

EDELSTEIN  
BALANCE  
MONIKA GRUNDMANN

***Berührung,  
die Körper und Seele bewegt***

## Trio-Sunshine

Wie sehnsüchtig erwarten wir die ersten Sonnenstrahlen und wie sehr leiden wir dann doch oft unter zuviel von diesen. Die Sonne rötet unsere Haut zum Sonnenbrand. Im schlimmsten Fall wird sogar unsere Gehirnhaut gereizt, wenn wir lange ungeschützt Kopf oder Nacken in die Sonne strecken. Das nennt man dann Sonnenstich. Hier braucht es auf jeden Fall einen Arzt.

Damit es gar nicht so weit kommt oder im Notfall bis der Arzt da ist haben sich in der modernen Steinheilkunde nach Michael Gienger 3 Steine und diverse Anwendungsmöglichkeiten etabliert.

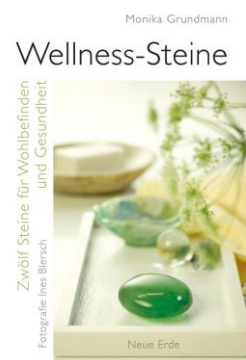
- Aventurin grün
- Prasem (Handelsname: Afrika-Jade)
- Amethyst

Ich kann mich nicht gut erinnern, als Michael Gienger bei meiner Steinheilkunde-Ausbildung am Vorabend, wenn wir am nächsten Tag Excursionen bei prallem Sonnenschein machten, er eine große Karaffe mit grünem Aventurin und Prasem ansetzte und jedem der Gruppe am Morgen davon etwas anbot. Er erzählte uns immer wieder die Geschichte von den Teilnehmern, die zu spät kamen und kein Wasser getrunken hatten. Genau diese waren am Abend schwer von der Sonne angeschlagen.

Ich habe die 3 Steine immer im Urlaub dabei, selbst wenn ich sie zur Not für ein Edelsteinwasser oder Gesichtswasser in die großen Plastikflaschen stecken muß, die man im Urlaub überall kaufen kann. Nur verschlucken sollte man sie nicht .-))

Auf den folgenden Seiten sind kurz gefasst die wichtigsten Tipps zum Thema Sommer/Sonere und die am meisten verwendeten Steine aufgeführt. Ausführliche nützliche Tipps finden Sie in dem Nachschlagewerk "Die Heilstein-Hausapotheke" und in dem Büchlein "Wellness-Steine"

Die hier vorgestellten Wellness-Steine sind wertvolle Helfer für Wohlbefinden und Gesundheit. Sie wirken ausgleichend und harmonisierend auf Körper, Seele und Geist. Sie bereichern viele Wellness-Anwendungen, führen zu nachhaltigeren Wirkungen und helfen so, stabiler in der eigenen Mitte zu ruhen. Unabhängig davon, ob die Steine nun die Geduld stärken, die eigenen Fähigkeiten fördern, den Streßpegel auffangen, eine bessere Körperwahrnehmung ermöglichen oder vor Umwelteinflüssen wie Strahlung schützen, all das ist Wellness. Die hier vorgestellten Steine und Wellness-Methoden hat die Autorin in ihrer über zehnjährigen Praxis erprobt und nach Verfügbarkeit und Gefahrlosigkeit für die tägliche Anwendung ausgewählt.



Broschur, Taschenformat, 11 x 17 cm, ca. 96 Seiten mit durchgehend farbigen Fotos  
7,95 € (D)/ 8,20 € (A)/ CHF (UVP) 12,90

Folgende erprobte und bewährte Anwendungsmöglichkeiten unterrichte ich in meinen Seminaren und praktiziere sie selber.

## Steinkreis aus Aventurin

- **bei zuviel Sonne am Kopf**  
Stirn und Nacken kühlen (Steine als Bogen um den Kopf legen, ca 7 Stück) und nach Besserung immer weiter weg legen
- **bei zuviel UV-Strahlen auf der Haut**  
8-12 Trommelsteine um den ganzen Körper legen, Kühlende Kompressen auf die Haut, falls vorhanden mit AloeVera-Saft und etwas reines Lavendelöl (Tipp: Fertigmischung Aloe mit Lavendel von farfalla fehlt bei mir nie in der Reiseapotheke)



### Farfalla: aloe vera gel aftersun 50ml

Mit ätherischen Ölen von Teebaum & Lavendel. Kühlt und beruhigt die Haut nach dem Sonnenbad, nach der Haarentfernung und spendet wohltuende Feuchtigkeit. Erfrischt und klärt insbesondere auch die jugendliche, unreine Gesichtshaut.

## Edelstein-Wasser aus Rohsteinen: Aventurin, Prasem und ggf. Amethyst

- Schluckweise bis 1L Wasser Prasem/Aventurin dazu trinken, am Besten vorbeugend!
- Die gebeutelte Haut mehrmals täglich mit dem Prasem/Aventurin/Amethyst-Wasser einsprühen. Dient auch als tolle Erfrischung im Sommer für Ihre Kunden. Gerne aus dem Kühlschrank.



## Amethystwasser nach Hildegard von Bingen:

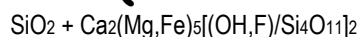
Herstellung ganz einfach mit einem Drusenstück Amethyst,  
einem Kochtopf und etwas Zeit  
Anleitung in dem Buch "Die Heilsteine Hausapotheke"  
(Michael Gienger)

320 Seiten, Neue Erde Verlag, Saarbrücken 2004, ISBN 978-3-89060-078-9, € 19,80



Hier der Steckbrief des Prasems, da dieser doch etwas weniger bekannt ist als der Aventurin und der Amethyst

## Prasem (Afrika Jade)



Kristallsystem: Trigonal  
Bildungsprinzip: Primär oder tertiär  
Mineralklasse: Oxide, Quarz-Gruppe

### Heilkunde

lt. "Die Steinheilkunde" (M. Gienger)

**Spirituell:** fördert Beherrschung u.  
Kontrolle d. eignen Lebens

**Seelisch:** lindert Zorn, Wutausbrüche  
u. hitziges Gemüt, fördert  
Versöhnung

**Mental:** hilft, auch bei heftigsten  
emotionalen Reaktionen  
Kontrolle zu bewahren

**Körperlich:** bei übermäßiger Sonne (mehr dazu im Buch die Heilstein-Hausapotheke)



Auf vielfachen Wunsch gibt es eine Sunshine-Aktion im Edelstein-Balance-Shop

- 12 Aventurin Trommelsteine in Top-Qualität
- 1 Wasserset „Sunshine“ Aventurin/Prasem im Blechdöschen
- 1 Wasser-Set „Inspiration“ Amethyst Kristalle im Blechdöschen
- 1 kleine Sprühflasche 20ml aus Glas zum Abfüllen des Wassers als Spray
- 1 Aloe Vera after Sun Gel von farfalla
- 1 Buch Wellness-Steine

**Zum Set-Preis von € 79.80 statt 98€**

**Rufen Sie einfach an, oder bestellen Sie unter [www.edelstein-balance-shop](http://www.edelstein-balance-shop)**

Natürlich können sie alle Artikel einzeln auch bestellen  
Ich freue mich auf Ihre Fragen und Feedbacks

Viel Freude beim Ausprobieren

Ihre Monika Grundmann

