

FITOENERGIA – ENERGIA ATRAVÉS DAS PLANTAS

No passado, as plantas eram a única fonte de cura ao qual as pessoas tinham acesso. Com o surgimento dos remédios modernos, as ervas medicinais acabaram sendo deixadas de lado, mas, recentemente, suas propriedades voltaram a ser valorizadas, muitas, inclusive, com respaldo científico. Além dos efeitos terapêuticos proporcionados pela ingestão, muitos afirmam que as plantas sejam capazes de nos transmitir energia e é exatamente nisso que a fitoenergia se baseia. Continue acompanhando e saiba mais sobre o assunto.

O Coaching é uma poderosa ferramenta de desenvolvimento humano!

Conheça mais sobre essa metodologia, acesse “Tudo Sobre Coaching”!

O QUE É FITOENERGIA?

Assim como os seres humanos, as plantas nascem, crescem e morrem e, por isso, também são seres vivos e formadas por energia. Desse modo, a fitoenergia se baseia na ideia de que elas sejam capazes de captar as nossas energias e auxiliar a equilibrá-las. Um dos diferenciais desse sistema de cura é o foco no indivíduo e não no problema de saúde em si, pois, para os especialistas em fitoenergia, os pensamentos e as emoções são os principais causadores de doenças.

É importante deixar claro que a fitoenergia é bastante diferente da fitoterapia, pois a segunda se baseia nas propriedades medicinais das plantas e age da mesma maneira que os remédios. Nesse sentido, ingerir uma quantidade exagerada de determinado chá fitoterápico pode ser tão prejudicial quanto uma superdosagem de certos tipos de medicamentos, pois a diferença está apenas no fato de que um é industrializado enquanto o outro é natural.

Já na fitoenergia não há riscos, porque, mesmo que seja realizada através de chás, a quantidade de ervas utilizadas é mínima, visto que a intenção é realmente captar as energias por elas emanadas e não as suas propriedades medicinais. Dessa maneira, os chás indicados por terapeutas fitoenergéticos são praticamente incolores e, além

disso, existem outras formas de tratamento, como sprays, essências e banhos.

COMO O TRATAMENTO DE FITOENERGIA É REALIZADO?

Os profissionais especializados em fitoenergia fazem uma análise completa do paciente, considerando-o de maneira holística, a fim de identificar qual a combinação ideal de plantas para o seu caso. Dessa forma, duas pessoas que tenham um mesmo problema podem receber indicações completamente diferentes, porque não é considerada apenas a questão principal a ser tratada e sim todo o histórico do indivíduo.

Alguns pontos de grande importância em um tratamento de fitoenergia incluem os pontos de energia do paciente, chamados chakras, suas emoções e todos os aspectos que podem estar contribuindo com o problema que ele desenvolveu. É baseado nisso que o profissional irá selecionar as plantas ideais para promover o reequilíbrio energético e, assim, auxiliar o indivíduo na busca pela cura de seu problema.

Depois de definidas as ervas indicadas para cada caso, chega o momento de pensar como elas irão ser inseridas na rotina do paciente. Como disse anteriormente, a forma mais comum é através de chás, entretanto, também é possível utilizá-las para preparar as refeições, em banhos, compressas, entre outros. Lembrando que é fundamental utilizar o modo de uso indicado pelo terapeuta.

PROPRIEDADES FITOENERGÉTICAS DAS PLANTAS

Confira, a seguir, as propriedades fitoenergéticas de 20 plantas bastante conhecidas, muitas, inclusive, por suas propriedades medicinais. Entretanto, dentro do conceito que envolve a energia, os seus benefícios são um pouco mais abrangentes. Vale lembrar que, antes de utilizá-las para este fim, é importante que se oriente com um profissional da área, para que os efeitos desejados possam ser alcançados com sucesso.

Alcachofra: tem efeito relaxante, ajuda a aliviar o estresse e a promover paciência e tranquilidade.

Alecrim: age no subconsciente, auxiliando a eliminar sentimentos e lembranças ruins reprimidas.

Alfazema: promove serenidade e equilíbrio, o que impacta positivamente em todas as áreas da vida.

Anis-estrelado: bom para acalmar pessoas com histórico de agressividade e intolerância.

Arruda: auxilia na liberação de sentimentos reprimidos, como tristeza e frustração, que fazem com que uma pessoa reclame das coisas de maneira excessiva.

Artemísia: bastante indicada para mulheres com problemas nos úteros e ovários e também para aquelas que desejam reduzir os sintomas da tensão pré-menstrual.

Babosa: boa para auxiliar na regeneração da pele, como em caso de feridas, por exemplo, e, além disso, ajuda a regenerar a mente e equilibrá-la.

Boldo: elimina o autojulgamento e a culpa, equilibrando o ego e a expansão da consciência.

Calêndula: gera satisfação e gratidão pelo que se tem, fortalecendo os vínculos com as pessoas próximas.

Camomila: elimina o estresse, promove o perdão, a esperança e o otimismo.

Gengibre: elimina o mau humor e, assim, promove o amor, a aproximação e o entendimento, principalmente entre casais.

Hortelã: proporciona calma e tranquilidade, abrindo os caminhos da vida.

Manjerição: expande a consciência, a busca pelo que é verdadeiro e a percepção em relação às escolhas que se faz na vida.

Capim-cidreira: bom para quem tem problemas para dormir por conta do excesso de estresse e de pesadelos frequentes, proporcionando um sono tranquilo e revigorante.

Carqueja: ajuda a equilibrar o ego e a reduzir o sentimento de posse que é tão prejudicial nas relações.

Cavalinha: atrai leveza e amor para a vida, eliminando o ódio, a raiva e todos os sentimentos nocivos que tanto nos desequilibram.

Chá-verde: bastante indicado para indivíduos com bloqueio para falar em público, pois promove a segurança necessária para se expressar.

Coentro: auxilia na busca pela evolução espiritual, fortalece os valores, além de ajudar a combater os excessos da vida.

Guaraná: estabilidade e fortalecimento emocional, para que situações ruins deixem de ter tanto impacto sobre o indivíduo.

Sálvia: traz criatividade e dinamismo para aqueles que precisam de clareza para se comunicarem com outras pessoas.

Fitoenergética: conheça 6 plantas que promovem bem-estar e saúde



Você sabia que as plantas também tem sua própria energia? Sim, elas podem interferir no bem-estar e equilíbrio de um ambiente com suas propriedades vibracionais. Quem discorre sobre isso é a fitoenergética, técnica terapêutica de promoção da saúde que visa o equilíbrio físico e emocional. “A fitoenergética atua com a concepção básica de que os vegetais podem modificar e gerar influências positivas nos nossos campos energéticos”.

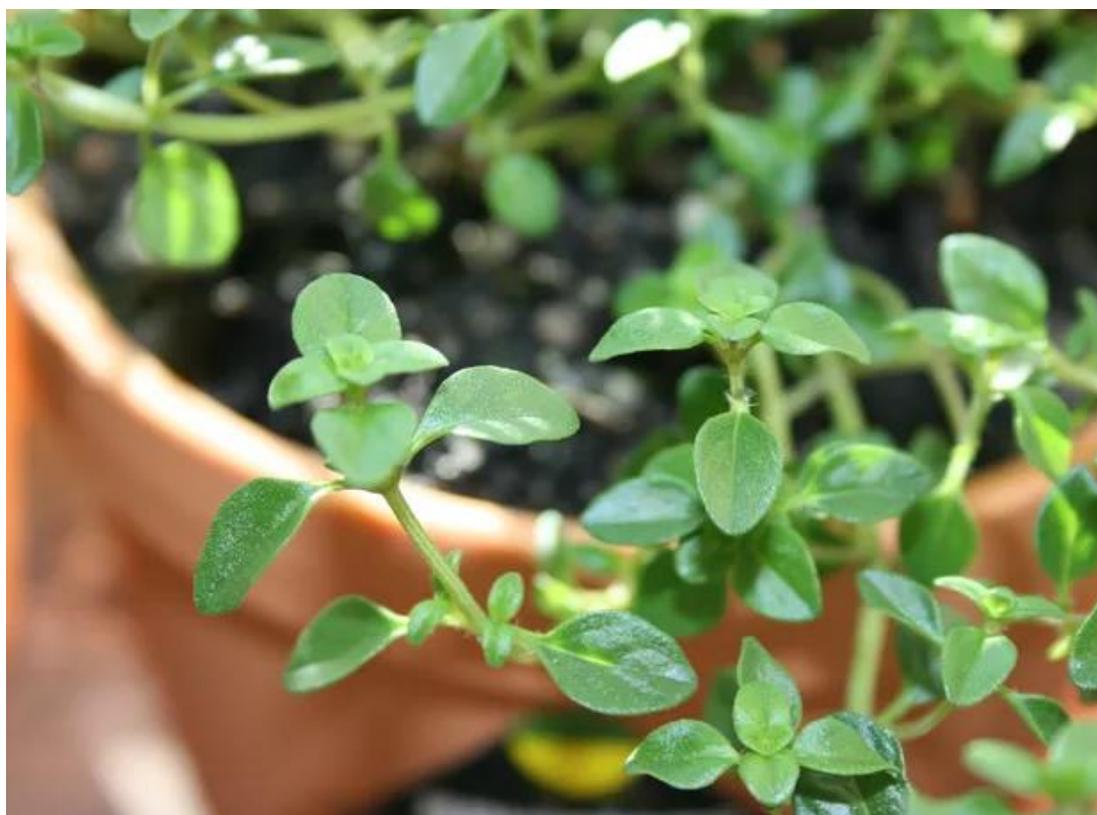
A técnica, reconhecida em 2018 como terapia complementar pelo Ministério da Saúde, foi desenvolvida a partir de pesquisas com bioeletrografia, que permite analisar o campo energético do indivíduo. Em estudo feito com o pesquisador Bruno Gimenes, Patrícia catalogou 118 plantas fitoenergéticas, entre ervas, flores, frutos, raízes, caules e sementes. Elas podem ser utilizadas de forma individual ou coletiva, como por meio da preparação de chás, sucos, temperos, essências e até pela simples disposição no espaço.

“As plantas in natura, com galhos ou plantadas, também propiciam a troca de energia nos ambientes”, diz a pesquisadora. A recomendação da escritora é o uso de sprays ou da vaporização, de forma combinada. O spray deve ser preparado com a infusão normal de um chá e borrifado pelo espaço em até duas horas. No caso da vaporização, a planta deve ser levemente aquecida em um recipiente fechado, depois levado para o local desejado e destampado.

Veja a seguir seis plantas e seus benefícios nos campos emocionais e físicos:

1. Tomilho

O tomilho contribui para o raciocínio lógico, ajudando na organização de objetivos e metas. Ele melhora a comunicação em trabalhos de equipe e aumenta o entendimento entre as partes. No campo físico, a planta ativa a glândula da tireoide e permite sentir o gosto apurado dos alimentos.



2. Alcaçuz

A função fitoenergética do alcaçuz é relacionada à sabedoria: ela ajuda a exercitar a memória, fixando conhecimentos e aprendizados. Além disso, a planta é recomendada para pessoas que estão enfrentando novos desafios, colaborando para a melhora na percepção e no entendimento das mudanças.



3. Centella asiática

A centella asiática pode contribuir para o bem-estar de pessoas estressadas e em um ritmo acelerado, reduzindo a ansiedade. Ela também ajuda a desacelerar a fala, melhorar a dicção e tratar dores de garganta, aumentando a imunidade.



4. Guaraná

Para reduzir o desgaste emocional e o mal-estar causado por negatividades, confie nas propriedades da guaraná. Ela gera estabilidade emocional nos momentos de extrema tensão ou incerteza, proporcionando mais tolerância e paciência.



5. Melissa

A função fitoenergética da melissa, também conhecida como erva-cidreira, é voltada para relacionamentos, ajudando a superar separações complicadas. Outro benefício da planta é criar conduta de honestidade e eliminar traumas da infância, como medo de aranhas e bichos peçonhentos.



6. Pitangueira

Está em busca de esclarecimentos para dúvidas do cotidiano? Utilize a pitangueira para encontrar saídas e caminhos em momentos difíceis. A planta ajuda a gerar vitalidade e imunidade física e emocional.

