



# Hématite

## Impact émotionnel

aide à se faire respecter et renforce la confiance en soi

aide à communiquer, à se concentrer et à consolider sa pensée

dissipe la négativité

## Impact physique

aide à lutter contre les excès et addictions diverses

a des effets défatigant, déstressant  
soulage les problèmes circulatoires, résorbe les hématomes et diminue les crampes

améliore l'assimilation du fer



Pierre d'ancrage qui agit sur le chakra racine

Rechargement et purification:

- coquille saint jacques
- eau distillée
- amas de quartz
- fumigation naturelle (sauge blanche, palo santo)
- lumière du soleil

*Associée à l'améthyste, elle favorise un sommeil paisible et réparateur.*

0698464158



Isanature Grisolles



isanaturegrisolles



isanature.business.site