



**Círculo Sagrado de Mulheres
Encontros com Madalena**

*“Eu sou um círculo e eu vou te curar.
Você é um círculo e você vai me curar.
Juntos, SOMOS UM”*

Focalizadora: Heloísa Monteiro

**I. Momentos de inspiração
das Madalenas**

Magia é isso mulher
Andar à sua cata
Dar de si o melhor
Antes, tão reprimida
Laço de arte e de força,
Em suas mãos o caminho infinito,
Nadar no mar de seus sonhos
Ainda que custe, voar
Se encontrar e pousar...
(Graça Figueiredo, 31/05/2013)

Mais que uma viagem
Ao redor de cidades,
Dentro de cada mulher
Ardentes emoções
Lento o desabrochar da flor,
Em cada uma de nós
Nascem novos caminhos ...
Acenda tua luz mulher
Somos amor e poder escrevendo a
própria história
(Graça Figueiredo, 01/06/2013)

Mais que uma viagem
Ao redor de cidades,
Descobrimo, lapidando,
Ardem as emoções
Lento, o desabrochar da flor
E das pétalas entreabertas
Nascem novos caminhos ...
Acenda tua luz mulher
Ser amor e poder
escrevendo a própria história
(Graça Figueiredo, 01/06/2013)

Quando eu FLOR! Quando tu
FLORES! Nós FLORES seremos ! E
o Mundo FLORESCERÁ!!!! Beijos
Flor Formosura !!!! (Linei d'Angelo
Porto, setembro de 2013)

**Depoimento sobre o Círculo Sagrado
de Mulheres Encontros com Madalena:**

“O trabalho que você faz é muito especial. Aprendi muito com o grupo e hoje me sinto mais inteira como mulher, assumindo de forma mais integral a força e a fragilidade do feminino, sabendo que ambas são qualidades que sob uma aparente antinomia, se complementam e tornam o ser feminino tão completo.

Estou, de fato, mais inteira, sob muitos aspectos, e a consequência disso é uma maior tolerância comigo mesma, e, por consequência, com o mundo que me cerca. Estou também mais segura. Acredito que a segurança é uma questão de crescimento e amadurecimento, que tanto mais cresce, quanto mais a gente se reconhece e aceita e respeita nosso lugar no mundo. São sentimentos que foram se apoderando de mim aos poucos e nesse período das Madalenas pude senti-lo impregnando minhas entranhas, encontrando em mim um pouco da nossa querida Madalena. Continue esse trabalho delicado e sutil, que se revela de fato, sutilmente, mas que nos torna realmente pessoas melhores”. (Jaqueline Grossi Fernandes, setembro de 2013)



II. Erva mágica

Alecrim

1. Nome científico: **Rosmarinus officinalis** (“o orvalho que vem do mar”; “rosa do mar”; tem este nome porque as praias do Mediterrâneo cheiravam ao alecrim que crescia espontaneamente em suas areias).
2. Nome vulgar, sinonímia popular: Alecrim-de-casa, alecrim-de-cheiro, alecrim comum, alecrim-de-horta, alecrim-de-jardim, erva-coroadada, flor-de-olimpio, rosa-marinha, rosmarinho, rosmarino.
3. Nome em inglês: Rosemary
4. Nome em francês: Romarin
5. Lendas: As lendas nos contam que as flores do alecrim eram brancas e ficaram azuis quando Nossa Senhora descansou com o Menino Jesus à sua sombra na viagem de fuga para o Egito. Também se diz que um pé de alecrim jamais terá altura superior à de Cristo quando adulto e que foi com um de seus ramos floridos que um jovem príncipe tentou e conseguiu despertar a Bela Adormecida de seu sono de cem anos. Os sicilianos ensinam para suas crianças que as fadas meninas gostam de se transformar em serpentes e brincar à sombra dos alecrins cheirosos. Muitos povos têm certeza de que a planta só floresce no jardim dos justos. Outros acham ainda que só fica viçosa quando quem manda na casa é a mulher. Acredita-se desde tempos muito antigos que o alecrim estimula a memória e os estudantes gregos tinham o hábito de entrelaçar ramos em seus cabelos quando estudavam para seus exames. É também considerado o símbolo da amizade, porque as pessoas que o usam sempre se lembram dos amigos. Nos casamentos, era usado nas grinaldas das noivas para dar sorte, nos enterros para dar paz aos mortos, e nas igrejas e hospitais era queimado como incenso para santificar e purificar o ambiente. Dizem que o famoso néctar dos deuses era mel de alecrim.
6. Símbolo: Amizade.
7. Planeta: Sol.
8. Elemento: Fogo.
9. Gênero: Masculino.
10. Poderes e uso mágico: Purificação. É a erva da juventude eterna, do amor, da amizade e **da alegria de viver**. Pode ser usado debaixo do travesseiro para afastar os maus sonhos. Antigamente os jovens costumavam passear com um ramo de alecrim nas mãos para com ele tocar na pessoa amada e ter seu amor para sempre.
11. Uso culinário: Na cozinha o alecrim pode ser usado com sucesso em todas as carnes brancas, especialmente perus, carneiros e frangos. Peixes, batatas e omeletes ficam mais saborosos e os molhos, com uma pitada da erva fresca, ficam com um aroma todo especial. Água fervendo com muitas folhinhas de alecrim num recipiente de cerâmica faz sumir qualquer cheiro de cozinha e deixa a casa inteira perfumada. Dentro dos armários e das gavetas a erva afasta as traças.



12. Plantio: Pouco exigente quanto ao solo (gosta dos solos arenosos, mas bem drenados), quase imune às pragas dos jardins, prefere os lugares ensolarados, mas tolera bem um pouco de sombra e fica verde o ano inteiro. Multiplica-se por meio de mudas, galhos e sementes e, como é uma planta perene, depois de alcançar mais ou menos um metro de altura serve como planta-mãe durante muitos anos. Não gosta de ser transplantada depois de grande. É a planta companheira da sálvia, atrai abelhas e repele a mosca da cenoura. Erva estimulante e que deve ser plantada em todo o jardim.
13. Luminosidade: Bastante sol ou muita luminosidade.
14. Clima: Desenvolve-se muito bem em qualquer clima, com preferência para os temperados quentes, e não gosta de clima muito frio nem ventos fortes.
15. Indicação terapêutica: Bom para os rins e vesícula, bem como para o equilíbrio da pressão arterial, auxiliando a boa circulação; **auxilia nos estados de depressão**, dores reumáticas, digestão, facilita a menstruação, combate a gota, anti-séptico, sedativo, fortalece a memória. Bochechos de infusão são recomendados para aliviar aftas, estomatites e gengivites. Como tônico geral, é indicado para cansaço e fadiga. Como hepatoprotetor, como erva adicional em hepatites. Como anti-reumático e analgésico, para artrose e artrite.
16. Curiosidade: Conta a história que um anjo, disfarçado de ermitão, ofereceu a Dona Isabela, rainha da Hungria, uma

fórmula para livrá-la das dores causadas pelo reumatismo. Depois de usar a receita durante um ano, recuperou a saúde e a beleza, ficando com uma aparência tão boa que o jovem rei da Polônia quis casar-se com ela, à época com 72 anos de idade.

Água da Rainha da Hungria:

Prepare uma tintura de alecrim e outra de lavanda. Misture três partes da tintura de alecrim com uma parte da de lavanda. Use o líquido para massagear as juntas doloridas.

Tintura:

600 ml (duas xícaras e meia) de álcool de cereais

40 g de erva bem amassada (um bom punhado)

Coloque num vidro bem fechado, de preferência escuro, e deixe macerar pelo menos um mês. Coe e use. Dura muito tempo.

III. Elemento: Água

Redescobrimo o Princípio do Feminino na Água

Kathi von Koerber*

Estamos na época de nos dar conta de que, por séculos, o valor real da água como a verdadeira forma do feminino



foi negligenciado. Por milênios a humanidade reverenciou o elemento do fogo, o filho do Sol. Fogo é uma manifestação do masculino no planeta Terra, e a água é o aspecto feminino. Em nossa história, fogo significou riqueza, potencial, capacidade de forjar ouro, massacrar e queimar impérios, conquistar territórios, cruzadas e caça às bruxas; e continua sendo usado como elemento de impacto e poder. Civilizações imperiais governaram com desdém pelo balanço dos elementos da água e fogo. Este último, relativo ao Sol na Terra, tornou-se a celebrada força do elemento masculino de força e poder, e as águas, elemento feminino, lenta, mas consistentemente foram depreciadas e poluídas. Hoje nossas águas estão em estado de crise e nós humanos refletimos este estado em nós mesmos. Sem dúvidas o ciclo da vida está sendo desafiado enquanto o aquecimento global acelera, represas estão interferindo com o fluxo da natureza e até mesmo o rio Amazonas está experimentando secas. Igualmente, a saúde e o bem estar interior da humanidade está sofrendo de pobreza espiritual e existencial. Desordens mundiais de ansiedade, depressão, esquizofrenia, insônia, vícios e personalidades maníacas são resultado da crise interior. Desordens femininas como a TPM extrema,

fibrose, câncer de útero, infertilidade e câncer de mama são apenas alguns exemplos que refletem a luta do sexo feminino para encontrar equilíbrio e saúde num mundo moderno afastado da natureza. Esta crise é resultado da falta de harmonia entre os humanos; homens, mulheres e sua relação mútua e consigo mesmos, a natureza e os elementos. E mais especificamente o desequilíbrio da água e do fogo em nossas vidas. Como passamos a compreender nas últimas décadas, o cuidado com a água é fundamental para nossa sobrevivência futura. Mais do que jamais imaginamos. Como habitantes da Terra, nós entramos numa época onde precisamos priorizar e reverenciar mais a Terra e seus habitantes femininos para nos reequilibrar e harmonizar. O princípio do feminino no planeta Terra pode ser encontrado no fluxo das águas. Os lagos, rios, tudo que flui, acumula, nutre e eventualmente origina o oceano. Nos textos Védicos é dito que existem sete tipos de águas: nascentes, corredeiras, rios, lagoas, lagos, aquíferos e o mar. Os lagos e lagoas representam o ventre, os rios e as cachoeiras a fertilidade e virilidade das águas e os oceanos representam o líquido amniótico. Os mares e oceanos são conhecidos em muitas tradições como a mãe das águas, também



conhecido no Brasil como lemanjá. O elemento da água é o sangue de nossa planeta, os rios são as veias da Terra e por natureza, as mulheres cuidam e abençoam a água. O princípio feminino é nutrir, manter seguro, como a mãe segurando e alimentando seu bebê. Ao nutrir seu ventre, suas crianças, as mulheres efetivamente nutrem as águas e a si mesmas. Portanto, as mulheres têm a responsabilidade de agir como guardiãs das águas. Toda água que flui traz a marca da nutrição, da mãe e da cuidadora. A natureza do feminino é muito similar a um cristal. Cristais são condutores de energia, assim como as mulheres. Mulheres são geralmente mais sensíveis que homens, elas absorvem e transformam a energia, como uma mãe que cuida de seu filho com leite do seio. Da mesma maneira, pensamentos e emoções são absorvidos e armazenados em nossos corpos através de nossas águas, como nosso sangue que leva nutrientes para as células e órgãos. Água é um condutor e, portanto, precisamos tomar cuidado com quais pensamentos colocamos na água pois ela pode absorvê-los. Quando absorvem e não liberam, nossas águas podem ficar fisicamente desequilibradas, resultando em desarmonia ou doença. Então, para reestabelecer a harmonia, é preciso

aprender a equilibrar as emoções e estar consciente de que estamos poluindo nossas águas interiores com pensamentos negativos. É do entendimento de todos que precisamos participar ativamente dos ciclos da vida e não nos considerarmos separados da natureza. Para cada recebimento há uma retribuição. Assim como há um negativo, há um positivo, como uma bateria. Para cada recebimento de água há uma oferta. Para cada emoção há um ato de harmonização e limpeza. Como na natureza, para cada noite há um dia, enquanto o sol e a lua ciclam harmoniosamente, as energias do fogo e da água podem novamente se realinhar. Então para cada gole de água que sacia nossa sede e limpa nossos corpos, deve haver um ato recíproco. Um ato de devolver é um agradecimento em uma tentativa de harmonização de nossas águas internas e externas. Pensando positivamente quando cozinhamos, ou quando movemos nossas águas internas através da dança, ou ao cantarmos e vibrarmos durante o banho. Compreender que toda a água que usamos foi usada por nossos ancestrais e será usada por nossos filhos e, portanto, devemos honrar a linhagem e a continuidade da vida. Com o tempo podemos reintegrar o ciclo da água em nossas vidas, seja



através de um estilo de vida sustentável, coletando as águas cinzas, ou sabendo de onde vem sua água potável. Assim, nosso conhecimento se torna mais consciente do design sagrado da vida e das leis da natureza. Para homens e mulheres poderem também compreender que a cozinha, para uma mulher, é o ponto central da família e o altar vivo do equilíbrio alquímico da água e do fogo.

Não Podemos viver sem água. Água é vida, água dá vida e água tira vida.

Estamos vivendo no limiar da maior crise que a humanidade já presenciou, que é a falta de água fresca e limpa. Portanto é extremamente importante como iremos tratar a água interna e externa daqui pra frente. Uma crise planetária da água revela-se de três formas: água contaminada, falta de água e excesso de água. Em nossos corpos, a água poluída se manifesta como raiva, falta de água se relaciona com tristeza e o excesso de água é o ciúme, luxúria e ganância, todos levando a tormentos e desequilíbrio. Para quaisquer formas de turbulência sobre a água que falemos, o antídoto são rezas e boas ações. Mulheres foram abençoadas com o presente da auto-limpeza na forma de nosso ciclo menstrual. Assim como a terra tem

seus ciclos, os sistemas reprodutivos da mulher e o ciclo menstrual são um mecanismo de limpeza sintonizado com a lua. A lua é o guardião feminino que alinha as águas femininas e a menstruação aos ciclos do cosmos. Assim como a água limpa a si mesma por osmose, evaporação, precipitação e filtragem durante a sedimentação, as mulheres liberam e transformam toxinas acumuladas, energias estagnadas e emoções através da menstruação. A menstruação é uma maneira do corpo e da mente se limparem para toda a família, pois a mulher é a peça central da família, pois é a que dá a luz e nutre. A menstruação foi suprimida pela sociedade ao ponto de pessoas tentarem escondê-la, fingir que não está acontecendo e ignorando-a. Todos os sintomas da TPM, ou saúde debilitada em torno da menstruação ou dos sistemas reprodutivos são claras indicações de alguma sorte de desarmonia espiritual ou física. Os ciclos naturais nunca deveriam ser considerados como certezas; o mesmo vale para o sistema menstrual da mulher. O ciclo natural da mulher é um método altamente avançado para as mulheres se reconectarem à terra e limparem seu ser interior. Mulheres precisam aprender a honrar este momento sagrado e serem apoiadas



pelo seu entorno neste feito. Devolver o sangue menstrual como matéria fértil para o solo é uma prática ancestral, contrastante com o conveniente descarte na descarga do banheiro. A verdadeira reza da mulher para devolver seu sangue menstrual para a terra, através do uso do moderno e conveniente coletor de silicone fortalece a comunicação direta com a terra e o eu interior da mulher. Isso permite que as mulheres novamente se tornem suas próprias curandeiras e revigora a relação deteriorada com o planeta Terra. As emoções ficam ancoradas ao solo e não na água. Quando o sangue menstrual é depositado na água, a água se torna mais volátil com emoções e toxicidade. Mesmo a água sendo reciclada muitas vezes, nós beberemos esta volatilidade e será difícil equilibrar mente, espírito e a harmonia masculino/feminino no planeta. O elemento terra tem a habilidade de acalmar as águas. O primeiro passo para harmonizar o papel do divino feminino é recuperar nossas águas. Como humanidade e indivíduos, temos de reclamar nossas águas. Em uma jornada interior para curar e garantir águas tranquilas é importante integrar a si mesmo nos ciclos naturais das leis do universo. Em um nível ambiental é importante estar seguro de onde vêm nossa água potável, como foi

tratada e para onde fluirá depois. É a responsabilidade pessoal com a saúde interior e sua manutenção, para que então possamos ser úteis na preservação e continuidade da comunidade. Na reza e no dia a dia, significa balancear as águas internas e externas permitindo a nós mesmas honrar e ouvir a fluidez das águas femininas.

* *Kathi von Koerber é uma dançarina/curandeira e diretora de cinema da Alemanha/Africa do Sul. Conviveu com idosos das tribos Bushmen no sul da África do Sul, os Tuareg no Saara, a princesa da Iboga no Gabão, Bernardette Riebenot, Lakota, Navajo e Cherokee nos EUA, Xawante e Fulnio no Brasil e os Camsra e Kogi na Colômbia. Kathi ensina dança e faz apresentações internacionais ha 15 anos, e dedica sua vida para preservar a sabedoria indígena e advogar rituais como elementos chave na evolução humana e iniciação na vida adulta. Kathi fundou a **Kiahkeya** em 2004 com o objetivo de informar e disseminar a arte, criatividade e espiritualidade com o propósito da tolerância e igualdade cultural e ambiental. Vários projetos incluem filmes sobre a tribo Bushmen na África do Sul, o filme **"Footsteps in Africa"** sobre a música, dança e capacidade de sobrevivência dos nômades Tamakesh no Saara e um filme*



ambiental de dança Butoh feito nas geleiras do Alaska, que ela atualmente está editando. O projeto mais recente de Kathi é um filme sobre os poderes místicos da água chamado "Moving Waters". Kiahkeya também produz workshops interculturais, incluindo dança, medicina sagrada com plantas medicinais, rezas de diferentes tradições, treinamento em liderança selvagem e vivência sustentável. Todos os projetos da Kiahkeya são esforços para apoiar o ambiente e seus habitantes nesta era moderna. Kathi honra a voz da avó. Ela apoia a reza feminina e suas vozes anciãs através dos elementos, a terra e o alimento, o fogo e a transformação, a água e seu poder purificante e o ar através do qual caminhamos a dança da vida.

<http://www.kiahkeya.com>

<http://www.imovewater.net>

IV. Reflexões

"A primavera é o tempo em que o princípio luminoso volta à Terra, depois de um longo período de recolhimento."

(Maria Esther Maciel, do Jornal Estado de Minas)

"Com a primavera, aprendi a me deixar cortar para voltar inteira."

(Cecília Meireles)

"O Equinócio de Primavera se aproxima..."

A Roda do Tempo mais uma vez nos presenteia com seu girar infinito!

No frio, tudo parece sem vida.

Mas com o final do Inverno, chega o momento de renascer...

Mesmo se não estivermos atentas, por mais que estejamos correndo, a Primavera vem!

E se permitimos, Ela nos engravida de Luz e Possibilidades!!!"



(Eugênia Corrêa e Ana Charnizon)

V. Receitas das Madalenas

1. BOLO FOFO DE IOGURTE (Mariah)

1 copo de iogurte natural
4 ovos
1 copo de açúcar
1 copo de óleo de girassol



Bater no liquidificador e despejar numa vasilha.

Acrescentar:

2 copos de farinha de trigo

1 colher (sopa) de fermento em pó.

Misturar bem, sem bater.

Levar no forno em forma untada e enfarinhada.

Desenformar e salpicar açúcar e canela.

2. BOLO DA ERLY

- 02 ovos

- 01 xícara de leite

- 01 xícara de farinha integral

- ½ xícara de aveia

- 02 colheres de sopa de óleo

- ½ xícara de (adoçante de forno e fogão) – Qual e Tal

- sumo de uma laranja

- 01 pitada de sal

Pode colocar:

Uva passas

Damasco

Frutas cristalizadas

Castanha do Pará

Gergelim

VI. Indicação de livros

Um coração de mulher – Roque Marcos Savioli, Editora Canção Nova, São Paulo, 2011.

Eternamente Ísis – O Retorno do Feminino ao Sagrado.

Ramy Arany, Editora KVT, São Paulo, 2006.

No site da Casa das Matryoshkas há, ainda, uma lista com inúmeros livros interessantes. Basta acessar o site.

VII. Agenda

02/10 (quarta-feira), das 19:30 às 22:00 h – Círculo Sagrado de Mulheres Encontros com Madalena (Valor: R\$ 70,00).

10/10 (quinta-feira), das 19:30 às 22:00 h – Grupo de Estudos sobre Maria Madalena (Livro *A identidade secreta de Maria Madalena. A exclusão do feminino na origem do cristianismo*, Jomar F.P. Filho) (Valor: R\$ 20,00).

30/10 (quarta-feira), das 19:30 às 22:00 h – Vivência *O despertar das bruxas* (Valor: R\$ 30,00).

Leitura dos Registros Akáshicos – Atendimentos com prévio agendamento. Duração de aprox. 1 hora. (Valor: R\$ 150,00).

Nos mitos e sonhos de nossa memória coletiva, as mulheres são lembradas como algum dia foram e puderam ser: portadoras do sagrado feminino.

A Lenda do Santo Graal

A Lenda do Santo Graal é uma história planetária. Ela nos conta sobre o Rei Pescador (símbolo do poder e do patriarcado). Ele tem uma ferida que não sara e um reino que é uma terra devastada. Quando ele se curar, o mesmo acontecerá com seu reino, mas apenas o Graal poderá curá-lo.

Muitos pensam que é um cálice, aquele usado por Jesus Cristo na última ceia, quando Ele disse as palavras da comunhão: 'Este é o meu sangue – façam isso em minha memória.'

Mas isso não curou a terra devastada.

No rito da missa apenas o padre pode segurar esse cálice (porque 'apenas os homens foram feitos à semelhança de Deus'). Nunca uma mulher, a sacerdotisa do Graal, que segura esse cálice, símbolo do sagrado feminino, um útero cheio de sangue que desapareceu do mundo.

Se é que o patriarcado deva ser curado e o planeta restaurado, seria a sabedoria feminina necessária?

(Texto extraído do livro *O Milionésimo Círculo. Como transformar a nós mesmas e ao mundo. Um guia para Círculos de Mulheres*, Jean Shinoda Bolen, São Paulo: Trion, 2003).

Informações sobre como participar das atividades da Casa das Matryoshkas:

(31) 9981-8084

heloisa.monteiro@globocom

casa.das.matryoshkas@globocom

www.casadasmatryoshkas.org.br





Casa das
MATRYOSHKAS

www.casadasmatryoshkas.org.br

Publicação mensal do Círculo Sagrado de Mulheres Encontros com Madalena/ano 1/ nº 2/outubro/2013

