

AUTOCONHECIMENTO E FUNDAMENTOS DE UMBANDA

PARA UMA VIDA MELHOR

1. INTRODUÇÃO E APRESENTAÇÃO

Muitos podem estar se perguntando o que autoconhecimento tem a ver com Umbanda. E a resposta é: autoconhecimento é o caminho para poder elevar ao máximo a experiência mística positiva.

Desde criança, ao receber lições da Bíblia, queria entender o que a expulsão de Adão e Eva do paraíso, que é uma visão religiosa da criação do mundo, teria a ver com os dinossauros e os homens da pré-história, que eram fatos provados pela ciência. Como tudo isso poderia se concatenar ou existir ao mesmo tempo?

A verdade é que as coisas podem precisar de uma nova visão, um novo ponto de vista que dê sentido para podermos aproximar, e até mesmo unir, o científico do religioso.

Da mesma forma, sempre quis entender o que está escrito no livro do Gênesis, de que somos imagem e semelhança de Deus. Será que Deus é um homem como nós?

Mais uma vez lançamos mão de um raciocínio simplista, pois é difícil entender essa sentença de outra forma.

Gostaria de dividir com vocês o que aprendi com meus mestres sobre sermos a semelhança de Deus.

Primeiro, somos nós que somos a imagem e semelhança de Deus e não o contrário. Então, no que somos semelhantes à Deus?

Somos semelhantes à Deus no quesito energético. Somos seres espirituais, e o espírito é uma forma de vida energética tal qual Deus.

Se nos desprendermos das ilusões e distrações do mundo material, se assumirmos a nossa verdadeira identidade de seres de energia, e abrirmos nossa consciência de que energia é a grande matéria prima que tudo forma, podemos caminhar em direção a criar e transformar nosso interior e o

mundo que nos cerca, tal qual o próprio Deus cria e transforma eterna e infinitamente.

Somos obra de Deus, somos criação divina, por isso somos chamados seus filhos. Filhos do Deus, eterno e infinito, onipotente, onipresente e onisciente, criador de todas as coisas.

Somos chamados filhos de Deus por carregarmos em nossos espíritos uma faísca original da Energia Divina, como se fosse o DNA do próprio Deus.

Esta partícula fica adormecida dentro do nosso coração. Quando a ativamos passamos a ser o Deus do nosso próprio mundo, passamos a criar e a transformar.

E como podemos despertar esta partícula divina que se encontra dentro de nós?

Conhecer a si próprio é a resposta, a chave, o caminho.

2. A IMPORTÂNCIA DE CONHECER-SE

“Conhecer a ti mesmo é o começo de toda a sabedoria”. – Aristóteles

--*-*-*-*

“Conhecer os outros é inteligência;

Conhecer a si mesmo é a verdadeira sabedoria.

Dominar o outro é força.

Dominar a si mesmo é o verdadeiro poder”.

Lao Tsé

--*-*-*-*

Como podem os mestres do passado terem encontrado tanto conhecimento e sabedoria, tendo vivido há milhares de anos.

Isso é plenamente possível pois as verdades deste mundo são mutáveis e temporárias, mas existem verdades imutáveis e eternas, que sempre estiveram à disposição de todos aqueles que desejassem dela dispor.

Como nos exemplos dados, mestres como Sócrates, Aristóteles, Lao-Tsé, Buda, Jesus, dominaram conhecimentos e pregavam o autoconhecimento.

Você pode alegar que são seres iluminados e que, por isso, para eles foi mais fácil. Mas mesmo que não alcancemos o mesmo grau de evolução, eu lhe garanto que ainda assim podemos fazer milagres e transformar a nossa vida com força de vontade, principalmente a de conhecer a si mesmo.

Ter a consciência verdadeira de nossas qualidades e trabalhar com elas. E, acima de tudo, conhecer os nossos defeitos, os quais deverão ser trabalhados para serem atenuados e dissipados.

Proponho aqui dois exercícios, um mais fácil e outro, um pouco mais trabalhoso.

Antes de mais nada, recomendo que todos os exercícios sejam feitos em um momento de tranquilidade, sem distrações, um momento mágico que você deverá reservar diariamente para se cuidar e tratar.

1 - O exercício do espelho

Esse exercício é importante para mostrar como nos vemos. O que enxergamos quando olhamos para o espelho. O que a imagem refletida nos traz de informação.

- Procure um espelho de corpo inteiro, preferencialmente;
- Olhe para o espelho com calma, sem pressa. Olhe para a imagem como se olha para um quadro;
- Se necessário for, olhe de diversos ângulos;
- Anote num papel, em primeiro lugar, as características físicas que você vê na imagem. Se a pessoa na imagem é alta, baixa, magra, atraente, desproporcional, como é o cabelo, etc. Anote as positivas e as negativas.
- Depois anote as características psicológicas da imagem. Se a imagem da pessoa que você vê remete à nobreza, confiança,

amor, carinho, ternura, traição, maldade, repugnância, medo, coragem, recatamento, exibicionismo, etc. Anote as positivas e as negativas.

- Faça tudo isso com calma.

Terminado o exercício, verifique o que você escreveu e verifique o que a sua imagem transmite a você e, possivelmente, à maioria das pessoas.

É imprescindível que você escreva as características e que você olhe para a imagem do espelho como se não fosse você.

Esse exercício serve para mostrar o seu “eu” exterior. Trabalhar a autoestima. É impossível viver feliz se a sua própria imagem não te convence de que você é feliz.

2 - Você através do tempo

Este exercício visa reconhecer o seu sentimento atual e faz uma varredura nas diversas épocas da sua vida, nas suas recordações. Esta é uma das primeiras etapas do autoconhecimento.

- 1- Sente-se no chão com as pernas cruzadas, pode ser em um tapete ou lugar confortável;
- 2- Tente relaxar, alongue o pescoço ou qualquer membro que possa estar a lhe causar incômodo;
- 3- Respire profundamente por 3 vezes, inspirando pelo nariz e expirando pela boca;
- 4- Agora, deixe sua respiração retornar à normalidade, pode respirar como bem desejar;
- 5- Feche os olhos e mantenha-os fechados daqui por diante;
- 6- Mantenha-se calmo e relaxado. Você irá fazer uma viagem até sua primeira lembrança de infância;
- 7- Traga na sua mente o número 10, firme-o um segundo em sua mente, e imagine ele se distanciando, indo cada vez mais longe, até desaparecer. Lentamente, sem pressa.

- 8- Agora imagine o número 9. Mantenha-o na sua mente por um segundo e veja ele se distanciar, lentamente, até sumir.
- 9- Faça isso com todos os números até chegar ao zero;
- 10- Mantenha os olhos fechados, continue relaxado;
- 11- Traga à sua memória a primeira recordação da sua infância. Tente recordar detalhes do momento, do ambiente, das pessoas que estavam com você, do seu sentimento que envolve esse instante da sua vida. Se for um momento positivo, estenda essa recordação. Se for negativo, estenda o suficiente para firmar a recordação;
- 12- Em ambos casos, agradeça e deixe a recordação ir embora, agradeça, aceite, independentemente de ser negativa ou positiva.
- 13- Mantenha o equilíbrio, continue calmo e relaxado.
- 14- Avance alguns anos e repita. Traga a recordação à sua mente, lembre-se dos detalhes, igual ao primeiro instante. Firme a memória, agradeça, aceite e siga para alguns anos adiante e repita a operação, até chegar na sua idade atual.
- 15- Quando acabar o exercício, agradeça mais uma vez, aceite o que já passou;
- 16- Tente colocar no papel as recordações, ou, ao menos, aquelas que forem mais relevantes. Isso é muito importante.

Este exercício é recomendado para entendermos como chegamos ao momento presente. Coisas ruins, coisas boas, que nos fizeram ser quem somos hoje.

Ajuda a reconhecer os fardos do passado que pesam sobre nós e atrasam nossa caminhada.

O exercício poderá ser repetido. Quando o fizer, tente aceitar e deixar irem todas as ocorrências passadas que lhe fizeram mal. Elas existiram por algum motivo, mas o melhor é que já passaram. Aceite isso e repita o exercício até que a recordação não te cause mais sentimentos ruins.

Quanto às boas memórias, que elas sirvam para mostrar que podem ser repetidas e mesmo melhoradas, depende apenas de você.

Muitos poderão não conseguir concluir o exercício nas primeiras tentativas. Tudo bem se isso acontecer, aguarde algumas horas ou até mesmo em outro dia e repita o exercício. Muitas memórias podem representar fantasmas do passado, e elas continuarão lá, te assombrando. A tortura só acaba quando você encara o carrasco de frente. Por último, lembre-se que as passagens negativas da vida nos ensinam e nos ajudam a crescer. Também dissipam resgates de outras encarnações. Por mais que não tenhamos o entendimento, serviram para o nosso crescimento e adiantamento espiritual. Tudo depende da forma como você vê.

3. Por que é tão difícil olhar para nós mesmos?

Os olhos físicos servem para registrar o que acontece à nossa volta, consiste em um dos sentidos mais importantes do ser humano, pois foi através dele que o homem conseguir sobreviver. Ajudou na caça, na defesa contra os perigos e até para o entendimento de situações básicas como fazer fogo e criar armas.

É impossível ter uma visão de nós mesmos através dos olhos físicos, e mesmo no exercício do espelho, o que vemos é a imagem que transmitimos, mas que nem sempre condiz com tudo o que acreditamos e sentimos.

A melhor maneira de podermos olhar para nós mesmos é através do sentimento. E para podermos sentir é necessário abrir mão temporariamente dos outros sentidos, como a visão, a audição e o tato.

Sempre que suprimirmos um sentido, fortaleceremos os outros. Então se você estiver num lugar silencioso, fechar os olhos e permanecer em uma posição que não ative seu tato (não te incomode), certamente você ficará mais suscetível ao sentimento, e até para o contato e a orientação do mundo espiritual.

Sentir, refletir, meditar ou como você prefira chamar, é um ato extremamente necessário para o bem viver, assim como é respirar ar fresco e se alimentar com qualidade.

É nesses momentos de contato consigo mesmo que equilibramos nossos sentimentos e energias, diminuímos o medo e a ansiedade, regulamos as funções corpóreas como o metabolismo e a pressão sanguínea.

A partir de agora, você tem mais esse conhecimento. Então, da mesma forma que você dorme, come, hidrata-se e respira, a partir de agora você deixará quinze minutos do seu dia para este momento consigo. Isso trará saúde, energia e disposição física, mental e espiritual.

Muitos poderão estar pensando: mas vou ter que fazer isso para o resto da vida? E a resposta é SIM.

Você não sabia andar e nem falar, não sabia escovar os dentes e nem cuidar de si mesmo. Você aprendeu, você exerceu tanto que absorveu a tal ponto

este hábito, que faz isso automaticamente, sem a necessidade de pensar ou comandar o seu cérebro.

É isso o que você deve fazer com os exercícios de meditação e reflexão.

Costumo falar muitas vezes que “as pessoas desejam entrar no céu à força” ou que “todo mundo quer ir para o céu, mas ninguém quer morrer”.

Não existe fórmula mágica e nem varinha de condão para melhorar a vida. Tudo se resume em exercício, disciplina, reforma íntima e conexão com a espiritualidade.

Exercício

Converse com pessoas de sua extrema confiança, pergunte a elas o que elas acham de você como pessoa. Peça para serem francos e honestos. e prepare-se para ouvir coisas que você não queira, e até mesmo não concorde. O que for recolhido deverá ir para o papel para começar a montar o quebra-cabeça do seu eu.

Mesmo não gostando ou concordando, reflita sobre as opiniões coletadas. Lembre-se de que todos os pontos de vista são importantes na caminhada de autoconhecimento. A visão das pessoas nunca será a mesma que a sua.

Repita o exercício “Você através do tempo”, agora focando em descobrir seus pontos fortes e fracos.

4. Domine sua mente

Existe um ditado que diz que a mente “mente”.

Nossa vida real é aquela trilhada pelo nosso espírito que já viveu muitas experiências, e ainda há de viver muitas outras. A estas experiências damos o nome de reencarnação.

Reencarnação são momentos do nosso espírito. São como as diversas provas que fizemos em salas de aula, que independentemente das notas que obtivemos, são apenas momentos de nossa vida física.

A vida espiritual é a verdadeira vida, aquela com a qual devemos nos preocupar. Como disse Jesus “não junteis tesouros na terra, onde os ladrões pilham e as traças destroem, mas junteis tesouros no céu...”.

Nossa mente é constantemente bombardeada por situações do mundo físico, tanto que depois de algum tempo, sua mente (você) passa a viver uma ilusão de que a vida terrena é a única.

Outro agravante, é que o mundo terreno, por ser um mundo de provas para o espírito, é, em essência, negativo. Essa negatividade toma conta do nosso ser a ponto de registrarmos com mais firmeza acontecimentos negativos que positivos. Isso faz com que, constantemente, através da negatividade registrada em nossas mentes, baixemos nossas vibrações energéticas e, dessa forma, fiquemos mais suscetíveis a ataques espirituais negativos, o que piora ainda mais nossa situação.

Exercício

Ao final de cada dia, preferivelmente antes de dormir, tente-se lembrar dos acontecimentos daquele dia, mas tente dar ênfase e lembrar mais demoradamente dos acontecimentos positivos, por menor e mais discretos que sejam.

Em seguida agradeça pelo seu dia, coloque as mãos para o céu, e coloque sua vida na mão da espiritualidade superior, ou de Deus, se assim preferir. Peça por uma boa noite de sono.

5. Distração e pré-ocupação

O mundo em que vivemos trabalha arduamente para desconectar-nos daquilo que verdadeiramente interessa.

Quando não estamos trabalhando, ou em atividades naturais do dia a dia, estamos assistindo TV, ouvindo música, acessando redes sociais pelo smartphone ou vasculhando a internet em nossos computadores.

Não que isso seja errado ou proibido. Mas perdemos tempo demais em atividades inócuas ou pouco produtivas. Isso são distrações criadas para você não ter o seu tempo com você mesmo.

Além disso, as distrações aceleram o nosso corpo e mente de forma a ficar cada vez mais difícil o contanto com nosso eu. A reflexão e a meditação exigem calma, silêncio e paz.

A mente é como a água de um lago. Se estiver agitada não conseguimos ver nada claramente, mas se permitirmos que se acalme, a imagem ficará clara e, a resposta, óbvia.

Outro grande mal é a preocupação. Esta palavra vem de “pré ocupar-se”, ou seja, preocupar-se antes da hora. E então lhe pergunto: de que adianta você se pré-ocupar?

Confie em você mesmo, encha-se de coragem e disposição, tenha fé em Deus e nos seus protetores.

O mal de preocupar-se com o amanhã é perder o precioso tempo de viver o hoje. Quem vive o hoje com alegria e sabedoria, já está construindo um bom amanhã, então, não precisa preocupar-se.

O agora é uma dádiva. É por isso que se chama presente.

VIVA HOJE E AGORA!

Exercício

Tire alguns minutos do seu dia para fazer algo que realmente lhe dá prazer. Pode ser tomar uma cerveja ou um sorvete no final do seu dia, ligar ou visitar algum parente ou pessoa querida, ir até aquela loja que tem aquilo que você deseja (mesmo que não possa comprar), caminhar na natureza, praticar um esporte, tocar um instrumento, conhecer aquele espaço espiritualista (que você planeja há um bom tempo), ler, escrever, rezar ou qualquer outra coisa.

Não importa o que seja, desde que você SINTA O PRAZER de executar aquela ação. Nem que seja por breves minutos.

Ninguém ganha na loteria se não jogar. Para ser feliz, esteja próximo da pessoa ou daquilo que coloca um sorriso no seu rosto.

6. O bom senso. Nem mais e nem menos. O caminho do meio.

O bom senso é a quantidade exata de sal que dá sabor à nossa vida.

Se colocarmos pouco sal a vida fica insossa, sem gosto, e passa a ser um fardo pesado de carregar. Já sal demais fica insuportável de ser vivida.

Por isso apelamos para o bom senso. Bom senso é uma capacidade que todos possuem. Pode ser que não tenham costume de usar esta capacidade, mas ela está presente em todos os seres racionais.

Para Buda, o bom senso tinha outro nome, o caminho do meio.

Buda ensinou aos seus discípulos que os extremos da vida deveriam ser evitados, de que o caminho do meio é a melhor forma para se atingir o equilíbrio. Ensinou, ainda, que tanto o prazer extravagante quanto a abnegação exagerada deveriam ser evitados. Extremos só provocam sofrimento.

E para que o que estamos debatendo neste curso seja o mais proveitoso possível, é necessário que você acesse o caminho do meio. Antes de tudo, tenha bom senso consigo mesmo, depois com a vida ao seu redor.

Se for franco e honesto, principalmente no que se refere a se auto avaliar e praticar os exercícios, tanto mais alcançará seus objetivos. Use o bom senso para estas atividades.

7. Pontos fortes, pontos fracos.

Todo ser humano possui pontos fracos e fortes. É verdade também que a esmagadora maioria possui mais pontos fracos. E aqueles que se dizem perfeitos tem mais pontos fracos que a maioria.

Se fizermos uma analogia com as matérias do nosso tempo de escola, lembaremos de que todos tínhamos duas ou três matérias nas quais éramos melhores e tantas outras, que eram difíceis de assimilar. Quando chegava a temporada de provas, era natural estudar mais para as matérias que eram mais difíceis para nós e, quanto àquelas que eram fáceis, muitas vezes nem estudávamos.

Da mesma forma na nossa vida os pontos fortes não precisam de trabalho tão árduo, apenas manutenção para que não se percam.

Já nossos pontos fracos, uma vez identificados, deverão ser trabalhados no dia a dia, hora após hora, e até de minuto em minuto, se for o caso.

Para melhorar nossos pontos fracos duas coisas são indispensáveis;

A primeira é entender e aceitar que nada muda do dia para a noite, e que será necessária determinação, por um bom tempo, para alcançar melhora. Tenha paciência.

A segunda é de que não é fácil modificar uma faceta de nossa própria personalidade. Os erros e quedas devem ser esperados, desde que não se perca a determinação em transformá-los. Tenha tolerância consigo mesmo.

Exercício

Escolha um dos seus pontos fracos por vez para trabalhar e transformar. Nunca comece pelo mais difícil.

Depois de escolher o defeito que irá trabalhar, estude sobre ele e sobre sua ação contrária. Por exemplo, soberba é contrária à humildade. Ignorância é contrária à sabedoria. Grosseria é avessa à gentileza. Egoísmo é contrário à generosidade. Extremismo é contrário à ponderação. E assim por diante.

Encontre a virtude contrária ao seu ponto fraco e tente aplica-la na sua vida, mesmo que forçadamente, no início. Não espere recompensas se conseguir bons resultados, apenas agradeça.

Um pensamento e uma ação só transformam o mundo ao seu redor quando você convencer através dos atos, a si mesmo.

8. Virtudes para o bem viver

As virtudes são as qualidades que conduzem os seres racionais para o caminho do bem, da retidão, da satisfação pessoal e da elevação espiritual.

Podemos certamente dizer que virtude é tudo aquilo que é bom e positivo, que vem do divino, do sagrado e da espiritualidade superior. Já o oposto de virtude é o vício, a fraqueza e o mal. Estes atributos existem no coração do homem e na ausência de tudo que é superior.

Para o filósofo grego Aristóteles, as virtudes não nascem com as pessoas e podem, e devem, ser adquiridas através do conhecimento e da prática constante, até que se torne um hábito natural.

Deste ponto de vista, o único obstáculo entre você e uma virtude, é você mesmo.

Para ilustrar as virtudes que devem ser buscadas, utilizaremos o arquétipo das sete virtudes cardinais e seus desdobramentos. As sete virtudes cardinais fazem contraponto aos sete pecados capitais ou, como gosto de chamar, os sete grandes males do coração humano.

Castidade

A caridade é sempre acompanhada pela pureza, simplicidade e sabedoria. Significa abraçar a moral de si próprio e a pureza de pensamento. O estudo e a aquisição de conhecimento espiritual ajudam a despertar a castidade. Opõe-se à luxúria.

Caridade

É seguida pela generosidade, pelo desapego, pelo auto sacrifício. É dar sem esperar retorno, é estar disponível ao próximo, é a virtude que torna concreta o “amai a Deus sobre todas as coisas” e “amai ao próximo como a ti mesmo”. Faz contraponto à avareza.

Temperança

Autocontrole, moderação, estabilidade, flexibilidade e justiça, prática de abstenção. Importante para o alcance do equilíbrio. É alcançada pela prática do caminho do meio. É contrária à gula.

Diligência

Persistência, decisão e determinação, disciplina e objetividade, acompanham esta virtude. Sair do plano do pensamento e partir para a ação. É o trabalho associado à força, disciplina, precisão, entusiasmo e motivação. Oposta à preguiça.

Paciência

Serenidade, calma, paz e introspecção estão ligadas à paciência. Resistir ao impossível com dignidade. Resolver pacificamente os conflitos e as injustiças. Exatamente inversa à ira, cólera e à violência.

Bondade

Satisfação consigo e com o mundo, compaixão, amizade. Confiança sem rancor, preconceito ou ressentimento. Amar sem egoísmo e ser voluntariamente bom fortalecem esta virtude. Opõe-se à inveja.

Humildade

Sempre junta com a modéstia, a simplicidade e o respeito. Ter consciência de suas qualidades sem exaltação e conhecer suas limitações, e ter coragem para melhorá-las. Coragem para assumir e executar tarefas difíceis e menores com a alegria de saber que, colocar-se abaixo, não significa ser menor. Contrária à vaidade.

Adicione a esta lista ainda

Coragem

A força necessária para superar os limites internos e externos. O desejo de se colocar à prova, ampliando assim suas próprias fronteiras. Força motriz que movimenta a vida. Contrapõe-se ao medo.

Fé

Acreditar em si mesmo em primeiro lugar, autoconfiança. Acreditar no divino e no sagrado de forma tão segura a ponto de transformar o mundo ao seu redor. Virtude do verdadeiro poder. Ajuda a despertar todas as outras virtudes que, associadas a fé, alcança a verdadeira sabedoria.

Aqueles que conseguem despertar, mesmo discretamente, estas virtudes, no âmago do ser, alcançam tamanho equilíbrio e tão poderosa força espiritual, que alcançam todos os objetivos, mesmo aqueles que pareçam impossíveis aos olhos dos outros.

Certamente você possui alguma das qualidades acima. Para estas virtudes, apenas continue com sua prática. Mas, depois de identificar suas deficiências, comece imediatamente a trabalhar esses pontos dentro de você, para atingir sua iluminação pessoal.

Lembre-se de que nada adianta em saber e conhecer as virtudes. Como tudo na vida, as virtudes devem ser praticadas, pois afinal de contas a fé e o conhecimento sem obras é inútil.

Exercício

Com a opinião daquela pessoa de confiança, mostre as nove virtudes acima e peça para ela identificar quais você manifesta, e quais ainda não possui. Anote tudo.

No íntimo de seus pensamentos, avalie-se frente às virtudes e, daquelas que não possuir, coloque-as em ordem daquela que você possui mais, em primeiro lugar, para aquela que você não possui ou possui menos características.

Nesta lista, pegue a virtude número 1, que é aquela que você já possui algumas características e fundamentos, e assuma um compromisso com você mesmo de praticá-la por sete dias. Após esse tempo, avalie os resultados. Tente mais sete dias e avalie novamente. Quando considerar-se encaminhado nesta virtude, passe para o número 2 da lista.

Nunca inicie o exercício pela virtude que para você é mais difícil de conquistar, ou que possui mínimas características. A dificuldade gera frustração e desmotivação. Trabalhar aquelas qualidades mais próximas a você fará com que alcance êxito e assim, força e motivação para alcançar as mais difíceis.

9. Exercício e disciplina. Cuidado com as negações.

Em média nosso cérebro demora 60 dias para automatizar uma nova programação. E este número pode variar de acordo com a dificuldade do novo hábito, ou ainda, se será necessário trocar um hábito antigo por um novo. Nesses casos, nossa mente pode demorar até 100 dias para absorver e automatizar novos hábitos e comportamentos.

Por isso é tão difícil começar dietas, iniciar exercício físico, parar de fumar e até mesmo desenvolver novas virtudes.

Por isso, solicito aos irmãos que continuem com os exercícios com muita disciplina. Respeite o ciclo da vida, compreenda que até mesmo uma semente depende de tempo para germinar, brotar e alcançar um mínimo de desenvolvimento.

Pela experiência que tenho como sacerdote e como responsável por orientação e desenvolvimento mediúnico percebi que muitas pessoas se entregam de corpo e alma, jogando-se de cabeça em ensinamentos para absorver determinados conceitos. Porém frustram-se ou perdem rapidamente a motivação.

Fogo de palha queima muito mas acaba rápido e amor louco dura pouco.
Não se esqueça meu irmão, caminho do meio, sem extremos.

O que peço a você é 15 minutos para alguns exercícios ao dia. Também a disciplina é necessária, assim como o comprometimento para o alcance dos objetivos desejados. O trabalho é diário e necessita entrega, sem preguiça, mas também sem neurose.

Outro fator que atrapalha muito o desenvolvimento dos irmãos é a negação. É comum ouvi dizer “eu não consigo”, “eu já tentei” ou ainda “comigo isso não dá certo”.

Pois bem, isto é exatamente o inverso do que estamos abordando neste curso, pois, como filhos de Deus e detentores da Chama Divina, somos capazes de realizar qualquer coisa.

Outro erro comum é dizer: “eu vou tentar”.

Não faça isso consigo!

Quem “vai tentar” passa a vida tentando. Tentar não é o mesmo que conseguir. Quem tenta passa uma vida em tentativas, sem nunca conseguir alcançar o alvo, pois, determinou para si mesmo que tentaria e assim sua mente absorveu o comando.

Sempre que uma nova situação se colocar para você diga:

- Farei o meu melhor para conseguir!

Dessa forma você comanda sua mente a dar o melhor e conseguir, e dessa forma você atingirá todos os seus objetivos.

Esses conceitos se estendem ainda para tudo o que é negativo. Frases como:

“Se melhorar, estraga”

“O que é bom nunca vem para mim”

“Dinheiro é sujo”

“Eu não tenho paciência para isso”

E tantas outras frases similares devem ser abolidas do nosso vocabulário. O verbo tem poder e pelo verbo Deus criou o mundo. E como “deuses” devemos ter cuidado com os pensamentos e as palavras, pois criamos nosso mundo à partir deles.

Exercício

Crie frases de positividade visando o que você deseja atingir, sempre começando com as palavras “eu sou”.

Exemplo:

“Eu sou saudável e muito disposto fisicamente”

“Eu sou rico e a prosperidade habita dentro de mim”

“Eu sou a presença guardiã que consome tudo o que pode me prejudicar”

“Eu sou feliz e grato por tudo o que tenho em minha vida”

“Eu sou a porta aberta que homem nenhum pode fechar”

O “eu sou” é como chamamos e despertamos a Chama Divina que existe dentro de nós. Tudo o que fizer através do “eu sou” lhe será concedido.

Escolha três frases que servirão como mantra e repita verbalmente todo dia quantas vezes ao dia desejar.

10. O bem e o mal

Muitas vezes ouvimos dizer que este mundo em que vivemos é dualista. Ou seja, trabalha sempre entre dois polos: positivo e negativo, material e espiritual, masculino e feminino ou bem e mal;

O conceito de bem e mal é aquilo que determina quem somos e como será nossa relação com o mundo que nos cerca. Este conceito é construído através da nossa vida e sofre influências diversas como a da criação, da religião, das experiências marcantes, do ambiente e das pessoas que nos cercam.

Mas será que carregamos a concepção verdadeira de bem e mal?

Afinal de contas existe uma resposta certa para isso.

Na minha humilde opinião, existe.

O bem é provido pelo Divino, pelo Sagrado. Na Umbanda, por Deus e os Orixás.

O mal é tudo aquilo que brota no coração e na mente do homem na ausência de uma força superior.

Como diriam os antigos, maldade é não ter Deus no coração. E eles não estavam errados.

Nossa mente e nosso coração estão constantemente nos pregando peças de forma a não enxergar as coisas como elas realmente são.

Somente com o conhecimento e com sintonia com as vibrações divinas é que poderemos enxergar e entender o mundo e a vida como eles realmente são.

Além disso, estar em contato contínuo com o sagrado desperta em nós as virtudes que não temos e fortalece as que já possuímos.

São muitos os estudos que comprovaram que pessoas religiosas, ou que oram e meditam constantemente, tem vidas melhores e mais felizes, ainda desfrutam de melhor saúde e curam-se mais rápido por este motivo.

Entretanto, ressalto que mesmo as virtudes deverão ser observadas e praticadas com bom senso, adotando o caminho do meio. Lembre-se que os extremos causam distorção e trazem sofrimento. Por exemplo, uma pessoa que não tenha a virtude fé ou que a tenha em pouca intensidade jamais evoluirá e nem despertará as outras virtudes. Já uma pessoa que só vive para a fé, pode se tornar vazia ou pode desenvolver o extremismo religioso.

Na Umbanda, acreditamos em Deus e cremos nos orixás como partes específicas desse Deus, como se fossem faixas vibratórias de um todo.

Quando digo partes específicas, quero dizer que a vibração de cada orixá desperta em nós certas forças e sentimentos, tornando-nos predispostos a determinadas posturas e comportamentos.

A presença de Ogum traz força, criatividade e disposição para o trabalho. A vibração de Iemanjá nos aproxima da família, tornando-nos meticulosos e benevolentes. A força de Oxalá nos conecta com o plano espiritual, despertando a fé dentro de nós.

A presença dos orixás é a presença de Deus. Onde existe a presença de Deus não há erro, vício e nem defeito. O mal vem do mundo e do coração de nós mesmos.

Exercício

De agora em diante, ao se colocar em posição de meditação, nos seus quinze minutos, após colocar-se em relaxamento, mentalize uma grande luz sobre sua cabeça, não importa a cor desta luz, desde que seja intensa.

Você pode imaginá-la entrando pelo topo da sua cabeça ou envolvendo todo o seu corpo. Após sentir-se completamente envolvido por esta luz, imagine que ela está corrigindo seus defeitos, cobrindo suas faltas, despertando dentro de você as virtudes que ainda lhe faltam. Você pode ainda mentalizar, enquanto estiver envolvido por esta luz, a solução de problemas que você tem a resolver nos próximos dias. Imagine-se aliviado



por ter alcançado essa vitória e como foi relativamente fácil superar este obstáculo.

Se você não conseguir visualizar, ou se você tem dificuldades em mentalização, tudo bem. O que importa é fazer o exercício dando tudo de si.

11. Intuição

Intuição é a inspiração que chega de repente, como se fosse do nada para um indivíduo. Esse “nada”, chamamos de espiritualidade.

A espiritualidade está o tempo todo interagindo conosco transferindo ideias, ensinamentos e advertências.

Essas informações são indispensáveis para uma vida melhor e com mais satisfação. A espiritualidade ou, se preferir, nossos guias e protetores, estão a todo o momento mostrando o melhor caminho a seguir.

Nos nossos 15 minutos diários de exercícios, mesmo que de forma inconsciente, estamos trabalhando e melhorando essa comunicação. Em nossas meditações, com um pouco de atenção, é fácil perceber essa atuação dos espíritos sobre nós e também é mais fácil compreender essas mensagens.

Mas no nosso dia a dia, como identificar uma intuição?

Quando nos colocamos a refletir sobre um determinado assunto em busca de respostas, o primeiro pensamento que nos acomete é a intuição.

Mas a intuição verdadeira é somente aquela que chegou originalmente em sua mente, como um raio. É esse o recado que vale como intuição.

Digo isso, pois é comum ao ser encarnado racionalizar todos os pensamentos que lhe acometem. Depois de racionalizada, a intuição é completamente descaracterizada, é como se sabotássemos nossa própria intuição.

Vamos a alguns exemplos:

Você está em uma reunião na empresa e recebe a intuição de sugerir uma determinada ideia. No momento seguinte da intuição você pensa: “é melhor conversar depois, sozinho, com o chefe”. Pronto, você destruiu o conceito da intuição. Não percebeu que a força daquela ideia teria um melhor impacto durante a reunião.

A pessoa recebe a intuição de ligar para um amigo que há tempos não conversa. Daí, olha para o relógio e pensa: “é tarde, ele já deve estar dormindo”. Mas não atenta ao fato de que aquele amigo precisava de uma

palavra amiga naquele momento. O pior é quando nem sequer uma oração a pessoa dedica para àquele amigo.

Uma moça recebe um convite para um encontro de rapaz que ela já paquerava há um bom tempo. No momento do convite sente a intuição de negar mas, diante de ter esperado isso há tanto tempo, despreza a intuição e sai para o encontro. O casal é assaltado ao retornar para casa.

Você se sente pesado e desanimado. Recebe a intuição de firmar uma vela branca em um prato branco, fazer um círculo de mel em volta do prato e dedicar a vela para o anjo da guarda. É intuído ainda a colocar um copo com água, outro com leite e outro com azeite. Por achar a ideia um tanto bizarra, deixa de fazê-la e continua a passar mal em decorrência de acúmulo de negatividade.

Toda e qualquer intuição deve ser respeitada no ato de sua concepção para que surta os efeitos desejados, para se proteger do mal, para se prevenir, ou para indicar o melhor caminho a seguir.

Sempre que distorcermos nossa intuição com nossa mente, nosso medo, nossa racionalidade, estaremos desprezando toda a orientação dos mestres da espiritualidade, de nossos guias e protetores.

Se tenho uma mensagem poderosa a te transmitir é:

“OBEDEÇA A SUA INTUIÇÃO”

Toda pessoa precisa de um mestre, mas, acima de tudo, é necessário aprender a ouvir a voz de todos os mestres que nos acompanham desde nosso nascimento.

Aprenda acima de tudo que não existe jeito errado de fazer, existe o seu jeito de fazer. Cada indivíduo é único e essa individualidade deve ser respeitada e o primeiro que deve respeitá-la é você mesmo.

Você deve aprender a adaptar todo conhecimento que recebe à sua individualidade.

Sendo assim, comece agora a dar mais valor ao mundo invisível que o cerca.

Utilize os exercícios para tentar perceber melhor a espiritualidade.

Faça perguntas em seus pensamentos e aguarde as respostas.

Muitos podem se sentir ridículos ou mesmo loucos. Mas lhe garanto que é esse tipo de insanidade que vai trazer bem estar à sua vida.

12. O poder da alegria e da gentileza.

É realmente impressionante o que o poder da alegria e da gentileza pode fazer no seu mundo.

Falo por experiência própria. Sempre fui uma pessoa difícil de se conviver, sempre bravo e mal humorado. E a resposta que eu recebia do mundo era a mesma, tudo era muito difícil, todos eram secos e ríspidos comigo, ninguém tentava me ajudar em nada.

Quando descobri meu problema ocular, quase fiquei louco, fui a um psiquiatra que me receitou uma porção de medicamentos controlados (faixa-preta), os quais me deixaram anestesiado, os remédios estavam me deixando completamente fora do mundo.

Foi aí que percebi que poderia perder toda uma vida e tomei uma decisão. Olhei para o céu e disse para Deus:

“Não sei o que vai acontecer comigo, mas a partir de agora sou eu aqui embaixo e você aí em cima, prometo que vou mudar a minha vida”.

Deste ponto em diante procurei adotar uma postura mais alegre e confiante perante a vida. Lembrei de um amigo meu que sempre me cumprimentava com o famoso “bom dia com muita alegria” e resolvi adotá-lo na minha vida também. Passei a tratar todas as pessoas com carinho e gentileza, e o resultado dessa mudança foi milagroso.

Minha visão, que estava extremamente reduzida, começou a dar melhorias discretas, comecei a aceitar melhor aquela limitação e a adaptação aconteceu como um passe de mágica.

Voltei a trabalhar, voltei a estudar, voltei a sonhar.

Incrivelmente, o mundo todo passou a ser mais gentil comigo, pessoas que antes não me toleravam, tornaram-se minhas amigas e tudo o que eu precisava passou a chegar até mim como por encanto.

Hoje entendo que tudo isto nada mais é que a atuação da lei da ação e reação, e da lei das afinidades espirituais em minha vida.

O mundo sempre vai devolver aquilo que você entregar a ele.

Exercício

A partir de agora, mude seu jeito de ser. Comece com esses fundamentos:

- Deseje a todos bom dia, boa tarde e boa noite com muita alegria (inclusive nas palavras)
- Faça tudo com leveza, educação e um sorriso no rosto, mesmo para com aquelas pessoas que você não goste ou que acredita que não gostem de você.
- Antes de sair de casa, pense ou faça algo que o deixe feliz e mentalize que seu dia inteiro será dessa forma.

Tenho plena consciência que no início é um pouco forçado, as pessoas estranham, muitas vezes vamos nos sentir ridículos. Mas faça isto por quinze dias e avalie o mundo a seu redor.

Não desanime, pois algumas pessoas irão dizer:

“O que significa isso? Ganhou na loteria”.

“Ai que idiota! Parece bobo”.

Mas isso é despeito de quem não tem coragem nem de ousar e nem de mudar. Muitos de vocês vão perder as estribeiras em alguns momentos, isso é normal. Recomponha-se e continue o experimento.

A leveza, a alegria e a gentileza faz com nos sintamos bem conosco e melhora até nossa saúde física e mental.

Quando você pegar gosto pelo exercício, vai fazer com que tudo fique mais fácil e natural. Vai colher muitos frutos e experimentar sensações há muito tempo esquecidas. Vai dormir melhor e sentir mais disposição.

Convido você a experimentar o verdadeiro poder transformador da alegria.



Quanto ao meu problema nos olhos, fui diagnosticado que iria ficar cego próximo dos 30 anos. Uma década e meia se passou e ninguém comprehende como consigo fazer todas as minhas atividades. Tenho certeza de que o poder da alegria me dá tudo o que preciso para trabalhar, amar, sonhar e ser feliz.

13. Volte a ser simples como uma criança

O grande mal da atualidade é a humanidade não sentir. Não sente sequer o mundo material que a cerca. A percepção foi completamente desprezada, dando lugar para a ansiedade e para a angústia.

Deixamos nossa mente se envenenar com falsos conceitos e a única coisa que conseguimos sentir, é que algo está errado, mas não sabemos expressar o que.

Isso porque tudo o que vivemos é de fora para dentro. O que nosso trabalho exige, o que nossa família precisa, o que a sociedade impõe. Vivemos atribulados em busca desenfreada, em buscar a satisfação destes anseios, que nós esquecemos completamente do “EU”, de nós mesmos.

Quando foi a última vez que você se perguntou o que quer de verdade?
Quando foi a última vez que você fez aquilo que realmente queria?

Quer saber a verdade? Faz muito tempo. Porque você está tão viciado em dar ao mundo o que ele lhe exige, que você não sabe mais avaliar o que você realmente quer ou o que realmente lhe faz bem.

Vamos a algo mais simples. Quando foi a última vez que você, em paz, sentiu a sua respiração? Quando foi que pisou na terra com os pés descalços pela última vez? Qual foi a última vez que você saiu na chuva por puro prazer?

Infelizmente faz muito tempo. O ser humano, enquanto homem e portador da faísca divina, é capaz realmente de criar e construir coisas complexas como edifícios gigantescos, carros ultramodernos, computadores e celulares de última geração. Mas isso é só a criação do homem, nós não somos assim.

Somos seres simples e precisamos de coisas simples para viver. Jamais devemos deixar de lembrar de onde viemos.

Um dia fomos crianças puras e ingênuas. Gostávamos de correr, de nos divertir. Sabíamos apreciar o sabor de um bom doce ou sorvete. Ríamos muito por qualquer coisa e, se ficássemos bravos ou tristes, isso certamente passava rápido.

Meu convite é para um retorno periódico à simplicidade da vida.

Meu desejo é que, em primeiro lugar, você volte a sentir o seu corpo, membro por membro, parte por parte. Que você respire em paz e sinta o bem que esta respiração faz por você. Que você aprenda a apreciar o poder curador e reanimador de alguns minutos de silêncio.

Que você busque a natureza como um santuário. As vibrações divinas emanadas pela natureza são sublimes e também extremamente poderosas. Na Umbanda chamamos essas energias de Orixás, manifestações do poder de Deus, e é por isso que a natureza nos faz sentir tão bem. Pois é uma forma de se reconectar com a nossa origem primordial, de se conectar com Deus.

Em resumo, precisamos nos tornar crianças novamente. E como crianças aprender o essencial novamente. E como crianças voltar a conhecer nosso próprio corpo, sentir o nosso coração e sentir o mundo visível e invisível à nossa volta. Uma criança não tem pudor, nem preconceito. Ela interage com o mundo de forma simples, e é por isso que uma criança é capaz de encontrar satisfação e alegria em tudo o que faz, por mais corriqueiro que seja.

O Mestre Jesus nos deixa uma ideia disso em Mateus, capítulo 18, versículo 3:

“Eu lhes asseguro que, a não ser que vocês se convertam e se tornem como crianças, jamais entrarão no Reino dos céus”.

Isso não significa que devemos esperar a próxima encarnação. É necessário fazer isso agora.

Muitos vão dizer que não tem boas recordações do seu tempo de criança e, por isso, isto se torna impossível. Mas eu lhe digo que esta é uma oportunidade de resgatar a criança que foi sufocada no passado. Sem sua criança interior, encontrar a alegria e a felicidade pode se tornar bastante difícil.

Quero deixar claro que não estou pedindo para você ser irresponsável e nem se expor ao ridículo. Peço a você que volte a olhar para o mundo com os olhos de uma criança.

Toda a carga positiva que se coloca em uma criança é multiplicada e irradiada milhares de vezes. Existem crenças que sugerem que não existe

nada melhor para um adulto que pegar um bebê no colo e, olhando para seus olhos inocentes, fazer uma oração. Isso é usado inclusive como simpatia de cura em algumas culturas.

Exercício

Busque um espaço na natureza. Pode ser praia, na beira de um rio ou lago, em uma mata, bosque, cachoeira, pedreira ou jardim, mas quanto mais “natural” melhor.

Use uma roupa confortável e chegando ao local, fique descalço.

Caminhe com os pés descalços por este domínio natural, sempre com calma e respirando tranquilamente. Mantenha pensamentos positivos na sua mente. Se for necessário recorra àquela memória do melhor dia da sua vida.

Depois de alguns minutos, procure um lugar pacífico e confortável e sente-se diretamente no chão, pode ser na grama ou mesmo no mato, mas é importante que seja direto com o elemento natural.

Alongue todos os músculos do seu corpo. Sinta seus ombros, suas mãos, seus pés, sinte seu diafragma expandindo e contraindo. Relaxe seu corpo e depois disso feche os olhos.

Respire profundamente por três vezes inspirando pelo nariz, retendo o ar por 3 segundos e soltando pela boca, assoprando suavemente.

Deixe a sua respiração retornar à normalidade.

Traga à mente um pensamento bom que te desperte a alegria ou que te faça sentir bem, pode ser uma recordação ou uma mentalização de algo que você deseje. Se estiver difícil, recorra à memória do melhor dia de sua vida. Isso fará a energia positiva despertar fortemente em você.

Relaxe ao ponto de sentir o batimento do seu coração. Caso não consiga nas primeiras vezes, tudo bem.

Escute todos os sons ao seu redor, sinta a brisa ou o calor na sua pele, perceba os cheiros.

Lembre-se de quando era uma criança. Conecte-se com a sua criança interior. Se a recordação for boa, somente rememore esses bons momentos. Se for ruim, tente se lembrar das coisas que você quis fazer

como uma criança e não pôde. Realize na sua mente esses desejos, dê à sua criança tudo o que ela deseja. O objetivo é fazer a sua criança sorrir e se sentir livre novamente.

Agora relaxe um pouco mais e tente perceber a energia do local invadindo o seu ser, desfazendo todos os nós no seu interior, dissipando as negatividades, curando, libertando e fortalecendo cada partícula do seu corpo e do seu espírito.

Agora tente identificar uma outra presença próxima a você. Não tem problema se você não distinguir o rosto ou a forma. Agradeça aos bons espíritos que estarão ao seu redor naquele momento.

Faça tudo isso sem pressa, se quiser ou se sentir melhor, convide um amigo para cuidar de você enquanto você faz o exercício.

Abra os olhos e lentamente volte a sentir seu corpo parte por parte, respire e agradeça. Levante-se e vá curtir um pouco mais deste local maravilhoso, mas agora descontraído e à vontade.

Ao chegar em sua casa, registre suas impressões em um caderno.

Reita este exercício quantas vezes quiser.

14. O ser em equilíbrio encontra-se com Deus

Sempre que desejamos combinar nossas energias com outras pessoas, escolhemos pessoas que possuam afinidades conosco, pessoas que pensem ou desejem coisas parecidas com as nossas.

Pessoas ativas não combinam com pessoas calmas e pacatas. Religiosos não se dão com ateus. Esportistas não combinam com pensadores.

Da mesma forma, quando desejamos entrar em sintonia com as energias divinas, devemos estar com a nossa própria energia o mais próximo da energia de Deus.

Mas por quê?

Para absorvermos a maior quantidade desta energia divina, se preferir, maior quantidade de graças ou bênçãos.



A energia divina é constante, suave, pacífica, positiva e equilibrada.

Se realmente queremos absorver energias que ajudarão a transformar as nossas vidas, precisamos modular nossa própria energia da mesma forma: constante, suave, pacífica, positiva e equilibrada.

Até este momento o curso lhe deu informações para aprender a se conhecer e melhorar a sua energia interior.

Já falamos sobre como é difícil olhar para dentro de nós mesmos e da importância de nos conhecermos, aprendemos que não devemos nos distrair ou nos preocuparmos com coisas desnecessárias.

Discutimos sobre a necessidade de trabalhar o bom sendo e o caminho do meio, sobre como é importante exercitar nossas qualidades e de trabalhar nossos defeitos.

Entendemos que sem o exercício e sem a disciplina nada é possível.

Conceituamos o bem e o mal, e descobrimos que devemos seguir a nossa intuição.

Mudamos nossas vidas com o poder da alegria e da gentileza, e entendemos quanto é bom e importante voltar a sentir e estimular nossa criança interior.

Agora convido você a reunir esses conhecimentos para se encontrar com o Divino, com o Sagrado, de forma a potencializar tudo o que aprendemos, de maneira a ter plena consciência de como usar a nossa faísca divina e transformar nossa vida e todo o mundo que nos cerca.

Espero verdadeiramente que vocês tenham conseguido melhorias consideráveis em suas vidas até agora, pois agora partiremos para os módulos práticos deste curso, que o ajudarão a se conectar mais poderosamente com as emanações das energias divinas.

Por enquanto só tenho gratidão a você que me acompanhou, e convido você para iniciar o módulo de fundamentos umbandistas para uma vida melhor.

Aproveite para encontrar seu equilíbrio, pois ele será indispensável daqui por diante.

15. UMBANDA – alguns fundamentos

Este curso não visa apontar esta ou aquela como a melhor religião a ser seguida e, verdadeiramente, acredito que cada pessoa deva seguir seu coração neste sentido. Existem muitos caminhos que levam a Deus, que cada um escolha o seu.

Entretanto, as informações que presto a seguir são fruto de 20 anos de experiência dentro da religião da Umbanda. Todos os fundamentos que informarei a seguir já foram praticados por milhares de umbandistas, contemplando sempre a humildade e a simplicidade.

Não é o tamanho da oferta que influencia no resultado e sim o coração e a energia irradiados nestas mesmas oferendas. Isso sim modifica a forma de se relacionar com o Divino.

Muitos sacerdotes alcançam com apenas uma vela o que tantos outros necessitariam de oferta gigantesca. Qual a diferença entre eles? O equilíbrio energético, a fé e a entrega.

Tenho certeza de que muitos de vocês já ouviram muito falar sobre as coisas que apresentaremos daqui por diante. Sei que muitos conheciam, mas será que praticavam da forma correta?

Por isso a primeira parte do curso foi tão importante. Conhecer a si mesmo, suas qualidades e defeitos, como melhorar sua própria energia e equilibrar-se são indispensáveis para uma conexão perfeita.

Espero lançar luz nova sobre o que tanto já sabíamos.

16. Como a Umbanda pode te auxiliar?

Na minha modesta opinião, a Umbanda coloca o homem de frente com a criação ancestral. Com toda a criação original, da qual o homem também é fruto.

Somos seres espirituais acima de tudo, e o contato com a espiritualidade superior nos fornece a verdadeira direção de nossas vidas, que tanto o mundo material tem distorcido nos tempos de hoje.

Através da atuação dos Orixás, guias e protetores, a Umbanda nos traz o poder do Deus único, onipotente, onipresente e onisciente, através de vibrações naturais e ancestrais. Ou seja, através da própria criação e da memória deste Deus.

Isso nos ajuda a alcançar o equilíbrio e também nos traz satisfação, pois compreendemos melhor nossa essência e nossa missão nesta encarnação.

É indispensável para isso, entendermos os Orixás e seu papel em nosso planeta. Esse é a primeira parada do entendimento prático.

17. Orixás - As energias de Deus para o nosso benefício

Como professor e orientador, percebo que as pessoas tem dificuldade em entender o conceito de Orixá. Por este motivo sempre lanço mão de mais de uma forma de explicar o mesmo conceito, para que todos possam assimilá-lo corretamente.

Então vamos à primeira:

“Orixás são espíritos de altíssima evolução espiritual, responsáveis pelas forças de Deus na Terra. Apresentam-se como forças da natureza e sua energia influencia toda a vida em nosso planeta, inclusive nos seres humanos”.

Temos também o conceito do prisma. Quando a luz branca passa por um prisma, decompõe-se em outras tantas cores. Da mesma forma, é como se o poder total de Deus fosse “dividido” em feixes menores de energia.

Então, temos:

“Orixás são manifestações do poder de Deus, cada um com sua vibração e atuação específica sobre os domínios da natureza e os seres vivos”.

Sendo assim, encontraremos os Orixás, cada um em seu domínio natural ou centro de força. Cada Orixá irá despertar em nós sensações e atributos específicos, influenciando nosso corpo, mente e espírito.

A melhor forma de captar a força dos Orixás é em contato direto com a natureza, cada um em seu domínio. Podemos criar também unidades de

irradiação da energia dos Orixás em nossas casas, o que é conhecido como firmeza.

Podemos e devemos recorrer aos Orixás para alcançar equilíbrio em nossas vidas. Podemos usar essas forças individualmente ou em grupos de Orixás para alcançar melhores resultados.

Para isso precisamos conhecer um pouco sobre os orixás e suas áreas de atuação

18. Orixás, atribuições e pequeno resumo

Vamos agora conhecer um pouco mais sobre os Orixás. Estas informações serão extremamente necessárias para as vivências práticas que iremos desenvolver.

Oxalá

Considerado o pai de todos os Orixás. Na Umbanda é sincretizado com Jesus Cristo e sua data de culto é 25 de dezembro.

Auxiliar no despertar da fé e de todas as virtudes.

Recorremos à Oxalá quando precisamos nos aproximar do Sagrado, do Divino; para firmar nossa cabeça e despertar nossa fé, em casos de situações extremamente complexas de resolver, para a bênção de pais encarnados, para trazer uma pessoa ou situação para a luz, e para tudo o que necessita da vida no sentido masculino.

Por último e mais importante, a maior bênção que Oxalá pode nos outorgar é a paz, e também é constantemente solicitado para dissolver conflitos ou diferenças de qualquer tipo, de forma pacífica.

Dia da semana: Sexta-feira

Cor da vela: Branca

Bebida: Suco de uva, água e vinho doce

Amalá: Milho branco, arroz com mel, canjica doce

- Frutas: Uva verde, pera, damasco, figo, polpa de coco, pêssego branco
- Flores: Girassol, lírio branco e todas as flores brancas (rosas sem espinhos)
- Algumas ervas: Manjericão, alfazema, arruda, erva cidreira, hortelã, alecrim e salva, folhas de laranjeira, folhas de algodoeiro
- Local de oferta: Alto de morro, campo gramado (calmo e limpo), locais sagrados

Ogum

Considerado o Orixá da guerra, da proteção, da criatividade, da metalurgia e da tecnologia.

É sincretizado com São Jorge e seu dia de culto é 23 de abril.

Desperta as virtudes da diligência e coragem.

Recorremos a Pai Ogum para a proteção de qualquer tipo de mal, nas brigas, conflitos e desavenças é ajuda poderosa, para o desenvolvimento de empresas ligadas à indústria, à química e à tecnologia e, por fim, para que a lei se cumpra.

Dia da semana: Terça-feira

Cor da vela: Vermelha

Bebida: Cerveja branca

Amalá: Feijoada, inhame, cará, feijão mulato ou fradinho, amendoim.

Frutas: Manga espada, banana, ameixa, maçã, uva rosé, laranja

Flores: Cravo vermelho, crista de gallo, palmas vermelhas

Algumas ervas: Peregum verde, espada de São Jorge, Lança de São Jorge, Coroa de São Jorge, folhas de romã, losna,

alcachofra, jurubeba, abre-caminho, carqueja, parietária.

Local de oferta: Estradas, caminhos e estradas de ferro. O meio da encruzilhada pertence à Ogum.

Oxóssi

É o caçador. Responsável por trazer sustento e segurança para seu povo. É aquele que utiliza apenas uma flecha para alcançar seus objetivos.

As virtudes temperança, paciência e coragem são por ele despertadas.

Sincretizado com São Sebastião, seu culto ocorre no dia 20 de Janeiro.

Recorremos à Oxóssi para obter emprego, fartura e prosperidade. É protetor das matas e florestas, da caça e dos caçadores. Objetivos extremamente difíceis de serem alcançados (ou impossíveis) também são solicitados a ele. Rege o estudo e a concentração. Pode ser invocado também como protetor de todas as manifestações artísticas.

Dia da semana: Quinta-feira

Cor da vela: Verde

Bebida: Cerveja branca, vinho tinto, água de coco, caldo de cana

Amalá: Milho cozido, mandioca assada, frutas

Frutas: Abacate, ameixa, coco, milho verde, laranja, limão, caju, acerola

Flores: Flores do campo, palmas

Algumas ervas: Erva-doce, eucalipto, folhas de jurema, guiné caboclo, mangueira, saião, samambaia, peregum verde, sabugueiro, malva cjeirosa, malvarisco, cipó caboclo, dracena, taioba

Local de oferta: Matas (preferencialmente as virgens ou fechadas)

Xangô

É o Orixá do raio e do trovão, do fogo, da justiça, da administração e da política.

Pode ser sincretizado com São Jerônimo, cultuado em 30 de setembro. Mas pode ainda ser associado à São Pedro, São José, Moisés e São João Batista.

Desperta nos seres as virtudes de temperança, diligência e coragem. A sabedoria também é ativada por ele.

Invocamos Xangô nos casos de demandas judiciais, justiça em geral, para a prosperidade e o dinheiro, para adquirir conhecimento (principalmente o especializado), para o auxílio na administração e até mesmo em desastres naturais, como terremotos, vulcões e avalanches. Muitos recorrem a ele também para conseguir o equilíbrio, seja material, emocional ou espiritual.

Dia da semana: Quarta-feira

Cor da vela: Marrom (vermelha em algumas casas)

Bebida: Cerveja preta

Amalá: Rabada, acarajé, quiabo

Frutas: Marmelo, caqui, fruta-do-conde, melancia, morango, manga (coração de boi) e mamão

Flores: Lírio, cravos brancos e vermelhos

Algumas ervas: Erva de São João. Erva tostão, louro, caruru, alevante, comigo ninguém pode, folhas de mangueira, folhas de marmeira, folhas de seringueira, folhas de café, folhas de figueira, aperta-ruão

Local de oferta: Pedreiras, pedras perto do mar

Iemanjá

É a Rainha do Mar e carrega o título de mãe dos Orixás. É realmente considerada a grande mãe do panteão africano.

Assim como Oxalá é o princípio criador masculino, Iemanjá é o princípio criador feminino.

Pode ser sincretizada com Nossa Senhora dos Navegantes, com culto em 02 de fevereiro, ou Nossa Senhora da Conceição, 08 de dezembro. Pode ser associada a uma afinidade de outras “Nossas Senhoras”.

Caridade, bondade e fé são ativadas pelas forças deste Orixá.

Muito invocada para a prosperidade e abundância. Invocamos Iemanjá para curar problemas na cabeça (físico ou mental), para a benção e proteção da família, dos amigos e de relações sociais, do despertar da fé. As festas familiares como casamentos, aniversários, entre outras, são também abençoadas por ela.

Dia da semana: Sábado

Cor da vela: Azul clara

Bebida: Água mineral ou champanhe branco

Frutas: Mamão, graviola, uvas brancas, melancia, nêspera, pera

Flores: Rosas brancas ou palmas brancas

Algumas ervas: Panacéia, angélica, picão-da-praia, manacá, cânfora, chapéu de couro, lágrima de Nossa Senhora, Erva de Santa Luzia, lavanda, mastruço

Local de oferta: Praias ou em alto mar, também aceita perto de grandes rios

Oxum

A mais bela, sensual e pacífica de todos os orixás. A menina moça é considerada a rainha de todo o ouro do mundo.

É sincretizada com Nossa Senhora da Imaculada Conceição, em 08 de dezembro, ou com Nossa Senhora Aparecida, em 12 de Outubro.

Oxum ativa a caridade, a paciência e a bondade.

Invocamos Oxum para alcançar a fertilidade de mulheres estéreis, para alcançar sorte no amor com a conquista do par ideal, na gestação, em problemas com a menstruação ou aparelho reprodutor, para fecundar qualquer nova decisão ou projeto, na agricultura, para obter riqueza ou dinheiro, para evitar conflitos e para a diplomacia.

Dia da semana: Sábado

Cor da vela: Azul escura – amarela (em algumas casas)

Bebida: Água mineral ou champanhe branco

Amalá: Quindim, moqueca e pirão

Frutas: pêssego amarelo, melão amarelo, damasco, ponkan, banana ouro, laranja lima, nêspera, maçã e nectarina

Flores: Lírios, palmas brancas ou amarelas, rosas brancas ou amarelas

Algumas ervas: Oriri, jasmim, vitória-régia, arnica montana, camomila, erva de Santa Maria, aguapé, mãe-boa, calêndula, ipê-amarelo, erva cidreira

Local de oferta: Cachoeiras, lagos e rios calmos e limpos

Iansã

É a Orixá dos ventos, da tempestade, da paixão arrebatadora e da força feminina.

Sincretizamos com Santa Bárbara, cujo culto corre em 04 de dezembro.

Desperta a diligência, a coragem e a bondade nos seres.

É a senhora dos eguns (espírito dos mortos), e por isso, é constantemente chamada para afastar espíritos indesejados.

Invocamos Iansã para proteção, principalmente contra entidades femininas encarnadas ou desencarnadas. Para trazer força e disposição. Contra todo tipo de demanda, para proteger de tempestades. As mulheres podem invocar Iansã para qualquer situação.

Dia da semana: Quarta-feira

Cor da vela: Amarela, em algumas casa laranja ou vermelha

Bebida: Champanha branca

Amalá: Acarajé, xinxin, vatapá

Frutas: Maçã vermelha, uva rosa, tangerina, cereja, pitanga, laranja-bahia, morango, manga rosa

Flores: Palmas e rosas amarelas

Algumas ervas: Espada de Santa Bárbara, folhas de pitangueira, cordão de frade, gerânio, capim santo, espinheira santa, rubi, carobinha, cipó cruz, louro

Local de oferta: Bambuzal e lugares onde se venta (exemplo, alto de morros)

Nanã

Provavelmente é a Orixá de culto mais antigo entre os africanos. Nanã é considerada a avó dos Orixás.

Representa o nascimento, a vida e a morte. A sabedoria advinda da experiência.

Sincretizamos Nanã com a avó de Jesus, Sant'Ana, e seu culto é no dia 26 de julho.

A mais velha de todos os Orixás ativa nos seres a castidade, a caridade, a paciência, a bondade e a humildade.

Recorremos à Nanã para o recebimento de entes queridos falecidos, contra o perigo de morte, para aprimorar nossas virtudes, pois é ela quem decanta nossos defeitos, no encerramento e início de ciclos, também para a maternidade e em todas as “mortes” que passamos pela vida. Nanã ativa o nosso racional para que possamos “morrer” (transformar), para renascermos melhores e mais equilibrados.

Dia da semana: Segunda-feira (junto com as almas)

Cor da vela: Lilás ou violeta

Bebida: Champanha rosé, vinho licoroso, água de coco, água de chuva

Amalá: Feijão preto com purê de batata doce, pipoca, farofa de dendê

Frutas: laranja lima, figo, ameixa, uva escura, fruta do conde, coco seco, banana da terra, melão de São Caetano, abacaxi e jaca

Flores: Rosa rubra, crisântemo roxo e violeta

Algumas ervas: Manacá, folhas de berinjela, folha da fortuna, avenca, alfavaca. Viuvinha, cana do brejo, manjericão roxo, canela de velho

Local de oferta: Pântanos, lamaçais, beira de rio e cemitérios

Ibeji (Cosme e Damião)

Estamos falando do único orixá permanentemente duplo. Ibeji, o orixá formado por duas crianças gêmeas, é regente da linha das crianças, governa tudo referente às crianças até sua adolescência, e tudo que se inicia, desde a nascente de um rio ou o germinar das plantas.

São sincretizados com os santos católicos São Cosme e São Damião, cujo dia é 27 de setembro.

Despertam a castidade, a caridade e a bondade. A mais pura e intensa vibração.

Invocamos Ibeji/Cosme e Damião para cuidar de crianças em todas as situações, para a união de casais, em casos de acidentes domésticos, nos problemas de saúde, mas principalmente para trazer alegria, energia e paz no lar. Pedimos por eles também quando vamos iniciar qualquer coisa em nossas vidas. Não são poucos os que recorrem a eles por prosperidade.

Onde Ibeji está assentado a negatividade não encontra campo fértil, mas o amor, a alegria, a união e a paz sempre haverão de prosperar.

Dia da semana: Domingo

Cor da vela: Azul claro e ou rosa

Bebida: Suco de frutas, água com açúcar, refrigerantes

Amalá: Doces de qualquer natureza

Frutas: Goiaba, groselha, jabuticaba, amora, pitanga, morango

Flores: Crisântemos, margaridas, rosa manquinha

Algumas ervas: Manjericão, anis, alecrim, jasmim, rosa, chá, trevo, verbena, filhas de groselha, folhas de amoreira, capim limão, folhas de morango

Local de oferta: Jardins, praias, parques e campos limpos

Obaluaê

Orixá da cura, da magia e da transformação. Também conhecido como Orixá da morte, pois a morte é a transformação da vida.

É o regente da linha dos pretos-velhos e pode ser sincretizado tanto com São Lázaro, em 17 de dezembro, quanto com São Roque, em 16 de agosto.

Grande atuador na transformação dos seres, também pode ativar todas as virtudes, principalmente a bondade, a caridade e a humildade.

Enfim é o orixá da misericórdia. Está ligado ao oculto com muita força, e muito temos para desvendar dessa força da natureza.

Invocamos Obaluaê em todos os momentos, principalmente em casos de doenças e para tudo o que desejamos transformar para melhor em nossas vidas.

Dia da semana: Segunda-feira (almas)

Cor da vela: Preto e branco, em algumas casas lilás ou violeta

Bebida: Água mineral, vinho tinto, café

Amalá: Feijão preto, pipoca, amendoim torrado e pilado (abadô)

Frutas: Abacaxi, laranja, maracujá, uva preta

Flores: Crisântemo branco, monsenhor branco, dália escuras

Algumas ervas: Eucalipto, guiné caboclo, folha de bananeira, erva de bicho, velame, agoniada, manjericão roxo, carobinha do campo, cordão de frade, alfazema, cinco chagas, barba de velho

Local de oferta: Cemitérios, grutas e praia

Exu

A palavra “exu” significa esfera, na língua ioruba, pois é Exu que rege as comunicações entre o Orun (céu) e o Ayê (terra), formando uma esfera de comunicação entre esses mundo.

Sincretizado com Santo Antônio, cujo culto é em 13 de junho.

Exu atua em todos os seres principalmente ajudando a nos desapegar de maus hábitos do mundo terreno. Ativa também as virtudes da diligência e da coragem.

Exu é o que dá movimento a todas as coisas, é a atividade no sentido mais amplo da palavra.

É ele quem leva para os outros Orixás os nossos pedidos e quem traz a determinação deles para as nossas vidas.

Além disso é força poderosa na proteção, agente do karma, e também é Exu quem controla o fluxo de energia em todas as passagens e todos os portais.

Sem Exu não fazemos absolutamente nada. Tudo o que for pedido a qualquer Orixá deverá ser pedido a Exu em primeiro lugar, pois é ele quem se encarregará de entregar nossa mensagem. Exu sempre é ofertado, reverenciado e louvado antes de qualquer outra atividade dentro da Umbanda, pois sem a sua atuação, nada acontece. Como diria Rubens Saraceni, Exu é a mão esquerda de Deus.



Invocamos Exu para a proteção de casas e cidades, em todas as portas, passagens e porteiras. Para auferir sucesso nos negócios, para que nossos pedidos cheguem até os outros Orixás. É o grande guardião, poderoso contra qualquer ação negativa, e sua energia desfaz as demandas negativas. Mas pode e deverá ser invocado em todas as situações.

Dia da semana: Segunda-feira

Cor da vela: Vermelha, preta e bicolor vermelha e preta.

Bebida: Aguardente, whisky, conhaque (bebidas foryes)

Amalá: Farofa com miúdos de frango e muito azeite de dendê

Frutas: Limão e lima

Flores: Cravo vermelho, rosas vermelhas

Algumas ervas: Pimenta, mamona, arruda, capim tiririca, urtiga e cana

Local de oferta: Encruzilhadas e cemitérios, mas encontra-se em todos os domínios.

19. Banhos

Os banhos são importantes instrumentos para reequilíbrio energético. Para descarregos e reenergização, os banhos são importantes fontes de energia da natureza.

O homem necessita da energia original, ancestral, energia divina da natureza e é através dos banhos que encontramos uma fácil, porém poderosa maneira de nos reconectarmos com essas energias.

19.1. O Sal Grosso

Constitui um elemento de neutralização energética. O uso do sal grosso ajuda a captar e destruir energias negativas. O banho de sal grosso pode ser tão poderoso que pode dissipar até mesmo energias positivas.

É importante explicar que o sal grosso mais indicado para o uso energético é aquele sem adição de iodo que é vendido nas casas de artigos religiosos. Na falta deste, o sal grosso para churrasco, mesmo não sendo o melhor, também poderá ser utilizado.

Copo de água com sal grosso

Pode ser utilizado sem contra indicações, próximos a passagens, atrás das portas da entrada principal ou dos quartos, e até mesmo embaixo de nossas camas.

Atrai e dissipa energias negativas impedindo que elas se fixem em nós ou nos ambientes.

- pegue um copo de vidro comum
- complete com 1/3 de sal grosso
- adicione água até atingir 2/3 do espaço do copo (1/3 até a borda ficará vazio)
- coloque no local desejado

Observe diariamente o comportamento do copo. Quando uma grande energia negativa for absorvida, ele “ferverá” como se tivéssemos adicionado um sal de frutas na água. Quando isto ocorrer, retire o copo,

jogue seu conteúdo sob água corrente. Lave o copo e repita esta operação quantas vezes desejar.

Na entrada de casa

É extremamente recomendado que deixemos um copo de água com um pouco de sal grosso na entrada de nossas casas. Não somente para cortar fluxos negativos de energia, mas principalmente para utilizarmos como meio de descarrego antes de entrarmos em casa, com o objetivo de não entrarmos com companhias ou energias indesejadas.

Muitas vezes percebemos que no final de um dia estamos carregados negativamente. Essas cargas podem ser apenas energias ou até mesmo espíritos sofredores e obsessores que se acoplaram em nós de alguma forma.

Muitas vezes por um dia pesado no serviço, ou na visita de alguém extremamente negativa, quando vamos a hospitais e funerais; nesses dias tenha certeza de que por mais otimistas que sejamos, passamos a carregar algo indesejado.

Então deixe um copo de água com sal grosso na entrada de casa. Pode ser na garagem ou jardim, mas em local que não precisemos entrar efetivamente dentro de nossa casa para pegá-lo.

Ao chegar em casa, pegue o copo de água com sal, vá até a calçada e, de costas para a rua, jogue esta água para trás com a mão direita, por cima do ombro esquerdo. Entre em casa sem olhar para trás e bata os pés no chão antes de entrar. Isso vai fazer com que você não coloque dentro da sua casa algo que você não quer.

Como decoração

Uma forma mais elegante de se fazer uma mironga parecida é utilizando um vaso transparente, coloca-se sal grosso até onde desejar e decora-se com três ou sete pimentas vermelhas. Neste caso colocamos o vaso à vista das pessoas. Perceba que não usamos água neste caso.

O banho de sal grosso

Utilizado popularmente até por quem não é umbandista, o banho de sal grosso é muito popular para remover as cargas negativas.

Como fazer um banho com sal grosso:

- Em uma caneca, coloque sete punhadinhos de sal grosso;
- Adicione água morna ou a própria água quente do chuveiro e dissolva o máximo do sal;
- Após o banho normal de higiene, jogue a solução no corpo, do pescoço para baixo, dando preferência para a área central do corpo, tanto na parte de trás quanto na frente. É importante também banhar os ombros.

Jamais jogue o banho de sal no alto da sua cabeça!!!

Por fim, o banho de sal grosso dissipava todas as energias, tanto positivas quanto negativas, e, por isso, lhe deixa muito exposto. É necessário complementar sempre com outro banho, seja de açúcar ou seja de ervas.

O banho de açúcar

O banho de açúcar ajuda a recompor nossa energia e a defesa de nosso perispírito, permitindo que uma nova proteção energética se forme a partir da nossa energia irradiada.

Deverá ser tomado após o banho de sal grosso, preparado da mesma forma, colocando-se apenas açúcar no lugar do sal. Pode-se utilizar tanto o açúcar cristal quanto o refinado.

O banho de açúcar não tem o mesmo efeito de um banho de ervas, mas é uma excelente solução na falta delas. Muitos ainda defendem que o banho de açúcar ajuda a “adocçar” a sua vida, a sua energia e até a relação com seu anjo de guarda.

19.2. As Ervas

Como já dissemos, as ervas são fundamentos importantes para a reconexão com os Orixás, que vem a ser a energia da natureza.

O banho de ervas

Ao preparamos um banho de ervas, retiramos a seiva, a essência vital da planta, que é a energia que desejamos colocar sobre nós.

Como verificamos em nosso resumo sobre os Orixás, cada Orixá possui um conjunto de ervas que o auxilia a se conectar com o poder específico daquela energia.

Sendo assim, se desejamos aumentar nossa disposição para o trabalho, nossa força ou criatividade, tomamos um banho com ervas de Ogum. Para nos entendermos melhor com nossa família, usamos as ervas de Iemanjá. Para trazer concentração e conhecimento, Oxóssi. Para prosperidade, Oxum e Xangô. E assim por diante.

Os banhos de ervas deverão ser feitos com ervas frescas ou secas, sempre na quantidade ímpar de qualidade de ervas. Ou seja, 1, 3, 5 ou 7 qualidades de ervas diferentes em um banho.

Sugiro que não misturem as ervas de um Orixá com outro. Se precisar da força de mais de um Orixá, tome um banho primeiro e após 3 dias tome outro, e assim sucessivamente.

Fazendo um banho com ervas frescas

As ervas frescas sempre serão mais desejadas que as secas. Ervas frescas possuem mais seiva e por isso mais propriedades da natureza.

- Separe a erva ou as ervas que irá usar no banho;
- lave as folhas;
- em uma caneca aqueça água até a temperatura que seja suportada pela pele (de morna para quente);
- lave bem suas mãos e braços até os cotovelos;
- coloque as ervas na água e macere com as próprias mãos;
- durante o processo mentalize a energia ou Orixá que deseja se conectar. Pode também mentalizar o objetivo que deseja alcançar;
- depois de alguns minutos neste processo, cubra o preparado e deixe descansar por mais alguns minutos.

- Coe o preparado e depois do banho de higiene, jogue a solução do pescoço para baixo, dando preferência para as áreas centrais do corpo, tanto na frente quanto na parte de trás.

IMPORTANTE

Mais uma vez, o equilíbrio energético é imprescindível. Energias negativas podem alterar a função essencial das ervas que maceramos. Caso necessário, utilize o exercício de relaxamento mostrado no curso.

Fazendo um banho com ervas secas

As ervas secas são mais práticas e sabemos que no mundo de hoje é muito difícil termos acesso à canteiros de ervas. Por isso, são as mais utilizadas pelos umbandistas.

- Separe a erva ou as ervas que irá usar no banho;
- em uma caneca aqueça água mas não deixe ferver. Apague o fogo antes;
- coloque as ervas na água e misture com uma colher;
- durante o processo mentalize a energia ou Orixá que deseja se conectar;
Pode também mentalizar o objetivo que deseja alcançar;
- cubra a caneca com uma tampa ou guardanapo para abafar o preparado;
- Coe o preparado e depois do banho de higiene, jogue a solução do pescoço para baixo, dando preferência para as áreas centrais do corpo, tanto na frente quanto na parte de trás.

IMPORTANTE

No caso de ervas secas o equilíbrio pouco influi na preparação do banho.

As ervas que sobram depois de coadas deverão ser devolvidas à terra sempre que possível. Em último caso, jogue no lixo.

20. Velas

A vela é um dos mais importantes fundamentos da Umbanda e é utilizada há milhares de anos. Quando não a vela, o fogo sagrado já era utilizado por muitos povos da antiguidade.

O fundamento do fogo sagrado era trazer luz às trevas da ignorância e a chama, sempre ascendendo ao céu, criava um elo de ligação entre o divino e o mundano.

O conceito da vela carrega esse mesmo fundamento, mas ainda é mais completo.

A vela devidamente dedicada registra em seu interior nossos pedidos, desejos, e fixa nossa própria energia como uma carta escrita de próprio punho.

A vela firmada (acesa), também simboliza três dos quatro elementos básicos de nosso planeta: a terra (parafina), o fogo (chama) e o ar (fumaça desprendida). Por não conter em si mesmo água, é por este motivo que sempre devemos colocar um pouco de água próximo de nossas velas, para simbolizar o quarto elemento. Com todos os elementos básicos presentes, acrescidos de nossos pedidos e energia, tudo pode ser criado, transformado e alcançado.

Como firmar uma vela?

- Segure a vela em sua mão com certa firmeza;
- dedique a vela para o Orixá ou entidade desejada. Uma vez dedicada só a entidade poderá ter acesso à energia imantada na vela;
- acenda o pavio;
- firme a vela fixando-a em pé no local desejado. Quanto a derreter o fundo da vela em outra chama, isso facilita bastante a firmeza.
- coloque um copo com água ao lado da vela. Mesmo que sejam várias velas, utilize um copo para a linha da esquerda (Exu) e um copo para a linha da direita (Orixás e guias);
- faça seus pedidos e/ou agradecimentos. Faça a sua “encomenda”.

Exemplo de oração:

“Salve [nome da entidade] ! Salve toda a sua força e toda a sua banda!

A ti firmo esta vela com todo o amor do meu coração, para agradecer-lhe tudo que faz por mim e pedir a sua proteção, sua ajuda material e espiritual para [fazer o pedido que deseja]. Sou confiante! Salve!”

O mesmo procedimento vale para as velas de 7 dias, entretanto as velas de 7 dias deverão receber orações diárias até o seu término.

IMPORTANTE

De nada adianta a firmeza de velas se você não estiver em equilíbrio. Firmar velas também é um momento de reconexão com o Sagrado. Se você estiver bem e equilibrado, sua energia será mais pura e favorável ao pedido que plasmou na vela. Se estiver mal ou desequilibrado, plasmará uma energia negativa e viciada, e acabará por trazer mais problemas a você ou tornar mais lento o processo de alcançar a sua meta.

Recomendo que faça o exercício de relaxamento sugerido na primeira parte do curso antes de firmar suas velas.

Por fim, lembre-se, só acendemos velas quando a energia elétrica para. Por isso na Umbanda firmamos velas, este conceito é totalmente diferente.

Posso firmar velas dentro de casa?

Sim. Desde que tome cuidado para não deixar produtos inflamáveis próximo às suas velas. Muito cuidado com papéis, plásticos, madeira, tecidos ou qualquer outro produto que queime fácil, verifique sempre isso para evitar dissabores.

Posso firmar velas para Exu dentro de casa?

Sempre que possível firme na área externa. A energia de Exu é densa e pode causar influência em pessoas mais sensíveis. Pode causar dores de cabeça, enjoos e até mesmo insônia e variações de humor.

Se você mora em apartamento, sugiro que firme as velas de Exu na varanda (quando houver) ou na área de serviço.

Agora, se não houver outro jeito, firme dentro de casa, mas de olho no comportamento das pessoas que habitam com você, caso mudanças começem a ocorrer, suspenda a firmeza.

O que fazer com os restos de velas e com a água no final?

Os restos de velas deverão ser jogados no lixo. A água poderá ser jogada na terra ou mesmo em uma pia, debaixo de água corrente.

Não posso firmar velas em casa. O que faço?

Procure locais sagrados para firmar suas velas, como o próprio terreiro, quando permitido, ou igrejas e capelas. Cemitério só para quem tem cabeça muito firme.

Se mesmo assim não for possível, fique somente com as orações de todo o seu coração. Uma oração bem feita e de coração pode ter o mesmo valor de uma vela.

O tamanho ou a quantidade de velas influí?

Não! O que importa verdadeiramente não é o tamanho ou a quantidade de velas que você firma. O que importa é a energia, o coração e a dedicação no ato.

Tenho que firmar velas coloridas ou posso firmar só brancas?

De uma forma geral, a cor da vela não influi tanto. Podemos firmar velas brancas para todos os Orixás, guias e protetores.

O que jamais pode acontecer é firmar velas pretas para Oxalá por exemplo. A cor branca é bem vinda e as cores claras também.

Entretanto, quando firmamos muitas velas, para vários Orixás e guias, firmar cada um na sua cor ajudará você a identificar qual vela está te mandando uma mensagem.

Caso a vela “chore”, isto tem um significado e precisamos identificar de quem vem a mensagem. Se firmarmos apenas velas brancas, poderemos nos confundir e interpretar de maneira errada a mensagem.

A mensagem das velas

Quando firmamos uma vela, a forma como ela queima pode nos dizer muitas coisas.

Velas tipo palito

Quando a vela queima limpinha, sem chorar ou deixando uma mínima sobra de parafina, significa que tudo está bem.

Quando ela chora, significa que algo não está bem. Podem existir energias contrárias ao seu pedido ou que existe dificuldades para atender o seu pedido. Quanto mais sobra de parafina, mais dificuldades.

Por isso é importante sabermos para quem firmamos a vela. Uma vela de Oxalá chorando pode significar que algo ou alguém está tentando tirar a sua paz ou vai colocar em dúvida a sua fé. Uma vela de Iansã pode significar que uma pessoa ou entidade do sexo feminino está tentando te prejudicar ou que sua força de vontade está fraca. A vela de Exu chorar indica demanda e problemas na comunicação com o Sagrado. E assim por diante.

A sobra da parafina pode criar imagens que pode lhe indicar a fonte ou o que está acontecendo. É necessário aprender a identificar cada caso. Não existe um livro de instruções para isso, pois a gama de imagens possíveis é infinita. É preciso estar atento.

A chama da vela muito alta pode significar que aquele Orixá ou entidade está ativo naquele momento sobre sua vida. A chama vacilante, subindo e descendo ou querendo apagar e retornando pode indicar que você não foi claro no seu pedido. Chama bipartida pode indicar que seu desejo será atendido em duas etapas.

Vela que apaga constantemente pode significar falta de equilíbrio de quem firmou a vela, dúvida, falta de fé, ou que a entidade não quer receber o seu pedido. Neste caso volte ao exercício de relaxamento, alcance um melhor equilíbrio e tente firmar uma nova vela.

Vela que queima muito rápido, indica que a entidade está ativa e consumindo muita energia.

Sempre que uma vela chorar ou queimar muito rápido, é necessário que se firme uma nova vela, para continuar alimentando as entidades com nossa

energia, pois a nossa energia é a matéria prima utilizada pelo plano espiritual. Chorou novamente? Firme outra após o término desta. Se depois de três velas o choro persistir, uma oferta deverá ser feita para aquela entidade ou Orixá.

Vela de 7 dias

A vela de 7 dias deverá ser firmada preferencialmente em um pires ou copo de vidro, pois qualquer energia indesejada será descarregada no vidro ou louça fazendo com que se quebre, findando a demanda.

Este tipo de vela deverá ser firmada como as outras, porém deverá receber orações diariamente para sua reafirmação.

Dedica-se a vela, coloca-se no pires, prato ou copo de vela, coloca-se o copo com água e faz-se a encomenda. Não é necessário retirar o celofane da vela, apenas aparar as sobras para evitar que peguem fogo indesejadamente.

Caso a vela de 7 dias durar 7 ou mesmo 6 dias, tudo bem, está tudo normal. Se durar menos de 6 dias é sinal de que algo não está bem e você poderá inclusive firmar uma vela palito para aquela entidade, para confirmar este pressuposto.

Caso a vela se incendeie ou quebre o pires ou copo de vela, isto significa que uma demanda foi quebrada. Firme uma nova vela de 7 dias e observe.

Casos repetidos de velas de 7 dias que duram pouco ou que se incendeiam, ou que quebram seus invólucros protetores, pode significar demanda pesada. Nestes casos recomendo que uma firmeza com velas palito seja feita para todos os Orixás, para determinar qual área está sendo mais atacada e, assim, prover oferta para aquele Orixá.

Uma consulta com entidades no terreiro pode ser necessária e de grande ajuda. Se você for médium, lembre-se de que nem sempre estamos com nossa energia em plena força e que um dentista não extrai o próprio dente, nem um cirurgião opera a si mesmo. Muitas vezes precisamos de humildade para falar com o pai-de-santo ou um outro médium de nossa confiança.

Vela de anjo da guarda

A vela de anjo da guarda é a mais importante defesa do filho de fé.

A função de nosso anjo da guarda é proteger, garantir que possamos cumprir nossa missão e organizar o trabalho dos outros guias e protetores.

Nosso anjo da guarda receberá nossas orações e energias, e distribuirá entre nossos guias e protetores mais adequados conforme o momento de nossa vida.

Manter uma vela de 7 dias branca firmada para nosso anjo da guarda é um ato de sabedoria por parte do umbandista. Siga as mesmas orientações do tópico “Vela de 7 dias”.

IMPORTANTE

Toda vela deverá ser firmada abrigada do vento ou correntes de ar. Isso constitui meio físico que propicia o choro das velas, podendo confundir e distorcer a interpretação da queima das mesmas.

21. Firmezas

Firmeza é um ponto de força que criamos em nossa casa ou lugar desejado. Quando criado poderá ser acessado sempre que necessário para a obtenção de uma energia específica de Orixá ou entidade. É como se criássemos um pedacinho do domínio daquele Orixá, ponto este que irá irradiar a energia firmada.

Toda firmeza deve ser alimentada a cada 7 dias. E a cada 7 dias o fluxo de energia da firmeza dobra. Então no ato do início da firmeza, fundamentamos uma energia. Depois de 7 dias essa energia dobra de intensidade. Sete dias depois dobra novamente, e assim sucessivamente, até que se atinja o ponto máximo de irradiação de energia.

Só devemos ter um cuidado. Caso não alimentemos a firmeza direito, ela perderá o seu poder e teremos que começar tudo novamente. Desde o início.

Quando você tem uma firmeza estabelecida, será sempre ali que você colocará seus pedidos. Podem ser mentalizados ou mesmo escritos em papéis em branco virgem. Muitos dizem que o conteúdo do pedido deve ser escrito à lápis, mas o que importa é estar equilibrado e colocar a sua mais pura energia em cada pedido.

Existe também a firmeza para pedidos, que é feita uma vez apenas. O que determina o sucesso desse tipo de firmeza é a energia que você coloca no ato do pedido.

Lembre-se que sempre que pedimos algo em uma firmeza, o pedido é recebido no plano espiritual, avaliado e a energia colocada no pedido será multiplicada milhares de vezes, para que se concretize no plano material. Por isso equilíbrio e energia pura são extremamente necessários em uma firmeza.

Quando for preparar suas firmezas, não se esqueça de lavar as mãos e de se equilibrar antes de mexer em coisas sagradas.

Por último lembre-se de que as firmezas que ensinamos aqui são para serem feitas em casa. Deixe sua firmeza protegida do vento, da chuva, das crianças e dos animais de estimação.

Vamos conhecer agora algumas firmezas para os Orixás.

21.1. EXU E TODOS OS GUARDIÕES

A mais importante firmeza que uma pessoa deve ter firmada. Sem Exu nada se faz e será sempre para ele que deveremos fazer nossos pedidos em primeiro lugar, para somente depois requisitar o Orixá mais adequado.

Você pode fazer a firmeza para Exu Orixá, que encamparia todas as suas entidades da esquerda. Pode também fazer em separado para Exu e para Pomba-Gira, se preferir. E, caso você seja médium desenvolvido, poderá fazer individualmente para suas entidades.

Lembre-se que a firmeza cria uma conexão com os Orixás e você deve escolher com sabedoria qual Orixá ativar em sua vida.

Firmeza para Exu (Orixá ou entidade)

1 copo virgem

1 vela bicolor vermelha-preta

Aguardente (marafo)

1 charuto

Lave o copo com um pouco da aguardente e despreze o que sobrar. Depois encha o copo com aguardente e posicione-o no local desejado. Depois firme a vela para Exu e, em seguida, acenda o charuto, puxando até brasear a ponta, dê algumas baforadas sobre o copo e sobre a vela, com cuidado, e depois coloque o charuto sobre o copo.

Faça seu pedido e ao final de cada pedido bata palmas 3 vezes, depois bata palmas 7 vezes. Repita o pedido e bata palmas 3 vezes, depois sete vezes. Pela terceira e última vez, repita seu pedido e, por fim bata palmas 3 vezes e depois 7 vezes.

Saude Exu ao final de cada conjunto de palmas, dessa forma: Laroyê Exu! Exu Mojubá!

Firmezas para Exu deverão ser feitas na segunda ou sexta-feira e deverão ser repetidas semanalmente. O charuto e o resto de velas deverão ser jogados no lixo. O copo deverá ser lavado para a reafirmação.

Em alguns casos uma firmeza para Exu pode ser feita apenas com um elemento. Somente com a vela ou somente o copo com marafo, excepcionalmente.

Firmeza para Pomba-Gira

1 taça virgem

1 vela bicolor vermelha-preta

Champanhe rosé

1 rosa vermelha sem espinhos

1 cigarro longo

Lave a taça com um pouco de champanhe e despreze o que sobrar. Depois encha a taça com champanhe e posicione-a no local desejado, depois firme a vela para Pomba-Gira e, em seguida, coloque a rosa deitada, ou em um vaso solitário, acenda o cigarro, puxando até brasear a ponta, dê algumas baforadas sobre a taça, a rosa e sobre a vela, com cuidado, e depois coloque o cigarro ao lado ou em um cinzeiro.

Faça seu pedido e ao final de cada pedido bata palmas 3 vezes, depois bata palmas 7 vezes. Repita o pedido e bata palmas 3 vezes, depois sete vezes. Pela terceira e última vez, repita seu pedido e, por fim, bata palmas 3 vezes e depois 7 vezes.

Saude Pomba-Gira ao final de cada conjunto de palmas, dessa forma:
Laroyê Pomba-Gira! Pomba-Gira Mojubá!

Firmezas para Pomba-Gira deverão ser feitas na segunda ou sexta-feira e deverão ser repetidas semanalmente. O cigarro, a rosa e o resto de velas deverão ser jogados no lixo. A taça deverá ser lavada para a reafirmação.

Em alguns casos uma firmeza para Pomba-Gira pode ser feita apenas com um elemento. Somente com a vela, com a rosa ou somente a taça com champanhe, excepcionalmente.

Você pode incrementar sua firmeza com moedas, imagens, tridentes, pedaços de correntes ou o que você quiser dedicar a Exu, para que sua força esteja sempre com você.

Firmando pedido para Exu na faca

1 tábua de madeira

1 faca nova ou usada devidamente dedicada

Folha de sulfite virgem

Compre uma faca nova ou separe uma faca usada, mesmo que esteja meio enferrujada. Limpe bem a faca e depois passe aguardente nela. Quando for refazer sua firmeza para Exu, bafore o charuto sobre a faca e em seguida, coloque-a ao lado da vela pedindo para Exu consagrá-la para você. Repita o mesmo processo com a tábua.

Depois de 7 dias faça seus pedidos por escrito, de próprio punho numa folha virgem de papel sulfite. Dobre a folha 3 vezes, coloque-a sobre a tábua e crave a faca em cima. Em seguida, reafirme o pedido para Exu conforme explicado acima (faz o pedido, bate palmas por 3 vezes). Deixe Exu trabalhar a seu favor.

Essa firmeza serve para lhe ajudar na sua vida.

NÃO INTERFIRA NO LIVRE ARBÍTRIO DE NINGUÉM!

Por fim, lembre-se que Exu é movimento, é o fluxo de energia. Quem dá a direção ao seu pedido são os outros Orixás.

21.2. OXÓSSI E OS CABOCLOS

Oxóssi é conhecimento, direção, paciência, determinação, trabalho e prosperidade.

É o regente da mais importante linha de trabalho da Umbanda, os caboclos, entidades que demonstram grande capacidade de auxílio e enorme evolução espiritual. Tanto que a nossa Umbanda foi trazida à Terra pelo Caboclo das Sete Encruzilhadas.

A energia de Oxóssi é extremamente necessária para que possamos alcançar nossos objetivos, tanto no plano material quanto no plano espiritual.

Mais uma vez, você pode firmar apenas o Orixá, ou, se preferir, seus falangeiros, os caboclos.

Firmeza para Oxóssi e os Caboclos

1 lata de cerveja clara

1 vela verde

1 coité (metade de coco usada como copo) ou copo virgem

3 qualidades de fruta de Oxóssi

1 alguidar pequeno

1 charuto

Plantas ou folhagens a seu gosto

Antes de iniciar a firmeza, não esqueça de higienizar as mãos e os braços e, principalmente, colocar-se em equilíbrio para uma melhor conexão.

Começamos com as frutas. Você pode oferece-las inteiras pois, dessa forma, elas durarão mais tempo para estragar. Ou, em caso de pedido específico, poderá cortar as frutas enquanto pensa no Orixá, no caboclo e em seu pedido, para fixar seu desejo nas frutas. Sirva as frutas no alguidar.

Coloque um pouco de cerveja no coité ou copo virgem, espalhe bem para embeber toda a parte interna e depois despreze o restante. Em seguida sirva a cerveja e espere a espuma baixar. Conforme a espuma for baixando complete com mais bebida. Posicione o coité no local desejado. Firme a vela verde ao lado do coité, em seguida acenda o charuto até brasear a ponta e coloque sobre o coité, ou no local que desejar e da forma que melhor lhe for intuída. Coloque folhas, ervas ou folhagens ao redor. Plantas próximas são muito bem-vindas.

Faça seus pedidos por três vezes. Não bata palmas, palmas só são usadas para Exu.

Pedido urgente ou para trazer trabalho e prosperidade

Utilize o mesmo conteúdo sugerido na firmeza, com algumas diferenças: a vela deverá ser firmada em casa, o alguidar substituído por uma folha de

bananeira e o coité ou copo, poderá ser substituído por qualquer embalagem que se degrade rapidamente no meio ambiente.

O segredo desta firmeza é colocar esta oferta ao pé de uma árvore grande, saudável, bonita e frondosa. Quanto mais bela e saudável for a árvore, mais força seu pedido receberá. Após efetuar seu pedido por três vezes, sente-se em frente à oferta e medite alguns minutos, deixando que a força de Oxóssi te envolva e te abençoe. Levante-se, agradeça e vá embora, com a certeza de que seu pedido foi recebido e aceito.

Como já dissemos no tópico Exu, devemos primeiro dirigir nossos pedidos a Exu. Podemos firmar uma vela em nossa casa antes de sairmos para a oferta, ou mesmo ofertar um copo com marafo próximo da oferenda em questão.

21.3. COSME E DAMIÃO E AS CRIANÇAS

1 vela rosa ou azul clara

1 prato médio

Doces variados

1 copo

Refrigerante, refresco ou groselha

Antes de iniciar a firmeza não se esqueça de higienizar as mãos e os braços e, principalmente, colocar-se em equilíbrio para uma melhor conexão. Cerifique-se de que todos os elementos da firmeza estejam limpos.

Iniciando com os doces, lembramos que todos os tipos de doce são bem aceitos por esta linha, uma vez que seu axé vem do açúcar. Em casos onde não haja doces disponíveis, um bom punhado de açúcar de qualquer qualidade poderá ser ofertado.

Retire todos os doces de suas embalagens, o doce deverá ficar totalmente exposto. A quantidade de doces não é fundamental para esta firmeza, poderá ser usada qualquer quantidade ou como a sua intuição lhe sugerir.

Coloque os doces no prato. Em seguida, pegue o copo que poderá ser um copo plástico típico infantil, neste caso, este copo será de uso exclusivo da firmeza. Coloque o refrigerante, suco, refresco ou groselha no copo. Lembramos que os refrigerantes à base de cola não são recomendados pela grande quantia de substâncias químicas que eles contêm.

Coloque tudo no local desejado e firme a vela, que poderá ser, inclusive, branca, se desejar.

Faça seus pedidos e orações por três vezes. Não bata palmas, palmas só são usadas para Exu.

Assim como falamos de Exu, a linha das crianças deverá ser firmada todas as semanas, mesmo que de forma simples, com apenas uma vela ou um doce por exemplo. A energia de Cosme e Damião é a parte mais pura do poder de Deus e por isso é sempre bem-vinda para trazer alegria,

disposição, saúde, evitar acidentes domésticos, para a paz no lar, para a benção de crianças e para criar uma cúpula de defesa contra a negatividade.

Por fim, se sua firmeza for bem feita, com o coração e o sentimento correto, formigas jamais atacarão a sua firmeza. Se isto acontecer, é sinal de energia pesada ao seu redor e você deverá procurar um terreiro para que uma entidade cuide de você.

21.4. OBALUAÊ E OS PRETOS VELHOS

1 vela bicolor branca e preta (ou de acordo com a sua crença)

1 xícara pequena ou um copo

Café ou vinho (raramente aguardente)

1 prato

1 oferta de comida a sua escolha

Água

Violetas ou crisântemos (opcional)

Quando falamos de Obaluaê e todos os pretos-velhos, devemos ter em mente que estamos falando da linha da Almas, assim sendo, a vela branca, água, mingau das almas (feito com água e maisena) ou mesmo um pãozinho poderão ser adicionados à firmeza.

Pedir para as Almas, implica em ter seu pedido reafirmado por elas, pois, os pedidos das Almas são os primeiros a serem ouvidos pelo plano espiritual.

A oferta de comida poderá consistir de um pedaço de bolo de qualquer qualidade, se for de fubá tanto melhor. Mas poderá ser virado de feijão ou como já dissemos um pãozinho ou mesmo um pedaço dele.

Antes de iniciar a firmeza não se esqueça de higienizar as mãos e os braços, e, principalmente, colocar-se em equilíbrio para uma melhor conexão. Cerifique-se de que todos os elementos da firmeza estejam limpos.

Sirva sua oferta no prato, sempre dedicando da forma já ensinada nas outras firmezas. Coloque o café e em seguida firme a vela sempre

dedicando de todo o coração. Você poderá firmar uma vela para Obaluaê e outra branca para as Almas. Caso faça isso, não esqueça de colocar água para as Almas. Caso deseje, enfeite sua firmeza com violetas ou crisântemos.

Faça seus pedidos e orações por três vezes. Não bata palmas, palmas só são usadas para Exu.

Como toda firmeza, você poderá fazê-la de forma simplificada, utilizando somente um dos itens, como somente o café na xícara, como já é do costume popular.

Recorremos a Obaluaê, pretos-velhos e as Almas para trazer paz, sabedoria, paciência, humildade, caridade e para a resolução de problemas em qualquer área. Lembre-se que Obaluaê é o Orixá da transformação de tudo o que é negativo em positivo.

21.5. OXALÁ

1 vela branca

1 alguidar ou cumbuca pequena

Canjica cozida somente na água (sem tempero)

Azeite e pão sem fermento (opcional)

Mel

1 copo ou taça

Suco de uva, vinho tinto seco ou água

Cozinhe a canjica com bastante água, não adicione nada a mais. Depois de cozida, coa-se e, caso deseje, reserve a água para um banho. O banho deverá ser tomado depois do banho de higiene, jogando-se no alto da cabeça e passando por todo o corpo, principalmente na parte central do corpo, tanto na frente quanto atrás. Aguarde alguns minutos antes de um último banho de higiene.

Este banho poderá ser colocado no alto da cabeça, independente do seu Orixá de frente, pois Oxalá é a pura vibração de Deus e é o Pai de todos os Orixás.

Sirva a canjica no alguidar ou cumbuca e cubra com mel, em seguida oferte a bebida na taça ou copo. Se for bebida alcoólica não se esqueça de lavar o copo com um pouco da bebida. Firme a vela. Coloque todo o seu coração e seus bons sentimentos em todas as ofertas. Coloque as flores brancas próximas a sua firmeza. Lembre-se que rosas brancas deverão ser utilizadas somente em último caso. As rosas são mais utilizadas para as Orixás femininas. Caso utilize rosas brancas, remova os espinhos.

Outra oferta simples muito comum para Oxalá é o pão sem fermento, azeite ou simplesmente um copo de água com mel. Como pelo título de Rei do Pano Branco, Oxalá recebe qualquer oferenda desde que seja branca. Frutas cítricas ou espinhosas não são recomendadas.

Faça seus pedidos e orações por três vezes. Não bata palmas, palmas só são usadas para Exu.

Oxalá é o maior de todos os Orixás, é o portador da Luz Divina, sincretizado com o Mestre Jesus Cristo. Apesar disso é o mais simples e tolerante de todos os Orixás do panteão africano, por este motivo, poderá ser ofertado de forma muito simples, e mesmo assim será muito bem recebida esta oferenda.

Recorremos a Oxalá para aumentar nossa fé e nossa comunicação com o plano espiritual, para a fecundação masculina das coisas, para a proteção de pais encarnados. Oxalá porta a força de todos os Orixás, sendo assim, também poderá receber pedidos de qualquer natureza.

21.6. IEMANJÁ

1 vela azul clara, amarela ou ainda branca

Rosas brancas sem espinho

Colônia de alfazema

Arroz branco cozido sem tempero

1 alguidar ou cumbuca pequeno

Mel

1 taça

Champanhe branco

Água

Cozinhe o arroz somente com água, sem nenhum tempero. Sirva-o no alguidar e derrame mel por cima, sempre mentalizando a Orixá e com a devida preparação.

Lave a taça com um pouco do champanhe e depois despreze-o. Sirva efetivamente o champanhe, firme a vela de acordo com a sua crença de cor e adorne com as rosas brancas. Coloque dois pequenos copos, um com água e outro com colônia de alfazema. Tudo dedicado com o coração e os sentimentos corretos e adequados. Lembre-se que o Sagrado exige respeito e reverência.

Faça seus pedidos e orações por três vezes. Não bata palmas, palmas só são usadas para Exu.

Pedimos a energia de Iemanjá para abençoar ou melhorar todas as nossas relações sociais, seja com amigos, família ou irmãos de fé. Iemanjá traz paz, união e harmonia à família, abençoa as mães encarnadas, cuida de todos os problemas referentes à cabeça. Nascimentos, casamentos, noivados, aniversários devem ser dedicados a ela. Iemanjá é a fertilidade e princípio feminino da vida, abençoa as coisas que se iniciam, desde que esteja junto com Oxalá, e protege as mulheres que desejam engravidar ou que estejam grávidas. Podemos recorrer a ela também por proteção e prosperidade.

21.7. XANGÔ

7 quiabos grandes e bem selecionados

Mel

1 alguidar

1 vela marrom

1 charuto

1 taça

Cerveja preta de qualquer qualidade.

Lírios (opcional).

Antes de tudo, tenha certeza de que está em equilíbrio e com a energia perfeita para a firmeza. Também não se esqueça de lavar muito bem os itens como o quiabo, o alguidar e a taça. Lavar apenas com água ou sabão neutro, caso necessário.

Mentalizando Xangô e seus pedidos a ele, corte os quiabos, um a um, em rodelas pequenas. Acomode tudo, inclusive os talos pequenos, dentro do alguidar. Regue com o mel. Com um pouco da cerveja preta lave a taça e depois despreze esse líquido. Sirva a cerveja na taça. Firme sua vela para Xangô, esta vela poderá ser marrom, branca, ou da cor conforme sua crença ou doutrina. Acenda o charuto, puxando bem a fumaça, até avivar a brasa, e coloque sobre a taça ou em um cinzeiro ao lado, se preferir. Decore com os lírios.

Com toda a sua dedicação e respeito, repita seu pedido em voz alta por três vezes (sem bater palmas).

Todos os procedimentos e objetos devem ser feitos com dedicação ao Orixá, sempre mentalizando seu poder.

Xangô traz equilíbrio e ajuda a administrar o que você possui. Se você tem sua própria empresa, ele ajudará a controlá-la melhor. Se é assalariado, ajudará a administrar bem seu salário. Ajuda em casos de justiça, junto a repartições públicas para a obtenção de qualquer coisa (desde que justa), traz sabedoria e prosperidade. Abençoa também situações junto a

sindicatos, partidos políticos e qualquer entidade de classe ou social, para a melhoria da sociedade. Recorremos a Xangô para a proteção de justos e injustiçados.

21.8. OXUM

1 melão amarelo

Papel virgem e lápis ou caneta;

Mel;

1 vela azul escura ou amarela;

1 taça;

Colônia de Alfazema em um pequeno recipiente;

Champanhe branco;

1 quartinha de louça com tampa branca, azul ou amarela;

Água de cachoeira ou água mineral;

Lírios ou qualquer tipo de flores amarelas ou brancas.

Prepare bem a fruta e todos os utensílios que serão utilizados na firmeza.

Prepare-se você também, lavando muito bem as mãos e, obviamente, estando em estado de alta vibração energética.

Na folha de papel, de próprio punho, saúde Oxum e escreva o pedido que deseja alcançar.

Corte o melão de forma a retirar, totalmente, apenas uma fatia. Dobre a folha de papel por três vezes e coloque dentro do melão. Regue com mel e feche-o, colocando a fatia retirada no mesmo lugar. Com um pouco do champanhe, lave a taça e despreze o líquido. Sirva a champanhe na taça. Coloque a água de cachoeira ou água mineral na quartinha e a mantenha destampada. Firme a vela e decore com as flores. Sirva a colônia de alfazema em um pequeno recipiente. Enquanto a vela estiver acesa, a quartinha deverá ser mantida aberta (para que a energia da vela ilumine a água). Após a queima da vela, feche a quartinha. A água da quartinha

deverá ser usada sempre que for desejado ou necessário conectar-se com o poder de Oxum. Faça seus pedidos em voz alta por três vezes, sempre saudando Oxum ao final de cada pedido.

Lembre-se que todos os procedimentos deverão ser feitos sempre mentalizando a Orixá. O melão, após 1, 3, 5 ou 7 dias, deverá ser colocado próximo a uma queda de água, cachoeira ou beira de rio, ou curso de água.

Oxum divide com Iemanjá o tributo da vida. Iemanjá gera, Oxum preserva e mantém. Recorremos a Oxum para o amor entre casais, maternidade, fertilidade e fecundidade, seja de pessoa ou ideias e projetos. Ainda rege a estratégia e a prosperidade, pois Oxum é dona de todo o ouro que existe no planeta. Para resolver situações com calma e estratégia também é muito boa, pois é a mais pacífica de todos os Orixás.

21.9. NANÃ

3 batatas roxas bem selecionadas;

Mel;

1 alguidar de barro;

1 moringa de barro;

Água de nascente ou mina ou água mineral;

Champanhe rosé, vinho tinto suave, moscatel ou vinho licoroso;

1 copo ou taça;

Flores roxas de qualquer qualidade;

1 vela lilás, roxa ou violeta.

Da mesma forma que para as outras firmezas, você deverá lavar muito bem os vegetais, assim como os objetos e utensílios que serão utilizados para a oferenda. Da mesma forma você deverá estar preparado material e espiritualmente para o ato sagrado. Todo o processo deverá sempre ser feito mentalizando o Orixá.

Corte as batatas-doces em rodelas, coloque no alguidar e regue com mel. Coloque a água de mina ou mineral na moringa e deixe destampada. Lave o copo ou taça com um pouco do champanhe, ou vinho, e despreze o líquido. Sirva a bebida. Decore com as flores. Firme a vela para Nanã repetindo seus pedidos por três vezes, sempre saudando a Orixá ao final de cada encomenda. Após a queima das velas, a moringa deverá ser fechada e sua água poderá ser bebida ou usada para ungir a cabeça e testa, sempre que for desejado ou necessário entrar na vibração de Nanã.

Um detalhe: não se oferece nada de metal para Nanã.

Recorremos a Nanã por sabedoria, para a solução de problemas de difícil solução, para manter as boas maneiras, a moral e os bons costumes. Ainda para a disposição para o trabalho. Para decantar nossos defeitos e realçar nossas qualidades. Para a fertilidade, principalmente para quem trabalha na área do agronegócio. Nanã também traz paciência e humildade. É também a primeira e mais poderosa senhora dos eguns, podendo ser invocada para afastar espíritos indesejados e até para proteger contra o perigo de morte.

É a mais velha e mais sábia de todos os Orixás.

21.10. OGUM

1 inhame;

7 pregos de ferro ou aço;

1 prato ou alguidar pequeno;

1 cerveja branca;

1 copo ou taça;

1 vela vermelha;

Cravos vermelhos (opcional).

Não se esqueça da preparação tanto sua como dos objetos e utensílios.

Pegue o inhame e lentamente vá inserindo os pregos nele, mentalizando o poder de Ogum e os pedidos que deseja alcançar. Essa firmeza poderá ser

feita com moedas no lugar dos pregos, para atrair prosperidade. Feito isso, coloque o inhame no prato ou alguidar.

Lave o copo ou taça com um pouco da cerveja e despreze o líquido. Sirva a cerveja no copo ou taça. Decore com os cravos vermelhos se assim desejar. Firme a vela para Ogum repetindo três vezes o seu pedido, saudando Ogum ao final de cada um deles.

Após 1, 3, 5 ou 7 dias o inhame deverá ser deixado à beira de uma estrada ou ao lado de uma linha de trem.

Recorremos a Ogum por abertura dos caminhos, para a coragem e disposição física e mental para o trabalho, para a criatividade e, principalmente, para a proteção. Ogum protege de todos os males e, principalmente, contra mal vindo de entidade masculina, seja encarnada ou desencarnada. Ogum também atua na prosperidade, mas também ensina a ser feliz com pouco.

21.11. IANSÃ

1 maçã vermelha;

Mel;

1 prato ou alguidar pequeno;

Champanhe branco;

1 taça;

1 vela da cor amarela ou de acordo com sua crença;

Rosas amarelas sem espinhos.

Prepare-se adequadamente para o ato sagrado, assim como lave todos os objetos e utensílios antes do início da firmeza.

Corte a maçã em nove fatias ou pedaços, mentalizando o poder de Iansã e também os seus pedidos. Coloque no prato ou alguidar e regue com mel. Lave a taça com um pouco do champanhe e despreze o líquido. Sirva o champanhe na taça. Decore com as rosas amarelas. Firme sua vela e faça



seus pedidos em voz alta para Iansã, por três vezes, sempre saudando o Orixá ao final de cada pedido.

Iansã é o Orixá da paixão, da entrega, mas não com relação a relacionamentos, mas sim referente às batalhas da vida. Ela é a grande mulher guerreira entre os Orixás. Também senhora dos eguns, os quais leva com seus ventos cada espírito para seu destino determinado. Assegura a vitória em qualquer situação ou demanda e protege contra tudo, principalmente contra mal feito por entidade feminina, seja encarnada ou desencarnada. Seus ventos trazer as boas mudanças da vida de uma pessoa, caso seja solicitada para isso.

21.12. RECOMENDAÇÕES FINAIS SOBRE AS FIRMEZAS

Para encerrar este módulo prático sobre firmezas, gostaria de colocar algumas recomendações e reafirmar informações já apresentadas.

- 1 O mais importante de tudo é a sua preparação interna. Procure sempre estar em equilíbrio no momento de suas firmezas. Medo, angústia e ansiedade, somente em casos urgentes.
- 2 Lavar e preparar os objetos que farão parte da firmeza como copos, frutas, legumes, alguidares, quartinhas, facas, pregos é indispensável para remover a energia residual de outras pessoas que pode estar imantada nesses objetos. Além do mais, tudo que se trabalha com o sagrado deverá ser preparado, da mesma forma que os instrumentos de um centro cirúrgico. Se necessário, utilize amaci de descarrego (vendido em casas de artigos religiosos) ou mesmo um pouco de água com sal, para descarregar os objetos. Caso faça isso, passe uma última vez na água corrente (torneira) para remover o amaci ou o sal dos objetos.
- 3 Tenha disciplina e concentração. Não permita que ruídos, pessoas ou situações tirem o foco do que você está fazendo. Fazer uma firmeza é um ato sagrado e mostrar disciplina e respeito são fundamentais.
- 4 O dia que você escolher para fazer suas firmezas depende unicamente de você. É você quem sabe o dia em que está mais tranquilo para esse compromisso. Sendo assim, não dê atenção para quem diz que “firmeza para Ogum é melhor na terça-feira” ou “Oxalá só recebe oferta na sexta-feira”. Faça no dia que seja a melhor data para você.
- 5 Pode fazer suas firmezas na quaresma sem problema nenhum. Se você precisar entrar na força de algum Orixá, você vai esperar a quaresma acabar? Não, isso não faz sentido.
- 6 Siga a sua intuição. Se desejar firmar uma vela branca para Exu ou colocar flores vermelhas para Oxalá, ou ainda servir cerveja para

Obaluaê, faça. Pode não ser recomendado e nem o habitual, mas respeite a sua intuição.

- 7 Sempre que possível, as frutas, legumes e flores deverão ser colocadas em algum domínio natural (não importa o qual), após 1, 3, 5 ou no máximo 7 dias após a data da firmeza. Caso não seja possível, jogue no lixo, mas somente em último caso. Se for jogar no lixo, respeite os mesmos prazos.
- 8 Uma firmeza acompanhada de banho de ervas do Orixá firmado sempre ajudará a fixar melhor a energia na sua vida.
- 9 Se você não tem muita disciplina, procure simplificar suas firmezas. Dessa forma ficará mais motivado para fazê-las.
- 10 Lembre-se de que não é o que se coloca na firmeza que é fundamental. Você pode colocar um copo de água e uma vela branca, o que vale verdadeiramente é sua energia e sua fé. Não gaste dinheiro desnecessário, que vá lhe fazer falta, para fazer suas firmezas. Lembre-se sempre que a espiritualidade superior é sábia e comprehende nossas limitações.
- 11 Mesmo que não esteja precisando de nada em especial, procure fazer as firmezas para trazer o poder do Orixá necessário para melhorar seus defeitos. Recorra à tabela informada anteriormente para encontrar qual virtude você precisa desenvolver e que Orixá deverá firmar.
- 12 Não existem efeitos colaterais ou indesejados nas firmezas, desde que sejam feitas com a energia e o sentimento correto. Lembre-se de que você pode pedir por outras pessoas, mas deixe a espiritualidade decidir se a pessoa merece ou não. Não assuma carmas desnecessários para a sua vida. Peça misericórdia pelas pessoas, mas não interfira diretamente na decisão da espiritualidade e nem no livre arbítrio dos outros.

Pronto! Agora é só aproveitar à vontade as bênçãos de Deus através da energia dos Orixás e dos guias e protetores.

Boa firmeza! Axé!

22. PLANTAS E ERVAS DE DEFESA

O uso de plantas como defesa é algo que existe desde os primórdios da humanidade.

O ser humano sempre procurou se proteger contra as forças invisíveis e maléficas que estão dispersas por todas as partes.

Algumas plantas são clássicas, outras nem tanto, mas todas as plantas que listamos a seguir são excepcionais para a defesa de ambientes.

Vamos conhecê-las?

Alfazema

Planta de odor forte e agradável, muito ligada ao sexo feminino. Serve como purificador de energias negativas e é excelente para atrair amor e prosperidade. Gosta de sol e terra constantemente úmida, mas sem encharcar.

Alecrim

Assim como a alfazema, tem função purificadora e atrai bons fluidos e prosperidade. Extremamente recomendado seu uso em conjunto com a alfazema para ambiente de negócios, para atrair dinheiro, e em residências como proteção. Ajuda a elevar a vibração das pessoas e dos ambientes. Prefere ambientes externos, gosta de sol e local arejado. Só deve ser regada depois que a terra secar.

Arruda

De odor forte e característico. Purificadora de primeira linha, também capta e descarrega energias negativas das pessoas e ambientes. Em conjunto com o alecrim e a alfazema, tem seu poder potencializado tanto para uso em vasos, banhos e defumações. A arruda foi utilizada por todas as grandes civilizações para esses fins. Se um galho dessa planta for colocado em um

ambiente, murchará imediatamente quando em contato com energias negativas. Um galhinho na orelha afasta toda espécie de negatividade. Sua manutenção é fácil, precisando apenas de sol e de umidade constante.

Angélica

Tem o poder de desviar todo espírito ou energia negativa. Espíritos perturbados ou obsessores sentem grande repulsa por essa planta. Os antigos diziam que o portador desta planta estaria protegido contra a fascinação de amizades suspeitas ou indesejáveis. No passado, era conhecida como Erva do Espírito Santo. Gosta de sol pleno e rega-se de duas a três vezes por semana.

Espada de São Jorge (Espada de Ogum)

Planta muito conhecida dos brasileiros. Defende contra o mal. Costuma-se usar um vaso da planta próximo da entrada principal para proteção. Duas espadas dispostas em 'X' atrás da porta de entrada protege contra intenções negativas de encarnados e desencarnados. Gosta de ambientes externos onde haja bastante luminosidade. Rega-se duas vezes por semana.

Lança de São Jorge (Lança de Ogum)

Possui as mesmas características da Espada de São Jorge. Atualmente é muito utilizada em projetos paisagísticos. Deve-se colocar um vaso da planta próximo à entrada principal.

Espada de Santa Bárbara (Espada de Iansã)

É uma variação genética da Espada de São Jorge. São idênticas com exceção da borda amarela apresentada pela Espada de Santa Bárbara. Possui as mesmas características e pode ser usada da mesma forma. Não deve ser plantada no mesmo vaso onde existam Espadas de São Jorge, pois se assim for feito, irão se transformar em Espadas de São Jorge também.

Guiné

Tem forte poder contra o mal. Proporciona limpeza e purificação energética. Indispensável em defumações. De boa resistência e fácil manutenção, só requer que a terra esteja constantemente úmida.

Manjericão

Purificador e consagrador, é utilizado para atrair paz, alegria, felicidade, sabedoria e caminhos abertos para tudo o que pode beneficiar. Estimula a criatividade. Como a arruda, murchará rapidamente, caso absorva energias densas e negativas. Requer apenas sol e terra constantemente úmida.

Mirra

Seu uso traz proteção, cura e é excelente para o desalojamento de espíritos negativos perniciosos. É usada até mesmo em certos exorcismos. Conhecida como um dos presentes que os Reis Magos ofertaram à Jesus na ocasião de seu nascimento. Requer grande exposição ao sol e pouca água, regando-se pouco, de duas a três vezes por semana. O solo jamais deverá ser encharcado.

Pimenteira

Conhecida como a planta que abre o caminho do dinheiro e dos bons negócios. Quando em contato com energias densas negativas, dissipava essas forças indesejadas, podendo murchar ou secar repentinamente como a arruda e o manjericão, daí o chavão “olhar de secar pimenteira”. Caso seque, substitua por outra o mais rápido possível. Requer bastante sol. Evite encharcar a terra.

Comigo-ninguém-pode

Esta é a planta ideal para proteger o ambiente de energias negativas. Coloque-a sempre em lugar sombreado e não regue demais. É preciso tomar cuidado porque ela é extremamente venenosa e deve ser evitada por quem tem crianças pequenas ou animais domésticos. Aceita certo descuido, precisa de luminosidade média e rega-se de duas a três vezes por semana.

Árvore da felicidade

É recomendada para ajudar a resolver, principalmente, questões amorosas. Não é à toa que ela sempre é plantada em duas mudas, conhecidas como macho e fêmea. Com uma bela folhagem, a árvore-da-felicidade se dá bem tanto dentro como fora de casa, mas tem de ficar perto de janelas, em local bem iluminado e arejado. Evite umidade excessiva.

Existe ainda uma infinidade de plantas de defesa ou de proteção que podem ser cultivadas sem nenhum problema. Colocamos aqui apenas as mais conhecidas e as informações básicas para que você possa ter e cuidar dessas plantas, aproveitando a excelente influência que elas podem trazer para a sua vida.

23. ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO

Assim com as plantas, os animais são companheiros dos homens há muito tempo. Antigamente representavam força para o trabalho, para a caça e para a proteção.

Hoje em dia, os animais constituem verdadeira companhia para seus donos, sendo famosas as demonstrações de lealdade e amizade manifestadas por estes nossos irmãos menores.

Mas, do ponto de vista espiritual, qual é o papel dos animais de estimação em nossas vidas?

Antes de tudo, precisamos entender o conceito de espírito que esses seres possuem.

Todos os animais do plano Terra, com exceção dos homens, são espíritos simples, que usufruem do fundamento de reencarnação para aprender conceitos básicos sobre o mundo, os seres e a espiritualidade. Uma vez absorvidos esses conhecimentos, passarão a reencarnar como espíritos plenos em corpos humanos.

Por estarem também em aprendizado pelo sistema de reencarnação, é natural que alguns animais demonstrem uma capacidade de compreensão muito maior que a de outros, pois a absorção de aprendizado e a evolução são características individuais, sendo que cada ser alcançará seu próprio e único patamar de evolução interna.

O mais importante a ser compreendido é a missão que esses irmãos menores carregam. Os animais ditos selvagens, ou que não possuem boa convivência com o ser humano, ainda estão no início de sua elevação, portanto sua única missão é a de aprender.

Já aqueles que possuem boa convivência com o homem, tem um ponto aumentado em sua missão, a de proteger seus donos de qualquer energia ou ameaça espiritual negativa. Eles têm plena consciência dessa missão e não se importarão de cumpri-la, mesmo que isso implique em risco de morte.

Sei que muitos irmãos acharão isso um absurdo, que não desejam que seu bichinho de estimação sofra por um erro que ele não cometeu, e, mesmo que você se negue a “transferir” suas cargas negativas para ele, você nada poderá fazer contra isso. Também é uma das leis universais.

Parece tétrico, não é? Mas a espiritualidade superior é sábia.

Ao receberem essa missão, os animais também recebem uma capacidade enorme de dissipação de energia negativa. Então, a capacidade de absorver e dissipar energias nocivas deles é extremamente maior do que a nossa.

E é por este exato motivo que adoramos brincar, passear, interagir ou mesmo estar na presença desses abençoados companheiros.

Os animais, além de tudo, têm a capacidade de ver e perceber o mundo espiritual muito melhor que nós. Por isso muitas vezes presenciamos comportamento hostil deles para com o nada. Esse “nada” é invisível para nós, mas confie nos seus animais.

Mesmo assim, você tem medo que seu animalzinho morra?

Não precisa ter esse medo, pois isso só vai acontecer se você se descuidar demais da sua vibração e das suas meditações e firmezas. Fazendo tudo certo, seu amigo está protegido.

Mas fique alerta ao comportamento do seu animal. Caso ele caia doente, faça firmezas para Obaluaê para a cura de seu bichinho. É claro que você não deve deixar de leva-lo ao veterinário primeiro.

Caso o tratamento veterinário não surta efeito, uma sugestão que pode resolver é dedicar um pouco de aguardente para Exu, pedindo para que ele abençoe aquela bebida, que deverá ser dada apenas para os cães 3 vezes ao dia. Para cães pequenos uma colher de chá. Para os médios uma colher de sobremesa, e para os grandes uma colher das de sopa.

Aprendi isso com uma benzedeira antiga e foi exatamente isso que salvou meu Yorkshire, que já estava deixando louco o veterinário. Depois de três dias meu cãozinho não tinha mais nada, estava perfeito.

Uma vez perguntei a uma entidade o porque disso, ao que ela me respondeu que isso era acúmulo de energia negativa no animal, e que a aguardente ajudava a dissipar essas energia nocivas, colocando o animal em equilíbrio novamente.

Agora sim, você pode brincar e interagir com seu animalzinho, seja um cachorro, gato, passarinho, porquinho-da-índia ou qualquer outro animal que você possa ter. Eles te ajudarão e muito no seu equilíbrio energético e a despertar o que existe de melhor dentro de você.

Gratidão e muito Axé a você que concluiu e curtiu nosso curso!

Saravá!

Que Oxalá te abençoe!

Paz e Bem!

Namastê!

O Oxalá que habita em mim saúda o Oxalá que habita em você.