

INHALT

Einführung 9

TEIL 1 Heilsteine und Kristallheilung: eine Einführung

KAPITEL 1 Die Macht der Heilsteine 15

KAPITEL 2 Wie du deine Heilsteinsammlung aufbaust 29

KAPITEL 3 Mit Steinen heilen 43

KAPITEL 4 Wie du die Kraft der Heilsteine stärkst 53

TEIL 2 Wie du dein Wissen über Heilsteine vertiefst

KAPITEL 5 10 Powerheilsteine für jedermann 65

Amethyst 66

Hämatit 74

Schwarzer Turmalin

Bergkristall 68

Karneol 76

(Schörl) 82

Citrin 70

Rauchquarz 78

Türkis 84

Fluorit 72

Rosenquarz 80

KAPITEL 6 40 Heilsteine, die du kennen solltest 87

Achat 88	Howlith 102	Peridot 116
Amazonit 89	Jade 103	Rhodochrosit 117
Ametrin 90	Jaspis 104	Rubin 118
Apachentränen 91	Kyanit (Disthen) 105	Saphir 119
Apatit 92	Labradorit 106	Selenit 120
Aquamarin 93	Lapislazuli 107	Smaragd 121
Aventurin 94	Larimar 108	Sodalith 122
Bernstein 95	Magnetit 109	Tansanit 123
Calcit 96	Malachit 110	Tigerauge 124
Chalzedon 97	Moldawit 111	Topas 125
Danburit 98	Mondstein 112	Turmalin 126
Epidot 99	Obsidian 113	Zirkon 127
Fuchsit 100	Onyx 114	
Granat 101	Opal 115	

TEIL 3 Wie du dein Leben mit Heilsteinen verbesserst

KAPITEL 7 Heilsteine für bestimmte Probleme 131

Angst 132	Missbrauch 150	Sucht 168
Balance 134	Mitgefühl 152	Trauer 170
Dankbarkeit 136	Motivation 154	Vergebung 172
Entschlossenheit 138	Mut 156	Vertrauen 174
Geduld 140	Negativität 158	Wohlstand 176
Glück 142	Neid 160	Wut 178
Grenzen setzen 144	Reue 162	Zurückweisung 180
Innerer Friede 146	Selbstsicherheit 164	
Liebe 148	Stress 166	

Wie du Heilsteine anhand der Farbe bestimmen kannst 183

Glossar 192	Weiterführende Lektüre 194
Quellen 196	Index 198 Bildnachweis 206