

## **Ritual para Ansiedade e Estresse**

### Ingredientes:

- **Prato novo (nunca usado) branco ou transparente, de vidro ou plástico para ser usado exclusivamente nos rituais;**
- 1 Sal de Energização Calmante Cristovão Brilho;
- 1 Óleo Energizante Calmante Cristovão Brilho;
- 1 cristal (rolado ou bruto) branco, rosa ou azul;
- 1 rosa branca;
- Papel branco para escrever o nome de 1 pessoa.

### Procedimento:

Coloque o papel já escrito no centro do prato;  
Adicione todo o conteúdo do Sal de Energização;  
Sobre o Sal, adicione todo o conteúdo do Óleo Energizante;  
Retire as pétalas da rosa e jogue sobre o prato;  
Sobre as pétalas, coloque o cristal;  
Deixe este ritual num lugar tranquilo, sem tocá-lo, por 21 dias;  
Depois de 21 dias, ofereça o Ritual (exceto o prato) à espiritualidade, devolvendo-o a natureza (mata, rio, jardim, mar ou plantas).