Husten, Liebeskummer, Zahnweh – sogenannte Heilsteine werden bei allen möglichen Leiden eingesetzt. Können die schönen Steine tatsächlich helfen? **Text** *Andreas Krebs*

Unser Sohn trägt, wie viele andere Babys, eine Bernsteinkette. Bernstein soll das Zahnen erleichtern, heisst es. Wissenschaftlich belegt ist das nicht. Doch schon in der Antike haben Gelehrte die heilsame Wirkung des Bernsteins beschrieben. Und die Klostermedizinerin Hildegard von Bingen empfahl ihn unter anderem bei heftigen Magenschmerzen sowie bei Beschwerden beim Wasserlassen. «Jener schöne Stein, der weicher als alle anderen Steine ist», verleihe eine «frohe Stimmung», schrieb sie. Edelsteine seien die «Gabe des Schöpfers an sein Geschöpf, ihm gegeben, um seine Heilung zu fördern, seine Leiden zu heilen». Nun ist mein Sohn tatsächlich ein frohes Kind – aber ob es am Bernstein liegt?

Ich bin mir nicht sicher, halte es aber wie der Nobelpreisgewinner Niels Bohr. Eines Tages wurde der dänische Physiker und Steinträger von einem Kollegen auf seinen Edelstein angesprochen: «Sie, ein Mann der exakten Wissenschaft, glauben daran?» «Natürlich nicht», antwortete Bohr. «Aber man hat mir gesagt, der Stein bringe Glück, ganz gleich, ob man daran glaubt oder nicht.»

Der Wohlfühlstein

Dass Steine wirken, selbst wenn man nicht daran glaubt, davon ist Heilstein-Therapeut Bruno Vogler überzeugt. «Aber wie bei jeder Therapie unterstützt der Glaube den Genesungsprozess wesentlich.» Der Naturheilpraktiker führt mich in sein Steinreich im 250-Seelen-Dörfchen Asp. In der Praxis erwartet den Besucher ein Fest der Farben und Formen: Trommelsteine, Rohsteine, Drusen, Kristalle, Vulkanite und Salze. «Jeder Stein hat seine charakteristischen Kräfte», sagt Vogler. Er nimmt hier einen Stein schmeichelnd zur Hand und streicht dort mit einem anderen über Kopf und Nacken. Über jeden weiss er viel zu erzählen. Bernstein zum Beispiel wirke auf Bronchien, Galle, Haut und Zahnfleisch; er verbessere den Knorpelaufbau bei Arthrose, wirke fiebersenkend bei grippalen Infekten und erhalte die Vitalität. «Bernstein ist der Wohlfühl- und Gesundheitsstein schlechthin», ist der Therapeut überzeugt. Bernstein wird auch in der Anthroposophie und Homöopathie verwendet. Und laut Feng-Shui harmonisiert er das Element Erde und steht für Familie, Ruhm und Partnerschaft. Echter unbehandelter Bernstein ist jedoch selten.

Das Ähnlichkeitsprinzip

Etwa 4200 Mineralien bilden die Erdkruste, jedoch sind nur 500 weit genug verbreitet, damit sie als Heilsteine auch sinnvoll einsetzbar sind. Die meisten davon sind erforscht und teilweise seit der Antike gut dokumentiert, auch in indischen und arabischen Quellen. «Heilsteine wollen für uns arbeiten», meint Vogler und erklärt wie: «Die Steine wirken zuerst über ihre individuelle Schwingungsenergie und die Energie ihrer Farben. Aber auch die Art ihrer Entstehung, der kristalline Aufbau, die Form sowie die Mineralien und Spurenelemente, die sie enthalten, wirken auf Körper, Geist und Seele.» Aufgabe des Heilstein-Therapeuten ist es, den richtigen Stein für das Beschwerdebild des Patienten zu finden. Wie in der klassischen Homöopathie gilt das Ähnlichkeitsprinzip: «Similia similibus curentur.» Wie die potenzierten Globuli haben auch die einzelnen Heilsteine unterschiedlich starke Schwingungen. Laut Vogler wirken die meisten Heilsteine schon ab zwei Karat, das sind 0,4 Gramm. «Aber Männer tragen gerne grosse Steine, auch wenn die nicht mehr wirken.»

Heilsteine können auf vielfältige Weise angewendet werden. Am einfachsten ist das Tragen in Form eines Anhängers oder als sogenannter Handschmeichler in der Hosentasche. Die Steine können aber auch für begrenzte Zeit auf bestimmte Regionen des Körpers aufgelegt oder aufgeklebt werden, etwa bei Knie- oder Kopfschmerzen – und auch bei Meditationen

Die Steinheiligen

 Fotos: ffr

Biokosmetik mit Steinenergie

Die Edelstein-Balance-Kosmetik von Farfalla verbindet zertifizierte Biokosmetik mit der bewährten Heilkraft der Steine.

7 Edelsteinöle zu Wellnessthemen, einzeln oder im Geschenkset. Als Körper- und Massageöl.

Bernstein - und Turmalin-Edelsteinöl, Pflegecreme und Eau Fraiche

Edelsteinöle, Edelsteinschmuck und Steine finden Sie in den fünf Farfalla-Filialen:

Farfalla beauty by nature
am Rüdenplatz 4 /Limmatquai in Zürich

neu

Aarau: Rain 20

Basel: Spalenberg 2

Bern: Spitalgasse 4, 1.UG

Luzern: Schwanenplatz 7, Passage zum Stein

www.farfalla.ch

farfalla

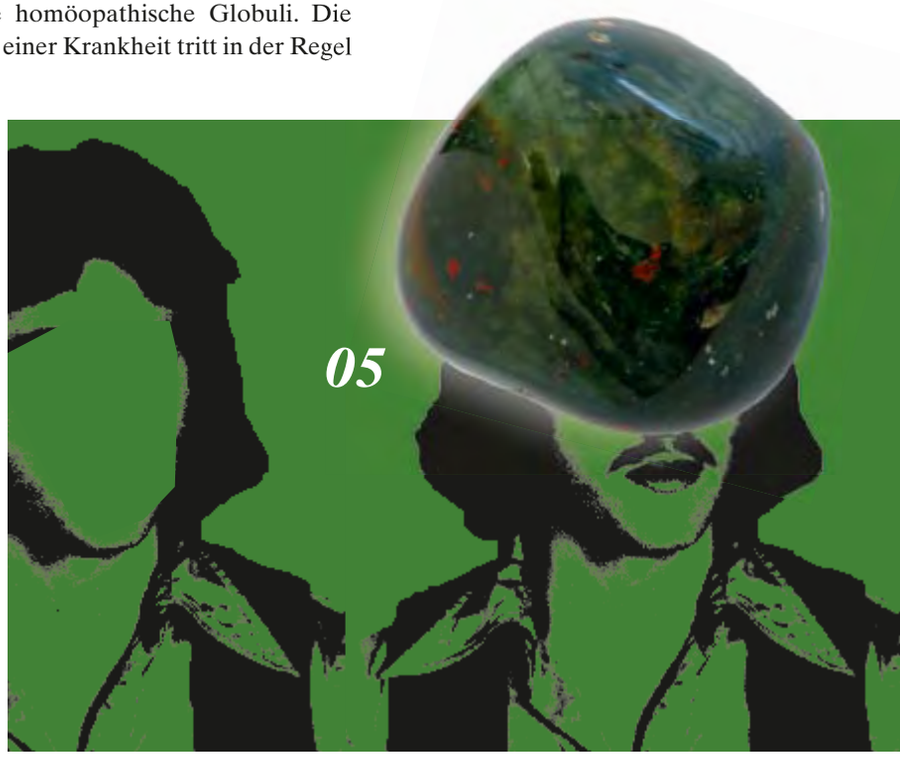
werden sie gerne verwendet. Im Rahmen einer Therapie ist auch die Einnahme in Form von Essenzen möglich sowie als «energetisiertes Heilsteinwasser». Dabei ist aber Vorsicht geboten. Etliche Mineralien geben giftige Metalle ab, die wasserlöslich sind. Aber auch ungiftige Elemente wie Kalium können aufgrund der Löslichkeit zu Vergiftungserscheinungen führen, wenn sie überdosiert werden. «Mit Steinen ist nicht zu spassen», warnt Vogler und weist darauf hin, dass es etliche fundierte Bücher, aber auch viel unzureichendes Material zum Thema gäbe. Auch das Internet ist ein Tummelfeld dubioser Wunderheiler und Geschäftemacher, die allerlei Produkte aus Edelsteinen anbieten und oft vollmundige Versprechungen machen. Im Zweifelsfall und insbesondere bei schweren oder lang anhaltenden Beschwerden ist fachkundiger Rat einzuholen. «Eine sorgfältige Diagnose und ein sicherer Befund sind die Grundlage für den richtigen Einsatz von Heilsteinen», sagt Vogler. Bruno Vogler selbst darf jedoch keine Diagnose stellen. Seine Kunden kommen entweder mit einem ärztlichen Befund – oder aber sie haben ein psychisches Anliegen. «Mein Behandlungsschwergewicht liegt bei Problemen im seelischen Bereich», sagt er und betont, «eine Beratung bei mir ersetzt keinen Arztbesuch.»

Achtsamkeit heilt

Heilsteine sind Informationsträger, ähnlich wie homöopathische Globuli. Die Heilung einer Krankheit tritt in der Regel also nicht ein, weil der Edelstein substanziell in körperliche Vorgänge eingreift. Viel mehr liefert der Stein dem Körper eine Information – oder eben Schwingung –, welche die Selbstheilungskräfte anregen kann. Allein der achtsame, liebevolle Umgang mit Heilsteinen wirkt günstig auf den rastlosen Menschen (siehe «natürlich» 09-11, «Acht geben»). Mit einem zuverlässigen und praxisorientierten Ratgeber wie beispielsweise «Heilstein Hausapotheke» von Michael Gienger können auch Laien die edlen Steine bei vielen körperlichen und seelischen Wehwehchen einsetzen: den Heliotrop bei Erkältung, das Rosenquarzherz für die Liebste, Baryt gegen Funkstrahlung oder eben die Bernsteinkette fürs zahnende Baby.

Darauf kommt es an: Fair Trade

Wo Edel- und Halbedelsteine abgebaut werden, herrschen oft alles andere als heilsame Bedingungen. Dies hat Michael Gienger, den Begründer der modernen Steinheilkunde dazu bewogen, die Initiative «Fair Trade Minerals – Fair Trade Gems» ins Leben zu rufen. Daraus ging 2009 Fair Trade Minerals & Gems hervor, ein gemeinnütziger Verein zur Förderung von humanitären, sozialen und umweltverträglichen Projekten im weltweiten Mineralien- und Edelsteinhandel.
www.fairtrademinerals.de



Im Rahmen eines langjährigen Forschungsprojekts des Vereins Steinheilkunde prüft Bruno Vogler Heilsteine auf ihre Wirkung. Ziel des gemeinnützigen Vereins ist es, objektivierbare Wirkungsbilder und wiederholbare Anwendungsmöglichkeiten von Heilsteinen zu erarbeiten. Für seine Studie gibt Bruno Vogler jeweils zehn Probanden in Stoffsäcklein verpackte Heilsteine. Die Erfahrungen dieser Blindtests sind natürlich subjektiv. Doch durch die gemeinsame Auswertung in den mehr als 70 Forschungsgruppen und einen überregionalen Vergleich der Ergebnisse lassen sich dennoch bestimmte Gesetzmässigkeiten und Grundprinzipien entdecken. Die Erkenntnisse werden an Ärzte und Heilpraktiker zur Überprüfung in der Praxis weitergegeben. Die getesteten und bestätigten Wirkungen werden publiziert. In den letzten fünfzehn Jahren wurde auf diese Weise die Heilwirkung von über 70 Steinen erforscht. Eine kleine Auswahl sei hier präsentiert.

Die sieben wichtigsten Heilsteine

Steine kann man präventiv und in akuten Fällen einsetzen. Aber je mehr Steine sich am Körper befinden, desto unklarer und ungezielter wird die Wirkung.

01 Rhodonit

SOS- oder Arnika-Stein

Körperlich: Der beste Wundheilstein, bei kleineren Verletzungen, bei Vereiterungen, leitet Gift aus dem Gewebe (auch bei Insektenstichen), verhindert Narbenbildung, auch bei inneren Verletzungen (Zerrungen) und Krankheiten wie Magengeschwüren, bei Autoimmunerkrankungen, multipler Sklerose, stärkt Herz und Kreislauf, fördert Fruchtbarkeit bei Frau und Mann.

Seelisch: Hilft «alte Wunden und Narben» zu heilen, er hilft zu verzeihen und befreit von seelischem Schmerz, Wut und andauerndem Ärger, löst Schock auf, hilft bei Angst, Verwirrung und Panik, kann als «Erste-Hilfe-Stein» gebraucht werden, um Traumatas zu verhindern, hilft, gelassen zu bleiben.

02 Chalcedon

Redner- und Sänger-Stein

Körperlich: Regt Lymphfluss an, gegen Lymphknotenschwellungen, hilft bei allergischen Reaktionen, verbessert die Atmung, befreit bei Engegefühlen in der Brust, löst Anspannungen.

Seelisch: Gibt Gelassenheit und Leichtigkeit, stärkt Vernunft und Verständnis, verbessert Beziehungsfähigkeit, hilft, sich verständlich auszudrücken.

03 Peridot

Leber- und Gallen-Stein

Körperlich: Regt Entgiftung an, bei Infektionen, Pilzbefall und Warzen, stimuliert Stoffwechsel, Dünndarm, Leber und Galle und Nebennieren, schützt Haut und gibt Bindegewebe Elastizität, verbessert die Sehfähigkeit und Sauerstoffaufnahme im Blut, erleichtert Geburten.

Eine Antwort der Natur:

Echinacea purpurea (Roter Sonnenhut).

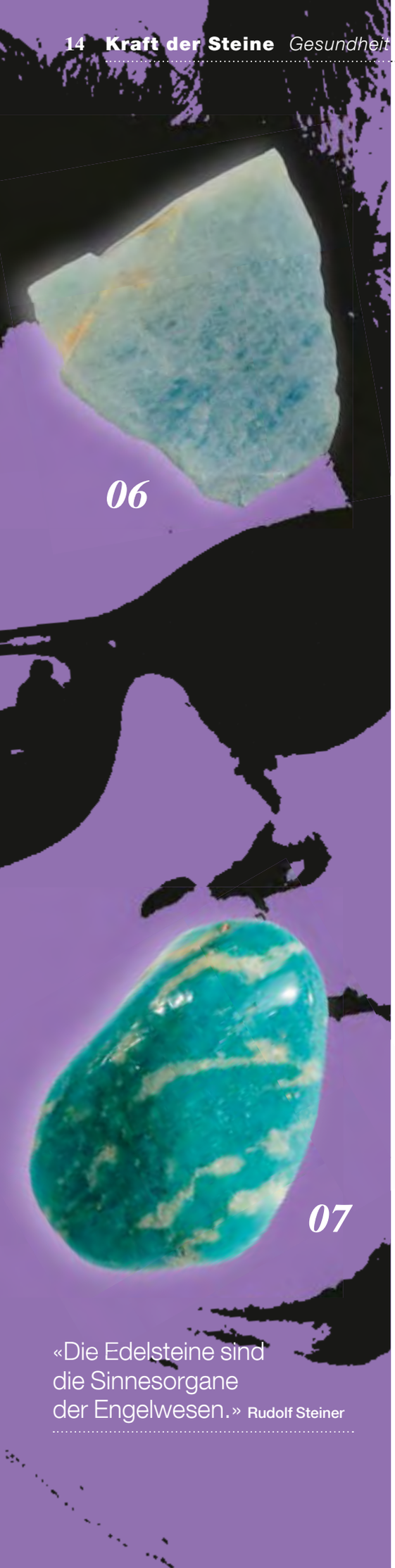
Auf viele Fragen weiss die Natur eine Antwort. So auch, wenn es um die Vorbeugung von Erkältungskrankheiten geht.

Echinaforce® Protect aus frischem Rotem Sonnenhut. Zweimal täglich eine Tablette zur Steigerung der körpereigenen Abwehr.

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.

OFFICIAL PARTNER OF swiss olympic

Bioforce AG, Roggwil TG.
Weitere Informationen auf www.echinaforce-protect.ch



«Die Edelsteine sind die Sinnesorgane der Engelwesen.» Rudolf Steiner

Seelisch: Bei depressiven Verstimmungen, fördert Initiative, Tatkraft und Lernvermögen, löst negative Emotionen, Schuldkomplexe, Fehler und verletzte Gefühle, vermittelt Freude, Toleranz und zuversichtliche Gelassenheit, hilft Altes zu beenden und erleichtert Neuanfänge.

04 Klinoptilolith

Entgiftungs- und Entschlackungs-Stein

Körperlich: Wirkt auf den Verdauungstrakt, Leber, Haut und Thymus. Wirkt besonders durch Einnahme als Pulver zellstoffaktivierend, antibakteriell und immunstimulierend; wirkt stark entgiftend bezüglich Schwermetallen und Stoffwechselschlacken, da er diese Giftstoffe bindet und aus dem Körper ausschwemmt; hilft bei Übersäuerung des Magens und kann nach einer Chemotherapie unterstützend wirken.

Seelisch: Verbessert den Erholungswert beim Schlafen und hilft bei psychischem Stress, bewirkt eine Leistungssteigerung, macht konzentriert.

05 Heliotrop

Anti-Grippe-Stein

Körperlich: Stärkt die Lymphen und die Immunabwehr, hilft bei Beschwerden von Herz, Blutgefässen und Blase, hilft bei Grippe, Erkältungen und Infektionen, wenn er im ersten Stadium der Krankheit 20 Minuten auf die Thymusdrüse aufgelegt wird.

Seelisch: Verbessert die Konzentrations- und Kommunikationsfähigkeit, beruhigt bei Nervosität, mindert Aggressionen und steigert die Belastbarkeit.

06 Aquamarin

Augen- und Allergien-Stein

Körperlich: Baut Lymphknotenschwellungen und Ödeme ab, lindert Autoimmunerkrankungen und allergische Reaktionen, insbesondere Heuschnupfen, bessert Augenermüdung und stärkt die Sehkraft, reguliert Schwankungen im Hormonhaushalt besonders der Schilddrüse.

Seelisch: Unterstützt die Zielfindung und die innere Ausrichtung dazu, bessert Antriebslosigkeit und stärkt die Motivation, fördert Ausdauer und Effizienz, wird gegen Ängste, Depressionen und Stimmungsschwankungen eingesetzt.

Vielfältiger Einsatz von Steinen

In der Pharmaindustrie werden tonnenweise Mineralien als Rohstoffe verarbeitet. Weitverbreitet sind auch Mineralsalben und Schüssler-Salze. Klinoptilolith wurde nach den Atombombenabwürfen von Hiroshima und Nagasaki, dem Unglück von Tschernobyl und zuletzt in Fukushima eingesetzt – das Vulkangestein absorbiert Radionuklide. Auch Baryt absorbiert Strahlen. Der schwere Stein wird unter anderem im Schwarzwald abgebaut und bei Atomkraftwerken und Strahlenschutzbauten eingesetzt. Wie in der Homöopathie werden auch im Ayurveda und in der Traditionellen Chinesischen Medizin zahlreiche mineralische Heilmittel verwendet. Massagen mit warmen Steinen wiederum sind aus dem gesamten asiatischen, pazifischen und amerikanischen Raum seit Urzeiten übermittelt.

07 Amazonit

Sehnen- und Bänder-Stein

Körperlich: Krampflösend bei Geburtsschmerzen und Menstruationsschmerzen, löst Muskel- und Nackenschmerzen, bessert Rekonvaleszenz bei schweren Erkrankungen, stärkt die Nerven, hilft bei Bänder- und Sehnenverletzungen sowie Verstauchungen jeglicher Art sehr schnell.

Seelisch: Löst durch Trauer und Kummer verursachte Blockaden, gleicht extreme Stimmungsschwankungen aus, wirkt positiv bei depressiven Verstimmungen, bringt Verstand und Gefühl in Einklang. ◆

Quellenhinweis:
Michael Gienger, Neue Erde-Verlag

Buchtipps

- ⇨ *Werner Kühni, Walter von Holst: «Enzyklopädie der Steinheilkunde», AT Verlag, 2009, Fr. 58.–*
- ⇨ *Michael Gienger: «Die Steinheilkunde», Neue Erde, 2010, Fr. 34.90*
- ⇨ *Michael Gienger: «Die Heilsteine Hausapotheke», Neue Erde, 2010, Fr. 28.50*

Fotos: ffr