



Ação Cristã Vovô Elvírio
Viver para Aprender, Aprender para Viver

Jornal de Umbanda

★ *Estrela-Guia de Aruanda* ★

Ano VI - Novembro de 2017
Distribuição gratuita

ATOTÔ OMOLU

ATOTÔ OBALUAÊ





Querido (a) consulente,

Seja muito bem-vindo (a)!

☆ Lembre-se de que este é um **TEMPLO RELIGIOSO** e sagrado.

☆ Por isso, vista-se adequadamente, com roupas claras e compostas.

☆ **EVITE** bermudas, roupas curtas, decotes, transparências etc. Sinta-se convidado a cantar nossos pontos e as canções entoadas no início do trabalho. Nos demais momentos, faça silêncio.

☆ **DESLIGUE O CELULAR.**

☆ O ACVE não se responsabiliza pelos pertences deixados em suas dependências, por isso, seja cauteloso.

☆ Dúvidas e sugestões:
estrelaguiadearuanda@gmail.com

CONTEÚDO

✍ Informações importantes.....	02
✍ Se é pela dor que chego, é pelo amor que fico...03	
✍ Atotô, Omolu.....	04
✍ Firmezas e Assentamentos.....	06
✍ Caboclos.....	07
✍ A capoeira, suas fases e sua conexão com a Espiritualidade (parte I).....	08
✍ Sétimo chacra: Eu compreendo.....	09
✍ Anota aí.....	10



Giras de atendimento:

**Sempre aos sábados
às 15:00h**

Chegue cedo e pegue sua senha

«...É o velho atotô,
Saravá,
Pai Oxalá...»

Nossa Equipe



Editora Chefe:
Luiza Leite

Editoras:
Lisia Lettieri
Luana Mayra



Revisão Gramatical:
Fernanda Rocha

Diagramação e Arte:
Sabrina Siqueira



Consultor Jurídico:
Rafael de Ávila - OAB/DF 30692



Se é pela dor que chego, é por amor que fico...

De pés no chão, também senti o coração que, muitas vezes, não sabia sequer como pulsar.

No acolher de um abraço, enxerguei caminhos para um novo caminhar,

Onde todos teriam a oportunidade de expressar o Bem, acalentar e transformar a dor.

Percebi na Umbanda esse lugar: de verdadeiro amor.

Um sentimento que vai além do sentido de sentir

E que se mostra principalmente no valor do agir,

Na firmeza do caminhar, na doçura do falar, na alegria do sorrir, na beleza do cantar, na disciplina para decidir.

A Umbanda é movimento que vai além da transformação.

A Umbanda é envolvimento para uma verdadeira transmutação.

É respeito para acolher sem distinção de rótulos.

Exige compreensão de um compromisso para consigo e para com o próximo.

Percebi na Umbanda que, mesmo havendo diferentes sentidos para cada um, é o valor do trabalho pelo amor proposto pelo Cristo o verdadeiro ouro.

Por isso, Umbanda é corrente que não se resume ao elo, mas que se fortalece na riqueza da união de todos.

De pés no chão, vejo que os caminhos se abrem a cada momento.

Aprender impulsiona o caminhar, pois faz parte do existir... do viver.

E sinto no coração um diferente pulsar que, com a Umbanda, posso aprender.

E neste 15 de novembro, em homenagem à Umbanda, afirmo o valioso respeito em seu acolher.

Suas diferentes roupagens, a princípio, podem causar estranheza no olhar.

Meras limitações de nossas formas de perceber o mundo.

Pois basta ver Exus, Caboclos, Crianças e Pretos-velhos pelo Bem trabalhar,

Que, no fundo, saberemos: o preconceito não é bom fruto para se cultivar.

Eis as grandes oportunidades que a Umbanda vem nos oferecer

De enobrecer o próprio ser pelo Bem possível de sentir e de fazer,

Onde o amor e a caridade são oportunidades constantes para aprender.

No abraço da Umbanda, enxergo caminhos para um novo caminhar

E que a vida também é oportunidade presente para renascer.

Médium Karina Fernandes





Atotô, Omolu!

*Banho de pipoca, que cura as chagas do corpo e da alma.
Meu velho Omolu, Atotô!
Atotô, Atotô, Obaluaiê!*

Omolu, libertador de espíritos, orixá frequentemente associado à morte e ao cemitério e, talvez por isso, evitado e temido - da mesma forma que o assunto morte - por muitas pessoas que desconhecem sua forma de atuação. Essa vibração divina atua, em conjunto com Nanã Buruquê, na preservação da vida e na transição entre os planos material e espiritual.

A morte, nesse plano de vida em que nos encontramos, pode ser considerada como o mais forte e profundo processo de transmutação. Muito além de uma mera mudança de estado físico ou emocional, quando se morre para algo, há renascimento em direção ao oposto correspondente. Ou seria complementar? Quando o corpo físico morre, por exemplo, o espírito renasce para a “verdadeira vida”, volta para um plano em que se pode ter uma concepção ampliada sobre si mesmo, sobre a própria história como ser eterno, inserido num programa evolutivo.

Esse processo de morrer, então, é revestido de um poderoso poder transmutador, na medida em que possibilita profunda reflexão sobre o sentido da vida, sobre como se escolheu viver a oportunidade da reencarnação e quais consequências se pôde colher das escolhas realizadas. Mesmo quem nunca pensou sobre o sentido da vida, quando precisa encarar a possibilidade da morte, seja a própria ou a de alguém próximo, em alguma medida, faz uma autoanálise. Por isso, a morte dói tanto. Há a dor da saudade, que, com o tempo, passa a ter contornos nostálgicos de boas lembranças. E há a dor advinda da percepção de que a vida passa tão rápido e tanta coisa poderia ser realizada, tanta oportunidade poderia ser melhor aproveitada... E se eu tivesse feito essa ou aquela escolha? E se tivesse me colocado no lugar do outro e relevado, perdoado? E se eu tivesse olhado mais para as qualidades das pessoas e relevado as dificuldades? E se...? E se...? Muitos “e ses” atormentam a mente quando se pensa na morte própria ou de alguém próximo, ou até mesmo quando se lida diretamente com a morte.

A dor da morte, sob esse aspecto, parece proveniente, então, de um certo remorso por não ter notado antes como a singela experiência de cada dia, no fim das contas, compõe um conjunto de escolhas, que geram consequências e falam tanto sobre quem somos, sobre as reais motivações de nossas



atitudes. A morte ou sua possibilidade nos coloca frente a frente com a nossa realidade interna, com a alegria e satisfação por tudo que de bom foi construído e com a sombra que tanto evitamos olhar. Nesse momento, é natural que se pense nas oportunidades de perdoar e pedir desculpas que passaram despercebidas, nas oportunidades de ser útil e dar melhor direcionamento para a vida que não foram aproveitadas, nas possibilidades de se colocar no lugar do outro e compreender mais, julgar menos.

É duro perceber que essas reflexões poderiam ter sido realizadas ao longo da vida. Talvez não todas, porque cada um tem seu tempo de despertar a consciência. Aí, então, está instaurado um necessário e profundo processo de autoconhecimento. Inevitável. Agora, não há como fugir de si mesmo, se esconder em vícios, distrair a mente com banalidades. Um espelho é colocado à nossa frente e somos obrigados a olhar para ele, a lançarmos olhar sincero para nós. Quanta vida há na morte! A morte, então, paradoxalmente, nos deixa mais vivos do que nunca para a vida que levamos. Tem algo mais transmutador, libertador?

Omolu, vibração intensa de transmutação, não poderia ter melhor associação do que a morte. Seu magnetismo atua no corpo físico e no espírito, no processo de encarne e desencarne, bem como na busca de cura e equilíbrio para lidar com a doença.

continua



No processo de transição entre os planos espiritual e material, a atuação energética desse orixá, na reencarnação, ocorre diretamente na construção do corpo físico que comportará o espírito, na adaptação do perispírito – envoltório do espírito – para acoplar-se ao novo corpo, que, ao constituir instrumento de aprendizado para a vivência das experiências necessárias ao crescimento do espírito reencarnante, deverá ser adequado às suas necessidades. Enquanto isso, Nanã Buruquê atua equilibrando o emocional e promovendo o véu do esquecimento¹.

No desencarne, o magnetismo de Omolu dá o direcionamento adequado a cada espírito, de acordo com o estado em que chega ao plano espiritual, de forma que possa ter condições de dar sequência ao processo evolutivo. Por essa atuação, de auxiliar e encaminhar a todos sem distinção, é chamado de orixá da misericórdia. Nessa recepção do espírito recém-chegado ao plano espiritual, também há atuação conjunta de Omolu com Nanã Buruquê. Antes de Omolu dar o direcionamento, o magnetismo decantador e transmutador de Nanã auxilia na limpeza dos corpos astrais e possibilita progressivo retorno da consciência do espírito para sua realidade eterna, retirando o véu do esquecimento.

Desse modo, podemos afirmar que o magnetismo de Omolu, juntamente com a vibração de Nanã Buruquê, atua como agente direto do cumprimento do carma individual. E essa função não se dá apenas no processo de encarne e desencarne de espíritos, mas também em espíritos encarnados, no processo de alívio e cura de doenças.

Novamente, a essência transmutadora de Omolu, como manifestação da misericórdia divina, envolve os seres, por mecanismos que levam à profunda reflexão sobre o sentido da vida, em verdadeiro processo libertador de consciência. Mas o que é a doença? Quando o corpo adoecer, há muito tempo as mazelas já estavam instaladas no espírito, seja em decorrência de pensamentos e atitudes cultivados nessa vida ou em outras existências. A doença, sob essa perspectiva, como sempre diz vovó Benedita do Congo, é o processo em que se utiliza a matéria (o corpo) para expurgar as energias deletérias acumuladas no espírito ao longo da caminhada.

A vibração de Omolu auxilia, então, de acordo com a possibilidade de aprendizado de cada um, na transmutação energética necessária, para que o estado de equilíbrio se instaure, proporcionando harmonioso funcionamento do corpo, da mente e do espírito. Quando, por nossas limitações ou necessidades maiores de aprendizado, ainda não temos condições de ampliar nossas consciências e rever hábitos, atitudes e pensamentos, para que a cura se instale em sua integralidade, essa energia transmutadora de Omolu, ainda

assim atua, atenuando dores e evitando agravamento de quadros que poderiam ser bem piores.

Assim como Nanã, a atuação energética de Omolu está ligada ao elemento terra, que também nos remete à energia de transmutação. Notem a simbologia disso: o local tido com ponto de força de Omolu é o cemitério, também conhecido como calunga pequena. No cemitério, os corpos são colocados embaixo da terra, após o desencarne. Embaixo da terra, a matéria se decompõe na matéria e a reintegra; e o espírito se liberta, após vivenciar a ação modificadora da passagem pela carne.

Por essas características da energia de Omolu, o elemento magístico mais popular a ele relacionado e muito utilizado nas oferendas feitas a esse orixá é a pipoca, geralmente estourada junto com areia. A pipoca representa a transformação do milho estourado e a areia remete ao elemento terra e a sua força transmutadora.

Aproveitemos essa maravilhosa energia para nos fortalecermos no processo de aprendizado e reforma íntima, para modificarmos nosso interior! Que as dificuldades que encontramos em nossa passagem pela carne sejam elementos ativadores de nosso florescimento! Banhemo-nos nessa energia curativa e restauradora e rendamos graças à misericórdia divina, sempre pronta a nos amparar e sustentar na caminhada!

Atotô, Omolu!



(1) Véu do esquecimento: é um esquecimento temporário das memórias relativas às vidas anteriores, pelo qual passam todos os espíritos antes de reencarnar.

Médium Fernanda Rocha



Firmezas e Assentamentos

Primariamente é importante ressaltar que tanto as firmezas como os assentamentos possuem uma finalidade muito parecida, entretanto, não são a mesma coisa. Para diferenciá-los, vamos analisar as definições dos verbos “assentar” e “firmar”. “Assentar”, no dicionário Aurélio, significa: colocar sobre uma base, definir as condições de alguma coisa, fixar-se em um determinado sítio, ganhar juízo ou maturidade, determinar e resolver. De acordo com o mesmo dicionário, “firmar” significa: colocar assinatura em, confirmar, assegurar, fixar, tornar ou ficar firme. Podemos perceber que assentar tem uma amplitude e um alcance maior. Já o verbo firmar vem para completar e auxiliar, trazendo consigo uma grande segurança.

Buscando conhecer um pouco mais sobre o que é um assentamento, percebemos que se trata de um local especial porque nele existe um portal. É nesse portal que temos a interação das três dimensões da vida: o divino (poder), o espiritual (força) e o natural (atuação). Com isso bem claro em nossas mentes, o próximo passo é perguntar a razão de assentar uma força ou poder. Os centros de umbanda estão sempre sendo auxiliados pelas forças do plano espiritual e pelos poderes dos planos divinos, fazendo-se assim necessário que os centros tenham, no plano material, pontos de descarga que possam absorver, transmutar, encaminhar e devolver as energias. Esses pontos de descarga são o que chamamos de assentamentos.

Já conseguimos ter noção da importância dos assentamentos, então, logo ficamos curiosos

para saber quais os elementos presentes em um local tão sagrado. Qual seria a graça da magia, se soubéssemos todos seus segredos? Os assentamentos são feitos conforme o poder ou força, pois cada um possui seus elementos, suas ferramentas e seus “estilos”. Desse modo, os tipos de assentamentos vão variar, pois, se alguns elementos são comuns a todos, outros são muito específicos.

E quanto às firmezas? Qual é o seu papel nos centros? Onde ficam? A firmeza de uma força ou de um poder pode ser feita ao redor de um assentamento ou independentemente dele. Firmar uma força ou poder significa proporcionar-lhe condições mínimas, para que se tenha um ponto fixo, onde possa receber pedidos de ajuda. O maior papel das firmezas é ajudar os assentamentos a terem um maior poder de realização. Todos os elementos usados nos centros, como cajados, chapéus, guias, velas, etc., são elementos de firmezas, pois eles nos ajudam a firmar nossos pensamentos naquilo que estamos buscando.

Podemos concluir então que as firmezas são como pedidos e os assentamentos, a força realizadora deles. Depois de refletir sobre o que são firmezas, podemos perceber que elas estão em tudo: em nossos pensamentos, ações, intenções, etc. Assim, cabe a nós fortalecermos nossas firmezas, para que possamos ser instrumentos catalizadores do poder divino e da força espiritual.



Médium Luiz Eduardo



Caboclos

Anunciação da Umbanda foi feita por meio da manifestação do Caboclo Sete Encruzilhadas pelo médium Zélio de Moraes. A linha de caboclos é, originalmente, um dos pilares da Umbanda, regida pelo Orixá Oxossi. Representa o trono do conhecimento, que procura doutrinar, fixar, disciplinar, concentrar e expandir as energias necessárias para o trabalho dessa linha.

Os caboclos se apresentam como índios, não necessariamente porque viveram como indígenas ou povos primitivos em encarnações anteriores, mas sobretudo pela afinidade de trabalhar sob os conceitos de generosidade com a natureza, fraternidade, cooperação, força e disciplina. Muitas vezes, os clarividentes veem essa forma de índio pela vontade do espírito manifestado como caboclo, para um melhor entendimento do trabalho que será realizado.

Os nomes das entidades revelam muito sobre a forma de trabalho delas: por qual orixá são regidas, a presença da irradiação de outras forças divinas e naturais nos trabalhos que realizam, a sua ligação a uma falange e até com que forças da natureza trabalha. Esses nomes não são os nomes de batismo, e pouco importam, pois as entidades trabalham independentemente de ego ou personificação. Portanto, quando escutamos o nome de um Caboclo Sete Cachoeiras, podemos deduzir que esta entidade trabalha sob a regência de Oxossi, pois todo caboclo é regido por este orixá; e irradiada pela energia de Oxum (devido à cachoeira), com capacidade para trabalhar nas sete linhas da umbanda.

É comum encontrar nomes de caboclos associados a determinados orixás. Como Caboclo Pena Branca associado a Oxossi, Caboclo Arco Íris associado a Oxumaré, Caboclo Sete Espadas associado a Ogum etc.

Inúmeros espíritos trabalham dentro de uma falange. Encontramos nomes de caboclos iguais em diferentes casas e, até mesmo, dentro de uma mesma casa. Por quê? Porque as entidades são diferentes, mas podem trabalhar sob a orientação energética de uma falange só. Assim, os médiuns A, B e C podem trabalhar com o Caboclo Sete Estrelas, mas essas três entidades são distintas e todas trabalham sob a vibração da falange do Caboclo Sete Estrelas.

O ponto de força dos caboclos na natureza é a mata. Lá eles buscam o prana, ectoplasma das plantas, para os trabalhos nas casas de umbanda, para benefício de toda a corrente mediúnica, dos consulentes e de outros trabalhos espirituais no mundo astral. A energia das matas estimula a evolução dos seres, é purificadora do nosso organismo, é uma radiação positiva que energiza, purifica e cura. Os caboclos podem usar outros pontos de força na natureza de acordo com a sua atuação: um Caboclo Arranca Toco é regido por Pai Oxóssi,



como caboclo, atua na irradiação de Pai Ogum e Pai Omolu e trabalha também com os magnetismos das matas, dos caminhos e dos campos-santos.

No ACVE, a atuação dos caboclos ocorre a todo momento: no riscar do ponto de abertura, na firmeza da curimba, nos atendimentos, na linha de passe, no ritual de compromisso dos médiuns, nos trabalhos de mata. Usam charutos, vinho branco, penachos, chocalhos, velas, pombas e fitas; estalam os dedos das mãos dos médiuns, para ativar os chacras dos consulentes; absorvem com a mão esquerda, irradiam e energizam com a mão direita; têm grande conhecimento do reino vegetal; e possuem autorização para manipular ervas de todos os Orixás.

No trabalho com o caboclo, é necessário que o médium tenha muita seriedade, sobriedade, humildade e conhecimento. Com a contínua incorporação, cada caboclo vai aos poucos trabalhando a energia do médium, que aprende a ter disciplina, ordem, falar somente o necessário, ser discreto, simples, trabalhar com ervas e pedras, bem como conhecer sua própria força. Aprende a importância do ritual, a ajudar o irmão que sofre, a suportar as aflições com resignação, fortalecendo seu íntimo e sua estrutura psíquica, capacitando-se para encarar a vida com harmonia.

Sobretudo depois do compromisso com o caboclo, do médium, será exigida retidão de comportamento, não só no trabalho com o caboclo, e sim dentro e fora do terreiro, a todo o momento, já que os laços com os médiuns são estreitados depois daquele ritual.

Trabalhar com a energia do caboclo em uma casa umbandista significa emanar muita saúde, disciplina, persistência, com foco na essência do trabalho e no autoconhecimento de todos beneficiados. Pois o autoconhecimento é a libertação para a consciência de como proceder com a reforma íntima e, conseqüentemente, desfrutar da lei do progresso de Deus.

Médium Daniela Orem



A capoeira, suas fases e sua conexão com a Espiritualidade (parte I)

Para falarmos de capoeira, temos que começar logo pelo seu nome. A origem do nome capoeira vem de uma vegetação secundária, composta por gramíneas e arbustos esparsos. O termo, oriundo do tupi, designa o mato que nasceu no lugar de vegetação cortada.

Significa, literalmente, "mato do passado", de ka'a ("mato") e uera ("do passado").

Esse "mato" originou o nome de uma luta, que foi criada por negros escravizados no período colonial. Serviu para os negros lutarem contra a opressão do branco.

A capoeira foi criada por negros africanos escravizados no Brasil e, por isso, é denominada afro-brasileira. Não somente brasileira, muito menos somente africana, mas com uma miscigenação de forças e culturas distintas.

A capoeira, por sua natureza, promove mutabilidade constantemente, sempre se adaptando à necessidade, para promover o resgate, tanto social quanto espiritual. Ela se apresenta, com maior evidência, em três momentos após seu surgimento, cada um com sua devida importância.

Desenvolveu-se ao som de um instrumento chamado berimbau, acompanhado de atabaques e outros instrumentos que, com passar do tempo, formaram a tão famosa "bateria", pois assim vários grandes mestres se referem à instrumentação usada na prática da capoeira.

Utilizam-se três tipos de berimbaus, chamados GUNGA, MÉDIO e VIOLA. Coincidência ou não, na nossa umbanda, são utilizados três tipos de atabaques, denominados RUM, RUMPI e LÉ. A capoeira e o culto aos orixás (na umbanda e no candomblé) estão muito interligados do ponto de vista energético.



Primeiro momento - Capoeira Escrava

Trazidos de suas terras do continente africano, onde a maioria tinha suas riquezas e valores em suas comunidades, posições de honra e muito respeito, os negros foram escravizados pelo branco europeu, para serem utilizados como mão de obra no corte da cana e na colheita do café, dentre outras situações.

Dor, desrespeito, maus tratos, sofrimento... Piores flagelos que um ser humano poderia viver, tão semelhantes aos que Cristo sofreu antes de ser crucificado. Muitos foram açoitados até a morte, para servirem de exemplo no tocante à disciplina e obediência exigidas pelo "branco senhor".

O negro escravizado viveu a mais pura expressão de dor naquele período, mas com força e fé nos orixás (até então desconhecidos pelo branco), muitos deles tiveram a motivação necessária para vencer tantas tribulações. O simples fato de poder lutar já era algo majestoso, para eles mostrarem ao "branco malvado" que não os respeitava, que havia força e dignidade naquele povo.

Surgiu a capoeira, a arte de se defender de modo ágil e eficaz. O negro não poderia aprender a se defender. O branco jamais permitiria que os escravos tivessem condições de se oporem aos seus mandos, uma vez que não poderia perder a mão de obra barata. Desse modo, qualquer tentativa nesse sentido era, de imediato, tratada com muita fúria e violência pelo branco.

Os negros logo conseguiram um caminho para fazer da capoeira uma das maiores armas de defesa.

Muitos morreram naquela época. Alguns desses espíritos, anos depois, surgiram em centros de umbanda e reuniões espíritas. Manifestaram-se trazendo mandinga, entendimento sobre várias questões da vida, experiência e sabedoria. A dor do passado foi transformada em ensinamento, a saudade tornou-se força para buscar a luz. Quantos pretos velhos, nos dias de hoje, apresentam-se, trazendo toda essa experiência de vida e conexão com virtudes, que os fazem entidades de luz?

Médium André Evangelista



Sétimo Chakra: Eu compreendo

A palavra "chakra" vem do sânscrito e significa "roda de luz". Os chacras são centros de energia que representam os diferentes aspectos da natureza sutil do ser humano. São eles: corpo físico, emocional, mental e energético". (Kobayashi, 2012)

Em um breve resumo de todo nosso caminho até aqui, podemos compreender que a consciência é a experiência de "ser", que representa tudo que nos é possível experimentar em todos os nossos sentidos, percepções e possíveis estados de consciência. Esses estados de consciência podem ser divididos em sete categorias, que estão associadas a cada um dos sete chacras. (VENTURA, 2013)

O primeiro chakra representa a sobrevivência, vitalidade e ancoragem na vida física – "Eu Sou"; o segundo, representa as emoções, a nutrição, o abrigo e a criatividade – "Eu Sinto"; o terceiro chakra está relacionado aos pensamentos e aos sistemas de poder e vontade, representa a força do indivíduo – "Eu Faço"; o quarto chakra está relacionado a amor, saúde e relacionamentos, bem como nos conecta com o mundo – "Eu Amo"; o quinto é o chakra da comunicação, tem relação com a maneira como nos expressamos e nos relacionamos com o mundo – "Eu Falo"; o sexto chakra é onde se concentram a inspiração, a imaginação e o poder espiritual – "Eu Vejo"; e o sétimo chakra é unidade com a consciência multidimensional – "Eu Compreendo".

Totalmente completo da base à cabeça, o 7º chakra pode agora florescer como lótus de mil pétalas, da consciência infinita, que emana do ponto sem dimensões, da consciência interior. Essa é a sua essência, acordada, consciente, inteligente e divina (sic, Chakras e Kundalini, 2012).

O sétimo chakra: Sahashara (lótus das mil pétalas, em sânscrito) está no topo da cabeça, ligado à pineal ou epífise, que é a glândula que fica no centro da cabeça e se encontra sobre todas as outras glândulas no corpo. O chakra forma uma coroa de luz, por isso também é conhecido como chakra da coroa - está voltado para cima. Apresenta cor violeta, branca-fluorescente ou dourada.

Através desse chakra, podemos alcançar a compreensão de tudo. É por ele que nos conectamos com o plano espiritual, com o Eu Superior, com Deus e com o divino em todas as coisas. Está ligado à forma de professar a fé e evoluir espiritualmente.

Efeitos positivos quando alinhado: maior sensibilidade e clarividência; sabedoria; melhor memória; conscientização dos caminhos para o alcance dos projetos; energização balanceada do cérebro; provoca bem-estar; melhores



- 1º Chakra = Básico
- 2º Chakra = Sacro ou umbilical
- 3º Chakra = Plexo Solar
- 4º Chakra = Cardíaco
- 5º Chakra = Laríngeo
- 6º Chakra = Frontal
- 7º Chakra = Coronário

resultados das funções mentais; regula apetite, sono, humor, saúde, disposição e felicidade. Traz todo o equilíbrio da vida.

Efeitos negativos quando não alinhado: problemas neuróticos; desenvolvimento de transtornos e fobias; falta de crença no Universo, de fé; tendências a ideias suicidas; depressão.

Para manter o chakra equilibrado, é recomendado efetuar meditação e concentrar na ponta do nariz.

Referências

Kobayashi, Simone

<http://www.personare.com.br/desvendando-o-significado-dos-chakras-m2073> publicado em 17 de janeiro de 2012

Ventura, Solange Christine
http://www.curaeascensao.com.br/ascensao_arquivos/ascensao/ascensao845.html publicado em 20 de outubro de 2013

<https://www.iqilibrio.com/blog/espiritualidade/chakras/chakra-coronario/> publicado em 31 de maio 2017

<http://www.luzdaserra.com.br/os-7-chakras-principais-dos-seres-vivos> publicado em 19/03/2015

Lie, Suzanne <http://blogsintese.blogspot.com.br/search?updated-max=2016-02-25T06:17:00-03:00&max-results=7&start=14&by-date=false> publicado em 22 de fevereiro de 2016

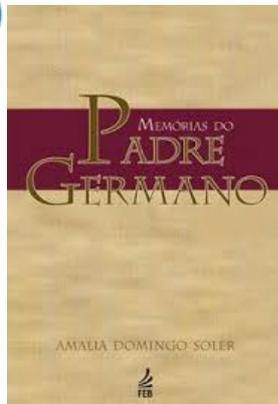
Arquivo pessoal, vivência das aulas de kundalini yoga e materiais produzidos por Nambir Kaure em 2016.

Médium Andressa Moccelini



Indicação de Leitura:

Quem lê
Sabe porquê



Memórias do Padre Germano

Pelo espírito Padre Germano, psicografado por Amália Domingo Sóler

Em estilo novelesco, o Espírito Padre Germano descreve o seu trabalho de sacerdote católico, desenvolvido durante a sua última encarnação terrena, toda ela consagrada à consolação dos humildes e oprimidos. Em tudo que diz há tanto sentimento, tanta religiosidade e amor a Deus, tal admiração às leis eternas e tão grande enlevo pela natureza que, lendo os seus escritos, a criatura mais atribulada se consola, o mais cético espírito medita, comove-se o mais insensível. O leitor encontra nesta obra uma demonstração inquestionável de que só o esforço pessoal, nobre e devotado edifica para a eternidade.

Novembro

04/Novembro	Gira de Atendimento de Pretos-Velhos Homenagem a Oxóssi
11/Novembro	Gira de Atendimento de Pretos-Velhos
15/Novembro	Gira na Mata
18/Novembro	Gira de Atendimento de Pretos-Velhos
24/Novembro	Gira em Palmelo - GO
25/Novembro	Gira de Atendimento de Pretos-Velhos

Grandes mudanças
acontecem...



De dentro para fora

Visite o site do ACVE:

www.acve.com.br



Doações são sempre bem-vindas!!!

Se você tem interesse em efetuar alguma doação financeira ao Ação Cristã, pode procurar os irmãos que trabalham na nossa Tesouraria. Caso deseje fazer depósito bancário:

Banco do Brasil

Agência: 1419-2

Conta Corrente: 430.021-1.

Sua contribuição é muito importante para o funcionamento da nossa casa.

Que o Pai Oxalá abençoe a todos.