



Hämatit und seine Wirkung

Der Hämatit ist ein schwarz bis braunroter Heilstein und weist ein Metallschimmer auf. Beim Schleifen des Steins wird das Schleifwasser durch Hämatitstaub **blutrot** gefärbt, woher seine **historische Bezeichnung , nach griech. „haimateios“**, was **„blutig“ bedeutet, stammt**. Hämatit wurde auch schon vorgriechischer Zeit zur Blutstillung verwendet. Daher stammt auch die ebenfalls gern verwendete Bezeichnung **„Blutstein“**.

Fälschungen können vorkommen, wobei dann meist Ketten- und Schmucksteine aus Eisenoxidpulver rekonstruiert werden. Im Handel findet man ihn als derber Rohstein, sowie als Druse, Trommelstein, Stufe, Ei-form, Hämatitrose und vielen weiteren Formen und grössen. **Hämatit ist ein magnetischer Stein.**

Man sagt, dass **Hämatit das Blut und die Seele der Erde ist.**

In seiner Heilssteinwirkung wird ihm nachgesagt **Ängste zu mindern** und wie ein **Schutzschild** zu wirken, sodass aus inneren Ressourcen Kraft geschöpft werden kann. Er soll **Dynamik bringen, Lebensqualität und Vitalität fördern** und so gegen Lebensunlust und Resignation helfen. Er **fördert Mut und Tatkraft** bei Entscheidungsschwäche, Passivität und Unselbstständigkeit. Hämatit greift bei Alpträumen in das Traumgeschehen ein, bringt bei Schlaflosigkeit den hyperaktiven Geist zur Ruhe und entlädt so von psychischen Spannungen. Allgemein **hilft Hämatit im Umgang mit Stress und Belastungen** durch ein Mehr an innerer Ruhe und Festigkeit. Er hilft dir da zu sein und sich dem zu stellen was nötig ist.

Körperlich fördert er die **Eisenaufnahme im Darm und damit die Bildung roter Blutkörperchen**. Besonders bei Anämie soll er helfen. Ausserdem mildert er Hormonschwankungen und bessert unregelmässige Menstruationsbeschwerden. Wie bereits erwähnt ist der Hämatit **blutstillend** und sorgt für **schnelles abklingen von Blutergüssen bei Prellungen**. Er verbessert die **Sauerstoffversorgung der Zellen** und **regt den Zellaufbau an**.

Er ist **die erste Wahl bei Jet-Leg**, lindert physische wie psychische Effekte von Eingriffen unter Narkose, **hilft bei Schocks und schweren Geburten**.

Der **Hämatit** ist dem **Basis-Chakra** zugeordnet. Er stärkt in der **Meditation die Tatkraft** und **regt energetisch unterversorgte Gebiete im Körper an**.

Hinweis: Hämatit kann zum entladen fast aller anderen Heilsteine verwendet werden, wesshalb man ihn besser **nicht** mit anderen Steinen zusammen lagert.

Pflege: Den Hämatit kann man einmal monatlich über Nacht im Eisfach reinigen. Man kann ihn auch durch Aufklopfen auf dem Boden etwas entladen. Er verträgt Sonne sehr gut und kann daher mit einem Sonnenbad aufgeladen werden. **Aufladen mit Bergkristall oder Amethyst ist nicht möglich und auch nicht nötig.**

Vorsicht: Hämatit kann in der Mittagssonne so heiss werden , dass er zu Verbrennungen auf der Haut führt.