

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 90 (2012)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Die Kraft der Steine  
**Autor:** Novak, Martina  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-725288>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

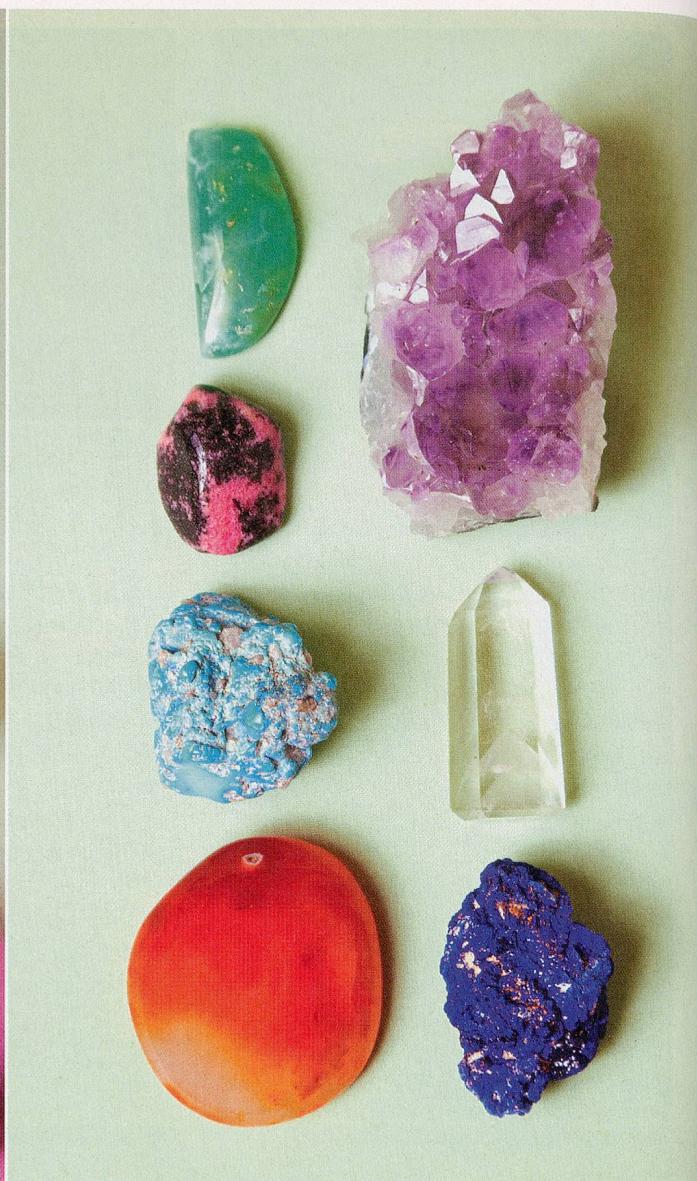
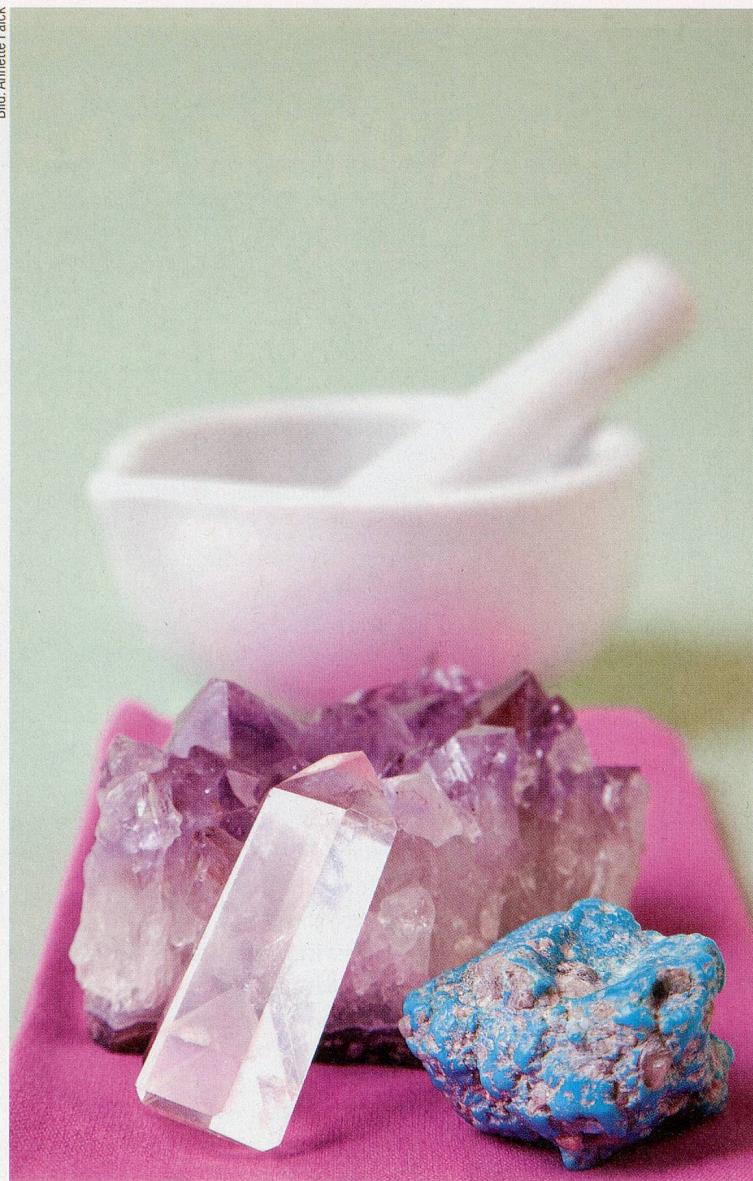
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 17.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Die Kraft der Steine

Viele Menschen umgeben sich mit Edelsteinen und glauben, dass diese eine positive Wirkung ausüben. Auch wenn sich ein solcher Effekt nicht rational oder wissenschaftlich belegen lässt, so sind die steinernen Zeugen der Erdgeschichte doch zumindest wunderschöne Begleiter.

Das Bernsteinkettchen soll dem Baby das Zahnen erleichtern, der Rosenquarz beim Computer schädliche Strahlung abfangen, der Lapislazuli in der Hosentasche den Blutdruck senken und der Tigerauge-Anhänger die Konzentration fördern? Die Wissenschaft hat auf diese Annahmen keine Antwort. Anwenderinnen und Anwender sowie Menschen, die sich von Berufs wegen oder aus Leidenschaft mit Edelsteinen beschäftigen, schwören hingegen auf deren Fähigkeit, bei körperlichen und seelischen Problemen zu hel-

fen. Edith Schaufelberger-Landherr entdeckte die Kraft der Edelsteine vor über fünfundzwanzig Jahren, «fast widerwillig», wie sie sagt. Ihr verstorbener Mann gab ihr Bücher über Steine, sie war vom Gelesenen fasziniert und probierte einzelne Exemplare an sich selbst aus.

An Messen, Märkten und in Warenhäusern präsentierte die Autodidaktin eine kleine Auswahl von Edelsteinen und sammelte die Reaktionen der Kundinnen und Kunden, Lieferanten und Bekannten auf «ihre» Steine in einem Ordner. Ihr Wissen über mögliche positive

Wirkungen war bald gross, auch dank Ausbildung bei einer bekannten deutschen Steintherapeutin. 1992 verfasste Edith Schaufelberger-Landherr das erste von drei Büchern «Die Kraft der Steine».

## Steine als letzter Strohhalm

«Edelsteine können keine Wunder vollbringen, sie ersetzen keinen Arzt und keine Medizin, aber sie können bei gewissen Leiden erstaunlich viel bewirken», sagt die Steinexpertin. Mittlerweile berät sie im eigenen Geschäft in Weinfelden mit ihrer Partnerin täglich Men-

schen, die aus den unterschiedlichsten Gründen die Hilfe der Steine suchen. «Von Kopfschmerzen bis zu Eheproblemen ist alles dabei. Die Edelsteintherapie ist oft der letzte Strohhalm für Leute, die schon verschiedene Methoden ausprobiert haben», erklärt sie. Der Glaube an die Kraft der Steine wirke erleichternd, sei aber nicht Voraussetzung.

## Unterschiedliche Energien

Die Auswahl an steinernen Helfern ist riesig, über 500 Arten werden von den Menschen bei gesundheitlichen Beschwerden eingesetzt. Sie unterscheiden sich in der mineralischen Zusammensetzung und in der Farbe und – sofern sie verarbeitet wurden – auch in der Form, in der Oberfläche und im Glanz. Vom Handschmeichler für die Hosentasche über den Anhänger bis zur Massagekugel und dem Kristall zum Aufstellen gibt es etliche Formen, die direkt oder indirekt auf menschliche Bedürfnisse wirken sollen.

Manchen Edelsteinen werden viele Wirkungen zugeschrieben wie etwa dem Rosenquarz. Andere wie der Diamant gelten als sehr stark und sollten laut der Expertin nicht in die Hände von «steinunfahrenden» Personen oder Kindern abgegeben werden. «Jeder Edelstein hat aufgrund seiner geologischen Herkunft und seines atomaren Aufbaus sowie seiner Farbe eine andere Energie. Diese energetische Schwingung gibt der Stein ab, und wir Menschen nehmen sie auf», erklärt Edith Schaufelberger. Während die einen erfolgreich im Verbund eingesetzt werden können, sind die anderen wegen ihrer Kraft nicht unbedingt kompatibel. Nicht alle Menschen vertrügen Rubine in Kombination mit Smaragden oder Saphiren. Allein seien diese energetisch starken Edelsteine aber wahre «Vielkönnner».

Bei der Wahl des eigenen Steines ist es am besten, den Kopf auszuschalten und auf das Gefühl zu vertrauen. Verfügen mehrere Mineralien über ähnliche Fähigkeiten, ein bestimmtes Beschwerdebild zu beeinflussen, ist der Stein auszuwählen, der einem am besten gefällt. Idealerweise nimmt die Kundin oder der Kunde die zur Auswahl stehenden Exemplare probeweise in die Hand: Bleibt ein Stein auch nach längerem Halten kühl, dann ist er als «Helfer» für die betreffende Person nicht geeignet. Als Schmuck oder Raumschmuck hingegen schon. Edith Schaufelberger hat die Erfahrung gemacht, dass Kinder im Auswählen von

Helpersteinen besonders treffsicher sind. Bei jungen Menschen werden die Mineralien weniger für körperliche Probleme beigezogen, sondern mehr bei seelischen Leiden wie Heimweh, Ängsten oder Durchsetzungsschwierigkeiten.

Steinunfahrene Menschen können kaum rational nachvollziehen, auf welche Weise leblose Mineralien, so schön sie auch anzusehen sind, das eigene Wohlbefinden positiv beeinflussen sollen. Kopfschütteln löst bei Uneingeweihten auch die Tatsache aus, dass Steine vor dem Einsatz zunächst «entladen» werden müssen. Entladen bedeutet, dass der Stein – mit Ausnahme von wasserlöslichen und brüchigen Arten – unter fliessendem Wasser abgespült wird.

Edith Schaufelberger beschreibt diesen Vorgang pragmatisch: «Bis ein Stein zu einem neuen Besitzer, einer neuen Besitzerin gelangt, geht er durch viele Hände. Das beeinträchtigt unter Umständen seine energetische Schwingung. Durch das Waschen wird er frei von Altlasten und kann sich neu aufladen – wie auch bei einem Aufenthalt im Sonnen- oder Mondlicht.» Eine Prozedur, die übrigens je nach Art des Steins alle paar Wochen wiederholt werden sollte.

Wer nicht ans Reinigen, Ent- und Aufladen der Helpersteine glaubt, trinkt wohl

auch kein Wasser, in das entsprechende Mineralien gelegt wurden, oder reibt sich nicht mit einer solchen Flüssigkeit schmerzende Körperteile ein. Viel nahe liegender und irgendwie handfester ist da ein Selbstversuch mit der Edelsteinmassage. Verspannte Muskeln kommen häufig vor, und dass Massagen dabei Linderung verschaffen, das hat man meistens auch schon am eigenen Leib erfahren. Warum also nicht mit Steinen massieren?

Edith Schaufelberger führt Kurse in Edelsteinmassage durch, die Nachfrage gibt ihr recht. «Nützts nützt, so schadts nützt», scheinen sich die Interessierten zu sagen.

Flache Scheiben und runde, in Holz gefasste Kugeln, Obelisken und Pyramiden dienen als Hilfsmittel, mit oder ohne Massageöl. Und da bei der Massage offensichtlich körperlich gearbeitet wird, gestrichen und gerollt oder mit einer steinernen Spalte «gestüpfelt», ist auf jeden Fall eine Wirkung spürbar. Edith Schaufelberger besteht auch bei der Wahl des Massagesteines darauf, dass Kundin oder Kunde unbeirrt von Beschreibungen und Preis das Exemplar aussuchen, das sie intuitiv am meisten anspricht.

## Wachsendes Angebot

Das Anwenden von Edelsteinen erlebt seit einigen Jahren einen Boom, das Angebot an Büchern, Kursen und Steinläden nimmt ständig zu. Neu ist diese Art der unterstützenden Behandlung bei körperlichen und geistig-seelischen Bedürfnissen nicht. Schon die alten Chinesen, Ägypter, Griechen und Römer nutzten «Heilsteine». Auch Klostemedizinerin Hildegard von Bingen wird oft zitiert, wenn von möglichen helfenden Kräften der Steine die Rede ist. Sie befasste sich schon um 1150 mit der Entstehung und Wirkung von Steinen und beschrieb in ihrem «Buch von den Steinen» 24 Arten präzis, darunter auch Bergkristall und Bernstein.

Wie bei anderen naturmedizinischen Methoden, für die es keine wissenschaftlichen Belege der Erfolge, aber ein lange überliefertes Wissen gibt, gilt auch da: Ausprobieren ist besser als nicht glauben – es könnte ja etwas dran sein!

Martina Novak

## Die wichtigsten Edelsteine

**Amethyst:** Kräftigt den Allgemeinzustand, hervorragend für Meditation und Konzentration.

**Bergkristall:** Nimmt störende Energien in Wohn- und Arbeitsräumen auf, löst emotionale Energieblockaden.

**Bernstein:** Besteht aus fossilem Harz und ist einer der stärksten und vielseitigsten Vertreter der Edelsteine.

**Diamant:** Die «Diva» unter den Edelsteinen. Wirkt reinigend und klärend auf Geist und Körper.

**Rosenquarz:** Sehr vielseitig. Stärkt Herz, Kreislauf und das Nervensystem.

**Türkis:** Starker Schutzstein, besonders beim Reisen (Talisman des Flugpersonals).

**Turmalin:** In Grün, Schwarz, Blau und Rot erhältlich. Sinnvoll in Kombination mit anderen Steinen.

Edith Schaufelberger-Landherr : «Die Kraft der Steine», Band 1, 2 und 3. Im Buchhandel oder über Kristallburg, Felsenstrasse 11a, 8570 Weinfelden, Telefon 071 622 95 90. Mail info@kristallburg.ch, Internet www.kristallburg.ch