

espiritual. Ela também costuma ofertar rosas brancas a Iemanjá e reforçar a importância de oferendas orgânicas, que não deixem resíduos na natureza. “Na Umbanda, temos uma preocupação muito grande com o meio ambiente, então cada vez mais estimulamos essa consciência com relação às oferendas que deixamos para os orixás.”

Este ano, a virada foi em Brasília e, para garantir a renovação, Maysa investiu em um banho de ervas e acendeu uma vela para seu anjo da guarda. Ela preparou também um altar com flores e fez diversas orações em agradecimento. Com o banho em dia e a vela acesa desde o dia 31, agora Maysa espera pelo dia 20, em que comemora o orixá Oxossi.

A analista de recursos humanos se tornou umbandista há quatro anos, mas conta que, mesmo antes de

ter o conhecimento religioso aliado aos rituais, fazia algumas simpatias. “Agora, eu tenho um conhecimento que embasa esses rituais que tantos fazem, como o banho de mar e a oferta de flores”, acrescenta.

Além dos rituais em busca da abertura de caminhos, agradecimento e proteção, Maysa carrega sempre consigo um amuleto — uma guia de proteção sempre lavada com ervas e que garante que ela esteja acompanhada de energias benéficas.

Este ano, assim como em 2021, Maysa fez uma prece de agradecimento no dia 31. Apesar de ter sofrido com a perda de alguns parentes de amigos, como o pai de sua melhor amiga, ela não perdeu nenhum familiar para a covid-19. “É uma prece muito especial, de agradecimento, e também enviando boas energias para quem precisa e está sofrendo.”

Marcelo Ferreira/CB/D.A Press



Iara Carvalho: “Quando agimos com a caridade, o resultado é bom”

## Banhos de ervas

Dicas da espiritualista da plataforma iQuilíbrio, Juliana Viveiros

### Banho para prosperidade

#### Ingredientes

- 5 folhas de louro
- 1 litro de água
- 3 paus de canela
- 7 gotas de essência de baunilha
- 1 colher de sopa de açúcar cristal
- 1 colher de sopa de sal grosso
- 1 vela amarela

#### Modo de fazer

Para fazer o banho de sal grosso e açúcar, pegue a água, coloque para ferver e adicione os ingredientes, menos a vela. Desligue o fogo, tampe a panela e deixe o líquido esfriar um pouco.

Coe toda a mistura e jogue do pescoço para baixo. Fazer o banho de higiene habitual, deixando secar naturalmente. Pegue a vela, acenda e faça uma oração pedindo prosperidade e agradecendo por tudo que aconteceu no seu ano. Com o restante que foi

coado, os restos materiais, faça o despacho em um lindo jardim que julgue próspero.

### Banho para sorte e proteção

#### Ingredientes

- 1 ramo de arruda
- 1 maço de guiné
- 1 espada de São Jorge
- Vasilha
- 1 litro de água

#### Modo de fazer

Ferva 1 litro de água, pique todos os ingredientes, abafe o conteúdo com uma tampa, desligue o fogo e espere esfriar. Despeje toda essa mistura sobre o corpo, sempre do pescoço para baixo. Mentalize o Arcanjo São Miguel e peça todo o amparo no ano que acaba de se iniciar. Esse é outro ótimo banho para começar bem o ano.

### Banho para saúde

#### Ingredientes

- 1 punhado de lavanda, camomila, manjerição roxo e alecrim
- 10 pétalas de rosa branca
- 1 litro de água

#### Modo de fazer

Ferva 1 litro de água e misture todos os ingredientes. Tampe, desligue o fogo e deixe esfriar. Depois banhe-se como de costume e despeje toda mistura do pescoço para baixo.

### Banho de ervas para um novo ano

O banho de ervas para um novo ano pode ser realizado para começar bem o ano, nos primeiros dias de janeiro.

#### Ingredientes

- 3 folhas de guiné
- 3 folhas de eucalipto
- 3 punhados de cravo em pó ou 3 cravos da índia inteiros
- 1,5 litros de água

#### Modo de fazer

Coloque a água para ferver. Quando estiver fervendo, desligue o fogo e adicione as ervas. Deixe a mistura em infusão por alguns minutos. Tome seu banho de higienização normalmente e, depois que terminar, jogue esse chá em seu corpo, sempre do pescoço para baixo.