

Banho de ervas: como fazer, para que serve e quais são os benefícios

Alguns ajudam a trazer tranquilidade, outros focam no equilíbrio, na área profissional e há até os que auxiliam em questões amorosas, sabia?



Você já deve ter ouvido por aí sobre os benefícios das plantas e folhas para o nosso corpo. E, além de serem ótimas para a saúde do organismo, elas também são itens poderosos para renovar e limpar nossas energias. A prática de utilizar esses ingredientes para essa finalidade é muito antiga, mas ainda existem dúvidas sobre o assunto.

Para começar a desvendar esse mundo, é importante ressaltar que, apesar de várias religiões trazerem os banhos como uma opção, eles não estão diretamente ligados a nenhuma crença. Esse ainda é um mito que persiste nos dias atuais.

Assim como nosso corpo, as plantas também são feitas de energia. Por isso, quando potencializamos alguma questão importante através delas, isso reflete em nossa vida. As ervas conseguem moldar essas energias e atuam dependendo das propriedades presentes nelas. Existem algumas que ajudam a trazer tranquilidade, outras focam no equilíbrio, há as que auxiliam nas questões amorosas, conquistas profissionais e até afloram seu poder de sedução.

O poder da cada erva

O principal benefício dos banhos de erva é potencializar o poder das energias que queremos trazer para nossas vidas. Além de relaxante, ele também perfuma o ambiente e possui uma série de benefícios medicinais que agem tanto no corpo físico quanto no espiritual.

Saber qual planta é a ideal para cada caso pode ser complicado, mas alguns truques simples ajudam. “As plantas que são mais pontudas costumam atuar na área de defesas, proteção e abrem caminhos. Já as arredondadas, falam mais sobre emoção. Quando são folhas mais finas, elas tendem a ajudar no equilíbrio e as grossas, na expansão”.

Para facilitar ainda mais sua vida, os especialistas fizeram uma listinha de ervas e seus benefícios. Olha só:

Amor

Verbena, hibisco, dama da noite, angélica, azaleia, canela, cravo, romã e anis estrelado.

Limpeza

Alecrim, alfazema, arruda, eucalipto, guiné, manjerição, sálvia, boldo e abre caminhos.

Proteção

Patchouli, casca de alho, aroeira, bambu, rosa branca, jasmim, flor de laranjeira, comigo ninguém pode e cebola.

Como fazer o banho

As ervas podem ser utilizadas através dos óleos essenciais, frescas ou secas, mas também é possível apostar nelas por meio dos aromas. Se preferir, vale usá-las em sabonetes ou perfumes que emanam aquilo que você deseja, nesse caso, não será tão forte quando o banho, mas cumprirá a função básica.

A verdade é que não existe uma regra única, a receita depende muito da vertente que será seguida. “Na bruxaria, separamos a erva (cerca de duas colheres de sopa para um litro de água) e fazemos uma oração para eliminar qualquer negatividade que pode estar presente e ativar as propriedades fitoterápicas”.

“Para folhas e flores, elevamos a temperatura da água até quase o ponto de fervura para depois jogá-las e tampar a panela por cerca de três minutos para que elas possam soltar suas propriedades. Com cascas ou plantas mais duras, podemos deixar na panela por um minuto com a água fervendo antes de abafar”. Algumas pessoas acreditam que não é bom utilizar as ervas do pescoço para cima, por conta de crenças e religiões específicas. “Quando você trabalha com espiritualidade livre, defendemos a liberdade da fé. Isso significa que você pode tomar banho da cabeça pra baixo, mas se existe alguma restrição de religião, é preciso seguir.

Ervas em número impar

Você já deve ter ouvido por aí sobre o banho de sete ervas, certo? Isso não acontece por acaso! Além do mix conseguir trazer os benefícios de cada folha, a quantidade usada também tem um significado. “Assim como as plantas, os números têm energias – os ímpares, que usamos no banho, são desagregadores e purificadores. O 1 representa o início do mundo, o 3 a comunicação com o divino, o 5 a transformação de energia, 7 é harmonia e, por último, o 9 é o final do ciclo”.

Onde encontrar

As ervas são mais comuns do que a gente pensa. Como já explicamos, é possível encontrá-las em produtos do dia a dia, como sabonetes, óleos, perfumes e até na comida – tipo manjerição, sabe? Para o banho tradicional, você pode usar as frescas – que podem ser plantadas em casa ou compradas em feiras e mercados – ou as secas, que podem ser adquiridas na internet ou lojas especializadas. Apesar de ser fácil de encontrar, é preciso ficar atenta à procedência delas, principalmente das secas. Por não terem concentração de água, elas conseguem

ser mais fortes, porém, se a secagem não for feita da forma correta, as plantas podem perder seu ativo e benefícios. Além disso, é necessário buscar recomendações dos locais que vendem esse tipo de produto para ter certeza de que o que está sendo vendido é realmente o anunciado, e não uma mistura de outros elementos que não condizem com o que você deseja.

Existe um dia específico para fazer o banho?

Você não precisa esperar um dia específico para fazer seu banho, mas existem períodos que podem potencializar a ação da erva. “O banho de sal grosso é feito para limpeza, por isso não é legal fazê-lo toda semana, é importante dar um intervalo de 15 dias. Quando falamos sobre ervas, cada uma tem sua especificação”.

Na parte da manhã, por trazer a energia solar, os banhos influenciam na sua prosperidade. Já no período da tarde, o mais indicado são banhos de limpeza e proteção. À noite, a energia da lua contribui para intuição, meditação, relaxamento e potencializam o sagrado feminino.

Fases da Lua

As fases da lua também podem fazer com que o seu banho seja ainda mais potente. A lua crescente, como o próprio nome diz, ajuda no crescimento pessoal influenciando conquistas, realizações e prosperidade. A lua cheia é perfeita para tomar banhos que atraem amor, abundância e melhoram a intuição. Já a fase minguante é incrível para quem quer conseguir uma limpeza ainda mais profunda, cortar aquilo que faz mal da sua vida. Por último, a lua nova representa novos começos e ciclos.

Dia da semana

Segunda-feira é um dia que ajuda na fluidez e na abertura de caminhos. Já a terça-feira tem o poder de interferir na comunicação, amizade e estrutura familiar. O meio da semana, com quarta e quinta, é ideal para focar em dinheiro e trabalho. Os banhos de sexta-feira conseguem potencializar a energia do amor. No sábado, os aprendizados são reforçados, enquanto o domingo fica com a espiritualidade.

Receitinhas

Banho para o amor

1 litro de água, 3 gotas de essência de verbena, 3 canelas em pau e 1 colher de mel.

Banho para a purificação da energia

1 litro de água, 3 galhos de alecrim, 1 colher de sal fino e 1 folha de eucalipto.

Banho para elevação de energia

1 litro de água e 3 pétalas de rosas brancas.

Banho para os estudos (aguçar a memória e trazer ânimo e rapidez)

1 litro de água, 1 pedaço de gengibre e 7 folhas de hortelã.

Banho para sucesso, fartura e prosperidade

1 litro de água, um pedaço de canela em pau, casca de laranja e louro.

Banhos com ervas que você pode encontrar em casa:

Orégano: Em uma sexta-feira (dia de Vênus) de Lua Cheia, prepare um banho de orégano para trazer alegria e bem-estar, além de atrair boa sorte.

Canela: Em uma quinta-feira (dia de Júpiter), prepare um banho com um pedacinho de canela em pau, casca de laranja e louro para atrair sucesso, fartura e prosperidade, além de proteção para os ganhos conquistados.

Alecrim: Em um domingo (dia do Sol) de Lua Crescente, faça um banho de alecrim para combater as energias negativas, auxiliando na purificação, limpeza espiritual e energização.

Tomilho: Em uma terça-feira (dia de Marte), faça um banho de tomilho caso tenha um objetivo que parece difícil de concretizar. Essa erva trará força e ajudará a mente a manter uma atitude positiva para que você consiga ter o foco necessário para conquistar o que deseja.

Hortelã: Em uma segunda-feira (dia da Lua), prepare um banho de hortelã para trazer cura, favorecer a boa saúde e gerar vitalidade.

Camomila: Em um domingo (dia do Sol) de Lua Cheia, prepare um banho de camomila para trazer calma, relaxamento e paz, além de gerar alegria e otimismo, afastar os medos e eliminar o estresse emocional.

Casca de alho: Em um sábado (dia de Saturno) de Lua Minguante, prepare um banho de alho para eliminar as energias negativas e estagnadas e criar um escudo energético protetor.