

[www.escolaflordauida.com](http://www.escolaflordauida.com)



## Curso Básico – A Era dos Cristais

**Professor Docente: Edgar Martins**

**DIGITALIZAÇÃO E CONTRIBUIÇÃO: PAULA ROCHA**

## LISTA DE CRISTAIS RECOMENDADOS E UTILIZADOS

**Rubi ou Jaspe Vermelha**

**Cornalina**

**Citrino**

**Quartzo Verde ou Esmeralda**

**Quartzo Rosa ou Petalita**

**Água Marinha ou Larimar**

**Sodalita ou Cianita Azul**

**Ametista ou Sugilita**

**Pirita**

**Quartzo Transparente**

**Turmalina Negra ou Onix ou Quartzo Fume**

## A ERA DOS CRISTAIS

### Métodos de limpeza:

#### ✓ Água e sal

O mais comum é colocar os cristais numa bacia com água e sal grosso durante 24 horas. A seguir deve-se deixar os cristais ao sol durante algumas horas para repor a energia positiva, pois o sal é transmutador e corta as energias positivas e negativas.

#### ✓ Defumação

Acender um incenso, o melhor seriam alguns incensos de modo a fazer bastante fumaça e passar no cristal. Para limpar deve-se passar bastante fumaça e não uma fumacinha...

#### ✓ Natureza

Colocar os cristais à volta de uma árvore e pedir a ela para limpá-los. As árvores têm raízes e toda a vez que se pede para ela puxar aquela energia, ela canaliza tudo para a terra. As árvores são grandes agentes que contribuem para o crescimento e desenvolvimento da humanidade.

Colocar os cristais em volta da árvore e aplicar uma energia na árvore como agradecimento. Ela não fez ainda, mas ore, peça para ela ajudar a limpar, descarregar os cristais. Envie energia de amor para a árvore que ela vai retribuir e puxar toda a energia negativa para a terra e vai recarregar com as energias positivas que vem das folhas, que vem do alto.

Deixar os cristais à volta da árvore durante algumas horas... 12 horas... 24 horas... energizando.

Outro método que é fantástico é pegar os cristais e chegar num rio, riacho ou cachoeira e pedir para que limpe os cristais. É uma questão de mais ou menos 10 segundos. A água do rio limpa e purifica todos os cristais e deixa-os bem energizados.

Tem de se pedir licença ao rio.

Mesmo quando se entra dentro do mato deve-se pedir licença para os espíritos da mata e pedir proteção. Até quando se vai sair de casa para a rua a gente deve pedir proteção, licença para pisar na rua. É a mesma coisa de quando vamos a casa de alguém e pedimos licença para entrar. Estes são conhecimentos que os antigos sabiam e aplicavam. É importante e simples de fazer.

Pedir licença aos espíritos do rio e pegar cada um dos cristais e molhá-los. Ficam limpos e purificados rapidamente. Se houver dúvida, pegar no pendulo e fazer a medição da energia.

Também se pode deixar no rio por algumas horas, por alguns dias para ficarem energizados com aquela energia do rio. As águas do rio têm uma energia de cicatrização, de cura.

Deixar os cristais num campo aberto, numa mata e pedir para os espíritos da floresta para limpar e energizar, para trazerem a energia deles para esses cristais.

Também se pode pedir para o sol para ele queimar e energizar os cristais. Há cristais que são lunares.

#### ✓ **Xamânico**

Pegar os cristais e deixá-los na neve. Onde não há neve, pode-se colocar os cristais no frigorífico. Deixá-los lá 12 horas, 8 horas, ... os cristais vão ficar limpos e energizados e não vão contaminar nenhum alimento que estiver lá.

Sempre que se mexer nos cristais temos de ter uma postura de respeito. A pedra cura... um problema físico, mental, emocional, logo temos de ter respeito, de conversar com a pedra, com o cristal. Não é só pegar a pedrinha e por lá e ponto final... conversar com ela mentalmente, pedir que ajude. Vai funcionar melhor. Devemos ter uma postura de reverência, de respeito, de carinho por essa fontes de energia que o Universo e a natureza nos proporciona. Isto é conectarmo-nos com as Forças Divinas, não tem nada a ver com religião, credo ou filosofia. Tem a ver connosco, com o Divino, com o cristal.

Devemos tratar o cristal com carinho.

#### **Cristais:**

##### ✓ Vermelhos

Jaspe vermelho, granada, opala vermelha, rubi, ...

O vermelho age centrifugamente, isto é, ele puxa para fora. Ele aquece, leva o sangue para onde está a pedra, trazendo para a superfície as toxinas. Puxa o

que está dentro para fora. Por exemplo, se está com infecção no joelho, com muito pus, inflamada, se colocar uma jaspe vermelha ali, ela vai aumentar a energia, a circulação de energia daquela região e vai trazer todas as toxinas daquela região para fora.

Tudo aquilo que estiver escondido, as pedras vermelhas vão trazer para fora. São cristais que agem mais na parte física. Aumentam a circulação sanguínea. Se estiver com a tensão alta, por exemplo, não pode pegar num cristal desses e por no chacra do peito, senão vai aumentar.

As pedras vermelhas deixam-nos mais agitados, com mais energia de agressividade, de força, de ímpeto.

Não ir para a cama com pedras vermelhas, pois elas tiram o sono.

Estes cristais dão mais força de movimento.

Quando a energia sexual andar mais para baixo, colocar um rubi no chacra básico. Não mais de 10 minutos.

Os cristais vermelhos trazem o movimento, ajudam a ficar mais para cima.

Aumentam a força, a combatividade... mas aumentam a agressividade.

Onde posso colocar o cristal vermelho para a apatia?

Pode ser colocado no chacra básico (entre o órgão sexual e o ânus) mais ou menos por 3 minutos.

Tem de ter uma certa cautela com os cristais vermelhos ao utilizá-los, eles aumentam muito a circulação, aumentam muito a energia. O excesso de energia deles pode trazer, por exemplo, falta de paciência, pressão alta, nervosismo, agressividade.

Fechar os olhos, colocar o cristal no chacra básico e deixar entre 3 a 5 minutos e já vai dar uma melhorada na apatia. Também pode colocar nos pulsos. Um em cada pulso. É preciso ter cuidado porque temos uma veia no pulso que vai levar a energia até ao seu coração. Chacra básico já está bom para começar.

✓ Laranja

Cornalina, calcita

O laranja é a combinação do vermelho com o amarelo, possui, portanto, um pouco das características de cada uma dessas cores. É energizante.

Existe uma diferença muito grande entre o vermelho e o amarelo.

Os cristais laranja são a soma do aspeto mental do amarelo com aquela energia de força, de ímpeto do vermelho. São energizantes mas não trazem acumulo de energia como o vermelho que aumenta muito a circulação.

Os cristais laranja estão ligados à questão da sexualidade, pessoas com problemas nessa parte, em excesso ou falta...

Os cristais laranja têm de ser colocados dois, três dedos abaixo do umbigo, no chacra sacro. Todos os dias, por exemplo, pode pegar o seu cristal laranja e coloca-lo ali, bem nesse chacra.

Esse chacra rege também a tua criatividade, jogo de cintura. Pessoas que têm uma gordurinha extra nessa parte são pessoas que têm bloqueios emocionais nessa região (na da cintura). Pode ser um bloqueio na criatividade, na sexualidade ou alguma coisa de gravidade emocional. Os cristais laranja vão atuar nesse ponto.

Os cristais laranja dissolvem as pedras nos rins, cálculos nessa região do sacro. Também ajudam pessoas com prisão de ventre, obesidade e também a parte emocional, como por exemplo magoas profundas ou a pessoa sofreu um ataque na parte sexual, foi abusada, molestada, menta ou fisicamente. E pode acontecer quando se coloca no chacra o cristal de sentir dor na região, uma dor terrível, tremenda. É o cristal desbloqueando a energia desse chacra.

Pessoas com problemas nesse chacra não têm jogo de cintura para lidar com situações do cotidiano. Pessoas que não conseguem se impor perante os outros, outras pessoas e situações. Pessoa que não tem amor próprio, que não se gosta, tem problemas com a sexualidade, acha que a vida é uma porcaria, que você não presta para nada, vai pegar num cristal laranja e vai coloca-lo no sacro e deixá-lo durante uns 15 minutos tratando, todos os dias, durante pelo menos uma semana e já vai perceber os resultados. Vai estar mais para cima, não vai estar tão retraída.

Pessoas com falta de energia ou é vampirismo ou está sendo sugada à noite, de dia, tem alguma coisa puxando a energia no ambiente. Então é por falta de energização do seu campo áurico. Coloca o cristal no sacro.

Se quiser pode coloca-lo na parte dos seus brônquios para a bronquite, asma, pneumonia. Pode colocar nas costas. Pode colocar também no umbigo. Deixa 5 a 10 minutos que vai dar uma energia boa. Uma fonte de energização.

Cristais laranja são energizantes. Magoas, problemas emocionais, problemas sexuais, criatividade, falta de amor próprio, falta de jogo de cintura, cálculos renais, obesidade, prisão de ventre, etc...

O laranja faz com que uma pessoa tome consciência do seu próprio valor. Aumenta o amor próprio. Estimula a sexualidade. É adequado para quem tem que se valorizar perante os outros. Auxilia a digestão, ajuda a dissolver cálculos, é eficaz na bronquite e na asma. Auxilia também na obesidade e na prisão de ventre. Ajuda também a eliminar magoas que ficaram guardadas.

Atua no 2º chacra.

✓ Amarelos

Citrino, olho de tigre, calcita amarela

Citrino: traz boa sorte, negócios bons

Olho de tigre: traz proteção. É um cristal mais de força para você se impor

Calcita amarela: trabalha mais o mental

Mas o que os cristais amarelos têm em comum? Ajudam na parte intelectual, equilíbrio emocional e intelectual. Pensamento, corpo mental.

Os cristais amarelos vão atuar no mesmo sentido. Se tem problemas intelectuais, de assimilação, construção e na gestão de ideias, pensamentos vai colocar um cristal amarelo bem no plexo solar (na boca do estômago).

Muitas vezes dizemos que uma ideia não me desceu e ela fica no seu estômago e dá uma ulcera, uma gastrite porque você não engoliu isso. Passou da garganta mas ficou entalado no estômago, engoliu mas não digeriu. O amarelo vai ajudar, vai atuar nos medos, nos seus pensamentos.

O amarelo é uma cor estimulante. Energiza de uma maneira tranquila e não peca pelo excesso. Excelente para aumentar o poder pessoal.

Amarelo é a cor que tem relação com o processo intelectual. Ele atua no cérebro, nos nervos, no pensamento. O amarelo é energizante.

Ele atua na ingestão, assimilação e construção. Favorece a digestão. Age sobre o fígado e o plexo solar. Age na pele.

Pessoas passivas demais devem usar o amarelo para estimular a atividade. O amarelo é excitante e diminui a fadiga.

Atua principalmente no 3º chacra (umbigo).

Pessoas passivas demais, pessoas que não conseguem posicionar as suas ideias, não conseguem comunicar suas emoções devem colocar um cristal na boca do seu estômago.

O citrino além de energizante, dá ímpeto para você fazer as suas atividades. Faz ter ideias criativas. Faz ter jogo de cintura, faz conseguir comunicar suas emoções para outras pessoas.

Por exemplo se for um vendedor, faz vender o seu produto com uma expressão melhor. Faz um terapeuta apresentar o seu trabalho para seus clientes melhor... por isso o citrino traz prosperidade na vida da pessoa, ela coloca-nos em situações boas.

Melhora o estudo, a matéria entra melhor na mente, você assimila melhor o conhecimento, assimila melhor o que as pessoas falam.

As emoções não ficam presas no estômago, trazendo gastrite, úlceras, ...

Coloca um citrino no plexo solar e vai ver como melhora como pessoa. Os pensamentos vão ficar mais certinhos, o seu mental vai ficar mais correto e o teu emocional também vai ficar melhor.

O olho de tigre traz proteção para você. É um cristal do arcanjo Miguel. Há pessoas que têm necessidade de mais proteção.

Se você tiver um problema emocional grave e colocar um cristal vermelho no plexo solar, ele vai aflorar para fora. É uma terapia fantástica.

Cansaço: cristais laranja no sacro

Podemos usar os cristais sem ser nos chacras, mas como são pontos de força, resulta mais rápido.

Cristais para emagrecer: cristais laranja. Tanto podem ser colocados no plexo solar como no sacro. Deixar trabalhar 10 a 15 minutos.

Os cristais que podem trazer catarse emocional são os cristais pretos. Vai depender da região em que se coloca. Se tiver um problema sexual pode sentir dor. Isso é uma catarse. Há cristais que fazem uma pessoa chorar... vai depender do que a pessoas tem.

Costura com abcesso: colocar um cristal vermelho, um verde e um azul.

Dor de garganta: cristais azuis.

Cristais que se quebram: agradece o trabalho que ele fez e coloca ele numa mata ou rio.

Cristal que racha ou quebra ficou sobrecarregado ou pegou alguma coisa que era para você.

Infeção urinária: colocar uma cornalina no sacro. A bexiga está ligada ao elemento água, então tem alguma coisa que não está funcionando. A água é emocional. Colocar cristais laranja no sacro.

Cristais azuis claros aliviam a dor.

✓ Verdes

Malaquita, quartzo verde, jade

A malaquita serve para cicatrização, regeneração, pele, olhos, feridas, trabalha também no emocional no coração, no plexo, nos rins, no fígado, na bexiga. Trabalha em todos os sistemas circulatórios.

A cor verde está baseada no equilíbrio geral, o todo, físico, mental, emocional e espiritual. Porém o verde em excesso traz uma certa letargia e pode trazer também preguiça. É por isso que os combinamos com cristais rosa.

Proporciona equilíbrio. É anti-infecioso. Atua no 4º chakra, no aspeto físico. Age também nos rins e nos problemas estomacais. Atrai prosperidade.

Os cristais verdes vão atuar no aspeto de regeneração. Se você tem uma ferida física, você vai poder utilizar esses cristais para cicatrização e regeneração e ao mesmo tempo eles são anti-infeciosos, principalmente dependendo da cor do cristal.

A malaquita tem um verde mais escuro e um verde mais claro. O verde limão ele desinfeciona, ele limpa.

Os cristais que têm um verde puxando mais para o amarelo, um verde mais claro é como se fosse aqueles produtos de limpeza que utilizam limão, joga aquilo e mata todas as bactérias.

Já os verdes mais escuros, eles são também anti-infeciosos, mas têm uma ação mais controlada. Os mais claros têm uma ação mais abrangente.

Para tratar casos mais específicos é recomendado usar cristais mais escuros. Para atuarem no campo mais fechado, mais específico. Esses cristais podem atuar na parte física. Atuam também nos problemas estomacais, rins e atraem também a prosperidade porque a cor verde ela faz com que as coisas brotem da terra. Tudo o que brota da terra está associado ao verde, por isso é que tem a ver com a prosperidade. Em excesso esses cristais podem trazer letargia, preguiça, aquela vontade de não fazer nada.

Por isso combinamos, principalmente se for trabalhar no chakra cardíaco, com cristais rosa.

✓ Rosa

Quartzo rosa – cristal de grande poder e magnetismo.

Os cristais rosa ajudam a despertar a ternura. As pedras cor de rosa estimulam a afetividade e o sentimento de bem estar e felicidade.

Atuam no 4º chakra (coração), no aspeto emocional.

Ajudam na parte sentimental, afetiva. A cor rosa desperta ternura, bem estar, felicidade. Bem estar, principalmente emocional.

Os cristais rosa são indicados para aquelas pessoas que têm o coração muito duro, pessoas rígidas com elas mesmas e com os outros. São o caso daquelas pessoas que sofreram uma grande decepção amorosa ou estão a passar por graves problemas familiares, onde estão se sentindo magoadas, dececionadas, sentindo que o coração está partido.

Se sentir que o seu coração está partido utilize o cristal rosa.

O que quer dizer o termo “coração partido”? Todos nós temos uma glândula chamada timo, que se encontra bem no meio do peito. Essa glândula é responsável pela formação dos glóbulos brancos no seu organismo, então ela é responsável pela sua imunidade e toda a vez que você se sente bem, feliz ela libera mais glóbulos brancos, trazendo proteção para seu organismo. Agora quando você está depressivo, chateado, triste, mal humorado, ... o timo (que tem aspeto de uma esponja) acaba diminuindo de tamanho. Quando se tem um baque emocional, normalmente acaba-se apanhando gripe, é a imunidade baixando. O baque emocional faz o timo não funcionar bem. A imunidade cai e acaba-se contraindo uma série de enfermidades. Então o quartzo rosa é um grande estimulante para essa glândula timo.

Se você se sente triste, para baixo, depressiva é muito importante agir rápido e estimular essa glândula como uso dos cristais rosa.

Outro aspeto interessante é o de que os cristais rosa além de cuidar da parte sentimental, afetiva, eles podem também ensinar você a aprender a se amar e também a despertar o amor universal, pela humanidade, pelo próximo, por outra pessoa, por outro ser, planta, animal.

Pessoas com baixa autoestima e não conseguem se amar, se aceitar é indicado os cristais rosa para a pessoa aprender a desenvolver principalmente o aspeto do amor incondicional por si mesmo.

Amor incondicional por si mesmo é você se amar e se gostar apesar dos seus “defeitos”.

Pessoas que não acreditam mais no amor, não acreditam que conseguirão ser felizes no amor esses cristais são indicados.

Quando você for utilizar um cristal rosa é indicado que utilize um cristal verde para equilibrar as energias dos dois.

Se utiliza muito o rosa você pode ficar uma pessoa muito sentimental, uma pessoa muito apática, muito delicada, muito sensível. Você pode acabar se sentindo chateado, dececionado por poucas coisas que as pessoas te falam. Acaba se magoando muito.

Quando coloca o cristal verde equilibra esses dois pontos, esses dois polos. Equilíbrio desses dois cristais no coração.

✓ Azul claro

Água marinha, turquesa

Os cristais azul claro ou turquesa acalmam, tranquilizam, trazem paz. Eles esfriam.

O cristal amarelo é um cristal de energização, tal como os laranja e os vermelhos que são mais explosivos... irradiam grande força, combatividade. E quando estamos a falar de cristais de cor clara, nós estamos falando de esfriar, começando a esfriar. Quando formos para os cristais índigo vai esfriar mais ainda... o violeta é a cor mais fria que tem.

Quando a gente esfria vai para onde? A gente vai para casa, vai se agasalhar. A gente está a ir para onde? Para dentro de si, você está acalmando. Se você é uma pessoa muito agitada começa por aqui.

O azul induz o sono, é bom para pessoas que têm problemas de insónia. Pegar um cristal azul e coloca-lo debaixo do travesseiro. Pedir ao cristal para que te ajude a dormir.

Os cristais azuis acalmam, transmitem paz. Você já imaginou se o céu do planeta Terra fosse vermelho?

Os cristais turquesa e azul claro são anestésicos e antissépticos.

O cristal vermelho aumenta a pressão sanguínea, já o cristal azul baixa a pressão sanguínea. Ele relaxa.

Tem uma ferida, se colocar um cristal vermelho, ele vai limpar, tira todas impurezas, tira tudo para fora, depois coloca-se, por exemplo, uma água marinha para baixar a pressão sanguínea, para não sangrar tanto naquela região. Vem com o azul para acalmar, para inibir a atividade, para relaxar. Como eles são cristais refrescantes, são cristais anti vermelho.

Uma pessoa que está com uma ulcera, ulcera é nervosismo, agitação, pega um cristal azul e coloca lá no estômago para relaxar um pouco essa região.

Hiperatividade. Coloca um cristal azul no estômago, coloca no plexo solar e deixa trabalhar nessa região para trazer calma para você.

Eles são bons também em caso de dor de garganta. Pessoas que têm problemas com a comunicação e também com o aspeto da criatividade.

Os cristais azuis claro e turquesa vão trazer melhor comunicação, principalmente emocional. Existem pessoas que são travadas nas suas emoções e não conseguem se comunicar. Isso tem a ver com o plexo solar e também com a laríngeo. Plexo solar, chakra emocional. Se a pessoa está com um problema emocional e está com um problema no laríngeo, ela não consegue botar para fora aquilo que ela está sentindo, o que é que ela está pensando. Ou então a pessoa tem problemas de comunicação das suas ideias, é uma pessoa que trabalha num local ou está num relacionamento afetivo e não consegue transmitir para a pessoa que está do lado dela o que está sentindo, o que está pensando. Nestes caso é recomendável a utilização desses cristais, principalmente no laríngeo e no umbigo para acalmar a região dos pensamentos para conciliar com a comunicação.

A comunicação faz parte de diversos aspetos universais da nossa vida. A natureza se comunica através das cores, de símbolos, de números, da linguagem corporal, através do pensamento, da ação, da motivação, da palavra, dentro outras formas também. Então para você perceber que está com falta de comunicação veja o que é... está com problemas de falar, de colocar as suas ideias, está com problemas de se abrir na parte emocional, na parte do coração, aí você vai combinar os cristais. Ou é azul e quartzo rosa e pegar por exemplo esmeralda, ou então é azul com citrino, ou então é azul e um cristal índigo como por exemplo a sodalita. Coloca-los nos respetivos chacras.

São utilizados também para inflamações, aftas, cólicas, por exemplo dores menstruais. Pegar nos cristais e coloca-los na região. Também é excelente no caso de dores de cabeça, enxaquecas.

Empregado em caso de aftas, inflamações, cólicas, dores de cabeça, vômitos, picadas de insetos, dores de garganta. Atua principalmente no 5º chacra (garganta).

✓ Índigo

Sodalita, quartzo azul, cianita azul

Fortalecem os órgãos dos sentidos, principalmente olhos e ouvidos. Estimulam a visão interior. É anti hemorrágico.

As pedras índigo ajudam no tratamento de todas as doenças que de alguma forma prejudiquem a capacidade de pensar.

Ajudam a combater a melancolia, hipocondria, alucinações, demência, histeria. Atua no 6º chacra.

Os cristais índigo estão ligados à visão interior, os olhos, ouvidos.

São anti hemorrágicos porque vai desacelerar você. Os cristais vermelhos são hemorrágicos, vão botar você para fora, jogar você para fora, ajudar você a partir para a ação. Os cristais índigo vão fazer você entrar para dentro de você, a desacelerar. São cristais ligados ao autoconhecimento e ao desenvolvimento pessoal. São ligados aos sentidos da clarividência, telepatia, intuição. São os cristais para você adquirir o autoconhecimento interior e também a capacidade de raciocínio e pensamentos coesos. Todos os cristais azuis têm estas qualidades. Também há cristais azuis que são de defesa, como o cristal do Arcanjo Miguel, a cianita azul. A azurita também é um cristal azul muito poderoso que está na linha do Arcanjo Miguel. A cianita azul é muito poderosa para combate, defesa, proteção de magia, feitiçaria, ...

Cristais azuis tem a ver com a mente... demência, histeria, alucinações, melancolia, hipocondria, pensamentos confusos, problemas na audição, na visão, principalmente na visão.

Pessoas que têm problemas de pensamento, chegam na hora da prova e fica tudo branco, podem trabalhar 5 minutos antes da sua prova ou colocar um cristal, por exemplo, uma sodalita no 2º chacra para poder abrir a mente para abrir o raciocínio, para poder pensar melhor, para fazer a prova muito tranquilamente, na paz.

Já os cristais azuis claros eles ajudam na comunicação, a transmitir mensagem.

Se o 2º, 3º 4º e 5º chacras estiverem equilibrados você vai poder transmitir mensagens de forma coesa e objetiva, com carga emocional e amor incondicional.

Se você é u,a pessoa muito apática, muito para baixo, uma pessoa depressiva, tem de combinar cristal índigo com cristal vermelho para poder tomar a decisão mas ao mesmo tempo combatendo a apatia.

Buscar sempre o equilíbrio.

Não esquecer de pôr com um cristal vermelho no básico, um cristal azul. Equilibrar yin e yang.

Se está para baixo vai buscar um pouco de energia vermelha ou laranja e vai buscar também o azul para não ficar muito agitada. Tem de ficar no seu ponto de equilíbrio.

✓ **Violeta**

Sugilita (famosa pedra de S. germain), ametista, ametrino

Violeta tem a ver com a espiritualidade, misticismo, purificação. Tem a ver com sentimentos mais elevados, aspirações mais elevadas, idealismo.

Os cristais laranja, vermelho são cristais ligados ao aspeto físico, aspeto material. São cristais que equilibram, por exemplo, as paixões, sentimentos em desequilíbrio.

Os cristais violeta têm a ver com algo mais sutil. São cristais da espiritualidade, vão desestimular a raiva, as explosões de raiva. Assim como os turquesa, vão atuar na dor de cabeça. Podem ser utilizados também em caso de queda de cabelo e caspa. Neste caso faz um elixir e trata o cabelo com esses cristais.

O violeta é também a cor da transmutação, principalmente o cristal sugilita.

Em todos os cristais violeta, sem exceção, vai encontrar as palavras: meditação, aspiração, espiritualidade, conexão com o Divino. Em alguns casos vai encontrar Eu Superior, comunicação extraterrestre, comunicação com seres interdimensionais.

Nos azuis também vai encontrar isso, especialmente nos azuis sodalita, cianita. Vai encontrar comunicação com o guia, mentor, principalmente a cianita azul, seres espirituais, etc ... está ligado ao aspeto místico.

Os cristais violeta podem deixar você um pouco avoado, fora da casinha, sem colocar o pé no chão. E quando a pessoa fica assim, isso não é bom, pois ela não consegue executar a sua missão na Terra. Se você está na Terra, tem alguma missão aqui.

Vai utilizar o cristal violeta para meditação profunda, Eu Superior, mas depois você volta para a Terra. Como volta para a Terra? Com os cristais da Terra. São os cristais dos Xamãs. Estão ligados aos quatro elementos que equilibram o yin e o yang, são os cristais famosos que você vai utilizar em reumatismo, varizes, articulações... são os cristais de cor preta.

**Pedras dos chacras (Magnus):**

✓ **Básico**

O chacra básico, raiz é ele que te vai enraizar e criar conexão com a Terra – Estrutura, sobrevivência, alimentação. A sexualidade e o dinheiro estão ligados à sobrevivência, a manutenção da vida precisa disso.

Tem a ver com a parte instintiva. É o chacra dos instintos. Problemas com a obesidade, com peso tem a ver com este chacra. Ver qual é o bloqueio na vida da pessoa. Pode pegar jaspe vermelho para atuar neste chacra.

Tem pessoas que ganham dinheiro e perdem todo o dinheiro. O dinheiro não fica na mão. Utilizar jaspe vermelho e outros cristais.

Não é porque o chacra básico tem mais coloração vermelha, ele não é só vermelho, ele tem várias cores nele, mas a cor predominante é a vermelha. Podemos ver isso no livro “Chacras” de Charles Leadbeater.

Chacra raiz, aterramento, estar conectado com a Terra.

Pegar num jaspe vermelho ou um citrino e colocar no básico para equilibrar o movimento e o giro deste chacra. Para desbloquear traumas, magoas, sentimentos, trauma de perda material.

A força vem do básico. Pessoas com baixa energia neste chacra tem problemas no sangue, nos ossos, na pele e nos cabelos. Pessoas com osteoporose têm problemas neste chacra. Anemia, leucemia, queda de cabelo, problemas nos dentes. Energia fraca neste chacra faz com que não tenhamos força nem para levantar um pacote de arroz de 5 Kg. Pessoas muito fraquinhas, falta ferro, falta força ou então a pessoa não consegue sustentar as suas ideias, tentar aquilo em que acredita. Pessoa que fica vacilando muito, uma hora pensa uma coisa, outra hora pensa outra coisa. A pessoa não consegue se sustentar firme na Terra. Tem um problema neste chacra.

Os chacras estão relacionados às emoções, aos pensamentos e também à parte física.

#### ✓ **Sacro**

Tem a ver com a criatividade e também coma sexualidade, tem a ver com o jogo de cintura (lidar com várias coisas ao mesmo tempo), tem a ver com a energia vital. Quem tem problemas neste chacra adoece facilmente.

Este chacra governa não só a parte instintiva de sobrevivência, aquela coisa bruta, mas governa mais a parte da sexualidade. A energia sexual está ligada à criatividade. Tem gente que utiliza a sua energia sexual para pintar, para esculpir, para criar musica, utiliza para o trabalho. Quando a pessoa está com baixa energia sexual, a pessoa vê o mundo preto e branco, fica chateada, decepcionada, uma apatia total sobra a vida.

Este chacra tem a ver com os cinco sentidos porque se você vê tudo a preto e branco não sente o gosto de viver, o gosto da vida. Então se você é uma pessoa que tem problemas em relação a isso pega um citrino, uma cornalina. Pega uma cornalina e coloca nesse chacra para você aprender a ter gosto de viver.

É a parte sexual que mantém a vida, é o prazer de viver, de apreciar um pôr do sol, de estudar, ..., você ama tudo. Em desequilíbrio traz o vicio, o vicio do jogo, o vicio do sexo, o vicio da gula, ...

Este chacra traz o prazer de viver. Uma pessoa com prazer de viver é criativa, adora criar coisas novas. Quem não é criativo, está faltando paixão, está faltando desejo.

#### ✓ **Plexo solar**

Bem na boca do estômago, o plexo solar é o chacra que vai ajudar você a governar a sua comunicação com o mundo. Não é comunicação de fala, é o jeito de aprender a vender o seu produto.

Quando os negócios não vão bem, não se vende o nosso produto, há que cuidar do nosso plexo solar. Quando o plexo solar está bom, você adora gente. Pode haver um monte de gente e você vai adorar estar no meio das pessoas e você vai conversar com elas, vai mostrar o seu trabalho, vai mostrar aquilo que você sabe fazer de melhor e vai ter muito orgulho, no bom sentido, naquilo que você faz. Se o plexo solar não estiver muito bem não vai saber ou não vai passar tão bem aquilo que você faz.

Quando o plexo solar não está bem, você coloca muito poder nas outras pessoas, em coisas, em situações. O plexo solar tem a ver com o teu poder pessoal, com o seu sol central dentro de você. Quando o teu plexo solar está bem, você não coloca o teu poder pessoal nas outras pessoas ou nas coisas. O teu poder pessoal está em você e você é dono da tua vida, você toma as decisões e não deixa as outras pessoas tonarem decisões por você. Quando o plexo solar está em desequilíbrio, as pessoas mandam na tua vida, você não sabe tomar decisões por você, então alguém vai tomar. Então vai pegar um citrino e colocar no plexo solar.

Quando você se comunica, coloca o teu poder pessoal, você atrai para você a prosperidade. Prosperidade está vinculada ao poder pessoal.

Poder pessoal é você assumir tua vida. É diferente de você jogar a culpa nas outras pessoas e nas situações. Por exemplo a culpa é do governo, ... pare de ver notícias negativas. Se o país não está bem, isso não é nada com você... cuida do teu poder pessoal. Deixando tudo isso de lado, você vai concentrar-se naquilo que você sabe fazer e vai ter retorno positivo. É simples assim. É isso que os cristais amarelos querem trazer para você, além do equilíbrio mental, emocional e espiritual.

Poder pessoal é a chave para prosperar em todos os sentidos na sua vida.

Pessoa tímida e retraída tem problemas no plexo solar. Isso tem a ver com insegurança e insegurança tem a ver com o plexo solar. Pessoa tímida não se gosta, vai pegar num citrino e colocar aí para aprender a se amar, a se gostar, a se valorizar. Ajuda-nos a ter vontade de cuidar da nossa aparência. Para arranjar namorada/o coloca um citrino no plexo solar... vai comunicar sem timidez e com segurança.

### ✓ **Cardíaco**

O chacra cardíaco tem a ver com doação. Uma pessoa que se doa muito para outras pessoas ou situações e não se gosta ou é extremamente egoísta, eu me amo, é tudo para mim, eu quero tudo para mim e não dou nada a ninguém. São os opostos deste chacra.

Quando se fica doando muito para outras pessoas e não cuida de você, isso é falta de amor próprio... Está em desequilíbrio com você. O chacra está em desequilíbrio.

Quando se doa aos outros e se esquece de você a sua vida começa a andar para trás também. Não desenvolve, não cresce. Tudo é uma troca. Car e receber é a mesma coisas. Dar não é muito maior do que receber. Receber o quê? As energias do cosmo. Você precisa receber as energias do Universo.

Receber um abraço, o pôr do sol, o som dos pássaros... Isto é bom para você. Receber um presente de alguém. Há pessoas que têm problemas afetivos por causa disso. Pessoas que se doam muito para o outro e na hora em que o

outro vem doar para ela, não quer receber do outro. Tira o direito do outro de dar amor também. Isso acaba com os relacionamentos afetivos. O outro acaba se fechando para dentro dele. Aí começam as traições, as falcatuas, ...

Desequilíbrio na região do peito, colocar um cristal verde e rosa e tratar o cardíaco. Vai aprender a receber dos outros, carinho, amor, afeto, ...e isso também tem a ver com a prosperidade.

Você compra tudo para os outros e para você? Compra caro para os outros e o barato para você? Não mereço...

Este chacra está ligado a isso, a você não se gostar. Cuidar dele para se sentir uma pessoa merecedora, digna de receber.

Você também pode ser uma pessoa muito fechada, muito egoísta. Eu só quero, quero, quero e não dou nada para ninguém. Quando você fica guardando muito para você? O que acontece é que você guarda magoas, ressentimentos. Uma pessoa magoada, ferida, o coração dói e não consegue desapegar.

Até pode doar muitas coisas, mas vai uma pessoa e diz qualquer coisa e você fica magoada. Pode ser desapegada dos bens materiais, mas e a mágoa? O ressentimento? Isso também é um modo de apego.

Este chacra está ligado aos apegos emocionais, aos ciúmes, à insegurança. Medo de perder. Traumas internos. Se você é uma pessoa fechada no seu coração, as pessoas também não vêm até você porque você fecha, não para o mundo, mas para o Universo.

Então vai abrir o seu coração, você vai pegar as duas pedrinhas e botar aí para cicatrizar as feridas, para você aprender a perdoar, a libertar o outro. Para você ser feliz novamente. Você vai desenvolver muito amor incondicional. Você vai doar um pouco e vai receber caminhões na sua casa. Até nos sonhos você vai receber. A coisa vem. Mas você tem que estar aberto para receber e para doar. Esse é o ciclo.

### ✓ Laríngeo

Chacra da comunicação, da criatividade. O chacra laríngeo e o sexual (sacro) estão interligados. O chacra da comunicação é o chacra principal da tua vida. Se você não sabe se comunicar, você não vai atrair as pessoas certas para a tua vida.

Medo de falar em público, pessoa tímida, pega o cristal azul e coloca no laríngeo que você vai falar tranquilamente, com segurança. Também serve para os relacionamentos afetivos.

Pessoa que não consegue comunicar, coloca a pedrinha e chega para outra pessoa e diz o que tem a dizer. Por exemplo não gostei daquilo que você me disse. A outra pessoa se calhar até pede desculpas porque não tinha intenção de ofender. E a pessoa escusa de acumular coisas, mágoas, ressentimentos, acumular, acumular e não fala para a outra pessoa e a outra pessoa nem se toca e você cria crise.

Grande parte dos problemas hoje na Terra tem a ver com a falta de comunicação, com o diálogo. Uma pessoa que tem problemas neste chacra ou a pessoa fala muito, é igual a metralhadora, não para e não escuta os outros (não ouvir os outros e compreender. Compreender é colocar-se no lugar do outro. Colocar-se no lugar do outro tem a ver também com o chacra cardíaco) ou ela ouve e guarda tudo para si e não entende nada, fica uma coisa

totalmente desconexa. É uma comunicação cortada, uma coisa mal entendida. Não consegue entender o outro, isso tem a ver com comunicação.

Quando você desenvolve bem este chacra, você vai comunicar de tal forma que as pessoas vêm até você porque você se comunica para elas.

Se você está bem estruturado, bem resolvido no chacra básico, sobrevivência, matéria, se você está bem resolvido na criatividade, se está bem resolvido na sua parte de poder pessoal, se você sabe doar e receber, se você também sabe se comunicar, meu Deus, você é uma pessoa iluminada na Terra, bem em paz consigo mesmo.

Eu consigo falar, me expressar, comunicar pró outro, eu consigo receber as coisas boas da vida, eu consigo colocar as pessoas no lugar delas, tenho meu poder pessoal, aceito a minha privacidade, plexo solar, a minha parte criativa está em harmonia, estou firme no chão.

### ✓ Terceiro olho

Todos os chacras são importantes e muitas vezes só queremos abrir a 3ª visão. E aí o que acontece? Será que vale a pena abrir a 3ª visão? Tem de ter equilíbrio emocional. Se o plexo solar não está bom... imagine uma pessoa com o emocional todo abalado, a pessoa toda desequilibrada e vai abrir a 3ª visão, em vez de ajudar vai atrapalhar, vai desequilibrar ainda mais o emocional dela. Vai passar na rua e vê uma coisa feia, aí ela acha que está ficando louca.

Quer abrir a 3ª visão, vamos abrir, mas vamos equilibrar o resto porque se o resto não estiver equilibrado você vai começar a ver coisas que não vai somar com você, só vai atrapalhar. Tem de ter equilíbrio para ver as coisas, por isso é que não se fala muito do que se vê. Aí tem de controlar a boca. Boca tem a ver com o laríngeo, porque o problema do laríngeo é o tal da fofoca, da intriga, fala o que não deve, então tem de equilibrar o laríngeo para estar em harmonia o chacra da 3ª visão.

Quer desenvolver a 3ª visão, vamos pegar a pedrinha e vamos coloca-la lá no chacra. Coloca lá a sodalita par trabalhar a visão, a clarividência, ... mas temos de equilibrar o resto.

O frontal e o coronário são chacras muito importantes.

### ✓ Coronário

O coronário, o chacra das 1000 pétalas, que na verdade tem 960 é o chacra que te conecta com o Divino, com o Cosmo, com o Todo, com a espiritualidade, com a ascensão. Já o chacra básico te conecta com a Terra.

Este chacra tem a ver com a fé, em Deus e em você, na vida, no Universo, na Justiça Divina.

A teimosia daqueles que lutam, brigam com o outro tem a ver com o chacra da 3ª visão.

Quais os problemas da 3ª visão? Ou a pessoa começa a ter alucinações, intuições desconexas. Há o fulano de tal que está aqui do meu lado, está dizendo que você é assim e assado... a pessoa está a ter alucinações. Há o

anjo tal está me falando que é para eu não colocar sal na comida senão vai fazer mal para você... O que é isso? Ou então tem pesadelos, começa a sonhar com coisas malucas, começa a auto obsessão.

Às vezes dizem que está ali alguém e não está. Quando falam é com uma mensagem equilibrada.

Muitos fecham a 3ª visão, dizem que não acreditam em mais nada, que só acreditam no seu ponto de vista. A filosofia que eu sigo é a que vai dar certo para mim. São pessoas extremistas... a minha ideia é a que está certa, a sua está errada. Isto é por causa do chacra frontal, a pessoa não consegue enxergar além daquela situação. Ou a pessoa alucina, é extremamente fechada, dogmática, teimosa, orgulhosa. Aí vai pegar a pedrinha, a sodalita e vai coloca-la no frontal, vai deixar trabalhar a visão. Pode doer. Mas vai abrir a visão da pessoa, não a clarividência, mas vai abrir novas perspectivas, sem julgamentos, sem cunho emocional. Se o plexo solar estiver muito desequilibrado, ela vai ver de uma maneira muito emocional. Ou então se o cardíaco está desequilibrado vai ver de uma maneira egoísta.

Os chacras também estão ligados às glândulas, 7 glândulas: pineal, hipófise, tireoide, timo, suprarrenais, gónadas, pâncreas.

Perda de memória tem a ver com o frontal.

### **Dourados (cristais ou pedras):**

Pirita

Todos os cristais dourados atraem a prosperidade.

Feng shui: colocar um pedaço de pirita perto do caixa onde está o dinheiro.

Porque é que o dourado traz dinheiro? Porque a luz das pedras douradas está ligado à realeza, à nobreza. Nobreza e realeza não estão ligados ao egoísmo, à vaidade, à luxúria, entre outras situações aí de poder, dominação. Não tem nada a ver com isso. Cada um de nós veio para a Terra para brilhar, para cumprir a nossa missão aqui. Cada um de nós necessita da parte material para poder concretizar os nossos sonhos. O dinheiro traz o poder de realizar os nossos sonhos, como por exemplo o querer se tornar médico. Vai precisar de dinheiro para tirar o curso, para se alimentar, para comprar os livros, para fazer o doutoramento. Isso está ligado à nobreza, à realeza, principalmente o ouro. Se você é uma pessoa que gosta muito de ouro, o ouro é um metal que traz grande proteção energética para quem usa. As pessoas podem até ficar com inveja do ouro que você carrega, mas o ouro reflete toda a energia negativa que é emanada para ele. Isso é nobre, é realeza. Então os cristais dourados, os metais dourados eles nos ensinam a utilizar a nobreza, a realeza de uma maneira positiva e acabam somando e contribuindo no aspeto do poder pessoal.

Pedras douradas estimulam o coração e o plexo solar. Aumentam a autoconfiança. Trazem prosperidade.

Pode utilizar as pedras douradas no coração, no plexo solar e também no chacra coronário.

No coração vai trazer expansão.

No plexo solar vai trazer poder pessoal e autoconfiança a tal ponto que vai atuar também no seu mental.

A pirita é um cristal excelente para quem gosta de estudar, quem tem problemas de memória, de concentração. Carrega-se a pirita no plexo solar assim como se carrega um citrino.

Quando coloca um cristal dourado no chacra coronário você consegue acessar a outras dimensões, acessar e canalizar outros tipos de energia.

Cristais dourados: Nobreza e Realeza

Nobreza, no sentido de expandir, crescer, prosperar em todos os sentidos da sua vida. Se precisa aprender isso utilize a pirita ou o ouro.

### **Pretos:**

Hematita, ónix, turmalina negra

Não se utilizam nos chacras do umbigo para cima, porque eles têm uma energia muito poderosa.

Os cristais pretos estimulam a resistência e proteção ao corpo físico. Então se você carrega uma turmalina ou uma ónix na carteira ou como pulseira, se você aguentar, ou como anel, ou pode colocar uma tornezileira no seu calcanhar, eles vão trazer grande proteção para você.

Não pode é colocar no pescoço, no plexo ou no cardíaco porque os cristais pretos eles são grandes condutores de energia. A qualidade deles não é absorver as energias, eles combatem a energia negativa.

Os cristais que já estudamos eles absorvem as energias e depois dissipam e podem até quebrar. Já os pretos são como se fossem raios, eles ficam emitindo energia o tempo inteiro e quando uma energia negativa chega, ele dizima, ele transmuta aquela energia.

Protegem contra as energias negativas das pessoas, do ambiente.

O ónix e a turmalina além de trazer resistência, proteção criam um escudo contra energias negativas, eles atuam no nosso sistema nervoso.

Pessoas com problemas nos ossos, na bexiga, nos rins, sexuais, de pele e principalmente quando estão com grande confusão mental podem colocar estes cristais tanto no chacra básico como nos pés. Pega uma meia e coloca uma turmalina negra bem nos seus pés, bem no centro da sola dos pés e deixa lá por 5 minutos apenas. Vai descarregar as energias negativas, vai tudo para a Terra e isso acaba trazendo um grande alívio mental e emocional. O corpo físico consegue relaxar melhor. Quando estiver muito tenso você pode fazer isso. Descarregar e limpar as suas energias.

A ónix por exemplo pode ser usada na bolsa, no bolso. A hematita também é muito utilizada. O único cuidado que tem que ter com eles é não colocar esses cristais nos chacras superiores, nem no coração. Às vezes é necessário colocar no plexo solar para tirar ou limpar alguma energia negativa, nos outros chacras também, mas são exceções. Põe do chacra básico para baixo.

Se você hoje estiver com depressão, falta de dinheiro, problemas sexuais, mentais, de pele, nos ossos, de circulação coloca no chacra básico e deixa lá por 5 minutos e de certa forma podem trazer até um certo incomodo pra você, aí você retira porque são cristais muito poderosos. Até no pé chega a incomodar.

Também há a quartzo preta, obsidiana preta (quartzo obsidiana preta) é um cristal da Nova Era mas ele é terrível, no bom sentido, porque quando você utiliza a energia desse quartzo preto ele acaba tirando tudo aquilo que você está escondendo no seu subconsciente. Tudo aquilo que você não quer ver, ele mostra... o que é bom e o que é ruim. Traz para fora o que está escondido no seu interior. Não é qualquer pessoa que o pode e sabe utilizar, é preciso ter muito cuidado. Muito forte.

### **Transparentes:**

São a manifestação da Luz no plano físico, a luz mate realizada mais pura, mais limpa ????

Atuam nos pensamentos, emoções, sensações e ações.

São excelentes recetores de energia, puxam a energia, guardam a energia, ampliam a energia e ativa. Então ele recebe, guarda, amplia e transmite. É um cristal recetor e condutor ao mesmo tempo.

Pode trabalhar com os cristais transparentes me todos os chacras, em todos os níveis de consciência, em todos os níveis de energia.

Eles estão ligados a todas as dimensões, a comunicação com o nosso Ser Superior, com guias, com anjos, com pleidianos, ...

Os cristais transparentes são os senhores do arco-íris, podem agir em nome de qualquer outra pedra. Não que tenha por exemplo a energia da sodalita, mas pode substituir. São a unidade da pluralidade dos cristais. São muito poderosos e pode estar sempre utilizando.

### **Diversos:**

#### ✓ **Boji**

Equilibram o yin e o yang. A forma esférica é feminina e a mais enrugadinha é masculina. Tem de trabalhar em pares, com as duas. Equilibram no nível físico em geral.

São caras, mas são incríveis, têm uma energia fantástica.

#### ✓ **Lágrima de apache**

Dá para fazer contatos com guias, extraterrestres, xamãs... também atuam no nível físico de forma geral.

#### ✓ **Merlinita (do mago Merlin)**

É a pedra dos bruxos. Tem coloração branca e também preta. Equilibra o yin e o yang. Muito utilizada em rituais de magia. Amplificação dos poderes mentais, clarividência, viagem astral.

✓ **Moldavita**

Cristal que se diz extraterrestre. Muito cuidado ao utilizar este cristal porque ele é muito poderoso. Atua nos chacras transpessoais. Está ligada a Sírio, Órion, Andrómeda, essas coisas mais evoluídas, mais diferentes.

Utiliza-se no coronário e a cor dela é verde e aí você canaliza energia com ela, ela canaliza seres interdimensionais, multidimensionais, extraterrestres, ...

Na parte terapêutica tem de saber usar ela com muito cuidado.

✓ **Quartzo do Himalaia**

Dizem que quando se coloca ele no cardíaco, ele tem a energia do mantra OM. É preto, mais ou menos transparente. Grande expensor da consciência.

**Conexão Atlante**

Pode ampliar a energia de qualquer cristal.

Esta iniciação ativa o chakra dos pés e faz uma conexão com esse povo lá em baixo, que eles vivem em outras dimensões abaixo de nós. Uma dimensão cristalina

A egrégora Atlantes, Telos ????

Foca nos seus pés e dizer: Ativar, ativando conexão Atlantis. Fazer isto sempre que estiver com falta de energia. Fechar os olhos durante uns segundos.

Agora focar nas mãos, coloca-las à frente dos olhos e dizer: Ativando conexão Atlantis.

Todos nós recebemos um cristal que tem 7 pontas e estão pregados bem no centro da tua mão.

Sempre que disser ativando conexão Atlantis e focar nas tuas mãos você vai canalizar essa energia. É uma energia de cura cristalina bem avançada, muito boa.

Você ativa os pés e as mãos e vai buscar energia desse povo, vai lá em baixo.

Pode ativar essa energia e utilizar em outras pessoas.

Para os cristais: pegar num cristal, focar a atenção nele e dizer “ Conexão Atlantis, ativar” (faça o pedido). Amplia a energia dos cristais. Qualquer pedra dá para fazer isso.

A Conexão Atlantis cria conexão do cristal com os “mestres cristalinos”, com esse povo.

Há cristais que esquentam e outros que esfriam e outros não esquentam mas expandem o seu campo de energia.

### **Elixir de cristais**

Pode fazer sempre que sentir necessidade, se quiser realizar uma transformação na sua vida, no seu interior.

Desses elixires vai ingerir apenas um copo durante o dia e eles contém uma energia fortíssima.

1. Utiliza-se um jarro transparente, sem cor e sem formas nem ângulos. Deve ser transparente porque as cores atuam na água.



2. Colocar água mineral.
3. Antes de colocar o cristal dentro da jarra vai ter de limpar a pedra, física e energeticamente.
4. Colocar o cristal dentro do jarro, de manhã cedo, preferencialmente num lugar onde bata bastante sol, durante 3 horas. Se o sol estiver fraco deixa exposto por 6 horas. O cristal deve estar imerso até atingir entre 12 a 24 horas. Mas não deixar o jarro exposto à energia do sereno, de noite, da lua. Recolha e deixa lá na tua mesa.
5. Cubra o jarro com um tecido ou tampa para que não caiam impurezas. Tecido branco de preferência ou uma tampa transparente.
6. Toma essa água, um copo por dia.
7. As pedras deverão ficar no jarro enquanto houver água e quando faltar dois dedos para terminar, pode-se colocar mais água. Desta forma faz-se um tratamento constante com os elixires de cristais.
8. O ideal é manter esse elixir por um mês, no máximo dois e depois preparar um novo se houver necessidade. Se notar que a água tem lodo, por exemplo, faz outro. O ideal é fazer um novo toda a semana.
9. O ideal é fazer com pedra rolada ou pirâmide.

**Cristais que pode utilizar:**

- Água marinha - cristal azul que vai trazer calma, paz, tranquilidade, melhoria na garganta, na comunicação e também na audição.
- Ametista – é violeta e vai deixar você uma pessoa mais serena, mais espiritualizada, mais concentrada. Vai elevar o campo vibratório.

- Apatita
- Calcita laranja
- Citrino
- Cornalina laranja
- Dolomita

Trazem energia, vigor, disposição. Para quando as pessoas estão a sentir-se muito para baixo. Pode juntar citrino que vai ajudar na parte energética, pensamento, memória,

- Esmeralda – é excelente porque é um cristal de regeneração. É bom para os tecidos, para os órgãos internos e também para a sua pele. Por ser regenerador pode também jogar em cima da ferida, do machucado. Fazer isso três vezes por dia ou mais que vai ajudar também na cicatrização.
- Fluorita – cristal violeta mas que atua também na parte dos dentes, nas caries dentárias.
- Jaspe sanguíneo – para pessoas que são muito apáticas, que têm problemas de depressão.
- Kunzita
- Lápis lazúli – é azul este cristal índigo. Muito forte, muito poderoso. Traz calam, excelente para meditação. Para você encontrar o seu Eu Superior. Trabalha a sua clarividência.
- Quartzo rosa – para quem não se ama e tem fraca auto estima, coração ferido, partido, acha que não vale nada (citrino mais quartzo rosa)

**Cristais que jamais deve usar:**

- Azurita
- Calcopirita
- Crisocola
- Crocoita

- Cuprita
- Halita
- Hematita
- Malaquita
- Pirita
- Realgar
- Serpentina
- Smithsonita
- Olho de tigre
- Wulfenite
- Zircônio

Todos nós recebemos a conexão Atlantes então quando for fazer elixir você coloca o cristal dentro da jarra e dá o comando “Ativando Conexão Atlantes” e pedir para que o cristal expanda aquela energia para toda essa água. Isso vai deixar o elixir muito forte energeticamente. Elixir muito poderoso. Além da energia do cristal, os seres cristalinos vão pôr os elementos que você precisa. Se estiver em duvida de qual o cristal a usar, ponho o transparente que vai te ajudar muito, em todos os aspetos em todos os sentidos.

Quando vamos usar um cristal devemos falar com ele: Cristal você tem alguma coisa para me ensinar e nós também servimos para sua evolução (relação de igualdade).

Temos de ter respeito para com os cristais.

--» Colocar turmalinas negras nos pés e ativar conexão Atlantes vai desmanchar formas-pensamentos negativas, principalmente quando você perceber que está muito mal, que está para baixo, que tem olho gordo, inveja, decepções amorosas, sentir que está carregado, e está tudo conectado porque você pode chegar na terra, no chão assim num bosque, numa floresta, ..., no jardim da sua casa e conversar com a terra: terra ajuda-me a eliminar essa confusão mental. Isto é xamanismo.

Pega a turmalina, coloca nos pés e pede: “Peço a você turmalina que me ajude a eliminar essa energia e pensamentos negativos”. Coloca nos pés, faz a ativação Atlantes, foca nos seus pés e fique lá de 3 a 5 minutos ou até você sentir que já está bom. Você vai perceber como a sua energia vai ser regenerada, ela vai ser trocada por energia nova, energia da terra, energia dos lemurianos, ..., mestres dos cristais. Este conhecimento está interligado ao xamanismo.

Os cristais estão interligados entre eles. Podemos fazer uma rede cristalina.

Os cristais têm dentro deles o conhecimento da história da humanidade. Para conseguir a energia a 1ª coisa a fazer é trabalhar o teu coração. As pessoas que conseguem sentir a energia de outras pessoas têm uma empatia muito forte, tem uma certa preocupação.

Temos de diferenciar entre ser bonzinho e ser uma pessoa boa. Ser bonzinho é ajudar todo o mundo e esquecer de si próprio.

Muitas vezes a intuição diz para não fazer algo e a gente faz e aí nos machucamos. O que aprendeu com isso? Tem dois caminhos. Um é fechar-se, amargar-se, frustrar-se e ficar doente emocionalmente. Os relacionamentos também ficam uma porcaria porque não se abre. Este é o ensinamento que o quartzo rosa vem trazer para nós.

Você tinha mesmo que quebrar a cara para aprender a confiar em você.

Pode ficar extremamente racional. Tornando-se uma pessoa fria, com amarguras por dentro. Você não enxerga hoje o mundo como antigamente, com mais cor, com mais brilho. Enxerga o mundo desconfiando das pessoas, com medo de se magoar e ser magoado. Aí dá problema, com filho, no casamento, relacionamentos e aí você fala assim: “Eu vou seguir a minha razão! Não vou mais seguir a minha emoção, pois toda a vez que eu faço isso eu quebro a cara.”

Deve ter quebrado algumas vezes para aprender... você parou no tempo e quando para no tempo, eu acho que você não gosta do jeito que é agora. Somos humanos e queríamos viver num mundo melhor... como equilibrar isso? Você parou no tempo...

Existe uma grande diferença entre razão, emoção e intuição. E tem uma diferença muito grande da razão para a sensibilidade. E ser bonzinho/a.

1º aspeto, então, ser uma pessoa boa ou ser boazinha. A pessoa boazinha quer agradar a todo mundo, não é uma pessoa autêntica, é uma pessoa falsa que não é verdadeira consigo mesma. Ajuda as outras pessoas querendo a aprovação da sociedade, das outras pessoas. Muitas vezes teve muita reprovação do pai, da mãe, do irmão, na escola... então tem de ser boazinha e falar assim para todo o mundo para ser aceite pelas pessoas. Para se sentir seguro/a, amparado/a... pode ser medo de ficar sozinho/a, então tem de sorrir... está num inferno mas fica... está mal... remoí... amarga/amargurado/a... mas vai ficando, vai aturando porque quer ser bonzinho/a e aí acaba adoecendo mesmo.

Uma pessoa boa, primeiro é boa consigo mesma. “Eu vou dar aquilo que eu tenho para dar”, não para agradar ninguém mas porque estou a fim de ajudar, é da tua alma. Quer ajudar porque é uma pessoa boa.

Você é uma pessoa boa mas não o soube até agora porque o ensinaram que tinha de baixar a cabeça e engolir tudo, deixar os outros pisar em você.

Quando você é uma pessoa que se respeita – citrino no plexo solar, que se gosta, que se ama – quartzo rosa, você tem muito mais para dar para outras pessoas, mas porque você se ama e se gosta, então você vai dar o seu melhor para outras pessoas – citrino e quartzo rosa. Estes dois cristais são mestres.

Você pode ser uma pessoa que se rege pela:

- Emoção: “Eu tenho, eu sinto de fazer isso...”, então o seu plexo solar fica até queimando, borbulhando, dá aquele frio no estômago. Age por impulso.

- Intuição: a intuição diz “Não mexa, não ajude, deixa ele passar por isso, não mexa no carma dele...” mas a sua emoção diz “Quero ajudar, quero ajudar, eu

sou uma pessoa boazinha... tenho de me sacrificar pelo outro.”. Aí se sacrifica e quebra a cara porque agiu pela emoção. Aí quando quebra a cara e vai para o chão, diz que agora vai cuidar apenas da sua vida e acaba se tornando extremamente racional.

- Razão: qual o caminho a seguir? Quais as hipóteses?

A mente é limitada. O melhor é a intuição. Se for preciso amarra, põe fita para não fazer. Quanto mais liga à sua intuição, mais as coisas começam a dar certo. Não machuca tanto.

Coloca o citrino, quartzo rosa, jade no peito. Tudo o que estava no passado volta com tudo. Você aprende, reaprende a amar-se. Aprende a dizer não quando tem de ser. O citrino vem ensinar que o poder está nas nossas mãos.

Colocar uma sodalita no 3º olho para aumentar a intuição. A intuição você recebe do alto, passa pelo crivo da razão, passa pela comunicação, vai para o seu coração e depois vem na sua emoção. A emoção está no plexo.

Às vezes dá uma intuição e dá uma agonia, por exemplo acho que não é para ir por essa rua, não, estou sentindo uma tristeza, uma coisa ruim. A intuição está a dizer que tem uma coisa errada e acaba se manifestando na emoção. É para isso que serve o emocional, para você usar. Se o emocional não estiver equilibrado, como é que você vai receber as intuições? Como vai receber uma canalização de Luz? Tem de ter um mínimo de equilíbrio para receber o conhecimento. Ao esses os ensinamentos que os cristais vão passar.

### **Cristais nos ambientes:**

#### **→ Pirita**

Coloca uma pirita na tua mesa de trabalho, faz a ativação e pede para essa pirita te ajudar a ter clareza mental no estudo, a ter concentração e também a trazer prosperidade para você, para os seus negócios.

Vai abrir a mente, vai trazer oportunidades, vai trazer as pessoas certas para você.

#### **→ Quartzo rosa**

Pega no quartzo rosa na tua mão e conversa com ele, faz a ativação e pede. “ quartzo rosa ensina-me a ter amor incondicional por mim mesmo, ensina-me a ter amor pelos meus familiares, pela humanidade. Ajuda-me a cicatrizar as feridas emocionais.”. Isto é internamente, externamente coloca-se o quartzo rosa na sala de jantar e pede-se: “Quartzo rosa trás harmonia para a nossa casa, traz amor, traz comunhão.”. pede para ele que vai trabalhar na tua casa, no ambiente, faz ativação.

#### **→ Turmalina negra**

Cristal de proteção para quebrar as coisas ruins. Deixar uma na porta de casa e pedir para ela afastar a inveja, o mau olhado, formas-pensamentos negativas, feitiço, magia negra, tudo o que é ruim. Ela quebra tudo, afasta tudo. Pode até

plantar num vaso com arrida, guiné, alecrim, espada de S. Jorge que são plantas que combatem também essas energias negativas. Pode colocar no ambiente, na sua mesa de trabalho. Está muito pesado, difícil, tem inveja danada em cima pega a turmalina negra e pede proteção. Coloca no teu bolso, coloca na mesa. Pede para afastar roubo...

### **Cristais para emagrecer:**

Topázio imperial, jaspe cobra, quartzo leitoso, apatita.  
Colocar todos no plexo solar.

### **Transmutar emoções:**

Ametista, citrino, quartzo rosa, cristal verde.  
Elixir ou usar em nós mesmos.

## **CRISTAIS QUÂNTICOS ETÉRICOS UNIVERSAIS**

Vamos aprender a lidar com cristais que não são físicos. Trabalham no plano subtil.

Não é preciso visualizar, fazer mantras, traçar símbolos, ... é só falar o nome do cristal que ele já está ativado. Não precisa nem saber para que é que ele serve, qual a cor dele, o que ele faz, como funciona ...

Após a iniciação pode trabalhar com todos os cristais da Terra.

Esta iniciação é básica de apenas oito cristais e pode trabalhar depois em outras pessoas.

Beber muita água e comer coisas leves.

Rubi  
Cornalina  
Citrino  
Quartzo rosa  
Esmeralda  
Água marinha  
Sodalita  
Ametista  
Quartzo transparente

Como aplicamos a energia destes cristais?

Basta Apenas pensar no nome, falar o nome, mentalizar o nome ou querer aplicar. Não importa saber para que o cristal serve, qual a sua cor, qual a sua origem, onde é encontrado, ...

Como fazer elixires?

Pega um jarro com água, transparente, coloca os cristais físicos e deixa de 24 a 48 horas. Com os cristais etéricos é só dar o comando: ativar ...

Tomar 3 copinhos de elixir por dia.

Vai tomar banho e ativa os cristais para você...

Ativando rubi, chacra básico

Ativando cornalina, chacra sacro  
Ativando citrino, plexo solar  
Ativando quartzo rosa, cardíaco  
Ativando água marinha, chacra laríngeo  
Ativando sodalita, frontal  
Ativando ametista, coronário

Pode-se ativar os cristais no ambiente.

A esmeralda não deve ser ativada com outros cristais, apenas com o diamante.

Para emagrecer: citrino, quartzo transparente e ametista ( vai regular a vontade de comer ou a falta de apetite, também é bom para vicio de fumar, bebida)

Pedra nos rins: citrino e cornalina

## **BASTÃO ATLANTE**

Ativar bastão Atlante

Opala é conhecida como a pedra das bruxas.

Citrino e emagrecimento

Combate a má digestão, a prisão de ventre, deficiências nutritivas, a intoxicação do sangue, a diabetes, as infeções renais e da bexiga, gangrenas, apendicite, os males do fígado, vesícula e pulmões. Desobstrui o diafragma, proporcionando respiração fluida. Purifica e limpa a pele e protege o sistema imunológico.

Usado na água para beber atua como limpador das vias digestivas e dos rins, enfim, de todos os filtros do organismo até os intestinos. Um elixir de citrino, quartzo branco e ametista regulariza o apetite (falta ou excesso), a obesidade e diminui a vontade de fumar e ingerir bebidas alcoólicas.

Junto com a azurita, o quartzo verde e a ametista, o citrino defende o sistema imunológico, tratando de problemas como a SIDA.

## MINHA JORNADA

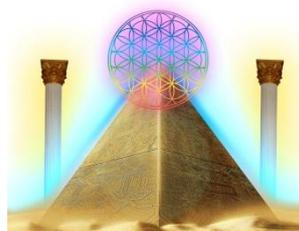
Edgar Stefani Rodrigues Martins de Souza



- Terapeuta Holístico e Palestrante
- Nascimento em Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil, 24/02/1990
- Bacharel em Relações Internacionais e Direito
- Psicoterapeuta Holístico
- Terapias de Vidas Passadas (TVP)
- EFT (Acupuntura Emocional Sem Agulha)
- Feng Shui
- Terapeuta Esotérico
- Terapeuta de Tarô Terapêutico
- Numerologia Kármica
- Terapeuta Florais Etéricos
- Apometria
- Participou de inúmeras vivências xamânicas
- Criador do Portal Holus e Nefreiki
- Professor de diversos sistemas de Reiki e canalização de energia
- Realizou em 2012 mais de 100 Palestras e Workshops
- Realiza atualmente Palestras e Cursos totalmente canalizados dos Seres de Luz



[www.portalholus.com](http://www.portalholus.com)



[www.escolaflordavida.com](http://www.escolaflordavida.com)

Contato: [escolaflordavida@gmail.com](mailto:escolaflordavida@gmail.com)