

**Himmel und Erde**  
Schule und Praxis • Entdecke dich selbst

<b>Himmel</b> Susanne Lüscher +41 79 511 5347 susanne@himmelunderde.li	Unterdorfstrasse 9 5722 Gränichen www.himmelunderde.li	<b>Erde</b> Bruno Lüscher +41 79 438 3015 bruno@himmelunderde.li
---	--	---

## Citrin



**Beschreibung:** Farbe hell zitronengelb bis goldgelb, auch bräunliche Töne.

**Vorkommen:** Brasilien, Frankreich, Grossbritannien, GUS, Madagaskar, Sambia, Spanien, USA.

### Indikationen

**Organwirkung:** Arterien, Bauchspeicheldrüse, Immunsystem, Nervensystem, Schilddrüse

**Seelisch:** Macht extrovertiert, aktiv und dynamisch, stärkt Motivation und aktiviert die Kreativität; mildert depressive Verstimmungen; stärkt Selbstbewusstsein; stimmungsaufhellend; mildert Prüfungsangst und fördert die innere Ruhe; befreit von negativen Gedanken, Trübsal, Überempfindlichkeit und Unentschlossenheit; lindert Stimmungsschwankungen; gibt Selbstvertrauen und neuen Lebensmut; gibt die Gewissheit, dass alles gut wird; hilft, kraftvoll und selbstbewusst im Leben zu stehen, mit klarem Verstand zu leiten und zu motivieren; ein wichtiger Stein für schwere Zeiten.

**Körperlich:** Fördert die Funktion der Bauchspeicheldrüse und kann bei Diabetes im Anfangsstadium eingesetzt werden; bessert Durchblutungsstörungen und Raucherbeine; entzündungshemmend bei Gebärmutterentzündung, Hautentzündungen, Arthritis und Gelenkentzündungen; bessert trockene Haut; wirkt durchblutungsfördernd und damit erwärmend bei Kälteempfindlichkeit; hilfreich bei Krampfadern, Lebererkrankungen, Menstruationsbeschwerden und Potenzschwäche; hilft gegen Wetterfühligkeit, stärkt Nerven und bessert die Konzentration; stärkt das Immunsystem und die Leistungsfähigkeit; fördert Wachstum von Haren und Nägeln; kann den Blutdruck senken.

**Anwendung:** Als Anhänger oder Kette direkt am Körper tragen; als Kristall oder Cabochon auf die betroffene Stelle legen, als Trommelstein in der Tasche mitführen,



als Citrin-Amethyst Wasser täglich in die Kopfhaut einmassieren, als Kristallgruppe zur Meditation aufstellen.

**Pflege:** Citrin einmal wöchentlich unter fließendem lauwarmen Wasser reinigen (keine Seife) und zum Aufladen während 8 Stunden auf eine Amethysten-Druse legen.