

AÇÃO CRISTÃ VOYÔ ELVÍRIO

Viver para aprender, Aprender para viver.



Estrela Guia de Aruanda



Salubá, Mãe Nanã

ANO IX · JULHO, 2026

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



Programação: Julho 2026

Horário das Giras:

Valparaíso - 14h30 | Palmelo - 19h30 | Cristalina - 19h30

Data	Dia da Semana	Horário	Local	Evento / Atividade
1	Quarta	19h	Valparaíso/GO	Desenvolvimento Mediúnico
2	Quinta	19h30	Cristalina/GO	Evangelho, Palavra e Passe
3	Sexta	19h	Palmelo/GO	Atendimento de Pretos Velhos
4	Sábado	14h30	Valparaíso	Atendimento de Pretos Velhos
7	Terça	20h	Online	Estudo Online
8	Quarta	19h	Valparaíso/GO	Desenvolvimento Mediúnico
9	Quinta	19h30	Cristalina/GO	Palestra, Prece e Passe
10	Sexta	19h30	Cristalina/GO	Homenagem a Nanã Buruquê - Médiuns de Brasília, Cristalina e Palmelo
11	Sábado	14h30	Valparaíso	Atendimento de Pretos Velhos
14	Terça	20h	Online	Estudo Online
15	Quarta	19h	Valparaíso/GO	Desenvolvimento Mediúnico
16	Quinta	19h30	Cristalina/GO	Evangelho, Palavra e Passe
17	Sexta	19h	Palmelo/GO	Atendimento de Pretos Velhos
18	Sábado	14h30	Valparaíso	Atendimento de Pretos Velhos
21	Terça	20h	Online	Estudo Online
22	Quarta	19h	Valparaíso/GO	Desenvolvimento Mediúnico
23	Quinta	19h30	Cristalina/GO	Palestra, Prece e Passe
24	Sexta	19h30	Palmelo/GO	Homenagem a Nanã Buruquê - Médiuns de Brasília, Cristalina e Palmelo
25	Sábado	14h30	Valparaíso	Homenagem a Nanã Buruquê - Médiuns de Brasília, Cristalina e Palmelo
26	Domingo	-	-	DIA DE SANT'ANA (NANÃ BURUQUÊ)
28	Terça	20h	Online	Estudo Online
29	Quarta	19h	Valparaíso/GO	Desenvolvimento Mediúnico
30	Quinta	19h30	Cristalina/GO	Evangelho, Palavra e Passe
31	Sexta	19h	Palmelo/GO	Atendimento de Pretos Velhos

Nesta Edição

O foco de julho é direcionado à Orixá **Nanã Buruquê**. Ela é descrita como a senhora da sabedoria, das águas profundas e da memória dos tempos, representando a força ancestral e o acolhimento. O documento traz textos aprofundados sobre ela, como "Nanã Buruquê: ancestralidade, sabedoria e acolhimento na Umbanda" e "Ervas de Nanã", além de listar homenagens a esta Orixá no calendário de atividades.

Séries Especiais:

-  **Editorial**
-  **Sabores do Axé**
-  **Ôh Curimbeiro**
-  **Salve as Folhas**

Sumário

- Fio de Contas e Memórias
- Nanã Buruquê: ancestralidade, sabedoria e acolhimento na Umbanda
- A fé sem obras é morta
- Comida de Orixás: história, espiritualidade e fundamento
- Reiki: um convite ao autoconhecimento e ao compartilhamento do amor universal
- Dança cigana: quando o corpo também ora
- Frequência sagrada: O impacto dos pontos cantados na mente mediúnica
- Ervas de Nanã: ancestralidade em flor
- Umbanda tem fundamento. É preciso conhecer

Expediente EGA

Curadoria doutrinária:

- Pai Pedro Lettieri

Editores-chefes:

- Lucius Lettieri
- Camila Vidal

Editora:

- Sabrina Soliane

Diagramação:

- Augusto Brasil



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

Fio de Contas e Memórias

EDITORIAL 

Honrar as raízes para frutificar na fé. É com este sentimento que o mês de Julho nos convida a refletir sobre fundamentos que sustentam nossa caminhada espiritual. Entre eles, a força ancestral de Nanã Buruquê nos recorda que toda vida possui uma origem, uma história e uma raiz que merece respeito.

Nanã é a senhora da sabedoria antiga, das águas profundas e da memória dos tempos. Sua energia nos ensina a reconhecer que nada nasce do acaso. Somos resultado de muitas mãos, muitos ensinamentos e muitos sacrifícios feitos por aqueles que vieram antes de nós. Por isso, honrar pai e mãe não é apenas um mandamento; é um exercício diário de gratidão às nossas origens.

Nem sempre nossos pais são perfeitos. Nem sempre compreenderam nossas dores ou caminharam ao nosso lado como gostaríamos. Ainda assim, reconhecer o dom da vida que recebemos é um passo importante para a cura, para o amadurecimento e para a paz interior. Quando honramos nossas raízes, fortalecemos nossa própria caminhada.

Mas a espiritualidade não se sustenta apenas em palavras ou sentimentos. O Evangelho nos lembra que a fé sem obras é morta. Não basta acreditar no bem; é preciso praticá-lo. Não basta pedir amparo aos orixás; é necessário tornar-se instrumento desse amparo na vida de quem cruza nosso caminho.

A verdadeira fé se manifesta na caridade, na disciplina, na paciência diante das dificuldades e no respeito ao próximo. Ela aparece nos pequenos gestos, muitas vezes silenciosos, que ajudam a construir um mundo mais justo e fraterno.

Que a sabedoria de Nanã nos ensine a valorizar nossas raízes, a honrar aqueles que nos deram a vida e a transformar nossa fé em ações concretas de amor. Que nossas palavras encontrem eco em nossas atitudes e que nossos passos sejam sempre guiados pela Lei Maior.

Com carinho a todos os irmãos de fé e consulência,

Pai Pedro Lettieri

Nanã Buruquê: ancestralidade, sabedoria e acolhimento na Umbanda

Médium Maridalva Santana

Nanã Buruquê é uma das entidades mais antigas e reverenciadas das tradições afro-brasileiras. Na Umbanda, sua força está relacionada à ancestralidade, à sabedoria, ao acolhimento e aos ciclos da vida. Associada às águas calmas dos lagos, brejos e mangues, Nanã simboliza serenidade, maturidade espiritual e a compreensão de que cada processo possui seu próprio tempo. Sua presença nos terreiros é marcada pela quietude, pela escuta e pelos ensinamentos transmitidos através da experiência e da tradição. A saudação “Saluba Nanã!” expressa reverência à sua força ancestral e ao amparo espiritual que representa dentro da religião.



Dentro dos fundamentos umbandistas, Nanã também está simbolicamente ligada ao barro primordial, elemento associado à origem da vida e à conexão entre o ser humano e a natureza. Em diferentes tradições afro-brasileiras, existe a crença de que Nanã teria cedido a lama dos brejos para que Oxalá moldasse os seres humanos, reforçando sua ligação com a criação, a

memória ancestral e os ciclos da existência. Seus cultos sempre estiveram relacionados ao silêncio, ao recolhimento e à profundidade espiritual, características que atravessaram gerações e permanecem presentes em práticas voltadas à reflexão e ao fortalecimento das raízes espirituais dentro dos terreiros.



Outro aspecto importante relacionado à energia de Nanã é sua ligação com valores como paciência, humildade e equilíbrio emocional. Em uma sociedade marcada pela pressa e pela superficialidade, seus ensinamentos convidam ao cuidado interior, à escuta e ao respeito pelo tempo de cada pessoa. Na prática da Umbanda, sua vibração costuma estar associada ao acolhimento espiritual, aos aconselhamentos e ao fortalecimento emocional daqueles que buscam serenidade em momentos difíceis. Sua cor tradicional, o lilás, reforça simbolicamente sua conexão com a espiritualidade, a tranquilidade e o amadurecimento adquirido através da vivência.

Reverenciar Nanã Buruquê também é reconhecer a riqueza cultural e religiosa das tradições afro-brasileiras e a importância da Umbanda como espaço de preservação da memória coletiva, do respeito aos ancestrais e do acolhimento comunitário. Seus ensinamentos reforçam valores como equilíbrio, cuidado, respeito e conexão com as próprias raízes. Em tempos marcados pela velocidade e pelo excesso de estímulos, a força de Nanã convida ao silêncio interior, à introspecção e à compreensão de que a verdadeira sabedoria nasce do tempo, da experiência e da capacidade de cuidar de si e do outro.

Referências

- CUMINO, Alexandre. Orixás na Umbanda. São Paulo: Madras, 2015.
PRANDI, Reginaldo. Mitologia dos Orixás. São Paulo: Companhia das Letras, 2001.
VERGER, Pierre Fatumbi. Orixás. Salvador: Corrupio, 2002.
SARACENI, Rubens. Doutrina e Teologia de Umbanda Sagrada. São Paulo: Madras, 2012.

*Fui chamado de cordeiro, mas não sou cordeiro não.
Preferi ficar calado, que falar e levar não.
O meu silêncio é uma singela oração à minha Santa de fé.
Meu cantar, vibram as forças que sustentam meu viver.
Meu cantar, é uma prece que eu faço à Nanã Aee.*

A fé sem obras é morta

Médium Gabrielle Cardoso

Quando nos perguntam o que é fé, um dos primeiros pensamentos que surgem costuma estar associado a algo intangível, impalpável e, muitas vezes, distante. Facilmente, a fé também pode ser associada a uma intenção, à crença de que algo pode melhorar, de que dias melhores chegarão ou até mesmo de que uma cura acontecerá. Mas, ao longo da caminhada espiritual, comecei a perceber que a fé se manifesta por meio das nossas atitudes.

Ainda como consulente, buscando compreender a forma como a espiritualidade trabalhava em minha vida e fugindo do compromisso de integrar a corrente por medo, ouvi de um preto-velho uma frase que deu um norte à minha trajetória: “Deus não escolhe os preparados; Ele prepara os escolhidos”. Naquele momento, percebi o quanto estava apegada à falsa necessidade de estar completamente pronta. Na minha imaginação, isso significava ler mais livros, estudar mais e entender os fundamentos da Umbanda de cabo a rabo antes de assumir qualquer responsabilidade.

É claro que o estudo, a disciplina e a busca pelo conhecimento são ferramentas importantes para a capacitação de qualquer trabalhador. No entanto, quando ficam restritos apenas à teoria, o propósito não é plenamente cumprido. Existe um aprendizado que só acontece na prática, que nasce por meio do contato com as pessoas, do exercício do servir e das experiências que o trabalho proporciona.

Foi a partir dessa reflexão que outra frase passou a fazer ainda mais sentido para mim: “Quando o trabalhador está pronto, o trabalho aparece”. Mas o que significa estar pronto? Será mesmo que estar pronto é saber de tudo?



Significa não sentir medo? Ou será que a prontidão nasce justamente do reconhecimento de que ainda temos muito a aprender e, ainda assim, estamos dispostos a caminhar?

Como cambona, tive a oportunidade de observar situações que talvez nenhum livro fosse capaz de ensinar. Pude perceber o efeito que uma palavra de orientação, um acolhimento sincero ou um simples gesto de carinho podem produzir na vida de alguém que chega ao terreiro carregando suas dores. Essas experiências me fizeram compreender que o trabalho espiritual não acontece apenas nos momentos que consideramos grandiosos. Muitas vezes, ele está presente nas pequenas ações, na escuta ativa, na disposição para ajudar e no amor colocado em cada tarefa.

Em um mundo de provas e aprendizados, os trabalhos que surgem diante de nós também representam oportunidades de crescimento. Podemos aceitá-los e aprender por meio deles ou permanecer esperando um momento ideal que talvez nunca chegue.

Por isso, a frase “A fé sem obras é morta” carrega um ensinamento profundo. A fé se fortalece quando é colocada em movimento. O trabalho não aparece apenas para quem está preparado; muitas vezes, ele é parte da própria preparação. Afinal, a confiança na espiritualidade raramente surge antes do primeiro passo. Em muitos momentos, ela cresce justamente porque esse passo foi dado.

Mais do que um convite à perfeição, o trabalho espiritual é um convite ao compromisso sincero de aprender, servir e confiar que estamos sendo amparados ao longo do caminho.



Sabores do Axé 🍲

Nova série especial do EGA dedicada a apresentar os alimentos rituais, significados, origens e fundamentos nas religiões de matriz africana.

Comida de Orixás: história, espiritualidade e fundamento

Médium Mariana Eleuterio

A cultura iorubá possui o costume de oferecer alimentos aos ancestrais, prática que também se estende aos Orixás, compreendidos como forças sagradas ligadas à natureza e à ancestralidade. Assim, oferecer comida aos Orixás é uma forma de homenageá-los, cultuá-los e fortalecer a conexão espiritual.

Essas refeições sagradas são frequentemente chamadas de **ajeum**, termo relacionado ao ato de comer e compartilhar o alimento. Mais do que nutrição, a comida representa união, comunidade e partilha. Quando preparada dentro dos fundamentos religiosos, torna-se portadora de axé, carregando energia, memória e tradição.

Cada alimento possui significados e formas de preparo que variam conforme a casa e a tradição. No Candomblé, a cozinha integra a própria liturgia. Na Umbanda, as oferendas também possuem importância espiritual, respeitando os fundamentos de cada vertente. Em comum, permanece a compreensão de que a comida é sagrada antes de ser apenas alimento.

Entre os preparos mais conhecidos estão o **acará** (acarajé), associado a Iansã e, em muitas tradições, também a Xangô; o **amalá**, ligado a Xangô; o **omolocum**, relacionado a Oxum; o **axoxó**, de Oxóssi; e o **acaçá branco** e a canjica, associados a Oxalá. Omulu e Obaluaiê são lembrados pelo **doburu**, a pipoca que simboliza transformação, cura e renovação.

Figura 1 – Ajeum: significa comer junto





Figura 2 – Acarajé



Figura 3 – Amalá



Figura 4 - Omolocum



Figura 5 – Acaça Branco



Figura 6 – Doboru

Exu também possui sua culinária ritualística, entre elas o **padê**, importante elemento de equilíbrio, comunicação e fundamento dentro dos cultos afro-brasileiros. Já o **caruru**, associado aos Ibejis e às celebrações de Cosme e Damião, reforça a comida como expressão de alegria, devoção e partilha.

Nanã, por sua vez, possui preparos ligados à ancestralidade e à sabedoria dos mais velhos. Seus fundamentos remetem ao barro primordial e aos mistérios da criação, simbolizando maturidade espiritual, memória e respeito ao tempo.

Por isso, antes de enxergar essas tradições apenas como curiosidade cultural, é importante lembrar que cada prato carrega história, espiritualidade e fundamento. Mais do que receitas, as comidas de Orixá são expressões vivas de fé, identidade e transmissão de saberes que atravessam gerações.

Importante destacar que os fundamentos e preparos podem variar conforme a tradição, a nação e a orientação de cada casa religiosa.

Referências:

ROSA, Isabel Cristina Ribeiro. *Culinária Afro-Brasileira: Sabores Ancestrais*.
COMIDA de santo: pratos oferecidos aos orixás Disponível em: [Catarinas](#). Acesso em: 6 maio 2026.
[Comida dos Orixás. YouTube](#). Acesso em: 6 maio 2026.
[Culinária Sagrada dos Orixás. YouTube](#). Acesso em: 7 maio 2026.

Reiki: um convite ao autoconhecimento e ao compartilhamento do amor universal

Médium Flávia Squinca

Sabedoria (智慧 – Chie)

**"Antes de olhar o outro, olha para si; o caminho da sabedoria está dentro."
(MEIJI, Imperador. Gyosei - Poemas Imperiais).**

Essa foi uma das inspirações do mestre Mikao Usui, o denominado criador do sistema Reiki. Então, perguntamos: o que te inspira quando você escuta a palavra Reiki ou recebe a aplicação dessa prática milenar, que tem o contexto japonês como local de seu surgimento, em especial o Monte Kurama?

O Reiki é uma das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), reconhecidas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e ofertadas no Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil. E o que justifica isso, você deve estar se perguntando, certo? A saúde tem suas dimensões biológicas, sociais, psicológicas e espirituais, as quais, em suas inúmeras intersecções, refletem na vida de cada indivíduo.

Nesse sentido, o Reiki, enquanto uma PICS, não substitui o tratamento biomédico, a prática psicoterapêutica ou desconsidera a relevância dos determinantes sociais ou econômicos na vida das pessoas que usufruem dos benefícios advindos desse sistema de harmonização energética, em prol da promoção da saúde e do bem-estar.

Aliás, o Reiki permeia conhecimentos do sistema simbólico e dos pressupostos desenvolvidos por Mikao Usui e repassados pelos mestres, com destaque para o médico Chujiro Hayashi e para a havaiana descendente de japoneses Hawayo Takata.



Ademais, ao falarmos do Reiki, também visitamos os conceitos e conhecimentos sobre os chacras, as emoções, o comportamento e as condutas cotidianas registradas nos 5 princípios, em torno do preceito "Só por hoje: não me irritarei; não me preocuparei; serei grato; trabalharei honestamente; e serei gentil com todos os seres vivos."

O Reiki é um convite para o despertar da potência de si e para o compartilhamento da compaixão e do amor universal com o coletivo.

Por isso, ele também está presente em inúmeros terreiros de Umbanda, centros kardecistas e outros espaços espiritualistas, embora não seja privativo de nenhuma religião. Para ser reikiano, basta querer fazer a formação, e, para receber o Reiki, basta se permitir. Vamos lá?



[Esta Foto](#) de Autor Desconhecido está licenciado em [CC BY-SA-NC](#)

Com isso em mente, o ACVE oferece curso de reiki, coordenado por Flávia Aparecida Squinca, doutora e mestra em Ciências da Saúde pela UnB, especialista em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde e terapeuta comunitária integrativa. A formação conta com uma etapa online e outra presencial na sede do ACVE, em Valparaíso (GO), oferecendo aos participantes os fundamentos da prática e sua aplicação como instrumento de equilíbrio, autoconhecimento e promoção do bem-estar. A iniciativa reforça o compromisso da casa com o estudo, a espiritualidade e o desenvolvimento integral do ser humano.

Referências

- BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC). Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
- USUI, Mikao. Usui Reiki Ryōhō. Ensinaamentos do Sistema Usui de Reiki.
- MEIJI, Imperador. Gyosei (Poemas Imperiais). Japão, período Meiji.

Dança cigana: quando o corpo também ora

Médium Ana Carla de Oliveira Regino

Quem observa uma dança cigana pela primeira vez costuma reparar nas saias rodadas, nas moedas que acompanham o ritmo dos movimentos, nas cores vibrantes e na força do sapateado. Mas, para o povo cigano, a dança nunca foi apenas uma manifestação artística. Ela é uma forma de expressão da alma e uma maneira de se conectar com o sagrado.

Muito antes de existirem templos ou altares, o ser humano já encontrava no próprio corpo uma forma de agradecer, pedir proteção, celebrar conquistas e renovar suas esperanças. Na tradição cigana, cada movimento carrega uma intenção. As mãos que se elevam representam a gratidão e a abertura para receber as bênçãos divinas. Os pés firmes no chão lembram que é preciso ter raízes fortes para seguir caminhando. Os giros falam sobre transformação e renovação, enquanto os movimentos leves ensinam que viver também exige flexibilidade.



Essa conexão se torna ainda mais bonita quando entendemos a relação da dança com os quatro elementos da natureza. A terra está presente na firmeza dos passos, simbolizando segurança, prosperidade e ancestralidade. O ar aparece nos lenços, nos leques, nas saias que se movimentam e na liberdade de quem dança sem medo de ser quem é. O fogo representa a coragem, a ação e a transformação. Não por acaso, muitas danças acontecem ao redor da

fogueira, reverenciando os ancestrais e renovando as energias. Já a água se revela na suavidade dos movimentos, lembrando que a sensibilidade e a capacidade de se adaptar também fazem parte da força de um espírito livre.

Talvez seja por isso que a dança cigana desperte tanto encantamento, até mesmo em quem nunca estudou essa cultura. O que emociona não é apenas a beleza dos passos, mas a verdade que existe por trás deles. O corpo deixa de ser apenas um instrumento e passa a falar aquilo que muitas vezes o coração não consegue colocar em palavras.

Vivemos em um mundo que nos ensina a controlar tudo: os sentimentos, os gestos, o tempo e até a forma de demonstrar quem somos. A dança cigana segue o caminho contrário. Ela nos lembra que também existe espiritualidade no movimento, que a liberdade pode ser um ato de fé e que nem toda oração precisa ser feita em silêncio.

Talvez a maior lição da dança cigana seja justamente essa: quando o corpo se movimenta com verdade, respeito e intenção, ele também é capaz de orar.



*quando o corpo se movimenta com
verdade, respeito e intenção, ele
também é capaz de orar.*

Frequência sagrada: O impacto dos pontos cantados na mente mediúnica

Ôh Curimbeiro 🍷

Médium Andre Luiz

A música é uma expressão artística presente na sociedade desde os primórdios da Antiguidade. Registros mostram que rituais eram realizados com música e dança muitos anos antes de Cristo. O uso de instrumentos e cantos sempre foi uma linguagem sagrada para conectar o ser humano ao divino, e na Umbanda não é diferente. Utilizamos a música dentro dos rituais com diversas finalidades: dar início aos trabalhos, evocar energias, realizar limpezas espirituais, pedir atenção, entre muitos outros propósitos.

A curimba e seus curimbeiros, ou ogãs, são os responsáveis por entoar os pontos cantados e executar os toques. No entanto, sua função vai muito além desse domínio técnico. O ogã precisa manter sua atenção e concentração alinhadas aos guias chefes e às energias do ambiente. Ao sustentar essa conexão por meio do toque, ele consegue, comprovadamente, promover alterações no estado de consciência dos presentes. Essa mudança facilita a entrada no transe mediúnico, ou incorporação, processo por meio do qual médium e entidade se conectam.

Sob essa ótica, podemos compreender os ogãs como facilitadores do transe, e os pontos e toques como a ponte entre entidades e médiuns. Fato é que a incorporação e o transe mediúnico podem ocorrer mesmo sem a música. Porém, nesse contexto, ela atua como uma facilitadora do processo, auxiliando o médium na concentração, além de funcionar como chave de evocação das entidades e elemento harmonizador do ambiente. Isso ocorre porque, quando se toca para uma determinada linha, todos os presentes direcionam sua atenção e concentração para aquela energia, fazendo com que a egrégora do ambiente se molde de acordo com a vibração desejada.

Além disso, a frequência produzida pelos toques durante a gira ajuda o mediano a se desvincular dos pensamentos lógicos e cotidianos. Biologicamente, as batidas repetitivas e constantes dos atabaques induzem o cérebro a entrar em padrões de ondas cerebrais semelhantes aos observados em estados meditativos. Esse estado fisiológico acalma o sistema nervoso e reduz a atividade mental racional, abrindo espaço para que o transe ocorra de forma mais natural.



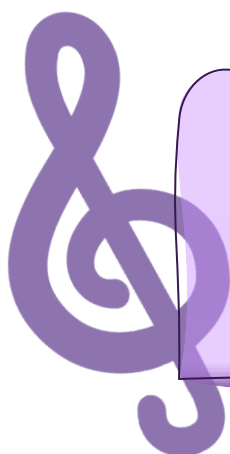
Com isso, podemos entender que a música é uma peça fundamental dentro da Umbanda, por ser um canal de evocação das energias, uma indutora biológica de estados alterados de consciência e uma facilitadora da incorporação. Isso demonstra que a música e a Umbanda formam uma combinação harmoniosa entre a ciência da matéria e a magia do espírito. Enquanto houver a voz de um curimbeiro e o couro do atabaque vibrando, a conexão entre o visível e o invisível continuará sendo mantida, fortalecida e cultuada.

Referências:

[REPOSITÓRIO PUCSP: Ritual de Umbanda: a influência dos estímulos somato-sensoriais na indução do transe mediúnico](#)

[Brasil - ESPÍRITOS COMPOSITORES E INSTRUMENTISTAS: A MÚSICA NA UMBANDA ESPÍRITOS COMPOSITORES E INSTRUMENTISTAS: A MÚSICA NA UMBANDA](#)

[O PAPEL ORDENADOR DA MÚSICA NOS RITUAIS DE RELIGIÃO DE MATRIZ AFRICANA | Horizontes Históricos](#)



*Seu ibiri enfeitado com fitas e búzios
O ponto pra assentar
Mandou cantar
Ê, Salubá!*

Ervas de Nanã: ancestralidade em flor

[Salve as Folhas](#) 

Médium Guilherme Friaça

Na Umbanda, as ervas ligadas a Nanã Buruquê carregam simbolismos de ancestralidade, sabedoria, transformação e profunda conexão com os mistérios da vida e da morte. Nanã é uma das mais antigas entre os Orixás, senhora das águas paradas, dos brejos, da lama primordial e dos ciclos naturais de retorno à Terra. Por isso, suas ervas costumam possuir propriedades voltadas à purificação profunda, ao recolhimento espiritual, ao equilíbrio emocional e ao fortalecimento da ligação com os ancestrais.

Entre as ervas tradicionalmente associadas a Nanã encontram-se a folha de mangueira (*Mangifera indica*), a erva-de-santa-maria (*Dysphania ambrosioides*), a violeta-roxa (*Saintpaulia ionantha*), a quaresmeira (*Tibouchina granulosa*) e do manjerição-roxo (*Ocimum basilicum* var. *purpurascens*). Em muitas casas de Umbanda, também são utilizadas plantas de caráter mais sereno e introspectivo, capazes de promover limpeza energética sem provocar movimentos bruscos nas forças espirituais. A escolha das ervas pode variar conforme a tradição do terreiro e os fundamentos transmitidos pela corrente espiritual da casa.

A quaresmeira é frequentemente associada à vibração de Nanã Buruquê. Suas flores, em tons de roxo e lilás, remetem às cores que simbolizam a ancestralidade, a transmutação e a sabedoria atribuídas a essa Orixá. Por florescer com grande intensidade, no período da quaresma católica, entre o carnaval e páscoa, a quaresmeira também representa os ciclos da vida, da morte e do renascimento, fundamentos centrais nos mistérios de Nanã.

Na Umbanda, suas folhas e flores podem ser utilizadas em banhos, amacis e defumações voltados para limpeza espiritual profunda, equilíbrio emocional e harmonização energética. Diferentemente de ervas consideradas mais fortes para descarrego imediato, a quaresmeira é vista por muitos sacerdotes como uma planta de atuação serena e gradual, favorecendo processos de cura interior, aceitação e amadurecimento espiritual.

A ligação entre a quaresmeira e Nanã Buruquê está relacionada principalmente ao simbolismo da transformação. Assim como Nanã rege os processos de retorno à origem e de

renovação através da experiência acumulada, a quaresmeira ensina a beleza dos ciclos naturais e a importância do tempo para o florescimento. Seu uso ritualístico busca despertar serenidade, paciência e conexão com as forças ancestrais.

O roxo, frequentemente associado a Nanã, também aparece em muitas das plantas ligadas a essa Orixá. Essa cor simboliza a transmutação, a espiritualidade elevada e a sabedoria adquirida pela experiência. Por essa razão, flores e folhas arroxeadas costumam estar presentes em oferendas, firmezas e ornamentações dedicadas à sua vibração, representando o poder de transformar dor em aprendizado e fim em renovação.

É importante lembrar que o conhecimento sobre as ervas sagradas é um dos patrimônios mais valiosos das tradições afro-brasileiras. Seu uso deve ser realizado com responsabilidade, respeito aos ensinamentos dos mais velhos e observância dos fundamentos específicos de cada terreiro.



Recordamos que, no ACVE, a prescrição de banhos de ervas é prerrogativa do Pai de Santo e das Mães de Terreiro.

Referências

- BARROS, José Flávio Pessoa de. O Segredo das Folhas: Sistema de Classificação de Vegetais no Candomblé Jeje-Nagô do Brasil. Rio de Janeiro: Pallas, 2011.
- DIAS, João Magalhães. Umbanda de Todos Nós. Rio de Janeiro: Eco, 2014.
- OLIVEIRA, Eugênio Tadeu de. Umbanda, Fé e Caridade. Belo Horizonte: Editora do Autor, 2007.
- SARACENI, Rubens. Orixá Nanã Buruquê. São Paulo: Madras, 2008.
- VERGER, Pierre Fatumbi. Ewé: O Uso das Plantas na Sociedade Iorubá. Salvador: Corrupio, 1995.



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.

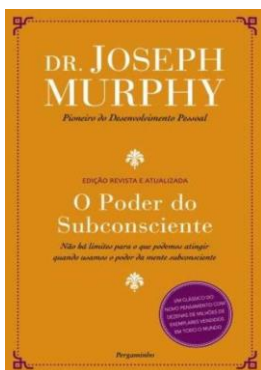
Confira, a seguir, algumas sugestões:

LIVROS



As Coisas que Você Só Vê Quando Desacelera

Mais de 700 mil exemplares vendidos no Brasil e mais de 3 milhões no mundo, **As Coisas que Você Só Vê Quando Desacelera** é um convite à pausa e à reflexão em meio à correria do dia a dia. O autor, Haemin Sunim, mostra como a atenção plena, a gentileza e o autoconhecimento podem ajudar a encontrar mais equilíbrio, serenidade e significado na vida cotidiana.



O Poder do Subconsciente

Este livro apresenta a ideia de que pensamentos, crenças e emoções influenciam diretamente a forma como vivemos. Na obra, Joseph Murphy defende que, ao reprogramar padrões mentais negativos e fortalecer pensamentos positivos, é possível alcançar mudanças em áreas como saúde, relacionamentos, prosperidade e realização pessoal.

Plataformas Digitais

Diário do Mêdium de Terreiro - Ep. 60 - #UmbandaEAD



O vídeo apresenta a atuação de Nanã Buruquê na Umbanda, destacando sua ligação com a sabedoria, a ancestralidade, os ciclos da vida e a transformação espiritual, além de ensinar uma firmeza simples dedicada à orixá. Para assistir [clique aqui](#) ou posicione a câmera do celular neste QRCode:



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.