde, sei's im Handel. Daher möchte ich diese Tagesseminare von Herzen empfehlen. Es zahlt sich mitunter recht schnell aus...

Bernhard Bruder ist Dipl. Mineraloge und Gemmologe. 1998 gründete er das Institut für Edelsteinprüfung (EPI) mit den Fachbereichen Mineral- und Edelsteinbestimmung, Echtheitsprüfung und Diamantenkunde. Im gleichen Jahr veröffentlichte er das Buch "Geschönte Steine" (Neue Erde, Saarbrücken), das inzwischen in der 2. Auflage vorliegt. Seine langjährige Berufserfahrung macht ihn zu einem erfahrenen und kompetenten Fachmann in allen Aspekten der Steinwelt. Er versteht es hervorragend, auch schwierige Zusammenhänge in sehr anschaulicher und leicht verständlicher Art und Weise darzustellen.

Weitere Informationen:

Sunrise Seminare, Michael Gienger GmbH, Fürststraße 13, D-72072 Tübingen,

Tel.: 07071/364720, Fax: 07071-38868, [info@sunrise-seminare.de](mailto:info@sunrise-seminare.de), [www.sunrise-seminare.de](http://www.sunrise-seminare.de)

Siehe auch: <http://www.sunrise-seminare.de/seminare/wissen/mineralogie-gemmologie.htm>

## **8 \_\_\_\_\_ Eclipse - ein giftiger Schmuckstein!**

Seit geraumer Zeit ist unter dem Handelsnamen "Eclipse" ein Schmuckstein im Umlauf, der sich dank seinem kontrastreichen orange-schwarzen Aussehen zunehmender Beliebtheit erfreut. Allerdings ist dieser Stein mit Vorsicht zu genießen, denn es handelt sich hier um orange-gelben Auripigment auf schwarzem Kalkstein. Auripigment ist wasserlösliches Arsensulfid ( $\text{As}_2\text{S}_3$ ) und daher giftig, wenn es eingeatmet oder verschluckt wird. Gerade in der Kombination mit dem in der Magensäure löslichen Kalkstein ist Vorsicht geboten!

Arsenverbindungen können akute oder chronische Vergiftungen bewirken, wie spätestens seit dem Film "Arsen und Spitzenhäubchen" bekannt sein dürfte. Akute Arsenvergiftungen rufen innerhalb einer Stunde Leibschmerzen, Erbrechen und Durchfälle hervor. Infolge der damit einhergehenden Wasser- und Elektrolytverluste kann es zu Herz-Kreislauf-Versagen kommen. Auch über die Haut können Arsen-Verbindungen langsam resorbiert werden. Die Aufnahme durch die Lunge und den Magen-Darm-Trakt erfolgt dagegen schnell. Die tödliche Dosis beträgt für den Menschen ca. 0,15 - 0,3 g.

Eine tägliche Aufnahme kleinerer Mengen kann zu chronischen Vergiftungen mit Nervenschäden, Schwäche, Gefühllosigkeit und Kribbeln der Gliedmassen, dunkler Hautfärbung, Rückbildung des Knochenmarks und Leberveränderungen führen. Arsen-Verbindungen sind beim Menschen eindeutig krebserregend und führen häufig zu Leberzirrhose.

Selbst wenn nur "homoöpathische" Mengen ohne körperliche Vergiftung aufgenommen werden, kann dies zu geistiger Verwirrung, Ruhelosigkeit, Ängsten, Herzklopfen, Schwäche, Erschöpfung, Auszehrung, Abmagerung und Schmerzen führen, die typischerweise periodisch wiederkehren. In diesem Fall macht man/frau quasi eine homöopathische Arzneimittelprüfung durch. In vergangenen Jahrhunderten wurden niedrig dosierte Arsengaben übrigens auch zur sexuellen Stimulanz eingesetzt. Das ist allerdings nicht zur Nachahmung empfohlen...

Auripigment wurde seit dem 16. Jahrhundert auch "Rauschgelb" genannt und erhielt seinen jetzigen Namen aufgrund der Verwendung als Farbpigment (lat. "auri-pigment" = "Goldfarbe"). Da orangefarbene Mineralpigmente in der Malerei seit jeher selten waren,

erfreute sich das Mineral großer Beliebtheit. Gerade durch die Verwendung feiner Pigmentpulver wurde jedoch auch seine Giftigkeit bekannt.

Doch zurück zum Eclipse: Über die Giftigkeit dieses Steins bei rein äußerlicher Anwendung ist noch nichts bekannt. Doch es ist zur Sicherheit anzuraten, sich nach dem Hantieren mit den Steinen die Hände zu waschen und nichts nebenher zu essen. Beim Schleifen, Bohren und Verarbeiten ist höchste Vorsicht geboten, insbesondere wenn feine Stäube entstehen. Auch Schleifwasser ist Sondermüll, denn Arsenverbindungen sind hochgradig giftig für Wasserorganismen. Auf keinen Fall dürfen die Steine verschluckt werden, daher bitte von Kindern fernhalten! Und daß Eclipse nicht für Edelsteinwasser direkt ins Wasser eingelegt werden darf, versteht sich hoffentlich von selbst!

Nebenbei: "to be eclipsed" heißt in Englisch so viel wie "ein Schattendasein fristen"...

Um Mißverständnisse zu vermeiden: Ich möchte auf die Giftigkeit dieses Steines hinweisen, um möglichen Schäden vorzubeugen. Dieser Artikel soll keine Angst vor "Giftsteinen" machen, sondern den richtigen Umgang mit solchen Mineralien erläutern. Eigentlich ist hier der Handel aufgerufen, seiner Sorgfaltspflicht nachzukommen, doch da ich bei diesem Stein weder im Internet, noch in Läden oder auf Messen jemals einen Hinweis auf die Giftigkeit gefunden habe, wurde diese Information einfach notwendig! Mit Arsenverbindungen und insbesondere den Arsensulfiden Auripigment und Realgar ist einfach nicht zu spaßen. Letzterer zerfällt sogar im Sonnenlicht und gibt dabei Arsendämpfe ab.

Tipp für HändlerInnen: Auch für giftige Mineralien gilt die derzeit gültige Chemikalienverordnung, die vorschreibt, daß solche Substanzen nur mit einem Sicherheitsdatenblatt abgegeben werden dürfen, das über den richtigen Umgang damit informiert. Eine Liste giftiger Mineralien finden Sie auf der Homepage des Instituts für Edelsteinprüfung (EPI) unter: [http://www.epigem.de/artikel/giftige\\_mineralien.htm](http://www.epigem.de/artikel/giftige_mineralien.htm). Dort können dankbarerweise auch gleich die vorgeschriebenen Sicherheitsdatenblätter heruntergeladen werden.

Um Panik zu vermeiden: Bitte beachten Sie, daß sich die Sicherheitsdatenblätter auf pulverisierte Substanzen beziehen. Ein Stein, der fest und kompakt in der Sammlung liegt und weder Staub noch Dämpfe abgibt, ist daher kein Problem. Auch Schmucksteine, die nur äußerlich getragen werden, sind nur selten problematisch, es sei denn sie enthalten Quecksilber (Zinnober) oder Arsen (Auripigment, Realgar). Doch bei der Verarbeitung oder inneren Einnahme (Edelsteinwasser) ist auf jeden Fall Vorsicht geboten! Zur Orientierung können hier auch die "Giftlisten" folgender Bücher dienen:

Gienger/Goebel, "Edelsteinwasser", Neue Erde, Saarbrücken 2006

Gienger/Goebel, "Wassersteine", Neue Erde, Saarbrücken 2007

Wie gesagt: Mit etwas Bewußtheit und Achtsamkeit läßt sich auch mit giftigen Mineralien und Schmucksteinen richtig umgehen. Wichtig ist nur, die dafür notwendigen Informationen zu kennen...

## **10 \_\_\_\_\_ Petition zur Veränderung des Bankenwesens**

Als Ergänzung zu zwei früheren Artikeln möchte ich gerne auf eine sehr interessante Petition an den Deutschen Bundestag hinweisen, die noch bis zum 11.03.2010 mitgezeichnet werden kann. Petitionen, die genügend Mitzeichner (d.h. Unterschriften) finden, müssen im Bundestag erörtert werden. Allein dafür lohnt sich das "Mitzeichnen".

In meinen Artikeln "Leid und Glück im Leben" (Newsletter Nr. 24, Januar 2008, Artikel Nr. 1) sowie "Finanzkrise oder Finanzchance?" (Newsletter Nr. 28, September 2008, Artikel Nr. 12) habe ich versucht, zwei "unübliche" Blickwinkel zum Umgang mit Krisen aufzuzeigen - die Veränderung geistiger Einstellungen einerseits und der ethische Umgang mit Geld andererseits. - Hand aufs Herz: Schon mal probiert, etwas davon umzusetzen? ...

Diese Betrachtungen und die daraus folgenden Konsequenzen für das eigene Denken, Reden und Tun (!) halte ich nach wie vor für sehr wichtig. Denn zu einer besseren Welt gelangen wir nur, wenn wir zuerst vor unserer eigenen Haustüre kehren. Nichtsdestotrotz gehört auch politisches Engagement zu unserer Verantwortung für die Welt. Stellen wir uns nur einmal vor, welches minderwertige Genfutter uns Monsanto & Co. samt unseren korrupten Politikern aufzwingen würde, gäbe es Greenpeace, Foodwatch und einige andere Organisationen nicht.

Gerade hinsichtlich der Finanzkrise ist nun auch politisches Engagement gefordert. Gelernt haben all die sogenannten "Verantwortlichen" aus der aktuellen Krise nämlich gar nichts. Die Liberalen wurden trotz ihrer früheren Politik ("bloß keine Regulierung und völlige Handlungsfreiheit für die Banken") in die Regierung gewählt, und Frau Merkel hat vergessen, daß sie alle (Un-)Verantwortlichen zur Rechenschaft ziehen wollte und träumt stattdessen vom ungebremsten Wachstum. Doch auch in der Opposition, ob grün, rot oder ganz rot sieht's kaum besser aus. Denn NIEMAND traut sich, der Wahrheit ins Auge zu sehen, daß unser auf Schulden und Zinsen basierendes Finanzsystem zwangsläufig immer wieder zu Finanzkrisen führen wird!

Kennen Sie das Buch "Eine Billion Dollar" von Andreas Eschbach (Bastei-Lübbe, ISBN 3-404-15040-6)? Ein spannender, leicht zu lesender Roman, der deutlich macht, daß unser Finanzsystem mit zwingender Logik die Armen ärmer und die Reichen reicher macht. Was jede Statistik seit Jahrzehnten weltweit belegt. Finanzkrisen sind dabei nichts anderes als Phasen, in denen sich die allgemeine Umverteilung des Geldes "von unten nach oben" so sehr beschleunigt, daß das ganze Kartenhaus zusammenzubrechen droht. Es sei denn, die "unten" bezahlen brav für die Zeche derer "da oben", sprich: die Steuerzahler für die "notleidenden Banken". Die dann, "gerettet" und gefüttert mit Milliarden, das alte Spiel munter weiterspielen. Man muß kein Hellseher sein, um die nächste Finanzkrise prophezeien zu können.

Neben der bereits erwähnten Änderung eigener Einstellungen (siehe Newsletter Nr. 24) und dem eigenen ethischen Umgang mit Geld (siehe Newsletter Nr. 28) ist es daher nötig, sinnvolle Alternativen zur augenblicklichen Geldwirtschaft anzustreben und durchzusetzen. Darauf zielt auch die o.g. Petition, die meines Erachtens allerdings nur ansatzweise darauf hindeutet, wo der Fehler liegt und wie er möglicherweise behoben werden könnte, ohne noch ein wirklich schlüssiges und ausgefeiltes Konzept zu bieten. Doch wenn diese Petition wirklich im Bundestag debattiert werden muß, würde sie das Thema in die richtige Richtung lenken, und es würde zumindest offenbar, wie ehrlich unseren "Volksvertretern" an einer echten Krisenbewältigung gelegen ist.

Aus diesem Grund empfehle ich das Mitzeichnen dieser Petition. Sie ist ein kleiner Denkanstoß, von denen wir noch viele brauchen, um zu einem krisensicheren, gerechten und ethischen Finanzsystem zu finden. Details zur Petition "Bankenwesen - Geldschöpfung durch den Staat" vom 16.12.2009 finden Sie auf der Homepage des Deutschen Bundestags: <https://epetitionen.bundestag.de/index.php?action=petition;sa=details;petition=8867> - hier kann die Petition auch direkt mitgezeichnet werden.

## 11 \_\_\_\_\_ Was bewegt uns? - Wille oder Manipulation?

Die Zeitschrift ZeitGeist bietet in Ihrer Online-Ausgabe derzeit zwei sehr interessante Artikel, die einerseits gut zum vorangegangenen Thema passen, andererseits aber generell sehr "lebenstauglich" sind, d.h. hilfreiche Blickwinkel für ein selbstbestimmtes Leben bieten.

Der erste befaßt sich mit dem Thema "Manipulation": Warum fallen wir immer wieder auf dieselben Tricks, dieselben Sprüche, dieselben leeren Versprechungen herein? Auf welche "Knöpfe" reagieren wir und wie läßt sich "Unmanipulierbarkeit" trainieren? Dieser Artikel ist wirklich ein Leckerbissen: <http://is.gd/5uQbn>

Der zweite Artikel befaßt sich mit dem "Gegenwillen": Was ist der sicherste Weg, einen Menschen von etwas abzuhalten? – Man zwingt ihn dazu. Und was ist der sicherste Weg, ihn zu etwas zu bewegen? – Man verbietet es ihm. Obgleich bereits 1906 von dem Psychoanalytiker Otto Rank (1884–1939) beschrieben, findet dieser vordergründig simple Lehrsatz bis heute kaum Anwendung im Alltag. Zu unserem Nachteil, denn der Gegenwille gehört zu den gewaltigsten Kräften im Menschen. Mehr dazu: <http://is.gd/5uQ6L>

## 12 \_\_\_\_\_ Glück oder Unglück?

Anschließend an die vorangegangenen Betrachtungen über Krisen, Finanzen, Manipulation und Willenskraft und als kleine Ergänzung zu meiner Einleitung im Newsletter Nr. 36 (Dezember 2009) möchte ich gerne noch eine kleine Geschichte mit dem Titel "Glück oder Unglück, wer vermag´s zu sagen?" zitieren:

Es gab einmal in einem Dorf einen alten Mann, der sehr arm war, aber trotzdem von Königen beneidet wurde - denn er besaß ein schönes weißes Pferd. Ein Pferd von solcher Qualität war noch nie gesehen worden - solche Schönheit, solcher Stolz, solche Stärke! Könige bewarben sich um das Pferd und boten fabelhafte Preise, aber der alte Mann kannte nur eine Antwort: "Dieses Pferd ist für mich kein Pferd, sondern ein Freund, und wie kann man einen Freund verkaufen?" Der Mann war arm und hatte allen Grund, der Versuchung zu erliegen, aber er verkaufte das Pferd nie.

Eines Morgens entdeckte er plötzlich, dass das Pferd nicht mehr im Stall war. Das ganze Dorf versammelte sich, und alle sagten: "Das hast du davon, alter Narr! Wir haben es vorher gewußt, eines Tages mußte das Pferd ja gestohlen werden! Und wie kannst du bei deiner Armut einen solchen Schatz richtig behüten? Du hättest wirklich besser daran getan, das Pferd zu verkaufen. Du hättest viel Geld dafür verlangen können. Jetzt ist das Pferd weg. Jetzt siehst du, was für ein Fluch, was für ein Unglück es für dich war."

Der alte Mann sagte: "Ihr müßt nicht übertreiben! Sagen wir einfach: das Pferd ist nicht im Stall. Das ist alles. Ob es nun ein Unglück ist oder Glück, wer vermag das zu sagen?"

Die Leute hielten den alten Mann für verrückt. Sie hatten es schon immer gewußt, dass er nicht ganz richtig im Kopf war; sonst hätte er ja sein Pferd verkauft und in Saus und Braus gelebt! Stattdessen fristete er sein Leben als Holzfäller. Obwohl er sehr alt war, fällte er immer noch Bäume, brachte das Holz aus dem Wald und verkaufte es. Er lebte von der Hand in den Mund, hatte nur das nötigste und nie wirklich genug. Aber jetzt war endgültig klar, dass er verrückt war.

Nach vierzehn Tagen kam das Pferd plötzlich eines Nachts zurück. Es war nicht gestohlen worden: es war nur in die Wildnis gelaufen. Und es kam nicht nur zurück, sondern brachte auch noch zwölf andere Wildpferde mit. Und wieder kamen die Leute zusammen und sagten:

"Alter, du hast Recht gehabt; wir haben uns geirrt. Es war kein Unglück, sondern ein Segen. Was hast Du doch für ein Glück!"

Und der alte Mann sagte: "Glück - Unglück? Sagen wir doch einfach, dass das Pferd zurück ist und dass es zwölf andere Pferde mitgebracht hat. Ob das nun ein Glück ist oder Unglück, wer vermag das zu sagen?"

Wieder schüttelten die Leute den Kopf. Der Alte war wirklich verrückt. Zwölf herrliche Pferde waren mit dem einen Pferd zurückgekommen! Wenn sie ein bißchen eingeritten wurden, konnten sie bald alle verkauft werden und massenhaft Geld einbringen. Warum wollte er nur nicht sehen, was für ein Glückspilz er war?

Der alte Mann hatte einen jungen Sohn - es war sein einziger. Dieser Sohn begann nun, die Wildpferde zu zähmen; doch eine Woche später stürzte er von einem der Pferde und brach sich beide Beine. Wieder kamen die Leute zusammen: "Oje, wären diese Pferde doch nur nie zu Dir gekommen. Es war kein Segen, es war doch ein Unglück. Dein einziger Sohn hat beide Beine gebrochen und wird zum Krüppel werden! Wer soll jetzt die Stütze deiner alten Tage sein? Jetzt bist du ärmer denn je."

Der alte Mann sagte: "Unglück - Glück? Sagen wir doch einfach, dass mein Sohn seine Beine gebrochen hat. Ob das nun wieder ein Unglück ist oder Glück, wer vermag das zu sagen?"

Die Leute sagten nichts mehr. Sie wußten ja, daß der Alte verrückt war. Kopfschüttelnd gingen sie nach Hause. Ein paar Wochen später geschah es, dass ein Krieg mit dem Nachbarland ausbrach, und die Werber des Königs kamen, um alle jungen Männer zur Armee einzuziehen. Nur der Sohn des alten Mannes blieb zurück, weil er durch die gebrochenen Beine als Soldat unbrauchbar war. Die Leute kamen zusammen, weinend und klagend, denn aus jedem Hause wurden die jungen Männer mit Gewalt abgeholt. Und es bestand keine Aussicht, dass sie je wiederkämen, denn das Land, mit dem Krieg geführt wurde, war ein sehr großes Land. Die Schlacht war von vornherein verloren. Also würden sie nicht zurückkommen. Das ganze Dorf weinte und klagte.

Sie kamen zu dem alten Mann und sagten: "Wie recht du hattest, Alter! Weiß Gott, wie recht du hattest - es war ein Segen: dein Sohn mag zwar ein Krüppel sein, aber wenigstens bleibt er bei dir. Unsere Söhne werden wir nie wieder sehen. Er wenigstens lebt und ist bei dir, und nach und nach wird er schon wieder das Laufen lernen."

Der alte Mann wehrte ab: "Glück - Unglück? Sagen wir doch einfach, dass eure Söhne in die Armee geholt worden sind, und mein Sohn nicht. Aber ob das nun wieder ein Unglück ist oder Glück, wer vermag das zu sagen?"

Wieder gingen die Leute nach Hause. Doch nicht alle schüttelten diesmal den Kopf...

### **13 \_\_\_\_\_ Die Tag- und Nacht-Seite der Edelsteine II**

So, zu guter Letzt nun die versprochene Auswertung der Umfrage aus Newsletter Nr. 36 (Dezember 2009). Dort hatte ich folgende Frage gestellt: "Bei welchen Heilsteinen konnten Sie verschiedene oder gar gegensätzliche Wirkungen beobachten, je nachdem, ob die Steine tagsüber oder in der Nacht getragen bzw. angewandt wurden? Welche Wirkungen konnten Sie dabei beobachten?"

Das spannende an den Rückmeldungen dazu war, daß Fragen, die durch ein bestimmtes Feedback aufgeworfen wurden, mitunter in einer anderen Mail schon ihre Antwort fanden.

Ich mußte im Grunde nichts anderes tun, als eine Weile abzuwarten und dann die eingegangenen Mails zu sortieren und in die richtige Reihenfolge zu bringen:

So wurde in den meisten Mails über Steine berichtet, die am Tage gut verträglich und wirksam, in der Nacht jedoch zu stark oder gar unerträglich waren. Dazu ein exemplarisches Zitat:

*"Ein Erlebnis hatte ich mit meiner wunderschönen Sterngranat-Kugel, die ich lange Zeit nachts auf den Bauch legte (...). Plötzlich ertrug ich den Granat nicht mehr, jedenfalls nicht mehr die grosse Kugel. Ich bekam heftige Bauchkrämpfe und es dauerte lange, bis ich auf die Idee kam, dass es am Granat liegen könnte.*

*Als ich ihn austauschte gegen einen Mookait gingen die Bauchschmerzen schlagartig weg. Ein kleinerer Sterngranat liegt immer noch bei mir am Kopf, das geht.*

*Dann gibt es noch Steine, die ich nach wenigen Selbstversuchen im Schlaf schnell weglegte, weil sie mir zu intensiv wurden, allerdings kann ich die Wirkung nicht richtig erklären. Am ehesten war es, als ob meine Wahrnehmung sich völlig verändert hätte: Dazu gehören der Moldavit und der Eisenmeteorit.*

*Gleichzeitig haben all die obengenannten Steine tagsüber eine sehr schöne, auch intensive aber weniger „grenzmässige“ Wirkung."*

Über den umgekehrten Fall, daß Steine tagsüber zu stark und nur nachts erträglich wären, wurde interessanterweise NIE berichtet! Es blieben die meisten Berichte bei dem Schema, daß Steine nachts stärker wirken, als tagsüber. Und was in der Nacht als "gerade angenehm" erlebt wurde, schien am Tag sogar "wirkungslos":

*"Im Gegensatz dazu finde ich es wenig interessant (...), tagsüber Rauchquarz/Morion zu tragen, der mir nachts unglaublich gut tut und mir sogar mein leidiges Karpaltunnel-Syndrom in Sekundenschnelle auflöst."*

Sehr interessant war in dem Zusammenhang ein Bericht, bei dem ein Kind schon nach kurzer Zeit spürte, daß es einen durchaus passenden Heilstein nur am Tag und nicht in der Nacht tragen konnte:

*"Aufgrund ihrer Infos zum Larimar im vorletzten Newsletter hatte ich das Gefühl, dass meine achtjährige Tochter genau diesen Stein für ihr derzeitiges Seelenleben braucht (...). Also bekam sie zu Weihnachten einen Larimar, den sie sich selbst aussuchen durfte. Sie war weder begeistert von ihm noch lehnte sie in ab - sie trug ihn einfach auf meinen Rat hin und war ganz stolz. Aber schon am erste Abend - sie lag eine Weile im Bett - teilte sie mir mit, dass sie den Stein in der Nacht nicht tragen könne: 'Mama, der geht nachts nicht, nur am Tag'. Gut, ich habe das akzeptiert, obwohl ich dachte, dass er in der Nacht doch bestimmt gut zur Entfaltung beitragen würde. Seitdem hänge ich ihr morgens den Stein um und abends zieht sie ihn selbständig aus, obwohl das nicht unbedingt selbstverständlich ist, da sie oft Dinge vergisst und ich mich schon gewundert habe, dass sie jedes Mal daran denkt, ihn wieder auszuziehen. (...)*

*Verwunderlich ist für mich, dass sie gerade in der Zeit, in der sie ihn nach meinem Empfinden und nach ihren Beobachtungen tragen sollte, nicht tragen kann. Warum kann ich mir höchstens so erklären, dass sie sich nicht für diese Energie öffnen kann."*

Ein schöner Beweis für die intuitiven Fähigkeiten von Kindern, die viele Einflüsse (und damit auch die Wirkungen von Steinen) früher und deutlicher wahrnehmen, als wir Erwachsenen. Wir brauchen oft den Schmerz oder das vehement unangenehme Erleben (s.o.), bevor wir reagieren. Doch warum wird der Stein, der in der Nacht für Schutz sorgen sollte, genau da als "nicht passend" erlebt, während er tagsüber offenbar gute Dienste leistet? Eine mögliche Erklärung dazu bot eine andere Mail:

*"Nahezu alle Steine zeigen (meiner Erfahrung nach) tagsüber und nachts z.T. ein wenig unterschiedliche Wirkung. Ich ging davon aus, dass das durch den - tagsüber bewusst gesteuerten - Willen geschieht.*

*Will heißen: Tagsüber habe ich viel eher im Blick, was ich gerade an Arbeit mit/durch den Stein ertragen kann. Wenn ich etwas nicht 'will', dann lasse ich es. Tagsüber 'erlaube' ich dem Stein, nur so tief zu wirken, wie ich es willentlich und bewußt zulasse.*

*Nachts habe ich da eher nur eine bedingte Kontrolle. Und daher kann der Stein dann nachts auf einer anderen Ebene wirken und daher auch ein anderes Gesicht zeigen."*

Zum oben genannten Larimar würde diese Erklärung durchaus passen. Larimar kann einerseits die Verarbeitung aufgenommener Eindrücke und Wahrnehmungen beschleunigen und verbessern und so eine gewisse "Schutzwirkung" entfalten. Diese Wirkung wird vor allem tagsüber beobachtet, offenbar ist für die "Verarbeitung" der wachbewußte Verstand notwendig. Die Schutzwirkung des Larimars ist nie ein "Abgrenzen" wie z.B. bei Türkis oder Serpentin, sondern immer ein besseres Beobachten und "Verdauen". Dafür ist Bewußtheit notwendig.

Auf der anderen Seite kann Larimar die Wahrnehmungskanäle öffnen, so daß wir "feine Antennen ausfahren" und eine an Hellsichtigkeit grenzende Wahrnehmungsgabe entwickeln. Die dann auftretenden Gefühle und "Ahnungen" können als "Grenzenlosigkeit" oder "Schutzlosigkeit" erlebt werden - insbesondere in der Nacht (oder nach der Nacht), wie es eine frühere Mail exemplarisch berichtet:

*"Nachdem ich Ihren Oktober-Brief gelesen habe, wollte ich natürlich gleich den Larimar (...) ausprobieren. Nachdem ich ihn in der Nacht umhatte und heute in der Früh nochmal zwei Stunden, musste ich ihn weglegen. Er hatte eine Wirkung bei mir, so dass ich mir vorkam, wie durch den Wind. Es reichte schon, dass der Chef sich wegen dem Telefon aufregte, das mein Kollege vergessen hatte umzustellen. Aber er schaute mich dabei an! Ich fühlte mich sofort schlecht und musste heulen. Das ist mir in der Arbeit noch nie passiert!*

*Hab ich da was falsch verstanden? Der Larimar sollte doch schützen vor solchen Übergriffen, ich wollte doch durchlässiger werden!"*

Diese Mail war der Anlaß zu meinen seit Ende Oktober andauernden Studien zur "Tag- und Nacht-Seite der Edelsteine", denn im Grunde wirkte der Larimar, wie er sollte: Er machte tatsächlich durchlässiger! Doch während Durchlässigkeit bei wachem Bewußtsein ("tagsüber getragen") eben zu einer raschen Auffassungsgabe und einem besseren "Verdauen" von Wahrnehmungen führt, bewirkt Durchlässigkeit ohne Wachbewußtsein ("nachts getragen") offenbar eine stärkere (unbewußte) Betroffenheit und dadurch größere Empfindlichkeit - die leider auch in den Tag hinein anhält.

Als ich die o.g. Mail erhielt, wurde mir damals schlagartig klar, daß alle Berichte und Testergebnisse, die ich von meinen Büchern "Die Steinheilkunde", "Lexikon der Heilsteine" oder "Stein und Blüte" bis hin zum Newsletter Nr. 35 (Oktober 2009) für die jeweiligen Larimar-Kapitel ausgewertet hatte, fast ausschließlich Erfahrungen mit tagsüber getragenen Steinen waren! Wie in meinem Newsletter Nr. 36 (Dezember 2009) geschildert, lagen mir bis dahin nur sehr wenige Berichte von Menschen vor, die Larimar in der Nacht getragen hatten. Das hat sich jetzt ein wenig geändert - aber es dürfen gerne noch mehr Berichte werden!

Doch nun zurück zur "allgemeinen" Tag- und Nacht-Seite der Edelsteine: Die Auswertung der bisher vorliegenden Berichte (von denen ich nur einzelne zitiert habe) legt nahe, daß nicht die Steine selbst in der Nacht eine andere "Energie" oder "Wirkung" besitzen als am Tag, sondern daß unsere eigene "Empfänglichkeit" oder eben die "bewußte Kontrolle" Ursache der beobachteten Unterschiede ist. Dies wird auch dadurch unterstrichen, daß KEINE EINZIGE

Rückmeldung von wirklich "verschiedenen" Wirkungen sprach, sondern stets von unterschiedlichen Intensitäten oder von unterschiedlicher Verträglichkeit/Unverträglichkeit berichtet wurde. Auch hierfür ein exemplarisches Zitat:

*"Gerne würde ich Ihnen meine Beobachtungen zur unterschiedlichen Wirkung von Steinen auf mich im Schlaf- bzw. im Wachzustand mitteilen. Als erstes und auffälligstes ist da der Phantomquarz, einer meiner absoluten Lieblingssteine. Ich habe mehrere von ihnen, darunter drei kleine Spitzen mit roten Einschlüssen, die ich mir zuweilen beim Schlafen auflegte.*

*Meistens schlief ich sehr unruhig, oft wusste ich beim Aufwachen nicht mehr, ob ich nun geschlafen hatte oder nicht. Es war, als hätte ich in einem „Zwischenzustand“ gelegen. Da ich ja schlafen wollte – bei aller Liebe zu intensiven Erfahrungen... - legte ich die Steine weg und schlief tief.*

*Als ich mir im November einen wunderschönen klaren Bergkristall-Phantomquarz mit pyramidenförmigen Zeichnungen kaufte, konnte ich allerdings nicht widerstehen. Die gleiche Erfahrung, allerdings noch viel intensiver. Ich kam in einen Zustand, den ich fast unangenehm empfand, d.h. ich hatte das Gefühl, während des ganzen Schlafs nachgedacht zu haben, ohne zu wissen worüber. Ich hatte mich fast in einer Art „Zwischenwelt“ befunden."*

Isabel Silveira, brasilianische Kristallheilerin und Autorin des Buchs "Wesen und Wirken der Kristalle" (Neue Erde, Saarbrücken 2009), schreibt über Phantomquarze: "Phantomquarze sind exzellente Hilfsmittel bei der Meditation und um uns mit höheren Bewußtseinsbereichen zu verbinden."

Was im Wachzustand als Ausdehnung des Bewußtseins über die gewohnten Grenzen hinaus erlebt wird ("Hilfe zur Meditation") kann in der Nacht ohne die bewußte Kontrolle durchaus zu einer regen geistigen Tätigkeit werden, die möglicherweise in andere Welten ("Zwischenwelt") führt, aber der Regeneration des Körpers nicht unbedingt zuträglich ist.

Es verdichtet sich also der Eindruck, daß die Wirkung der Steine im Grunde immer dieselbe ist, daß wir selbst jedoch im "kontrollierten Tagesbewußtsein" anders damit umgehen, als im "unbewußten Zustand des Schlafes". Am Tag steuern wir offenbar auch die Wirkungen der Steine mit unserem Willen und unserem "WahrnehmungsfILTER", während wir in der Nacht viel offener und empfänglicher für dieselben Wirkungen sind. Das gilt auch für die körperliche Ebene, denn auch das Immunsystem reduziert in der Nacht seine Aktivitäten.

Dieser o.g. Gesamteindruck wird dadurch unterstrichen, daß Steine in den vorliegenden Berichten während der Nacht durchweg als "stärker", "kraftvoller" und "wirksamer" sowie bisweilen auch als "zu stark" oder "unangenehm" im Vergleich zur "Tageswirkung" geschildert wurden. In keinem einzigen (!) Bericht war es umgekehrt.

Die mehrfach geschilderte "tiefer nach innen gehende" Wirkung während der Nacht dürfte ebenfalls auf die unterschiedliche Orientierung unseres Bewußtseins zurück gehen: Tagsüber sind wir extrovertiert, hier "erleben wir uns in der Welt". Nachts sind wir eher introvertiert (zumindest, wenn wir uns zurückziehen oder schlafen), dann "erleben wir die Welt in uns". Die Ausrichtung unserer Aufmerksamkeit führt offenbar auch die Wirkung der Steine tagsüber eher "nach außen" (als Unterstützung unserer aktiven Lebensgestaltung) und nachts eher "nach innen", wo Erinnerungen, Bilder und Gefühle berührt werden, die sich dann auch als Traumgeschehen äußern.

Das kann dazu führen, daß die Wirkung eines Steins sehr unterschiedlich erscheint, obwohl es im Grunde dieselbe Qualität ist:

\* Die "Festigkeit" des Lapislazuli, die tagsüber für Bewußtheit und die Kontrolle des eigenen Raums sorgt ("Herrscher im eigenen Reich"), kann dann in der Nacht zu bleiernem Schlaf führen.

\* Die "Klärung" des hellen Amethysts, die tagsüber für Ruhe und inneren Frieden sorgt, kann in der Nacht "Entrümpelungsträume" auslösen, die zu Unruhe und schlechtem Schlaf führen.

\* Oder, wie bereits oben beschrieben: Die "Offenheit" des Larimar kann tagsüber zu bewußter Wahrnehmung und einem besseren "Verdauen" dieser Wahrnehmungen führen ("Schutz"), in der Nacht (und der darauf folgenden Zeit) jedoch eine stärkere Betroffenheit und größere Empfindlichkeit bewirken ("Schutzlosigkeit").

Dieselben Wirkungen also - doch aus verschiedenen Blickwinkeln (extrovertiert oder introvertiert) unterschiedlich erlebt. Es kann also durchaus ratsam sein, sich genau zu überlegen (oder gegebenenfalls auch energetisch auszutesten), wann bestimmte Steine zu tragen sind. Auf jeden Fall sollten Sie auf Ihr Gefühl hören, wenn Sie einen Stein "lieber nicht" in der Nacht oder "lieber nur" zu einer bestimmten Zeit tragen wollen. Und generell gilt natürlich: Achtsam sein und stets aufmerksam beobachten, was vor sich geht...

So weit nun das erste Resultat dieser Auswertung. Es wird sicher nicht das letzte Wort in dieser Angelegenheit sein, dafür liegen insgesamt noch zu wenige Berichte vor. Ich freue mich daher auch über weitere Rückmeldungen, insbesondere wenn Ihre Beobachtungen von den oben zitierten Berichten abweichen oder Ihre Schlußfolgerungen den obigen widersprechen. Denn wenn Widersprüche auftauchen, zeigt das, daß noch nicht alles verstanden ist - und dann wird es interessant, weiterzuforschen. Bisläng zeichnen alle Berichte allerdings ein weitgehend übereinstimmendes, sehr einheitliches Bild, wie oben geschildert.

Auf jeden Fall möchte ich mich an dieser Stelle noch einmal bei allen bedanken, die mit ihren Berichten zu dieser kleinen Studie beigetragen haben. Dafür ganz herzlichen Dank! - Ich hoffe, daß die Fragen, die in den Berichten hier und da aufgetaucht sind, mit dieser Zusammenfassung ihre Antwort gefunden haben.

Sollten sich weitere Erkenntnisse ergeben, werde ich in einem späteren Newsletter darüber berichten!

## **14 \_\_\_\_\_ Wichtiger Hinweis**

Die Angaben in diesem Newsletter zur Wirkung und Anwendung von Steinen sind zur allgemeinen Information gedacht und ersetzen bei Beschwerden nicht den fachkundigen Rat! Bitte suchen Sie daher bei Erkrankungen ÄrztInnen oder HeilpraktikerInnen Ihres Vertrauens auf. Trotz sorgfältiger Auswertung vorliegender Berichte kann ich sonst keine Garantie für die Wirksamkeit oder Unbedenklichkeit der Anwendungen übernehmen.

Liebe Freundinnen und Freunde der Steinheilkunde,

nach langer Zeit kommt heute wieder ein Newsletter aus Tübingen! Mehr als ein Vierteljahr ist nun ohne Nachrichten vergangen. Eine solche "Funkstille" entsteht bei mir meist nicht in Zeiten, in denen "nichts los" ist - sondern gerade in Zeiten, in denen sich sehr viel ereignet. Da bleibt einfach keine Zeit zum Newsletter schreiben...

Für lange Vorreden fehlt mir die Zeit auch nach wie vor, ausführlichere Berichte sind daher erst im Juli zu erwarten. Doch gibt es inzwischen einige Neuigkeiten, die ich gerne weitergeben möchte, ehe sie gar nicht mehr "neu" sind. Und natürlich gibt es wieder Informationen zur Steinheilkunde, sogar den Auftakt einer neuen Reihe: "Heilsteine aus der Heimat."

"Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah?" Dieses (leicht abgewandelte) Goethe-Zitat gilt auch für viele Steine unserer Heimat (womit ich hier großzügig "Europa" bezeichne). Doch da es sich bei den Heilsteinen aus der Heimat oft um "Edelgesteine" handelt, die in der bisherigen Literatur kaum erwähnt werden, soll diese Lücke nun geschlossen werden - mit (mindestens) einem Portrait pro Newsletter (s.u.)!

Insofern wünsche ich Ihnen wieder viel Freude beim Lesen!

Mit herzlichen Grüßen  
Michael Gienger

-----  
**5 \_\_\_\_\_ Neueröffnung Heilstein-Museum in Stockheim**

Am 17. Juli 2010 um 11.00 Uhr öffnet das erste Heilstein-Museum in Stockheim (am Rande des Naturparks Bayerische Rhön) seine Türen! 3000 Anschauungsobjekte präsentieren den BesucherInnen die Geschichte der Steinheilkunde, Kristallografie und Mineralogie sowie die praktische Anwendung von Heilsteinen. Begleitet wird die Eröffnung zudem mit einer Sonderschau zu Hildegard von Bingen sowie einem mehrtägigen Vortrags- und Workshop-Programm (vom 18. bis 25. Juli 2010).

Besondere Highlights der Eröffnungs-Woche:

- \* Verkaufsbörse mit Mineralien, Steinschmuck, Hildegard-Produkten und Kräutern
- \* Informationsstand zum Forschungsprojekt des Steinheilkunde e.V. (<http://www.steinheilkunde-ev.de>)
- \* Fotoausstellung "Metamorphose Licht & Stein" von Karola Sieber (<http://www.makrogalerie.de>)
- \* Steinobjekte eines Steinmetzmeisters
- \* Kunstausstellung "Feuer und Wasser" von Liisa Maurer
- \* sowie musikalische Darbietungen, Vorträge, Workshops und mehr...

Alle Angebote in der Eröffnungswoche sind kostenlos!

Detaillierte Informationen finden Sie hier:  
<http://www.lavandinum.de/html/museum.html>

Oder als PDF-Download auf meiner Homepage:  
<http://www.michael-gienger.de/news>

Kontakt und Anmeldung: Walter Hilsendegen, Tel.: 09776-706291, Mail:  
[walter.hilsendegen@steinheilkunde-ev.de](mailto:walter.hilsendegen@steinheilkunde-ev.de)

## **6 \_\_\_\_\_ Vorträge im Internet**

Dank den Mineralientagen München gibt es inzwischen interessante Vortragsaufzeichnungen im Internet: Unter anderem meinen Vortrag "Die ganzheitliche Steinheilkunde" sowie den Vortrag "Edel-Gesteine" von Bernhard Bruder (beide aufgezeichnet auf den Mineralientagen 2008).

Mit dem folgenden Link gelangen Sie direkt auf die Webseite der Mineralientage:  
[http://www.mineralientage.de/vortragende\\_2008.html](http://www.mineralientage.de/vortragende_2008.html)

Dort finden sich in der "Videogalerie" rechts vier sehr interessante Vorträge, u.a. die beiden oben genannten. Den Mineralientagen München (<http://www.mineralientage.de>) dafür ganz herzlichen Dank! Hoffentlich wird dieser tolle Service fortgesetzt...

## **7 \_\_\_\_\_ Steinheilkunde für Hunde**

Heilsteine wirken auch bei Tieren (was es Kritikern zunehmend erschwert, Steinwirkungen als bloße Placebo-Effekte abzutun), seit gut 20 Jahren mehren sich hier die Erfolgsberichte. Vor drei Jahren ist dazu bereits ein sehr empfehlenswertes Buch der Tierheilpraktikerin Michaela Stark erschienen:

Michaela Stark  
EDELSTEIN-THERAPIE FÜR HUNDE  
Aquamarin Verlag, 2007  
ISBN 978-3-89427-354-5

In diesem Buch zeigt Michaela Stark, wie Krankheiten oder Verhaltensstörungen von Hunden auf sanfte Weise behandelt werden können. Interessant ist insbesondere, mit welcher Aufnahmebereitschaft Hunde reagieren, wenn sie spüren, dass man ihnen mit Heilsteinen Hilfe und Stärkung zukommen lassen möchte. Wie gesagt, ein sehr empfehlenswertes Werk!

Heidi Handschiegl aus Gundelfingen hat sich über die praktische Seite der Anwendung Gedanken gemacht und dazu Hundedecken mit eingearbeiteten Täschen angefertigt, in denen die benötigten Steine untergebracht werden können. Mehr dazu auf der folgenden Homepage: <http://www.edle-hundedecken.de>

## **8 \_\_\_\_\_ Die 4. Revolution – Energie Autonomie**

Egal, was uns die Medien und Experten offizieller Organisationen erzählen: Die Energie-Wende steht vor der Tür!

Der Dokumentarfilm DIE 4. REVOLUTION - ENERGY AUTONOMY von Carl-A. Fechner steht für eine mitreißende Vision: Eine Welt-Gemeinschaft, deren Energieversorgung zu 100 Prozent aus erneuerbaren Quellen gespeist wird - für jeden erreichbar, bezahlbar und sauber! Eine globale Umstrukturierung, die Machtverhältnisse neu ordnet und Kapital gerechter verteilt, könnte jetzt beginnen. Wir müssen es nur tun!

Dieser Film gibt Antworten - und er macht Mut! Er zeigt, was möglich ist und was bereits schon geschieht. Man/frau geht nach Hause und möchte am liebsten sofort loslegen...

Daher der Tipp: Schauen Sie sich diesen Film unbedingt an! Laden Sie Freunde dazu ein und verbreiten Sie diese Informationen weiter. Sie können diese eMail auch gerne im eigenen Verteiler weiterleiten. Je mehr Menschen davon erfahren, desto besser!

Der Film läuft seit 18.März. Aktuelle Spielorte und Daten gibt es unter:

<http://www.4-revolution.de>

Der Film hat unter anderem zum Ziel, eine Community aufzubauen und Menschen und Organisationen miteinander zu vernetzen, die sich für die Vision der Energie Autonomie einsetzen. Hier gibt es mehr Informationen dazu: <http://www.energyautonomy.org>

## **9 \_\_\_\_\_ Stoppt die Atomkraft – jetzt!**

"Atomkraft ist eine Brückentechnologie ins solare Zeitalter" - so werben Union und FDP derzeit für längere AKW-Laufzeiten. Doch viele ihrer Abgeordneten sind unsicher, ob die WählerInnen ihnen das abnehmen. Deshalb tragen wir unseren Protest jetzt in ihre Wahlkreise. Helfen Sie mit, schicken Sie eine Protest-Mail!

Laut einer aktuellen Meinungsumfrage lehnen 63 Prozent der Bevölkerung längere AKW-Laufzeiten ab. Doch die PR-Strategen von Union und FDP glauben, sich darüber hinwegsetzen zu können. Atomenergie sei "die Brücke in eine neue Zeit" mit Erneuerbaren Energien, verkündete Umweltminister Norbert Röttgen. Welch dreiste Behauptung! Denn durch das rasante Wachstum der Erneuerbaren Energien können wir sogar viel schneller aussteigen als bisher vorgesehen.

Ob diese Brücke ins Nichts trotzdem gebaut wird, hängt von den Abgeordneten von FDP und CDU/CSU ab. Ohne sie wird es zu keiner Laufzeitverlängerung kommen. Sie schauen auf die Stimmung in ihrem Bundestagswahlkreis, wo sie wiedergewählt werden wollen: Schlägt ihnen massiver Unmut entgegen oder schlucken die WählerInnen daheim ein Comeback der Atomkraft? Hier wollen wir ansetzen - tragen Sie jetzt mit uns den Protest in Ihren Wahlkreis.

Fordern Sie von Ihrem/r Abgeordneten, Farbe zu bekennen!

PolitikerInnen von FDP und Union behaupten, dass ohne die Laufzeitverlängerungen Deutschland seine Klimaschutzziele nicht erreichen könne. Eine taktische Lüge. Denn zahlreiche wissenschaftliche Studien - auch vom Umweltbundesamt - belegen: Dank des schnellen Wachstums der Erneuerbaren Energien können wir sowohl auf neue Kohlekraftwerke verzichten als auch aus der Atomkraft aussteigen. Atomkraft ist eine Blockade- und keine Brückentechnologie, denn sie verstopft zunehmend die Stromnetze und blockiert sogar den Ausbau der Erneuerbaren.

Lesen Sie hier mehr zur Energiewende ohne Kohle und Atom:

<http://www.campact.de/atom2/info/5min4>

Schicken Sie den PolitikerInnen bei Ihnen vor Ort eine Protest-Mail!

Das geht ganz einfach - mehr dazu finden Sie hier:

<http://www.campact.de/atom2/wk1/wkmail>

[Diese Information habe ich von "Campact - Demokratie in Aktion" übernommen. Mehr dazu: <http://www.campact.de/campact/about/home>]

## **10 \_\_\_\_\_ Leben – eine Frage der Balance**

Unter obigem Titel findet sich bei YouTube ein netter Film über Sepp Bögle, Lebenskünstler und Steinkünstler aus Radolfzell am Bodensee. Unter der Adresse "An der Mole letzter Baum" ist Sepp den Sommer hindurch täglich anzutreffen (und auch postalisch zu erreichen), wo er Steine in Balance bringt - und damit auch für sich die Wahrheit in der Einfachheit findet:

<http://www.youtube.com/watch?v=5CcoPSNqgx4>

Unbedingt hineinschauen - und bei Gelegenheit in Radolfzell vorbeigehen. Der Besuch lohnt sich immer!

## **11 \_\_\_\_\_ HOME – ein Film über unser Dasein auf der Erde**

Und wenn wir schon bei "YouTube" sind, hier noch ein ganz hervorragender Film: "HOME" ist wunderschön anzusehen und verdeutlicht ganz klar, wie wir mit unserem Dasein auf der Erde eingewoben sind in die Natur - selbst wenn es uns nicht bewußt ist. Daher hat der Film auch eine wichtige Botschaft, für die ich den Regisseur selbst zitieren möchte:

"Wir leben in einer alles-entscheidenden Zeit. Wissenschaftler sagen uns, wir hätten nur 10 Jahre, um unsere Lebensweise zu ändern, um das Aufzehren von Rohstoffen zu verhindern und um eine katastrophale Entwicklung des Weltklimas zu verhindern. Jeder Einzelne muss an dieser gemeinsamen Anstrengung teilnehmen; und um so viele Leute wie möglich darauf aufmerksam zu machen, habe ich den Film HOME gedreht.

Damit der Film die größt-mögliche Verbreitung erhält, muss er umsonst sein; unser Sponsor, die PPR Gruppe hat dies ermöglicht. EuropaCorp, der den Vertrieb sicherstellt, hat sich bereiterklärt, keinen Gewinn aus HOME erwirtschaften zu wollen, weil der Film nicht auf wirtschaftlichen Erfolg angelegt ist.

Ich hätte gerne, dass HOME auch Ihr Film wird. Verteilen Sie ihn weiter. Und handeln Sie."  
Yann Arthus-Bertrand

Hier der direkte Link zum Film bei YouTube:

<http://www.youtube.com/watch?v=IbDmOt-vIL8&hl=de>

Bitte anschauen und weiterempfehlen. Vielen Dank!

## 12 \_\_\_\_\_ Centro d'Ompio - Seminarzentrum in Oberitalien

Ein Tipp für alle naturverbundenen Reisenden, Gruppen, SeminarleiterInnen und SeminarveranstalterInnen: Auf einer Sonnenterrasse im Vorgebirge des Monte Rosa hoch über dem Ortasee findet sich das Seminarzentrum Centro d'Ompio inmitten schönster Natur.

Das Centro d'Ompio wurde 1987 mit dem Ziel gegründet, einen Raum zu bieten, in dem Menschen lernen, ihre wahre Natur zu erkennen und ihr Potential zur vollen Entfaltung zu bringen.

Das Seminarzentrum liegt ca. 100 km nordwestlich von Mailand und ca. 70 km von der Schweizer Grenze entfernt. Die weite Anlage, die Gärten, die prächtigen Kastanienwälder, der Blick auf den mystischen Ortasee, die direkt spürbare Kraft der Natur und das milde Klima bilden ideale Voraussetzungen für Menschen, die sich öffnen wollen für inspirierende Begegnungen, kreative Tätigkeiten, persönliches Wachstum, Meditation und das gemeinsame Feiern des Lebens.

Das Centro d'Ompio wird von einem internationalen Team betrieben und bietet Aufenthaltsmöglichkeiten für Einzelpersonen, Familien und Gruppen bis zu 150 Personen.

Aktuell gibt es in den verschiedenen Gebäuden noch freie Termine:

MAINHOUSE: 14. - 20.06. / 17. - 24.07. / 06. - 27.09. / 25. - 31.10.

CASA: 06. - 30.06.2010

FELICINA: 12.- 30.09. / 10.- 17.09. / 01. - 30.11.

Neugierig geworden? Mehr zum Centro d'Ompio finden Sie im Internet unter:  
<http://www.ompio.org/de/seminarhotel/wir-ueber-uns>

## 13 \_\_\_\_\_ Glaukophanschiefer (Glaukophan-Eklogit)

Die Serie "Heilsteine aus der Heimat" soll mit dem ebenfalls aus Oberitalien stammenden Glaukophanschiefer eröffnet werden, der mitunter auch "Glaukophan-Eklogit" genannt wird. Dieses attraktive dunkel-blaue bis blauschwarze Gestein mit rotbraunen, grünen und weißen Einschlüssen war eines der ersten heimischen Gesteine, das Ende der 1990er Jahre berechtigterweise die Bezeichnung "Edelgestein" erhielt. Es wurde 1996 erstmals von Dr. Andreas Stucki verarbeitet und von der Fa. Siber+Siber in den Handel gebracht. Inzwischen hat es seinen festen Platz als Schmuckstein und Heilstein erobert.

Der im Handel verbreitete Glaukophanschiefer stammt aus dem unteren Aostatal in Oberitalien. Ein ähnliches Gestein gibt es auch in Spitzbergen, doch die besten Qualitäten finden sich in den Südalpen. Hauptbestandteil ist der namensgebende graublaue Glaukophan (griech. "glaukos" = "blau"), ein stets eisenhaltiges Natrium-Magnesium-Aluminium-Kettensilikat der Amphibolgruppe, Formel:  $\text{Na}_2(\text{Mg,Fe})_3(\text{Al,Fe})_2[\text{Si}_8\text{O}_{22}(\text{OH})_2]$ . Farbgebend ist das enthaltene Eisen.

Glaukophan ist ein charakteristisches metamorphes Mineral, das hohen Druck, aber (geologisch betrachtet) niedrige bis mäßige Temperaturen anzeigt. Es bildet sich aus ozeanischem Basalt, wenn basaltreicher Meeresgrund unter Kontinente geschoben wird (Subduktion) und dabei Tiefen bis zu 50 km erreicht. Bei einem Druck von rund 15 bis 16

kbar und Temperaturen von 300 bis 500° C erfolgt die Umwandlung des magmatischen Basalts in den metamorphen Glaukophanschiefer.

Dieser Bildungsbereich wird in der Geologie "Eklogit-Fazies" genannt, daher ist es geologisch betrachtet korrekter, von einem Glaukophan-Eklogit zu sprechen. Da das Gestein jedoch ein schieferiges Aussehen besitzt, ist als rein beschreibende Bezeichnung auch der Name Glaukophanschiefer in Ordnung.

Neben dem graublauen Glaukophan beinhaltet das Gestein weitere Mineralien wie rotbraunen Granat (Almandin-Pyrop), grünen Jadeit, hell- bis grasgrünen Omphazit (chromhaltiger Mischkristall von Jadeit und Diopsid) und gelblichen Epidot. Calcit, Quarz, Feldspat (Albit), Talk (Steatit) und Klinozoisit bilden die meist weißen Bestandteile. Diese bunte Mineralgesellschaft hebt sich kontrastreich vom dunklen Glaukophan ab und verleiht dem Gestein sein einzigartiges und attraktives Aussehen.

In der Steinheilkunde erregte Glaukophanschiefer Aufmerksamkeit, da viele Menschen spontane Reaktionen auf diesen Stein zeigten, selbst wenn sie sich zuvor nie mit der Heilkraft der Steine beschäftigt hatten. Als ich den Glaukophanschiefer im Jahr 2000 auf der Intergem-Messe in Idar-Oberstein kennenlernte, konnte ich selbst ein entsprechendes Phänomen beobachten: Eine zufällig vorbeikommende Besucherin sah die Steine, ergriff einen - und sofort begann sich an ihrem Arm eine Gänsehaut zu bilden, die langsam vom Handgelenk ausgehend den Arm "hinaufkroch". Verbunden damit spürte sie einen deutlichen Energiefluß in ihrem Arm.

Meine Neugier war geweckt! Ich erwarb ein ganzes Lot Rohsteine, ließ sie bearbeiten und stellte sie dem Steinheilkunde e.V. als Teststeine zur Verfügung. Da die Mineralzusammensetzung des Gesteins schwankt, wurden die Proben in vier einheitliche Kategorien sortiert und in vier verschiedenen Gruppen an insgesamt 191 Probanden getestet. Die Testpersonen trugen den Stein vier Wochen lang (in Einzelfällen wurde früher abgebrochen), meist tagsüber, mitunter auch Tag und Nacht. Anschließend wurden die Testergebnisse mit Fragebögen erfaßt und von verschiedenen Personen bzw. Teams ausgewertet, wobei die Auswerterinnen keine Kenntnis der Testergebnisse anderer Gruppen hatten. Doch die Parallelen in den im Oktober 2002 veröffentlichten Testergebnissen waren mehr als auffällig:

Zunächst bestätigte sich die schnelle und intensive Wirkung des Steins: Reaktionen kamen rasch und oftmals heftig, in positiver wie negativer Richtung! Entsprechend gab es völlig begeisterte Urteile ebenso wie die Anregung, den Stein prinzipiell zu verbieten. Ob der Stein nun positiv oder negativ erlebt wurde, hing häufig von der Ausgangssituation ab: Für Menschen, die gerade ein eher ruhiges Leben ohne Wunsch nach gravierenden Veränderungen führten, war der Stein manchmal die Hölle. Umgekehrt kann ich mich an eine Testteilnehmerin erinnern, die kurz zuvor nach Jahren der Abgeschiedenheit in einem abgelegenen Haus in den italienischen Alpen zu ihrem neuen Partner und dessen vier Kindern mitten in eine Stadt des Ruhrgebiets gezogen war. Sie fand den Stein einfach prima...

Die Intensität der Wirkung, die tatsächlich heftig sein kann, die Widersprüchlichkeit des Erlebens (von Begeisterung bis Depression) und dessen Abhängigkeit von der Ausgangssituation, konnte ich in den inzwischen vergangenen sieben, acht Jahren oft beobachten. Daher möchte ich allen weiteren Ausführungen zu diesem Stein eine Warnung voranstellen: Wenn Sie im Augenblick ein angenehmes, geruhames Leben führen, mit sich selbst und ihrer Umwelt zufrieden sind und keinen Grund für Veränderungen sehen, dann

lassen Sie bitte die Finger vom Glaukophanschiefer! Denn möglicherweise steht sonst ganz plötzlich vieles Kopf in Ihrem Leben und mit der Ruhe ist es vorbei. - Wenn Sie sich aber unter Druck fühlen, wenn der Streß Sie auffrißt und Sie nicht wissen, wie Sie all die Ansprüche geregelt bekommen sollen, die Sie selbst oder andere an Sie richten, wenn im Augenblick alles eher schwierig, mühselig oder gar unüberwindbar erscheint, dann könnte Glaukophanschiefer für Sie möglicherweise ein nützlicher Stein sein. Interessanterweise ist er nach einer gewissen Pause auch seit Herbst 2008 wieder zunehmend gefragt...

Denn was alle vier Tests des Steinheilkunde e.V. übereinstimmend bestätigen: Glaukophanschiefer ist ein kraftvoller Stein, der die Konfrontationsfähigkeit fördert! Daher kann er eine enorme Hilfe sein, wenn es gilt, eine Krise zu überwinden, schwierige Lebenssituationen zu meistern, große Veränderungen zu vollziehen oder sich mit wichtigen Anliegen durchzusetzen. Der Stein hilft, sich mit Unangenehmem auseinander zu setzen und fördert oft von innen heraus den Wunsch, Unstimmigkeiten und Konflikte zu klären, Unausgesprochenes mitzuteilen und zurückgehaltene Gefühle zu äußern. Insbesondere auch Zorn und Wut, was zwar durchaus zu Streit führen kann, die eigene Galle aber außerordentlich freut!

Mit der seelischen Entladung und Entlastung (die spürbar wird, wenn die ersten heftigen Reaktionen überstanden sind) geht meist auch eine körperliche Entspannung und Entgiftung einher. Allerdings werden auch dabei zunächst die Ausgangszustände bewußter wahrgenommen: Schmerzen und Verspannungen zeigen sich (häufig im Kopf- und Schulterbereich sowie in den Gelenken), um dann allmählich gelöst zu werden. Ebenso treten Entgiftungsreaktionen auf: Kopfschmerzen (insbesondere, wenn zuwenig getrunken wurde), intensiv riechender und meist dunkler gefärbter Urin, mitunter auch Durchfall oder Hautreaktionen (Schweiß, verstärkte Akne etc.). Selbst die Menstruationsblutung, deren entgiftende Wirkung nicht unterschätzt werden sollte, wird manchmal stärker. Werden Symptome dieser Art zu unangenehm oder kritisch, ist es ratsam, die Anwendungsdauer des Steins zu reduzieren, ihn also z.B. nur wenige Stunden tagsüber zu tragen.

Doch selbst bei kurzen Anwendungszeiten wirkt Glaukophan oft geraume Zeit nach. Am Nachmittag getragen kann er sich noch auf das Traumerleben auswirken, das deutlich intensiver wird. Einerseits nehmen die sog. "Entrümpelungsträume" zu, in denen wir noch "unverdautes" Tagesgeschehen verarbeiten, andererseits kann im Traum eine Lebendigkeit und Wahrnehmungskraft entstehen, die jener des Wachbewußtseins in nichts nachsteht. Bis hin zu bewußten geistigen Reisen während des Schlafs...

Insgesamt geht die Wirkung des Glaukophans mit einem starken Drang nach Freiheit und Befreiung einher. Befreiung von allem, was einengt, drückt, beschwert, klein und ohnmächtig macht oder am eigenen Leben und Bestreben hindert. Offenbar spiegelt sich hier die metamorphe Entstehung unter hohem Druck wieder. Die angestrebte Freiheit ist jedoch keine Ungebundenheit (à la Opal) oder Losgelöstheit (à la Moldavit), sondern die Freiheit der Selbstbestimmung, die Freiheit, eine eigene Wahl treffen zu können, das Leben nach eigenen Entscheidungen gestalten zu können. Verantwortung und Verpflichtungen werden durchaus wahrgenommen und erfüllt - aber auf eigene, selbstbestimmte Weise!

Glaukophanschiefer kann daher insbesondere für Menschen eine Hilfe sein, die in großen Veränderungen stehen und sich bei deren Bewältigung gehindert fühlen. Sei es durch äußere Umstände und Widerstände oder durch die Anhaftung an innere Muster und Blockaden. Glaukophanschiefer fördert in diesen Fällen die notwendige ("die Not wendende") Kraft und Konfrontationsfähigkeit und hält das zu lösende Thema hartnäckig präsent, bis es in Angriff

genommen, bearbeitet und erledigt wird. Daher wird er zwar zu Beginn der Anwendung oft als heftig und unangenehm, nach vollbrachter Wirkung jedoch als sehr befreiend erlebt. Wobei ich anmerken möchte, daß er uns die Arbeit nicht abnimmt, denn die erzielte Wirkung ist letztendlich das Resultat des eigenen Betrachtens und Tuns...

Zusammenfassend läßt sich das "Wirkungsbild" des Glaukophanschiefers wie folgt charakterisieren:

**GEISTIG** ist Glaukophanschiefer ein Stein der Transformation und Freiheit, der dazu beitragen kann, genau jene Wandlungen im Leben zu vollziehen, die zu mehr Selbstbestimmung führen. Er verbessert die geistige Präsenz und Wahrnehmung, insbesondere die Selbstwahrnehmung. Dadurch werden bestehende Zustände bewußter und genauer erkannt, was die Chancen zur Veränderung und Verbesserung erhöht sowie Lebensbejahung und Kreativität stärkt. Glaukophanschiefer ist daher insbesondere ein Stein für Phasen großer Veränderungen im Leben.

**SEELISCH** hilft Glaukophanschiefer, Unangenehmes konfrontieren zu können, Gefühle zu äußern und zu leben (gelegentlich auch heftigen Emotionen wie Wut und Zorn Ausdruck zu verleihen) sowie Konflikte aus eigenem Antrieb zu lösen. Auch die unbewußte Verarbeitung von Eindrücken und Erlebnissen im Traum wird angeregt und das Traumerleben oftmals intensiver und lebendiger - was zunächst zu einem erhöhten Schlafbedürfnis und tagsüber zum Wunsch nach Ruhe und Rückzug führen kann, bevor der Schlaf nach einiger Zeit tiefer und erholsamer wird. Insgesamt macht Glaukophanschiefer jedoch resistenter gegen Streß und hilft, sich von Enge, Druck und Belastungen zu befreien.

**MENTAL** fördert Glaukophanschiefer die Konzentrationsfähigkeit. Zwar wird dies zu Beginn der Anwendung oft gegenteilig erlebt, da wir plötzlich mit vielem konfrontiert sind, das zuvor ignoriert wurde, doch nach und nach wird das Denken klarer und nachdrücklicher, Lern- und Merkfähigkeit werden verbessert. Dadurch regt der Stein an, Mißverständnisse zu klären, und macht mitunter auch selbstkritisch. Oftmals hält er die Aufmerksamkeit so lange auf ein Problem, einen Konflikt oder einen Widerspruch im eigenen Denken gerichtet, bis wir dessen Lösung gemeistert haben.

**KÖRPERLICH** verbessert Glaukophanschiefer die Körperwahrnehmung und stärkt die Sinne, insbesondere bei nachlassender Sehkraft oder Schwerhörigkeit. Glaukophanschiefer macht Schmerzen und Verspannungen bewußt und hilft, diese zu lösen. Er stärkt Verdauung und Kreislauf und regt die Entgiftung an. Dadurch werden Menstruationsblutungen zwar mitunter stärker, häufig jedoch auch schmerzfreier. Aus dem Blickwinkel der TCM stärkt Glaukophanschiefer die Wandlungsphase Wasser, wodurch er einerseits dazu beiträgt, verbrauchte Energiereserven zu regenerieren und die Leistungsfähigkeit zu stabilisieren, sowie andererseits bei Beschwerden der Nieren, Harnblase, Geschlechtsorgane und des Hormonsystems helfen kann.

Insgesamt also ein intensiver, mitunter auch heftig und nachhaltig wirkender Heilstein. Auch nach dem Absetzen halten seine Wirkungen oft noch stunden- und tagelang an. Daher ist er vorsichtig einzusetzen, besser regulierbare äußere Anwendungen (Auflegen, Tragen etc.) sind zumindest zu Beginn gegenüber länger wirkenden wie Edelsteinwasser etc. vorzuziehen. Im Zweifelsfall nur ein, zwei Stunden tragen und dann die Wirkung abwarten. Bei Bluthochdruck oder Herzbeschwerden sollte er nur unter Aufsicht von ÄrztInnen oder HeilpraktikerInnen verwendet werden. Das Gegenmittel zum Beruhigen allzu heftiger Reaktionen ist Rhodonit.

Auf jeden Fall ist Glaukophanschiefer ein sehr interessanter und wirkungsvoller Heilstein aus der Heimat! Ein metamorpher Power-Stein aus der alpinen Gebirgsbildung. Und ein Stein für SkeptikerInnen, die von sich sagen, sie würden nie etwas spüren...

Weiterführende Informationen bieten die Auswertungen der vier Testergebnisse vom Forschungsprojekt des Steinheilkunde e.V. Veröffentlicht im Oktober 2002 in der Ausgabe Nr. 6 der Zeitschrift "Opalitho" (ebenfalls herausgegeben vom Steinheilkunde e.V.) oder als Einzelauswertung direkt dort erhältlich:

Steinheilkunde e.V., Obere Stadt 8, 95326 Kulmbach, Tel.: 09221-6919660, Fax: 09221-6919836, Mail: [info@steinheilkunde-ev.de](mailto:info@steinheilkunde-ev.de), <http://www.steinheilkunde-ev.de>

Diesen Artikel finden Sie samt Foto auch als kostenlosen PDF-Download auf meiner Homepage: <http://www.michael-gienger.de/downloads>

## 14 \_\_\_\_\_ Wichtiger Hinweis

Die Angaben in diesem Newsletter zur Wirkung und Anwendung von Steinen sind zur allgemeinen Information gedacht und ersetzen bei Beschwerden nicht den fachkundigen Rat! Bitte suchen Sie daher bei Erkrankungen ÄrztInnen oder HeilpraktikerInnen Ihres Vertrauens auf. Trotz sorgfältiger Auswertung vorliegender Berichte kann ich sonst keine Garantie für die Wirksamkeit oder Unbedenklichkeit der Anwendungen übernehmen.

-----  
Weitere Newsletter erscheinen immer wieder, unregelmäßig zwar, doch stets mit reichhaltigen Informationen. Wenn Sie keine Newsletter verpassen wollen, abonnieren Sie diese einfach. Entweder über meine Homepage: [www.michael-gienger.de/news](http://www.michael-gienger.de/news)

Oder einfach per Mail an [news@michael-gienger.de](mailto:news@michael-gienger.de)  
Ich würde mich freuen, von Ihnen zu hören!

Herzliche Grüße  
Michael Gienger

-----  
+ \_\_\_\_\_ Kontakt / Impressum

Michael Gienger GmbH  
Medienagentur, Tübingen  
USt.Id.Nr. DE 811471801  
Fürststraße 13  
72072 Tübingen  
Tel.: (07071) 36 47 20  
Fax: (07071) 3 88 68  
Mail: [buecher@michael-gienger.de](mailto:buecher@michael-gienger.de)  
Web: [www.michael-gienger.de](http://www.michael-gienger.de)

~

= newsletter-design  
von clauswilcke.com