

## Esoterische Steinheilkunde

Band 1: Gesund bleiben mit Heilsteinen und den Fünf Elementen

ELKE LOPES

# Esoterische Steinheilkunde

**Band 1:**

Gesund bleiben mit Heilsteinen  
und den Fünf Elementen



NEUE ERDE

### Hinweis des Verlages

Die in diesem Buch gemachten Aussagen und Empfehlungen können die professionelle Hilfe von Ärzten oder Heilpraktikern nicht ersetzen. Die Autorin hat nach bestem Wissen und Gewissen recherchiert. Sie gibt den neuesten Wissensstand bei der Veröffentlichung der Originalausgabe wieder. Eine Haftung der Autorin, des Verlages oder seiner Beauftragten für etwaige Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

1. Auflage 2009

Elke Lopes  
*Esoterische Steinheilkunde 1*

© für die deutsche Ausgabe Neue Erde GmbH 2009  
Alle Rechte vorbehalten.

Titelseite:  
Foto: Ines Blersch  
Gestaltung: Dragon Design, GB

Satz und Gestaltung:  
Dragon Design, GB  
Gesetzt aus der Rotis Serif und Sans Serif

Gesamtherstellung: Fuldaer Verlagsanstalt GmbH, Fulda

Printed in Germany

ISBN 978-3-89060-523-4

Neue Erde GmbH  
Cecilienstr. 29 · 66111 Saarbrücken · Deutschland · Planet Erde  
www.neue-erde.de



### Warum »Esoterische« Steinheilkunde?

Der Begriff »Esoterik« ist leider vielfach in Mißkredit geraten, im Grunde bedeutet er aber nichts anderes als »die innere Sicht der Dinge«. Esoterik ist der Gegensatz zur Exoterik, da betrachtet man die Dinge von außen, man beschreibt, nimmt Maß, deutet das von außen Wahrnehmbare.

In der Esoterik ergründet man, was »die Welt im Innersten zusammenhält«, es ist das Nicht-Greifbare, die aus der Innenschau gewordene Erkenntnis.

Daher ist alles Esoterische auch so schwierig, wie soll man rein subjektive, von inneren Strebungen gefärbte Wahrnehmung von echter innerer Schau unterscheiden?

»An den Früchten sollt ihr sie erkennen!« – Diese »esoterische« Steinheilkunde beruht auf inneren Einsichten aus intensiver Beschäftigung mit den Steinen und ist zugleich vielfältig in der Praxis immer wieder angewendet und erprobt worden. Vieles ist nicht mit naturwissenschaftlichen Methoden begründbar, nicht aus rein äußerlicher Betrachtung nachvollziehbar, ist erst aus einer geistig-seelischen Verbindung mit den Steinen verständlich.

So gesehen, erschien uns der Begriff »Esoterische Steinheilkunde« – trotz der manchmal problematischen Assoziationen, die der Begriff weckt – als richtig und angemessen. Und so leisten wir hoffentlich auch einen Beitrag, das »Esoterische« wieder von seiner Anrüchigkeit zu befreien.

*Der Verlag*



# INHALT

Einführung – Ratschläge zur Anwendung des Buches . . . . . 10

## 1. Teil des Behandlungsplanes:

### YIN-, YANG- ODER CHI-SCHWÄCHE

<b>Yin und Yang</b> . . . . .	12
Das chinesische Yin-Yang-Symbol . . . . .	13
Steine gleichen aus . . . . .	14
Yang-Schwäche . . . . .	14
Emotionales zum Thema Yang-Schwäche . . . . .	16
Yin und Yang sind Gegensätze . . . . .	18
Yin-Schwäche . . . . .	19
Emotionales zum Thema Yin-Schwäche . . . . .	20
Symptom-Fragebogen . . . . .	23
Energiefelder aus Edelsteinen . . . . .	26
Yin-Ausgleichsmassage . . . . .	28
Yang-Ausgleichsmassage . . . . .	30
Zusammenfassung . . . . .	32
<b>Chi-Schwäche</b> . . . . .	33
<b>Segmentzonenmassage mit Turmalin, Bernstein oder Gagat</b> . . . . .	37
<i>Der Stein · Die Massage · Die Wirbelsäulenakupunktur ·</i>	
<i>Die Blut-Hirn-Schranke</i>	
<b>Nahrung nach den Fünf Elementen</b> . . . . .	40
Bei Yang-Schwäche . . . . .	42
Bei Yin-Schwäche . . . . .	42
<b>Pulsdiagnose</b> . . . . .	43
Drei-Finger-Puls . . . . .	44
Prüfung, ob ein Energiestau vorliegt . . . . .	44
Yin- oder Yang-Schwäche feststellen . . . . .	46

## 2. Teil des Behandlungsplanes:

### DIE ELEMENTE

Wandlungsphasen . . . . .	48
Jedes Element ist vom anderen abhängig . . . . .	49
Die Organuhr . . . . .	50
<b>Das Element Holz</b> . . . . .	53
<i>Rezepte · Emotionales · Steine des Elementes ·</i>	
<i>Typische Eigenschaften des Elementes</i>	
<b>Das Element Feuer</b> . . . . .	62
<i>Rezepte · Emotionales · Steine des Elementes ·</i>	
<i>Typische Eigenschaften des Elementes</i>	
<b>Das Element Erde</b> . . . . .	70
<i>Rezepte · Emotionales · Steine des Elementes ·</i>	
<i>Typische Eigenschaften des Elementes</i>	
<b>Das Element Metall</b> . . . . .	79
<i>Rezepte · Emotionales · Steine des Elementes ·</i>	
<i>Typische Eigenschaften des Elementes</i>	
<b>Das Element Wasser</b> . . . . .	87
<i>Rezepte · Emotionales · Steine des Elementes ·</i>	
<i>Typische Eigenschaften des Elementes</i>	
Emotionale Reizwörter . . . . .	94
<b>Elemente und Organe</b> . . . . .	95
Farbige Elementekarten . . . . .	96



3. Teil des Behandlungsplanes:  
ANWENDUNGSMETHODEN

Akupunktur mit Edelsteinen . . . . .	98
Shu- und Mu-Punkte . . . . .	98
Anwendungsmethoden und warum sie wirken . . . . .	100
<i>Handschmeichler · Reinigung · Füße und Edelsteine ·</i>	
<i>Massagen · Face liften – gesunde junge Haut</i>	
Die Qual der Wahl – Wann wende ich welche Methode an? . . . .	106
Optimale Vorsorge . . . . .	106
Legemuster von A-Z für körperliches Wohlbefinden . . . . .	107
<i>Meridiane und Akupunkturpunkte</i> . . . . .	150
Das Konzeptionsgefäß . . . . .	155
Steineregister . . . . .	156
Fragenkatalog der Symptome . . . . .	168
Zusammenhänge und Entsprechungen der Elemente . . . . .	174
<i>Adressen</i> . . . . .	175

Liebe Leserin, lieber Leser!

Mit diesem Buch versuche ich, komplexes Wissen auf eine einfache und damit für jedermann verständliche Ebene zu bringen, die nicht nur vom Kopf, sondern auch von unserem Gefühl aufgenommen werden kann.

Dieses Buch soll Menschen eine Hilfe sein, deren Probleme von der Schulmedizin noch nicht erkannt werden, weil sie unter die Früherkennungs-Anzeichen fallen, die der chinesischen traditionellen Medizin (TCM) jedoch seit Jahrhunderten dazu dienen, Maßnahmen zum Vorbeugen einzuleiten. Das erklärt die märchenhaft anmutende Tatsache, daß chinesische Ärzte ihre Patienten gar nicht erst krank werden lassen. Wirklich ein Märchen ist jedoch, daß wir z.B. die sogenannte Altersschwäche hinnehmen müssen.

Begriffe wie vegetative Dystonie, Neurasthenie, Rheuma, Allergien sind ein Komplex solcher Vorzeichen und werden von dem chinesischen Arzt genau bestimmt und zugeordnet. Andere Symptome der Früherkennung sind Schlafstörungen, Vergeßlichkeit, Konzentrationsmangel und die alljährliche Grippe, die genau so wenig sein muß wie Altersschwäche.

Unsere westliche Schulmedizin befaßt sich mit begreifbaren Dingen und chemischen Prozessen. Die östliche Schulmedizin befaßt sich mit physikalischen Energiephänomenen. Beide können sich ergänzen.

Mit diesem Buch können Sie anhand Ihrer Symptome erkennen, welche Krankheit sich anbahnt und wie Sie mit Nahrung und Edelsteinen vorbeugen können.

Wie bei allen alternativen Heilmethoden muß ich darauf hinweisen, daß Sie trotz Ihrer Selbsthilfe bei ernsthaften Beschwerden Ihren Arzt oder Heilpraktiker aufsuchen sollten.

## EINFÜHRUNG

### Ratschläge zur Anwendung des Buches

#### *Zur Methode der Anwendung von Edelsteinen und Nahrung nach den Fünf Elementen*

Um das uns fremde System der Elemente zu erfassen, ist es hilfreich, das ganze Buch zu lesen. Aber das ist nicht unbedingt notwendig. Ich habe versucht, trotz der Kompliziertheit ein Nachschlagewerk zu schaffen. Hilfreich zum Verständnis der Zusammenhänge sind alle einschlägigen Bücher, die sich mit den Fünf Elementen befassen und versuchen, sie zu erklären. Jedoch ist auch das nicht notwendig, um die Methoden dieses Buches anzuwenden.

#### 1. Teil:

Sind Sie jung und Ihre Probleme einfach, dann können Sie mit dem 1. Teil Ihre Schwächen leicht ausgleichen: Yin- oder Yang-Schwäche? Yin-Schwäche heißt, es fällt Ihnen schwer, Pausen zu machen und die Dinge sich selbst zu überlassen.

Yang-Schwäche heißt, Ihnen fehlt die Kraft, das umzusetzen, was Sie gerne möchten, dann fehlt zu den Träumen die Tatkraft.

Chi-Schwäche: Stellen Sie fest, daß Sie mehr als fünf Symptome auf beiden Seiten der Yin- und Yang-Schwäche entdecken, dann suchen Sie im 2. Teil Ihre Therapieform. Ich empfehle Ihnen, zuerst einmal unter Chi-Schwäche im Element Erde nachzuschauen. Mit diesem Feld aus Aventurin habe ich bei fast allen Problemen Erfolg, weil dieses Energiefeld die inneren Selbstheilkräfte aktiviert. Der chinesische Arzt sagt, wenn die Mitte heil ist, das ist die Mutter aller Energien, dann heilen auch die Kinder (Symptome). Mit der Nahrung jedoch halten Sie sich an die Empfehlungen Ihrer Symptome im Wechsel mit der Stabilisierung der Mitte wie bei Chi-Schwäche.

#### 2. Teil:

Hier lernen Sie die Steine der Elemente kennen. Haben Sie vorwiegend immer in einem Element Probleme, dann finden Sie vielleicht Ihren besonderen Stein in Ihrem Element.

Sinn der Therapie in eigener Regie ist es, das Vorbeugen und frühes Erkennen zu lernen, um ernste Erkrankungen zu vermeiden. Andererseits ist diese Therapieform eine Hilfe, die Sie bei chronischen Krankheiten und auch schweren Erkrankungen therapiebegleitend anwenden können. Zum Beispiel stabilisieren Bergkristalle als Energiefeld geordnet die Schäden in dem Ätherkörper, die bei chemischen Behandlungen entstehen. Diese chemischen Behandlungen können die Vitalität schwer beeinträchtigen.

#### 3. Teil:

Eine leicht zu erlernende Akupunktur mit Steinen hilft Ihnen weiter, wenn Sie zwar Besserung aber keine endgültige Heilung mit den vorgenannten Energiefeldern erreichen.

#### 4. Teil:

Hier finden Sie eine Liste von Symptomen von A bis Z und dazu Legemuster aus – meist mehreren – Heilsteinen, mit denen Sie die Krankheiten behandeln können.

Unweigerlich stoßen Sie bei jedem Energieausgleich an Ihre Grenzen im emotionalen Bereich. Um diesen dreht es sich dann im zweiten Band der Esoterischen Steinheilkunde.

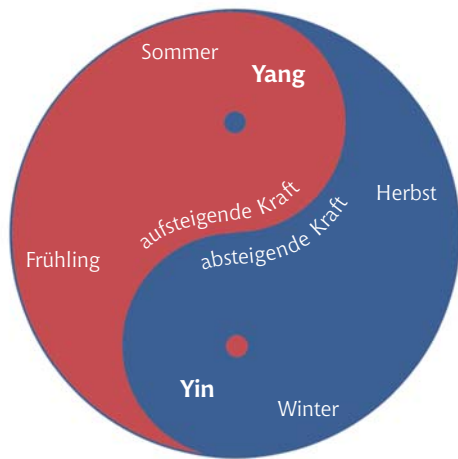
1. Teil des Behandlungsplanes:

## Yin-, Yang- oder Chi-Schwäche

*Einfache Energieleere ausgleichen*

1. Yang-Schwäche = Antriebslosigkeit
2. Yin-Schwäche = die Unfähigkeit zur Entspannung
3. Chi-Schwäche = allgemeine Müdigkeit, die Reserven sind erschöpft

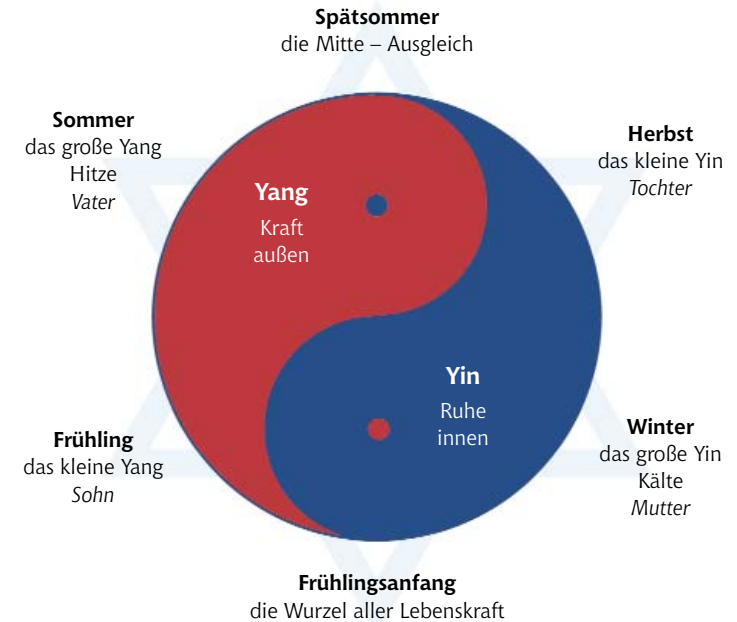
*Einfache Zusammenhänge*



Die Elemente verstehen wir gut mit Hilfe der Jahreszeiten.

### *Yin und Yang*

- ernähren einander
- kontrollieren einander
- verwandeln sich ineinander
- haben jeweils die Wurzel des anderen bereits in sich.



### *Das chinesische Yin-Yang-Symbol*

zeigt uns sehr anschaulich im Kreislauf der Natur, welche Bedürfnisse jedem Lebewesen innewohnen. In der Winterruhe liegt die Wurzel der aufsteigenden Lebenskraft, genauso wie im Schlaf des Nachts die Wurzel für die Wachheit des Tages liegt. Wer nachts nicht gut schläft, ist tagsüber nicht mit allen Sinnen wach. Tiefe Ruhe ist nötig für das tatendurstige Erwachen am Morgen. Die Ruhe füllt alles wieder auf mit Lebenskraft, was sich erschöpft hat.

Das bewirkt die Kraft des Yin. Yin speichert alle Kräfte.

Umgekehrt bringt ein ausgefüllter Tag einen tiefen Schlaf mit sich. Wenn der Tag mit dem Einsatz der vollen körperlichen Kraft verbracht wurde, fühlt sich Geist und Körper abends wohligh müde.

Das bewirkt die Kraft des Yang. Yang gibt alle Kräfte aus.

So ernährt der Winter den Sommer, der Sommer den Winter, der Tag die Nacht, die Nacht den Tag, die Tat die Ruhe, die Ruhe die Tat.

## Steine gleichen aus

Wir setzen Steine zum Ausgleich ein: beruhigende Steine bei Yin-Schwäche, aufbauende Steine bei Yang-Schwäche.

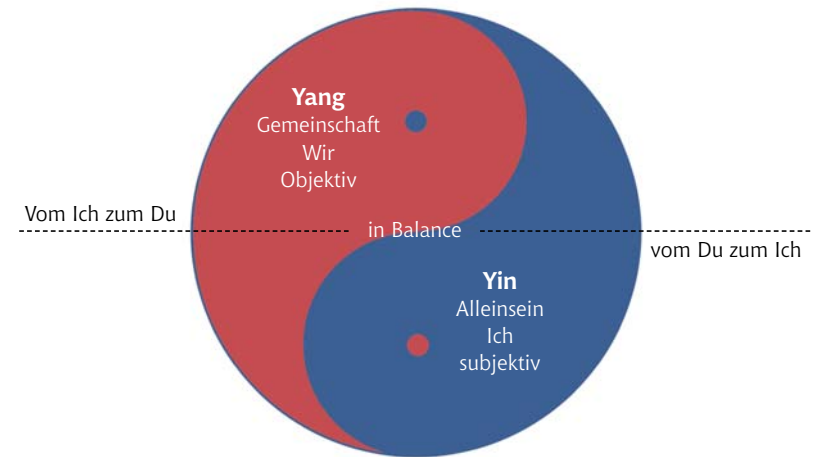
Zu dem Zweck sollten wir erst verstehen, was Yin und Yang bedeuten. Hier die typischsten Merkmale:

YIN	YANG
weiblich (feminin im Verhältnis zum eigenen Geschlecht)	männlich (maskulin im Verhältnis zum eigenen Geschlecht)
gefühlbetont	willensstark
langsam	schnell
introvertiert	extrovertiert
besinnlich	tatkräftig
kalt	heiß
nachts müde	tags wach
dunkel	hell
Mond	Sonne
Winter	Sommer
Nacht	Tag
Innen	Außen

## Yang-Schwäche

Yang-Schwäche: zu wenig Yang = zu viel Yin = Antriebslosigkeit

Yang	Yang-Schwäche hat
Tag	wer tagsüber müde ist
Hitze	wer viel friert
Gemeinschaft	wer sehr introvertiert ist
Bewegung	wer vor lauter Besinnlichkeit die Tat vergißt
Schnelligkeit	wer immer zu langsam ist
Wille	wer mehr gefühlbetont als willensstark ist
Objektivität	wer sehr subjektiv urteilt
männlich	wer mehr weibliche Qualitäten hat



Unser Potential, unsere Erbenergie an Lebenskraft ist immer gleich. Wenn wir jedoch diese Kraft ungleich verteilen, kommt es zu einer Energieverschiebung im Körper. Ist zu viel Energie im Yin-Bereich und deshalb zu wenig im Yang-Bereich, dann spricht man von einer Yang-Schwäche.

Wenn Sie der Meinung sind, das trifft auf Sie zu, dann prüfen Sie an nachfolgend aufgeführten Symptomen, ob es wirklich zutrifft.

## Symptome der Leere und der Kälte

### 1. LEERE-SYMPTOME

Gesichtsfarbe	blaß bis grau
Zunge	groß im Verhältnis zum Gesicht, dann ist sie aufgedunsen
Problemseite	ist meist links
Puls	langsam, schwach
Schmerzen	werden durch Massage oder Druck besser

### 2. KÄLTE-SYMPTOME

Lippen	blaß
Zungenbelag	feucht
Durst	kein Verlangen
Urin	viel und hell
Stuhl	Neigung zu Durchfall
Gliedmaßen	kalt