



CEUMO

CENTRO ESPIRITA DE UMBANDA MAMÃE OXUM

3° MODULO

AULA 3

A MAGIA NA COZINHA

A arte de cozinhar se tornou um fardo. É triste, mas boa parte das pessoas acha que a cozinha é algum tipo de masmorra onde mulheres ficam acorrentadas e são obrigadas a cozinhar como uma forma de tortura. É uma péssima forma de encarar uma arte tão bonita. Cozinhar é mais do que uma arte. É uma magia!

Cozinhar é uma arte. Quando preparamos algum prato, é importante dar uma atenção a sua aparência. Pratos precisam ser belos. A energia deles continuará lá se você fizer um prato horroroso, mas ela não encontrará um terreno fértil se a pessoa que comer achar que é alguma lavagem de prisão. Por isso você é um artista na hora em que entrar na cozinha. Você terá que ter o conhecimento necessário dos alimentos e suas energias e também o bom gosto para transformar esses alimentos em uma ocasião especial.

A Energia dos Alimentos

Pode mesmo a alimentação influir em nosso humor, temperamento, saúde e sorte?

O tema é extenso e só podemos começar por um lugar: a boca. É por onde o peixe morre e, aparentemente, nós também. A sociedade moderna adquiriu e desenvolveu hábitos muito perigosos para sua saúde, a maioria deles ligado à alimentação. O ato de comer, antes sagrado e solene, se tornou fútil e vazio. Usado como um motivo de encontro social, o homem vem perdendo sua conexão com o alimento, perdendo também a intuição que lhe revelaria problemas de saúde.

Talvez, o que tenha realmente acontecido seja algo simples de consertar. Não é que o homem moderno não acredite nas curas naturais. Ele apenas desconhece que existam. Tudo aconteceu tão rápido, o progresso, as máquinas, a revolução moderna, que mal conseguimos nos

ajustar! Muitos de nós cresceram aprendendo a procurar soluções num balcão de farmácia. Nos afastamos da cura original! Nos concentramos no dedo apontando e não na direção em que ele aponta!

Todos os alimentos possuem uma energia essencial. É essa energia que nos dá a vitalidade necessária para realizarmos nossas tarefas com saúde e entusiasmo, equilíbrio e alegria. Porém, nosso relacionamento com a comida mudou muito nos últimos séculos. O que antes era um ato sagrado pelo qual éramos gratos se tornou uma ocasião fortuita e, muitas vezes, vazia. Poucos dão a necessária atenção ao ato de comer e menos pessoas ainda dão atenção à energia essencial dos alimentos preparados.

A primeira coisa que você terá que aprender sobre a energia dos alimentos é que ela está lá, mesmo que os alimentos não tenham sido devidamente tratados. Cabe a você despertar essa energia. Isso pode ser feito com uma simples imposição de mãos. Você pode achar que isso é algum tipo de vodu, mas as mãos possuem um incrível poder de emitir energia (boa e má).

Seu primeiro exercício então é pegar um alimento qualquer, uma cenoura, uma alface, uma maçã, qualquer coisa, e despertar sua energia natural. Basta esfregar as mãos até que elas fiquem quentes e então colocar as mãos em concha sobre o alimento, visualizando uma luz de uma determinada cor saindo das suas mãos e entrando no alimento. Procure manter seu coração e mente serenos e evocar belas imagens e sentimentos. Pronto.

Das primeiras vezes, talvez você demore um pouco mais para despertar a energia de alguma coisa, mas quanto mais fizer isso, mais rapidamente conseguirá. O sinal de que conseguiu é sentir as mãos esquentarem.

E quanto às carnes?

Prefira sempre animais que tiveram uma vida normal. A realidade dos abatedouros é cruel e horrível e aquela energia horrorosa fica realmente entranhada nas carnes que consumimos. Não admira que tanta gente, depois de um almoço ou jantar com carne branca ou vermelha, se sintam pesados ou com dificuldades de digestão, sem falar dos sentimentos agressivos e de pavor inexplicável que alguns acabam desenvolvendo. Por isso, sempre dê preferência aos animais criados naturalmente em granjas e geralmente essa informação consta na própria embalagem. Sim, é mais caro, mas você vai ganhar muito mais em qualidade de vida e economizar no médico.

Fazendo as pazes com a cozinha

Para aproveitarmos toda a energia positiva que pode fluir em nossas vidas através da cozinha, precisamos fazer as pazes com ela. Precisamos conhecê-la novamente, vê-la e senti-la. A casa inteira é um ser vivo e pulsante. Você pode até negligenciar algumas partes da casa, mas jamais faça isso com a cozinha. A seguir, você tem algumas dicas importantes e fáceis de seguir, mas que você não deve descuidar para viver em equilíbrio.

1. AMBIENTE SEMPRE LIMPO

A cozinha deve estar impecável em matéria de limpeza. É seu local de trabalho mágico. Não o negligencie. Evite ter lixeiras na cozinha. Prefira manter a lixeira sempre na área de serviço. Se não houver jeito de evitar uma lixeira na cozinha, mantenha-a fechada e sempre limpa. Encheu, jogou fora, nada de socar o lixo até a lata parecer seu cunhado depois daquele churrasco de domingo.

2. AUMENTANDO O PODER

Para aumentar o poder da cozinha, você pode seguir umas dicas do feng shui, como, por exemplo, colocar um espelho atrás do fogão. Isso duplica as chamas que representam a energia e também traz fartura para

seu lar. Ter alguns elementos mágicos habitando a cozinha também surte um bom efeito, como a colher de pau da fartura, a vaquinha (fartura), sinos de vento (boas energias), a cebola incrustada com cravos (para proteção), cristais e plantas como comigo-ninguém-pode e espada de São Jorge.

3. ORGANIZE-SE

O caos não pode predominar na cozinha. Ela deve ser organizada para que a energia flua mais livremente. A cada um ou dois meses, faça uma limpa em coisas que não usa, como potes sem tampa, tampa sem pote, coisas tortas que você nem sabe para que servem, etc. Tem cozinhas que parecem teste de psicotécnico. Eu chego a comemorar quando encontro um troço que encaixa. Aposte nos organizadores à venda em qualquer lojinha. Os mais baratos são os que menos duram, mas o importante é manter a organização. Isso vai facilitar sua vida na hora de preparar alguma coisa, além de manter a energia em equilíbrio.

4. ERVAS E TEMPEROS

Tenha sempre variedade de temperos e ervas em sua cozinha. Se não puder tê-los frescos, tenha-os secos em vidros fechados. Parte do segredo da magia é a combinação e eterna busca por novas coisas e isso inclui novos sabores. Você não pode esperar aprender tudo de uma só vez, então, vá aprendendo aos poucos e experimentando novas receitas e sua eficácia.

5. DISPENSA CHEIA

Algumas pessoas gostam de comprar apenas o necessário, mantendo sua dispensa e geladeira sempre vazias. Tem geladeira por aí que parece gaiola de passarinho: só tem água e meio jiló dentro. Não é bom para a sua prosperidade ter dispensa e geladeira vazios. Procure encher e usar o que tem, evitando o desperdício. Isso vai aumentar o fluxo de

prosperidade na sua vida.

6. COLHER DE PAU

Use sempre colher de pau para mexer sua comida. A madeira não interfere na energia do alimento, ao contrário do metal. Colheres de alumínio podem quebrar a energia e apesar das colheres de plástico serem consideradas as mais higiênicas, elas são isolantes. Quando você usa uma colher de plástico para mexer um alimento, não está passando nenhuma energia sua. Se você não está muito legal, tudo bem. Mas a ideia é aumentar a energia dos pratos que você vai preparar e para isso é preciso passar energia para os alimentos. A colher de pau funciona como um condutor (um tipo de varinha).

7. PANELAS

As panelas de ferro ou cerâmica são as melhores para manter a energia dos alimentos em alta. Mas são pesadas e, às vezes, difíceis de achar. Na falta delas, pode utilizar as panelas de vidro, ágata ou inox, que também são boas. As de teflon ou alumínio não são muito boas porque interferem no alimento, mas não precisa ficar preocupado com isso. Use o que tiver. Quando der, vá montando sua cozinha, aos poucos e com carinho.

8. BOM HUMOR E BOA VONTADE

Nunca cozinhe assim que chega da rua, pois sempre trazemos conosco uma série de vibrações que podem interferir no que vamos fazer. Tome um banho, relaxe e lave as mãos. Se não se sentir muito bem, não faça pratos complicados. Prefira o simples ou almoce fora. Seu astral vai estar no que você vai cozinhar. Então, ou você mantém sua energia saudável, ou não cozinha.

9. MÚSICA

Quando for cozinhar, coloque uma boa música. Ela deve ser

harmoniosa. Isso vai ajudar a equilibrar o ambiente e sua própria energia. Sabe aquelas músicas que nos inspiram e elevam, que nos fazem sonhar até quase tirar os pés do chão e flutuar como se estivéssemos numa propaganda de perfume? É esse tipo de música que você deve escolher na hora de cozinhar. Lembre-se de que, mesmo que você vá fazer omeletes, ainda será uma obra de arte. E como todo artista, você precisa se inspirar. Inspiração não vem sozinha. Às vezes, precisamos dar um empurrãozinho.

10. POTES

Guarde potes e rolhas para tampá-los. Neles, coloque suas ervas e temperos. Evite usar a tampa metálica tradicional, prefira sempre as rolhas. Rotule para você não se perder depois. Se puder ter sua própria horta, parabéns! Se não puder, tente tê-la em vasos. Se não der, tudo bem também. Aprenda a trabalhar com o que tem.

Como tornar sua comida mágica

Há inúmeras maneiras de tornar um prato encantado, mas a grande maioria passa por passos muito simples. Lembre-se de sempre usar sua criatividade e substituir o que você não tem. Se não tem panelas adequadas à magia, não deixe de fazer o encantamento. Esperar pela situação perfeita é uma forma de perder tempo e de autosabotagem. Veja os passos de encantamento de um prato.

- Escolha o que você vai preparar de acordo com a intenção da magia.
- Verifique o melhor momento para o preparo daquele prato, levando em consideração a Lua e, se possível, a tabela planetária.
- Verifique se tem todos os ingredientes tanto para a receita quanto para o ritual que a acompanha.
- Antes de começar, tome um banho ou lave longamente as mãos

para limpar as energias. Coloque uma música adequada (suave ou alegre, mas sempre inspiradora).

- Lave a louça e limpe o que for possível na cozinha, deixando o ambiente agradável.

- Inspire profundamente. Acenda a vela de serviço (é a vela que acompanha o trabalho e permite a presença de entidades superiores, de acordo com a magia que você vai fazer). Acenda um incenso.

- Faça o pedido de que você seja orientado nesse ritual e deixe clara sua intenção (é uma magia para quê? Amor? Dinheiro? Saúde?).

Prepare a receita de acordo com as instruções e faça o ritual.

Os elementos do Ritual na Cozinha

Encantamento

Encantar é o mesmo que programar. Você precisa dar uma direção para as forças que está comandando na hora de uma magia. Por isso, além da mente focada, é preciso verbalizar o que se deseja com aquele ritual, qual é a intenção, dando assim uma programação para o alimento. O encantamento pode ser criado por você, mas alguns encantos possuem mais poder justamente por serem mais antigos e por terem sido usados por milhares de pessoas durante vários séculos. Você também pode usar um encantamento em línguas antigas. Encantos com fadas costumam ser rimados, como uma poesia. Todo encantamento possui mais poder quando cantado. É bem comum que você crie cânticos lindos e cheios de significado na hora do ritual e não consiga reproduzir a mesma música de jeito nenhum depois. Coisas da magia...

Símbolos

Símbolos mágicos são muito importantes e podem ser usados no preparo de um alimento de diversas formas. Podem ser traçados com varinhas ou com os dedos (indicador e maior de todos) enquanto se prepara o alimento, desenhados no fundo de uma forma de bolo, traçados em um prato com temperos, desenhados em ovos e frutas, etc. O livro Wicca – A Bruxa tá Solta! Traz alguns símbolos para serem usados em alquimia, além de ensinar o preparo de pós e poções, mas se não puder consultá-lo, use símbolos que você conheça. Alguns símbolos são especialmente simples e fáceis de usar, além de poderosos.

PENTAGRAMA:

Símbolo do equilíbrio e harmonia, ele é poderoso e pode ser usado também para proteção. A estrela de cinco pontas, o pentagrama, liga-se a dimensões superiores quando a ponta está para cima. Ele se originou na Mesopotâmia há cerca de quatro mil anos e se tornou um símbolo poderoso para os egípcios e sumérios. É um símbolo de harmonia, saúde e poderes místicos. Ele pode tanto reter quanto banir energias negativas, e por isso é muito usado como talismã e em rituais. Quando ele tem as pontas arredondadas, é chamado de “a rosa sagrada da Deusa”, e representa os significados ocultos (mistérios). Pode-se evocar o poder da Água, Ar, Terra e Fogo com um pentagrama, o que nos dá poder de mudança nas áreas regidas por esses elementos.

Água: atua no emocional, regendo assuntos do coração e todos os tipos de relacionamentos (amorosos, amizade, familiares, etc.).

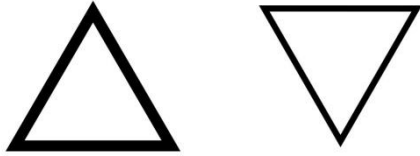
Ar: atua no plano mental, regendo todos os assuntos ligados à mente, como estudos, aprendizado, projetos intelectuais e inspiração.

Terra: atua no plano material, regendo todos os assuntos da terra, como dinheiro, conquistas materiais e posses.

Fogo: atua na centelha divina, dando impulso e coragem. Rege nossa

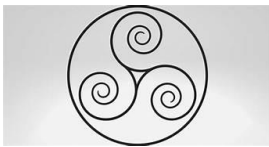
iniciativa e nossos projetos e realizações.

O TRIÂNGULO



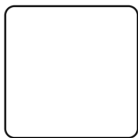
O triângulo é a primeira forma perfeita e por isso está ligado à divindade e ao poder da criação. Três é um número místico que pode dar boa sorte, coragem e determinação. Representa também o elemento Fogo.

O TRÍSKELE



Essa símbolo, também chamado de triskelion, está ligado à Deusa e sua influência no corpo, mente e espírito. Inspira o equilíbrio, a perfeição e evoca a Tríplice Deusa, posteriormente transformada na Santíssima Trindade. Em qualquer uma das interpretações, é sempre as três faces da Divindade.

O QUADRADO



Esse símbolo está ligado ao material e dá estabilidade financeira, além de ajudar a concretizar projetos.

CIFRÃO



A imagem do S com dois cortes é universal e possui grande poder,

imbuindo o alimento com a energia do dinheiro e da prosperidade.

O INFINITO



Remete à eterna continuidade de tudo no universo. Nos alimentos, pode ser usado como um selo final, dando a energia de eternidade e poder ilimitado ao feitiço inicial (amor ilimitado, dinheiro ilimitado, saúde ilimitado).

Agora que você já compreendeu que alimentos possuem uma energia que pode ser despertada com sua ajuda, é hora de colocar um avental e mergulhar nessa aventura. Você encontrará a seguir os alimentos e suas energias essenciais, assim como receitas especiais para alcançar a prosperidade, despertar o amor, melhorar a sensualidade, fortalecer seu campo áurico, curar doenças e muito mais. Escolha qual energia você deseja atrair agora e saboreie cada um desses pratos. Como você terá a lista de alimentos e suas energias, você também poderá criar seus próprios pratos de acordo com seu gosto.

Receitas Mágicas

Preparando Receitas Mágicas para a Prosperidade

Assim como os alimentos que possuem a energia do amor despertam ou aumentam também a beleza, amizade, sensualidade e poder de atração, os alimentos que possuem a energia da prosperidade atuam aumentando a fartura em vários aspectos. Algumas receitas atuam no aumento da renda, enquanto outras aumentam as chances de se conseguir um emprego ou uma promoção. Muitas vezes, a pessoa possui dinheiro para pagar as contas, mas lhe falta para gastar consigo mesma. Nesse caso,

experimente unir uma receita de amor com uma receita de prosperidade.

Por incrível que pareça, juntas elas proporcionam ganhos e possibilidades para que você possa gastar com coisas de que goste.

Alimentos que possuem a energia da prosperidade:

Manjerição

Canela

Cravo

Salsa

Gengibre

Endro

Pimenta-da-jamaica

Abóbora

Alface

Berinjela

Brotos de alfafa

Espinafre

Feijão

Feijão de vagem

Vagem

Repolho

Tomate

Abacaxi

Amora-preta

Banana

Figo

Pêra

Romã

Uva

Arroz

Aveia

Cevada

Farelo de cereal

Farinha de trigo

Milho miúdo

Maisena

Amêndoa

Amendoim

Castanha-de-caju

Castanha-do-pará

Gergelim

Noz-macadâmia

Nos-pecã

Pinhão

Fruta-de-conde

Jaca

Maçã verde

Chocolate

Cupuaçu

Graviola

Cacau

Conhaque

Creme de cacau

Leite

Sal

Açúcar mascavo

Ovos

Grão-de-bico

Lentilhas

Batatas

Preparando Receitas Mágicas para o Amor

Algumas destas receitas são indicadas para aumentar o poder de sedução, despertando o amor sensual na pessoa que a consome e possuem ingredientes afrodisíacos. Outros, no entanto, são voltados para uma outra forma de amor, como a amizade, a união, o poder de atrair pessoas.

Algumas dessas receitas podem aumentar seu poder pessoal, sua sensualidade, sua autoestima e beleza. Basta escolher com sabedoria o que mais lhe falta nesse momento. Lembre-se de que para ser amado é preciso amar primeiro e um alimento que desperte esse sentimento é um ótimo primeiro passo.

Alimentos que possuem a energia do amor:

Alcaçuz

Alecrim

Anis

Baunilha

Canela

Cardamomo

Chicória

Coentro

Cravo

Erva-doce

Gengibre

Manjerição

Manjerona

Rosa

Semente de papoula

Tomilho

Castanha

Castanha-do-pará

Batata-doce

Beterraba

Ervilha

Ruibarbo

Tomate

Abacate

Abacaxi

Alfarroba

Banana

Cereja

Damasco

Framboesa

Goiaba

Laranja

Maçã

Mamão

Manga

Maracujá

Marmelo

Morango

Nectarina

Pêssego

Tamarindo

Pinhão

Pistache

Chocolate

Cacau

Graviola

Leite

Vinho

Açúcar

Mel

Pão

Peixe

Picles

Xarope de Bordo

Amendoim

Dicas Mágicas:

Colocar um quartzo rosa dentro do líquido que será usado na receita aumenta seu poder para despertar o amor em quem o comer.

O uso de velas em jantares romântico não é gratuito. Velas são muito poderosas para aumentar a energia de um ritual. Se for usar velas para o amor, prefira as rosas e vermelhas.

Ao comer pratos encantados com a energia do amor, as pessoas se tornam mais doces e amáveis. Aproveite algumas dessas receitas para servir em escritórios e ambientes de trabalho, promovendo a união e compreensão entre todos.

A melhor Lua para magias do amor é a cheia. O melhor dia é sexta-feira, dia de Vênus.

Preparando Receitas Mágicas para Proteção

Todos temos uma energia que envolve nossos corpos chamada aura.

A aura deve estar sempre forte, luminosa e saudável, pois assim ela

combate qualquer forma de energia negativa que tentar se aproximar, como inveja, olho grande, ódio, medo, obsessores, etc. Essas energias, quando se grudam na aura, tiram sua energia e sua luz, formando placas negras. Quando essa situação se prolonga, a energia negativa atravessa os sete corpos áuricos que possuímos até chegar ao corpo físico, onde transforma males emocionais em doenças.

Alimentos que possuem a energia da Proteção:

Alecrim

Alho

Cravo

Erva-doce

Louro

Manjerição

Mostarda

Pimenta de Caiena

Pimenta-do-reino

Pimentão-doce (páprica)

Rábano

Salsinha

Agrião

Alcachofra

Alho-poró

Batata

Brócolis

Brotos de bambu

Brotos de feijão

Brotos de feijão-soja

Brotos de girassol

Cebola

Cebolinha

Couve-de-bruxelas

Couve-de-flor

Couve-rábano

Milho

Mostarda

Pimenta-malagueta

Pimentão

Rabanete

Repolho

Ruibarbo

Tomates

Abacaxi

Ameixa

Carambola

Framboesa

Manga

Marmelo

Mirtilo

Tangerina

Amêndoa

Gergelim

Noz

Semente de girassol

Pães trançados

Pão de alho

Salsa

Vinagre

Limão

Dicas Mágicas:

Temperos picantes são geralmente muito bons para proteção e defesa e podem ser potencializados se desenharmos com eles uma estrela de cinco pontas. Faça uma oração de poder e depois pode colocar tudo no pote que você usa.

A cor vermelha é sempre excelente para defesa e proteção. Abuse dessa cor na decoração da mesa e dos pratos.

Busque sempre alimentos frescos, mas se não der, faça o que puder.

A gente faz o que pode com o que tem. É infinitamente melhor do que não fazer nada.

Procure tomar um banho antes de fazer um prato de proteção. Isso impede que energias que possam estar com você atrapalhem a energia que você deseja despertar e aumentar nos alimentos.

Preparando Receitas Mágicas para a Saúde

A saúde é nosso bem mais precioso. Por mais que a maioria das pessoas corra desvairadamente atrás de um amor ou de dinheiro (e acredite, a maioria das pessoas corre atrás disso), sem saúde, amor e dinheiro perdem muito de sua graça. Sentir dor não faz parte do ser humano. Não é natural. Natural é ser saudável e ter condições físicas para realizar tudo o que você quiser.

Alimentos que possuem a energia da saúde:

Abacaxi

Alho

Abóbora

Azeitona

Brotos

Hortelã-pimenta

Limão

Maçã

Melancia

Pêssego

Amêndoa

Marzipã

Mel

Noz

Semente de

cominho

Vinagre de maçã

Vinho de maçã

Pepino

Pimenta-da-jamaica

Sálvia

Tomate

Espinafre

Dicas Mágicas:

As cores da saúde são o verde e o laranja. Utilize o verde quando precisar de regeneração e recuperação de um acidente ou de uma cirurgia.

O laranja é indicado para recuperar a energia e o ânimo.

A cor violeta pode ser utilizada para todos os fins, especialmente em casos de doença. É a cor da queima de karma e nós a utilizamos para aliviar qualquer tipo de processo kármico com a ajuda de Saint Germain e sua egrégora da Chama Violeta.

Sua intuição é sua maior aliada. Procure ouvir sua voz interior sobre o que você deve comer. Seu corpo saberá pedir exatamente o que ele precisa, basta que você o ouça.

As receitas para saúde possuem melhor efeito quando feitas na Lua

Minguante e na Lua Nova.

CONCLUSÃO

TO CONTEUDO ACIMA CITADO SE TORNA NEGATIVO AO SER FEITO DE FORMA ERRADA SEM SENTIMENTOS DEPOSITADOS E SEM ENERGIA CANALIZADA ASSIM CHAMAMOS DE MAGIA NEGRA NO ALIMENTO.