

1. **Agaat.** Geeft rust. Harmoniseert de sfeer in huis. Doet genieten van het aardse leven. Helpt bij faalangst. Helpt drukke overactieve kinderen rustiger te worden.
2. **Agaat - Botswana.** Zeer goede steen voor baby`s, jongen kinderen en gevoelige mensen. Geeft bescherming. Stimuleert kinderen om geestelijk te groeien. Ondersteunt bij de bevalling. Bevordert de groei van baby`s. Bij kinderziektes.
3. **Amazoniet.** Geeft verlichting bij spanningen. Ondersteunt de wondgenezing. Werkt huidvormend en geeft dus minder littekenweefsel. Verbinding hart -keelchakra.
4. **Amethyst.** Goede meditatiesteen, bevordert de geestelijke ontwikkeling. Geeft innerlijke rust. Tegen spanningshoofdpijn. Bij slapeloosheid. Hoort bij het kruin - chakra.
5. **Amethystkwarts** Is een combinatie van paarse amethyst en de witte kwarts. Dus hier komen de innerlijke rust en het geestelijk evenwicht samen in 1 steen.
6. **Ametrien.** Is een combinatie van amethyst en citrien, verbindt daardoor de innerlijke rust van de amethyst met de dynamiek van de citrien. Versterkt de zonnevlecht. Bevordert de reiniging en herstel van alle cellen en weefsels.
7. **Apachetraan.** Helpt bij angst en traumatische ervaringen. Maakt je bewust van blokkades. Helpt oude pijn los te laten. Verheldert het spirituele leven. Stimuleert de intuïtie. Bevordert het herstel van wonden. Bij koude handen en voeten. Voor een goede nachtrust.
8. **Apofylliet.** Helpt om de uiterlijke façade los te laten en te zijn wie je werkelijk bent. Geeft moed en vertrouwen voor nieuwe levenservaringen. Sterke aura beschermer. Vermindert menopauze problemen. Hoort bij het hart -chakra
9. **Aquamarijn.** Helpt bij het ontwikkelen van paranormale vermogens. Helpt emoties te verwerken. Bevordert het uiten van gevoelens. Is een goede steen tegen allerlei allergieën Hoort bij het keel –chakra.
10. **Aragoniet.** Aardende steen. Helpt tegen stress en spanningen. Leert geduldig te zijn en te accepteren wat er is. Bestrijdt overgevoeligheid en helpt innerlijke onrust op te heffen. Geeft inzicht in oorzaken van problemen. – Ananda Haarlem
11. **Aventurijn.** Bevordert de geestelijke groei. Helpt onverwerkte gevoelens verwerken. Geeft rust en zelfbeheersing. Goed voor onrustige kinderen. Helpt bij puistjes, eczeem en andere huidproblemen. Hoort bij het hart -chakra.
12. **Azuriet.** Behoed je voor ondoordacht handelen. Helpt je nadenken, vermindert hierdoor misverstanden. Maakt bewuster. Werkt ontgiftend. Verbeterd je reactievermogen en waarnemingsvermogen. Stimuleert lever, hersenen, zenuwen en schildklier. – Ananda Haarlem
13. **Barnsteen.** Hartverwarmende steen - zowel letterlijk als figuurlijk. Stimuleert de levensmoed en helpt angsten overwinnen. Het maakt blij en creatief. Stilt pijn bij tandjes krijgen. Goede steen bij astma, bronchitis, hooikoorts. Hoort bij het zonnevlecht -chakra.
14. **Bergkristal.** Zuivert de ruimte en het lichaam. Bevordert het heldere denken en vergroot het bewustzijn. Versterkt de vitaliteit en de levenskracht. Bij depressies en hoofdpijn. Hoort bij het voorhoofd - en kruin –chakra. Werkt goed tegen wagen -en zeeziekte.
15. **Beryl.** Versterkt het `innerlijke` zien. Bevordert telepathische gaven en maakt de drager gevoelig voor de aura of uitstraling van anderen. Geeft een goede energie doorstroming in de hypofyse en de bijschildklier. Bij kriebelhoest en overmatig niezen.

16. **Cactus kwarts.** Wordt gevonden in Zuid Afrika, en is lichter dan amethyst en heeft kenmerkende 'cactusachtige' kristallen. Deze zeldzame amethystsoort werkt als een spiegel van je aura en stelt je in staat je eigen krachten en sterke eigenschappen te zien. Helpt bij zelfvergeving en huiduitslag en versterkt de energie. Hoort bij de kruinchakra. – Ananda Haarlem
17. **Calciet blauw.** Opent met liefde en gevoel het keelchakra. Geschikt voor mensen die problemen hebben met het uiten van gevoelens, die het moeilijk vinden de juiste woorden te vinden. Helpt bij stotteren of bij mensen die veel hun zinnen onderbreken. In vergaderruimten en spreekkamers kan deze steen helpen bij het praten vanuit het gevoel.
18. **Calciet champagne.** Helpt het gevoelsleven sterker te maken. Zet je zachtjes en kalm weer op je eigen benen. Sterkt de realiteitszin. Geeft zelfvertrouwen. Goed voor onrustige, overactieve mensen.
19. **Calsiet groen.** Stimuleert het openen van het hart. Brengt ruimte voor groei en vernieuwing. Helpt angstblokkades los te laten. Geeft harmonie en rust. Hoort bij het hartchakra. – Ananda Haarlem
20. **Calciet oranje.** Straalt warmte uit. Helpt energie van het hoofd naar het hart te brengen. Heelt oude wonden op het gebied van seksualiteit en leert weer genieten van intimiteit. Helpt om liefdevol te handelen. Geeft zelfacceptatie. Tegen depressies. Is een lichtpunt in ziekenkamers en sombere ruimtes, brengt positiviteit. Hoort bij het tweede chakra.- Ananda Haarlem
21. **Calsiet rood.** Stimuleert de lichamelijke activiteit. Bevordert het vertrouwen in het eigen gevoel. Helpt tegen angst en onzekerheid. Sterkt de eigen basis, goed aardende steen. Activeert de eigen wilskracht. – Ananda Haarlem
22. **Carneool.** Schenkt warmte, positiviteit, levensmoed en ondernemingslust. Verdrijft nachtmerries en bevordert fijne dromen. Sterkt de familieband. Bij een te lage bloeddruk. Hoort bij het tweede chakra.
23. **Celestine.** Helpt bij het hervinden van stabiliteit en structuur. Lost gevoelens van beklemming en beperking op. Geeft daadkracht en optimisme. Lost verhardingen op in spieren, botten, gewrichten en organen.
24. **Chalcedoon.** Het is een rustige, zachte steen die op een kalme manier emoties tot evenwicht brengt. Een goede steen voor mensen die snel gekwetst, prikkelbaar of driftig zijn. Helpt wonden sneller genezen, zowel lichamelijk als geestelijk. Bevordert het moederlijke gevoel. Helpt kinderen die niet alleen kunnen zijn.
25. **Chiastoliet (kruissteen).** Een beschermende en inzichtgevende steen die innerlijke rust en evenwicht brengt. Het werkt koorstverlagend, bloedstelpend, helpt bij jicht, reuma en bij zenuwaandoeningen. Tevens versterkt het het immuunsysteem. Vanwege het kenmerkende kruis in de doorsnede wordt het al sinds de oudheid gebruikt voor het vervaardigen van amuletten. – Ananda Haarlem
26. **Chrysocolla.** De steen voor vriendschap en contact. Maakt spontaner. Helpt bij het leren vergeven en begrip kunnen tonen. Brengt emoties in evenwicht. Is goed bij buik- en darmkrampen. Sterkt de zonnevlecht en het hart -chakra
27. **Chrysopraas.** Bevordert het zelfvertrouwen en de eigenwaarde. Geeft verheldering van problemen. Scherpt het gezichtsvermogen. Tegen onrust. Hoort bij het hart -chakra.
28. **Citrien.** Door de prachtige lichtgoudgele kleur is de citrien als een zonnetje: verwarmend en maakt je vrolijk en positief. Geeft extra kracht bij een periode van grote inspanningen zoals bij examens of bij ziekten. Verbeterd bloedcirculatie. Tegen suikerziekte. Bij vermoeidheid en depressie. Hoort bij de zonnevlecht en het hart -chakra.

29. **Cyaniet.** Helpt de huid jong te houden. Mensen met hoofdpijn die door angsten of het vele nadenken ontstaan ervaren verlichting door deze steen. Maakt het borstgebied wijder, waardoor ademhaling eenvoudiger gaat en hierdoor helpt het bij benauwdheid. Versterkt de concentratie en innerlijke rust. Geeft vertrouwen. – Ananda Haarlem
30. **Diamant.** Versterkt moed, wilskracht en zelfbewustzijn. Versterkt hart en bloedsomloop. Geeft concentratie. Helpt bij streven naar perfectie. – Ananda Haarlem
31. **Dumortiriet.** “Take it easy” steen. Helpt het leven lichter te nemen. Voor het makkelijk loslaten van angsten. Helpt bij hoofdpijn. Ondersteunt het ontgiften van het lichaam.
32. **Fluoriet.** Steen die hoort bij deze tijd van computers en techniek, bij het creëren van nieuwe mogelijkheden en creatief denken. Goede steen voor mensen die onder druk staan. Helpt om de concentratie te verhogen en is dus een goede hulp bij studie. Bij pijn in de nek, rug, schouders en ellebogen.
33. **Goudsteen.** De goudsteen komt niet in de natuur voor zoals de meeste andere stenen. Deze steen is in Italië samengesteld uit steen en glitterstof. De steen is daar gemaakt volgens een geheime procedure. – Ananda Haarlem
34. **Granaat.** Geeft wilskracht en moed. Geeft energie en doorzettingsvermogen. Bij overspannenheid. Niet voor driftige, gejaagde mensen omdat de granaat dit versterkt. In conflictsituaties met familie of relaties kan de granaat verbrekend werken. Hoort bij het stuit -chakra
35. **Heliotroop.** Is een troostende steen. Bevordert idealisme en onbaatzuchtigheid. Is een “bloedstelper”, zowel inwendig als uitwendig, dus uitstekend geschikt voor een “bloedend” hart. Een heliotroop onder je kussen geeft duidelijkere dromen en helpt ze beter onthouden.
36. **Hematiet.** Geeft vitaliteit, moed en zelfverzekerdheid. Helpt om goed te gronden. Steen voor mensen die veel geduld moeten hebben. Maakt sterk en geduldig. Bevordert een rustige slaap. Voor bloedaanmaak en een goede bloedcirculatie. Tegen krampen in de benen. Hoort bij het stuit -chakra.
37. **Herkimmer Diamant.** Deze steen geeft energie en bevordert de creativiteit. Hij opent de chakra's en zorgt daardoor dat spirituele energie kan stromen. Hij stemt mensen op elkaar af en zorgt voor een band als ze uit elkaar moeten gaan; ieder dient dan één steen te houden. De steen behoort tot de krachtigste kristallen voor het reinigen van elektromagnetische vervuiling.- Ananda Haarlem
38. **Hiddeniet.** Helpt minder prettige kanten van jezelf te accepteren. Laat je inzien wie je bent. Laat je trouw blijven aan eigen wensen en idealen. Vermindert pijn. Bij ischias.
39. **Howliet.** Stimuleert het zelfvertrouwen. Geeft steun bij het zoeken naar zelfkennis en innerlijke rust. Tegen nagelbijten. Door het hoge kalkgehalte goed voor beenderengestel, tanden en nagels.
40. **Ioliet.** Stimuleert het geestelijke uithoudingsvermogen. Geeft ‘ruggesteun’ en zelfverzekerdheid. Stimuleert de energie doorstroming. Verhoogt de weerstand.
41. **Jade / Nefriet.** Brengt vrede en rust. Ordent het gevoelsleven. Uitstekende steen tegen nierstenen en andere nierproblemen. Sterkt de blaas, bijvoorbeeld bij bedplassen.
42. **Jade.** Steen van wijsheid en rechtvaardigheid. Straalt harmonie uit. Bevordert de groei van ongeboren baby's. Helpt om in geestelijke onevenwichtigheid weer een nieuw evenwicht te vinden. Beschermt tegen ongelukken en negatieve invloeden. Trekt geluk en succes aan. Sterkt blaas en lever, ontgift de nieren. Hoort bij het hart -chakra.
43. **Jaspis.** Stimuleert en activeert de levenskracht. Geeft een sterke aarde -binding. Steunt mensen met anorexia nervosa. Geeft doorzettingsvermogen. Goede steen voor de eerste vier maanden van de zwangerschap. Hoort bij het stuit -chakra.

44. **Jaspis Breccie.** Doorbreekt rechtlijnigheid en starheid. Stimuleert de verdraagzaamheid. Tegen zwangerschapsbraken. Bij leverinfecties en nierziekten. Het is een aardende steen.
45. **Kattenoog.** Beschermert tegen negatieve energie. Geeft kracht en energie om problemen van psychische of fysieke aard in goede banen te leiden. Ontspannend voor de ademhalingsorganen en het bewegingsapparaat. Tegen oogziekten.
46. **Koraal.** Helpt gedachten en gevoelens vorm te geven en stimuleert de creativiteit. Door de grote hoeveelheid calcium heeft het een gunstige invloed op alle botproblemen zoals osteoporose en botbreuken. Door de aanwezigheid van jodium heeft het een goede werking op de schildklier. Bij bloedarmoede en ijzertekort.
47. **Labradoriet.** Beschermert tegen negativiteit uit de omgeving omdat het eigen energieveld in balans wordt gebracht. Bij geestelijk en lichamelijke vermoeidheid. Herstelt zwakke plekken in de aura (bijv. na langdurig medicijngebruik of verslavingen.) Geeft zelfvertrouwen en realiteitszin. Brengt verborgen talenten aan het licht. Goed voor gevoelige mensen. Tegen opvliegers.
48. **Lapis Lazuli.** Geeft emotioneel en geestelijk evenwicht. Is de vriendschapssteen. Bevordert de naastenliefde, de intuïtie en maakt sociaal voelend. Bij slapeloosheid en hoge bloeddruk. Geeft rust, kracht en moed bij depressie en overspannenheid. Hoort bij het voorhoofd -chakra.
49. **Larimar.** Geeft innerlijke rust. Geeft vrede tussen het hart en het verstand. Helpt oude conflictpatronen in onszelf op te lossen. Kalmeert verhitte emoties en laat de energie doorstromen. Helpt tieners bij het vinden van de eigen identiteit.
50. **Maansteen.** Brengt hart en emoties tot rust. Versterkt de vrouwelijke energie. Verzacht het gevoelsleven. Geeft zuiverheid en groeikracht. Bevordert tevredenheid en inspiratie. Helpt bij hormonale problemen en bevordert de zwangerschap.
51. **Magic Moonstone.** Deze stenen zijn gemaakt van oververhitte kwarts. Bij oververhitting krijgen we een steen wat er uit ziet als Opaal of Maansteen. Deze steen is helemaal mooi wanneer je hem in water legt, de verschillende kleurtjes toveren de steen tot ware magie! Sommige mensen ondervinden dat deze steen beschermt, kracht geeft, pijnstillend en positief werkt op nieuwe situaties. – Ananda Haarlem
52. **Magnesiet.** Ontkrampst de ziel en het lichaam. Verbeterd de stofwisseling door werking op de lymfeklieren. Ondersteunt het afslanken d.m.v. de vochtafdrijvende werking en het reguleren van de spijsvertering. Geeft gevoel voor humor terug.
53. **Magnetiet.** De beste steen tegen hevige pijnen. Helpt bij rugklachten, breuken, tennisarm, nekpijn en aangezichtspijn. Geeft levenskracht en energie -doorstroming. Het werkt ontkrampend. Deze steen overdag dragen op de plek waar de pijn zit.
54. **Malachiet.** Geeft weer hoop in het leven en rust in het gevoelsleven. Helpt bij reumatische aandoeningen omdat het koper uit de steen urine zuren afdrijft waardoor de gewrichten weer soepeler worden. Bij onregelmatige menstruatie. Vochtafdrijvend. Hoort bij het hart - chakra.
55. **Moldaviet.** Steen afkomstig van een meteoriet. Geeft oplossingen voor ogenschijnlijke onoplosbare problemen. Ondersteunt genezingsprocessen. Goede meditatiesteen. Bij autisme. Helpt bij griep.
56. **Moqui-Marble.** Dit is een geheimzinnige energiesteen. In het Indiaans vertaald betekent Moqui "trouwe vriend". Geeft welzijn en laat van het leven genieten. Het verbetert de energie van de aura. De unieke combinatie van ijzer en zand zorgt dat het afweersysteem en de bloedsuikerspiegel versterkt worden

57. **Mosagaat.** Geeft rust en helderheid. Is een harmoniserende steen. Bij gebrek aan zelfbeheersing. Kalmeert zenuwachtige mensen. Bevordert de vitaliteit. Helpt bij darmstoornissen. Doorbreekt starheid.
58. **Obsidiaan - Sneeuwvlok.** Bij traumatische ervaringen. Vermindert pijn en spanningen. Helpt blokkades op te ruimen. Werkt ontspannend bij onrust. Leert `helder` te zien. Versterkt het inzicht. Bij oogproblemen zoals tranende ogen, grijze staar.
59. **Obsidiaan - Zwart.** Deze steen is ontstaan bij vulkanische uitbarstingen en dit zegt ook veel over de kwaliteit van obsidiaan. Het laat de eigen aard zien, maar op een zeer krachtige manier. Haalt als het ware de onderste steen boven. De krachten van de geest worden omgezet in bewuste daadkracht. Schijn en illusie verdwijnen. Bij geestelijke vermoeidheid. Niet geschikt voor kinderen.
- 59a. **Obsidiaan – Regenboog.**
60. **Olivijn of Peridoot.** Helpt om het innerlijk te openen. Beschermt en versterkt de zonnevlecht en het hartgebied zodat negatieve invloeden geen kans krijgen. Beschermt tegen vermoeidheid en uitputting (dus goed voor genezers en hulpverleners.) Kan niet met andere stenen gecombineerd worden omdat hij altijd overheerst en bij samen gebruiken kan dit misselijkheid of duizeligheid tot gevolg hebben.
61. **Onyx.** Verbeterd de concentratie en maakt minder chaotisch. Tegen piekeren en wanhoop. Het maakt serieus en doelbewust. Bij gehoorproblemen zoals oorsuizingen. Een sterk aardende steen.
62. **Opaal.** Geneest diepe emotionele wonden. Schenkt troost en geeft hoop op de toekomst. Tegen zwaarmoedigheid. Geneest een vermoeid en ziek hart. Helpt bij het verwerken van oorlogstrauma's. Versterkt de ogen en het spreken. Zuivert de longen van slijmophoping.
63. **Parel.** Stimuleert de innerlijke groei en het besef van onze eigen unieke mogelijkheden. Lost blokkades op, vaak met behulp van tranen. Helpt bij het verwerken en verlost worden van groot verdriet. Helpt bij botontkalking.
64. **Prehniet.** Steen voor onvoorwaardelijke liefde. Helpt bij in contact komen met eigen ziel en centrum. Laat je herinneren wie je bent. Zorgt voor een diepe meditatie en beschermt het auraveld. Helpt u afstand te doen van dingen die u niet meer nodig heeft. Verlicht nachtmerries en angsten. Weldadig voor hyperactieve kinderen. Goed voor nieren, blaas en thymus en behandelt bloedstoornissen. – Ananda Haarlem
65. **Pyriet.** In kubusvorm hoort deze steen bij de wereld van de techniek en geeft daardoor versterking aan mensen die daarmee werken. Het verhoogt prestaties en beïnvloedt het denken en begrijpen positief. In geslepen vorm versterkt het de luchtwegen. Verhoogt het weerstandsvermogen. Bij menstruatie klachten.
66. **Rhodochrosiet.** Geeft steun bij prikkelbaarheid, bij geestelijke onrust en verwarring. Helpt bij verlegenheid en overgevoeligheid. Geeft emotionele doorbraak maar met zachtheid. Geeft rust en structuur in het leven. Geeft een goede energiedoorstroming naar de zonnevlecht en het voorhoofd -chakra.
67. **Rhodoniet.** Bevordert het positieve denken. Helpt bij prikkelbaarheid zonder duidelijke oorzaak. Bij geestelijke oververmoeidheid. Geeft rust en structuur. Tegen paniek. Tegen futloosheid. Kalmeert overdreven reflexen.
68. **Robijn.** Geeft kracht, macht, warmte en moed. Bevordert de wilskracht en doorzettingsvermogen. Verdrijft melancholie. Voorkomt miskramen. Helpt tegen vermoeidheid. Bij temperamentvolle mensen kan een robijn teveel van het goede zijn.
- 68a. **Robijn-Ster**

69. **Rookkwarts.** Geeft vertrouwen en verzoening met het leven. Verbindt lichaam met aarde. Laat eigen fouten makkelijker inzien. Helpt bij het stoppen met roken: het versterkt de wilskracht en de behoefte aan roken vermindert (dit dan samen met rutielkwarts.) Maakt standvastig in het nemen van beslissingen.
70. **Rozenkwarts.** Geeft verbinding met de eigen innerlijke zachtheid en liefde. Schenkt creativiteit en inspiratie. Verzacht het gevoelsleven, geeft zelfrespect. Bij moeilijkheden in de puberteitsjaren. Een uitstekende steen als geboortegeschenk voor kinderen om hen te blijven herinneren dat ze liefde zijn. Helpt bij buikkrimp. Steen hoort bij het hart -chakra.
71. **Rutielkwarts.** Helderheid van geest wordt omgezet in daadkracht. Helpt bij het stoppen met roken en na het roken, het versterkt en reinigt de longen. Goed voor de luchtwegen en longen b.v. bij vastzittende hoest en bronchitis. Verbindt alle chakras met elkaar.
72. **Saffier.** Helpt bij het geestelijke rijpingsproces. Steen van verbondenheid, trouwe vriendschap en liefde. Verstevigt de onderlinge band als die cadeau wordt gegeven aan een geliefd persoon. Goed voor de ogen. Hoort bij het keel -chakra.
73. **Septarien.** Geeft innerlijk standvastigheid en kracht. De steen helpt om meer hoop en vertrouwen in het leven te krijgen Geeft steun om moeilijke situaties onder ogen te durven zien.
74. **Sardonyx.** Geeft zelfbeheersing en evenwicht. Trekt vrienden aan. Helpt om tot een keuze te kunnen komen. Ondersteund bij beten en bij pijn. Helpt bij vergiftiging.
75. **Smaragd.** Brengt harmonie tussen lichaam, verstand en gevoel. Bevordert zowel de lichamelijke als de geestelijke groei. Genezende steen bij hartenpijn. Hoort bij het hart chakra. Heeft een heel goede uitwerking op het gezichtvermogen. Tegen epilepsie, nare dromen en slapeloosheid.
76. **Sodaliet.** Werkt rustgevend en kalmerend. Helpt bij het makkelijk contact kunnen maken met andere mensen. Helpt om dieper naar binnen te kijken. Versterkt het derde oog. Helpt tegen te hoge bloeddruk.
77. **Sugeliet.** Maakt verbinding met de eigen innerlijke bron van licht en geneeskraft. Laat zien wat de oorzaak is van lichamelijke problemen. Biedt bescherming bij uittredingen bij te sterke spirituele ervaringen. Helpt bij de genezing van leukemie.
78. **Tijgerijzer.** Een echte krachtsteen. Geeft vitaliteit en levenskracht. Beschermt op spiritueel gebied. Werkt snel en krachtig tegen vermoeidheid. Het helpt tegen ondoordacht handelen. Bevordert de opname van ijzer.
79. **Tijgeroog.** Goede beschermer tegen negatieve invloeden. Ook bijvoorbeeld bij de ingang van het huis, het houdt negativiteit buiten. Geeft zelfvertrouwen en opgewektheid. Bevordert het verantwoordelijkheidsgevoel. Doet fouten inzien. Stimuleert werklust en concentratie. Ontkrampst en verwarmt. Tegen verkoudheid en astma.
80. **Topaas.** Voor trouwe vriendschap. Stimuleert het hoger bewustzijn. Geeft zelfvertrouwen en helderheid. Tegen slapeloosheid en lusteloosheid. Geeft de smaak terug. Sterkt de bloedvaten en bevordert de bloedcirculatie. Bij aambeien, trombose en spataderen.
81. **Topaas Goud.** Het is een krachtige gouden straal van genezende energie. Bevordert de intuïtie. Helpt bij oude littekenblokkades. Helpt bij depressiviteit en somberheid. Brengt warmte, vuur en daadkracht. Geeft een goede bloeddorstrooming bij koude ledematen. Goed tegen uitputting en slapeloosheid. Versterkt de zonnevlecht.
82. **Tourmalijn Groen.** Maakt helder en versterkt de geest. Geeft troost bij verdriet. Helpt bij het `rechttop` gaan staan. Deze steen zegt als het ware `kop op.` Geeft zelfvertrouwen in moeilijke omstandigheden. Goed bij evenwichtsstoornissen. Goede steen voor kinderen die gaan leren lopen of voor ouderen die moeilijk ter been zijn.

83. **Tourmalijn Roze.** Energiegevende steen. Versterkt het optimisme en de dynamiek. Geeft standvastigheid en een goed humeur. Helpt bij willoosheid. Geeft verbetering bij een krachteloos gevoel, vooral bij het opstaan. Bij jeuk aan de huid en huiduitslag.
84. **Tourmalijn Watermeloen.** Maakt helder en versterkt de geest. Stimuleert eerlijkheid. Bevordert de evenwichtige groei van de persoonlijkheid. Verdrijft schuld –en schaamtegevoelens over seksualiteit. Voor kinderen en volwassenen die vaak struikelen of vallen.
85. **Tourmalijn Zwart.** Ontlaadt de restspanning van elektrische apparaten, zoals de computer de autoaccu en de meterkast. Geplakt op de hoeken van het beeldscherm ontlaadt deze steen het scherm waardoor men minder vermoeid raakt en helder kan blijven denken. Buigt negativiteit om. Beschermde tegen aardstralen. Het is een rustgevende en aardende steen.
86. **Tourmalijnkwarts.** Helpt bij het verwerken van emoties zoals bijv een shock of rouwproces. Kan vastgeroeste patronen doorbreken. Brengt rust en evenwicht. Bij rugklachten. Tegen wratten.
87. **Turkoois.** Maakt tevreden en geeft geluk. Bevordert daadkracht. Helpt tegen opvliegers in de overgang. Goede beschermer op reis, tegen ongevallen en gevaren. Bevordert de intuïtie en het onderscheidingsvermogen. Goed om aan een geliefd persoon te geven, de warme vriendelijke uitstraling gaat uit naar zowel de gever als de ontvanger.
88. **Unakiet.** Helpt bij het vinden van innerlijke vrede. Versterkt de emotionele, fysieke en geestelijke gesteldheid. Geeft een krachtige ondersteuning bij het herstellen na ziekte. Stimuleert de afvoer van afvalstoffen.
89. **Valkoog.** Helpt om meer realiteitszin te krijgen. Wekt verkoelend bij boosheid. Bevordert de wilskracht en het zelfvertrouwen. Goede beschermer tegen negativiteit, ook bijvoorbeeld bij de ingang van een huis. Het houdt negativiteit buiten. Geeft kracht aan de stem. Goede uitwerking op het keelgebied, de luchtwegen en bij astma.
90. **Varisiet.** Tegen chronische vermoeidheid of voorjaarsmoetheid. Bevordert het rationele denken. Leert om duidelijk te zijn. Bij gasvorming en maagzweren.
91. **Versteend Hout.** Sterkt het hart. Geeft warmte en rust. Bevordert het spreken vanuit het hart. Helpt te aarden. Bij gewichtsontstekingen, reuma en artritis. Tegen griep.
92. **Woestijnroos.** Wordt gevormd in de woestijn na verdamping van zoutrijk water tot bladvormige kristallen. Geschikt tegen sterke straling van allerlei aard o.a. radio actieve-, röntgen-, uv-, aard-, water- en computerstraling. Helpt bij zonnebrand en andere verbrandingen. Goed bij puistjes, acne, huid- en schimmelplekken.
93. **Zirkoon.** Geeft rust aan dromen. Ordent het beeldend denken. Tegen hallucinaties. Stimuleert de lever.
94. **Zoisiet.** Helpt bij depressie van onbekende oorzaak. Bij buikkrimp. Voor mensen die bang zijn om alleen gelaten te worden. Bij schuldgevoelens. Tegen transpiratie. Tegen hoge koorts. Geeft wilskracht.
95. **Zonnesteen.** Helpt de blik naar de eigen zonnekanten te richten. Helpt om de zelfwaarneming te veranderen, bijvoorbeeld bij een negatief zelfbeeld. Geeft nieuwe levenskracht. Versterkt de rug, het hart en de ogen. Hoort bij het tweede chakra.