

ULLA ROSENBERGER

# Edelstein WASSER

selbst herstellen

Alles Wissenswerte  
rund um  
Wassersteine



ULLA ROSENBERGER

# Edelstein WASSER

selbst herstellen

Alles Wissenswerte rund um  
Wassersteine



Die Ratschläge in diesem Buch sind sorgfältig erwogen und geprüft. Sie bieten jedoch keinen Ersatz für kompetenten medizinischen Rat, sondern dienen der Begleitung und der Anregung der Selbstheilungskräfte. Alle Angaben in diesem Buch erfolgen daher ohne Gewährleistung oder Garantie seitens der Autorin oder des Verlages. Eine Haftung der Autorin bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.



Wir verzichten auf das Einschweißen unserer  
Bücher – **UNSERER UMWELT ZULIEBE!**

ISBN Printausgabe 978-3-8434-1551-4  
ISBN E-Book 978-3-8434-6533-5

Ulla Rosenberger:  
Edelsteinwasser selbst herstellen  
Alles Wissenswerte rund um  
Wassersteine  
© 2014, 2023 Schirner Verlag,  
Darmstadt

Umschlag: Hülya Sözer, Schirner  
unter Verwendung von # 2197886935  
(© WIRESTOCK Creators), # 1906689817  
(© ganjalex), # 551009881 (© Vector  
pro) und # 1493451380 (© Hekla),  
[www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)  
Layout: Hülya Sözer, Schirner  
Lektorat: Kerstin Noack-Zakel, Schirner  
Printed by: Ren Medien GmbH,  
Germany

[www.schirner.com](http://www.schirner.com)

Neuausgabe 2023 mit neuem Titel (vormals »Wasser & Steine«) –  
1. Auflage November 2023

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen und sonstige  
Kommunikationsmittel, fotomechanische oder vertonte Wiedergabe  
sowie des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten



# INHALT

Ein paar Worte vorweg .....	7
Einführung .....	8
<b>DIE GRUNDLAGEN .....</b>	<b>17</b>
Welches Wasser nehme ich? .....	18
Aufbewahrung und Transport des Heilsteinwassers ....	20
Welche Steine verwende ich? .....	21
Herstellung und Einwirkzeit.....	32
Haltbarkeit des Edelsteinwassers.....	34
Wie lange ist ein Stein einsatzbereit? .....	35
Reinigung der Wassersteine.....	37
Auf- und Entladung .....	38
Weitere Methoden, um Edelsteinwasser herzustellen.....	40
Möglichkeiten der Nutzung von Edelsteinwasser .....	42
Herstellung weiterer Produkte mit Edelsteinen .....	44
Wie wirkt Edelsteinwasser? .....	46
Trinkwasser oder Heilwasser? .....	48

<b>35 MISCHUNGEN .....</b>	<b>50</b>
Grundmischung .....	51
Weitere Mischungen von A bis Z .....	52
Allergien mildern .....	54
Ängste bewältigen, Vertrauen gewinnen.....	56
Anti-Aging-Paket .....	58
Atemwege .....	60
Ausgeglichenheit und Coolness.....	62
Blutdruck.....	64
Energie und Vitalität .....	66
Entgiftung und Reinigung .....	68
Entsäuerung .....	70
Entwicklung, Wachstum, Hormone .....	72
Entzündungen mildern, Fieber senken .....	74
Freude und Leichtigkeit.....	76
Fünf Sinne .....	78
Gute Nerven, Ruhe und Klarheit.....	82
Haut .....	84
Immunsystem.....	86
Kopfschmerzen lindern .....	88
Kreativität und Inspiration.....	90
Lebensmut, Depressionsvertreiber .....	92
Lernpaket.....	94
Motivation in Job und Alltag .....	96
Neubeginn und Veränderung .....	98
Notfall .....	100

Persönlichkeitscoach .....	102
Regeneration .....	104
Schlank sein .....	106
Schmerzen lindern .....	108
Schutz und Abgrenzung .....	110
Selbstbewusstsein .....	112
Soziale Kontakte .....	114
Stärkung der Organe .....	116
Verspannungen und Krämpfe lösen .....	120
Wärme und Wohlfühlen .....	122
Zähne, Sehnen und Knochen .....	123
Literatur .....	125
Über die Autorin .....	126
Bildnachweis .....	128







## EIN PAAR WORTE VORWEG

Die Aufbereitung von Trinkwasser mit Edelsteinen ist seit Jahrhunderten bekannt und wird inzwischen von immer mehr Menschen genutzt. Doch wie findet man sich in der Flut von Informationen über das richtige Ansetzen und Anwenden zu- rech - vor allem, wenn die Vorstellungen bezüglich der idealen Zubereitung so weit auseinandergehen? Glaubt man denen, die salopp vom eigenen Gefühl für den richtigen Stein sprechen und die Aufbereitung mit einfachem Leitungswasser für aus- reichend halten? Oder sollte man sich vorher in das sehr um- fangreiche Studium der Edelsteine und ihrer Heilwirkungen vertiefen und den Einsatz hoch komplizierter Wasseraufberei- tungstechnik in Erwägung ziehen?

Ich möchte Ihnen in diesem Buch helfen, einen Mittelweg zu finden, und zeige Ihnen, wie Sie die Herstellung von Edelstein- wasser problemlos in Ihr tägliches Leben integrieren können und welche Regeln dabei im Besonderen zu beachten sind.



# DIE GRUNDLAGEN



## WELCHES WASSER NEHME ICH?

Oft ist mit dieser Frage gemeint, ob Leitungswasser ausreicht. Es ist möglich, Edelsteinwasser mit normalem Leitungswasser anzusetzen. Allerdings liegt der einzige Vorteil dieses Wassers darin, dass es schnell zur Hand ist. Durch die chemischen Reinigungsverfahren in den Wasserwerken und durch das Fließen in den Leitungen ist dieses Wasser mit Informationen gesättigt und manchmal auch mit Schadstoffen kontaminiert, die die Übertragungsfähigkeit der Steine beeinträchtigen und Informationen überlagern können.

Durch die Aufbereitung des Leitungswassers haben Sie die Gewähr, dass es sauber und »leer« ist. Damit erhalten Sie die reine und volle Information der Steine.

Ein solches »gutes« Wasser hat eine viel höhere Aufnahmekapazität. Zudem wirken keine störenden Schwingungen. Vielleicht haben Sie zu Hause eine Osmose-Anlage oder andere Möglichkeiten, das Wasser zu verbessern (z.B. Zeolith, Aktiv-

kohlefilter). Andernfalls empfiehlt sich ein Wasser ohne Kohlensäure aus der Glasflasche. Es lohnt sich, hier mehrere Produkte zu testen. Mineralstoffarmes Wasser gilt als beste Basis für das Einlegen von Heilsteinen. Lassen Sie sich aber ruhig von Ihrem Gefühl leiten und auch den eigenen Geschmack entscheiden, um das Richtige für sich zu wählen.





# AUFBEWARUNG UND TRANSPORT DES HEILSTEINWASSERS

Am besten eignet sich eine Glaskaraffe mit 1 oder 1,5 Liter Fassungsvermögen. Bei Steingut sollten Sie darauf achten, dass die Glasur im Krug keine Risse aufweist. Metall- oder Plastikflaschen sollten Sie vermeiden. Für den Standort der Karaffe wählen Sie einen gut zugänglichen, aber vor zu viel Tageslicht und Wärme (Algenbildung, Verkeimung) geschützten Platz.

Für unterwegs sind Glasflaschen am besten geeignet.



## WELCHE STEINE VERWENDE ICH?

Wie bei allen Produkten aus der Natur gibt es auch bei Edelsteinen Unterschiede bezüglich ihrer Nutzbarkeit. Es gibt jene, die aufgrund ihrer chemischen Zusammensetzung und ihrer Beschaffenheit sehr gut geeignet sind, solche, die nur kurz ins Wasser gelegt werden dürfen, sowie einige, die vermieden werden sollten oder auf keinen Fall benutzt werden dürfen.



## Geeignete Edelsteine

Die Edelsteine in der folgenden Tabelle können Sie ohne Bedenken für die Aufbereitung Ihres Trinkwassers nutzen. Allerdings gibt es große Unterschiede bezüglich ihrer Wirkintensität. Verwenden Sie beim Mischen sehr stark wirkende Edelsteine sparsamer, weil diese die Wirkung der anderen Steine überlagern können. Beim Diamanten z. B. genügt ein weizenkorngroßes Rohstück für 1 Liter Wasser, beim Rosenquarz benötigen Sie wesentlich mehr. Darüber hinaus spielt auch die Qualität der einzelnen Steine eine Rolle. Klare oder farbintensive Exemplare wirken in der Regel stärker als trübe oder blasse. Auch Muttergestein beeinträchtigt die gewünschte Wirkung. Achten Sie deshalb auf eine gute Qualität der Ware.



In der Spalte »Mineral« der nachfolgenden Tabelle finden Sie alle Edelsteine, die Sie ohne Bedenken ins Trinkwasser geben können. (Die Angaben beziehen sich auf die klassische, in diesem Buch beschriebene Edelsteinwasserherstellung durch Einlegen der Steine in Trinkwasser. Andere Herstellungsmethoden sind nicht berücksichtigt.)

Eventuelle Besonderheiten zum jeweiligen Mineral finden Sie bei den Mischungen ab S. 50.

Die Angaben in der Spalte »Verfügbarkeit« richten sich nicht nach der Häufigkeit des Vorkommens eines Minerals in der Natur, sondern nach der Angebotslage in den Mineralienhandlungen sowie danach, ob Sie dort die für Ihr Wasser geeigneten Qualitäten erhalten.

Der Wirkungsgrad unterscheidet zwischen Heilsteinen von sanfter, mittlerer und intensiver Wirkkraft. Da besonders gute Qualitäten stärker wirken können, sind bei einigen Steinen zwei Grade angegeben.

In der letzten Spalte der Tabelle ist die maximale Menge eines Minerals angegeben (damit ist das Wasser gesättigt). Bei Mischungen mit drei oder vier Steinsorten sollte die Menge jeder Sorte reduziert werden, damit die Gesamtmenge der Steine von 250 bis maximal 400 g pro Liter Wasser eingehalten wird. Dies gilt für Mischungen mit Steinen von sanfter bis mittlerer Wirkung. Bei intensiv wirkenden Steinen nehmen Sie entsprechend weniger.

(Die Zugabe von Bergkristall ist bei allen Mengenangaben bereits berücksichtigt – siehe dazu S. 53.)

Mineral	Verfügbarkeit	Wirkungsgrad/ A-Qualität	Menge auf 1 Liter Wasser
Achat (alle Sorten)	gut	sanft	150–250 g
Amazonit	gut	sanft/mittel	100–150 g
Amethyst	gut	sanft	150–250 g
Ametrin	gering	mittel	80–130 g
Angelit	gering	sanft/mittel	100–150 g
Apatit	gering	mittel	50–100 g
Apophyllit	gut	sanft	150–200 g
Aquamarin	gut	mittel/intensiv	50–100 g
Aragonit	gut	sanft	150–200 g
Aventurin	gut	sanft	150–200 g
Baumachat	gut	sanft	150–200 g
Bergkristall	gut	sanft/mittel	100–250 g
Bernstein	gut	mittel	30–70 g
Blauquarz	gut	sanft	150–200 g
Calcit	gut	sanft	150–250 g
Chalcedon	gut	sanft	130–180 g
Charoit	gering	mittel	100–150 g
Chrysopras	gut	mittel	80–130 g
Citrin	gut	mittel	100–150 g
Coelestin	gering	mittel	80–130 g
Danburit	gering	mittel/intensiv	50–100 g

Mineral	Verfügbarkeit	Wirkungsgrad/ A-Qualität	Menge auf 1 Liter Wasser
Diamant	gering	sehr intensiv	0,5–2 g
Disthen	gering	mittel/intensiv	50–100 g
Dolomit	gut	sanft	150–200 g
Dumortierit	gut	sanft	150–200 g
Eldarit	gut	mittel	100–150 g
Epidot	gut	sanft	150–200 g
Falkenauge	gut	sanft	150–200 g
Feldspat	gering	sanft	150–200 g
Feueropal	gering	intensiv	20–70 g
Flint	gering	sanft	150–200 g
Fluorit	gut	mittel	100–150 g
Fossilien	gering	sanft	100–150 g
Girasol	gering	mittel/intensiv	80–130 g
Granat	gut	intensiv	50–100 g
Hämatit	gut	intensiv	50–100 g
Heliotrop	gut	sanft/mittel	100–150 g
Jade	selten	intensiv	30–80 g
Jaspis	gut	sanft	150–200 g
Karneol	gut	sanft	150–250 g
Koralle	gering	sanft	100–150 g
Kunzit	gering	intensiv	30–80 g



# 35 MISCHUNGEN



# GRUNDMISCHUNG

Heilkundige, die mit Pflanzen arbeiten, berichten einstimmig, dass die Pflanze, die wir am häufigsten brauchen, meist an unserem Wegrand steht. In meiner Arbeit mit den Steinen ist mir aufgefallen, dass dies auch für das Mineralreich gilt. Amethyst, Bergkristall und Rosenquarz finden wir fast auf der ganzen Welt in vergleichsweise großen Mengen. Ihre sanfte, aber vielschichtige und umfassende Wirknatur macht sie so geeignet für unser tägliches Wasser. Seine Qualität verbessert sich, und es bekommt einen höheren Energilevel, der alle Ebenen im menschlichen Körper anspricht und harmonisiert.

**Amethyst:** für die geistige und für die Verstandesebene



**Bergkristall:** für alle körperlichen Ebenen



**Rosenquarz:** für Gefühlswelt und Seele





## WEITERE MISCHUNGEN VON A BIS Z

In der folgenden Übersicht finden Sie 34 verschiedene Gesundheitsthemen und die dazu passenden Edelsteine, die Sie für Ihr Edelsteinwasser nutzen können. Diese Edelsteine sind eine Auswahl, d.h., Sie nehmen nicht alle aufgelisteten Steine, sondern wählen **drei bis maximal fünf** davon für Ihren persönlichen Bedarf aus, wobei Sie sich von Ihrer Intuition oder von den Kurzbeschreibungen leiten lassen können, die neben jedem Stein stehen. Wenn Sie nur wenige Steine auswählen, erhalten Sie ein übersichtliches Wirkspektrum des Wassers. Gleichzeitig halten Sie sich die Option offen, Steinsorten durch andere passende auszutauschen, vor allem dann, wenn Sie bei längerer Anwendung der Mischung eine Gewöhnung bemerken.

Durch den Austausch einer oder zweier Steinsorten können Sie auch leichte Veränderungen herbeiführen, die dem Ausgangspaket eine gewisse Flexibilität geben.

**1. Beispiel:** In Ihrer »Energie und Vitalität«-Mischung (S. 66) befinden sich Bergkristall, Karneol, roter Jaspis und Tigereisen. Nach ein paar Tagen hat sich ein guter Energielevel eingependelt, Sie wollen diesem nun eine leichte, beschwingte Note geben. Deshalb tauschen Sie Tigereisen und roten Jaspis gegen Danburit und Rhodochrosit.

**2. Beispiel:** Sie kämpfen mit einem grippalen Infekt und lindern Ihre Beschwerden mit einer »Atemwege«-Mischung (S. 60) aus Blauquarz, Chalcedon und Moosachat. Nach den ersten zwei Tagen entnehmen Sie Blauquarz und Chalcedon und legen dafür Smaragd und Koralle ins Wasser, um Ihre Lungen und Bronchien zu schützen.

**Hinweis:** Der Bergkristall, den Sie jeder Mischung als Verstärker hinzufügen können, ist nur aufgeführt, wo er mit seinen spezifischen Informationen einen wichtigen Beitrag zu der beschriebenen Mischung leistet.

## ALLERGIEN MILDERN

Allergien können verschiedene Erscheinungsformen annehmen – von tränenden Augen, Schnupfen, Husten und Niesen über Haut- und Atemprobleme bis hin zu Magen-Darm-Beschwerden.

Diese wunderbare Mischung unterstützt Sie dabei, mit Ihrer Allergie besser fertig zu werden. Sie lindert die Beschwerden und beleuchtet die Auslöser Ihrer Allergie.

Eine Allergie kann für die Betroffenen sehr belastend sein und den Alltag stark einschränken, deshalb mein Tipp: Wenn Sie unter einer Vielzahl an Symptomen leiden, legen Sie alle vier Steine im gleichen Verhältnis ins Wasser. Andernfalls wählen Sie den Stein, der für Ihr individuelles Thema am stimmigsten ist.

**Apophyllit:** bei allergiebedingten Erkrankungen der Atemwege



**Aquamarin:** gegen Heuschnupfen und andere Allergien



**Aventurin:** bei Hautausschlag



**Fluorit:** hilft, die Hintergründe von Allergien zu erkennen



# ÄNGSTE BEWÄLTIGEN, VERTRAUEN GEWINNEN

Jeder Mensch hat Ängste. Dabei sollte man meinen, dass es in einer Welt wie unserer, in der Sicherheit einen derart hohen Stellenwert besitzt und die Menschen vor vielen eventuellen Gefahren gewarnt oder von ihnen abgeschottet werden, kaum noch Furcht gibt. Das Gegenteil ist der Fall!

Die folgenden Steine können helfen, mit Ängsten fertig zu werden. Dadurch erhöht sich die Lebensqualität um ein Vielfaches.



**Amethyst:** lässt Sorgen verblassen, schenkt neues Vertrauen in sich und in die Welt



**Apophyllit:** gegen Unsicherheit und Beklemmungen



**Dumortierit:** hilft, Lebensängste hinter sich zu lassen



**Moosachat:** löst tief sitzende Ängste



**Obsidian:** löst Ängste und Traumata



**Sonnenstein:** schenkt Mut und Zuversicht

# ANTI-AGING-PAKET

Gesundheit und Beweglichkeit von Körper und Geist halten uns jung. Diese Mischung reinigt und entschlackt einerseits und unterstützt andererseits die Neubildung von Zellgewebe. Sie baut die Kraft des Körpers auf und hält den Geist frisch und aufnahmefähig.



**Ametrin:** fördert die Entschlackung und die Zellerneuerung



**Apatit:** unterstützt den Zellaufbau und die Beweglichkeit der Gelenke, erhöht den Energilevel



**Calcit:** beugt Osteoporose vor, stärkt das Immunsystem

**Fluorit:** begünstigt die Regeneration der Haut, hält körperlich und geistig beweglich



**Schichtachat:** hält Haut und Gefäße gesund und in Form



**Schungit:** verleiht Schönheit und Frische durch Reinigung des Körpers (Bitte beachten: Der Schungit kann das Wasser dunkel färben.)



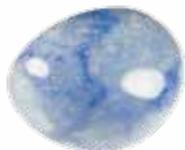
**Tigereisen:** für Vitalität und Leistungsfähigkeit, gegen schnelles Ermüden (Eisenhaltig! Maximal zwei Stunden ins Wasser legen.)



# ATEMWEGE

Die Schleimhäute unserer Atemwege sind permanent großen Belastungen ausgesetzt. Diese »Atemwege«-Mischung befreit von Verschleimungen sowie belastenden Stoffen und fördert den Abtransport von Keimen. Durch die Stärkung der Immunabwehr schützt sie zusätzlich vor neuen Infekten.

**Mein Tipp:** Im Falle einer Atemwegserkrankung empfehle ich ein Wasser mit Blauquarz, Chalcedon, Lapislazuli und Moosachat. Nach dem Abklingen der Symptome können Sie die Schleimhäute mit Flint, Koralle und Smaragd wieder aufbauen.



**Blauquarz:** gegen Entzündungen in Lunge und Bronchien



**Chalcedon:** bei Halsbeschwerden



**Flint:** für gesunde Schleimhäute und saubere Lunge



**Koralle:** für freie Lungen und Bronchien



**Lapislazuli:** lindert Heiserkeit und Erkältung



**Moosachat:** bei Infektionen der Atemwege



**Smaragd:** fördert die Gesundheit der oberen Atemwege und Nebenhöhlen

**Heilend, inspirierend, vitalisierend!** Edelsteine sind ein beliebtes Mittel, um Trinkwasser zu beleben und mit Energie zu durchfluten. Ihre Wirkung auf den Körper ist so nicht nur intensiver als bei vielen anderen Anwendungsformen, sondern auch äußerst vielfältig. Ulla Rosenberger verfügt über mehr als 30 Jahre Erfahrung in der Heilsteinkunde und kennt die häufigsten Fragen und Herausforderungen im Zusammenhang mit Edelsteinwasser. In diesem Buch verrät sie zahlreiche Tipps und Tricks, die Ihnen die Zubereitung und Anwendung ganz leicht machen. Gleich, ob Sie eine Grundmischung für den täglichen Gebrauch suchen oder Rezepte zur Unterstützung Ihrer Selbstheilungskräfte benötigen – mit diesem Ratgeber wird Ihr Trinkwasser zur Quelle der Gesundheit.



35

Mischungen von  
A wie »Allergien«  
bis Z wie  
»Zahngesundheit«

JETZT  
entdecken!



Schirner  
Verlag

ISBN 978-3-8434-1551-4



9 783843 415514

€ 12,95 (D) / € 13,40 (A)