

Masken und Packungen mit Edelsteinen

# EDEL VERPACKT

Mit **Edelsteinen** lassen sich die unterschiedlichsten Wirkungen auf Körper und Seele erzielen. In Pulverform eignen sie sich besonders zur Anreicherung von **Masken und Packungen**. Monika Grundmann, Begründerin des Edelstein-Balance-Konzepts, stellt hierfür die wichtigsten Steine und ihre Wirkungsweise vor

**Z**

iel der Edelstein-Balance ist es, Schönheit durch Berührung und Entspannung in Verbindung mit Edelsteinen zu erreichen. Die Wirkung geht dabei über die eigentliche Behandlung hinaus und kann positive Veränderungen auf körperlicher,

seelischer und geistiger Ebene in Gang setzen.

Hautveränderungen wie Rötungen, Pickel und Allergien zeigen uns, dass sich der Körper im Ungleichgewicht befindet. Dieses lässt sich durch Packungen und Masken mit Edelsteinen ausgleichen.

Edelsteinpulver setzt man nur in Packungen und Masken ein, die wieder abgewaschen werden. In Edelsteinöl und -cremes werden wiederum nur die Mazerate der Edelsteine verwendet, um die Poren der Haut nicht zu verstopfen. Als Maskengrundlagen eignen sich besonders weiße Tonerde, Baobabpulver oder Aloe-vera-Gel. In der Edelstein-Balance-Kosmetik werden die Masken mit reinen ätherischen Ölen angereichert; diese unterstützen die Wirkung der Steine. Rezepte und Informationen über Bezugsquellen für die Zutaten sowie über die Ausbildung zur Edelstein-Balance-Kosmetikerin finden Sie unter [www.edelstein-balance.de](http://www.edelstein-balance.de).

Die folgenden Edelsteine haben sich in der Kosmetik besonders bewährt. Sie sind unterteilt nach Anwendungsgebieten, die durch ihren Einsatz angesprochen werden sollen.

## UNSER BUCHTIPP

### WELLNESS-STEINE

Monika Grundmann,  
Fotografie: Ines Blersch, Neue Erde,  
Softcover, 113 Seiten, 7,95 Euro  
ISBN 978-3-89060-561-6

Mehr über Wellnesssteine, ihre Eigenschaften und Einsatzmöglichkeiten finden Sie zusammengestellt im Buch „Wellness-Steine“.

Das kleine Werk ist erhältlich im BEAUTY FORUM-Shop unter [shop.beauty-forum.com](http://shop.beauty-forum.com).



### Hautirritation, Hautschutz, Hautbalance, Geborgenheit

**Achat:** Hilft, sich in seiner Haut wieder wohlfühlen, sie als Schutz und Hülle zu erleben. Die Signatur des Achats aus verschiedenen Bändern und Lagen entspricht den verschiedenen Gewebeschichten unserer Haut. Deshalb wirkt dieser Stein besonders harmonisierend bei vielen Hautproblemen.

**Serpentin:** Unterstützt die Hingabefähigkeit, gibt aber gleichzeitig das Gefühl, selbst geschützt zu sein. Gleicht Übersäuerung aus, hilft bei Nervosität und Stress, macht friedlich und hilft bei negativen energetischen Einflüssen.



Fotos: Nora Luca013/Shutterstock.com, Edelsteine: [www.edelstein-balance.de/Ines Blersch](http://www.edelstein-balance.de/)

**Nephrit/Jade:** Er wirkt je nach Bedarf entweder anregend bei Trägheit oder bremsend bei Überreiztheit. Nephrit bringt zuerst den notwendigen Ausgleich, dem dann später die eigentliche Ausgeglichenheit, die Balance zwischen Ruhe und Aktivität, folgt.

## Rötungen, gestresste Haut, Sonnenschäden, Anspannung

**Aventurin:** Durch seine beruhigende Wirkung ist der Aventurin ein idealer Stein bei Ausschlägen und Allergien. Er energetisiert das Bindegewebe und unterstützt das Abklingen von Schmerzen.

**Magnesit:** Sorgt für tiefe Entspannung, fördert Stressabbau, beugt Wadenkrämpfen vor und wirkt durch seinen Magnesiumgehalt auch gegen Couperose. Gut bei hektischen Flecken und Rötungen. Fördert die Entspannung der Muskulatur.

**Rauchquarz:** Erhöht einerseits die Belastbarkeit und wirkt andererseits spannungslösend.



## SIE BENÖTIGEN JE NACH GEWÜNSCHTER WIRKUNG DER ANWENDUNG:

- verschiedenes unbehandeltes Edelsteinpulver (siehe Steinbeschreibungen)
- unterschiedliche natürliche Maskengrundlagen (z.B. weiße Tonerde, Aloe-vera-Gel)
- natürliches Öl oder passendes Edelsteinöl

## Lympe, in Fluss kommen, Wasserhaushalt, Elastizität

**Bernstein:** Hervorragend für eine warme Bernstein-Öl-Massage, wirkt positiv auf die Gelenke und das Gemüt, sorgt bei trockener, gereizter Haut für Elastizität und Schutz.

**Chalcedon blau:** Hilft Wassereinlagerungen (Ödeme) abzubauen, da er den Lymphfluss stark anregt.

**Sodalith:** Sodalith wirkt kühlend und beruhigend. Zudem fördert er die Flüssigkeitsaufnahme im Körper und ist somit bei trockener Haut geeignet.



## Gelassenheit, Sensibilität, Nervenstärke, Hektik

**Blauquarz:** Durch seine kühlend-beruhigende Wirkung sorgt er für Entspannung und gibt Gelassenheit.

**Dumortierit:** Dieser sogenannte Take-it-easy-Stein beruhigt das Nervensystem, lindert stoffwechselbedingte



Kopfschmerzen, Hautprobleme sowie emotionale Verstimmlungen.

**Magnesit:** Ein sehr vielseitiger Stein, der ebenfalls Gelassenheit und Nervenstärke fördert.

## Entschlackung und Entgiftung, Frühjahrskur, Jungbrunnen

**Chrysopras:** Löst Schlackenstoffe aus dem Gewebe und transportiert sie über die Lymphbahnen ab.

**Fluorit:** Lindert chronische Verspannungen und Allergien. Hilft, das eigene Leben selbstbestimmt in die Hand zu nehmen.



## Regeneration, Erholung, Repair, Anti-Aging, Aufbau, Burnout

**Epidot:** Der Epidot ist einer der besten Rekonvaleszenz-Steine. Er beschleunigt Genesungsprozesse, wirkt aufbauend und stärkend.

**Ozeanachat (Ozeanjaspis):** Strafft das Gewebe, fördert den Lymphfluss sowie die Entgiftung und stabilisiert das Immunsystem. Anwendbar auch bei allen degenerativen Hauterscheinungen und für Anti-Aging.

## Lebensfreude, Durchblutung, Power, Energie

**Rosenquarz:** Er bewirkt eine sanfte Durchblutungssteigerung und ist der beste Einstiegsstein zur Edelstein-Balance, da er eine belebende und verjüngende Wirkung zeigt.



### MONIKA GRUNDMANN

Die Naturkosmetikerin, Buchautorin und Gründerin des Edelstein-Balance-Konzepts gibt ihr Wissen in ihren Ausbildungszentren in Deutschland sowie in Österreich und der Schweiz weiter. Neu ist die Ausbildung zur Edelstein-Balance-Naturkosmetikerin ([www.edelstein-balance.de](http://www.edelstein-balance.de)).

Foto: Poznyakov/Shutterstock.com, Literatur bei der Autorin