

Guia de introdução à

MEDICINA DO CACAU

Descubra a história, os benefícios e
um passo a passo simples pra preparar
o seu cacau cerimonial em casa.

MADRE CACAU



SEJA BEM VINDA

Te recebo com amor nessa **comunidade viva**
que é a Madre Cacau. *Sinta-se acolhida e*
abraçada pela Medicina do Coração.

Aqui na Madre Cacau estamos à serviço dessa
sagrada medicina ancestral e é uma honra
imensa receber você por aqui.

Com amor e gratidão,
Fran Fischborn

ANTES DE COMEÇARMOS...

Esse e-book foi criado para lhe apoiar
**nos primeiros passos da sua relação com
a Medicina do Cacau Cerimonial.**

Cacau é uma medicina ancestral, cheia de mistérios, propriedades sutis, benefícios e potências medicinais para o corpo e a alma.

Nenhum livro ou e-book é capaz de transmitir toda a profundidade dessa sabedoria ancestral.

A medicina do Cacau precisa ser vivida na experiência prática e na presença com o corpo.

Por isso, este material foi pensado como uma porta de entrada: simples, educativa e suficiente para que você comece a sua própria caminhada.





Que a conexão com a Medicina do Cacau também seja um convite para voltar ao seu próprio corpo, respirar profundo, nutrir seu coração e se relacionar com o sagrado.

ORIGENS

Além de ser um super alimento, o Cacau também é uma **planta de poder**. *Uma medicina ancestral, usada há milênios por vários povos originários.*

A tradição de consagrar o Cacau como uma bebida cerimonial vem dos povos originários da **Mesoamérica**, especialmente das regiões que hoje correspondem ao México e Guatemala.

Nessas culturas, a bebida do Cacau é compartilhada nos encontros em volta da fogueira, em rituais de cura e de conexão espiritual, em celebrações, casamentos, batizados, etc.



Para todos esses povos, o cacau não é apenas um alimento nutritivo, Cacau também é uma medicina espiritual, símbolo de abundância, conexão divina & portal de abertura do coração e da consciência.

A conexão com o espírito dessa medicina, durante muito tempo, ficou reservado somente aos povos nativos dessas terras, como uma forma de preservar a sua espiritualidade, protegendo dos colonizadores espanhóis que colocaram em risco todos os aspectos da tradição nativa.



As medicinas da floresta permanecem vivas e guardadas pelos povos nativos (que são seus guardiões) até que a humanidade, como um todo, esteja pronta para recebê-la. Reconhecê-la. E honrar o espírito dela.

Na última década a conexão com a Medicina do Cacau despertou no mundo todo. Esses saberes sagrados e ancestrais começaram a ser desvendados e compartilhados.

A profecia Maia de Ix Cacao (como é chamada a deusa do cacau) diz que, quando a humanidade se esquecer de como cuidar e amar a natureza, o espírito dessa deusa vai emergir do coração da floresta pra nos ensinar a amar novamente.

Agora estamos nesse tempo.

A Medicina do Cacau renasce pra nos ensinar a amar.



Nº BRASIL

No Brasil, o costume de consagrar o cacau como bebida cerimonial é algo recente e vem sendo desenvolvido nos últimos anos.

Embora existam registros de que povos originários da Amazônia (principalmente Amazônia peruana) já cultivavam e utilizavam o cacau em seus rituais, por muito tempo *a produção brasileira de Cacau foi direcionada quase exclusivamente à exportação*, alimentando as grandes indústrias do chocolate.

O Cacaueiro, a árvore que gera os frutos do cacau, é uma árvore profundamente ligada à floresta. Ele precisa de calor, umidade e sombra para florescer, e encontra no **sul da Bahia e na Amazônia** condições ideais para se desenvolver, florescendo em ambientes de cultivo agroflorestal.

Nesses territórios, *a relação entre o cacau, a mata e as comunidades locais vem se fortalecendo*, com a chegada da cultura de honrar o cacau como uma planta sagrada e medicinal.



O PREPARO:

- O fruto do cacau nasce em árvores sagradas nas florestas tropicais (clima quente e úmido).
- A colheita é feita à mão, com respeito ao tempo e aos ciclos da natureza.
- As sementes são retiradas e fermentadas naturalmente, envoltas na própria polpa. Um processo de vários dias.
- Depois de fermentadas, a polpa é removida e as sementes de cacau são secas ao sol.
- A torra é leve e feita em fogo baixo, mantendo as propriedades medicinais e sutis do cacau.
- As sementes então são descascadas e moídas, até se transformarem em uma massa.
- Por fim, o cacau passa por um processo de temperagem, para dar ao cacau consistência homogênea.
- Ele então é embalado. Sem açúcar, sem aditivos, apenas cacau em sua forma mais pura. Pronto para ser consagrado como medicina.



A ALQUIMIA DO CACAU

Qual é a fórmula mágica que torna o Cacau uma super Medicina para o Corpo, as Emoções e a Alma?

*O cacau tem um mix de substâncias muito potentes: anandamida, serotonina, dopamina, ocitocina e magnésio (entre outras) que formam a chamada **bioquímica do êxtase**.*

Quando atuam em conjunto, essas moléculas nos conduzem a estados elevados de consciência, relaxamento profundo, contentamento, felicidade e sensação de bem-estar.

Podem abrir portais de cura emocional, resgatar memórias ancestrais e despertar dons da alma.

Por isso que o Cacau se revela uma medicina potente, natural e amorosa, com efeitos antidepressivos e reguladores do sistema nervoso.

Podendo se tornar uma grande aliada no caminho de reconexão com o corpo, de liberação emocional, de reencontro com o nosso propósito e de retorno às nossas raízes ancestrais.

A BIOQUÍMICA DO ÊXTASE

- **Anandamida**

Conhecida como o neurotransmissor da felicidade, a anandamida é uma molécula única, encontrada apenas no fruto do cacau. Ela desperta estados de bem-aventurança, entrega e fluidez, o chamado estado de flow. Tem propriedades antidepressivas e alivia dores crônicas. O nome vem do sânscrito Ananda, que significa “plenitude”.

- **Serotonina**

O cacau é fonte de triptofano, aminoácido essencial para a produção de serotonina, neurotransmissor que acalma, estabiliza o humor e traz uma sensação de contentamento. Promove clareza emocional e desperta uma percepção mais amorosa sobre si mesma e sobre a vida.

- **Magnésio**

Riquíssimo em magnésio, o cacau ajuda a relaxar os músculos e aliviar tensões físicas e emocionais. Coração e útero, ambos músculos, se beneficiam profundamente dessa ação relaxante.

- **Dopamina**

O cacau também estimula a produção de dopamina, o neurotransmissor do entusiasmo, da motivação e da criatividade. Ela desperta o foco e o impulso de realizar, trazendo energia, vitalidade e clareza de propósito.

- **Ocitocina**

Conhecida como o hormônio do amor e da conexão, a ocitocina é produzida em grandes quantidades durante o parto, a amamentação e o orgasmo. A ocitocina também é o hormônio da conexão espiritual: abre o coração à comunhão com a vida, ao sentir profundo e à presença plena.

A MEDICINA DO CORAÇÃO

O Cacau é conhecido como a medicina do coração.

Ele atua tanto no órgão físico coração, como no campo energético e sutil que corresponde ao chakra ou centro energético do coração.

No campo físico, o Cacau contém compostos **vasodilatadores que aumentam o fluxo de sangue**, fazendo com que o coração pulse com mais vitalidade e o sangue flua e circule livremente por todo o corpo.

Esse movimento traz oxigenação, nutrição e calor aos tecidos, despertando uma sensação de presença, calor, expansão e de energia circulando pelo corpo.

Por ter esse efeito vasodilatador, **o Cacau é uma super medicina cardioprotetora**, ajudando a prevenir desordens e sendo uma medicina aliada para o cultivo da saúde cardíaca.



A MEDICINA DO CORAÇÃO

No campo sutil, a sua medicina atua diretamente sobre a **glândula Timo**, localizada atrás do coração, centro energético ligado à alegria, à confiança, à felicidade e ao amor.

Ao estimular a Timo, memórias e emoções guardadas podem ser liberadas e processadas. Além disso, com a glândula timo e o próprio órgão do coração sendo ativados, uma energia amorosa é desperta e começa a se expandir e fluir pelo corpo.

É por isso que, ao beber o Cacau, sentimos o peito se abrir: o coração se dilata, o sangue, as águas e as emoções voltam a fluir e com isso o campo energético se expande.

Cacau se torna a Medicina do Coração pois nutre tanto o órgão físico do coração, com sangue e oxigênio, como também o campo energético e sutil do coração, com presença, cura, acolhimento, energia amorosa e de reconexão com a alma.



CACAU CERIMONIAL



O cacau cerimonial que ofertamos aqui na Madre Cacau é **100% puro, orgânico, artesanal e agroflorestal**, cultivado no sul da Bahia, por uma comunidade que cuida da Terra com respeito e consciência.

Todo o processo, desde o cultivo até o preparo do cacau, é feito com muito propósito e intenção.

O QUE É UM CACAU CERIMONIAL?

- O cacau cerimonial precisa ser orgânico e 100% puro, somente cacau.
- Seu cultivo é sustentável e regenerativo, em sistema agroflorestal e/ou biodinâmico.
- A colheita é manual, feita no tempo certo, respeitando os ciclos da natureza.
- As melhores sementes são selecionadas com cuidado, em um processo artesanal.
- A fermentação e a torra são realizadas em temperaturas ideais, para preservar suas propriedades medicinais e sutis.
- Precisa ser em barra (com a sua manteiga integrada). Não pode ser cacau em pó.

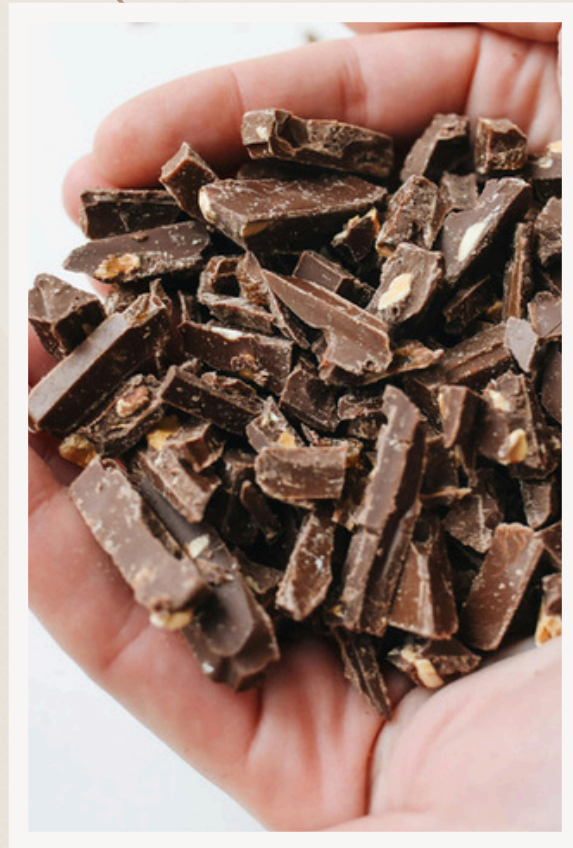
COMO *PREPARAR*
O SEU CACAU
CERIMONIAL





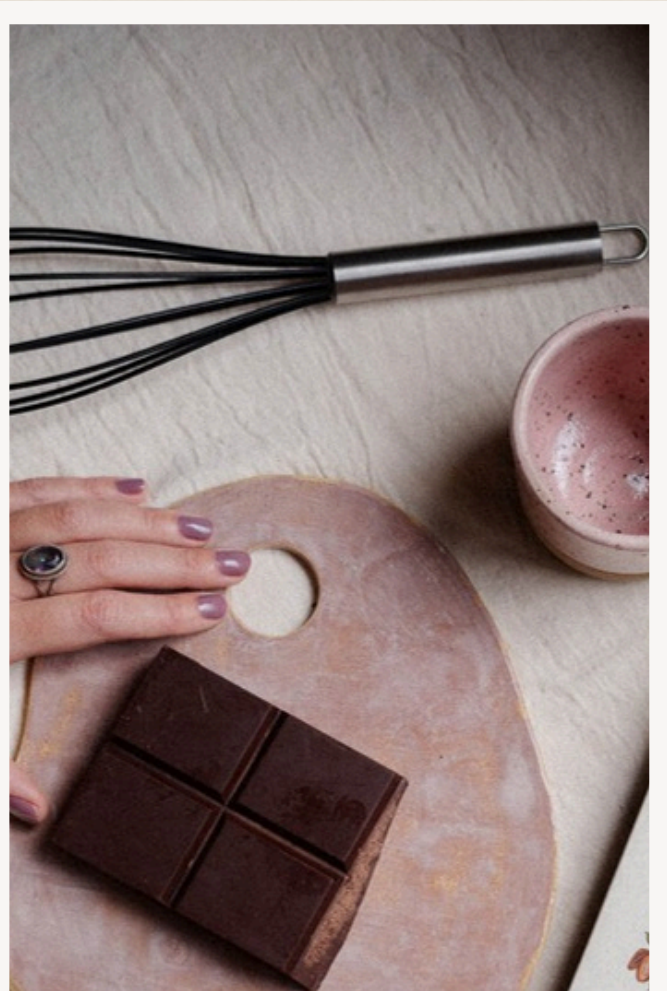
1. Pese e Corte

Comece cortando o seu cacau com uma faca, em pedacinhos bem pequenos. O ideal é ter uma balança para pesar a quantidade certa, que varia de 10 a 20gr, dependendo da sua intenção. Se não tiver balança, separe 1 a 2 CS. (2 CS equivale à mais ou menos 15gr).



2. Dilua e Misture

Misture esse cacau ralado com 1 xic (pequena) de água filtrada em uma panela ou leiteira. Leve ao fogo baixo mexendo com um fué. Mexa o cacau com intenção e presença, sentindo o aroma e se conectando com a sua intenção. Desligue antes de ferver. Não deixe chegar em ponto de fervura.



🌸 3. Adicione especiarias

Você pode adicionar especiarias a seu gosto e até mesmo um pouco de melado para adoçar. A receita original é feita apenas com Cacau e água, mas use a sua criatividade para criar e provar diferentes combinações.

Sugestões: Canela, noz moscada, anis, cardamomo, cravo, raspas de laranja, pimenta rosa...



🌸 4. Deixe + Cremoso

Para o cacau ficar mais cremoso, é ideal bater ele com um mixer ou até mesmo no liquidificador. Como o cacau tem bastante gordura, é necessário bater bem para incorporar com a água. Pode fazer isso com um fue ou com o Molinillo, que é um instrumento tradicional mexicano, feito de madeira, usado para misturar e criar espuma no cacau.



🌸 5. Prepare seu espaço

Prepare um espaço aconchegante e confortável para você se conectar com a essa medicina. Tenha por perto elementos que te tragam inspiração, ascenda uma vela, um incenso, coloque uma música gostosa. Tenha um caderno e caneta por perto, talvez um oráculo ou livro para se inspirar. Crie o seu próprio ritual de conexão.



🌸 6. Conecte com o coração

Cacau é a medicina do coração, então antes de beber, traga o cacau para perto do seu coração, sinta seu calor e aroma & sussurre a sua intenção e gratidão. Abra seu coração para que essa medicina adentre mais profundo, lhe trazendo cura e te preenchendo com a energia amorosa, nutritiva e criativa de Madre Cacau.





IMPORTANTE

- **A quantidade de Cacau** a ser usada varia muito para cada pessoa e intenção. Uma dose diária, para ser consumida com mais frequência, varia de 8 a 15 gramas. Já uma dose cerimonial, para mergulho profundos (e esporádicos) varia de 20 a 30 gr.
- Quando sentir vontade, pode usar **leite vegetal** no lugar da água ganhando uma textura mais cremosa e mais parecida com um chocolate quente. Mas lembrando que a receita tradicional é feita com água.
- Você pode adicionar melado, tâmaras ou açúcar de coco **para adoçar**, caso sinta vontade. Mas é recomendado consumir o cacau medicinal puro, para realmente sentir seus efeitos e benefícios.
- Segundo a medicina Ayurveda, **não se usa mel** em bebidas quentes. Quando aquecido o mel pode ser prejudicial. Diferente do mel cru que é um néctar maravilhoso para a saúde.

CONTRA INDICAÇÕES

- **Pessoas com Hipertensão arterial:** Cacau é rico em teobromina, o que pode aumentar a frequência cardíaca e estimular o sistema cardiovascular. Pessoas com pressão alta precisam ter mais cuidado e consumir doses menores.
- **Doenças cardíacas graves:** Como aumenta o fluxo sanguíneo e estimula o coração, pode ser delicado para quem tem arritmias, insuficiência cardíaca ou histórico de infarto.
- **Gravidez e amamentação:** O consumo em pequenas doses pode não ser problema, mas o uso regular e em doses cerimoniais é desaconselhado, já que a teobromina atravessa a placenta e pode estimular o bebê.
- **Uso de antidepressivos ISRS ou IMAO:** Pode haver interação com a serotonina, aumentando risco de síndrome serotoninérgica (mais para doses altas).
- **Problemas hepáticos ou renais:** A metabolização da teobromina exige fígado e rins saudáveis. Em excesso, pode sobrecarregar esses órgãos.

PORQUE CRIAR OU
PARTICIPAR DE UMA

CERIMÔNIA DE CACAU?





A INTENÇÃO DE UMA CERIMÔNIA

Uma Cerimônia de Cacau pode acontecer de forma coletiva ou individual.

O principal objetivo é criar um espaço sagrado e seguro para nos conectamos com o espírito da planta e receber a sua medicina com mais presença e intenção.

Cada cerimônia é muito única, mas pode incluir meditação, música, dança, escrita, arte, partilhas, práticas de conexão e de autoconhecimento.

A cerimônia de cacau é um convite para abrir o coração, para criar uma conexão mais íntima com o próprio corpo & acessar a sabedoria espiritual que existe em cada um de nós.

O PODER DAS CERIMÔNIAS

A medicina do cacau age de forma sutil, mas profunda.

Ela nos conecta com as nossas emoções e sensações, amplia a escuta interna, desperta a intuição e melhora a nossa capacidade de estar presente no próprio corpo.

Para sentir e receber todos os benefícios que o cacau pode nos trazer, precisamos cultivar a **capacidade de estar em presença**, nos sentindo seguras e em conexão com o corpo.

Só assim conseguimos acessar a real potência dessa sagrada medicina.

Por isso o contexto de **Cerimônia amplia muito os efeitos e benefícios energéticos e espirituais do cacau**, pois criamos um ambiente adequado e dedicamos tempo e presença para mergulhar na experiência.



CONTINUE A SUA JORANDA COM A MEDICINA DO CACAU

Instagram:
[@madre_cacau](#)

Site:
[Acesse o site aqui](#)

O que você encontra na Madre Cacau:

- Cacau Cerimonial
- Cerimônias presenciais
- Encontros online
- Conteúdos gratuitos



ESSE FOI SÓ O PRIMEIRO PASSO:

Espero que este e-book tenha inspirado os seus primeiros passos nessa jornada de conexão.

Que cada gole de cacau fortaleça a sua conexão com o seu corpo, com a natureza e com o seu coração.

Lembrando que a verdadeira medicina e sabedoria do Cacau só pode ser descoberta na experiência.

Com amor e gratidão,

Fran Fischborn

