

NICHO DE CRISTAIS E ENERGIA



Cristais e Suas Vibrações

Um guia direto das pedras mais usadas, para que serve cada uma e como escolher sem gastar à toa.

EDIÇÃO DIGITAL · RECURSOS RELIGIOSOS

Cristais e Suas Vibrações

Pedra não faz nada sozinha. O que ela faz muito bem é servir de âncora para a atenção, e atenção sustentada é o que de fato reorganiza o estado de uma pessoa. Quem carrega uma pedra no bolso lembra do compromisso que fez consigo várias vezes ao dia. Este guia trata de escolha, limpeza e uso, sem prometer o que uma pedra não pode entregar.

Loja de cristal é uma armadilha para quem não sabe o que procura. A pessoa entra querendo calma e sai com sete pedras diferentes que nunca vai usar. Este guia inverte a ordem: primeiro você define o que precisa sustentar, depois escolhe uma única pedra, e só quando aquela virar hábito é que faz sentido comprar a segunda.

Nesta edição: Antes de começar · O método em 3 passos · Pratique agora · Para levar com você

- Vinte pedras com uso tradicional e forma de usar
- Como limpar e energizar cada tipo sem estragar
- Quais pedras não podem entrar na água nem no sol
- Como montar seu primeiro kit gastando pouco

O método em 3 passos

1

Escolha por objetivo, não por moda

Defina primeiro o que você quer sustentar: foco, calma, coragem. Só depois escolha a pedra que você vai associar a isso. A associação é sua e é ela que funciona.

2

Limpe antes do primeiro uso

Água corrente por um minuto resolve para a maioria. Algumas pedras não podem molhar, então na dúvida use apenas fumaça de incenso ou uma noite sobre um punhado de sal grosso, com a pedra em um pratinho.

3

Crie o gatilho diário

Toque a pedra sempre no mesmo momento do dia e repita a mesma frase curta. Em duas semanas o gesto passa a chamar o estado sozinho.

Ao fim da semana releia as sete linhas. O que você vai ver não é a força da pedra, é a força da repetição. E essa você leva para qualquer outra área da vida.

Pratique agora

Separe uma única pedra e deixe-a no bolso ou na mesa de trabalho por sete dias. Toda vez que você a tocar, respire uma vez fundo e repita mentalmente a frase que você escolheu. Anote no fim de cada dia, em uma linha só, se aquele estado apareceu mais vezes do que no dia anterior.

PARA LEVAR COM VOCÊ

Um guia direto das pedras mais usadas, para que serve cada uma e como escolher sem gastar à toa.

Ao fim da semana releia as sete linhas. O que você vai ver não é a força da pedra, é a força da repetição. E essa você leva para qualquer outra área da vida.