



## Disthen (Kyanit)



**Beschreibung:** weiss bis himmelblau, gelegentlich rosa mit gelben oder grünen Streifen

**Vorkommen:** Australien, Brasilien, Gus, Indien, Italien, Kenia, Myanmar, Schweiz, Simbabwe, USA

**Organwirkung:** Bronchien, motorische Nerven

**Seelisch:** **Blauer Disthen:** hilft sich uns einen Körper zu kontrollieren, wenn alles drunter und drüber geht; fördert die Ausdrucksfähigkeit, unterstützt geistige Beweglichkeit, Intelligenz, Intuition, Achtsamkeit; hilft Wissen auch bei inneren Widerständen aufzunehmen und erhöht so in schwierigen Situationen die Lernleistung erheblich; ermöglicht, sich verbal besser mitzuteilen, auch in Stresssituationen; hervorragender Stein für ADS- und ADHS-Kinder; macht spontan und lebendig; hilft Opferhaltung und Schicksalsgläubigkeit zu überwinden; bewirkt lebhafte Träume; leitet höhere Bewusstseinszustände durch Intuition und klares Wissen an Verstand und Körper weiter, so dass die Integrität gewahrt bleibt; vermittelt paradiesische Eindrücke unserer spirituellen Möglichkeiten und erleichtert das Verständnis von Visionen und Träumen. **Grüner Disthen:** erleichtert die Auseinandersetzung mit heftigen Emotionen und hilft, mit allen Gefühlen angemessen umzugehen; vermittelt zwischen Geist und Bedürfnissen, indem er das Verständnis vergrössert; stärkt die eigene Identität und hilft, sie in allen Situation zu achten; hilft Enttäuschung und Resignation zu überwinden.

**Körperlich:** **Blauer Disthen:** reduziert Entzündungsneigung; lindert asthmatische Zustände; beseitigt Räuspern, Heiserkeit und Schluckbeschwerden; stärkt das motorische Nervensystem, bessert die Beweglichkeit der kleinen Gelenke, Feinmotorik und Koordination; synchronisiert die Gehirnhemisphären und verbessert dadurch die Deutung der Wahrnehmung; entstresst überreizte Sehnerven; verbessert das Sehvermögen erheblich; wirkt aktivierend auf die Gehirnaktivitäten, besonders den Thalamus; hilft bei Tinnitus; verbessert den Hör- und Geruchssinn, bessert Kniebeschwerden, wirkt auf Verspannungen.



# Heilsteinschule Schweiz<sup>+</sup>

**Grüner Disthen:** stärkt das vegetative Nervensystem und unterstellt es mehr dem Willen; regt Gallenproduktion an; verbessert die instinktive Wahrnehmung und hilft dadurch, den Bedürfnissen des Körpers besser gerecht zu werden.

**Anwendung:** als Kette oder Anhänger direkt am Körper tragen, als Kristall auf Augen oder Zunge legen, als Trommelstein in der Hosentasche mitführen, als Kristallstufe zur kontemplativen Betrachtung oder Meditation aufstellen.

**Pflege:** einmal wöchentlich unter fliessendem, lauwarmem Wasser waschen (ohne Seife), anschliessend während 8 Stunden auf einer Amethysten Druse aufladen.