

# ÍNDICE

## INTRODUÇÃO

Porquê bruxaria? Porquê agora? .....5

I Wicca, bruxaria e paganismo: quem é quem? .....17

II O divino no feminino: ao encontro da deusa. ....51

III Comunhão com a natureza: seguir a corrente ....121

IV Pôr a teoria em prática: criar uma mudança  
positiva todos os dias no seu quotidiano .....151

V Bruxaria solitária, em grupo e em família ..... 183

VI Sobreviver e prosperar em tempos difíceis ..... 215

VII Meditações, afirmações e feitiços ..... 235

## ANEXO

Princípios básicos adicionais de bruxaria..... 261

# INTRODUÇÃO



PORQUÊ BRUXARIA?  
PORQUÊ AGORA?

**A**s mulheres têm mais oportunidades do que nunca. Traçamos planos ambiciosos e conseguimos coisas que as nossas avós almejavam apenas em sonhos. Isto é positivo, o que não quer dizer que seja fácil. Para muitas de nós, ter todas as coisas significa que levamos vidas agitadas e ocupadas, despendendo muitas vezes a maior parte da nossa energia no trabalho, com a família e em compromissos sociais, sobrando pouco tempo para nós.

Não se fazem omeletas sem ovos, pelo que é importante encontrar coisas que valorizem o nosso corpo, mente e alma, energizando-nos de maneira a conseguirmos seguir em frente de uma forma positiva. Para algumas mulheres, isto significa tirar proveito de uma força espiritual. Porém, muitas sentem pouca ou nenhuma ligação com as religiões nas quais cresceram, que, amiúde, giram em torno de um Deus austero, patriarcal e paternalista. Nós ansiamos por nos vermos espelhadas nos olhos de uma divindade, para sentirmo-nos fortalecidas e encorajadas pelas nossas práticas espirituais. Por outras palavras, desejamos uma Deusa e não um Deus.

Esta ânsia pode, em parte, explicar a explosão da popularidade da wicca e de outras formas de neopaganismo, ou bruxaria moderna. Algumas fontes afirmam que a wicca é a religião em mais franco crescimento na América do Norte. O que atrai as pessoas para a bruxaria e como é que um caminho espiritual com raízes em crenças e tradições antigas se transforma numa prática que toca tão profundamente a mulher moderna?

Há inúmeras explicações para este fenómeno. A bruxaria é uma religião que se baseia na natureza, numa época em que muitas pessoas se sentem isoladas por causa da tecnologia e anseiam por uma ligação ao mundo natural. À medida que as ameaças ao nosso ambiente se tornam cada vez mais graves, a noção de trabalhar com o planeta e não contra ele acaba por ser bastante atrativa.

A wicca é também uma religião inclusiva. Ao contrário das religiões judaico-cristãs, nas quais muitas de nós crescemos, a wicca acolhe os membros sem olhar à orientação sexual, ao estado civil, à identificação de género ou às opções de estilo de vida. Para muitas pessoas que nunca se enquadram nas regras e expectativas das religiões mais formais, é um tremendo alívio encontrar um caminho espiritual que acolhe os não conformistas.

Embora não haja efetivamente uma maneira fácil de resumir as diferenças entre as religiões tradicionais e como a bruxaria moderna funciona, talvez se possa dizer que o cristianismo se baseia no conceito de que a nossa crença em Cristo nos salvará e o judaísmo na tradição e nas leis da Torá. O que se nos depara é a bruxaria ser uma religião mais prática e — perdoem-me a expressão — mais terra a terra, na qual nada se intromete entre o praticante e a relação com a divindade: há menos regras e menos preconceito,

e acreditamos que nos investe com um poder suficiente para nos salvar.

Porém, para as mulheres, o principal atrativo poderá ser a veneração a uma ou mais deusas. Aqui não há lugar para um Deus austero e patriarcal. Pelo contrário, a wicca e a maioria das outras formas de bruxaria moderna encerram a divindade nas formas feminina e masculina. De súbito, as mulheres podem olhar o divino e ver o seu próprio reflexo. É uma experiência fortalecedora, inspiradora, libertadora e plena de alegria. Quem não quererá ser bruxa?

Existem muitos caminhos diferentes para a bruxaria e inúmeras abordagens à sua prática. Mas não se preocupe. Este livro irá orientá-la ao longo da viagem que conduzirá a uma ligação com a divindade feminina, por dentro e por fora, e permitir-lhe-á abrir a porta desta religião mágica que vai esclarecer, elevar e energizar a sua vida. Mais importante, a veneração à deusa pode conferir ferramentas às mulheres que lhes permitirão sobreviver e prosperar num mundo com cada vez mais desafios.

Muitas de nós sentem-se frustradas, assustadas, emotivas, impotentes e, sim, enfurecidas com o estado atual do nosso ambiente cultural. Irmãs, estou convosco. Com a breca!, como vos compreendo. Mas a melhor maneira de ultrapassar tais sentimentos é cingir o nosso poder feminino. Canalizar a fúria e o medo para uma mudança positiva no nosso canto do planeta e depois libertá-los. A bruxaria moderna pode ser fortalecedora e inspiradora. Chegou a hora de recuperarmos a nossa espiritualidade e transformarmo-nos nas manifestações dinâmicas da deusa, aqui mesmo, na Terra.

## MITOS COMUNS E PORQUE ESTÃO ERRADOS

Existem alguns mitos comuns sobre a bruxaria que persistiram ao longo de séculos. Alguns tiveram origem como uma espécie de propaganda da Igreja quando esta chegou à Europa e assumiu o poder dos pagãos que já cá estavam, tendo depois sido espalhados e exagerados pela cultura popular, como é o caso do cinema. Afinal, uma bruxa malvada é muito mais entusiasmante do que uma herborista simpática a viver na porta ao lado. Outros não passam de ideias erradas, fruto da falta de conhecimento sobre a prática real da bruxaria.

É provável que já conheça alguns e até poderá acreditar num ou dois. Deixe-me que lhe diga que não são verdade.

**As bruxas veneram o Diabo.** Hum... não. O Diabo é um conceito cristão. A maioria das bruxas nem sequer acredita no Diabo e muito menos o venera. Há pessoas que se autoproclamam satanistas, mas não são bruxas (e também não adoram o Diabo da forma como essa veneração é geralmente retratada). Parte desta ideia errada poderá ter origem numa figura tradicional denominada «Deus Cornudo», geralmente retratado como um homem espadaúdo com chifres estendidos como um veado ou um alce, mas esta é uma divindade associada aos animais selvagens e ao mundo natural, não tendo qualquer relação com o Diabo.

**As bruxas são más.** Tenho a certeza de que há algumas bruxas que não são muito simpáticas, tal como há pessoas más em todas as religiões. Porém, na maioria, somos apenas pessoas iguais às outras. Juro que não sou má — apenas um pouco rabugenta em certos dias.

**As feiticeiras sacrificam animais.** Talvez um peito de galinha para o festim, mas, à parte isso, as bruxas costumam

adorar animais, têm imensos gatos e dão de comer aos pássaros no inverno. Quaisquer «sacrifícios» colocados no altar serão simbólicos, como por exemplo uma peça de fruta, um pão ou flores.

**As bruxas lançam feitiços para obrigar os outros a fazerem aquilo que pretendem.** Se isto fosse verdade teria outra pessoa que não eu a limpar a minha casa. Estou só a brincar. A maioria das bruxas acredita na importância do livre-arbítrio, o que significa que apenas lançam feitiços para si mesmas e, quiçá, em nome de quem lhes deu autorização específica ou lhes pediu ajuda. Embora, em teoria, seja possível lançar feitiços sobre outras pessoas (por exemplo: feitiços de amor), há sempre uma maneira melhor de atingirmos os nossos fins sem correremos o risco de uma vingança do karma. A maioria das bruxas, pura e simplesmente, não o faz.

**Só podemos ser bruxas se formos descendentes de outras bruxas.** Há pessoas que conseguem seguir o rasto da sua linhagem mágica ao longo de séculos, mas para a maioria de nós a bruxaria é uma coisa à qual chegámos sozinhas. Eu sou de descendência judaica e, tanto quanto sei, sou a primeira bruxa da família. Se procurarmos num passado longínquo, poderemos encontrar um rabino, mas eu sou a única sacerdotisa suprema, o que não faz de mim menos bruxa. Na realidade, entre o período da caça às bruxas e as mudanças que se verificaram na modernidade, muito poucas são aquelas que conseguem traçar uma linha ininterrupta até uma antepassada praticante do ofício.

**As bruxas dançam nuas ao luar.** Bem, algumas dançam, mas certamente não é um requisito. No meu caso não faço questão (há muitos mosquitos na minha zona e é demasiado frio na maior parte do ano), mas se o quiser fazer não vejo mal nisso. Tenha é cuidado com as chamas.

**As bruxas têm de pertencer a uma assembleia de bruxas.** Há muito mais bruxas solitárias (ou seja, pessoas que fazem a prática sozinhas) do que em assembleias. Para algumas trata-se de uma escolha pessoal. Nem toda a gente deseja ou precisa de estar integrada num grupo. Outras, porém, têm dificuldade em encontrar um grupo adequado ou outras bruxas a viver nas redondezas. De qualquer maneira, pertencer a uma assembleia não é um requisito. A propósito: nem todas as assembleias são constituídas por 13 bruxas. O meu grupo já teve no máximo 11 elementos e 3 no mínimo. Além disso, muitas vezes exerço as práticas sozinha. De uma forma geral, até mesmo as bruxas que fazem parte de algum grupo também urdem magia em solidão.

**Apenas as mulheres podem ser bruxas.** Há muitos bruxos do sexo masculino e, não, eles não se chamam feiticeiros ou magos. São apenas bruxos.

**As bruxas fazem orgias.** Lamento, mas não. De uma maneira geral, as bruxas costumam ter mais abertura em relação à sexualidade e não subscrevem o conceito de pecado como os cristãos, pelo que nada há inerentemente negativo no que respeita à atividade sexual, desde que todos os envolvidos sejam adultos, as práticas sejam consentidas e se realizem de modo responsável. Algumas bruxas — à semelhança do que acontece com pessoas que não o são — são poliamorosas, ou seja, têm relações íntimas com mais do que um parceiro, com o consentimento de todas as partes envolvidas. Todavia, muitas mantêm relações convencionais e mesmo as que não o fazem também não andam por aí a fazer orgias.

É provável que existam muitas histórias tresloucadas sobre bruxas, mas posso asseverar que o mais certo é que



a verdade seja muito menos provocante. Não quer isso dizer que a bruxaria moderna não seja fascinante, inspiradora, divertida, fortalecedora e plena de potencial para mudar a sua vida de todas as maneiras positivas. Apenas não planeie transformar alguém num sapo nos próximos tempos.

---

Nota sobre preconceito e mal-entendidos: conforme já disse, há muitas pessoas que não compreendem a bruxaria moderna nem aquelas que a praticam. Se já «saiu do armário das vassouras» e está a realizar as práticas de forma assumida, poderá encontrar algumas dessas pessoas. Não digo isto para a desincentivar ou assustar, porque toda a gente tem o direito de praticar as suas convicções espirituais e a leitora não pode permitir que os outros a impeçam de exercer as suas. Porém, convém não esquecer que é possível que encontre pessoas que precisarão — por assim dizer — de uma reeducação afável (repito que NÃO, não é possível transformá-las em sapos). Prepare-se para explicar a natureza com base nas religiões, a veneração à deusa e o facto de o paganismo ser a forma mais antiga do mundo de prática espiritual. Além disso, prepare-se para que as pessoas acreditem no pior, independentemente daquilo que lhes disser. Se isso acontecer, simplesmente sorria, diga «abençoado seja» e vire-lhe costas.

---

Nota adicional sobre alguma nomenclatura da bruxaria: Há algumas palavras e frases que são utilizadas quase exclusivamente pelas bruxas modernas e, se começar a confraternizar com pessoas deste meio, é provável que ouça algumas. Por exemplo: a expressão «abençoado seja» é muitas vezes utilizada na comunicação escrita e oral. Quando uma das minhas admiradoras bruxas me escreve uma nota é frequente terminar a mensagem com «abençoada seja». A expressão também é utilizada às vezes durante os rituais.

Outras frases comuns incluem «Feliz encontro», que é uma maneira bonita de dizer «olá». Se por acaso estiver a usar um pentagrama em público, outra bruxa poderá dizer «Feliz encontro» como quem diz «Estou a ver que é bruxa. Eu também sou». No final de alguns rituais de grupo, os participantes poderão dizer em uníssono «Feliz encontro, feliz partida e feliz reencontro». Estas palavras são sempre proferidas com elevado nível de alegria e júbilo.

Por vezes, os feitiços e rituais terminam com as palavras «*so mote it be*». É uma maneira um pouco arcaica de dizer «que assim seja» e aplica-se um pouco como «amém». A diferença, porém, reside no facto de a expressão «que assim seja» ser mais assertiva do que um simples «amém», e ser outra maneira de canalizar energia e intenção para a magia que acabou de realizar.

As formas arcaicas persistem desde o início da wicca, quando os praticantes utilizavam de forma intencional uma linguagem mais formal do que era comum, de maneira a separar os atos executados no ritual das suas vidas quotidianas. Na atualidade, nem todas as bruxas se preocupam com esses pormenores e a leitora pode decidir se quer ou não usar essas expressões. Apenas não fique espantada quando for a um encontro e alguém que nunca conheceu se aproximar de si, disser «Feliz encontro» e lhe der um forte abraço. Não diga que não a avisei.





WICCA,  
BRUXARIA  
E PAGANISMO:  
QUEM É QUEM?

Poderá já ter reparado que estou a utilizar a palavra «bruxa» num sentido genérico, para aludir àquelas pessoas que seguem um caminho espiritual pagão moderno. Em boa verdade, é um pouco mais complicado do que isso. A seguir dou uma explicação simples da diferença entre pagãos, bruxos e wiccans — o esclarecimento mais simples possível. A leitora pode decidir que termo utilizar ou então se nenhum se aplica a si. Eu costumo utilizá-los alternadamente porque, no meu caso particular, aplicam-se todos, mas aquele que utilizo dependerá muitas vezes do tópico da conversa ou da pessoa com quem estou a falar.

Pagão é um termo generalista utilizado para se referir àqueles que seguem uma religião baseada na natureza, muitas vezes politeísta (aquele que venera mais do que um deus, geralmente deuses e deusas). Remontando ao passado, a maioria das culturas começaram por ser pagãs, porque as pessoas viviam da terra e dependiam da natureza para sobreviver. De facto, a palavra «pagão» significa «habitante do campo», pois quando o cristianismo chegou à Europa (durante os primórdios da Idade Média, a partir

do século v), apoderou-se primeiro das grandes cidades e foi-se alastrando aos poucos. As pessoas que ainda viviam no campo, mais perto da natureza, abandonaram as suas convicções com relutância, ou então ocultaram-nas com a prática exterior da religião aceite.

Nem todos os pagãos são bruxos. Na realidade, em algumas culturas, a palavra é considerada um insulto. Por exemplo: a maioria dos americanos nativos são pagãos, mas na sua prática uma bruxa é alguém que pratica magia maléfica. Outras culturas pagãs simplesmente não têm nada a ver com a bruxaria conforme estamos a aludir à mesma neste livro. Há quem utilize o termo neopagão para distinguir entre os pagãos em termos gerais e aqueles que praticam bruxaria moderna. Assim sendo, todos os bruxos são pagãos, mas nem todos os pagãos são bruxos.

Já está confusa?

Pense desta maneira: todos os episcopalianos são cristãos, mas nem todos os cristãos são episcopalianos.

Bruxa é um termo mais genérico que abrange um vasto leque de pessoas que são pagãs (praticam uma religião baseada na natureza e são politeístas) e que também praticam uma ou outra forma de magia, muitas vezes uma vertente dos respetivos caminhos espirituais. As bruxas modernas adotam os «métodos antigos», conferindo-lhes um cariz mais atual, e podem inspirar-se em muitas culturas e origens diferentes. Algumas pessoas, entre as quais eu me incluo, estão a trabalhar ativamente para reclamar a palavra «bruxa» como uma afirmação positiva e poderosa de quem somos.

Wicca é um subconjunto específico de práticas de bruxaria moderna que teve início em meados da década de 1950, com um britânico chamado Gerald Gardner. Quando

os seus seguidores se afastaram e começaram os seus próprios grupos, e outros adaptaram os princípios básicos que introduzira na América, surgiram imensas ramificações diferentes. Algumas mulheres adotaram práticas focadas apenas em deusas como uma reação às religiões patriarcais nas quais tinham sido criadas. Outras pessoas centraram-se numa cultura em particular — por exemplo, as culturas celta, escandinava ou egípcia —, venerando esses deuses e deusas em particular.

Todos os wiccans são bruxos (e, por conseguinte, pagãos), mas nem todos os bruxos são wiccans. Mas a wicca é provavelmente um termo mais conhecido e mais utilizado pelas bruxas quando tentam explicar a outras pessoas quem são e o que são.

Hoje em dia, muitas de nós praticam uma espécie de bruxaria eclética, o que significa que adotamos fragmentos e excertos de muitas origens distintas e os juntamos para criar um caminho espiritual e mágico que vá ao encontro das nossas necessidades. Para se ser uma bruxa moderna não há um caminho «apropriado» — apenas o caminho apropriado para cada uma.

Talvez a leitora já saiba qual é esse caminho e o termo que deseja utilizar para se descrever. Talvez esteja apenas agora a dar os primeiros passos e precise de tempo e de experimentação para descobrir o *seu* caminho. Seja qual for o caso, utilizarei apenas a palavra «bruxa» e a leitora poderá substituir pelo que quiser. A veneração à deusa está muito menos relacionada com nomenclatura e mais com o modo como escolhe viver a sua vida e pôr a teoria em prática.

Posto isto, sabe se é uma bruxa? Embora a palavra tenha significados diferentes para pessoas distintas, se a maioria

das seguintes situações se aplicar a si, é provável que seja uma bruxa:

- Sente o apelo da natureza, do mundo natural e dos seres que nela vivem.
- Regula-se pelos ciclos naturais, sobretudo os da Lua e das estações do ano.
- Sente uma ligação com a divindade numa forma feminina, seja uma ou mais deusas. E/ou venera os deuses da antiguidade, de uma forma ou de outra.
- Aceita a responsabilidade pelas suas próprias ações, magias e outras coisas.
- Utiliza a magia para criar uma mudança positiva na sua vida.

Talvez já saiba que é uma bruxa e talvez esteja apenas a começar a explorar este caminho e a perceber se é apropriado para si. De qualquer das formas, seguem-se algumas perguntas e respostas básicas.

## O QUE É A MAGIA E QUALQUER PESSOA PODE PRATICÁ-LA?

«Magia» — muitas vezes grafada como «*magick*» nos livros de bruxaria em inglês para distinguir entre o tipo de magia que fazemos e a magia dos mágicos de palco — é outro termo para o qual é difícil encontrar uma definição universal com que todos estejam de acordo. O que é a magia, qualquer pessoa a pode fazer ou é preciso ter algum dom inato especial?

A minha definição preferida, a qual consta da obra *The Wicca Handbook*, da autoria de Eileen Holland, diz que a



magia é «a manipulação de energia para atingir um resultado desejado»<sup>1</sup>. Por vezes é descrita também como «vontade tornada realidade» ou penetrar nos poderes do Universo.

Seja como for, aqui fica a minha opinião. Acredito que a magia é uma forma de energia que nos rodeia. Não é uma coisa inerentemente assustadora ou sobrenatural, tal como a gravidade ou a eletricidade não são sobrenaturais apenas porque não as conseguimos ver quando olhamos à nossa volta. Simplesmente, a ciência ainda não descobriu as ferramentas para avaliar este tipo de energia em particular. Não se esqueça de que houve um tempo em que as pessoas pensavam que a eletricidade era magia, pois não sabiam como funcionava. No meu caso, continuo a achar que os telemóveis e as televisões são completamente inexplicáveis!

Há muitos anos que sou terapeuta intuitiva de energias — parecida com o reiki, para quem está familiarizado com essa modalidade, com a diferença de que é uma coisa que me chega como um dom, não algo que aprendi — e posso afirmar com toda a certeza que, mesmo não sendo possível ver a energia que utilizo, é possível senti-la e os resultados são palpáveis. A magia funciona da mesma maneira. Não a conseguimos ver, mas se acreditarmos que existe e focarmos a nossa vontade e intenção, pode deveras produzir resultados. Fazer magia é a ação de utilizar essa energia mágica de uma maneira intencional.

O que nos leva à pergunta seguinte: qualquer pessoa pode praticá-la?

Sem dúvida. Sim, é provável que haja pessoas que têm um dom inato, como as que nasceram com um dom para

---

<sup>1</sup> Eileen Holland. *The Wicca Handbook*. York Beach: Samuel Weiser, 2000.

a matemática ou para a música, mas, tal como acontece de facto na matemática e na música, qualquer pessoa pode aprender os princípios básicos e, com a prática, a maioria obterá resultados melhores. Fazer magia é sobretudo uma questão de descortinar as regras básicas, explorar as várias ferramentas que resultam melhor no seu caso e depois praticar até dominar a arte.

Portanto, talvez seja mais como cozinhar. Seja como for, percebe o que quero dizer. Sim, a magia é real. E, sim, você pode praticá-la. Só precisa de acreditar que é possível penetrar na energia invisível para criar uma mudança positiva e depois dar os passos necessários para a fazer acontecer.

Os passos propriamente ditos são simples. Mas não se deixe enganar, porque simples não é propriamente sinónimo de fácil. Considera-se que estes quatro passos são os componentes básicos para fazer magia:

1. **Querer** — O querer é o desejo de criar uma mudança positiva. É o motor que impulsiona o seu trabalho de magia. Quanto mais quiser que uma coisa seja de determinada maneira, mais energia aplicará na sua magia. É possível fazer magia com pequenas quantidades de querer (como quando pede um desejo a uma estrela ou simplesmente acende uma vela e diz «Por favor, deusa. Ajuda-me»). Mas se houver alguma coisa muito importante para si, a sua magia terá de ser mais vigorosa. Acreditar que a mudança desejada é possível também faz parte do querer.
2. **Saber** — O saber divide-se em duas partes. A primeira consiste em saber o que está a tentar concretizar. É importante ter uma noção clara do objetivo, para que se possa focar inequivocamente nele. A segunda parte consiste em saber o que irá fazer para atingir o seu objetivo. Faz parte

daquilo que será incluído no seu feitiço ou ritual e também o que pretende fazer posteriormente no acompanhamento (sim, será preciso fazer um acompanhamento. Abordaremos este tema mais à frente, mas se não fizer o que é preciso não há magia que lhe valha).

3. **Fazer** — Trata-se da magia em termos práticos: focar a sua energia. Quanta mais energia dedicar ao feitiço e quanto mais focada a energia for, mais probabilidades terá de obter um resultado positivo.
4. **Manter-se em silêncio** — Percebo que isto não pareça um passo, mas na verdade é bastante importante. Principalmente nos primeiros dias a praticar feitiçaria, há sempre a tentação de fazer um feitiço e depois dizer a toda a gente. Não tem de ser um segredo, mas falar sobre o seu trabalho de magia pode mesmo dissipar a energia que lhe dedicou. Por isso, depois de fazer o trabalho prossiga com os aspetos práticos da vida e deixe a energia continuar a fluir para o Universo para que faça aquilo que é suposto fazer.

Observação: não se esqueça de que, tal como acontece com todas as outras coisas que fazemos na vida, às vezes a magia atua da forma que queremos e outras não. Não quer isto dizer que a magia não seja real e não funcione. Se calhar sentiu dificuldade em concentrar-se ou não tinha um objetivo claro. Talvez tenha de ser paciente e dar tempo para as coisas acontecerem. Ou, quiçá, talvez não fosse o momento mais oportuno, ou pediu uma coisa que, simplesmente, não era possível (se o desejo fosse concedido a todas as bruxas que pedem que lhes saia a lotaria, não seria mesmo lotaria, pois não?)

Às vezes os deuses têm mais discernimento do que nós e, desempenhando um papel de pais complacentes, não

nos dão aquilo que pedimos porque isso não seria algo bom para nós. Talvez tenha pedido um emprego em particular, mas isso poderia redundar numa catástrofe. Ou, quem sabe, pode ter pedido um amor verdadeiro, mas simplesmente não estava preparada. O Universo é um lugar misterioso e inexplicável. Por vezes, a magia não nos concede aquilo que queremos exatamente da maneira como o queremos, mas poderá dar-lhe algo ainda melhor ou alguma coisa que nem sequer se lembrou de pedir. Tenha fé. Nunca se sabe o que irá acontecer...

## QUAL O SIGNIFICADO DA BRUXARIA PARA A MULHER DE HOJE?

Como é óbvio, terá um significado diferente para pessoas distintas, mas há alguns motivos genéricos pelos quais a bruxaria se coaduna sobremaneira com a mulher moderna e combativa.

1. **Fortalecimento pessoal** — Para mim, esta é a melhor parte de se ser bruxa (não é que tudo o resto não seja ótimo, e, na verdade, este ponto é suprido pelos outros aspetos e vantagens de se ser uma bruxa). Muitas de nós sentem-se privadas de direitos e impotentes face ao atual clima político e socioeconómico, o que, na realidade, é apenas uma maneira extravagante de dizer que achamos que não temos qualquer poder. Pior ainda: que, em muitos casos, estamos a ser atacadas. A bruxaria proporciona-nos uma deusa que podemos cingir e que tem semelhanças connosco, que celebra o feminino ao invés de o desvalorizar, e que nos dá as ferramentas para fazermos mudanças positivas

nas nossas vidas. Além disso, é um caminho espiritual fácil de conjugar com a azáfama do nosso quotidiano. O modo como optamos por integrar estes aspetos está completamente nas nossas mãos. De facto, o que a bruxaria tem de bom é que *nós* tomamos todas as decisões relacionadas com a prática. Ninguém (sobretudo os homens) lhe dirá que só há um caminho apropriado. Que sensação reconfortante e libertadora!

2. **Uma divindade com a qual nos podemos identificar e que nos representa** — Àquelas que foram criadas numa das religiões judaico-cristãs (e, provavelmente, outras que não se enquadram nesse grupo, mas não sei o suficiente sobre elas para ter a certeza) apresentaram-lhes um «Deus» sob a forma de uma figura masculina patriarcal e austera. A minha educação foi judaica e, em termos tradicionais, as mulheres, ainda que sejam valorizadas, eram muitas vezes tratadas como «inferiores» aos homens em bastantes áreas, sobretudo no que diz respeito ao poder religioso. Hoje em dia há mulheres rabinas e sacerdotisas, mas é um fenómeno recente. Quando eu estava em fase de desenvolvimento, Deus tinha o aspeto de um homem e comportava-se como tal. A veneração à deusa é totalmente diferente. Neste caminho espiritual, todos são iguais e temos uma divindade que, todos os dias, reflete aquilo que vemos ao espelho. Não é maravilhoso?
3. **Ajuda-nos a conseguirmos uma ligação mais intensa à natureza** — Os pagãos antigos não tinham dificuldade em se relacionarem com a natureza. Viviam da terra e a sua sobrevivência estava diretamente relacionada com as estações, o clima, a abundância de animais e o sucesso da colheita (motivo pelo qual no período de oito ciclos do Sabat, conhecido por Roda do Ano, há três festas

religiosas dedicadas à celebração da colheita). Mas para nós, bruxas modernas, pode ser mais difícil sentir que estamos integradas no mundo natural. Principalmente as que residem nas regiões mais urbanas poderão sentir dificuldade em estabelecer essa ligação. A bruxaria, com a ênfase que dá aos ciclos da Lua e das estações, pode ajudar-nos a colmatar a lacuna entre as nossas vidas modernas e as raízes pagãs. Além disso, proporciona-nos maneiras simples de reforçar essa ligação todos os dias.

4. **Uma maneira de nos ligarmos às sábias, curandeiras e bruxas que existiram antes de nós** — Todas temos alguma forma de genealogia familiar, embora nem toda a gente conheça a sua. Porém, algumas pessoas têm relações familiares que não são saudáveis nem felizes, ou que não preenchem as suas necessidades de aceitação e ligação (sim, eu utilizo muito esta palavra. Para mim é uma parte importante do sentido deste caminho espiritual, de várias formas diferentes). Enquanto bruxas, fazemos parte de uma linhagem de mulheres que remontam a milhares de anos. Mulheres que fitavam a Lua e murmuravam preces à deusa. Mulheres que protegiam as suas casas e aqueles que amavam integrando a magia nos alimentos que confecionavam, nas roupas que teciam e nas vassouras com as quais varriam os seus lares. Quando fazemos esta viagem mágica trilhamos o caminho percorrido por muitas mulheres antes de nós e há alguma coisa extraordinariamente poderosa quando sabemos que isso é verdade.
5. **Rituais simples para o quotidiano que nutrem os nossos espíritos** — Muitas religiões focam-se em quadras festivas específicas e, à exceção das pessoas mais devotas, não integram o quotidiano dos seguidores. Tenho amigos

que vão à missa todas as semanas e consideram que fazem parte dessa comunidade, mas até mesmo eles raramente fazem alguma coisa além dessa visita semanal. Uma das características que mais aprecio na bruxaria é a facilidade com que esta pode ser integrada no meu quotidiano. Saudar os deuses ao acordar e ao deitar, praticar alquimia de cozinha quando preparo o café da manhã, acender uma vela no meu altar e fazer uma oração quando estou a precisar de uma ajudinha...

Estas coisas são apenas a ponta do icebergue. Trilho o meu caminho espiritual ao fazer a compostagem dos restos das refeições ou ao cuidar das plantas no jardim. Todos podemos encontrar maneiras fáceis de incluir nas nossas vidas rituais significativos, seja qual for a forma que possam assumir no nosso caso. Você também. Os rituais realizados em conjunto são capazes de proporcionar uma ligação de maneiras importantes que podem não estar disponíveis no resto das nossas vidas. Além disso, os rituais de cura podem ser muito poderosos. Há estudos que demonstraram que o poder da oração altera efetivamente o desenvolvimento da doença. A magia também o conseguirá fazer, pois é basicamente a mesma coisa.

## MAGIA NA PRÁTICA

### — ACOLHER O PODER PESSOAL

No meu caso em concreto, e talvez também no seu, um caminho espiritual reveste-se de dois aspetos básicos: um que eleva e outro que firma na terra.

Com isto quero dizer que as minhas crenças religiosas por vezes assumem a forma de ações que me elevam

o espírito. Essa é a sua única finalidade — ou propósito da «alma», estou em crer. Incluem-se coisas como oração, meditação, afirmações positivas e outras do género. Podem ser coisas tão simples como fazer uma caminhada junto ao mar ou contemplar a Lua. Estas manifestações da minha prática de bruxaria nutrem o meu espírito e elevam-me a alma.

Depois, há ações que têm aplicações mais práticas, por exemplo rituais e feitiços. Se bem que alguns rituais possam revestir-se de uma natureza meramente de celebração, muitas vezes são utilizados para canalizar energia e poder para uma finalidade específica. Considero que qualquer trabalho de magia — seja realizado sob a forma de magia de cozinha pragmática (quando misturamos um pouco de magia com o ato de cozinhar) ou acendendo uma vela no seu altar e proferindo um feitiço a invocar a cura, o amor ou a prosperidade — consiste em magia «prática», ou seja, procedemos com vista a atingir um resultado, na esperança de obter algum tipo de mudança positiva.

Escusado será dizer que as duas coisas se sobrepõem. Por exemplo: se fizer um ritual de cura, o ritual propriamente dito será edificante, ainda que o faça por um motivo em particular e à espera de manifestações concretas do seu trabalho de feitiçaria. Já o ato de oração ou meditação poderá acalmá-la, criando dessa forma mudanças positivas. Felizmente, não há apenas duas alternativas.

A parte mais complicada poderá ser encontrar o equilíbrio apropriado entre os dois aspetos deste caminho espiritual. Quando digo «apropriado» refiro-me, claro, a apropriado para si. Aquilo que resulta melhor no meu caso não será necessariamente o que será mais gratificante e fortalecedor para outra pessoa. Por outro lado, sei por experiência que, para a maioria das pessoas, ajuda



encontrar o equilíbrio entre o oculto e o pragmático. A meditação é uma coisa muito boa, mas a determinada altura terá de se levantar da cadeira e *fazer alguma coisa*.

Por outro lado, focar-se apenas nos aspetos práticos e ignorar a natureza espiritual da feitiçaria também não é uma solução necessariamente boa. Se passar todo o tempo a misturar poções e a lançar feitiços, e nunca tirar um momento de paz para caminhar pelo meio das árvores ou comungar com a deusa, é provável que lhe esteja a escapar alguma coisa importante.

Então, como descobrir o que resulta melhor no seu caso? Em certa medida, é como tudo o resto: tentativa e erro. Terá de experimentar e dizer «Sim, isto parece-me bem», ou então «Não, não vejo qual a utilidade disto». É um pouco como perceber aquilo que gostamos de comer. Quantas mais coisas experimentar, melhor preparada estará para fazer escolhas, as quais podem ser genéricas (não gosto de marisco) ou específicas (detesto ostras cruas).

Por exemplo: há bruxas que adoram rituais de grupo enquanto outras preferem praticar magia sozinhas. A leitora poderá não saber qual a opção certa para si enquanto não experimentar ambas. Poderá chegar à conclusão de que algumas coisas resultam consigo em circunstâncias específicas, mas não noutras. Os rituais de grupo podem ser do seu agrado quando estiver a celebrar as quadras festivas, mas não quando tem de fazer um trabalho sério de magia para uma finalidade específica. Ou, então, poderá até gostar de rituais de grupo, mas não tem acesso a outras pessoas com quem os concretizar, pelo que tem de se cingir a realizá-los sozinha.

Muitas bruxas retiram satisfação de trabalhos que ajudam o mundo natural de alguma maneira. Este é um elemento

importante do meu caminho pessoal. Visto que as bruxas acreditam que fazemos parte da natureza (e não que ela nos pertence, tendo, como tal, o direito de a saquear em nosso proveito), a maioria tenta deixar o mínimo possível de pegadas na Terra. Uma vez que o ser humano tem o poder de causar um impacto tão forte no ambiente, nós temos a obrigação de diminuir esse impacto ao máximo que nos for possível.

Muitas consideram que este aspeto integra deveras o nosso compromisso perante os deuses, e agem da maneira que acreditamos que os deuses desejariam, sendo os seus representantes físicos no planeta. Para mim, isso significa não apenas apreciar a beleza do mundo natural, como também tentar ajudar os seres que nele habitam (quer seja uma espécie em perigo ou os pássaros que vão ao meu quintal no inverno à procura de alimento), minimizar o meu impacto negativo de maneiras práticas (por exemplo, fazendo compostagem, reciclando e tendo um automóvel eficiente em termos de consumo de energia) e defendendo causas que garantirão a sua sobrevivência continuada (por exemplo, combater o aquecimento global e a fraturamento hidráulico).

Se estas coisas não são do seu agrado, há diversas outras abordagens. Muita gente que pratica a bruxaria gosta de jardinagem, por exemplo, como forma de ligação ao mundo natural. As bruxas urbanas, ou aquelas que não gostam de escavar a terra, podem plantar ervas aromáticas na beira de uma janela soalheira. Também pode ir ao mercado e comprar produtos cultivados localmente. Mesmo que viva num apartamento, há caixas de compostagem que poderá manter na cozinha. A compostagem é uma excelente maneira de diminuir os desperdícios da cozinha, mas também um

reconhecimento do círculo da vida e de como a energia vital é transmutada e reutilizada.

Muitas de nós ligam-se à natureza levando algum elemento da mesma para as suas casas ou quintais. Eu tenho aquilo que muitos poderão considerar uma coleção excessivamente entusiasta de pedras preciosas e cristais, bem como taças cheias de pedrinhas e conchas que apanhei em diversas praias. É claro que, por ser do signo Touro, talvez me sinta mais atraída pelo elemento terra do que a maioria. Ou talvez, pura e simplesmente, goste de pedras reluzentes...

As velas e as lareiras de interior ou exterior podem ligá-la ao elemento fogo. As churrasqueiras também. Cozinhar com chamas de qualquer tipo pode ser considerado um ritual do fogo.

As fontes de interior ou os lagos de jardim ajudam-na a abranger o elemento água. No verão sento-me muitas vezes à beira do lago que há no meio do meu jardim, a ouvir o som da água a cair e em comunhão com os sapos que apareceram assim que o construí. Quando posso vou ver o mar, onde consigo escutar a voz da Grande Mãe em cada onda.

Para se ligar ao elemento ar basta abrir uma janela e deixar a brisa correr pela sala, ou então dar um passeio pelo exterior e deixar que lhe despenteie o cabelo. Que cheiros lhe traz o vento? Murmura-lhe segredos? Queimar incenso é uma boa maneira de conjugar o fogo com o ar.

Para descortinar os aspetos de um caminho de bruxaria que se coadunem da melhor maneira no seu caso, sugiro com veemência a leitura de alguns livros — há imensos bons livros publicados (incluí uma lista dos meus preferidos mais para o final desta obra). Fale com outras bruxas, se as conhecer, ou procure algumas com quem conversar na Internet (nunca esquecendo que, tal como tudo o resto

na Internet, nem todas as informações sobre feitiçaria são fidedignas... Se alguma coisa lhe parecer errado, é porque provavelmente é mesmo).

Além disso, experimente abordagens diferentes para ver as que lhe transmitem uma sensação de poder e êxtase. Afinal de contas, o objetivo é mesmo esse.

Segue-se uma lista de várias possibilidades para a prática de feitiçaria moderna, em termos funcionais e espirituais, que podem fortalecer a sua ciência:

- \* Explore diversas deusas para ver se alguma lhe diz alguma coisa (em termos literais ou figurativos).
- \* Prepare um altar (pode ser simples e genérico ou dedicado a uma deusa em particular).
- \* Saúde os deuses ou a deusa todas as manhãs (não terá de fazer mais do que olhar pela janela e dizer: «Bom dia! Obrigada pelo novo dia»).
- \* Acenda uma vela e faça uma oração (pode rezar à deusa no geral, à Grande Deusa ou a uma deusa em particular com a qual sinta uma ligação) ou peça ajuda.
- \* Experimente alguns feitiços simples, como os que descrevo mais à frente neste livro, para resolver problemas na sua vida (depois faça o acompanhamento com ações práticas para reforçar a energia expelida).
- \* Faça um esforço para estabelecer uma ligação com a natureza passando algum tempo no exterior num ambiente o mais natural possível (o mar, rios, cursos de água e lagos são excelentes, tal como os bosques, prados, parques ou até mesmo cemitérios, se viver na cidade e for difícil encontrar espaços verdes — os cemitérios, graças à sua própria natureza, costumam ser silenciosos e tranquilos). Se viver na cidade, mantenha-se atenta

# É hora de recuperarmos a nossa espiritualidade

Por que razão é que a bruxaria atrai cada vez mais pessoas, principalmente mulheres? Como é que esse caminho, baseado em crenças e tradições provenientes dos primórdios dos tempos, tem tocado de forma tão profunda a mulher moderna? Para este despertar a que agora assistimos, em muito contribui o facto de a bruxaria ser sinónimo de prática, na qual, ao contrário do que se verifica noutras religiões, nada se intromete entre a praticante e a relação com a divindade. Mas há mais. Muito mais.

Esta obra orienta-a na viagem em que o poder do feminino se revela em todo o seu esplendor. Descubra mais sobre a wicca, a bruxaria e o paganismo; encontre o divino no feminino; aprenda a estar em comunhão com a natureza; e coloque toda a teoria em prática, criando mudanças positivas no seu quotidiano.

Um livro dos dias de hoje, mas com toda a tradição e sabedoria acumuladas desde há séculos. Uma ponte perfeita entre o que foi e o que ainda virá a ser.



## INCLUI MEDITAÇÕES E FEITIÇOS

  
**FAROL**  
a luz da sua vida  
20|20 editora

ISBN 978-989-564-377-6



9 789895 643776

Esoterismo