

## ÁGUA SOLARIZADA

Você sabe o que é Água Solarizada? É um método simples de energização da água pela luz solar.

A luz do Sol costuma ter um efeito purificador, renovador e revitalizante. Quando bebemos uma água que foi exposta aos raios solares, permitimos que esses benefícios fluam para diferentes partes do nosso corpo, renovando e revitalizando o organismo.

Além de energizar a água pela luz do Sol, é possível aproveitar os benefícios das cores, trabalhando com a Cromoterapia.

### COMO PREPARAR A SUA ÁGUA SOLARIZADA

Basta colocar água filtrada em uma garrafa de vidro transparente e depois envolvê-la com papel colorido, como o papel celofane, por exemplo, na cor desejada. Outra alternativa é usar uma garrafa colorida, que hoje é encontrada em lojas de departamento ou decoração ou mesmo garrafa de vinho ou suco de uva, que costumam ter vidro na cor verde. Nesse caso, elas devem ser bem esterilizadas antes de usar, e lavadas com água quente e sabão. Ou ainda, se você tiver em casa jarras e copos coloridos, também podem ser utilizados. As garrafas e utensílios utilizados devem ser sempre de vidro, nunca de plástico.

Depois de enchê-las de água mineral ou filtrada, devemos expô-las ao Sol.

Qual o tempo necessário?

- Em dias de Sol forte: deixe as garrafas por um período mínimo de uma hora expostas ao Sol.

Sol fraco: devem ficar expostas durante metade do dia.

Em dias chuvosos/nublados: as garrafas devem ficar expostas o dia todo.

O melhor horário para preparar a água é pela manhã, de 8h às 10h, principalmente no inverno. No verão, o Sol da tarde, após às 15h, também é aconselhável. Uma dica é colocar uma pedra de gelo na água. Quando ela derreter, a bebida estará pronta para uso.

Se optar por envolver a garrafa com papel celofane, basta retirá-lo após a solarização. Esse mesmo papel pode ser usado na próxima vez que fizer o procedimento. A garrafa só precisa ficar envolta pelo papel na hora que estiver sendo exposta ao sol.

A luz solar, filtrada pelo vidro, energiza a água, que por sua vez adquire as propriedades da cor selecionada. A água é condutora de energias, inclusive da energia elétrica. Devido a esta capacidade de atrair e reter em si qualquer tipo de energia, tanto positiva como negativa, podemos considerar o elemento aquoso como um acumulador energético. Mas é

importante lembrar que a água solarizada não pode ser fervida e nem congelada, pois as partículas tornam-se neutras, perdendo o seu efeito.

O ideal é tomar um ou mais copos de água por dia.

Podemos destacar os Egípcios, os Gregos, os Chineses e os Indianos no uso das cores para tratar e curar!

**A proposta é utilizar a garrafa de cor VERDE que não apresenta nenhuma contraindicação e é a cor da saúde, cor da cura.**

O significado de algumas cores e como elas podem lhe ajudar:

- **Vermelho** - é estimulante, afasta a depressão e tira o desânimo. É a cor das conquistas, das paixões e da sexualidade. Indicado nos casos de anemia, paralisia, má circulação, pressão baixa, reumatismo, resfriado, bronquites e depressão. É contraindicado para temperamentos sanguíneos e coléricos, febre alta e hipertensão.
- **Amarelo** - é ativadora e dinâmica, age sobre os processos mentais. O amarelo afasta as ideias fixas e aumenta a capacidade de raciocínio. É a cor da inteligência, do estudo e da criatividade. Combate a preguiça funcional dos órgãos internos, estimula o fígado e os intestinos. Vitaliza o coração e todo sistema circulatório. Favorece a defesa imunológica do organismo. Do ponto de vista psicológico estimula o raciocínio lógico, melhora o autocontrole, favorecendo o equilíbrio e o otimismo. Indicado nos casos depressão, eczema, indigestão, constipação intestinal, problemas no fígado, vesícula biliar e diabetes. É contraindicado para insônia, excitação mental, nervosismo, diarreia, gastrite e alcoolismo.
- **Laranja** - é restauradora e regeneradora, traz recuperação depois de um processo destrutivo e oferece a capacidade de refazer o que não está certo. É a cor da coragem, de enfrentar desafios e trazer autoconfiança e autoestima. Indicado nos casos de problemas com o baço, fígado, pâncreas e os rins, cálculos biliares, artrites, reumatismo, bursite, obesidade, torceduras (braço, pé, joelhos, punhos) e problemas respiratórios. É contraindicado para pessoas com insônia.
- **Verde** - é calmante e equilibradora. O verde melhora qualquer estado físico negativo e energiza o corpo e a alma. Indicado para baixar a pressão, baixar a febre, insônia, problemas emocionais, ativar o crescimento das crianças, vitalizar os órgãos do sistema digestivo, vitalizar órgãos do sistema urinário, estimular o pâncreas e nos tratamentos de câncer. Combate infecções, inflamações e intoxicações. O verde não tem contraindicação, mas devemos usá-lo com prudência e não exagerar.
- **Azul** - traz equilíbrio, paciência, harmonia e serenidade, tranquilizando o corpo e a mente. Ajuda nos casos de insônia e estresse. Indicado para problemas de garganta em geral, febres, inflamações, dores de cabeça, insolação, disfunções da hipófise e da tireoide, insônia, queimaduras e nervosismo. É contraindicado para resfriados, tremores de frio, depressão e fadiga.
- **Índigo** - trabalha o equilíbrio energético, a intuição, a proteção, a limpeza e a purificação de ambientes. Indicado para o tratamento de todas as dores, afecções dos olhos, ouvidos e nariz, insônia, dor de dente, eczema e acne. Ajuda a estancar hemorragias. Não apresenta contraindicações.
- **Violeta** - é profundamente espiritual, mística e religiosa. O violeta atua sobre quem está espiritualmente desequilibrado, descrente e sem conexão com as forças divinas. Indicado para exercícios de concentração e meditação, no tratamento de todas as moléstias mentais e nervosas, tumores, câncer, raquitismo, perturbações no baço, problemas na bexiga. Não apresenta contraindicações.

- **Rosa** - trabalha afetividade, amor, harmonia e união, além de ajudar no equilíbrio dos relacionamentos pessoais e profissionais. Indicado para desintoxicar o centros nervosos, tonificar e vitalizar os nervos, favorecer a circulação de todas as cores. Não apresenta contraindicações.

O ideal é tomar a água solarizada de 15 a 30 dias, na cor escolhida, para sentir os benefícios. É interessante começar sempre pela cor verde, para equilibrar o corpo. Depois do período estabelecido, é possível preparar a água em outra cor que sinta necessidade. Poderá, também, intercalar o consumo da água solarizada na cor verde com outra água preparada em uma cor diferente. Nesse caso, o ideal é tomar um copo de água solarizada com o verde pela manhã, e outro copo à tarde ou à noite, de uma água feita em outro tom.

**Não é indicado fazer uso de todas as cores ao mesmo tempo.** Em um processo terapêutico é interessante tratar de uma queixa de cada vez, depois disso, gradativamente, trabalhar outras questões.

#### **PRAZO DE VALIDADE DA ÁGUA**

Depois de pronta, o tempo de validade da água varia, dependendo da cor:

- Cores quentes, como vermelho, laranja e amarelo: se a água ficar na geladeira, a água deve ser consumida em até uma semana. Caso você armazene a bebida em temperatura ambiente, a validade é de, no máximo, dois dias.

- Cores frias, como azul, índigo e violeta: se a água ficar na geladeira, a água deve ser consumida em até uma semana. Caso você armazene a bebida em temperatura ambiente, a validade é de três a quatro dias.

- Verde e rosa: a validade da água é de uma semana, seja em temperatura ambiente ou na geladeira.

Observação importante: A Água Solarizada é um método de energização e não de desinfecção da água.

Referências e imagens:

[www.personare.com.br](http://www.personare.com.br) (Matéria de Solange Lima!)

[www.paganusaeternus.com.br](http://www.paganusaeternus.com.br)

[www.fernandahuoyabrandao.blogspot.com.br](http://www.fernandahuoyabrandao.blogspot.com.br)

[www.isisalada.blogspot.com.br](http://www.isisalada.blogspot.com.br)

[www.docelimao.com.br](http://www.docelimao.com.br)