



Ação Cristã Vovô Elvírio
Viver para Aprender, Aprender para Viver

Jornal de Umbanda

★ *Estrela-Guia de Aruanda* ★

Ano VIII - Maio de 2019
Distribuição gratuita



HUMILDADE



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
- ✍ Vice-versa/Yin-yang.....03
- ✍ Humildade: um exercício essencial para a espiritualidade.....04
- ✍ Olá! Como anda seu mundo interior? Tudo bem por aí?.....05
- ✍ Calçai as suas sandálias e percorrei o seu caminho.....07
- ✍ Vivenciando a mediunidade.....08
- ✍ Anota aí.....10



Giras de atendimento:

**Sempre aos sábados
às 15:00h**

Chegue cedo e pegue sua senha

«Não exijas dos outros
qualidades que ainda
não possuem»
Chico Xavier



**Nossa
Equipe**

Editora Chefe:
Luiza Leite

Editores:
**Lisia Lettieri
Lucius Lettieri**



Revisão Gramatical:
Fernanda Rocha

Diagramação e Arte:
Sabrina Siqueira



Colaboradores:
**Juliana Abdala
Thiago Lobo**



Consultor Jurídico:
Rafael de Ávila - OAB/DF 30692



Vice-versa/ Yin-yang

Por volta de 700 a.C, o pensamento filosófico inundou a China, dando origem a muitas escolas, dentre elas, a Escola Yin-Yang. O conceito de Yin-Yang difere da ideia filosófica ocidental, a qual, em geral, se baseia nos conceitos aristotélicos. Se, para Aristóteles, os opostos são contrários entre si, no pensamento filosófico oriental, predomina a ideia de que qualidades que são opostas também são complementares.

Ou seja, para os orientais, cada coisa ou fenômeno pode existir por si mesmo ou a partir do seu oposto. Então, podemos dizer que no Yin encontramos o Yang e vice-versa, sendo possível que um se transforme no outro.

Essa Escola, também chamada de ciência naturalista, interpreta os fenômenos naturais, incluindo tanto os eventos da natureza quanto os do organismo humano. Yin e Yang são dois polos de um movimento cíclico que interferem entre si. Em exemplos práticos, temos que a noite, a lua, o frio, a sombra, o repouso e o quadrado são correspondentes ao Yin; enquanto, o dia, o sol, o calor, a luz, o movimento e o redondo são representados por Yang.

O Yang, quando alcança o seu pico máximo de energia no dia, ao meio-dia, começa a dar vazão ao seu Yin interior, e logo vem o entardecer e, em sequência, a noite, ponto máximo da energia Yin. O entardecer e o amanhecer são os horários nos quais eles são unos, um pertence ao outro.

O mesmo acontece em nossas vidas! As mudanças podem se desenrolar progressivamente, de forma que podemos observar aos poucos a sutileza da transformação de determinadas situações, ou de forma brusca.

Quando nos dispomos a mudar um hábito de nosso dia, uma forma de falar com alguém, de sentir e perceber determinada situação, permitimos o desabrochar de algo intrínseco ao ser, mas que estava escasso, e passamos a enxergar o universo por uma nova perspectiva. Novidades surgem progressivamente em nosso caminhar, novos horizontes são vislumbrados.



Casos de acidentes ou doenças, nos quais somos bruscamente forçados a atuar de forma diferente no cotidiano e com quem nos relacionamos, também são exemplos da movimentação do Yin e do Yang. Eles estão sempre se movimentando em busca do equilíbrio. Quando um está em excesso, o outro está em escassez e vice-versa, sintomas surgem para nos mostrar isso.

O desequilíbrio entre eles, na esfera do corpo físico, pode ser manifestado pelas mazelas, ou pela insônia, pela irritabilidade, e por aí vai. Assim como a preguiça, a sonolência e o cansaço constante também traduzem uma assincronia no sistema.

Se levamos para o caminho dos sentimentos e das sensações, esse raciocínio de unicidade auxilia o processo de autotransformação. Pois o universo não é excludente, mas sim renovador. Ou seja, muitas vezes, para encontramos a paz, nos deparamos com a guerra. Para encontramos o amor, nos deparamos com o desamor. Para a união, a distância. E, dentro do que parece ser o nada, está o todo.

Então, em nossas meditações, ao buscarmos acalmar a mente, podemos passar pelo caos e permitir que ele flua para que a paz se manifeste. Ao visualizarmos características das quais não gostamos, ao invés de fugirmos ou negarmos, o ideal é acolhermos, tornando possível que apenas passe e que brote a qualidade que existe no âmago do nosso ser.

Somos guiados e compostos pela dualidade, onde o positivo e o negativo se atraem e se completam. Nossas qualidades estão correlacionadas aos nossos defeitos, permitindo que a vida nos promova o movimento e o descanso necessários para a evolução. Reconhecermos nossas sombras já é o primeiro passo para darmos vazão à luz. Basta sabermos para qual deles vamos dar as maiores proporções.

“Ao fluir com as circunstâncias, se evita o atrito e, portanto, a resistência: esse é o caminho do homem sábio.”

Giovani Maciocia

Médium Lisia Lettieri



Humildade: Um exercício essencial para a espiritualidade

Quando nos propusemos a realizar quaisquer exercícios, ficamos disponíveis ao movimento. Ao mudarmos de lugar, de posição, de condição. Pense em um exercício de matemática. Todo professor da área indica que, quanto maior o número de exercícios, maior a probabilidade de compreendermos o cerne da equação. Assim ocorre com uma corrida. A tendência é que o nosso desempenho melhore caso o treinamento seja constante. Mas o que esses exemplos têm a ver com humildade?

Se a umbanda é movimento, a humildade é um dos exercícios principais que a move. Poderíamos falar da humildade como uma condição, a de que somos humildes. Mas, ao tomarmos o caminho de reconhecer a humildade como um exercício, acabamos por transmutar a condição tão nobre e desafiadora para todos nós em ação permanente e necessária para a umbanda. Ao subirmos no congá, vestirmos branco e firmarmos ponto, nós, médiuns, estamos a serviço do trabalho espiritual e, guiados pela força dos mentores e do dirigente da nossa casa, temos como missão atuar em prol da caridade. Ao pensarmos na condição de ser médium como um status superior, interferimos de modo prejudicial na abertura do nosso canal com os mentores que nos demandam como instrumentos das suas ações caridosas, de cuidado e orientação aos que assim buscam. Portanto, o exercício da humildade é fundamental para o desenvolvimento e sustentação da espiritualidade.

Dentre tantos, aqui escolhemos quatro grandes pilares que se inter-relacionam e contribuem para entendermos o dinamismo do exercício da nossa humildade: escuta, aprendizado, revisão e desprendimento. Podemos colocar todos esses pilares juntos, formando um caleidoscópio espiritual cujas formas que nos aparecem dependem de como fazemos o movimento para que a nossa espiritualidade se fortaleça. Assim, falando do primeiro grande pilar, a escuta, pense nas perguntas: você consegue ficar em silêncio quando alguém fala com você? Você consegue escutar seu coração? Escutar também demanda maturidade para ouvir aquilo que não gostaria. Quantas vezes precisamos ouvir as orientações do dirigente da casa sobre as regras, a necessidade de termos disciplina, de estudarmos e de olharmos para os erros que cometemos? Recebemos bem as críticas? Para escutar, é necessário praticar humildade para silenciar as nossas ideias e acolher o que realmente precisamos compreender e mudar.

Nessa linha, escolhemos como segundo pilar o aprendizado. Atividade que nos impulsiona mais fortemente para a transformação, aprender legítima o reconhecimento do que ainda não sabemos, do que temos aprendido errado e de quais são as nossas dificuldades. Talvez esse seja um dos pilares que mais demande o exercício da humildade. Aqui, nos questionamos sobre a produção do sentido do que aprendemos e a sua importância para fazer com que desenvolvamos atos mais humildes. A umbanda exige de nós estudo constante sobre a espiritualidade, os mentores, as ervas, sobre o evangelho e

sobre tantos outros elementos ritualísticos. Assim, o aprendizado nutre o umbandista na prática da caridade, porque permite que ele reflita sobre os ensinamentos de Deus e amplie os próprios horizontes de entendimento. Assim, o pilar do aprendizado está diretamente atrelado ao terceiro aqui sugerido, que é o da revisão. Revisar implica pararmos, pensarmos e, por meio daquilo que aprendemos e do que nos chega como crítica e apontamento sobre nós, repensarmos nossos atos. Aqui convidamos você para revisar, por exemplo, por que escolheu a umbanda e o que faz para fortalecer a corrente.

O quarto pilar que sustenta o exercício da humildade é o desprendimento, atrelado à disponibilidade para ser instrumento dos mentores espirituais. Esse último pilar é essencial para evitar quaisquer disputas de vaidade ou de egos sobre quantas entidades nós recebemos, sobre os adereços que usamos, sobre a força e a resolutividade das nossas Pombagiras e exus, ou até mesmo sobre quem somos, como se a energia de um orixá fosse maior do que a de outro. Nada disso nos faz sermos melhores do que os outros. Desprendimento aqui não significa desistência, e sim a prática do desapego para que nós não tomemos as entidades como nossas. Aqui, reconhecemos a nossa disponibilidade para darmos passagem ao trabalho precioso que os pretos-velhos, caboclos e todas as demais entidades fazem de ouvir com amor, atenção, paciência e carinho a dor do outro, procurando, cada um com suas características, dar as orientações, que são verdadeiras mensagens divinas e que servem como condutoras de uma vida mais digna para quem precisa.

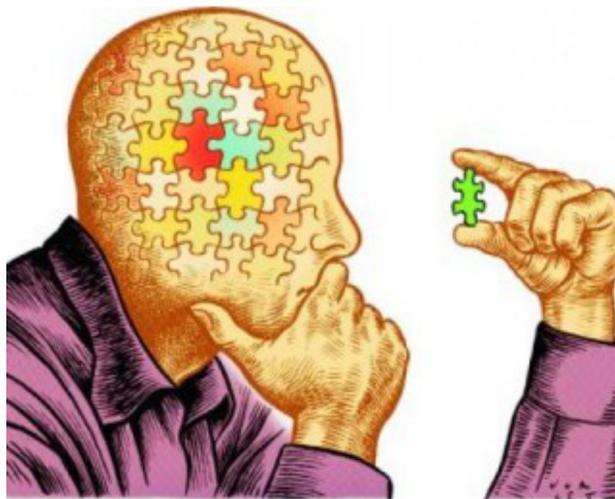
Por fim, ao buscarmos de onde se origina a palavra humildade, observamos que vem de húmus, que significa "terra". A origem deste importante exercício para nós, umbandistas, serve para nos lembrar de que a colheita apenas se concretiza com o plantio. Assim, convidamos você a semear o exercício da humildade, atrelado ao amor, à paciência consigo mesmo e com os outros e à simplicidade, a fim de ir colhendo os bons frutos que nutrem a ação caridosa e a sua evolução espiritual.

Médium Fabiana Damásio





Olá! Como anda seu mundo interior? Tudo bem por aí?



Atualmente, ao pararmos um instante e pensarmos um pouquinho em nossos dias perante a vida, com as demandas e os desafios que o cotidiano apresenta, podemos nos deparar imersos em tantas tarefas, em tantas informações. Surge uma questão: de que precisamos para nos conectarmos com o mundo sem nos sentirmos perdidos em uma realidade tão atribulada?

A forma como realmente acreditamos que o universo funciona implica diretamente no modo como nos relacionamos com tudo que parte dele. Essa condição íntima, naturalmente mutável, nem sempre converge com o nível de conhecimento teórico que temos sobre as coisas que existem e como existem no mundo. Um conhecimento técnico, embora seja extremamente necessário, sem motivar reflexões sobre si mesmo, enfraquece o aprimoramento da nossa compreensão sobre o todo. Você já parou para refletir sobre como o seu aprimoramento pessoal é valioso para engrandecer o mundo? "O homem, conhece a ti mesmo e conhecerás os deuses e o universo". Lendo este texto, provavelmente você está no segundo milênio, talvez ainda em 2019, quando essa mensagem foi escrita. Neste momento, o "refletir sobre si, olhando para esse mundo interior de nosso íntimo" torna-se cada vez mais importante e essencial como parte do melhoramento do mundo externo. Como anda seu mundo interior? Tudo bem por aí? E por que isso seria importante?

Pois é. Um conhecimento que olha apenas para o externo e que não reflete em nosso interno enfraquece nosso potencial para compreendermos sobre o fato de existir, sobre o funcionamento das coisas no universo e, inclusive, sobre

nossas ações manifestadas na dimensão material. Por isso, os processos de cada ser humano são fundamentais para a evolução de toda a humanidade. Você pode pensar: "Mais uma vez, esse tema autoconhecimento. Isso 'tá' tão repetitivo!" Ok. Mas será mesmo repetitivo? Cada civilização, cada cultura, cada grupo tem uma forma de encarar a vida. Forma que pode ser muito parecida com a nossa ou também muito diferente. Percebemos isso a partir de nós mesmos, o que é uma enorme oportunidade para nosso desenvolvimento. Viver com as semelhanças e também com as diferenças, ou seja, conviver é uma situação imposta por cada encarnação.

Pense em sua família de origem, de alguma forma ela é sua primeira "sociedade" e, provavelmente, onde você iniciou sua compreensão de que havia algo além de você mesmo, com pessoas parecidas e também pessoas totalmente diferentes. Ao passo que precisou e, muitas vezes precisa até hoje, (re)pensar as ações para zelar pelo amor que existe entre os membros dela. Isso nem sempre é tão fácil como parece, mas é importante lembrar que nossa evolução ocorre na diversidade, em um fluxo constante e contínuo, mesmo com ritmos e tempos diferentes. Por isso, nessa individualidade, nos conectamos com o todo e fazemos a realidade acontecer. Conhecer a si mesmo, então, é uma chave fundamental, assim como compreender nossos potenciais e dificuldades. Sim. Faz parte. O processo de reforma íntima não é apenas um levantamento das imperfeições que precisamos sanar. Cuidarmos de nossas próprias questões com consciência e amorosidade é um importante ensinamento para uma grande aprendizagem.

continua



E você pode pensar: “E o que isso tem a ver com o que está fora?” Tem muito, pois nossa compreensão consciente e não pautada unicamente no externo pode promover uma purificação de nossa forma de enxergar o mundo e o que ocorre com a gente nele. Seria como, por exemplo, “desembaçar os óculos”, dá para ver com mais nitidez. A definição de um sentido, mais profundo do que a própria experiência, repercute em como sentimos e nos compreendemos na própria existência, no universo e no seu funcionamento. Desse modo, olhar para si, desembaçando nossa “lente interior”, é um passo crucial neste século. O que também chamamos de autoconhecimento. Esse tema autoconhecimento não está repetitivo, mas eu diria que “é um tema destaque”. E por quê? Parece chato? E por que seria?

Hoje estamos em uma Casa que se presta ao trabalho pelo bem, pautados pelo amor em Cristo, ensinado por Ele em seu maior exercício: sua vinda à Terra para exemplificar a aplicação de uma lei “amarás teu próximo como a ti mesmo”. Morreu na cruz! Com essa máxima, meu irmão, também podemos compreender que o ser que trata o conhecimento, olhando apenas para o externo, sem fazer uma relação consciente com sua própria condição, deixa de aproveitar as oportunidades de aprendizado para o próprio melhoramento pessoal. Ou seja, olhar o mundo exterior sem perceber e cuidar do mundo interior não nos favorece para tudo o que podemos construir a partir de agora, dois mil e dezenove anos após conhecermos essa Lei.

Por onde começar esse tal de autoconhecimento? São muitos caminhos e possibilidades. Então, não há uma “receita” que caiba a todos e de modo igual. Porém, um “ingrediente” pode ser comum: permitir-se refletir, para iniciar a compreender um pouco melhor a própria vida, o que aconteceu ao longo de suas experiências. A partir daí, podemos avançar para refletir o que cada situação despertou intimamente e, por aí, progredir. Então, o termo deixa de ser “depende de um passado”, tornando-se possivelmente “compreender a si mesmo no presente” e para melhor construir um futuro. São elementos dessa complexa construção na qual, sim, tudo traz muitos “sentidos”. E podemos nos descobrir intimamente como universo particular, um mundo gigantesco com um, dois, três infinitos. E por isso, seu mundo interior faz muita diferença para o mundo exterior e para compor a realidade. Cada universo íntimo se interliga, pois nos relacionamos com os outros. Para o bem ou para, lamentavelmente, o mal. Faz parte.

Nosso principal desafio é a consciência de si para a convivência. E esta palavra é a conveniente. A convivência comumente entende-se como algo vinculado ao externo. A máxima “amarás teu próximo como a ti mesmo” ainda está em um estágio inicial de compreensão (o que foi importante para diminuir a força de muitas barbáries desejadas, autorizadas e aplaudidas em muitos momentos). Muito positivo, pois, para o convívio com o outro. Muitas coisas passaram por um filtro e muitos comportamentos tornaram-se inadmissíveis nos tempos atuais. A máxima “amarás teu próximo como a ti mesmo” trouxe um princípio que, até então, não era óbvio, muito pouco compartilhado. O princípio para o convívio com o outro foi sinalizado e está em processo. Para seu avanço, é fundamental compreender como ocorre o convívio consigo (segunda metade da máxima tantas vezes colocada como inspiração, necessidade, como lei). Isso é complexo. E quanto demora? É um processo lento, ao considerarmos em termos amplos para a humanidade. Para as individualidades, muito flexível. Mas é tempo. A exatidão não define, apenas traz um sentimento de conforto. Então, não se preocupe tanto com o tempo para melhorar seu mundo interior. Comece a cuidar dele com amor, lembrando-se de que o convívio consigo é eterno, uma das poucas certezas que temos. Para a evolução do universo que abriga nossos mundos interiores, não há tempo exato. Nem precisaria. Sabemos que foi complexo, e não foi rápido, e ainda acontece a todo instante.



Médium Karina Fernandes.



Calçai as suas sandálias e percorrei o seu caminho

Historicamente, vemos a utilização dos sapatos e sandálias como símbolos de nossas trajetórias. O tão utilizado objeto, nos dias atuais, ultrapassou a sua função de proteger os pés, tornando-se o velho companheiro, que acompanha a humanidade desde as antigas civilizações, em símbolo de moda.

Verifica-se que Moisés, ao ter o seu momento de encontro e intimidade com Deus, recebeu ordens para a retirada de suas sandálias, pois encontrava-se pisando em terra santa. (Atos dos apóstolos, 7:33)

Moisés, naquele período de sua vida, encontrava-se exilado no deserto e toda sua ancestralidade trazia em sua caminhada uma história de sofrimento e escravidão, carregando nas sandálias o pó das lutas diárias que enfrentavam com o mundo exterior e das batalhas que procuravam vencer intimamente, enquanto ultrapassavam esse período de desafios.

Assim, Deus o exortou a deixar toda a sua história e o pó trazido de suas batalhas por um momento, ordenando-lhe que tirasse as sandálias, para que seu encontro íntimo com o sagrado fosse livre de todas as experiências e conceitos que Moisés trazia consigo pelas lutas já vividas, pisando em terra santa com os seus próprios pés.

A determinação de Deus a Moisés reverbera em nós até os dias atuais. Deus nos determina a retirada de nossas sandálias, despindo-nos de todos os conceitos e experiências que trazemos pelas nossas lutas diárias, para que tenhamos uma experiência íntima e verdadeira de encontro com o sagrado.

Neste sentido, ao adentrarmos uma casa de umbanda, somos convidados a retirar nossas sandálias para que, assim como Moisés, tenhamos nosso momento de intimidade com o Criador de todo o universo e com os seus falangeiros sagrados que vêm ao nosso encontro nos ensinar a caridade e cumprir o que, desde outrora, nos revelou o Caboclo das Sete Encruzilhadas: “aprenderemos com os que sabem mais e ensinaremos aos que sabem menos”.

Uma das razões de estarmos de pés descalços no congá, além do contato com a nossa mãe terra que nos descarrega de energias deletérias, realizando a transmutação de nossas energias, é a recordação de que devemos estar despídos de todas as concepções que trazemos de nossas caminhadas e experiências terrenas e totalmente abertos ao ensinamento que os espíritos de luz e caridade nos trazem.

Somos convidados a estar de coração aberto para ouvirmos o ensinamento de um Preto Velho, para recebermos o

passo de um Caboclo, para aceitarmos a proteção dos Exús e Pombas Giras, atendendo, assim, à ordem dada por Deus a Moisés e que se encontra vigente para toda a humanidade até os dias de hoje: desamarrem-se de suas concepções e tenham a íntima experiência do sagrado, do amor em sua universalidade.

Contudo, apesar de não estar nos relatos bíblicos, é possível imaginar que, ao retornar para as suas batalhas diárias, Moisés calçou novamente as suas sandálias, para que seus frágeis pés humanos não se machucassem com as asperezas da vida.

Porém, ao calçar suas sandálias e voltar para as suas batalhas diárias, nota-se, nos relatos bíblicos, que Moisés, apesar de estar calçado novamente com as sandálias que traziam a poeira de uma história de sofrimento e escravidão, é um novo homem que lidera a libertação do seu povo e, sobretudo, a própria libertação íntima de um homem instruído por toda a literatura, conceitos e ensinamento dos egípcios, até então opressores de sua ancestralidade.

O mesmo devemos fazer, pois nada vale o nosso momento de intimidade com o sagrado, se isso não tiver resultados do portão do terreiro para fora.

A nossa sagrada umbanda deve acontecer quando calçamos novamente as nossas sandálias, que trazem o pó de toda a nossa trajetória, na qual existem aspectos a serem potencializados e aspectos a serem suprimidos.

Calçarmos nossas sandálias e percorrermos nossos caminhos, após a experiência com o sagrado, significa levarmos, para nossa história, para nossos lares e para nossa vida cotidiana, os conceitos de um homem novo, renovado pela experiência de sentir-se parte de um todo criado pelo grande arquiteto de todo o universo, onde a prática da caridade deve iniciar-se na intimidade de cada um e estender-se aos seus pares.

Nesse sentido, enquanto eternos pedintes que ainda somos, peçamos ao divino mestre que sempre nos permita o encontro com o sagrado, livres de tudo aquilo que nos tapa os olhos para a nossa caminhada evolutiva enquanto encarnados neste mundo de provas e expiações.

Peçamos ao Deus da vida que nos auxilie no livramento de todo julgamento maledicente que, por ventura, tenhamos de nossos irmãos e de nós mesmos, para que assim nos reconheçamos como imagem e semelhança do outro e de Deus.

Médium Danilo Matos



Vivenciando a mediunidade

Não existe caminho correto ou a fórmula perfeita de como vivenciar e educar a mediunidade. Existe, sim, caminho individual e vivências pessoais que acontecerão de forma própria, em momentos exclusivos e com particularidades, construindo a mediunidade de cada ser. Porém, o ideal é que ele ocorra de acordo com um “esqueleto” comum, que se baseia nos conhecimentos e conceitos sobre esse tema.

Muito já foi explorado, documentado, bem como retratado sobre a mediunidade e os médiuns, e isto segue crescente ao longo dos séculos, juntamente com a evolução humana. Fenômenos mediúnicos, mesmo ainda não possuindo essa nomenclatura na época em que ocorreram, foram documentados desde a antiguidade. Médiuns como Chico Xavier são idolatrados e tidos como modelo até a atualidade. Novelas nacionais abordam o tema em seus roteiros. Diversos livros, filmes e documentários foram realizados. E, além de tudo isso, vê-se claramente, em diversos episódios da passagem de nosso amado Mestre Jesus pela Terra, processos mediúnicos, como os fenômenos de cura que produziu.

Assim, ao longo dos tempos e acontecimentos, foi-se criando uma base de conhecimentos e conceitos que se firmou, principalmente, através do espiritismo. Ainda que não detenha a exclusividade de produção e de conhecimento sobre o tema, pelo seu aspecto científico, comprovou os fenômenos e muito “desvendou” sobre o assunto, como no Livro dos Médiuns.

Mesmo com tanto já documentado, falado e esclarecido, o preconceito ainda existe, principalmente em relação à Umbanda. Porém, o mais importante neste processo é a fé, e a persistência no caminho do bem e da caridade que se escolhe fazer através do canal mediúnico.

Então, concluindo após essas contextualizações, o que seria essa tal mediunidade? Esta representa aptidão inerente ao ser e está presente em todas as religiões, em todos os tempos,

desde a criação do homem no processo de encarnação e reencarnação. Por conceituação, traduz faculdade que permite a comunicação entre os planos material e espiritual. Existem vários tipos de mediunidade, mas ela começa desde nossos pensamentos e sentimentos. Há a psicografia, psicometria, psicofonia, pictografia, clariaudiência, clarividência, clarigustação e clariolfacção, vidência, materialização, inspiração ou irradiação, xenoglossia, desdobramento ou projeção astral, telecinesia, incorporação, intuição e cura.

Mas a mediunidade seria algo natural, um dom ou um compromisso? Ela é um pouco de tudo isso: natural, pois somos todos espíritos e essa é a verdadeira vida; um dom, quando já a temos em maior grau, de acordo com o entendimento e progresso evolutivo, para usufruto do bem; e compromisso, quando a assumimos para nossa evolução e do próximo através da caridade, principalmente quando já tenhamos feito isso mesmo antes de encarnar.

Considerando que todos são médiuns, como realmente aparece a mediunidade? Ela está em nós desde o nascimento, às vezes mais sutil, apenas através de intuições que, por ora, ignoramos, ou mais presente, com vidências, por exemplo. No entanto, existem momentos em que há o afloramento mediúnico. Ele pode ocorrer em qualquer idade, chegando muitas vezes com sensações estranhas e situações inexplicáveis, ou até mesmo, desconcertantes e embaraçosas. Nosso corpo emana uma irradiação fluido-nervosa, nossa luz espiritual, e é através dela que os espíritos são atraídos. Assim, dependendo da energia e moral do médium, haverá a afinidade e aproximação de espíritos de vibrações melhores ou inferiores.

A partir do afloramento mediúnico, é importante o cuidado, estudo e educação dessa mediunidade para preservar o bem-estar do médium e buscar proximidade, manifestação e comunicação apenas com as entidades que desejar e permitir.



continua



É aí que entra o vivenciar da mediunidade, que assusta, dá medo, gera inseguranças, ansiedades, angústias e preocupações. No entanto, ao mesmo tempo, gera tantos ganhos, descobertas, aperfeiçoamento, além de crescimento moral, pessoal e espiritual.



Percebo que essa fase de dúvidas, medos e ansiedade ocorre com todos, mas a grama do vizinho é sempre mais verde: tendemos a ver médiuns antigos e a nos compararmos, achando-nos inferiores, ou nos comparamos até mesmo com médiuns que iniciaram conosco a educação mediúnica. Porém, o caminho é tão, mas tão individual! O nosso não é melhor do que o de ninguém, e o de ninguém é melhor do que o nosso. É apenas o NOSSO e o do OUTRO. Pois, já que ninguém é igual, por que a jornada mediúnica deveria funcionar da mesma maneira para todos?

Alguns se desenvolverão mais rápido, outros mais consistentes, outros com a vidência, outros com a psicografia, outros ainda com a incorporação, e aí por diante. E, em se tratando de nossa religião especificamente, a Umbanda, a incorporação se faz muito presente, mas não em todos os casos e de forma obrigatória.

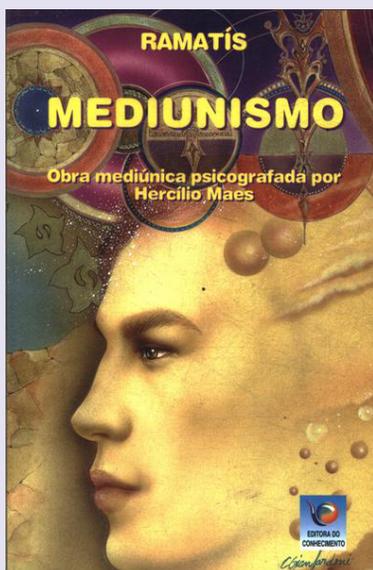
Sabe-se, segundo o livro *Médium - Incorporação não é Possessão*, de Alexandre Cumino, que 99,9% dos médiuns são semiconscientes. Por ora, entram em crise por acreditar que estão "mistificando", e por não saber se são eles ou os guias se manifestando. Ser e estar consciente de sua mediunidade, assim como dos momentos de trabalho mediúnico é positivo. Em nossa Casa, é assim que buscamos agir, porque as comunicações espirituais são para ocorrer através dos médiuns e não sem eles. Todavia, pode ocorrer casos de possessão, em que o médium fica totalmente ausente, não se recorda de nada e, às vezes, tem dificuldade para retornar. Nessa oportunidade, além de várias outras, é que se faz de extrema importância estar em uma Casa séria e cuidadosa com seus médiuns, que se fará presente e dará todo o apoio, assim como as orientações necessárias ao caso.

Lembro muito de minhas ansiedades e preocupações antes de minha primeira incorporação, bem como de quando questionei vários outros médiuns sobre como seria, como foi pra eles, como acontecia esse tal fenômeno. Medo e ao mesmo tempo ansiedade permeavam meu ser. A todos que me dirigi, as colocações foram muito similares: "não sei, é tão particular... tão individual... comigo foi assim, mas não precisa ser igual com você... tome seu tempo, aos poucos as coisas acontecem". Assim tem sido desde que resolvi vivenciar essa faculdade, que tanto tem me feito ter novos olhares, novas perspectivas, inundar-me de gratidão e bem-estar, e faz-me aprender e crescer.

Que tenhamos o amor para seguir nessa linda e desafiadora jornada. Amor, amor e amor, assim como as primeiras leis de Oxalá. Que tenhamos resignação para encararmos o vivenciar mediúnico, bem como as provas e expiações que vêm junto a ele. E que tenhamos fé e disciplina para nos mantermos no caminho correto do bem e da caridade, através dos cuidados contínuos e inesgotáveis de reforma íntima, pensamentos e sentimentos, juntamente com a busca pela fonte precisa de conhecimentos. Viva a mediunidade e os médiuns! Viva esse dom e oportunidade! Axé!



Médium Naiara Barbosa.



Mediunismo

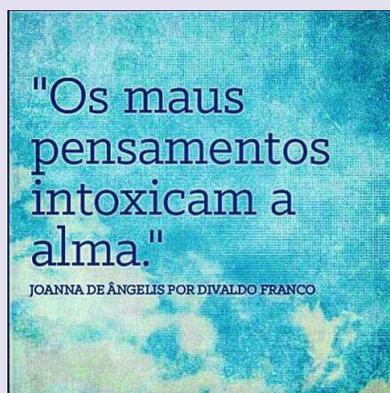
Obra de Ramatis, psicografado por Hercílio Maes

O mediunismo, tão antigo quanto a humanidade, em seus múltiplos aspectos e sutilezas, é abordado por Ramatis nesta obra com toda a riqueza e profundidade de um Mestre de Sabedoria. Todo o amplo espectro dos fenômenos mediúnicos - dos efeitos físicos à mais sutil intuição telepática, passando por temas nunca ou raramente tratados da complexa fenomenologia da mediunidade - são elucidados com a peculiar objetividade de Ramatis. Longe de trilhas, a senda das instruções já conhecidas sobre o tema, ele desbrava exatamente os territórios inusitados e controversos, dúbios ou intrigantes, dessa matéria que fascina o ser humano desde os primórdios de sua existência planetária.

Há 30 anos "Mediunismo", em sucessivas edições, já se tornou um clássico da matéria, insubstituível para tantos quantos buscam a compreensão mais profunda do fenômeno mediúnic.

Sinopse disponível em: <http://edconhecimento.com.br/?livros=mediunismo>. Acessada em 09/05/2019.

Visite o site do ACVE:
www.acve.com.br



Maio

04/Maio	Homenagem a Ogum Gira de Atendimento de Pretos-velhos
11/Maio	Homenagem a Yorimá Gira de Atendimento de Pretos-velhos
18/Maio	Gira de atendimento de Pretos-velhos
24/Maio	Gira em Palmelo - GO
25/Maio	Gira de Atendimento de Pretos-velhos



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.