

## Amethyst – Wirkung & Bedeutung

### Allgemeines

Name: Amethyst

Mineralklasse: Quarz (SiO<sub>2</sub> mit Spuren von Eisen und Mangan)

Farbe: Hell- bis dunkelviolett

Herkunft: Brasilien, Uruguay, Madagaskar, Russland, Indien, Deutschland

### Geist & Seele

Fördert innere Ruhe, Klarheit und Bewusstheit

Unterstützt bei Stress, Ängsten und emotionaler Überforderung

Hilft, Gedanken zu ordnen und übermäßiges Grübeln zu stoppen

Gilt als Schutzstein gegen negative Energien und Fremdeinflüsse

Fördert spirituelle Wachheit, Meditation und Intuition

### Schlaf & Träume

Wird häufig als Schlafstein eingesetzt (z. B. unter dem Kopfkissen)

Soll Alpträume mildern und ruhigen Schlaf fördern

### Emotionen

Löst innere Spannungen, Wut und Trauer

Unterstützt Selbstdisziplin und Gefühlsbalance

### Körperliche Wirkungen (nach Steinheilkunde)

Unterstützt das Nervensystem und den Hormonhaushalt

Wird mit der Entgiftung des Körpers in Verbindung gebracht

Soll bei Kopfschmerzen und Verspannungen hilfreich sein

Fördert die Hautpflege, besonders bei unreiner Haut

### Anwendungsmöglichkeiten

Tragen als Schmuck (Anhänger, Kette, Armband)

Auflegen auf Stirn oder Herz während der Meditation

Amethyst-Druse oder Geode im Raum: zur energetischen Reinigung und Harmonisierung

Amethystwasser: zur inneren Klärung (nur mit gereinigtem, wassergeeignetem Stein)

### Zuordnung

Chakra: Kronenchakra (Sahasrara)

Sternzeichen: Fische, Wassermann, Jungfrau

Element: Luft / Äther

Der Amethyst steht für Frieden, Klarheit und geistige Stärke – ein treuer Begleiter für innere Balance und Schutz.