

Werner Kühni  
Walter von Holst

# KAMIENIE LECZNICZE W LITOTERAPII



Jak z pomocą ponad 500 kamieni i kryształów  
wrócić do zdrowia, przyciągnąć szczęście  
i odzyskać spokój ducha



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

Werner Kühni  
Walter von Holst

# KAMIENIE LECZNICZE W LITOTERAPII

Jak z pomocą ponad 500 kamieni i kryształów  
wrócić do zdrowia, przyciągnąć szczęście  
i odzyskać spokój ducha



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

REDAKCJA: Ewelina Kuryłowicz  
SKŁAD: Emilia Dajnowicz  
PROJEKT OKŁADKI: Emilia Dajnowicz  
TEUMACZENIE: Małgorzata Rzepka

Wydanie I  
Białystok 2020  
ISBN 978-83-8171-328-3

Tytuł oryginału: *Taschenlexikon der Heilsteine*

Copyright © 2004 by AT Verlag Baden and Munich

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2019  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy, żadna część tej książki nie może być powielana w jakimkolwiek procesie mechanicznym, fotograficznym lub elektronicznym, ani w formie nagrania fonograficznego. Nie może też być przechowywana w systemie wyszukiwania, przesyłana lub w inny sposób kopiowana do użytku publicznego lub prywatnego – w inny sposób niż „dozwolony użytek” obejmujący krótkie cytaty zawarte w artykułach i recenzjach.

Książka ta zawiera porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani dietetyka. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś skonsultować się z lekarzem zanim rozpoczniesz jakiegokolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dłożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca i autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek skutki dla zdrowia mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.  
[www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii](https://www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

15-762 Białystok  
ul. Antoniuk Fabr. 55/24  
85 662 92 67 – redakcja  
85 654 78 06 – sekretariat  
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt  
85 654 78 35 – [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) – detal  
strona wydawnictwa: [www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND

# Spis treści

<b>Wprowadzenie do leczenia kamieniami .....</b>	<b>7</b>
Układ krystalograficzny i typ strukturalny .....	9
Znalezienie odpowiedniego kamienia .....	11
Zastosowanie kamieni .....	11
Pielęgnacja kamieni .....	16
Dostępność i cena .....	19
Wyjaśnienie symboli .....	21
<b>Alfabetyczny spis kamieni leczniczych .....</b>	<b>23</b>
<b>Indeks dolegliwości .....</b>	<b>295</b>
Objawy fizyczne .....	296
Objawy duchowe .....	312
<b>Bibliografia/Adresy internetowe .....</b>	<b>337</b>
<b>O Autorach .....</b>	<b>339</b>



# Wprowadzenie do leczenia kamieniami

Leczenie kamieniami jest starą metodą leczniczą ludzkości. Swoim wyglądem kamienie odpowiadają ludzkiej duszy. W ich kryształicznym wyglądzie ludzie widzą działanie sił boskich. Kapłani i uzdrowiciele stosują kamienie, aby przywrócić równowagę między ciałem i duszą a uniwersalnym porządkiem. Działanie kamieni wyraźnie ukazuje także biżuteria noszona jako amulet. Postęp kulturalny uwidacznia się także w zdolności człowieka do wydobywania i przetwarzania minerałów.

Nowoczesne leczenie kamieniami tradycyjnie bazuje na mineralogii. Jak wskazywał Michael Gienger, istnieje związek między sposobem powstawania oraz składem kamienia a jego wpływem na człowieka. Dzięki temu odkryto nieznane dotąd terapeutyczne zastosowania minerałów.

Przez ostatnie piętnaście lat coraz więcej osób miało do czynienia z kamieniami uzdrawiającymi i swoimi doświadczeniami przyczyniało się do szybkiego rozwoju wiedzy na ten temat. Dzięki temu dopiero teraz możliwe jest opisanie niektórych rzadkich kamieni.

Możesz stosować różnorakie kamienie dla utrzymania dobrego stanu zdrowia, dobrego samopoczucia oraz dla własnego rozwoju. Jeśli jesteś chory lub martwisz się o swoje zdrowie, poszukaj uzdrowiciela lub lekarza. Kamienie możesz też stosować jako uzupełnienie zaleconych przez lekarza terapii. Powinno być to jednak poprzedzone konsultacją z doświadczonym doradcą zdrowotnym, ponieważ nie należy stosować kamieni w sposób przypadkowy: istnieją również kamienie trujące oraz wydzielające niewielkie promieniowanie. Ważne jest opisanie także tych kamieni oraz umożliwienie świadomego obchodzenia się z nimi.


Niniejszy „podręczny leksykon” stanowi przegląd działania poszczególnych kamieni leczniczych. Świadomie pominięto w nim mineralogię, mineralogiczną litoterapię, związek z feng shui, homeopatię, astrologię, czakry, terapię kwiatową Bacha itd. Te tematy oraz ich związki z kamieniami leczniczymi są obszernie opisane w książce *Enzyklopädie der Steinheilkunde*.


Ten podręczny leksykon jest ustrukturyzowany w sposób, który umożliwia natychmiastowe rozpoczęcie pracy z nim oraz daje wgląd w spektrum działania 555 minerałów. Dla osób doświadczonych stanowi on przegląd najnowszej wiedzy na temat stale rozwijającej się oferty kamieni leczniczych. Kolejność alfabetyczna umożliwia intuicyjne wyszukiwanie poszczególnych minerałów.


Dane dotyczące działania są zachętą do własnych obserwacji. Wiedza stale się rozwija, dane są stale uzupełniane, precyzowane, a w niektórych przypadkach korygowane. Informacje dotyczące szczególnie rzadkich kamieni są czasem niepewne, w przeciwieństwie do informacji na temat dobrze zbadanych minerałów. Autorzy ucieszą się z doświadczeń i wskazówek czytelników na temat nowych i mniej popularnych kamieni.


## UKŁAD KRYSZALOGRAFICZNY I TYP STRUKTURALNY

Układ krystalograficzny opisuje regularność i uporządkowanie w budowie atomowej minerału. Każdy człowiek może być uporządkowany analogicznemu ludzkiemu typowi strukturalnemu. Charakterystyczny cykl życiowy i specyfika wywodzą się z cech geometrycznych układu krystalograficznym. Przynależność osoby do typu strukturalnego można określić na podstawie obserwacji i doświadczenia. Jako że często warto wiedzieć, do jakiej struktury należy dany kamień, przy każdym z nich umieszczono odpowiedni symbol informujący o tym. Poniżej kilka ważnych informacji o cechach każdego typu.


 **Kwadratowa:** konsekwentnie planuje swoje życie i swoje projekty; dąży do kontroli i pewności; niezłomna w swoich nawykach, nieelastyczna, dba o wysokie koszty administracyjne; wytrącana z równowagi przez nieprzewidziane okoliczności.


 **Sześciokątna:** ogranicza się do najważniejszego, osiąga wydajność; nastawiona na duże cele; dąży do ideału, jest świadoma pewności siebie, ryzyko bezwzględności, braku wyrozumiałości i uporę; różnicuje w niewielkim stopniu.


 **Trójkątna:** myśli i działa praktycznie, realistyczna i rozważna, jest jednocześnie wygodna; wie o wiele więcej niż wykorzystuje; tworzy wiele kontaktów społecznych; kocha zaufane osoby; wypiera to, co niechciane i co rzutuje na zewnątrz; nie jest perfekcjonistką, stoi twardo na ziemi.


 **Prostokątna:** jest żądna wiedzy, z dużą zdolnością rozróżniania; talent organizacyjny; działa intuicyjnie, argumentuje bardzo racjonalnie; identyfikuje się z rolami i tworzy pozory; potrafi ukrywać uczucia i emocje.



 **Romboidalna:** jest skrupulatna, towarzyska i ma zdolność dostosowywania się; ma zmysł estetyki i elegancji, jest skromna; chce dla każdego dobrze, często nie potrafi realizować tego, co podpowiada jej wewnętrzny głos; nie potrafi ukrywać uczuć, jest świadoma pewności siebie.

 **Równoległoboczna:** jest gotowa na ryzyko, ukształtowana przez różne etapy życia, oddaje się swoim pasjom z namiętnością; ma trudności w podejmowaniu decyzji lub daje się ponieść czemuś na całego, uparta.

 **Trapezowa:** podlega częstym wahaniom nastroju; duża możliwość rozwoju i głębia odczuć; pielęgnuje różnorodne kontakty społeczne, irracjonalna; duża podatność na wpływy; nie potrafi ukrywać uczuć, skłonna do postawy ofiary.

 **Amorficzna:** żyje zgodnie ze spontanicznymi impulsami bez myślenia o przeszłości lub przyszłości; jest wolna jak dziecko, naturalna, nie ulega wpływom; nie uzależnia się; nie potrafi znieść presji z zewnątrz; uchodzi za niesłowną i potrzebuje dużo przestrzeni.

Te opisy są mocno schematyczne i przerysowane. Podstawowy typ duchowy jest stały. To, czy w swoim życiu osiągniesz spełnienie i szczęście, nie zależy od tego, jakim typem jesteś, lecz od tego, jak go wykorzystasz.

Kamienie o takim samym układzie krystalograficznym pomagają żyć zgodnie ze swoją strukturą i uwolnić wewnętrzną siłę. Kamienie o innych układach krystalograficznych poszerzają horyzonty i pomagają pozbyć się określonych słabych punktów. Ten krótki opis nie wystarczy do określenia twojego typu strukturalnego, ale da ci ogólne spojrzenie. Więcej informacji na temat układów krystalograficznych znajdziesz w książce *Enzyklopädie der Steinheilkunde* lub podczas specjalnych seminariów.

## ZNALEZIENIE ODPOWIEDNIEGO KAMIENIA

Pomyśl przez chwilę o problemie, który chciałbyś rozwiązać, lub o osobie, dla której chciałbyś zrobić coś dobrego. Popatrz na swoją kolekcję kamieni lub na kolekcję sprzedawcy. Kamień, który wyda ci się świecący, który wpadnie ci w oko lub który po prostu najbardziej ci się spodoba, będzie tym właściwym. Być może podczas ich oglądania stwierdzisz, że „ten pasuje”. Właśnie ten kamień powinieneś kupić i mieć go w pobliżu. Słuchaj swoich emocji oraz swojej intuicji, aby ustalić, jak długo powinieneś go używać dla załatwienia tej sprawy. Jeśli odniesiesz sukces lub jeśli w danej sprawie pojawi się inny kamień, podziękuj im. Żaden najbardziej specjalistyczny sklep z minerałami nie będzie miał w sprzedaży wszystkich kamieni opisanych w niniejszym leksykonie. Dlatego lepiej jest się zorientować w faktycznym zaopatrzeniu danego sklepu i tam z pomocą książki wybrać optymalny kamień niż szukać wybranego rarytasu po całym kraju lub nawet w Internecie.

## ZASTOSOWANIE KAMIENI

Z kamieniami obchodzi się z szacunkiem. Często mają one kilka tysięcy lat i podczas powstawania miały różnorodne doświadczenia. Spróbuj sobie wyobrazić, że kamień jest inteligentną istotą, która z tobą obcuje, a nawet może cię „zrozumieć”. Działa on za pośrednictwem zdolności, które chętnie ci udostępnia. Podstawą tego związku jest sympatia, dodatkowo potrzebne jest też nieco pielęgnacji (patrz: str. 16). Dzięki temu kamień będzie służył przez długi czas.

Kamienie dają twojemu organizmowi jasne impulsy. Aby się nie przeciążyć, musisz zdecydować, czy będziesz stosować kamień w ciągu dnia czy może lepiej w nocy. Z reguły więcej sensu ma stosowanie kamienia w ciągu dnia. W danym okresie można stosować kilka różnych kamieni, ale nie wszystkie w jednym momencie i w jednym miejscu. Można na przykład stosować jeden kamień w dzień, drugi

w nocy, trzeci jako biżuterię, a kolejny w formie wody leczniczej. Możliwości te opisano dokładnie w książce *Gesund durch Heilsteine und Öle*, gdzie możesz wyszukiwać kamienie według chorób, a następnie uzyskać rady co do wyboru kombinacji kamieni i ich zastosowania.

Podczas pracy z kamieniami powinieneś pić wystarczająco dużą ilość wody. Uzdrawiające działanie kamieni jest wtedy zdecydowanie silniejsze. Jeśli nosisz kamienie w ciągu dnia, zatroszcz się nocą o wystarczającą ilość niezakłóconego snu.

### KILKA SŁÓW O LECZENIU KAMIENIAMI

Litoterapia opiera się na tradycji liczącej ponad 3500 lat, w której minerały były przyjmowane głównie wewnątrz. Dlatego do „nowoczesnej litoterapii” zaliczają się także minerały takie jak boraks, klinoptilolit i inne, które są stosowane wewnątrz w formie zmielonego proszku (częściowo w zakresie gramowym), ale także koloidalne wydalane metale ciężkie, np. złoto czy srebro.

Dzięki temu zakres zastosowań litoterapii może być nie tylko rozszerzony – zdecydowanie zwiększa się także jej efektywność. Dzięki doświadczeniom ostatnich dziesięcioleci zastosowanie kamieni leczniczych stało się skuteczniejsze i jest coraz częściej potwierdzane, głównie dzięki grupom na Facebooku, przez ponad 20 000 członków.

#### Kieszeń spodni

Większość kamieni można nosić przy sobie, najlepiej w kieszeni spodni lub jako wisior na skórzanym tasiemce – zazwyczaj nosi się je przez 4–6 tygodni. Kamienie, które są zbyt kruche lub zbyt małe oraz takie, które są trujące, można nosić w woreczku. Nie należy jednak stosować tej metody w przypadku rzadko występujących kamieni radioaktywnych.

Kiedy nosimy przy sobie kamień, tworzymy kanał dla wszystkich cech kamienia. Stanie się on filtrem twoich odczuć, wpływa na twój nastrój oraz zachowanie.

### Medytacja

Medytacja możliwa jest z każdym rodzajem kamienia. Pomaga ci łączyć się z duchowymi cechami kamienia oraz wytworzyć osobisty kontakt. Połóż przed sobą kamień tak, abyś mógł go wygodnie obserwować. Przygaś światło i zadbaj o to, aby nic ci nie przeszkadzało.



Ustal czas spotkania z kamieniem. Zanurz się w kamieniu, niczego nie oczekuj i zadawaj pytania.

### Przyklejanie

Jeśli chcesz wesprzeć w działaniu konkretny narząd lub chcesz przyspieszyć gojenie się ran, czyli chcesz osiągnąć działanie nakierowane na konkretny organ, przyklej kamień możliwie jak najbliżejżądanego miejsca. Możesz w tym celu użyć



plastra z opatrunkiem lub przywiązać kamień jakimś materiałem, abytrzymał się on w konkretnym miejscu na skórze. Pamiętaj, aby nie zaburzyć przepływu krwi i aby taka „konstrukcja” nie ograniczała twoich ruchów. Aby móc stosować ten sposób bez przerwy, kup dwa kamienie jednego rodzaju i wymieniaj je codziennie w celu oczyszczenia.

### Kamienny krąg

Kamienne kręgi stanowią wspaniałą możliwość dla pogłębienia medytacji. Pomagają oderwać się od wpływów zewnętrznych, wzmacniają osobiste pole energetyczne i tworzą wyjątkową atmosferę oraz nastrój. Duchowy aspekt stosowanych rodzajów kamieni (talenty, nastawienie, zrozumienie) przenoszą się na twoją aurę. Fizyczne działanie ma tutaj znaczenie drugoplanowe.

Potrzebujesz co najmniej czterech, a najlepiej ośmiu możliwie podobnych kamieni jednego rodzaju. Połóż kamienie na podłodze w odpowiedniej dla siebie odległości, skup się przy tym na swoich uczuciach i zmieniaj kąt tak długo, aż poczujesz się silny i spokojny. Jeśli krąg jest zbyt duży, ciśnienie krwi spada, a człowiek czuje się nieco zagubiony; jeśli krąg jest zbyt mały, ciśnienie krwi wzrasta, a człowiek czuje się ograniczony.

### **Bizuteria**

Kamienie upiękzone ręką artysty pokazują się ze swojej najlepszej strony i w szczególny sposób podkreślają twoją osobowość. Pasująca biżuteria z kamieni wzmacnia akceptację społeczną i podnosi poczucie własnej wartości\*. Ponadto kamienie mają w człowieku wpływ na to, co symbolizują (ucieleśniają). Biżuteria z kamieni pokazuje twoją wartość i powinna mieć na ciebie dobry wpływ.

### **Masaż**



*Technika masażu „leżąca ósemka”:  
plecy masowane są delikatnie  
rysykiem do masażu przez pocieranie  
oraz rysowanie pętli i ósemek.*

Kamienne rysiki do masażu opracowane przez terapeutę refleksologii Ewalda Kliegela oraz podłużne kamienie nadają się do masażu także przez ubrania. Oprócz efektu masażu oddziałuje tutaj także energetyczne działanie poszczególnych rodzajów kamieni. Już dzięki delikatnemu pocieraniu można osiągnąć stan głębokiego rozluźnienia.

---

\* Szeroki wybór pięknej biżuterii wykonanej z najwyższej jakości kamieni można kupić w sklepie [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) (przyp. wyd. pol.).

### Zastosowanie wewnętrzne

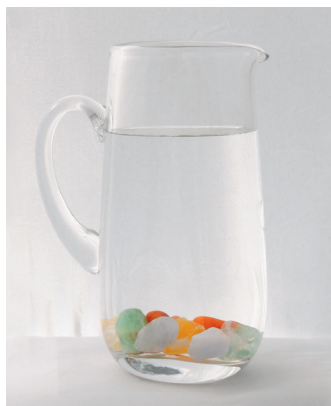
Przyjmowanie eliksirów z kamieni szlachetnych (które mogą być także stosowane zewnętrznie) oddziałuje na całą przemianę materii. Bardzo skuteczne jest połączenie eliksiru z kamieniem przyklejonym w konkretnym miejscu. W celu przygotowania takiego eliksiru możesz włożyć oczyszczony kamień do szklanki czystej wody i pozostawić na noc. Następnego dnia stopniowo wypijaj wodę; kamień może pozostać w szklance (więcej na ten temat w książce *Enzyklopädie der Heilsteinkunde*). Bardzo skuteczne są te gotowe eliksiry dostępne w sklepach. Kamienie nienadające się do wytwarzania wody ze względu na swoją rozpuszczalność są odpowiednio oznaczone. Proszki z kamieni jako produkty farmaceutyczne można dostać w aptekach.



### Woda z kamieni leczniczych

Woda z kamieni leczniczych to woda, która ma vibracje kamieni szlachetnych. Związki mineralne zawarte w ludzkim organizmie odpowiadają zastosowanym kamieniom leczniczym i wpadają w drgania rezonansowe.

Jeśli lecznicze właściwości kamienia przekazywane są wodzie, jest to ich najbardziej przyswajalna forma. Zazwyczaj bezpośrednio do wody pitnej dodaje się bloki kamienne różowego kwarcu, ametystu i kryształu górskiego, a lepiej – konkretną mieszankę wybranych kamieni. Wysoko wypolerowane kamienie nie nadają się do tego celu, ponieważ są one pokrywane bezbarwnymi woskami i olejami dla ładnego połysku i dłuższej trwałości. Sprawia to, że są one



idealne do kontaktu ze skórą, ale nie nadają się do długiego leżenia w wodzie, ponieważ mogą uwolnić się wtedy substancje obce.

Ważne jest to, aby bloki kamienne nie rozlatywały się, nie zawierały olejów (w razie wątpliwości dobrze je wygotuj). Najrzadziej co dwa dni należy wyjmować je z dzbanka i delikatnie oczyszczać z biofilmu za pomocą niewielkiej ilości płynu do mycia naczyń, po czym opłukać. Ich moc można utrzymywać przez ładowanie na kryształy górskim lub na słońcu. Taka mieszanka zastępuje zwykłą wodę pitną; należy pić ok. 2 litry dziennie.

### Napromieniowanie wody pitnej kamieniami szlachetnymi



Wspaniałym sposobem na przeniesienie leczniczych właściwości kamienia do wody jest napromieniowanie kryształem górskim. W tym celu można użyć też kamieni polerowanych.

Potrzebny będzie czysty kryształ górski, którego koniec, wsparty na przykład na podstawce, skierowany będzie w kierunku szklanki. Po drugiej stronie kryształu należy umieścić kamień leczniczy. Proces napromieniowania trwa ok. 10 minut. Jeśli przeniesienie zakończyło się sukcesem, poczujesz to poprzez zmianę smaku wody.

**Zastosowanie:** dla ogólnej aktywacji i regeneracji, przy chorobach układu trawiennego, alergiach, stanach podgorączkowych, chorobach nerwów oraz dla wsparcia terapii nowotworowej.

## PIELĘGNACJA KAMIENI

Minerały wydają się być trwałe i wieczne, mogą się jednak zmienić: na kryształach górskich mogą pojawić się małe wady i odpryski, a mleczne części mogą stać się przejrzyste. W przypadku innych rodzajów barwa może stać się bardziej intensywna lub całkowi-

cie zaniknąć. Można także zaobserwować zmętnienie. To, a także uczucie ciężkości lub lepkości może być przyczyną niedostatecznej pielęgnacji. Oznaką może być także zapominanie o kamieniu, uczucie niechęci do niego oraz zagadkowe zagubienie go na chwilę lub nawet jego pęknięcie. Ma to związek z tym, że zabrał ci on zbyt dużo energii i nie był oczyszczony.

Kamienie lecznicze o zastosowaniu terapeutycznym po każdym użyciu powinny być najpierw czyszczone przez opłukanie z nagromadzonego w nim napięcia. Następnie powinny być oczyszczane na płaszczyźnie informacyjnej, a dopiero potem naładowane świeżą energią.

### **Krok 1: Rozładowanie**

#### **Rozładowywanie bieżącą wodą**

Resztek przyjętej energii pozbędziesz się poprzez dokładne opłukanie pod bieżącą wodą przez ok. pół minuty. Tego kroku nie stosuje się w przypadku minerałów rozpuszczalnych w wodzie, które są odpowiednio oznaczone.

### **Krok 2: Oczyszczanie płaszczyzny informacyjnej**

Kamień może gromadzić obciążające doświadczenia podczas wydobywania, transportu oraz przetwarzania. Wiele osób trzymało go w rękach przed tobą. Aby usunąć te informacje z pamięci kamienia, należy go oczyścić. Są na to różne sposoby.

#### **Oczyszczanie ciemnym ametystem**

Im ciemniejsza druza ametystu, tym bardziej dogłębne jest jej działanie oczyszczające. Kamień leczniczy można położyć w druzie i pozostawić na noc. Oczyszczanie na kawałku druzy nie jest tak skuteczne jak w środku druzy, ponieważ promieniowanie dochodzi wtedy tylko z jednego





kierunku. Oczyszczanie ametystem nigdy nie szkodzi, jednak nie działa w przypadku wielu silnie metalicznych, wyjątkowo gęstych i bardzo twardych kamieni.

### Oczyszczanie kamieniami hematytu

W tym celu kamień lub łańcuszek należy położyć bezpośrednio w malutkich kamieniach hematytu. Już po 20 minutach tak umieszczony kamień jest oczyszczony na płaszczyźnie informacyjnej. W konsekwencji oznacza to, że hematyt i magnetyt nie mogą być umieszczone razem, ponieważ kamienie są wtedy rozładowywane. Położenie w hematycie sprawia, że niezbędne jest naładowanie kamienia.



### Krok 3: Naładowanie kamienia (płaszczyzna energetyczna)

Jako że intensywność działania kamieni leczniczych ma związek z przyjmowaną energią, oczyszczone i rozładowane kamienie powinny być ponownie naładowane przed kolejnym ich zastosowaniem.

### Ładowanie światłem słonecznym lub księżycowym

Klasyczny proces ładowania przebiega przy pomocy energii świetlnej, przede wszystkim za pomocą energii słonecznej, a czasem także księżycowej. Słońce ma najsilniejsze działanie przed południem. Należy unikać zbyt silnego słońca południowego. Działanie ładujące może zostać wzmocnione przez położenie kamienia w grupie kryształów górskich wystawionych na światło słoneczne.

### Ładowanie kryształem górskim

Zamiennie kamienie mogą być ładowane kryształem górskim. Do ładowania kamienia najlepiej używać grupy kryształów górskich z wieloma ostrymi zakończeniami lub malutkich wypolerowanych

kryształów górskich. Rozładowane kamienie lecznicze należy położyć na kilka godzin na kryształach lub w miseczce z wieloma małymi kryształkami. Kryształ górski przekazuje innym kamieniom nagromadzoną przez siebie energię.

Istnieje wiele innych metod oczyszczania energetycznego, które mają zastosowanie w wielu sytuacjach. Przedstawione powyżej metody są jednak bezpieczne i mogą być stosowane w prosty sposób.

### DOSTĘPNOŚĆ I CENA

Kamienie są wyjątkowymi darami natury. Ich dostępność często ulega dużym wahaniom w zależności od tego, co w danym momencie jest znajdowane i wydobywane w konkretnych kopalniach i jaki jest popyt. Nie ma więc możliwości dokładnego przewidzenia dostępności poszczególnych kamieni. Informacja o dostępności podana przy kamieniach ma na celu pomoc w oszacowaniu szansy na znalezienie danego minerału w sklepie. Dostępność nie zawsze też koreluje z częstotliwością występowania danego kamienia w naturze. Rzadkie, ale popularne kamienie są często łatwiej dostępne niż te częściej występujące, ale jednocześnie mniej popularne wśród użytkowników. Na przykład sugilit występuje w naturze rzadko, ale z uwagi na popyt jest bardzo często dostępny w sklepach i w związku z tym w leksykonie sklasyfikowany jest jako częsty. Boksyt z kolei jest wydobywany dziennie w ilości 600 000 ton, a mimo to w sklepach prawie się nie pojawia.

Dostępność została oceniona na podstawie obecności w sklepach i zdefiniowana w następujący sposób:

**Częsta:** minerał dostępny od dłuższego czasu bez przerwy w dużej ilości i w różnych formach. W najbliższym czasie nie należy oczekiwać przerw w dostawie. Te kamienie można kupić w różnych rozmiarach w większości sklepów z minerałami.

**Niska:** minerał nie jest dostępny zawsze. Często występują przerwy w dostawie lub minerał może być dostępny tylko w niektórych formach. Zasoby są zmienne lub ograniczone. Te kamienie można kupić w dobrze wyposażonych sklepach z minerałami.

**Rzadka:** minerał jest słabo dostępny. Występują częste, dłuższe przerwy w dostawach. Kamienie dostępne okazjonalnie w niewielu formach. Zasoby są bardzo ograniczone: w przypadku niektórych kamieni zasoby są na minimalnym poziomie lub znane kopalnie są już całkowicie wyczerpane lub zamknięte. Te kamienie można nabyć wyłącznie w sklepach specjalistycznych lub na giełdzie kolekcjonerskiej. Na wiele z tych kamieni jest niewielki popyt; wiele z nich jest bardzo delikatnych, trujących, dostępnych tylko w formie kryształów, małych lub kosztownych. Jeśli jednak cena nie gra roli, to tak naprawdę żaden kamień nie będzie rzadko dostępny.

Podstawowa zasada jest taka, że za dobrą jakość trzeba zapłacić, przy czym jednak działanie terapeutyczne nie ma wpływu na cenę minerału. Wpływ na cenę ma natomiast częstość występowania danego minerału, wkład włożony w jego przetworzenie oraz koszty transportu. Handlarze w miarę możliwości dopasowują cenę do ogólnej ceny rynkowej danego minerału. Nagłe wzrastające zainteresowanie minerałami kolekcjonerskimi oraz kamieniami leczniczymi w USA oraz na ogromnym rynku chińskim spowodowało, że ceny minerałów średniej i wyższej klasy rosną także w Europie; już od lat kamienie najwyższej jakości nie trafiają na rynek europejski\*.



Kiedy zdasz sobie sprawę, co możesz osiągnąć dzięki kamieniom i jak wiele możesz dzięki nim zrobić dla swojego zdrowia, dobrego samopoczucia i samorealizacji, stwierdzisz, że minerały mają optymalny stosunek jakości do ceny.

---

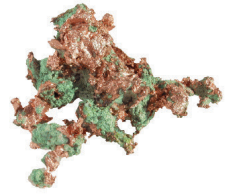
\* Starannie wyselekcjonowane, najwyższej jakości kamienie i kryształy można kupić w sklepie [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) (przyp. wyd. pol.).

### Wyjaśnienie symboli

- |   |  |
|---|--|
|  może być noszony w kieszeni               |  kwadratowy       |
|  nie nosić w kieszeni                      |  sześciokątny     |
|  nie wkładać do wody pitnej                |  trójkątny        |
|  odpowiedni do masażu                      |  prostokątny      |
|  odpowiedni do kręgów kamiennych           |  romboidalny      |
|  dostępny jako biżuteria fasetowana        |  równoległoboczny |
|  ładowany na słońcu                        |  trapezowy        |
|  nie kłaść na słońcu                       |  amorficzny       |
|  nie czyścić wodą – rozpuszczalny w wodzie |  |
|  ładowany w świetle księżyca               |  |
|  trujący                                   |  |
|  minerał może być delikatnie radioaktywny |  |

Jako że prawie wszystkie kamienie mogą być umieszczane w wodzie, umieszczono jedynie symbol  przy minerałach, w przypadku których jest to niemożliwe lub niezalecane. Wszystkie kamienie można też dostać w formie biżuterii, a zatem symbol  informuje, czy dany minerał występuje także w szlifie fasetowym.

Skały składają się z większej ilości minerałów i nie mają jednorodnego sytemu kryształów. W leksykonie zatem nie są podane informacje na ten temat.



# Alfabetyczny spis kamieni leczniczych

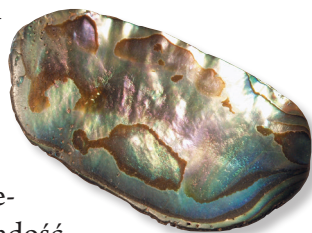
## ◆ ABALONE, muszla paua, macica perłowa



**Fizycznie:** chroni, pielęgnuje i łagodzi podrażnienia skóry wrażliwej i błony śluzowej, poprawia ich regenerację i tolerancję słoneczną, rozluźnia mięśnie oczu.

**Duchowo:** pomaga zwalczać przygnębienie, niepewność i rozczarowania; daje radość i lekkość i pomaga z pełnym zaufaniem otworzyć się na życie. Pomaga obchodzić się z samym sobą, respektować granice i chronić samego siebie; pomaga dzieciom osiągnąć samodzielność.

**Dostępność:** częsta.



## ◆ ADAMIN



**Fizycznie:** poprawia ukrwienie płuc; działa regenerująco na skórę i błony śluzowe; przyspiesza rekonwalescencję po ciężkich chorobach; wyostża postrzeganie (zmysł wzroku, smaku, słuchu).

**Duchowo:** dba o wewnętrzną siłę przy problemach emocjonalnych; wzmacnia wyrażanie samego siebie, pomaga podejmować ryzyko; daje stabilność w sprawach sercowych; poprawia połączenie ze światem duchowym i pogłębia moc wyobraźni.

**Dostępność:** niska.



## ▲ AFGANIT



**Fizycznie:** ma działanie przeciwbólowe; stosowany do regeneracji tkanek; wspomaga zasypianie przy bezsenności; rozluźnia skurcze dłoni, a w przypadku gorączki pomaga schłodzić ciało.

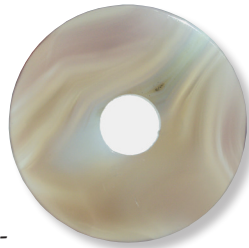
**Dostępność:** niska lub rzadka.



## ▲ AGAT



**Fizycznie:** chroni skórę przed obciążeniami środowiska; działa na płyny w organizmie; pobudza odtruwanie tkanek, usprawnia trawienie i wydalanie; stymuluje układ odpornościowy; łagodzi ból i rozluźnia; wzmac-



nia i regeneruje wszystkie narządy składające się z wielu warstw tkanek; działa na każdy narząd i pomaga przy każdej chorobie, o której przypomina swoim pojawieniem się.

**Duchowo:** daje ochronę, bezpieczeństwo i pewność; wzmacnia zaufanie do samego siebie przez większą niezależność od ocen innych ludzi; oddala melancholię, troski, napięcia i zwątpienia, wspiera duchowość i wycofanie, pobudza wyobraźnię; zwiększa realistyczność i pomaga rozwiązywać problemy w sposób pragmatyczny i możliwie prosty; pomaga ograniczać się do najważniejszego i ignorować odchylenia; stabilizuje psychicznie i dostosowuje aurę.

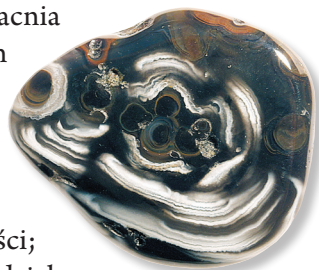
### ▲ AGAT BIAŁO-CZARNY, agat zebra



**Fizycznie:** poprawia motorykę, wzmacnia zmysł słuchu i równowagi u małych dzieci; łagodzi swędzenie skóry i poprawia jej elastyczność; skuteczny przy pękaniu skóry.

**Duchowo:** poprawia skrupulatność i wzmacnia poczucie odpowiedzialności; wzmacnia konsekwencje w myśleniu i działaniu; pomaga pozostawiać pewne sprawy na później.

**Dostępność:** niska.



### ▲ AGAT BIAŁY, agat pokoju



**Fizycznie:** łagodzi katar sienny i zaburzenia hormonalne; pobudza przepływ limfy; tworzy ochronę w ciąży; poprawia wzrok i pracę mózgu.





**Duchowo:** wpływa na zrównoważone i spokojne postrzeganie życia; wspiera świadome przetwarzanie doświadczeń; wspomaga czystość i dobre samopoczucie, cierpliwość i zrozumienie; przeciwdziała agresji.

**Dostępność:** częsta.

### ▲ AGAT BOTSWANA



**Fizycznie:** łagodzi swędzenie głowy, wysypkę i egzemę; stosowany przy zaburzeniach ośrodkowego układu nerwowego; podczas ciąży chroni płód, poprawia zaopatrzenie tkanek w składniki odżywcze.

**Duchowo:** pomaga osiągnąć większą zdolność postrzegania; wzbogaca fantazję; pomaga odnaleźć własny rytm życia; wspiera wyrażanie uczuć.

**Dostępność:** niska.



### ▲ AGAT CZERWONY



**Fizycznie:** wspiera ukrwienie narządów wewnętrznych i pobudza krążenie; łagodzi alergie i utratę apetytu; przeciwdziała zaburzeniom przepływu krwi w dłoniach, usuwa zjawisko zimnych palców; stymuluje czynność żołądka, jelita i naczyń krwionośnych.

**Duchowo:** pomaga rozwinąć własne zdolności; daje wytrzymałość, zdecydowanie i stabilność; utrwala własne przekonania, aktywuje w przypadku niechęci do działania; pomaga tworzyć wyraźnie określone zamiary.

**Dostępność:** częsta.



### ▲ AGAT DENDRYTOWY



**Fizycznie:** wzmacnia tkankę łączną i pomaga przy odtruwaniu tkanek; stosowany przy dolegliwościach skóry, błony śluzowej, płuc i jelit.

**Duchowo:** pomaga zwalczyć duchowe obciążenia i rany; pomaga zwalczać zaburzenia.

**Dostępność:** niska.



### ▲ AGAT DRZEWNY



**Fizycznie:** stosowany przy skłonności do infekcji i przeziębieniach; troszczy się o witalność i odporność; może wspierać funkcjonowanie nerek i regulować gospodarkę wodną.

**Duchowo:** wzmacnia wytrzymałość, wytrwałość i odwagę; pomaga postrzegać trudności jako wyzwania i mierzyć się z nimi; przynosi wewnętrzny spokój i opanowanie; daje pewność siebie i stabilność; zwiększa zdolność dostosowywania się.

**Dostępność:** częsta.



### ▲ AGAT FORTECZNY

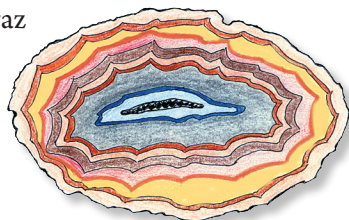


**Fizycznie:** łagodzi zapalenie pęcherza i nietrzymanie moczu; łagodzi ugryzienia owadów.

**Duchowo:** daje ochronę i bezpieczeństwo, łagodzi napięcia, daje stabilność przeciwko oddziaływaniom zewnętrznym, wspiera

logiczne i racjonalne myślenie oraz zdolności analityczne, pomaga znajdować pragmatyczne rozwiązania.

**Dostępność:** częsta.



### ▲ AGAT GWIAZDZISTY



**Fizycznie:** stabilizuje kondycję fizyczną; wspiera układ odpornościowy i regenerację tkanki łącznej; pobudza czynność wątroby; pobudza aktywność mózgu i nerwów; daje głęboki sen zapewniający wypoczynek.

**Duchowo:** stabilizuje kondycję psychiczną; zachęca do kreatywnej pracy nad marzeniami, uczuciami, wewnętrznymi obrazami i intensywnymi snami; pomaga dostrzegać własne potrzeby w połączeniu z rzeczywistością, pomaga pozostać przy swoich pasjach; pomaga chronić się przed fikcyjnymi wartościami, pozwala na spokojną refleksję; pomaga znaleźć wyjście z izolacji; w zależności od swojej formy ma działanie introwertyczne lub wzbudzające ciekawość; działa uziemiająco.



**Dostępność:** niska.

### ▲ AGAT KORONKOWY



**Fizycznie:** stosowany przy infekcjach, ugryzieniach owadów, skurczach, hemoroidach i swędzeniu; wzmacnia tkankę łączną skóry i narządów wewnętrznych i poprawia metabolizm tkankowy.



**Duchowo:** ożywia i inspiruje obrazowe myślenie oraz fantazję; wspiera kreatywność w myśleniu.

**Dostępność:** częsta.

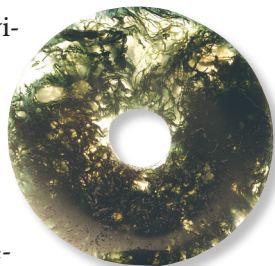
### ▲ AGAT MSZYSTY



**Fizycznie:** obniża zbyt wysoki poziom cholesterolu; pobudza produkcję insuliny w trzustce; tworzy śluz przy suchym kaszlu; pobudza przepływ limfy; stosowany przy infekcjach płuc, dróg oddechowych i zapaleniu zatok przynosowych; aktywuje gruczoły mleczne przy karmieniu piersią; łagodzi napady gorąca; poprawia trawienie; łagodzi wrażliwość na zmiany pogody.

**Duchowo:** pomaga przy agresji, troskach i wściekłości, uspokaja i daje wyrozumiałość, rozwija społeczną stronę człowieka i wzmacnia połączenie z naturą; działa przeciwko niezdecydowaniu i obsesji; pozytywnie wpływa na zachowania nałogowe; przynosi inspirację i nowe pomysły; umożliwia uwolnienie się od głęboko osadzonych lęków i blokad umysłowych; otwiera wypierane uczucia seksualne.

**Dostępność:** niska.



### ▲ AGAT MSZYSTY RÓŻOWY



**Fizycznie:** pomaga przy przewlekłych zaparciach, kiedy czynność jelit została zatrzymana przez przyjmowanie środków przeczyszczających, a także podczas biegunki; odtruwa, oczyszcza i wzmacnia prze-



plyw limfy; wspiera wydzielanie enzymów trawiennych; poprawia florę jelitową; może pomóc w przypadku pasożytów; łagodzi stany zapalne w układzie pokarmowym; wspiera wzrost i stan włosów i paznokci.

**Duchowo:** poprawia zapamiętywanie snów; pomaga umysłowo przepracowywać doświadczenia; rozluźnia wewnętrzne napięcia i wrażliwość; pomaga bez ograniczeń oceniać uczucia i uprzedzenia; zwiększa pomysłowość i umiejętność zachwycania się; daje emocjonalną i intelektualną swobodę; pomaga przeciwko bezradności i lekkomyślności.

**Dostępność:** niska.

**AGAT OCEANICZNY**, patrz: chalcedon sferolityczny

### ▲ AGAT OCZKOWY



**Fizycznie:** wzmacnia ściany naczyń krwionośnych; pomaga przy organicznych chorobach oczu, zmęczeniu oczu, przede wszystkim przy suchych, piekących oczach; stosowany w przypadku zapalenia spojówek, zapalenia siatkówki, przy niebezpieczeństwie odklejenia się siatkówki, przy jęczmieniu oraz jaskrze; łagodzi dolegliwości związane z prostatą.



**Duchowo:** wspomaga koncentrację, pomaga przy dysnomii; wspiera poczucie wspólnoty; wzmacnia wytrzymałość i pomaga zachować stabilność.

**Dostępność:** częsta.

## ▲ AGAT OGNISTY



**Fizycznie:** łagodzi ataki epilepsji; reguluje wydalanie przy zaburzeniach jelitowych, szczególnie w przypadku wzdęć, biegunki i zaparcia; łagodzi przewlekłe stany zapalne.

**Duchowo:** daje siłę do przejścia inicjatywy, zwiększa ekstrawersję, daje wewnętrzną radość i zadowolenie; wspiera pozytywne myślenie; poprawia nastawienie do własnego organizmu.

**Dostępność:** rzadka.



## ■▲ AGAT PIRYTOWY



**Fizycznie:** wygładza skórę; wspiera perystaltykę jelit; poprawia przepływ limfy.

**Duchowo:** dobry przy nagłych wahaniami nastroju, złości i humorów; pomaga rozwiązywać najtrudniejsze problemy poprzez analizowanie ich szczegółów; w przypadku problemów i trosk uwalnia głowę i daje lekkość.

**Dostępność:** rzadka.



## ▲ AGAT PŁOMIENISTY



**Fizycznie:** wspiera przepływ limfy; pomaga przy zapaleniu macicy i pękaniu skóry; łagodzi infekcje grypowe.

**Duchowo:** ożywia myślenie, motywuje i zachwyca.

**Dostępność:** niska.



## ▲ AGAT RÓŻOWY



**Fizycznie:** wzmacnia serce, obniża gorączkę przez wytwarzanie potu; pomocny przy stanach zapalnych; pobudza wchłanianie składników odżywczych w jelicie oraz metabolizm i krążenie; ma lekkie działanie ożywiające i pobudzające.

**Duchowo:** pomaga odnaleźć pokój i otuchę; wzmacnia to, co pozytywne.

**Dostępność:** niska.



## ▲ AGAT RUINOWY



**Fizycznie:** zmniejsza wrażliwość na zmianę pogody; przyspiesza gojenie się złamań i uszkodzeń tkanek.

**Duchowo:** pomaga pogodzić się z dużymi zmianami życiowymi, pomaga przepracować straty i duchowe zranienia.

**Dostępność:** częsta.



## ▲ AGAT SKÓRA WĘŻA



**Fizycznie:** przeciwko atroficznym zmianom skórny; wspiera cyrkulację płynu czaszkowego; wzmacnia przepływ limfy; pomaga przy zaburzeniach pracy mózgu; łagodzi suchość oczu i błon śluzowych; wspiera odkrztuszanie i łagodzi objawy astmy alergicznej.



**Duchowo:** wspiera spokój, tolerancję i zrozumienie; daje otwartość, a jednocześnie pomaga zostać sobą; pomaga iść własną drogą bez zbaczania z niej.

**Dostępność:** rzadka.

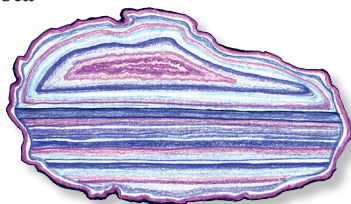
### ▲ AGAT URUGWAJSKI



**Fizycznie:** pomaga przy opuchliznie stawów, pomaga transportować limfę; wzmacnia zmysły, szczególnie zmysł dotyku.

**Duchowo:** zmniejsza stres, łagodzi rozczarowania i zgorzknienie.

**Dostępność:** częsta.



### ▲ AGAT WARSTWOWY



**Fizycznie:** działa przeciwzapalnie i łagodzi skórę; chroni wszystkie narządy, przede wszystkim skórę i jelito; poprawia elastyczność ścian naczyń i zapobiega skurczom mięśni; łagodzi objawy astmy; łagodzi zaburzenia równowagi.

**Duchowo:** pomaga przeciwko koszmarom; harmonizuje i chroni aurę; pomaga zabezpieczyć swój obszar; daje siłę i pomaga lepiej obchodzić się ze stresem.

**Dostępność:** częsta.





## ▲ AGAT WODNY



**Fizycznie:** uchodzi za najlepszą ochronę w okresie ciąży; reguluje gospodarkę wodną i hormonalną; odświeża i ożywia skórę.

**Duchowo:** umożliwia odczuwanie radości i zaufania; wspiera nasze wewnętrzne dziecko, daje uczucie beztroski; daje bezpieczeństwo i wewnętrzny spokój; wzmacnia empatię.

**Dostępność:** rzadka.



## ■ AKERMANIT



**Fizycznie:** poprawia niewyraźne widzenie; poprawia wchłanianie aminokwasów.

**Duchowo:** ułatwia i poprawia komunikację z innymi.

**Dostępność:** rzadka.



## ■ AKSYNIT



**Fizycznie:** stosowany przy zaburzeniach ruchowych oraz złamaniach kości; zmniejsza przewlekłe zaparcia i łagodzi dolegliwości żołądkowo-jelitowe.

**Duchowo:** łagodzi poczucie winy; stopniowo zmniejsza stany lękowe, ułatwia oddalanie i zwalczanie strachu; traumatyczne przeżycia są ponownie reaktywowane i świadomie przepracowywane.

**Dostępność:** rzadka.



## AKTYNOLIT



**Fizycznie:** pobudza funkcjonowanie wątroby i nerek; wspiera procesy budowy i rozwoju; wzmacnia ogólną kondycję fizyczną i pomaga lepiej zaspokajać podstawowe potrzeby organizmu.

**Duchowo:** skuteczny przy trudnościach z podejmowaniem decyzji; uświadamia własne zdolności, pomaga rozpoznawać błędy i nieporozumienia i uczyć się na nich; wspiera rozwój duchowy i pomaga stawiać czoło nieprzyjemnym wyzwaniom; ponownie łączy nas z naszym wewnętrznym dzieckiem i wspiera instynktowne działanie.

**Dostępność:** niska.



## AKTYNOLIT, kwarc



**Fizycznie:** wspiera aktywność wątroby i nerek, aktywuje metabolizm, wspiera odtruwanie i wydalanie.

**Duchowo:** pomaga uczyć się na błędach, wyciągać pozytywne z trudnej sytuacji i wykorzystywać okazje; wspiera samopoznanie, przejrzyistość i konsekwencję.

**Dostępność:** rzadka.



**AKWAMARYN,** patrz: beryl

## ALBIT



**Fizycznie:** łagodzi dolegliwości ze strony oczu; harmonizuje rozwój komórek i tętniczy przepływ krwi; odkwasza tkanki, poprawia stan

skóry, poprawia elastyczność naskórka przy uczuciu napięcia, wspiera ruchomość mięśni, rozluźnia tkankę łączną, zwiększa gibkość, pomaga przy problemach z chodzeniem.



**Duchowo:** łagodzi smutek, zmniejsza strach przed nieznanym; pomaga patrzeć na życie z nowych perspektyw i otwierać się; zwiększa chęć współpracy; rozszerza wolność osobistą przez lepsze postrzeganie, daje zdecydowanie i zaufanie do samego siebie.

**Dostępność:** niska.

### ▲ ALBIT NIEBIESKI



**Fizycznie:** łagodzi dolegliwości ze strony oczu; pomaga przy problemach z chodzeniem.



**Duchowo:** zmniejsza smutek i pomaga lepiej znosić stany smutku.

**Dostępność:** niska.

**ALEKSANDRYT**, patrz: chryzoberyl

### ALLALIN-GABBRO



**Fizycznie:** delikatnie pobudza odtruwanie przez stymulację metabolizmu; pomaga przy przewlekłym zapaleniu oskrzeli; łagodzi napięcia w okolicy ramion i żeber, długoterminowo wspiera regenerację organizmu.



**Duchowo:** w trudnych sytuacjach pomagają oderwać się od tego, co stare, zwrócić się w kierunku nowego i przerwać błędne koło.

**Dostępność:** niska.

## ▀ ALURGIT, muskowit z manganem



**Fizycznie:** pomagają przy silnym uczuciu zimna; ma ogólne działanie ożywiające; wzmacnia serce; może pomóc przy niepłodności; poprawia wchłanianie witaminy B w jelicie.

**Duchowo:** pomagają lepiej radzić sobie ze stanami depresyjnymi; daje odwagę do nowych działań; pomagają w osiągnięciu intensywnego i aktywnego życia.

**Dostępność:** rzadka.



## ▲ AŁUNIT



**Fizycznie:** wycisza lekko krwawiące rany; łagodzi uporczywe egzemy i sączące się wysypki oraz przewlekłe zapalenia; łagodzi dolegliwości żołądkowe przez zakwaszenie; pomagają w przypadku promieniowania.

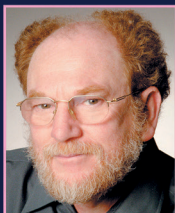
**Duchowo:** może być stosowany przeciwko stanom lękowym, uczuciu strachu, braku perspektyw i poczuciu winy; wspiera skromność i powściągliwość; daje zadowolenie.

**Dostępność:** niska.





STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
www.studioastro.pl



**Werner Kühni** – naturopata i psychoterapeuta. Jest specjalistą homeopatii, terapii czakr i hipnozy. W swoich terapiach wykorzystuje srebro koloidalne, aromaterapię i litoterapię. Autor książek, założyciel Muzeum Kamieni Leczniczych w Stockheim oraz członek zarządu Steinheilkunde e.V.



**Walter von Holst** – litoterapeuta i nauczyciel. Jest inicjatorem projektu badawczego na temat litoterapii oraz docentem w szkołach uzdrowicielskich. Rozwinął astrologię kamieni szlachetnych. Jest członkiem honorowym Steinheilkunde e.V.

### Zastosuj kamienie do:

- wspomagania pracy tarczycy,
- stymulowania układu odpornościowego,
- usprawnienia trawienia,
- poprawy wzroku,
- pobudzenia aktywności trzustki,
- wygaszenia stanów zapalnych,
- łagodzenia bólu,
- poprawy ukrwienia w przebiegu choroby wieńcowej i miażdżycy,
- ułatwienia zasypiania i pogłębienia relaksu.

W tym wyjątkowym poradniku znajdziesz przegląd i sposób działania ponad 500 kamieni szlachetnych, kryształów i minerałów. Poznasz terapeutyczne działanie popularnych kamieni, które być może masz już w domu, np. agat, kryształ górski, jaspis, jadeit, larimar czy chalcedon. Znajdziesz tu również informacje dotyczące ich pielęgnacji, dostępności i ceny, a także typów strukturalnych. Dowiesz się, w jaki sposób je oczyszczać, znaleźć odpowiedni kamień, energetyzować i przygotować uzdrawiającą wodę do picia. Kolorowe ilustracje oraz kolejność alfabetyczna ułatwią Ci szybki dostęp do wybranych informacji.

### Litoterapia bez tajemnic!

Patroni:

