

AÇÃO CRISTÃ VOVÔ ELVÍRIO

Viver para aprender, Aprender para viver.



Estrela Guia de Aruanda



Kaô Kabecilê!

ANO IX · JUNHO, 2026

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



Programação: Junho 2026

#	DIA	DESCRIÇÃO
2	Terça	Estudos on-line
3	Quarta	Desenvolvimento (Valparaíso)
4	Quinta	Corpus Christi (Cristalina – Evangelho e Passe)
5	Sexta	Palmelo - Médiuns de Palmelo
6	Sábado	Valparaíso-Gira Pretos-Velhos HOMENAGEM A YORIMÁ
9	Terça	Estudos on-line
10	Quarta	Desenvolvimento (Valparaíso)
11	Quinta	Cristalina - Palestra, prece e passe
12	Sexta	Cristalina - Médiuns de Brasília, Cristalina e Palmelo – Gira de Esquerda
13	Sábado	Valparaíso - Gira de Esquerda (Exu e Pombagira)
16	Terça	Estudos on-line
17	Quarta	Desenvolvimento (Valparaíso)
18	Quinta	Cristalina - Palestra, prece e passe
19	Sexta	Palmelo - Médiuns de Brasília, Cristalina e Palmelo – Gira de Esquerda
20	Sábado	Valparaíso - Gira de Pretos Velhos
23	Terça	Estudos on-line
24	Quarta	Desenvolvimento - Dia de São João Batista (Xangô)
25	Quinta	Cristalina - Palestra, prece e passe
26	Sexta	Palmelo - Médiuns de Palmelo
27	Sábado	Valparaíso - Gira em Homenagem a Xangô
30	Terça	Estudos on-line



Horário das giras

Valparaíso - 14h30

Palmelo - 19h30

Cristalina - 19h30

Expediente EGA

Curadoria doutrinária:

- Pai Pedro Lettieri

Editores-chefes:

- Camila Vidal
- Lucius Lettieri

Editora:

- Sabrina Soliane

Diagramação:

- Augusto Brasil



Instagram:

[acve.acve](https://www.instagram.com/acve.acve)

Nesta Edição





Esta edição é dedicada a **Xangô**, senhor da justiça e das pedreiras, com foco em sua retidão, equilíbrio e poder de lei. Xangô é um orixá de profunda reverência na Umbanda, portador do fogo purificador e da palavra verdadeira, reverenciado como o grande guia da razão, da firmeza de caráter e do julgamento imparcial.

Conteúdo



- Fio de Contas e Memórias
- Entre pedreiras e fogueiras: Xangô, São João e São Pedro
- As forças que sustentam a Umbanda
- Sincretismo de Exu e Santo Antônio
- Respirar em tempos de pressa
- Ciganos na Umbanda: A liberdade nômade que encanta os terreiros
- Eurípedes Barsanulfo, bicorporeidade e corpo mental inferior
- Silêncio e som no terreiro: a música precisa de pausas
- Xangô e as ervas que trazem firmeza e enraizamento
- Umbanda tem fundamento. É preciso conhecer

Séries Especiais:

-  Editorial
-  Elementos
-  Ôh Curimbeiro
-  Salve as Folhas

Fio de Contas e Memórias

EDITORIAL

Há forças no universo que não se negociam. Entre elas, a Justiça — não aquela moldada apenas pelos códigos e tribunais humanos, mas a que vibra nas leis invisíveis que regem a vida, o destino e o merecimento de cada espírito. Em Xangô, encontramos a expressão máxima dessa ordem maior: o senhor do equilíbrio, do fogo que purifica e da verdade que não se dobra. Seu machado de duas lâminas não apenas corta — ele revela, pesa e ajusta.

A justiça dos homens é necessária. Organiza a sociedade, estabelece limites, pune excessos. Mas é também falha, sujeita a interesses, interpretações e imperfeições humanas. Já a justiça divina, regida pela Lei Maior, não erra nem se apressa. Ela atua no tempo certo, com precisão absoluta, alcançando não apenas os atos, mas as intenções. Enquanto o homem julga pelo que vê, a espiritualidade julga pelo que é. E é nesse ponto que muitos se confundem: esperam respostas imediatas, esquecendo que o tempo da espiritualidade não é o tempo da ansiedade humana.

Ser umbandista, portanto, não é apenas vestir branco ou frequentar um terreiro. É alinhar-se com essa Lei Maior em cada escolha cotidiana. É compreender que a verdadeira justiça começa dentro de si: na honestidade com os próprios pensamentos, na responsabilidade pelas próprias ações e na consciência de que tudo o que se planta, cedo ou tarde, será colhido. Xangô não pune — ele equilibra. E esse equilíbrio, muitas vezes, exige de nós maturidade para aceitar as consequências e coragem para corrigir rotas.

Lealdade, disciplina e compromisso não são apenas valores morais — são fundamentos espirituais. A lealdade mantém o coração alinhado com a verdade; a disciplina organiza a conduta diante das tentações e desvios; o compromisso sustenta a caminhada mesmo quando o caminho se torna difícil. Mas acima de tudo, está a essência da justiça: agir corretamente mesmo quando ninguém está olhando, manter-se íntegro mesmo diante da injustiça e confiar que a Lei Maior sempre encontrará seu curso.

Que possamos, então, honrar essa Lei em nossas atitudes, pensamentos e caminhos. E que essa reflexão se amplie na leitura da edição de junho do Estrela Guia de Aruanda, dedicada a aprofundar os ensinamentos que nos conduzem à sabedoria, à fé e ao verdadeiro sentido da justiça. Kaô Kabecilê.

Com carinho a todos os irmãos de fé e a consulência,
Pai Pedro Lettieri

Entre pedreiras e fogueiras: Xangô, São João e São Pedro

Médium Camila Vidal

Junho é um mês marcado pelo colorido das festas populares, pelas fogueiras que iluminam as noites e pela celebração de importantes santos da tradição cristã. Para umbandistas, porém, este também é um período de profunda reflexão sobre os ensinamentos de Xangô, orixá da justiça, da verdade e do equilíbrio divino.

Ao longo da história do Brasil, especialmente durante os séculos de perseguição às religiões de matriz africana, os povos africanos e seus descendentes encontraram no sincretismo religioso uma forma de preservar sua fé. Associando orixás a santos católicos, mantiveram vivos seus cultos, saberes e tradições. Entre essas associações populares, Xangô foi frequentemente relacionado a São João Batista, celebrado em 24 de junho, e, em algumas tradições, também a São Pedro, celebrado em 29 de junho.

É importante destacar que, atualmente, muitas casas de Umbanda e de Candomblé valorizam o entendimento dos orixás em sua própria identidade africana, sem a necessidade do sincretismo. Ainda assim, compreender essas aproximações históricas ajuda a entender os caminhos percorridos pela religiosidade afro-brasileira e a resistência de seus praticantes.

Antes de tudo, quem é Xangô?

Xangô é um dos orixás mais conhecidos e reverenciados das tradições iorubás. Senhor do fogo, dos trovões, dos raios e das pedreiras, ele representa a justiça divina, o poder da palavra verdadeira e a retidão de caráter.

Seu símbolo mais conhecido é o oxé, um machado de duas lâminas que representa o equilíbrio necessário para julgar com imparcialidade. Em sua energia não há espaço para favoritismos, impulsividade ou injustiça. Xangô ensina que toda ação produz consequências e que a verdadeira autoridade nasce da responsabilidade e da sabedoria.

Na Umbanda, sua vibração atua no campo da justiça, do merecimento, da ética e do equilíbrio. É a força que organiza, corrige excessos e harmoniza situações que perderam seu eixo. Sua atuação não se limita a punições ou julgamentos, como muitas vezes se imagina. Pelo contrário: Xangô representa a busca pela verdade, pela correção dos caminhos e pela restauração da ordem.

Por isso, filhos e devotos de Xangô costumam ser associados à firmeza, ao senso de responsabilidade, à liderança e à busca constante pelo que é justo.

Xangô e São João Batista

A associação entre Xangô e São João Batista está entre as mais difundidas na religiosidade popular brasileira. O santo católico é conhecido como o profeta que preparou os caminhos para a chegada de Jesus Cristo. Sua missão foi anunciar transformações, conclamar à reflexão e chamar as pessoas ao arrependimento e à renovação espiritual.

Xangô e São Pedro

Em algumas regiões do Brasil e em determinadas tradições religiosas, Xangô também foi associado a São Pedro. Conhecido como o guardião das chaves do céu, São Pedro simboliza autoridade, responsabilidade e compromisso com a missão recebida. É aquele que guarda portais e representa a confiança depositada por Deus para conduzir e orientar.

A ligação simbólica com Xangô surge justamente na ideia de autoridade exercida com responsabilidade. Tanto os santos quanto o orixá são figuras associadas ao compromisso com a ordem, com o cumprimento das leis divinas e com a condução correta dos caminhos. A verdadeira justiça não nasce do castigo. Ela nasce da consciência.

Figura 1 - *Xangô e São João Batista de Orádia Porciuncula*

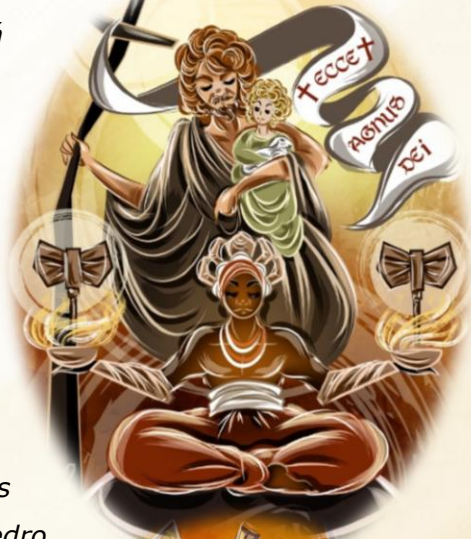


Figura 2 - *Xangô e São Pedro de Orádia Porciuncula*

Referências Bibliográficas:

- RANDI, Reginaldo. *Mitologia dos Orixás*. São Paulo: Companhia das Letras, 2001.
- VERGER, Pierre Fatumbi. *Orixás: Deuses Iorubás na África e no Novo Mundo*. Salvador: Corrupio, 2009.
- SILVA, Vagner Gonçalves da. *Candomblé e Umbanda: Caminhos da Devoção Brasileira*. São Paulo: Selo Negro, 2005.
- BIRMAN, Patrícia. *O que é Umbanda*. São Paulo: Brasiliense, 1985.

As forças que sustentam a Umbanda

Médiun João Gabriel Deuschle

A Umbanda é uma religião de movimento e consciência alicerçada na tríade dos Pretos-Velhos, Caboclos e Crianças, cujas roupagens espirituais traduzem aspectos essenciais da existência humana. Longe de uma organização aleatória, essas

linhas operam sob uma lógica viva e dinâmica, conduzindo o ser ao reequilíbrio ao integrar as virtudes da infância, da maturidade e da velhice. Assim, a religião trabalha a totalidade da alma, harmonizando

pureza, firmeza e sabedoria por meio da leveza, da ação e da memória ancestral.

As Crianças simbolizam o início, a espontaneidade e a pureza de intenção, trazendo de volta a alegria simples, a fé desarmada e o coração aberto, como um sopro capaz de desfazer a densidade e reconectar a pessoa à própria essência. Os Caboclos representam a força direcionada pela consciência, manifestando coragem, disciplina, compromisso e retidão, ensinando o espírito a caminhar com dignidade e reencontrar sua verticalidade. Já os Pretos-Velhos expressam a sabedoria humilde nascida da experiência amadurecida, da dor convertida em compreensão e da paciência forjada na vivência profunda. Sua força reside na capacidade de aconselhar com serenidade, curar com palavra mansa e acolher a alma com simplicidade.

Essas três linhas não representam apenas funções espirituais, mas espelham também os estágios da vida humana: as Crianças correspondem à infância; os Caboclos, à maturidade; e os Pretos-Velhos, à velhice. Cada fase carrega uma virtude essencial, e o equilíbrio surge justamente da integração entre elas. É essa harmonia que sustenta a raiz da religião e ajuda o ser a se reconhecer inteiro, em vez de fragmentado.

A Umbanda organiza-se ainda pela dinâmica complementar entre direita e esquerda, polaridades que não representam

bem e mal, mas funções necessárias de construção e renovação. Alinhada aos princípios herméticos, a religião compreende os opostos como extremos de uma mesma essência: a construção necessita da limpeza, e a ordem depende do desate. Assim, a sabedoria espiritual está na integração desses movimentos, sem absolutizar qualquer dos polos.

Nesse contexto, Pretos-Velhos, Caboclos e Crianças inserem-se na direita, atuando na sustentação espiritual, na harmonização e no fortalecimento do vínculo com a Lei. Exú, por sua vez, pertence à esquerda, representando o movimento corretivo, a desobstrução e a justiça. Longe de ser uma força negativa, Exú trabalha dentro da própria Lei, operando nas encruzilhadas da existência para remover bloqueios e abrir caminhos. Enquanto a direita edifica e orienta, a esquerda movimenta e renova o que já não serve. O paralelo entre ambas não é de combate, mas de cooperação: uma oferece estrutura; a outra garante circulação e transformação.

Em essência, a Umbanda revela a síntese da própria alma humana: a pureza da criança, o vigor do caboclo e a sabedoria do preto-velho harmonizados entre a direita que sustenta e a esquerda que renova. Nessa interdependência sagrada, ordem e movimento deixam de ser opostos e passam a atuar como forças complementares de cura, consciência e evolução espiritual.

Referências Bibliográficas:

- PINHEIRO, Robson. *Tambores de Angola. Ditado pelo Espírito Ângelo Inácio. SP: Casa dos Espíritos Editora, 1998.*
MATA E SILVA, W. W. da. *Lições de Umbanda (e Quimbanda) na palavra de um Preto-Velho.*
MATA E SILVA, W. W. da. *Umbanda, sua eterna doutrina.*
SARRACENI, Rubens. *O Guardião da Meia-Noite.*
TRÊS INICIADOS. *O Caibalion: estudo da filosofia hermética do antigo Egito e da Grécia. De Rosabis Camaysar.*



Sincretismo de Exu e Santo Antônio

Médium Sabrina Soliane

"Pisei na pedra, a pedra balançou, o mundo estava torto, Santo Antônio endireitou..."

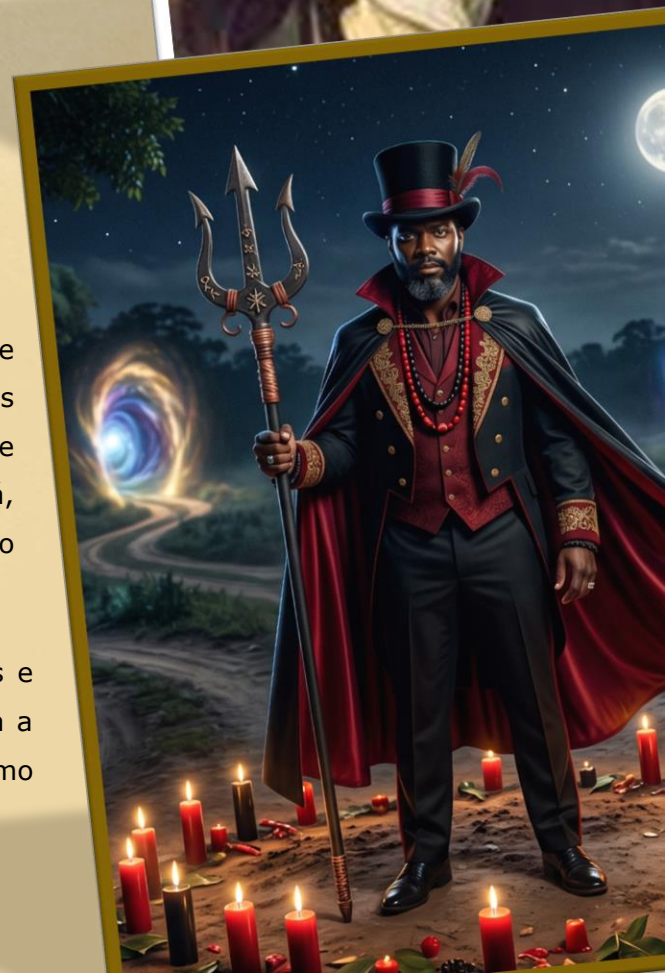
Nesta encruzilhada de mundos, crenças e caminhos, encontram-se duas forças que, embora pertencentes a tradições distintas, dialogam simbolicamente através da história e da devoção popular: Santo Antônio e Exu.

Santo Antônio, frade franciscano nascido em Lisboa e consagrado por sua trajetória religiosa em Pádua, tornou-se conhecido por sua profunda erudição, pelos sermões voltados à caridade e pela defesa dos mais pobres. Sua vida foi marcada pela renúncia aos bens materiais e pelo compromisso com o amor ao próximo. Ao longo dos séculos, inúmeras narrativas populares associaram sua imagem à realização de graças ligadas aos relacionamentos, tornando-o conhecido como o santo casamenteiro.

Já Exu é uma das divindades mais complexas e, ao mesmo tempo, mais incompreendidas das tradições de matriz africana. Na cultura iorubá, Exu é o orixá da comunicação, do movimento, das trocas e dos caminhos. É ele quem estabelece a ligação entre o mundo material e o mundo espiritual, sendo tradicionalmente o primeiro orixá reverenciado nos rituais.

Na Umbanda, é importante compreender que existe uma diferença entre o orixá Exu e as entidades espirituais chamadas Exus. Essas entidades recebem esse nome porque atuam na vibração, na força e na magia do orixá, trabalhando na proteção, no encaminhamento e no equilíbrio das demandas humanas.

Exu é o senhor das encruzilhadas, das passagens e das possibilidades. Representa a energia que movimenta a vida, rompe estagnações e promove transformações. Como ensina um antigo provérbio iorubá:



"Exu matou um pássaro ontem com a pedra que atirou hoje", demonstrando sua capacidade de transcender a lógica linear do tempo e revelar que a vida é muito mais complexa do que aparenta.

A associação entre Santo Antônio e Exu surgiu durante o período colonial, quando o sincretismo religioso serviu como estratégia de resistência e preservação das tradições africanas diante da perseguição religiosa. Em algumas regiões do Brasil, especialmente na religiosidade popular, Santo Antônio passou a ser relacionado a Exu por características simbólicas que evocam caminhos, comunicação, fertilidade, prosperidade e auxílio nas questões afetivas.

Embora não se confundam e pertençam a universos religiosos distintos, ambos são vistos por muitos devotos como forças que auxiliam na abertura de caminhos e no fortalecimento dos vínculos humanos. O encontro entre essas imagens vai além das questões amorosas ou materiais. Fala sobre conexões, escolhas, aprendizados e sobre a capacidade de encontrar direção nos momentos de dúvida.

Que Santo Antônio, em seu altar, e Exu, em suas encruzilhadas sagradas, inspirem nossos passos com sabedoria, equilíbrio e discernimento. Que cada tradição seja respeitada em sua essência e que possamos compreender que o amor, a caridade, o diálogo e a busca pelo bem são valores que ultrapassam fronteiras religiosas.

Referências Bibliográficas:

<https://www.terra.com.br/santo-antonio-e-exu-entenda-a-ligacao-e-o-sincretismo-entre-essas-duas-forcas-poderosas,52ed5c0b68456d3ad468ddce9d98a949j180wfa7.html>
<https://www.raizesespirituais.com.br//entenda-mais-sobre-o-sincretismo-entre-o-orixa-exu-e-santo-antonio/>

Respirar em tempos de pressa

Médium Camila Vidal

Eu reconheço: parar e respirar, hoje, não é tão simples quanto parece. Em meio a notificações constantes, prazos apertados e uma rotina que exige respostas imediatas, até o ato mais básico — inspirar profundamente e estar presente — se torna um desafio. A mente salta de um pensamento a outro, o corpo segue no automático, e o silêncio, quando aparece, muitas vezes causa estranhamento. É como se a geração atual tivesse desaprendido a pausa, substituindo o tempo de respiro por uma urgência contínua de fazer, produzir e reagir. E, nesse cenário, respirar deixou de ser apenas um processo natural do corpo para se tornar, paradoxalmente, um exercício de reaprendizado.

Talvez seja justamente por isso que práticas ancestrais como a respiração Tummo despertem tanto interesse — e, ao mesmo tempo, tanto espanto. Enquanto grande parte de nós luta para sustentar alguns minutos de atenção plena, monges tibetanos dedicam anos ao domínio

da respiração como caminho de transformação profunda. Conhecida como “fogo interior”, a técnica integra tradições do budismo Vajrayana e combina controle respiratório, visualizações mentais e concentração meditativa para ativar uma energia interna capaz de gerar calor no próprio corpo.

O que a prática Tummo revela sobre corpo e consciência? Relatos históricos descrevem monges capazes de permanecer em ambientes de frio extremo, como nas montanhas do Himalaia, vestindo roupas leves e utilizando a respiração Tummo para manter o corpo aquecido. Um dos exemplos mais conhecidos é a prática de secar lençóis molhados colocados sobre o corpo durante a madrugada — um exercício que simboliza não apenas resistência física, mas domínio sobre processos internos que, para a maioria das pessoas, são involuntários.



Esta Foto de Autor Desconhecido está licenciado em [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Esse fenômeno deixou de ser apenas um relato tradicional e passou a ser investigado pela ciência. Estudos conduzidos pelo cardiologista Herbert Benson, da Harvard Medical School, identificaram que praticantes experientes conseguem elevar significativamente a temperatura periférica do corpo durante a prática. Em alguns casos, foram registrados aumentos de até 8°C nas extremidades, além de alterações no metabolismo basal, indicando um estado fisiológico singular.

Para além de ser um fenômeno curioso, a respiração Tummo propõe uma reflexão profunda sobre o potencial humano. Se, por um lado, ela evidencia capacidades extraordinárias desenvolvidas ao longo de anos de disciplina, por outro, nos convida a revisitar algo essencial e acessível a todos: o ato de respirar com consciência. Em um mundo que acelera cada vez mais, talvez o verdadeiro aprendizado não esteja em produzir calor no frio extremo, mas em reaprender a pausa — e, nela, reconectar corpo, mente e presença.

Referências Bibliográficas:

- BENSON, Herbert et al. Alterações da temperatura corporal durante a prática do yoga Tum-mo. *Nature*, 1982.
 Dalai Lama. O mundo do budismo tibetano. Boston: Wisdom Publications, 1995.
 YESHE, Lama Thubten. A bem-aventurança do fogo interior. Boston: Wisdom Publications, 1998.

Ciganos na Umbanda: A liberdade nômade que encanta os terreiros

Médium Márcio Gomes

Surgida de forma mais consolidada a partir da segunda metade do século XX, a linha cigana trouxe para os terreiros a essência de um povo historicamente nômade, marcado pela resistência e pela adaptação cultural. No Brasil, onde os primeiros ciganos chegaram ainda no século XVI, muitas vezes como degredados, essa presença espiritual reflete a capacidade da Umbanda de absorver arquétipos de liberdade e mistério. Hoje, entidades identificadas como ciganos e ciganas são incorporadas por médiuns em rituais cheios de cor, música e dança, oferecendo aos consulentes orientação, cura emocional e prosperidade. Sua chegada aos terreiros ampliou o espectro de forças espirituais, enriquecendo a prática umbandista com elementos de adivinhação, como tarô e quiromancia, e com energia festiva que contrasta com linhas mais introspectivas.

As características espirituais e culturais do povo cigano na Umbanda destacam-se pela alegria, pela conexão profunda com a natureza e pela sabedoria ancestral. Representados como “filhos do vento”, esses espíritos encarnam o arquétipo do viajante eterno, livre de amarras materiais, portadores de uma magia prática que une o visível e o invisível. Vestidos com saias rodadas coloridas, lenços, colares de ouro e acessórios simbólicos, os médiuns em transe transmitem uma vitalidade contagiante, marcada por cantos, tamborins e movimentos fluidos. Culturalmente, preservam traços do povo romani, como o respeito à família, o uso de cristais, ervas e elementos naturais para trabalhos espirituais, além de uma visão holística que valoriza o amor, a cura e a transformação pessoal. Essa linha não se limita ao aspecto lúdico: carrega também uma dimensão mística, associada ao Oriente e à cura através de rituais que promovem autoconhecimento e libertação de bloqueios emocionais.

Dentro da Umbanda, a linha cigana atua em diversas frentes, complementando outras correntes espirituais. Especializam-se em questões afetivas, prosperidade material, cura espiritual e adivinhação, trabalhando em aspectos de justiça e proteção. Seus rituais envolvem oferendas como flores, vinhos, doces e fogueiras simbólicas, sempre com forte apelo sensorial. A tradição cigana na Umbanda revela-se fundamental para a diversidade espiritual brasileira, simbolizando a inclusão de vozes historicamente marginalizadas e enriquecendo o mosaico religioso do país.

Em uma nação formada por múltiplas matrizes — indígenas, africanas, europeias e orientais —, os ciganos trazem a celebração da liberdade, da resiliência e da capacidade de reinvenção, valores que dialogam com a essência plural da sociedade brasileira. No contexto atual, marcado por buscas por espiritualidade autêntica e conexão emocional, a linha cigana oferece caminhos de esperança e empoderamento, reforçando o papel da Umbanda como espaço de acolhimento e transformação coletiva.

Referências Bibliográficas:

Macedo, Lívia A. Santos. *Estradas sem fim: a linha do Oriente e o povo cigano na Umbanda**. Mestrado, USP, 2014.
Bairrão, José Francisco M. Henriques. *Estudos sobre Umbanda e linhas espirituais (em artigos acadêmicos). "Ciganos na Umbanda" – Wikipédia e fontes especializadas em religiões afro-brasileiras (em pesquisas etnográficas). Artigos em Diário de Umbanda e publicações sobre sincretismo religioso brasileiro.*

Eurípedes Barsanulfo, bicorporeidade e corpo mental inferior

Médium Mariana Marra

Eurípedes Barsanulfo (1880–1918) foi um educador, político, farmacêutico e divulgador do espiritismo no Brasil, nascido em Sacramento, Minas Gerais. Desde jovem demonstrou grande vocação para o ensino e para o auxílio ao próximo. Fundou o Colégio Allan Kardec, considerado o primeiro colégio espírita do país, onde unia educação formal a princípios morais e espirituais inspirados na doutrina codificada por Allan Kardec. Sua atuação na área da saúde também foi destacada, atendendo gratuitamente pessoas carentes por meio de sua farmácia e de práticas mediúnicas voltadas ao cuidado espiritual.

Reconhecido por sua dedicação, humildade e forte senso de caridade, Eurípedes tornou-se uma referência no movimento espírita brasileiro. Mesmo enfrentando resistências e críticas em sua época, manteve-se firme na sua missão educativa e assistencial. Sua vida foi breve, interrompida aos 38 anos durante a pandemia de gripe espanhola, enquanto auxiliava doentes. Até hoje, sua trajetória é lembrada como exemplo de compromisso com a educação, a solidariedade e os valores espirituais.



A bicorporeidade era uma das formas de mediunidade atribuídas a Eurípedes Barsanulfo. Esse é um tema recorrente na tradição espírita, especialmente em relatos biográficos e testemunhos de contemporâneos. Segundo essas narrativas, ele teria sido visto em dois lugares diferentes ao mesmo tempo, geralmente enquanto realizava atividades de auxílio espiritual ou socorro a pessoas doentes.

No Espiritismo, esse fenômeno é entendido como um desdobramento do espírito (também chamado de emancipação da alma), em que o indivíduo, em estado de transe, êxtase ou sono, poderia atuar à distância com aparência tangível, assunto discutido principalmente no capítulo VII, da segunda parte do Livro dos Médiuns, obra de Allan Kardec. Lá está explicado que a manifestação da bicorporeidade ocorre por meio do perispírito, o qual seria capaz de se projetar ou irradiar à distância, mantendo ainda uma ligação com o corpo material, no caso de espíritos encarnados. Não se trata de duplicação real do corpo físico, mas de uma aparição com características suficientemente concretas para enganar os sentidos.

O livro Amor além de tudo (2014), pelo espírito do Dr. Inácio Ferreira, psicografado por Wanderley de Oliveira, demonstra que esse fenômeno também ocorre com espíritos desencarnados. A obra conta a história de Marcondes, dirigente espírita que após o desencarne, encontrava-se em situação de grande desordem e desequilíbrio, tendo sido acolhido na espiritualidade no Hospital Esperança, idealizado e chefiado por Eurípedes Barsanulfo. A presença de Marcondes era frequentemente percebida por bons médiuns do centro espírita em que ele foi dirigente. O que parecia uma comum manifestação mediúnica por meio da vidência do espírito de Marcondes era na verdade uma manifestação de bicorporeidade.

A explicação trazida pelo livro vem acrescentar o conhecimento sobre o fenômeno da bicorporeidade pela cisão de corpos por um processo profundo de enfermidade psíquica no caso de Marcondes. O livro enumera os seguintes corpos mais básicos que nós, encarnados ou não, utilizamos em nossa caminhada: o corpo físico, o duplo etérico, o perispírito e o corpo mental inferior. Neste último está a explicação para a captação pelos médiuns da casa da presença de Marcondes. O livro explica que os médiuns captaram, na verdade, o corpo mental inferior do antigo dirigente.

Este corpo é também conhecido como repositório da parte instintiva, o inconsciente humano, onde residem ideias, percepções, registros intelectivos, conceitos e crenças, sendo possível ser captado mediunicamente, bastando o médium sintonizar. O corpo mental inferior tem uma profunda mobilidade de expansão sem alterar em nada a consciência.

Assim, uma pessoa pode estar na sala de sua casa e seu corpo mental inferior estar na casa de um parente adoecido. O fenômeno acontece todos os dias e das mais variadas maneiras entre os homens de forma espontânea. É uma das principais ocorrências entre pessoas unidas por cordões energéticos.

A partir do discutido aqui chega-se a pelo menos duas constatações. As manifestações mediúnicas de bicorporeidade são a projeção da alma para além da mesma, embora em raras ocasiões sejam tangíveis ou visíveis aos olhos. Por fim, as captações mediúnicas podem ser feitas a partir tanto do espírito consciente, quanto a partir de seu corpo mental inferior, porção do seu espírito associada à ação do inconsciente.

Referências Bibliográficas:

KARDEC, ALLAN. Capítulo VII, segunda parte, do Livro dos Médiuns, 1861.
OLIVEIRA, WANDERLEY. Amor Além de Tudo, pelo espírito Inácio Ferreira, Editora Dufaux, 2014.
UNIÃO ESPÍRITA MINEIRA(UEM) Eurípedes Barsanulfo – <https://uemmg.org.br/biografias/euripedes-barsanulfo>

Silêncio e som no terreiro: a música precisa de pausas

Ôh Curimbeiro 🍷

Médium Lucius Lettieri

No ambiente religioso, especialmente dentro dos terreiros de Umbanda, a música ocupa papel central na construção da atmosfera espiritual, emocional e ritualística. Os pontos cantados, os atabaques e a curimba não representam apenas elementos musicais; constituem instrumentos de conexão, sustentação energética e expressão da fé coletiva. Entretanto, tão importante quanto o som é a existência das pausas. Em muitos casos, a compreensão do papel da música acaba levando à ideia equivocada de que o preenchimento constante do espaço sonoro intensifica a força ritual. Porém, o silêncio também possui significado, função e presença dentro do trabalho espiritual.

Na música, a pausa não representa ausência; ela faz parte da própria composição. O silêncio organiza o ritmo, cria expectativa e permite que o som tenha impacto e sentido. Em uma canção, uma sequência contínua de notas, sem intervalos, tende a perder intensidade e compreensão. O mesmo pode ser observado na dinâmica ritualística do terreiro. Há momentos em que o ponto cantado conduz, fortalece e movimenta a corrente espiritual; entretanto, também existem momentos em que a pausa permite escuta, percepção e assimilação. O silêncio prepara o ambiente para que aquilo que foi cantado seja recebido não apenas pelos ouvidos, mas também pelo coração e pela consciência espiritual.

Nesse sentido, a etnomusicologia e os estudos da cultura afro-brasileira contribuem para compreender a relação entre som e silêncio nos contextos ritualísticos. R. Murray Schafer, ao desenvolver o conceito de paisagem sonora (*soundscape*), propõe que a experiência auditiva inclui sons, ausências e intervalos como elementos estruturantes da percepção. Complementarmente, José Jorge de Carvalho, ao analisar manifestações culturais e religiosas afro-brasileiras, destaca a complexidade simbólica presente nas práticas performáticas e musicais.



*Figura 3 - Tocadores de balafon da Rep. de Camarões, 1914.
Uma variante do xilofone e da marimba*

Depreende-se, daí, que a música em contextos religiosos ultrapassa a dimensão estética, vinculando-se à organização simbólica e ritual. Assim, as pausas não representam interrupções, mas integram a própria construção da experiência coletiva.

Existe ainda uma dimensão mais profunda do silêncio, relacionada à experiência interior do ser humano. Em uma rotina marcada por excessos de estímulos e pensamentos constantes, a consciência raramente encontra espaço para repousar. Em diferentes tradições filosóficas e religiosas, o silêncio aparece como instrumento de autoconhecimento. Mais do que ausência sonora, ele pode ser uma forma de presença, permitindo perceber sentimentos, intuições e aspectos interiores frequentemente encobertos pelo ritmo acelerado da vida cotidiana.

Talvez por isso a curimba não possa ser compreendida apenas como uma sequência contínua de cantos. Existe sabedoria também em reconhecer o instante certo de iniciar, sustentar ou interromper um ponto. A harmonia do terreiro nasce do equilíbrio entre movimento e pausa, voz e escuta, toque e recolhimento. Muitas vezes, é justamente no intervalo entre um canto e outro que a espiritualidade encontra espaço para falar.



Referências Bibliográficas:

- SILVA, Vagner Gonçalves da. *Orixás da Metrópole*. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2005.
- BENNETT, Roy. *Elementos Básicos da Música*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1986.
- SCHAFFER, R. Murray. *A afinação do mundo*. São Paulo: Editora UNESP, 2001.
- SCHAFFER, R. Murray. *O ouvido pensante*. São Paulo: Editora UNESP, 1991.
- CARVALHO, José Jorge de. *Metamorfoses das Tradições Performáticas Afro-Brasileiras: de Patrimônio Cultural a Indústria de Entretenimento*. Série Antropologia – Universidade de Brasília (UnB).

Xangô e as ervas que trazem firmeza e enraizamento

Salve as Folhas 

Médium Guilherme Friaça

As ervas ligadas à energia de Xangô na Umbanda carregam uma vibração de força, justiça, equilíbrio e retidão. Xangô é o orixá que rege o fogo, os trovões e as pedreiras, sendo associado à verdade e à lei divina. Por isso, suas ervas não são apenas utilizadas para limpeza espiritual, mas principalmente para alinhamento, correção de caminhos e fortalecimento da postura diante da vida. Elas atuam trazendo clareza, firmeza de caráter e senso de responsabilidade.

Entre as ervas mais conhecidas de Xangô, destacam-se a folha de mangueira, a erva de São João, o alecrim e a folha de louro. Essas plantas possuem uma energia quente, ativa e estruturadora, ajudando a organizar pensamentos e emoções. O alecrim, por exemplo, além de limpar, também desperta a consciência e a lucidez, algo essencial dentro da vibração de Xangô, que exige discernimento antes de qualquer decisão.

A pedra, elemento central desse orixá, também se reflete nas ervas que com ele trabalham. São plantas que trazem estabilidade, firmeza e enraizamento. O uso dessas ervas em banhos ou defumações ajuda a “assentar” a energia da pessoa, reduzindo impulsividade e trazendo mais senso de justiça interna. Isso é especialmente importante em momentos de

conflito, onde a tendência pode ser agir no calor da emoção.

Outro aspecto importante é que as ervas de Xangô atuam muito na correção de desequilíbrios energéticos causados por injustiças, tanto sofridas quanto cometidas. Elas ajudam a restaurar o equilíbrio espiritual, trazendo consciência sobre atitudes e suas consequências. Não é uma energia que “passa a mão na cabeça”, mas sim que educa, ajusta e reposiciona a pessoa dentro de um caminho mais íntegro.

Nos rituais de Umbanda, essas ervas são frequentemente utilizadas em banhos de descarrego mais estruturados, defumações para ambientes carregados e também em firmezas específicas para Xangô. O objetivo não é apenas limpar, mas reorganizar energeticamente, trazendo ordem ao caos. Quando bem utilizadas, promovem uma sensação de força interna, segurança e alinhamento com a própria verdade.

Por fim, trabalhar com as ervas de Xangô é também um convite à responsabilidade espiritual. Não se trata apenas de buscar proteção ou justiça externa, mas de assumir o próprio papel na construção do equilíbrio na vida. Essas ervas atuam como instrumentos de consciência, ajudando a pessoa a se posicionar com mais firmeza, ética e coerência, em sintonia com a força desse poderoso orixá.

Referências Bibliográficas:

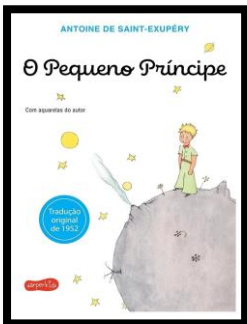
- João Sebastião das Chagas Varella. *Ervas Sagradas na Umbanda*. São Paulo: Espiritualista, 1973.
 José Ribeiro. *O Poder das Ervas na Umbanda*. São Paulo: Eco, 1969.
 W. W. da Matta e Silva. *Lições de Umbanda*. Rio de Janeiro: Freitas Bastos, 1960.
 Tancredo da Silva Pinto. *Fundamentos de Umbanda*. Rio de Janeiro: Eco, 1971.
 Aluizio Fontenelle. *O Espiritismo na Umbanda*. Rio de Janeiro: Pallas, 1957.

Umbanda tem fundamento. É preciso conhecer

A cada edição, o jornal Estrela Guia de Aruanda traz indicações de livros, filmes, canais, podcasts e outros conteúdos relacionados à Espiritualidade. O objetivo é compartilhar boas dicas de conhecimento sobre o universo da magia e do sagrado, sempre com responsabilidade e fundamento.

Confira, a seguir, algumas sugestões:

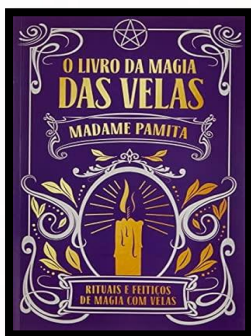
LIVROS



O pequeno príncipe, por Antoine de Saint-Exupéry

Clássico marcou gerações de leitores em todo o mundo, narra a saga de um piloto que cai com seu avião no deserto do Saara e encontra um pequeno príncipe, que o leva a uma aventura filosófica e poética através de planetas que encerram a solidão humana.

Um livro para todos os públicos, O pequeno príncipe é uma obra atemporal, com metáforas pertinentes e aprendizados sobre afeto, sonhos, esperança e tudo aquilo que é invisível aos olhos.



O Livro Básico dos Ogãs

É um guia prático de magia com velas voltado tanto para iniciantes quanto para praticantes mais experientes. Apresenta os fundamentos simbólicos e ritualísticos do uso do fogo e das velas em práticas mágicas, ensinando como realizar feitiços, leituras de velas, consagrações e criação de rituais personalizados.

Pamita combina explicações teóricas com exercícios e práticas voltadas para amor, prosperidade, proteção, felicidade e realização pessoal. Aborda-se cores, ervas, óleos, símbolos e outros elementos usados em magia cerimonial e popular, incentivando o leitor a desenvolver autonomia na construção de seu próprio grimório e de suas práticas espirituais.

NOS CINEMAS



"Sexo e Destino" é um filme espírita baseado no livro homônimo psicografado por Chico Xavier e Waldo Vieira. O longa-metragem explora temas como perdão, desejo, livre-arbítrio e vida após a morte, sob a luz da doutrina kardecista. Na trama ambientada no Rio de Janeiro, às famílias Nogueira e Torres estão entrelaçadas por paixões, traições, vinganças e culpas que atravessam diferentes encarnações. Marina é uma jovem ambiciosa e fútil que passa por um longo processo de transformação ao longo do filme.

★ ESTRELA GUIA DE ARUANDA ★

Estrela Guia de Aruanda



As imagens que ilustram esta edição foram retiradas de bancos de domínio público, ou seja, sem direitos autorais. As demais artes foram geradas e manipuladas em ferramentas de Inteligência Artificial.



AÇÃO CRISTÃ VOVÔ ELVÍRIO

Viver para aprender, Aprender para viver.