

Guia Introdutório: Receitas Alquimistas

5 Receitas Fáceis de Aplicar



 Alquimia Oriental

Direitos Autorais e Termos de Isenção

Direitos Autorais

Este e-book está protegido por leis de direitos autorais. Todos os direitos sobre o e-book são reservados.

Você não tem permissão para vender este e-book nem para copiar/reproduzir o conteúdo do guia em sites, blogs, jornais ou quaisquer outros veículos de distribuição e mídia. Qualquer tipo de violação dos direitos autorais estará sujeita a ações legais.

Termos de Isenção

Todas as informações contidas neste e-book são provenientes de minhas experiências pessoais com o aprendizado de cosmetologia ao longo de vários anos de estudos. Embora eu tenha me esforçado ao máximo para garantir a precisão e a mais alta qualidade dessas informações, acredito que todas as técnicas e métodos aqui ensinados sejam altamente efetivos para qualquer estudante de alquimia natural desde que seguidos conforme instruídos.

Os nomes de marcas, produtos e serviços que podem ser mencionados neste e-book são propriedades de seus respectivos donos e são usados somente como referência. Caso você acredite que alguma parte deste e-book seja de alguma forma desrespeitosa ou indevida e deva ser removida ou alterada, favor entrar em contato diretamente conosco através do e-mail contato@alquimiaoriental.com.br.

Alquimia Oriental não se responsabiliza por danos provenientes da fabricação indevida e/ou do mal uso dos produtos expostos nesse material.

Sobre a Autora

Meu nome é Mariana Pettres e há mais de 10 anos eu estudo a Medicina Oriental. Comecei aos 17 anos quando entrei na faculdade de Naturologia, meus estudos me renderam alguns conhecimentos da medicina Chinesa, Indiana e Xamanismo, porém troquei de faculdade e concluí meus estudos em outro curso.

Mas a ânsia pelos métodos orientais prevaleceram em mim e por iniciativa própria comecei a estudar, pesquisar e aprender cada vez mais o processo da cosmetologia natural baseada nos princípios orientais.

E foi em 2016 que resolvi me dedicar somente a isso onde iniciei a Alquimia Oriental, foi durante todos esses anos que busquei maneiras mais efetivas de aprender uma alquimia cosmética onde possa ser entregue e aprendida por qualquer pessoa e feita por você mesma(o).

Sem precisar depender da indústria dos cosméticos e ser livre de quaisquer química tóxica que possa ser colocada em nossa pele.

Foi nesse ano que iniciei o ensino pela cosmetologia natural com o foco total.

Criei um canal no Youtube, uma página no Facebook, Instagram e também treinamentos online.

Este treinamento é uma das compilações de todos os meus estudos e ideias sobre o aprendizado da cosmetologia natural e tem como objetivo levar meus métodos e minha mensagem para o maior número possível de pessoas que sonham em aprender a cosmética natural, pois eu realmente acredito que qualquer pessoa é capaz de aprender essa cosmetologia, desde que saiba fazer isso da maneira certa!

Livro Laranja

As cores de cada conteúdo estão relacionadas a um conhecimento específico, do qual se inicia pela cor vermelha, depois laranja, amarelo, verde, azul, índigo e violeta.

Os nossos e-books e treinamentos tem um grau de dificuldade que é relacionado a essa sequência de cores e séries das quais você poderá seguir.

Você pode iniciar pelos conteúdos mais fáceis, ou seja, os e-books com a capa vermelha e laranja que trazem informações essenciais que vão te ajudar a iniciar na cosmetologia natural.

1-Capa Vermelha: Contém todo o fundamento que você precisa saber sobre a Alquimia da cosmetologia natural.

2-Capa Laranja: Entregamos algumas receitas fáceis para você poder iniciar a Alquimia em casa.

3-Capa Amarela: Começa a aumentar o grau de dificuldade, nesse e-book você aprende receitas de sais de banho.

4-Capa Verde: Tudo sobre herbalismo, você aprende a despertar o conhecimento pelo xamanismo, criando extratos, tinturas naturais, entre outros através das plantas.

5-Capa Azul: Aprende a fazer saboaria pelo método cold process.

6-Capa Índigo: Maquiagem Natural, a maquiagem natural com os melhores ingredientes e pigmentos para manipulação.

7-Capa Violeta: O nível mais avançado de conteúdo, você aprende a manipular a cosmetologia natural (pele e cabelos) com o conhecimento integral.

Índice

SAIS DE BANHO.....	8
HERBALISMO.....	10
COLD PROCESS.....	12
MAQUIAGEM NATURAL.....	14
COSMETOLOGIA NATURAL.....	16
TREINAMENTOS.....	18

Introdução

Seja muito bem-vinda(o) e obrigada por fazer o download do **Guia Introdutório: Receitas Alquimistas!** Na sua frente encontra-se o melhor guia para aprender sobre os primeiros passos para uma manipulação eficaz da cosmetologia natural.

Eu digo isso não somente por acreditar no conteúdo deste guia, mas também por acreditar em você, acreditar que seguindo todos os métodos e técnicas deste guia você pode e vai aprender o básico para iniciar na cosmetologia natural.

Por mais incrível que pareça, em várias receitas de cosmetologia natural, infelizmente a grande maioria dos métodos utilizados são fracassados ou simplesmente sabe-se muito pouco sobre os ingredientes e a forma de aplicação na criação.

O diferencial deste guia é mostrar a você que é possível aprender a cosmetologia natural sem ter formação ou conhecimento nenhum nessa área.

Digo isso, pois na Faculdade nem sempre nos é passado tanta prática, aplicações e conhecimento afundo, ainda mais com o

uso de ingredientes naturais na cosmetologia natural que é relativamente nova.

A curiosidade pelos métodos orientais, pesquisas e a ânsia pelo conhecimento são os fatores que determinaram o lançamento da minha empresa e marca (“Alquimia Oriental”), que hoje tem canal no YouTube, Facebook, Instagram, Pinterest e treinamentos online.

E tudo isso surgiu dos meus mais de 10 anos pesquisando sobre a cosmetologia natural, ao logo dos quais eu experimentei e testei na prática uma infinidade de métodos, errando muito, porém aprendendo muito também.

E é justamente o como aprender cosmetologia natural, os segredos do que funciona e do que não funciona, que eu ensinarei neste guia. Este guia é único e com ele você não somente aprenderá a estudar cosméticos naturais da maneira certa, mas também estará pronta(o) para aprender qualquer outra receita, pois saberá quais são os caminhos certos na aprendizagem da alquimia da cosmetologia natural e, mais importante, quais são os errados!

Como Usar Este Guia

Antes de iniciarmos, deixe-me explicar como você deverá usar este guia. O guia está dividido em 6 capítulos:

Todo o aprendizado que você deseja ter é diretamente proporcional ao foco e intensidade no que você quer aprender. Isso vale para tudo o que você quiser aprender na vida, não só na alquimia da cosmetologia natural.

Este guia será um grande facilitador, por isso é essencial que você entenda e leve o tempo que precisar para interpretar corretamente cada capítulo, sejam dias ou meses. Lembre-se de que seu objetivo é aprender a alquimia da cosmetologia natural da maneira certa, e não simplesmente chegar ao final deste guia. Se você tiver alguma dúvida ou dificuldade ao longo dos capítulos, entre em contato conosco pelo e-mail

contato@alquimiaoriental.com.br, que nós teremos o maior prazer em ajudá-la(o)!

- 1. Faça Resumos:** Leia com calma e faça resumos dos principais tópicos em um caderno.
- 2. Um Passo Além:** Tire um tempo e expanda seu conhecimento além dos fundamentos ensinados aqui.
- 3. Fique por Dentro:**
 - www.alquimiaoriental.com.br
 - www.youtube.com/c/alquimiaorientalcanal
 - www.instagram.com/alquimiaoriental
 - www.facebook.com/alquimiaoriental

Livro Amarelo:

Sais de Banho





Sais de Banho

Escalda Pés Refrescante

Ótimo para pernas e pés cansados ou inchados:

Fase A: 62,5g Bicarbonato de Sódio

31,25g Ácido Cítrico

2g Araruta em Pó

Fase B: 1,25g Hortelã em Pó

1g Casca de Limão

2g Óleo Essencial de Hortelã-Pimenta

Obs.: Você pode acrescentar salsa em pó, pois tem propriedades antifúngicas.

Coloque 2 colheres de sopa na hora de usar.

Grávidas devem consultar seu médico para uso.

Modo de Fazer

Pegue o recipiente para a mistura e a peneira, vá adicionando na peneira o bicarbonato de sódio, o ácido cítrico e araruta em pó para não ficar nenhuma bolinha.

Adicione folhas de hortelã, casca de limão, o óleo essencial e mexa bem com uma colher.

Deixe essa mistura descansar pelas próximas 3 horas, ela vai endurecer e nesse período de endurecimento você deve ir quebrando essas “bolas” formadas, para que fique um farelo soltinho.

Após essas horas, coloque essa mistura em algum pote ou saquinhos e enfeite com folhas de hortelã.

Use a imaginação para enfeitar e está pronto!

Livro Verde:

Herbalismo



Herbalismo

Pomada

Pode ser usada como pomada, creme ou protetor labial:

Fase A: $\frac{3}{4}$ Camomila e Calêndula

230g Óleo de Oliva

Fase B: 25g Cera de Abelha

Fase C: 2,5g Vitamina E



Obs.: As pomadas herbais são feitas através da criação de um óleo de infusão de ervas, primeiro extraindo as ervas e, em seguida, adicionando cera de abelha ao óleo de ervas infundido, permitindo que a mistura esfrie e endureça. A consistência das pomadas é ajustada adicionando ou reduzindo a quantidade de cera de abelha à mistura.

É ótima para usar em inflamações e alergias, pois contém propriedades calmantes.

Modo de Fazer

Pegue um pote de vidro esterilizado, encha $\frac{3}{4}$ do vidro com as ervas camomila e calêndula. Em seguida, coloque o óleo nessas ervas enchendo até 2cm da abertura, tampe e deixe no sol durante 2 a 3 semanas.

Você pode sacudir todos os dias esse pote com óleo para que extraia as propriedades das ervas nele.

Após esse período, coe e acrescente a fase B nesse óleo colocando em banho-maria no fogo baixo para o derretimento dessa cera.

Retire do fogo, espere esfriar até 40°C, coloque a vitamina E e armazene em um recipiente de vidro hermético.

Você pode substituir a calêndula por palha de aveia e a cera de abelha por candelila (em menor quantidade).

Livro Azul:

Cold Process





Cold Process

Sabonete Básico

- Fase A: 165g Óleo de Coco
165g Óleo de Palma
170g Óleo de Oliva
- Fase B: 155g Água
72,19g Soda Cáustica
- Fase C: 7g Açafrão (pó)
10g Óleo de Amêndoas
- Fase D: 30g Óleo Essencial de Laranja

Obs.: Você pode usar outras cores no lugar do açafrão para colorir seu sabonete.

Modo de Fazer

Comece separando e pesando a fase B (a soda em um becker, depois a água em outro becker). Adicione a soda à água e mexa lentamente para misturar e diluir tudo (em uma área bem ventilada), deixe esfriar.

Separe os ingredientes da fase A para derreter em banho-maria. Misture a fase C em um becker até ficar completamente homogêneo.

Quando a fase A e B estiverem em torno de 50-60°C, despeje a fase B na A misturando com um mixer até o traço ser alcançado.

Em seguida, adicione a fase C e mexa bem, depois adicione a fase D (abaixo de 40°C). Coloque essa massa no molde de sabonete e deixe agir por alguns dias. Retire do molde, corte e deixe curar por 4-6 semanas em uma área seca, girando regularmente, para permitir que todos os lados sequem. Após este período está pronto para uso.

Livro Índigo:

Maquiagem Natural



Maquiagem Natural



Blush em Pó:

Fase A: 7g Tapioca Pure
6,5g Pigmento/Mica Rose
1g Óxido de Ferro Vermelho
0,5g Azul Ultramarino

Obs.: Esse blush tem um tom mais rose.

Modo de Fazer

Pegue o recipiente para a mistura e pese todos os ingredientes.

Misture tudo e está pronto!

Para melhor fixação do blush, é só passar um pouquinho de óleo vegetal no local da aplicação, em seguida passe o blush.

Livro Violeta:

Cosmetologia Natural



Cosmetologia Natural



Barra de Loção

- Fase A: 12g Óleo de Coco
58g Manteiga de Cacau
18,5g Manteiga de Karité
- Fase B: 1g Vitamina E
10g Óleo de Rosa Mosqueta
0,5g Óleo Essencial de Rosa

Obs.: Você pode aplicar massageando essa barra em sua pele e deixar o calor natural do seu corpo derreter a loção.

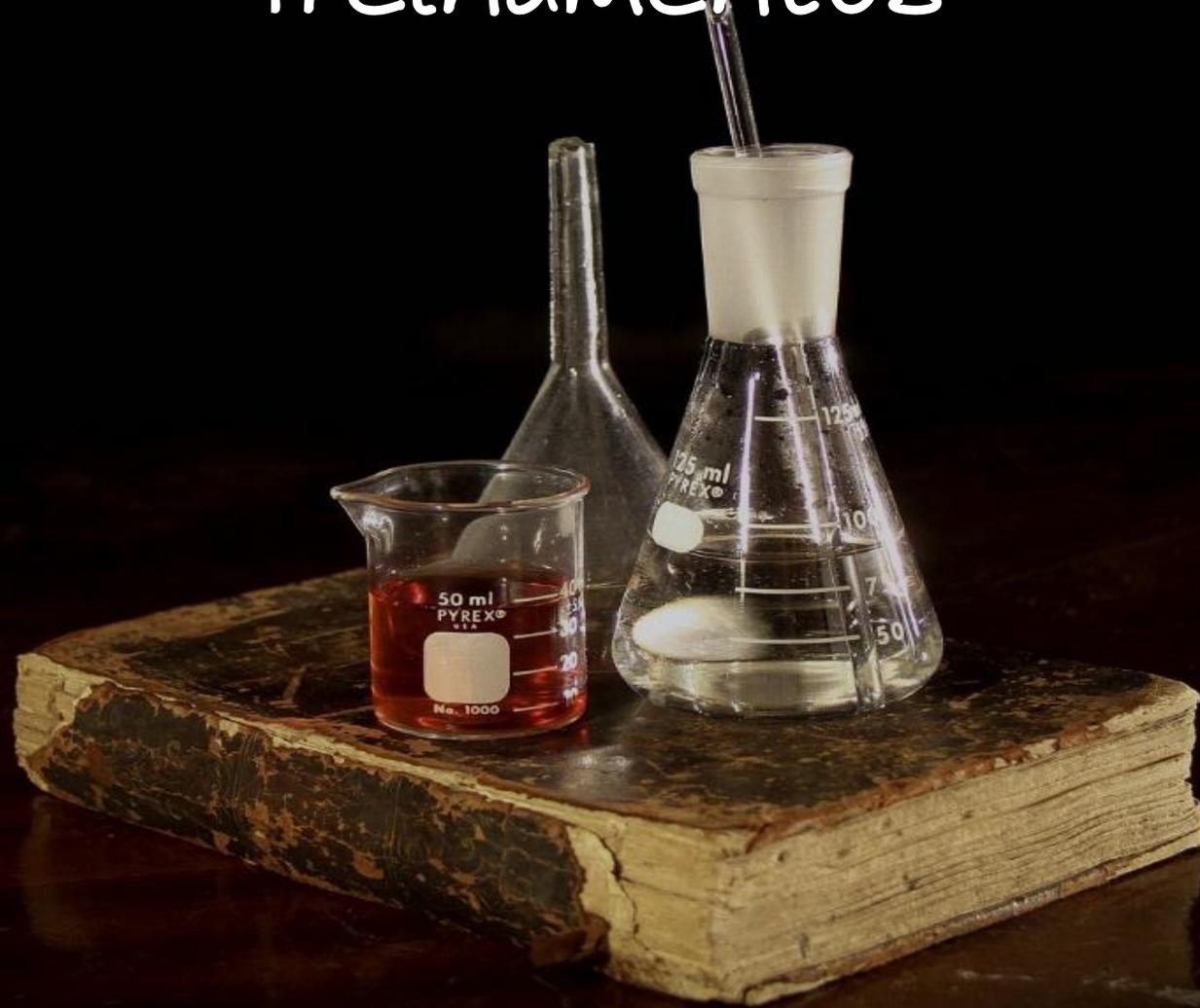
Modo de Fazer

Coloque a fase A em um becker e leve ao banho-maria até derreter. Retire do banho-maria e acrescente a vitamina E e óleo de rosa mosqueta, mexa bem.

Quando esfriar em 37°C pode acrescentar o óleo essencial. Continue mexendo ou leve para a geladeira, é importante mexer em intervalos de 10 minutos até formar o traço. Essa agitação durante a fase de resfriamento forma uma barra suave com boa aparência.

Assim que formado o traço, coloque essa fórmula no molde e leve para geladeira durante 12-24h, depois retire do molde e é só usar!

Treinamentos



E-books



Para saber mais informações sobre cada capa colorida dos livros, acesse:

<https://alquimiaoriental.com.br/e-books/>



Alquimia Oriental

-  Site: www.alquimiaoriental.com.br
-  YouTube: www.youtube.com/c/marianapettres
-  Instagram: www.instagram.com/marianapettres
-  Facebook: www.facebook.com/alquimiaoriental