

INHALT

Ein paar Worte vorweg.....	7
Einführung	8
DIE GRUNDLAGEN	17
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

35 MISCHUNGEN	50
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