



## Steine für das Frühjahr.

Mit der Frühlings-Tag-und-Nacht-Gleiche beginnt in der Natur ein neuer Zyklus. Nun endet die Zeit des Winters, in der die Natur sich durch Rückzug vor Kälte, Frost und Erstarrung zu bewahren wusste. Das, was dieser Prüfung trotzte und standhielt, beginnt nun an die Oberfläche zu drängen, um sich im fortlaufendem Frühjahr zu neuer Pracht und Fülle zu entfalten.

Der menschliche Organismus wird in dieser Zeit des Aufbruchs und Neubeginn besonders herausgefordert und wir reagieren auf allen Ebenen mit einer Vielzahl von typischen Anzeichen. Die moderne Edelsteintherapie bietet uns hervorragende Möglichkeiten, diese Reaktionen zu mildern oder – wenn gewünscht – zu unterstützen. Im Folgenden möchte ich einige der typischen Frühjahrsproblematiken aufzeigen und auf Möglichkeiten hinweisen, hier mit Heilsteinen korrigierend einzugreifen.

Sprichwörtlich ist die **Frühjahrsmüdigkeit**: Wir kommen nicht in Gang und könnten sogar den ganzen Tag im Bett bleiben. Uns fehlt der Schwung und wir haben keine Lust, irgendetwas zu tun. Obwohl wir schon lange schlafen erscheint uns die Nacht immer noch viel zu kurz, und wir fühlen uns morgens nicht erholt. Um dieser Müdigkeit längerfristig mit einem Stein entgegen zu wirken empfehle ich, **Tigereisen** entweder als Kette oder als gebohrten Trommelstein am Lederband zu tragen. Durch seinen Eisengehalt mobilisiert er die körperlichen Kräfte und führt so zu neuen Aktivitäten. Schneller in seiner Wirkung ist der **Rhodochrosit**. Allerdings sollte dieser Stein nur kurzfristig benutzt werden. So schnell er neue Reserven freisetzt, so schnell kann er allerdings diese auch verbrauchen, ohne dass es bemerkt wird und so zu noch größerer Müdigkeit führen. *Rhodochrosit also nur verwenden, um kurzfristig Kraft und Energie freizusetzen.* Er ist einer der Steine, die sich auch besonders bei niedrigem Blutdruck bewährt haben.

Bei **schnell einsetzender Müdigkeit**, die uns überfallartig zu befallen scheint, hat sich der **Granat** hervorragend bewährt. Gerade dann, wenn die Motivation für diese Müdigkeit in der **fehlenden Hoffnung** auf Besserung und **Mutlosigkeit** begründet ist, empfiehlt sich dieser schon seit alters her bekannte Heilstein. Seine innere Glut entzündet im Menschen den Glauben an sich Selbst und schenkt so neue Hoffnung und Zuversicht.

Das beginnende Frühjahr ist eine gute Zeit, den Körper durch eine Reinigung von inneren Giften zu befreien. (Die Fastenzeit liegt nicht zufällig vor Ostern und damit im Frühjahr). Eine **Fastenkur** wird durch **Chrysopras** unterstützt. Die Leber ist in einer solchen Zeit das aktivste Organ und muss jetzt besonders viel leisten. Durch den Chrysopras bekommt sie Unterstützung und eine starke Hilfe. Der Nickelgehalt dieses wunderschönen grünen Steins aktiviert im Körper die Entgiftung und so können gerade auch Schwermetalle besser ausgeschwemmt werden.

# Den Stein ins Rollen bringen

Die Jahresgruppe für Persönlichkeitsentwicklung und Bewusstheit

---



Diese Fähigkeit lässt den Chrysopras auch zum idealen Stein bei einer **Amalgan-Sanierung** der Zähne werden. Zur **Leberunterstützung** empfiehlt es sich, einen kleinen, flachen Stein mit einem Leukoplast direkt auf die Leber zu kleben. Auch schon das Tragen einer Kette oder eines gelochten Trommelstein im Solarplexusbereich zeigt Wirkung.

Zur Unterstützung der „**seelischen Reinigung**“, d. h. zur **Bewusstwerdung von verdrängten Bildern und Erlebnissen** eignet sich ein weiterer Stein: Der lichtgrüne **Prenhit**. Dieser Stein unterstützt auch die Leber und ist genauso einzusetzen wie der vorherige Stein.

Da das Frühjahr häufig abwechslungsreiches Wetter mit großen Temperatursprüngen sowie hoher Luftfeuchtigkeit bietet, wird besonders in dieser Zeit unser Immunsystem herausgefordert. Gerade in dieser Zeit kommt es zu vermehrten **Allergien** durch z. B. vermehrten Pollenflug. Rechtzeitig (schon im Januar) den **Aquamarin** als Halskette oder in Form von anderem Halsschmuck getragen, hat vielfach zu entscheidenden Verbesserungen geführt. Aquamarin sollte in diesem Fall täglich gereinigt werden (in Salz legen, oder –besser noch- über Nacht auf ein Amethystsegment legen).

Allgemein stärkend für das **Immunsystem** ist der **Heliotrop**. Seine Beziehung zur stärkenden, wärmenden Sonne ist schon aus seinem Namen (griech.: „Helios“ – Sonne) zu ersehen. Und er ist tatsächlich der Stein bei drohender Infektgefahr. Durch seine entsäuernde Wirkung entzieht er Erregern das zur Ausbreitung von vielen Krankheiten benötigte saure Milieu.

Abschließend noch ein kurzer Blick auf die Steine, die die drei im Frühjahr liegenden **Sternzeichen** in ihrem Ausdruck unterstützen: Für den müden Widder ist **roter Jaspis** zu empfehlen. Dieser wunderschöne Stein bringt Freude, Lebenslust und Triebkraft. Der Stier kann seine Entschlossenheit und Neutralität mit dem **Chrysokoll** unterstützen. Dem letzten Frühjahrszeichen, dem Zwilling sei zur Förderung seiner vielseitigen und kommunikativen Art ein **blau-gebänderter Chalcedon** empfohlen.