

COMO TER UM



MAIS POSITIVO

RITUAIS E SIMPATIAS SÃO ALGUNS DOS ELEMENTOS MAIS USADOS NA CHEGADA DE UM NOVO ANO. MESMO QUEM NÃO ACREDITA EM NADA, DISSO PODE APOSTAR EM ALGUMAS DICAS PARA UM CICLO MELHOR

POR AILIM CABRAL

A virada de 2021 para 2022 teve um gostinho especial. A energia do recomeço veio com ainda mais força, e a perspectiva de dias melhores preenche até mesmo os corações mais receosos. A esperança, com o auxílio da terceira dose da vacina, permite novos planos, sonhos e inspira mudanças positivas.

Para começar com o pé direito, algumas simpatias e rituais de réveillon foram a escolha dos mais espiritualizados para a virada do ano. Banhos de ervas, limpezas energéticas e preces de proteção são algumas das práticas para garantir um 2022 mais auspicioso.

Mas e quanto aos mais céticos, que não acreditam em energias espirituais e, ainda assim, desejam um ano mais próspero? As crenças não devem

limitar os sonhos e desejos de libertação. Pequenos hábitos, como ouvir uma música gostosa ao acordar, acompanhado de uma xícara de chá quente, podem mudar todo o seu dia. E até seu ano.

Para a bióloga e terapeuta Carla Moreira Ramos, 42 anos, todo fim e início de ano são marcados pelo sentimento de renovação. "Ninguém quer virar o ano e ter a mesma vida de antes, por melhor que tenha sido. Todos procuram e esperam