

## **19. Banhos**

Os banhos são importantes instrumentos para reequilíbrio energético. Para descarregos e reenergização, os banhos são importantes fontes de energia da natureza.

O homem necessita da energia original, ancestral, energia divina da natureza e é através dos banhos que encontramos uma fácil, porém poderosa maneira de nos reconectarmos com essas energias.

### **19.1. O Sal Grosso**

Constitui um elemento de neutralização energética. O uso do sal grosso ajuda a captar e destruir energias negativas. O banho de sal grosso pode ser tão poderoso que pode dissipar até mesmo energias positivas.

É importante explicar que o sal grosso mais indicado para o uso energético é aquele sem adição de iodo que é vendido nas casas de artigos religiosos. Na falta deste, o sal grosso para churrasco, mesmo não sendo o melhor, também poderá ser utilizado.

#### **Copo de água com sal grosso**

Pode ser utilizado sem contra indicações, próximos a passagens, atrás das portas da entrada principal ou dos quartos, e até mesmo embaixo de nossas camas.

Atrai e dissipa energias negativas impedindo que elas se fixem em nós ou nos ambientes.

- pegue um copo de vidro comum
- complete com 1/3 de sal grosso
- adicione água até atingir 2/3 do espaço do copo (1/3 até a borda ficará vazio)
- coloque no local desejado

Observe diariamente o comportamento do copo. Quando uma grande energia negativa for absorvida, ele “ferverá” como se tivéssemos adicionado um sal de frutas na água. Quando isto ocorrer, retire o copo,

jogue seu conteúdo sob água corrente. Lave o copo e repita esta operação quantas vezes desejar.

### **Na entrada de casa**

É extremamente recomendado que deixemos um copo de água com um pouco de sal grosso na entrada de nossas casas. Não somente para cortar fluxos negativos de energia, mas principalmente para utilizarmos como meio de descarrego antes de entrarmos em casa, com o objetivo de não entrarmos com companhias ou energias indesejadas.

Muitas vezes percebemos que no final de um dia estamos carregados negativamente. Essas cargas podem ser apenas energias ou até mesmo espíritos sofredores e obsessores que se acoplaram em nós de alguma forma.

Muitas vezes por um dia pesado no serviço, ou na visita de alguém extremamente negativa, quando vamos a hospitais e funerais; nesses dias tenha certeza de que por mais otimistas que sejamos, passamos a carregar algo indesejado.

Então deixe um copo de água com sal grosso na entrada de casa. Pode ser na garagem ou jardim, mas em local que não precisemos entrar efetivamente dentro de nossa casa para pegá-lo.

Ao chegar em casa, pegue o copo de água com sal, vá até a calçada e, de costas para a rua, jogue esta água para trás com a mão direita, por cima do ombro esquerdo. Entre em casa sem olhar para trás e bata os pés no chão antes de entrar. Isso vai fazer com que você não coloque dentro da sua casa algo que você não quer.

### **Como decoração**

Uma forma mais elegante de se fazer uma mironga parecida é utilizando um vaso transparente, coloca-se sal grosso até onde desejar e decora-se com três ou sete pimentas vermelhas. Neste caso colocamos o vaso à vista das pessoas. Perceba que não usamos água neste caso.

## **O banho de sal grosso**

Utilizado popularmente até por quem não é umbandista, o banho de sal grosso é muito popular para remover as cargas negativas.

Como fazer um banho com sal grosso:

- Em uma caneca, coloque sete punhadinhos de sal grosso;
- Adicione água morna ou a própria água quente do chuveiro e dissolva o máximo do sal;
- Após o banho normal de higiene, jogue a solução no corpo, do pescoço para baixo, dando preferência para a área central do corpo, tanto na parte de trás quanto na frente. É importante também banhar os ombros.

Jamais jogue o banho de sal no alto da sua cabeça!!!

Por fim, o banho de sal grosso dissipa todas as energias, tanto positivas quanto negativas, e, por isso, lhe deixa muito exposto. É necessário complementar sempre com outro banho, seja de açúcar ou seja de ervas.

## **O banho de açúcar**

O banho de açúcar ajuda a recompor nossa energia e a defesa de nosso perispírito, permitindo que uma nova proteção energética se forme a partir da nossa energia irradiada.

Deverá ser tomado após o banho de sal grosso, preparado da mesma forma, colocando-se apenas açúcar no lugar do sal. Pode-se utilizar tanto o açúcar cristal quanto o refinado.

O banho de açúcar não tem o mesmo efeito de um banho de ervas, mas é uma excelente solução na falta delas. Muitos ainda defendem que o banho de açúcar ajuda a “adoçar” a sua vida, a sua energia e até a relação com seu anjo de guarda.

## **19.2. As Ervas**

Como já dissemos, as ervas são fundamentos importantes para a reconexão com os Orixás, que vem a ser a energia da natureza.

## **O banho de ervas**

Ao prepararmos um banho de ervas, retiramos a seiva, a essência vital da planta, que é a energia que desejamos colocar sobre nós.

Como verificamos em nosso resumo sobre os Orixás, cada Orixá possui um conjunto de ervas que o auxilia a se conectar com o poder específico daquela energia.

Sendo assim, se desejamos aumentar nossa disposição para o trabalho, nossa força ou criatividade, tomamos um banho com ervas de Ogum. Para nos entendermos melhor com nossa família, usamos as ervas de Iemanjá. Para trazer concentração e conhecimento, Oxóssi. Para prosperidade, Oxum e Xangô. E assim por diante.

Os banhos de ervas deverão ser feitos com ervas frescas ou secas, sempre na quantidade ímpar de qualidade de ervas. Ou seja, 1, 3, 5 ou 7 qualidades de ervas diferentes em um banho.

Sugiro que não misturem as ervas de um Orixá com outro. Se precisar da força de mais de um Orixá, tome um banho primeiro e após 3 dias tome outro, e assim sucessivamente.

## **Fazendo um banho com ervas frescas**

As ervas frescas sempre serão mais desejadas que as secas. Ervas frescas possuem mais seiva e por isso mais propriedades da natureza.

- Separe a erva ou as ervas que irá usar no banho;
- lave as folhas;
- em uma caneca aqueça água até a temperatura que seja suportada pela pele (de morna para quente);
- lave bem suas mãos e braços até os cotovelos;
- coloque as ervas na água e macere com as próprias mãos;
- durante o processo mentalize a energia ou Orixá que deseja se conectar. Pode também mentalizar o objetivo que deseja alcançar;
- depois de alguns minutos neste processo, cubra o preparado e deixe descansar por mais alguns minutos.

- Coe o preparado e depois do banho de higiene, jogue a solução do pescoço para baixo, dando preferência para as áreas centrais do corpo, tanto na frente quanto na parte de trás.

### **IMPORTANTE**

Mais uma vez, o equilíbrio energético é imprescindível. Energias negativas podem alterar a função essencial das ervas que maceramos. Caso necessário, utilize o exercício de relaxamento mostrado no curso.

### **Fazendo um banho com ervas secas**

As ervas secas são mais práticas e sabemos que no mundo de hoje é muito difícil termos acesso à canteiros de ervas. Por isso, são as mais utilizadas pelos umbandistas.

- Separe a erva ou as ervas que irá usar no banho;
- em uma caneca aqueça água mas não deixe ferver. Apague o fogo antes;
- coloque as ervas na água e misture com uma colher;
- durante o processo mentalize a energia ou Orixá que deseja se conectar; Pode também mentalizar o objetivo que deseja alcançar;
- cubra a caneca com uma tampa ou guardanapo para abafar o preparado;
- Coe o preparado e depois do banho de higiene, jogue a solução do pescoço para baixo, dando preferência para as áreas centrais do corpo, tanto na frente quanto na parte de trás.

### **IMPORTANTE**

No caso de ervas secas o equilíbrio pouco influi na preparação do banho.

As ervas que sobram depois de coadas deverão ser devolvidas à terra sempre que possível. Em último caso, jogue no lixo.