

Floral Terapêutico de Limão

escrito por Triada



Por trás do gosto azedo, o limão esconde um lado mais do que doce. Saiba mais sobre suas propriedades e confira uma receita de floral terapêutico, extraída do livro “O poder de cura do limão”, de Conceição Trucom.

Texto • Redação

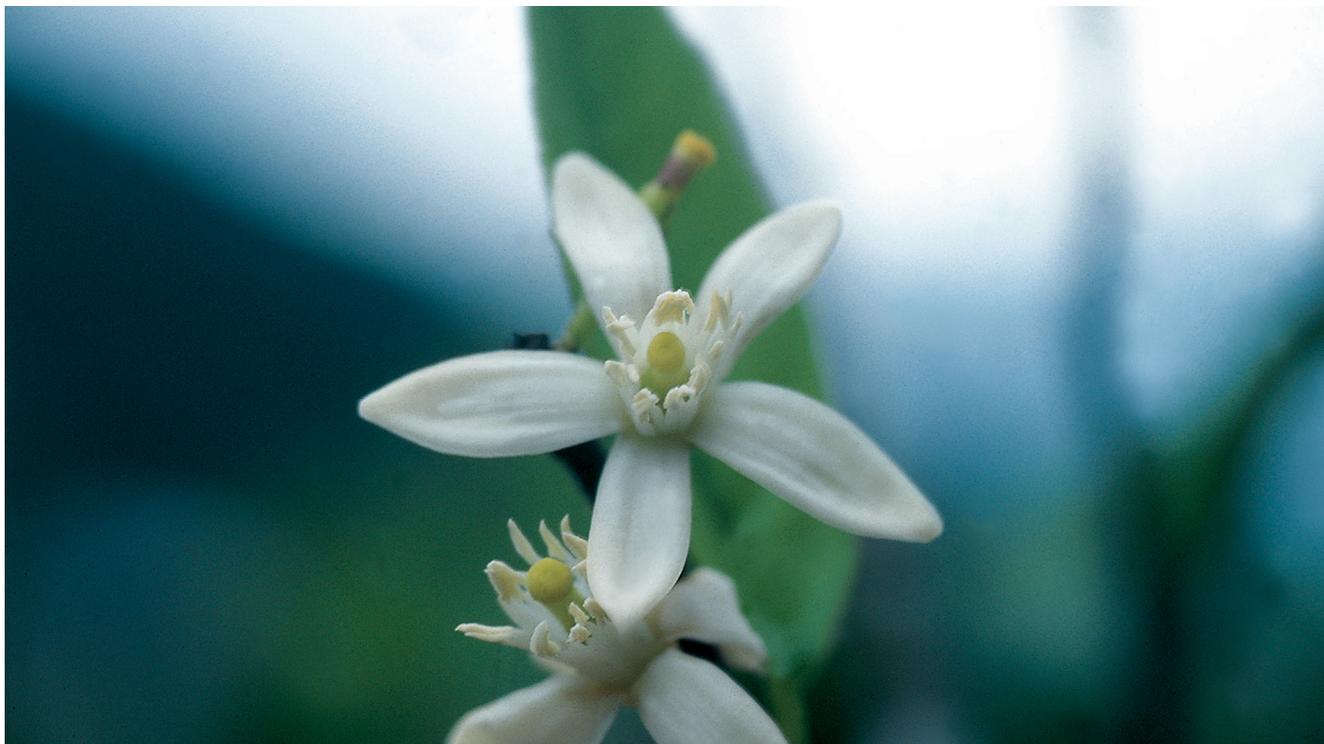


Pesquisas recentes vêm provando que esse fruto, recheado de vitamina C, antioxidantes e diversos tipos de substâncias anticancerígenas, é indispensável no cardápio de quem busca maneiras naturais de conquistar mais saúde e disposição. Um viva ao limão!

De olho nessas propriedades, a química Conceição Trucom, especialista em alimentação consciente e temas voltados ao autoconhecimento, escreveu o livro *O poder de cura do limão: um guia de medicina caseira* (Editora Alaúde), no qual discute as propriedades terapêuticas da fruta e dá dicas e receitas para torná-la uma parte importante de seu dia-a-dia.

Uma das boas idéias de Conceição é preparar um floral de limão, indicado para trazer positivismo e bom-astrol. Emocionalmente, a essência também trabalha o despertar da consciência e elimina tristezas e mágoas. Já terapeuticamente, atua sobre problemas de pele, desintoxicação, acidez, diabetes, mau hálito, males degenerativos, gripes e resfriados.

Confira a receita a seguir e aproveite para transformar sua execução em um delicioso ritual de bem-estar, só não se esqueça que o tratamento com florais é sutil e sempre deve ser integrado com outras técnicas terapêuticas.



Material necessário:

$\frac{1}{2}$ litro de conhaque (brandy)

$\frac{1}{2}$ litro de água pura de nascente ou água mineral de boa qualidade

1 taça de cristal com boca larga incolor e lisa

1 funil de vidro

Algodão

1 frasco de vidro na cor âmbar com capacidade para 1 litro.

Instruções:

Na noite anterior à preparação, fazer uma refeição leve, tipo um chá ou suco desintoxicante. Levantar cedo, sendo fundamental estar bem física e emocionalmente. É também importante que este preparo aconteça num dia pleno de sol.

Bem cedo pela manhã (ao alvorecer), escolher as flores que serão usadas pela sua cor, integridade, consistência, força da

árvore e o que a intuição ditar. Não colher flores com manchas, fungos ou insetos, porque podem ser prejudiciais à saúde. As flores devem estar abertas completamente e, de preferência, serem colhidas antes da polinização, ou seja, antes que as abelhas as visitem, pois após a polinização a flor começa a “virar” fruto e seus princípios ativos podem deslocar-se.

Levar a taça de cristal já com a água pura para receber as flores escolhidas. Praticar uma oração em silêncio durante esta colheita, pedindo licença à natureza, e focando-se na intenção de cura. Neste dia, o silêncio irá sustentar a motivação de compartilhar com as flores o seu poder de cura. Assim, a taça repleta das flores colhidas e imersas na água pura deverá ser deixada bem próxima do limoeiro de origem, ou num lugar onde o sol bata diretamente, até às 16 horas, momento de retornar para coletar a água energizada com a essência floral. Retirar com delicadeza as flores da taça e devolvê-las ao pé do limoeiro de onde foram colhidas.

Filtrar a água floral, usando o funil com algodão, já coletando o líquido filtrado para o frasco de cor âmbar. Ao som de uma oração ou mantra, agitar este frasco, no sentido vertical, 144 vezes, para ser dinamizado. Acrescentar o conhaque. Está pronta a chama “tintura mãe” do floral, que contém 50% da água floral solarizada e 50% de conhaque (conservante). O floral pronto para o consumo é uma diluição da “tintura mãe” obtida anteriormente.

Num frasco escuro de 30 ml com tampa conta-gotas colocar 10 ml de conhaque, 20 ml de água pura e duas gotas da tintura mãe. O floral deve ser consumido, pingando de 4 a 6 gotas sob a língua, 4 vezes ou mais por dia. O cuidado deve ser em não encostar a língua na cânula do conta-gotas para não estragar o floral com o suco gástrico. O vidrinho deverá ser de cor âmbar para proteger contra os efeitos dos raios ultravioleta, que podem provocar o envelhecimento acelerado da água. Este floral pode e deve ser usado também no preparo de fórmulas para

tratamento de ambientes.

Indicações de leituras

