

A close-up photograph of a hand holding a smooth, light-colored stone against a person's back. The stone is being used for massage. The background is a soft, warm-toned skin.

Michael Gienger

Edelstein-Massagen

mit Beiträgen von

***Rainer Strebel
Ewald Kliegel
Hildegard Weiss
und
Ursula Dombrowsky***

*Fotos von
Ines Blersch*

*Edition Cairn Elen
Herausgegeben von Anja und Michael Gienger*

NEUE  ERDE

Inhalt

Berühren und berührt werden	6
-----------------------------	---

Grundlagen der Edelstein-Massage

<i>von Michael Gienger</i>	10
Ein Moment der Begegnung	12
Der »äußere Raum«	12
Die Behandlungsfläche	13
Kleidung	13
Edelsteine	14
Massageöl	14
Was Sie für eine Edelstein-Massage benötigen (Übersicht)	
Der »innere Raum«	14
Schutz	15
Einfühlen	16
Die Eröffnung einer Edelstein-Massage (Übersicht)	
Haltung und Position	16
Massagetechnik	17
Aufmerksamkeit	18
Da-Sein	18
Reaktionen	19
Der gute Punkt	19
Die Durchführung einer Edelstein-Massage (Übersicht)	
Abschluß	20
Rücktausch übernommener Energien	21
Geistige Befreiung und Klärung	21
Feedback	22
Ende	22
Der Abschluß der Edelstein-Massage (Übersicht)	
Reinigung	23
Möglichkeiten und Grenzen	24
Auf geht's	24

Intuitive Massagen mit Edelsteinen

<i>von Michael Gienger</i>	26
Die intuitive Edelstein-Massage	28
Kleine Vorübung	28
Ablauf einer intuitiven Edelstein-Massage	30
Das Halten der Steine	34
Massagetechniken mit Linsen- und Seifensteinen	35
Spiele mit Stein und Form	36
Die Wirkungen verschiedener Massagesteine	37

Unwinding mit Edelsteinen

<i>von Rainer Strebel</i>	44
Was ist Unwinding?	46
Hintergründe	46
Unwinding und Craniosacrale Therapie	48
Vorübungen	49
Wie ist das Unwinding mit Edelsteinen entstanden?	50
Wie wirkt das Unwinding mit Edelsteinen?	51
Vorbereitung	52
1. Vorbereiten des Raums und der Massage	
2. Position und Eröffnung der Massage	
3. Den zu behandelnden Bereich finden	
4. Den passenden Stein finden	
Durchführung	56
Weitere Hinweise	60
Was bewirkt das Unwinding mit Edelsteinen?	62
Welche Steine werden wofür eingesetzt?	63
Heilsteine, die beruhigend und entspannend wirken	· Heilsteine, die ins Fließen bringen
Heilsteine bei Verletzungen und Schmerzen	·
Heilsteine für Herz und Herzenswärme	·
Heilsteine für Sexualität und Unterleib	·
Heilsteine für Bandscheiben, Meniskus, Knochen und Gelenke	· Vitalisierende, erwärmende, durchblutungsfördernde Heilsteine
Heilsteine zur Entgiftung und Regeneration	·
Heilsteine für Magen und Darm	

Vitalkörpermassage mit Edelsteinen

von Michael Gienger 68

Was ist der Vitalkörper? 70

Kann man den Vitalkörper wahrnehmen? 71

Woher stammt die Vitalkörpermassage? . 76

Wie wird die Vitalkörpermassage mit
Edelsteinen durchgeführt? 78

Die Vitalkörpermassage (Übersicht)

Was bewirkt die Vitalkörpermassage
mit Edelsteinen? 85

Welche Steingriffe haben
welche Wirkungen? 87

Was ist bei der Vitalkörpermassage
noch zu beachten? 92

Reflexzonenmassage mit Edelsteingriffen

von Ewald Kliegel 94

Reflexzonen und Edelsteine 96

Uralte Traditionen 96

Geheimnis der Wirkungen 97

Reflexzonen – Landkarten der Gesundheit 99

Die Verbindung von Edelsteinen
und Reflexzonen 100

Wie finden wir die Leit-Zone? 106

Welcher Edelsteingriffel kommt am
besten zum Einsatz? 108

Wie können wir die Reflexzonen
entstören? 109

Wie werden diese Energien wirksam? . . 110

Harmonisierungsmassage mit Bernstein

von Hildegard Weiss 116

Begegnung mit der Bernsteinmassage . . 118

Die Harmonisierungsmassage 118
Ablauf der Harmonisierungsmassage
mit Bernstein (Übersicht)

Massage mit Edelsteinkugeln

von Ursula Dombrowsky 126

Die Kugelmassage 128

Der Körper 128

Kommunikation im Körper 129

Der Bewegungsapparat 131
Wirbelsäule und Becken

Der Körperrhythmus 133

Woher stammt die Massage mit
Edelsteinkugeln? 134

Bewegungsabläufe mit der Steinkugel . . 134

Ein Gefühl für die Massage mit
Edelsteinkugeln aufbauen 134

Wie wird die Massage durchgeführt? . . . 135

Die innere Einstellung 136

Die Auswahl der Steinkugel 136

Eröffnung der Kugelmassage 137

Weiterführung der Kugelmassage 140

Was bewirkt die Kugelmassage? 142
Indikationen und Kontraindikationen

Welche Steine können Sie für
die Massage verwenden? 144

Was ist bei der Kugelmassage noch
zu beachten? 149

Die Autorinnen und Autoren 152

Seminare und Ausbildungen
zur Edelstein-Massage 156

