

## Amethis

Kleur: paars

Amethyst is afgeleid van het Griekse woord amethystos (ἀμέθυστος), en betekent 'zonder dronken zijn'. De Grieken geloofden dat deze steen ervoor zorgde dat zij niet dronken werden; de steen heeft namelijk een verhelderende en ontzuurende werking. De mooiste amethysten worden gevonden in Uruguay, Brazilië en Zuid-Afrika.

Woorden die veel geassocieerd worden met amethyst zijn: verheldering, kalmte, innerlijke rust, goede nachtrust, evenwicht, inventiviteit, visualisatie, concentratie, intuïtie en spiritualiteit.

### Fysiek

- Neemt **spanningen** weg, werkt goed bij (spannings) **hoofdpijn**.
- **Pijnstillend** bij kneuzingen, zwellingen en verwondingen.
- Reguleert de **darmflora** en is een tegengif voor darmparasieten.

### Psychisch

- Ondersteunt bij verwerken van rouw en verdriet, en bij acceptatie van verlies.
- Zorgt voor goede **nachtrusten** **vermindert nachtmerries**.
- Stimuleert **inspiratie** en **intuïtie**.

### Mentaal

- Verhoogt **nuchterheid** en **bewustheid**.
- Helpt bij overwinnen en loslaten van blokkades en **verslavend gedrag**.

### Spiritueel

- Vergroot het **besef van spiritualiteit**, bevordert **spirituele helderheid**, en draagt bij aan erkenning van de **geestelijke werkelijkheid**.
- Zorgt voor **rechtvaardigheidsgevoel** en een **scherp oordelend vermogen**. Amethyst maakt eerlijk en oprecht.
- Amethyst kan ook als **meditatiesteen** gebruikt worden, zorgt voor een diepe innerlijke rust.