



Receta de la Abuela para Aliviar el Alma  
(Preparar de noche)

**Ingredientes**

- 1 galón de agua fresca del grifo
- 3 masos de Menta fresca
- 1 cucharadita de ron blanco
- 30 gotas de aceite esencial de menta
- 30 gotas de aceite esencial de geranio
- 4 velas blancas pequeñas (use el juicio)
- 1 vaso de cristal transparente

**Procedimiento**

- Ponga a hervir el agua.
- Cuando hierva, añada los mazos de menta y apague el fuego. Tape la olla.
- Cuando enfríe, BENDIGA EL AGUA, estruje las hojas para que boten el zumo y cuele.
- Ore y afirme todo el tiempo:

**“El Espíritu Santo ilumina mi mente ahora. Todo se desenvuelve para mi bien. Gracias.”**

Lo anterior lo puede hacer en voz alta, en su mente... Del modo que a usted le funcione mejor. Es un mantra.

- Añádale los aceites de menta y de geranio así como el ron blanco.
- Coloque esas aguas benditas en el recipiente que seleccione y sáquelo a un lugar donde las aguas se bañen con la luz de la luna y luego del sol.
- Encienda las velas en recipientes adecuados y las coloca en los cuatro puntos cardinales alrededor del recipiente. Si llueve, no se ocupe. El Universo sabe todo.
- La noche del día siguiente, tibie el agua y luego de bañarse, derrame sobre su su cabeza.

**Es mejor tener una mente clara que pelos arreglados y mente loca.**

Por los próximos ocho (8) días, antes de dormir, encienda una velita, un vaso con agua limpia y ore. Repita el mantra:

**“El Espíritu Santo ilumina mi mente ahora. Todo se desenvuelve para mi bien. Gracias.”**

- Invoque a los ángeles, a los arcángeles, a todo lo bueno y siga afirmando lo mismo.
- Apréndase el mantra. Cada vez que la mente quiera salirse como cabra para el monte, repita el mantra:

**“El Espíritu Santo ilumina mi mente ahora. Todo se desenvuelve para mi bien. Gracias.”**

Me cuenta cómo se siente después de esos nueve (9) días.

**Que la Paz De Dios sea en nosotros.**