

ARTRITE/ARTROSE

Cristal indicado: **Ametista, Quartzo Azul ou Fluorita**

Óleo Energizante: **Cura**

Sais de Energização: **Cura**

Procedimentos:

Compressa com Sais – Coloque água para ferver. Quando começar a ferver acrescente um dos cristais citados acima. Apague o fogo, tampe o recipiente e deixe a água em repouso por, pelo menos, trinta minutos. Após este período, acrescente na água os Sais de Energização e umedeça um algodão ou lenço branco com esta água e aplique no local. Faça compressas, pelo menos, duas vezes ao dia, por um período de 15 minutos para cada compressa.

Uma vez fervida, a água pode ser usada até o final sem necessidade de voltar a fervê-la.

Massagem com o Óleo – Massageie o local com o Óleo Energizante por uns 5 minutos. Logo após, coloque o cristal no local do corpo a ser tratado ou próximo dele, por pelo menos, 10 minutos. Faça este procedimento duas vezes ao dia.

Escolha um dos procedimentos acima ou, se desejar, faça os dois, sendo que, neste caso, cada procedimento deve ser feito apenas uma vez ao dia.