

LESEPROBE

Der Neue Erde Verlag und die Marco Schreier Mineralienhandlung GmbH
präsentieren

„Die Heilsteine Hausapotheke“

Gienger, Michael; ISBN 978-3-89060-078-9



Hinweis: Alle Angaben sind die alleinige Meinung des Autors:
Die Leseprobe dient ausschliesslich dem Kennenlernen des Buches. Weiter-
gehende Empfehlungen, gerade auch über den Gebrauch der Steine, gibt
die Marco Schreier Mineralienhandlung GmbH hiermit nicht ab.

Hinweis des Verlages

Die Angaben in diesem Buch sind nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt und die Heilwirkungen der Steine wurden sorgfältig überprüft. Da jeder Mensch aufgrund seiner individuellen Konstitution jedoch unterschiedlich reagiert, können weder Verlag noch Autor im Einzelfall eine Garantie für die Wirksamkeit oder Unbedenklichkeit der Anwendungen übernehmen. Dieses Buch ersetzt keinen ärztlichen oder therapeutischen Rat. Wenden Sie sich daher bei ernstesten gesundheitlichen Beschwerden an ihren Arzt oder Heilpraktiker.

10. Auflage 2016

Michael Gienger

Die Heilsteine Hausapotheke

© Michael Gienger/Neue Erde GmbH 1999/2004

Deutsche Originalausgabe

Alle Rechte vorbehalten.

Titelseite:

Gestaltung: Dragon Design, GB

Fotos: Christopher Cornwell, GB; Ines Blersch

Satz und Typographie: Dragon Design, GB

Gesetzt aus der Garamond Condensed

Abbildungen: Fred Hageneder

Gesamtherstellung: Appel & Klinger, Schneckenlohe

Printed in Germany

ISBN 978-3-89060-078-9

Neue Erde GmbH

Cecilienstr. 29 · 66111 Saarbrücken

Deutschland · Planet Erde

www.neue-erde.de



Inhalt

Vorwort	11
---------------	----

Teil 1: Einführung in die Steinheilkunde

Die Steinheilkunde	16
Die Methoden der Steinheilkunde	18
Nachschlagewerk und Ratgeber	20
Die Anwendung von Heilsteinen	21
Reinigen und Aufladen von Heilsteinen	24
Selbstmedikation oder fachkundige Hilfe?	25
Abschließende Anmerkung	26

Teil 2: Heilen mit Steinen

Hilfe und Heilung von A bis Z	30	Bandscheibenbeschwerden	48
Abszeß	32	Bauchschmerzen	49
Akne	32	Beine, offene (Beinulkus)	52
Allergien	33	Bettnässen	54
Alpträume	35	Bindehautentzündung	55
Angina	36	Blähungen	56
Angst	37	Blasenbeschwerden	57
Arterienverkalkung	39	Blasenbildungen	58
Asthma	40	Blutdruck	59
Augenermüdung	41	Bluterguß	62
Augenleiden (generell)	42	Blutungen, leichtere	62
Augenzittern (Nystagmus)	47	Bronchitis	63

Cellulite	64	Herzbeschwerden	120
Darmbeschwerden	65	Heuschnupfen	122
Depression	71	Hexenschuß	123
Diabetes	73	Husten	124
Durchblutungsstörungen	75	Hyperaktivität	125
Durchfall	76	Immunistärkung	135
Eisenmangel	77	Insektenstiche	136
Empfängnisverhütung	78	Juckreiz	138
Entgiftung/Entschlackung	78	Karpaltunnelsyndrom	139
Entzündungen	81	Kniebeschwerden	140
Erbrechen	83	Knochenbrüche	142
Erkältung	84	Konzentrationsstörungen	143
Erschöpfung	87	Kopfschmerzen	144
Fehlsichtigkeit	88	Krampfadern	146
Fieber	90	Krämpfe	147
Fruchtbarkeit	92	Krebs	148
Füße, kalte	94	Kreislaufbeschwerden	154
Füße, müde	95	Kummer	156
Fußpilz	96	Leberstärkung	157
Gallenbeschwerden	96	Lernschwierigkeiten	159
Geburt	99	Lymphsystem, Anregung	161
Gedächtnisschwäche	101	Magenbeschwerden	162
Geldsorgen	102	Meniskusbeschwerden	164
Gelenkbeschwerden	102	Menstruationsbeschwerden	164
Gicht	104	Migräne	166
Gliederschmerzen	106	Milchbildung	167
Grauer Star (Katarakt)	106	Mittelohrentzündung	168
Grippe	107	Müdigkeit und Schwäche	170
Grüner Star (Glaukom)	109	Mundbeschwerden	171
Halsschmerzen	111	Muskelschwäche	172
Hämorrhoiden	114	Muskelverletzungen	173
Hautpflege	115	Nackenverspannungen	174
Heimweh	116	Narben	175
Heiserkeit	118	Nasenbluten	176
Herpes	119	Nebenhöhlenentzündung	177

Nervenbeschwerden	178	Sonnenstich	231
Nervosität	180	Sprachstörungen	232
Neurodermitis	181	Stillen	232
Nierenstärkung	183	Stimmverlust	233
Ödeme	185	Stottern	234
Ohrenbeschwerden	186	Streß	235
Operationen	188	Taubheitsgefühle	238
Osteoporose	190	Temperaturrempfindlichkeit	238
Pilzinfektionen	191	Tennisellenbogen	241
Potenzstörungen	192	Tinnitus	243
Prellungen	194	Trauer	243
Prostatavergrößerung	195	Übelkeit	244
Regeneration	196	Überbein	245
Reisekrankheit	197	Übergewicht	246
Rheuma	198	Übersäuerung	249
Rückenschmerzen	201	Verbrennungen	250
Schielen	203	Vergeßlichkeit	252
Schilddrüsenbeschwerden	204	Verspannungen	252
Schlafstörungen	206	Verstauchung	254
Schlaganfall	209	Verstopfung	254
Schmerzen	211	Wachstumsstörungen	256
Schnarchen	213	Wadenkrämpfe	258
Schnittwunden	214	Warzen	259
Schnupfen	214	Wechseljahre, Beschwerden	259
Schock	216	Wetterfähigkeit	260
Schuppen	217	Wundheilung	261
Schuppenflechte (Psoriasis)	218	Wundliegen (Dekubitus)	262
Schürfwunden	220	Zähneknirschen	263
Schutzbedürfnis	220	Zahnen	264
Schwachsichtigkeit	222	Zahnerkrankungen	265
Schwangerschaft	224	Zahnfleischerkrankungen	266
Sehnenscheidenentzündung	225	Zahnschmerzen	266
Sexualität	228	Zeckenabwehr	267
Sodbrennen	229	Zerrungen	270
Sonnenbrand	230	Zysten	271

Teil 3: Die Heilsteine Hausapotheke

Die Zusammenstellung der Hausapotheke	276	Feueropal	300
Die Reiseapotheke	277	Fluorit	300
Die kleine Hausapotheke	279	Gagat	302
Die große Hausapotheke	281	Granat Pyrop	302
Formen und Signaturen	284	Hämatit	302
Heilsteine von A bis Z	289	Heliotrop	302
Achat	290	Karneol	302
Amazonit	292	Kunzit	304
Amethyst	292	Landschafts-Jaspis	304
Antimonit	292	Lapislazuli	304
Apatit	292	Larimar	304
Apophyllit	294	Lavendel-Jade	304
Aquamarin	294	Magnesit	304
Aragonit	294	Malachit	304
Aventurin	294	Mondstein	306
Bergkristall	294	Mookait	306
Bernstein	294	Moosachat	306
Biotit-Linse	296	Moosachat rosa	306
Bronzit	296	Nephrit	306
Calcit	296	Obsidian	306
Chalcedon blau	296	Ozeanachat (Ozeanjaspis)	308
Chalcedon rosa	296	Peridot	308
Chrysoberyll	298	Prasem	308
Chrysokoll	298	Pyritsonne	308
Chrysopras	298	Rauchquarz	310
Citrin	298	Rhodochrosit	310
Diamant	298	Rhodonit	310
Diaspor	298	Rosenquarz	310
Dioptas	300	Rubin	310
Dumortierit	300	Rutilquarz	310
Edelopal	300	Sarder	312
Epidot	300	Sardonyx	312
		Serpentin	312

Vorwort

Seit der Veröffentlichung meines Buchs *Die Steinheilkunde* entwickelte sich die Analytische Steinheilkunde in rasantem Tempo. Als einfach zu handhabendes und klar strukturiertes Naturheilverfahren sowie aufgrund des mineralogischen Hintergrunds der ermittelten Heilwirkungen hielt die Steinheilkunde Einzug in viele Naturheilpraxen. Die auf diese Weise in den vergangenen neun Jahren nach der Veröffentlichung der »Steinheilkunde« gesammelten Erfahrungen ermöglichen nun endlich, eine Auswahl der besten praktisch erprobten Anwendungen zu einem Ratgeber zusammenzufassen. Die vorliegende »Heilsteine Hausapotheke« enthält die Essenz dieser Erfahrungen und ist so zusammengestellt, daß jedermann mit ihrer Hilfe die eigene Gesundheit fördern und jene Leiden, die selbständig behandelt werden können, auch in eigener Verantwortung lindern und heilen kann. Natürlich kann und darf eine »Hausapotheke« nicht den Arzt oder Heilpraktiker ersetzen. Schon bei Erscheinungen wie Bauch- oder Kopfweg macht eine Vielzahl von Ursachen fachkundigen Rat notwendig, wenn man nicht mit völliger Sicherheit Verspannungen (Kopfweg) oder Fast Food (Bauchweg) als Quelle des

Schmerzes kennt. Entsprechende Hinweise sind daher in diesem Buch bei den betreffenden Kapiteln enthalten. Auf der anderen Seite ist persönliche Verantwortung für die eigene Gesundheit dringend geboten! Nicht jeder Schnupfen bedarf eines Arztes und die Kostenexplosion im Gesundheitswesen rät dringend zu einem sorgfältigeren Umgang mit Körper und Wohlbefinden. Die zunehmende Resistenz von Krankheitserregern gegenüber Antibiotika und anderen Medikamenten mahnt außerdem daran, diese Medikamente für den Notfall aufzusparen und einfache Beschwerden naturheilkundlich zu behandeln. Als weitgehend nebenwirkungsfreies und - bei sachgemäßer Verwendung der Steine -ungiftiges Naturheilverfahren, das zudem keine Immunsisierung von Krankheitserregern verursacht, ist die Steinheilkunde hier als Alltagshilfe besonders geeignet. Auch dies ist einer der Gründe für ihren großen Erfolg.

Ein zweites wesentliches Anliegen der *Heilsteine Hausapotheke* ist es, in der inzwischen fast unüberschaubaren Flut von Heilsteinen (einzelne Bücher benennen über 700 einzelne Steine) jene Steine herauszuheben, deren Anschaffung für den häuslichen Gebrauch tatsäch-

lich sinnvoll ist. Rhodonit zur Wundheilung oder bei Insektenstichen, Heliotrop gegen Erkältungen und Entzündungen sowie Pyritsonnen gegen Schmerzen - das sind Steine, die man vorsorglich zur Hand haben sollte. Wie bei vielen anderen Heilweisen, gibt es auch in der Steinheilkunde inzwischen »Klassiker«, die sich in -zigtausenden von Fällen bewährt haben, und spezielle Steine, die nur bei ganz bestimmten Menschen in ganz bestimmten Situationen wirksam sind. Wird hier nicht klar unterschieden, ist man gerade als Laie oft überfordert, unter den dargestellten Heilsteinen den richtigen zu finden. Die »Heilsteine Hausapotheke« bietet diese Klarheit und Sicherheit bei der Auswahl der Steine.

Das Erstellen dieser Hausapotheke war in den wenigen Jahren nach dem Erscheinen der »Steinheilkunde« nur durch die Zusammenarbeit vieler Forscher und Praktiker möglich. Ganz besonders dankbar bin ich hier den Teilnehmerinnen des Cairn Elen Netzwerks, mit denen ich die Erfahrungen zu diesem Buch zusammentragen durfte. Ohne die gemeinsame Arbeit und den Wissensaustausch im Netzwerk hätte dieses Buch nicht erstellt werden können. Auch wenn dies in der Widmung bereits geschehen ist, möchte ich allen Cairn Elen Netzwerkerinnen an dieser Stelle noch einmal ganz herzlich danken, insbesondere Herrn Rainer Strebei, Heilpraktiker in Schorndorf, für das Korrekturlesen dieses Buchs und die vielen hervorragenden heilkundlichen Hinweise, sowie Frau Michelle Zeuner-Mayer für die sorgfältige Zusammenstellung des dritten Teils in diesem Buch!

Ebenso möchte ich Herrn Andreas Lentz vom Neue Erde Verlag für sein En-

gagement für die Steinheilkunde danken. Ich freue mich sehr, daß meine Bücher im Neue Erde Verlag erscheinen dürfen, wo Bücher aufgrund ihres Inhalts, ihrer Botschaft verlegt werden und wo ein partnerschaftliches Verhältnis zwischen Verlag und Autor selbstverständlich ist. Dies ist im heutigen »Medienbusiness« sehr selten geworden. Auch Fred Hageneder von Dragon Design danke ich für die gewohnt gute Zusammenarbeit, die Grafiken und gestalterische Umsetzung meiner Zeilen sowie Irres Blerch für die Fotografien, welche die Steine und ihre Qualitäten nicht nur sichtbar, sondern richtiggehend spürbar werden lassen.

Doch damit genug der Vorreden, wenden wir uns nun der »Heilsteine Hausapotheke« zu, welche hoffentlich einen Beitrag dazu leisten wird, die Kräfte der Edelsteine, Mineralien und Gesteine zur Heilung und Gesundheit, und damit zum Wohle aller Wesen zu weihen.

Tübingen
im Frühjahr 1999/Winter 2004
Michael Gienger

Immunistärkung

In kurzen Abständen wiederkehrende Infektionen und Erkrankungen weisen auf eine geschwächte Immunabwehr hin. Um nicht jede »umgehende« Krankheit ebenso umgehend »einzufangen« ist es daher sinnvoll, vorbeugend das eigene Immunsystem zu stärken. Dazu ist natürlich Entschlackung notwendig (vgl. Kapitel Entgiftung/ Entschlackung), da ein durch Schlackenstoffe vorbelastetes Gewebe Krankheitserregern die Ausbreitung ermöglicht und dem eigenen Immunsystem die Arbeit erschwert. Neben einer gesunden Ernährung auf Naturkostniveau und regelmäßigen Reinigungskuren (Heilfasten, Frühlingkräuterkur) hat sich zur täglichen Entschlackung das »Ölziehen« bewährt. Dabei wird hochwertiges kaltgeschlagenes Sonnenblumenöl über 10 bis 20 Minuten im Mund und zwischen den Zähnen bewegt und anschließend ausgespuckt (gründlich warm ausspülen, keinesfalls schlucken!). Im Sonnenblumenöl sammeln sich auf diese Weise viele Gift- und Schlackenstoffe, was insbesondere Mund, Zahnfleisch, Zähne und Atemwege reinigt und so in erster Linie Erkältungen usw. vorbeugt.

Weiterhin ist Abhärtung sehr wichtig, da nur ein »regelmäßig trainiertes« Immunsystem wirklich reaktionsfähig bleibt. Bewegung an der frischen Luft (bei jedem Wetter!), Schlafen bei offenem Fenster und Warm-kalt-Wechselduschen sind hierfür bewährte Hausmittel. Insbesondere für Menschen, die keine körperlich anstrengende Tätigkeit ausführen, ist es wichtig, den Körper öfter einmal an der frischen Luft »zum Schwitzen zu

bringen«. Dazu eignet sich Fahrradfahren, Bergwandern, Holzhacken u.v.m. Yoga, Tai Chi und ähnliche Übungen im Freien sowie regelmäßiges Klopfen auf den Thymus (Brustbein zwischen Herz und Kehle) sind ebenfalls immunstärkend.

Natürlich spielt auch der Abbau von Streß und seelischen Belastungen zur Stärkung des Immunsystems eine wichtige Rolle. Gerade bei der Immunabwehr ist bekannt, daß sie in direkter Resonanz zur eigenen seelischen Verfassung steht. »Wunde Punkte« im Leben, alte Schmerzen, Verletzungen, Sorgen und Ängste sowie aktuelle Konflikte, Schwierigkeiten und Probleme sollten gelöst werden, ggf. mit therapeutischer Hilfe. Auch hier können die u. g. Heilsteine unterstützend helfen.

Wenn nun tatsächlich eine Krankheits-Epidemie in der Umgebung ausgebrochen ist, vor der man sich schützen will, hilft schließlich die Einnahme von Echinacea-Präparaten (Sonnenhut) das Immunsystem gegen Infektionen zu stärken. Heilsteine können ebenso zum Schutz gegen Erkrankungen sowie zum »Wiederaufbau« des Immunsystems nach schweren Erkrankungen genutzt werden.

Chrysokoll stärkt das Immunsystem durch die Reinigung von Gewebe und Lymphsystem. Er kann bei starker Infektionsanfälligkeit vorbeugend verwendet oder zur Beschleunigung der Heilung während der Erkrankung eingesetzt werden. Chrysokoll hilft, auch seelisch stabiler zu werden, insbesondere wenn man sich überfordert, verwirrt oder emotional völlig aus dem Gleichgewicht fühlt.

Heliotrop ist insbesondere bei beginnenden Erkrankungen oder eitrigen

Prozessen hilfreich. In beiden Fällen unterstützt er die Immunabwehr darin, Krankheitserreger abzutöten und die Erkrankung auf diese Weise »auszugrenzen« (entweder aus dem Körper fernzuhalten oder lokal zu beschränken). Auch seelisch fördert Heliotrop die Fähigkeit, sich zu schützen, abzugrenzen und unerwünschte Einflüsse abzuwehren.

Epidot hilft, die Immunabwehr nach schweren Erkrankungen wieder aufzubauen und die körperlichen Funktionen wieder zu normalisieren. Er wird insbesondere dann verwendet, wenn nach einer Erkrankung noch lange Zeit eine starke Schwäche oder Infektionsanfälligkeit vorliegt. Seelisch hilft Epidot auch bei Erschöpfungszuständen aufgrund von Überarbeitung, Belastung und schmerzhaften Erlebnissen. Er erleichtert die Überwindung von Frustration, Kummer, Selbstmitleid und Gram und verbessert so die eigene seelische Verfassung.

Ozeanachat (Ozeanjaspis) ist einer der besten immunstärkenden Heilsteine. Er fördert die Entgiftung und Entschlackung des Gewebes, den Fluß der Lymphe und die Reaktionsfähigkeit des Immunsystems. Er kann sowohl vorbeugend in Zeiten höherer Infektgefahr als auch in allen Phasen viraler oder bakterieller Infektionen eingesetzt werden. Besonders hilfreich ist er bei hartnäckigen oder sehr schwächenden Erkrankungen. Hier bringt er neue Kraft und neuen Schwung in den Heilungsprozeß.

Alle genannten Heilsteine sollten zur Stärkung des Immunsystems über längere Zeit als Armband, Kette, Anhänger, gebogener Trommelstein oder Schmuckstein getragen werden. Auch die innere Einnahme der Edelstein-Essenz (2x täg-

lich 3 - 5 Tropfen, bei Bedarf häufiger) und des Edelsteinwassers (200 - 300 ml schluckweise über den Tag verteilt) ist hierfür möglich.