GESUNDBLEIBEN.TV

DER AMETHYST

VIOLETTES GOLD FÜR KÖRPER UND SEELE

Was ist ein Amethyst?

Den purpurnen Quarz gibt es in zahlreichen Schattierungen, von hell-violett bis dunkel-violett. Dank seiner königlichen Farbe galt der Edelstein schon früh als wertvoll. Amethysten sollten lichtgeschützt aufbewahrt werden, beispielsweise in einem Kästchen oder unter der Kleidung, da der Edelstein durch starke Sonneneinstrahlung seine Farbe verlieren kann. Gefunden werden die meisten Amethysten in Südamerika und Afrika in vulkanischem Gestein. Es sind hohe Temperaturen von bis zu 250 Grad notwendig, um einen Amethysten entstehen zu lassen – dies spricht für seine Stärke und sein inneres Feuer.

Beliebt war der Stein des Geburtsmonats Februar bereits bei den alten Griechen. Amythystos sollte ihnen zufolge die Wirkung des Alkohols in Wein aufheben. Noch heute wird er für seine (psychisch) entgiftende und beruhigende Wirkung geschätzt. Diese geht einerseits von der Farbe aus – die Farbe Violett wird auch in der Farbtherapie für eine beruhigende und antidepressive Wirkung eingesetzt – und von der Kraft des Quarzes selbst.

Welche gesundheitliche Wirkung hat ein Amethyst?

Amethysten haben eine große Wirkung auf Leib und Seele und gehören zu den bekanntesten Heilsteinen. Bereits Hildegard von Bingen nutzte die heilende Kraft von Quarzen und Edelsteinen, darunter auch die von Amethysten. Sie nutzte den Stein vor allem bei Hautunreinheiten und Schwellungen. Die entgiftende Wirkung kommt außerdem bei Insekten- und Schlangenbissen zum Tragen. Auch bei Süchten, insbesondere der Alkoholsucht, hat der Amethyst eine entgiftende und zugleich stärkende Wirkung.

Beim Auflegen auf die Stirn entfaltet der Edelstein nicht nur seine beruhigende Wirkung auf die Gedanken, sondern vertreibt zusätzlich Kopfschmerzen und Migräne. Verspannungen lassen sich so ebenfalls lösen.

Besonders wirksam – Der Amethyst und der Schlaf

Eine ganze besondere Kraft entwickelt der Amethyst bei der Unterstützung von gutem und erholsamem Schlaf. Der Heilstein hilft, unruhige Gedanken und Grübeleien zu beruhigen. Als Schlafstein verhindert er Ängste und kann somit auch bei Albträumen helfen. Davon können bereits Kinder profitieren.

Auch wer unter nächtlichen Spannungskopfschmerzen leidet oder generell nur schwer zur Ruhe findet, sollte auf die kühlende und beruhigende Wirkung des Schlafsteins vertrauen. Der Stein kann dabei zur Auflage auf die Stirn, aber auch beispielsweise bei einer schlaffördernden Meditation genutzt werden. Ein Amethyst auf dem Nachtschränkchen oder unter dem Kopfkissen sorgt für eine durchgehende entspannende Atmosphäre im Schlafzimmer und fördert das Einschlafen.

Die besondere heilende Wirkung des Amethysten auf die Seele

Die herausragendste Wirkung des Amethysten liegt in seiner entgiftenden Wirkung auf die Seele. Er hilft Disharmonien zu lösen, negative Empfindungen wie Wut oder Angst zu beruhigen und unruhige Gedanken in entspanntere Bahnen zu lenken.

Somit hilft der Heilstein ebenfalls bei Konzentrationsstörungen, aber vor allem bei seelischen Belastungen. Wenn der Geist nicht zur Ruhe kommt, kann es helfen einen Amethysten bei sich zu tragen. Besonders sensible und hochsensible Menschen profitieren von dieser Eigenschaft. Beim Konzentrieren auf geistige Aufgaben kann Edelsteinwasser mit Amethyst zum notwendigen Fokus beitragen.

Der Amethyst und die Liebe

Zwar gilt gemeinhin der Rosenquarz als Liebesstein schlechthin, doch auch der Amethyst kann in der Liebe wertvolle Dienste leisten. Aufgrund seiner violetten Farbe gilt er als Stein des heiligen Valentinsgrußes und der Treue. Mit seiner Kraft kann er für eine vertiefende seelische Verbindung eines Paares sorgen, insbesondere wenn er in einen Verlobungs- oder Ehering eingearbeitet wird. Das spirituelle Wachstum des Paares miteinander wird dann dauerhaft unterstützt.

Gleichzeitig hilft der Amethyst, sich füreinander und für die intensiven Gefühle der Liebe zu öffnen und vorhandene Ängste abzulegen. Dies kommt vor allem Menschen zugute, die noch unter vergangenen negativen Erfahrungen leiden und denen es schwerfällt sich vertrauensvoll auf neue Beziehungen einzulassen.

Der Amethyst und die Trauer

Eine besondere Rolle kommt dem Amethysten bei Trauer und Liebeskummer zu. Das Auflösen negativer Energien, das den Amethysten kennzeichnet, kommt hierbei ebenso zum Tragen wie die beruhigende Wirkung. Ängste und Kummer können sich leichter lösen und verarbeitet werden, der Amethyst unterstützt das Loslassen und lindert gleichzeitig den Schmerz.

Zudem trägt er zum inneren Gleichgewicht bei. Der Geist wird beruhigt und gleichzeitig freier von Lasten. Bei einem Trauerfall hilft der Amethyst zudem, sich von Schuldgefühlen zu lösen und auf positive Erinnerungen zu fokussieren. Er unterstützt somit auf heilende Weise den gesamten Trauerprozess, sowohl beim Tod eines geliebten Menschen als auch bei einer Trennung und Verlust.

Überblick – Der Amethyst und seine spirituelle Wirkung

- Verstärkt das Träumen
- Süchten und Abhängigkeiten
- Seelische Erkrankungen (z.B. Ängste, Unruhe, Hyperaktivität)
- Sorgt für Ausgeglichenheit
- Beruhigt bei Zorn
- Hilft bei Verwirklichung von Fantasien
- Hilft beim Meditieren
- Hautunreinheiten
- Vergiftungen durch Insekten- oder Schlangenbisse
- Entzündungen, Wunden und Verbrennungen (auch Sonnenbrand)
- Blutergüssen, Schwellungen
- Juckreiz

Wie kann man Amethysten am besten nutzen?

Es gibt verschiedene Möglichkeiten den Amethysten und seine Heilwirkung zu nutzen:

- als täglicher Begleiter kann der Amethyst körpernah als Anhänger oder schlicht in der Hosentasche getragen werden
- auch das Herstellen von Edelsteinwasser mit Amethyst ist sehr empfehlenswert
- unter dem Kopfkissen oder auf dem Nachttisch entfaltet der Quarz vor allem seine schlaffördernde Wirkung
- als Handschmeichler gibt der Amethyst seine Energien über die Nervenbahnen/Hand-Chakren beim Betasten und Befühlen oder Drücken ab

Auch für das Meditieren ist der Amethyst aufgrund seiner Wirkung (Gedanken fokussieren, Gedanken loslassen) sehr geeignet. Die meist unebene Oberfläche eines nicht geschliffenen Steins fördert zudem die loslassende Konzentration.

Sternzeichen-Stein: die besondere Kraft des Quarzes

Eine besondere Bedeutung und Energie entwickelt der Amethyst bei Menschen des Sternzeichens Fische. Als ihr Sternzeichen-Stein hilft der Amethyst ihnen, sich gegenüber Liebe und Beziehungen zu öffnen und sich mit ganzer Seele und viel Vertrauen einzulassen. Bei Liebeskummer hilft die beruhigende Kraft des Edelsteins sich von negativen Gefühlen sanft zu lösen und wieder mit sich selbst ins Reine zu kommen.

Doch auch für Widder und Schützen kann der Amethyst eine besondere Funktion übernehmen. So kann er vor allem Schützen bei der Beruhigung des Geistes und dem Lösen von Zweifeln helfen, während der Widder bei der Hingabe unterstützt wird.

Ein vielseitiger Heilstein, der die Seele ins Gleichgewicht bringt

Als Heilstein kann der Amethyst auf vielfältige Weise eingesetzt werden, um zahlreiche körperliche Beschwerden zu lindern. Seine ganz besondere Magie entfaltet der Amethyst allerdings, wenn es um die Heilung der Seele geht.

Seine kühlende und zugleich beruhigende Wirkung bringt Gedanken und Gefühle ins Reine und verhindert das negative Energien oder Ängste Überhand nehmen. Dies wirkt sich in besonderer Weise ebenfalls auf den Schlaf aus, der frei von Alpträumen die vollumfängliche Regeneration von Körper, Geist und Seele vollenden kann.