

Behandlung

# Good Aging

## mit Edelsteinen

Mit Edelsteinen das Altern begleiten: Das ist eine Möglichkeit, aktiv „Ja“ zum Leben zu sagen, achtsam mit sich und anderen umzugehen, um im Alter seine innere Schönheit auch nach außen zu tragen. Monika Grundmann zeigt Behandlungsmöglichkeiten mit Edelsteinen auf, die ein solches ganzheitliches „Good Aging“ unterstützen.

**D**ie moderne analytische Steinheilkunde nach Michael Gienger und anderen beschäftigt sich seit über 15 Jahren mit Tests und Analysen über deren Wirksamkeit und Anwendung. Die Ergebnisse sind erstaunlich und decken sich oftmals mit alten Überlieferungen, z.B. mit denen der Hildegard von Bingen. Seit einigen Jahren hat sich der Einsatz von Edelsteinen auch im Wellness-Bereich bewährt. Das im Laufe der Jahre von mir entwickelte Behandlungskonzept der „Edelstein-Balance“ umfasst eine Vielzahl von Edelstein-Massagen, sowie ein Programm für Kunden jenseits der 40: die „Venus- und Mond-Balance“, ein Behandlungskonzept, das auf vier Grundpfeilern basiert: Entgiften und entschlacken mit Edelsteinen, Förderung der Weiblichkeit und Lebenslust, Ausgleich des Wasserhaushalts mit Edelsteinwasser und der Venus-Mond-Edelstein-Balance, einer besonderen Massage mit Edelstein-Öl und Edelsteinen

„Entgiften“ und entschlacken – Durch das Ausbleiben der Menstruation ab dem mittleren Lebensalter hat der weibliche Körper eine Möglichkeit weniger, jeden Monat Schlackenstoffe auszuscheiden. Ist die „Giftstoffdeponie“ im Körper voll, kann auch der Zellstoffwechsel nicht mehr richtig funktionieren; man fühlt sich müde und schlapp. Nicht selten stellt sich der so genannte Giftkopfschmerz ein oder es kommt zu diffusen Befindlichkeitsstörungen – man fühlt sich alt. Hier kann man ganz gezielt Edelsteine einsetzen, die die Entschlackung fördern. Folgende drei Edelsteine eignen sich dafür hervorragend:

■ **Chrysopras** – Dieser Stein löst die Schlackenstoffe aus dem Gewebe und transportiert diese über die Lymphbahnen ab. Er gehört zu den besten Entgif-

tungssteinen. Hilfreich ist er auch bei der Behandlung von Pilzen und Neurodermitis.

■ **Fluorit** – Diesen Stein benutze ich immer dann zur Massage, wenn es darum geht, sein Leben selbstbestimmt wieder in die Hand zu nehmen. Er lindert chronische Verspannungen und Allergien. Da er einer der besten „Lernsteine“ ist, gönnen sich manche Kunden vor einer Prüfung eine Edelstein-Balance. Zusätzlich gebe ich ihn der Kundin immer noch als Trommelstein oder Anhänger mit nach Hause.

■ **Peridot** – Dieser Stein fördert die Unabhängigkeit, löst Fremdbestimmung auf und hilft, sich Fehler einzugestehen und das eigene Leben wie-





Unter [www.beauty-forum.com/downloads](http://www.beauty-forum.com/downloads) wird die Edelstein-Balance in den Beiträgen „Die Edelstein-Balance“ und „Entspannung pur“ ausführlich vorgestellt – einfach anklicken und herunterladen bzw. ausdrucken!

der in Ordnung zu bringen. Durch seine leberstärkende Wirkung fördert er auch die Entgiftung.

### Auf zu neuen Taten!

**Die Weiblichkeit und Lebenslust fördern** – Alle sieben Jahre beginnt ein neuer Zyklus geistiger und körperlicher Art. So ist das Alter von 42 bei vielen Frauen eine Umbruchphase. Oft ist das „Größte“ mit den Kindern oder der Familie überstanden. Man hat einiges erlebt und es kommt die Frage, wie es nun weitergeht. Viele Frauen starten genau in dieser Phase nochmals durch und leben Dinge, die immer hintenstehen mussten – sei es ein neues Hobby, Kunst, soziales Engagement etc., eben etwas, für das sie sich begeistern können. Es geht darum, sich als Frau wieder neu zu spüren. Gerade mit ihrem Erfahrungsschatz und der

Verbesserung im Leben. Er hilft bei der Krisenbewältigung, bringt Gelassenheit, Mut und Ausdauer.

■ **Rubin** – Dieser Stein bringt Leidenschaft, Lebensfreude und macht Mut, seinen eigenen Weg zu gehen.

### „Veredeltes“ Wasser

**Ausgleich des Wasserhaushalts mit Edelsteinwasser** – Ein wichtiger Aspekt, um vorzeitiges Altern zu verhindern, ist die ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Es geht darum, die Ausscheidung von Schlackenstoffen über die Nieren und die Haut zu verstärken. Eine wirkungsvolle Möglichkeit ist hier das Trinken von Edelsteinwasser. Die Steine werden dazu in einem Glaskrug mit gutem (stillem) Wasser angesetzt. In meiner Praxis steht für die Kunden immer eine Karaffe mit Edelsteinwasser bereit. So können sie sich selbst von dessen wohltuender Wirkung überzeugen und nehmen auch gerne eine vorbereitete „Steinmischung“ mit nach Hause.

### Die Wohlfühl-Massage

Die „Venus-Mond-Edelstein-Balance-Massage“ (den Ablauf dieser Massage stellen wir Ihnen in der *BEAUTY FORUM 10/2006* ausführlich vor, Anm.

PROFI-SHOP

### Buch-Tipp

**Schönheit durch Berühren** – Dieses Buch von Monika Grundmann und Michael Gienger stellt die „Edelstein-Balance“ nach Monika Grundmann vor, ein ganzheitliches Massageprogramm mit warmen und kalten Edelsteinen und Edelsteinölen. Alle Abläufe werden ausführlich in Wort und Bild erläutert.



110 Seiten, Softcover, bebildert, 14,80 €

Dieses Buch können Sie bestellen beim **BEAUTY FORUM-Profi-Shop** unter Tel. 0721 165-122 sowie unter [www.beauty-profi-shop.com](http://www.beauty-profi-shop.com)

kette. Mondstein ist der Stein für Beschwerden während hormoneller Umstellungen. Aber auch die Hormone anderer Drüsen werden durch Mondstein reguliert, weshalb er z.B. den Schlaf verbessert und das Einfühlungsvermögen stärkt.

Geben Sie Ihren Kundinnen auch das passende Edelstein-Massageöl für die Hautpflege zu Hause mit und unterstützen Sie während der Behandlung die Massage noch mit den dazugehörigen Edelsteinen. Sehr erfolg-



Chrysopras



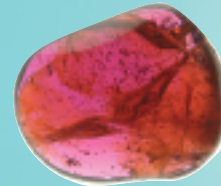
Fluorit



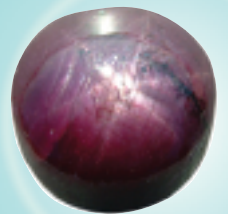
Peridot



Rosenquarz



Granat



Rubin

notwendigen Gelassenheit kann sie ihre Weiblichkeit ganz anders leben. Dieses Thema wird ganz konkret durch die Anwendung folgender Edelsteine unterstützt und gefördert.

■ **Rosenquarz** – Nach der Massage mit Rosenquarz ist die Haut „rosig“; er fördert sanft die Durchblutung und ist der beste Einstiegsstein in die Edelstein-Balance, da er eine belebende und verjüngende Wirkung zeigt. Einfach ein Stein zum Verwöhnen ...

■ **Granat** – Dieser Stein fördert die Lebensqualität und das Streben nach

d. Red.) – Unterstützt wird diese Massage durch passende Edelsteinöle und Edelsteine. Die Edelsteine (Kugeln, Griffel und Seifensteine) werden für die Edelstein-Balance-Massage in einem besonderen Stövchen in dem warmen Edelsteinöl erwärmt (siehe dazu auch „Download – unser Service für Sie!“). Durch die Wärme des Öls und der Steine tritt zudem eine wunderbare Entspannung und Wohligkeit bei den Kunden (und auch bei Ihnen) ein. Tipp: Empfehlen Sie Ihren Kunden doch eine schöne Mondstein-

reich sind auch kleine Events zu diesem Thema, z.B. ein „Frauen-Tag“ mit einem kleinen Vortrag über die Wirkung der Edelsteine und die Möglichkeiten, diese ganz individuell einzusetzen. ■

**Monika Grundmann** | Die Kosmetikerin, Edelstein-Therapeutin, Heilpraktikerin und Aromatherapeutin hat eine Praxis für ganzheitliche Naturkosmetik und gibt ihr Wissen in Seminaren und Ausbildungen weiter ([www.edelstein-balance.de](http://www.edelstein-balance.de)).

