

Stenars betydelse.

Man kan jämföra en stens effekt på kroppen och psyket med en stämgaaffels effekt på ett instrument som ska balanseras efter stämgaaffeln. När du bär en sten kommer den automatiskt att försöka justera varje svängning. En obalans (t.ex. en spänning eller cysta) i livmodern kommer därför att svänga orent/ojämnt

Röda stenar.

Får bäst effekt när de befinner sig nära kroppen.

Röd jaspis – om du ska behålla båda fötterna på jorden.

Ger jordförbindelse

Psykiskt: Röd Jaspis är idealisk för att skydda den psykiska energin eller för att skydda mot negativ psykisk påverkan från andra människor. Den är jordbunden i sin energi att ”allt skräp” från människor utifrån glider av på den röda jaspisen.

Fysiskt: Röd Jaspis är den sten som är mest effektiv vid smärtor i magen. Underliv och den nedre delen av ryggen. Den ser väldigt ordinär ut jämfört med rubin. Röd jaspis har inga ”fina förnimmelser” och är lämplig vid många vanliga åkommor.

Bra vid fysiska obalanser (t.ex. blåskatarr och uppblåst mage)

Röd granat

Lämpar sig inte för nybörjare men är bra om du vill lägga om kursen i ditt liv att finna en ny livsväg

Psykiskt: Röd granat lär oss om död och återfödande och att om vi vill expandera, måste vi släppa det gamla för att ge plats åt det nya.

Fysiskt: Granat har stort inflytande på vår sexualitet och är därför bra mot impotens och sterilitet.

Orangefärgade stenar

Karneol – om du vill känna större ansvar för ditt eget liv

Skapar balans och hjälper dig fokusera på livet.

Skapar stabilitet, vitalitet och energi våga vara den du är.

Healar obalanser kring ländrygg och livmoder och prostata samt menstruationssmärter.

Psykiskt: Karneolen hjälper oss att sätta oss över självförtryck och blyghet.

Fysiskt: Karneolen balanserar hormonsystemet och är idealisk för alla former av menstruationsbesvär. Generellt sett är karneolen en härlig glad sten som kan bidra till att skapa ro och harmoni i hela underlivsregionen.

Solsten – om du vill skämma bort dig själv och hänge dig åt sinnesfyllda upplevelser

Om du saknar den sexuella gnistan stenens färg stimulerar vårt orangefärgade energi bär stenen i ditt orangefärgade centrum dvs. underlivet.

Psykiskt: Solstenen främjar vår sexualitet mer än någon annan sten. Det är därför helt rätt val som sexlusten tryter. Den är också bra mot depressioner och bristande livslust.

Fysiskt: Solstenen hjälper mot spänningar i könsorganens muskulatur (t.ex. vaginism) och allmänna spänningar i underlivsregionen.

Bärnsten – om du vill känna att inget ont kan nå dig

Den sprider värme där det finns kyla oavsett om det är fysiskt eller psykiskt.

Sid 2.

Gula stenar

Citrin – om du vill slippa stress och bekymmer.

Psykiskt: Ger mental ro och ökar därför glädjen och tillfredsställelsen i vardagen.

Fysiskt: Har också en lugnande effekt på andningen och används därför vid de första tecken på ett astmaanfall.

Gul kalcit – om du vill få större självförtroende.

Psykiskt: Den eggjar vår nyfikenhet och stärker vår självsäkerhet. Vi blir vaknare och får lust till livet. Den hjälper oss att glömma oro och missmod.

Fysiskt: Reglerar bukspottskörtelns funktion och hjälper vid depressioner som är relaterade till obalans i blodsocker.

Gröna stenar är kärlekens budbärare.

Grön aventurin – om du vill känna större lätthet i livet är en riktig äventyrssten

Psykiskt: Den är bra mot sorgsenhet och kan användas när man har problem. Den är en sann vän i svåra tider och kan bidra till att ge mer ljus och höja stämningen.

Fysiskt: sett har en gröna aventurinen en mycket helande effekt mot skador som redan har inträffat. Efter hjärtoperationer och i samband med hjärtflimmer hjälper den att bidra till läkningen och skapar balans.

Jade – om du vill känna mildhet är en riktig hjärtsten.

Brukar användas som amulett för äktenskap, tillökning och vänskap.

Psykiskt: Jade renar mot hårda och stränga tankar och känslor. Den hjälper oss att vara trofasta mot oss själva och våra äkta känslor.

Fysiskt: Jade används mycket vid hjärt- och njuråkommor där det kan vara en god ide att fästa den direkt över njure och hjärta. I Homeopatiskt medicin används den vid utrensning och avgiftning.

Blå stenar

Sodalit – om du vill lära dig att kommunicera klart.

Är en kraftfull blå sten som mer än någon annan sten hjälper dig att släppa alla rädslor och förbehåll.

Psykiskt: Den ger klarhet och överblick och hjälper dig att göra rätt val på kortast möjliga tid. Med hjälp av sodaliten får du lättare att uttrycka dina önskningar och tankar på en konkret sätt.

Fysiskt: Sodaliten är bra mot halsinflammation och andra infektionssjukdomar.

Akvamarin- om du vill att saker och ting skall bli lättare.

Akvamarin står för det okomplicerade den lätta och raka vägen stenen ger lätthet i såväl tal som val. Med sin sprudlande och lätta energi bryter den ner alla självdestruktiva element.

Psykiskt: Akvamarinen ger en humoristisk och lättsam infallsvinkel till livet.

Fysiskt: Fysiskt sett är akvamarinen bra mot allergier och hudsjukdomar samt mot energiblockeringar som förstoppning och vätskeansamlingar.

Sid 3.

Indigofärgade stenar

Lapis lazuli - om du söker självinsikt.

Lapis lazuli är en magisk sten som ger andlig kraft och insikt. Den upprättar en förbindelse till allra djupaste intuitiva krafter. Det är något magiskt och mystiskt över lapis och det är nog också den sten som har använts mest i olika gamla religioner. De gamla egyptierna använde lapis som en bro över till den andliga världen, medan vissa indianstammar utnyttjade den vid schamanresor. Den hjälper oss att fokusera och koncentrera vår spirituella energi,

Psykiskt: Ger oss inre ro och har en dämpande effekt på nervositet och negativa tankar.

Fysiskt: Fysiskt används lapis vid diverse ögonsjukdomar och spänningshuvudvärk..

Tanzanit – om du vill utveckla mer empati.

Inspirerar oss i hög grad till att reflektera snarare än att bara reagera. Stenen förmedlar djup och spirituell kommunikation. Den ger oss psykisk styrka och genomslagskraft till att uttrycka våra innersta sanningar. Bra att bära på sjätte chakrat, men där är den ju väldigt iögonfallande. Använd i stället en bit tanzanit som du kan bära i någon form av smycke. Tanzanit är generellt sett den del av den indigofärgade energi som man kan behöva arbeta med under en längre tid.

Psykiskt: Tanzaniten energi är mer processorienterad än resultatorienterad. Den lär oss att bli ett med processen, att fördjupa oss och vara eftertänksamma på ett positivt sätt.

Fysiskt: Tanzaniten är bra vid ögonåkommor där den kan mildra och lindra vid t.ex. ögoninfektion och torrhet.

Lepidolit – om du söker andlig vägledning

Lepidoliten sägs förstärka kontakten med våra andliga hjälpare och skyddsänglar. Den stärker ditt intuitiva jag och hjälper dig att navigera i det andliga universum. Stenen har en mild och samtidigt djup energi den får oss att lyssna till vår inre röst komma i kontakt med vårt högre jag. och våra andliga vägvisare och vägledare.

Psykiskt: Den passar särskilt bra vid meditation där den bidrar till att skapa helhet och ro.

Lepidolit representerar också den positiva ”tomhet” som man försöker uppnå genom meditation – den stillhet som finns mellan två tankar.

Fysiskt: Den hjälper alla former av spänningar och spänningshuvudvärk.

Sid. 4

Violetta stenar

Ametist – om du vill nå större andlig insikt

Ametisten är en mycket lugnande sten – utan att för den skull ha en dämpande effekt. Den energi är så stark och ren att den anses vara en de mest renande stenar som finns – både fysiskt och psykiskt.

Psykiskt: Ametist stimulerar vår intuitiva personlighet och hjälper oss att ha en kylig psykisk överblick. Den skapar andlig klarhet och främjar stora visioner och idéer.

Fysiskt: Fysiskt är ametist också känd för sina renande egenskaper. Även den hårdaste mage måste ge efter för ametistens klara och renande energi. Den skyddar mot alla former av dålig energi och lämpar sig därför också väl som skyddsamulett. Om den dåliga energin redan kommit in i systemet, är ametisten tillräckligt kraftfull för att avlägsna den..

Sugilit – om du vill kanalisera högre visdom

Sugilit är en kanaliseringssten dvs. den hjälper oss att kanalisera (dra till oss) spirituellt vetande. Använd sugilit tätt intill kroppen när du verkligen ska ge av dig själv fullt ut och inte ens det bästa är gott nog.

Högre visdom är inte bara ett uttryck för djup meditation eller stora spirituella upplevelser utan för alla upplevelser i livet som helt och hållet förenar oss som individer.

Psykiskt: Sugiliten lär oss att acceptera och förstå de universella lagbundenheterna och gör oss förmögna att se saker och ting i ett annat perspektiv.

Fysiskt: Fysiskt kan den motverka migrän och användas för att koppla samman de båda hjärnhalvor.

Purpurit – om du vill integrera dina spirituella intressen

Med sin purpurfärg omfattar stenen både rött och violett. Den har alltså både röda och violetta kvaliteter. Därför skapar den också en balans mellan de övre och nedre chackrana – en mycket fin och sällsynt kvalitet som hjälper oss att hålla ”huvudet i himlen och fötterna på jorden”

En mycket kraftfull sten, så bär den bara i fickan några timmar åt gången.

Psykiskt: Purpuriten öppnar vårt sinne och psyke, och stimulerar våra andliga intressen utan att förlora jordförbindelsen.

Fysiskt: Purpuriten har en lugnande effekt och är bra mot sömlöshet. Prova t.ex. att lägga en purpurit under ditt barns huvudkudde om han/hon inte kan sova eller plågas av mardrömmar.