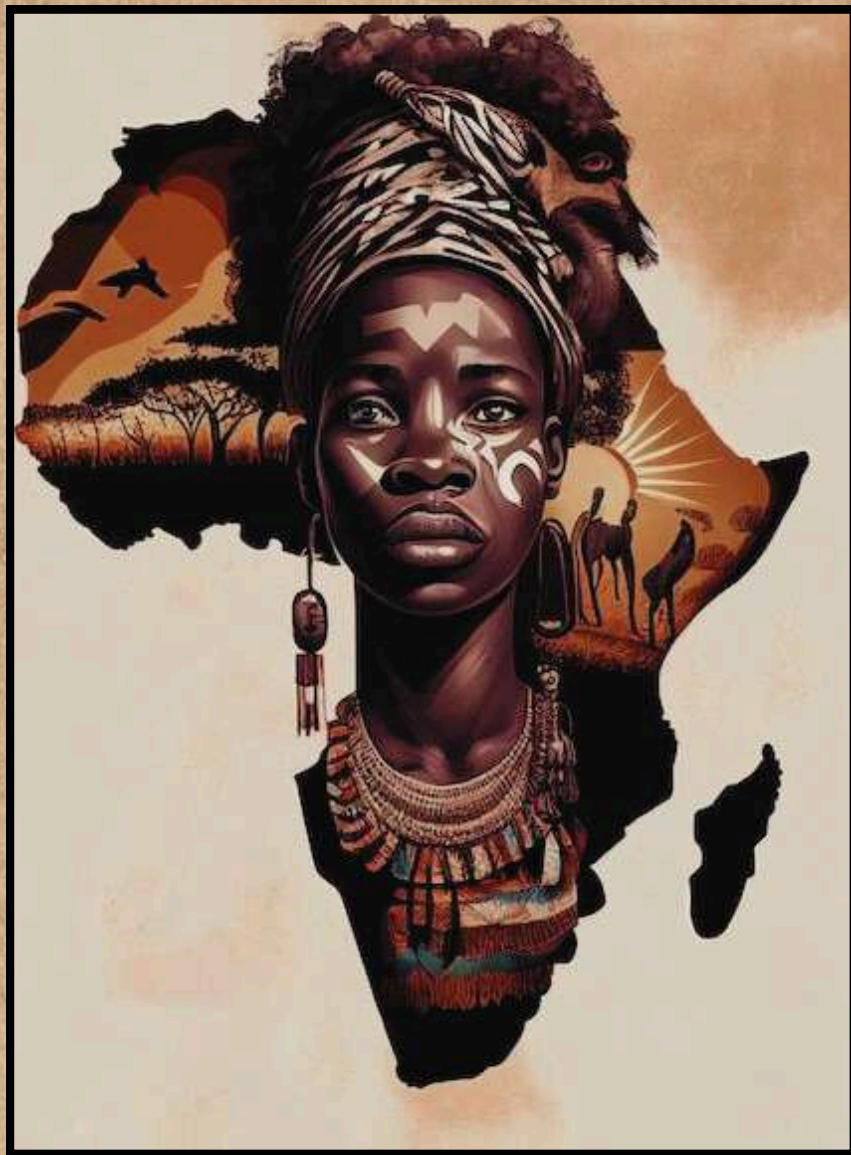


---

# JORNAL CICALT

---

## CULTURA Afro-brasileira



---

1º DESENVOLVIMENTO DE SISTEMAS



# SUMÁRIO

---

• Pretuguês .....	3
1.1 Palavras do Pretuguês .....	4
1.2 Caça palavras .....	5
• Estética .....	6
1.1 Padrão de Beleza .....	8
1.2 Tranças .....	9
1.3 Pintura Corporal.....	10
1.4 Turbantes .....	11
1.5 Tecidos e Estampas .....	12
1.6 Máscaras .....	14
• Tradições .....	15
1.1 Capoeira .....	17
1.2 Maculelê .....	18
1.3 Maracatu .....	19
1.4 Samba .....	20
• Culinária.....	21
1.1 Receitas.....	23
• Mitos e Lendas .....	33
1.1 Morte Suprema .....	34
1.2 Lenda do Sapo e a Cobra .....	35
1.3 A Raposa e o Camelo .....	36
1.4 A Girafa e o Rinoceronte .....	37
1.5 Galinha de Angola .....	38
1.6 Lenda dos Tambores Africanos .....	39
1.7 Lenda dos Tambores Africanos .....	40
• Religião .....	41
1.1 Umbanda .....	43
1.2 Umbanda - Entidades .....	44
1.3 Candomblé.....	56
1.4 Candomblé - Orixás.....	57
• Créditos.....	66



# PRETUGUÊS

---

O pretuguês é uma forma de expressão linguística que reflete a influência histórica, cultural e social da população negra no uso do português. O termo combina “preto” e “português”, destacando como as vivências negras moldaram a língua falada no Brasil. Essa variação surge principalmente da oralidade, carregando traços das línguas africanas trazidas durante o período escravocrata e da criatividade cultural das periferias urbanas, sendo amplamente presente em manifestações como o rap, o samba, o funk e o slam.

Mais do que apenas um jeito de falar, o pretuguês é uma representação da resistência e da ancestralidade negra, contendo gírias, expressões e construções que muitas vezes desafiam as normas linguísticas tradicionais. Ele celebra a riqueza e a diversidade do português brasileiro, mostrando que a língua é viva e dinâmica. No entanto, o pretuguês também enfrenta preconceitos linguísticos, sendo frequentemente desvalorizado ou estigmatizado como “errado” por quem ignora sua importância histórica e cultural.

A valorização do pretuguês é um ato político e cultural que reconhece o papel central da população negra na formação da identidade brasileira. Ele não apenas amplia a compreensão sobre o português, mas também reforça a luta contra o racismo e a desigualdade. Dessa forma, o pretuguês vai além da linguagem, sendo uma celebração da resistência, da ancestralidade e da pluralidade que compõem o Brasil.



# Palavras do Pretuguês

---

**Maluco** – Pessoa que age de forma excêntrica ou fora do comum, também pode se referir a alguém que está em um estado mental alterado.

**Rapadura** – Doce típico feito de açúcar mascavo, muito consumido no Brasil, especialmente no Nordeste.

**Fuleco** – Termo coloquial usado para descrever algo de qualidade inferior ou algo que não merece grande atenção.

**Mexe** – Gíria que significa agitar ou causar movimento, geralmente usado no sentido de animar ou provocar.

**Bicho** – Pode ser usado de forma carinhosa ou pejorativa para se referir a uma pessoa, também pode significar animal.

**Bagulho** – Algo que é de pouco valor, ou também pode se referir a algo confuso ou desorganizado.

**Vixe** – Expressão de surpresa ou preocupação, equivalente a “meu Deus” ou “uau”.

**Lelé da cuca** – Pessoa que está com a mente confusa, meio “fora da casinha”, ou que age de forma estranha.

**Gambiarra** – Solução improvisada e muitas vezes ineficaz para um problema, ou algo que foi feito de maneira rápida e desajeitada.

**Pão-duro** – Pessoa que é muito econômica, geralmente no sentido de ser avarenta.

**Xaveco** – Conversa, geralmente usada para tentar conquistar alguém ou enganar alguém de forma astuta.

**Esquema** – Pode se referir a uma maneira de organizar algo, ou também a um plano, frequentemente com uma conotação de algo oculto ou disfarçado.

**Zueira** – Brincadeira, farra, situação de caos ou diversão descontrolada.

**Fazendo graça** – Agir de maneira engraçada ou chamando atenção de forma divertida, mas às vezes exagerada.

**Mó** – Forma reduzida de “maior”, usada em algumas regiões como gíria para expressar intensidade, como em “mó barulho” ou “mó confusão”.



## caca-palavras

---

Faça uma viagem pelo universo do Pretuguês  
e identifique as palavras ocultas.

S N F U L E C O K G Ó M  
O L E L É D A C U C A E  
C M W B G P V M A A R X  
U R Y A U Ã A A V I X E  
L A E G I O B N K R E S  
A P Z U N D N I E E V Q  
M A U L K U W I C A E U  
A D E H C R I O A H C E  
R U R O U O T C I S O M  
T R A A M I G R A Ç A A  
G A M B I A R R A K A C  
F E F A Z E N D A N E A

MALUCO    RAPADURA    FULECO    MEXE    BICHO  
BAGULHO    VIXE    LELÉ DA CUCA    XEVECO    MÓ  
GAMBIARRA    PÃO-DURO    ESQUEMA    GRAÇA  
ZUEIRA



# ESTÉTICA

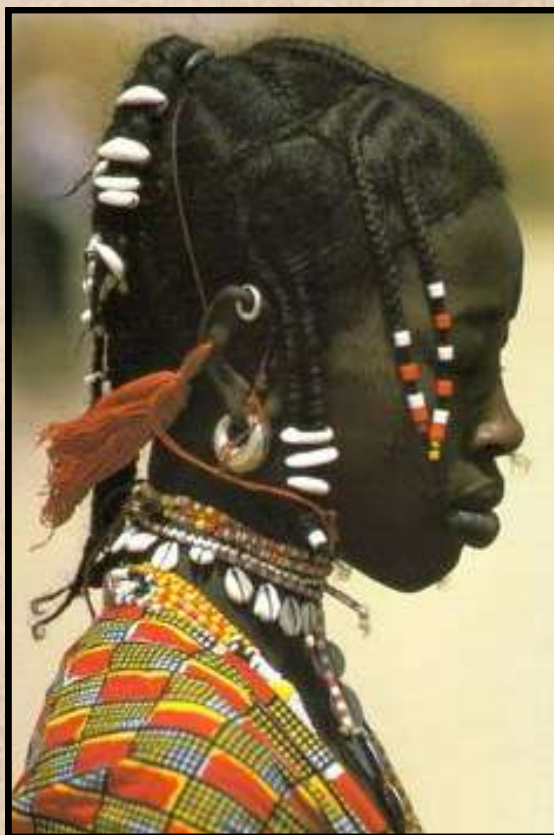
---





# ESTÉTICA

---



A estética na África desempenha um papel central na expressão cultural e na preservação das tradições ancestrais. Seja por meio de roupas vibrantes, penteados elaborados ou padrões simbólicos, ela comunica identidades individuais e coletivas, além de refletir a relação profunda com a natureza e o espiritual. Objetos de arte, como máscaras e esculturas, muitas vezes possuem significados rituais e religiosos, representando conexões entre o mundo físico e o metafísico, além de serem usados em cerimônias que fortalecem laços comunitários.

Além disso, a estética africana influencia fortemente movimentos artísticos e culturais no mundo. A música, a dança e a moda africana continuam a inspirar tendências globais, celebrando a diversidade e a riqueza criativa do continente. Essa valorização estética também é uma forma de resistência cultural, afirmando a autenticidade das tradições locais frente às influências externas e contribuindo para um senso de orgulho e identidade entre as populações africanas e a diáspora.





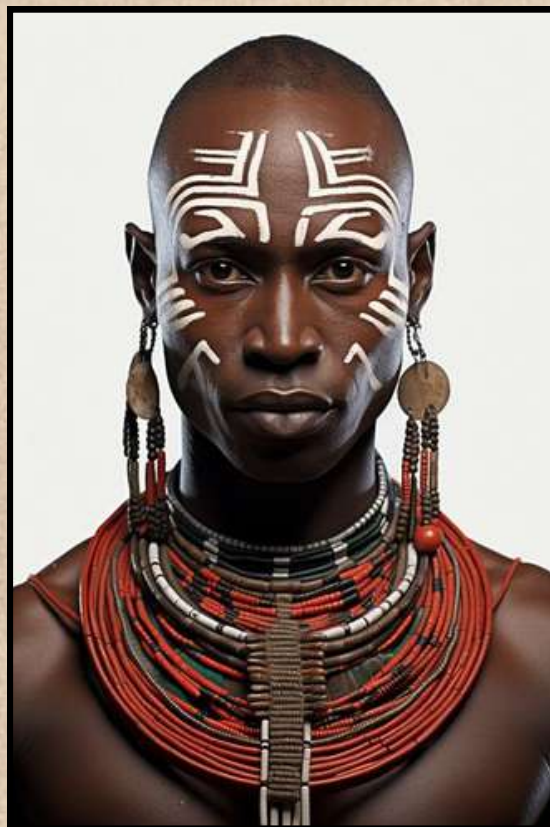
# ESTÉTICA

---

## Padrão de Beleza

---

Antigamente, os padrões de beleza na África eram fortemente influenciados pelas tradições e práticas culturais de cada grupo étnico. Em muitas comunidades, a estética estava ligada a sinais de status social, saúde e riqueza. Por exemplo, mulheres com corpos mais curvilíneos eram vistas como mais atraentes, pois isso simbolizava fertilidade e bem-estar. Os adornos, como colares, piercings e tatuagens, eram usados para embelezar e também para mostrar pertencimento a uma comunidade ou para indicar a passagem por rituais importantes.



Além disso, práticas como escarificação e o uso de pinturas corporais estavam ligadas à identidade cultural e ao processo de maturação, refletindo a conexão profunda entre o corpo e a espiritualidade. Esses padrões, embora diversos, reforçavam valores de pertencimento e beleza ligados à ancestralidade e às tradições.

Além disso, em algumas sociedades africanas, os cabelos desempenhavam um papel fundamental na expressão de beleza. O uso de penteados elaborados, como tranças e dreadlocks, era comum e muitas vezes transmitia informações sobre a fase da vida de uma pessoa, seu estado civil ou sua posição dentro da comunidade. A pele também era valorizada, com práticas de cuidados e o uso de óleos e cremes para manter a saúde e o brilho da pele.



# ESTÉTICA

---

## Tranças

---

As tranças de origem africana são mais do que um estilo de cabelo; elas representam uma forte expressão de identidade cultural, história e espiritualidade.

Com raízes profundas em várias culturas africanas, as tranças simbolizam status social, idade, tribo e até mesmo proteção espiritual. Em muitas comunidades, o ato de trançar o cabelo está associado a rituais de iniciação, transições de vida e conexão com os ancestrais.



---

Historicamente, as tranças também se tornaram um símbolo de resistência durante a escravidão e a colonização, quando se transformaram em um meio de preservar a identidade africana diante da opressão. Nos tempos modernos, as tranças continuam a ser uma forma de orgulho e empoderamento, sendo amplamente adotadas em todo o mundo como uma forma de celebrar a cultura negra e afirmar a beleza natural.

Estilos como cornrows, box braids e tranças ornamentais são populares até hoje, com cada estilo carregando significados específicos. As tranças, portanto, permanecem como um poderoso símbolo de resistência, fortaleza e identidade no contexto global.

---



# ESTÉTICA

---

## Pintura Corporal

---

As pinturas corporais de origem africana são uma forma de expressão artística e espiritual com significados profundos, utilizadas para simbolizar identidade, status social, rituais de iniciação e conexão com os ancestrais. Essas pinturas, feitas com pigmentos naturais como argila e carvão, variam entre as diferentes culturas e tribos, sendo aplicadas em cerimônias importantes como casamentos, danças e rituais religiosos.



Elas também têm um papel de proteção espiritual e podem afastar maus espíritos. Além de serem um símbolo de resistência cultural, as pinturas corporais continuam a ser uma prática viva, sendo resgatadas pelas novas gerações e até influenciando movimentos artísticos e sociais. Assim, as pinturas corporais africanas são um elo entre a tradição ancestral e a atualidade, representando orgulho, identidade e fortalecimento das raízes culturais.



# ESTÉTICA

---

## Turbantes

---

Os turbantes têm uma rica história na África, sendo usados por diferentes povos como símbolos de identidade, status e cultura. A amarração do turbante pode variar de acordo com a região, etnia e ocasião, com cada estilo representando não apenas a estética pessoal, mas também a posição social e o papel na comunidade. Além de sua importância cultural, o turbante também cumpre funções práticas, como proteger a cabeça do sol forte e manter os cabelos organizados, especialmente em regiões de clima quente.



---

Com a diáspora africana e a difusão de suas tradições, os turbantes passaram a ser usados também em outros contextos, tornando-se um símbolo de resistência e afirmação de identidade, especialmente entre afrodescendentes. Hoje, o turbante é usado tanto em ocasiões especiais quanto no cotidiano, como uma forma de expressar orgulho cultural, fortalecer a conexão com as raízes ancestrais e celebrar a diversidade e a beleza da cultura africana. Em muitos casos, é visto como um poderoso símbolo de empoderamento e autoafirmação.

---



# ESTÉTICA

---

## Tecidos e Estampas

---

Os tecidos africanos são uma das formas mais impressionantes de arte aplicada, com muitos povos criando tecidos e estampas com forte valor cultural e simbólico. O Kente, por exemplo, originado pelos Ashanti de Gana, é considerado um dos tecidos mais sofisticados e representativos da África Ocidental. Seu processo de tecelagem é complexo, e o design, feito em linhas geométricas e cintilantes, reflete a sabedoria, a história e os mitos da cultura Ashanti. Cada padrão tem um significado específico, que pode representar virtudes como sabedoria, paciência ou até mesmo eventos históricos marcantes. O Kente não é apenas um tecido, mas um elo entre a tradição e a identidade cultural de um povo.

Outro exemplo fascinante é o Bogolanfini, um tipo de tecido tradicional do Mali, que utiliza barro para tingir o tecido. O processo de tingimento do Bogolanfini é elaborado e simbólico, envolvendo rituais espirituais. O uso de argila para tingir os tecidos faz uma referência direta à terra, e as cores e padrões pintados com o barro podem contar histórias de ancestralidade, espiritualidade ou eventos históricos. O padrão criado com o barro pode ser muito detalhado, com formas que representam forças da natureza e figuras mitológicas.





# ESTÉTICA

---

## Tecidos e Estampas

---

Já os wax prints, tecidos estampados que, embora originários da Europa, se tornaram emblemáticos da África Ocidental, têm suas próprias histórias de adaptação e apropriação cultural. Os wax prints são tecidos de algodão com padrões coloridos e vibrantes, criados com cera de abelha para dar a característica aparência “enxugável”. Para muitos africanos, o wax print se tornou um símbolo de resistência e identidade cultural, com cada padrão transmitindo uma mensagem de orgulho e pertencimento à cultura africana. Eles são comumente usados em festas, celebrações e eventos importantes, além de ser uma escolha popular no vestuário do dia a dia.





# ESTÉTICA

---

## Máscaras

---



As máscaras tem um papel profundo e simbólico na cultura afro-brasileira, especialmente nas manifestações artísticas e religiosas que remontam as tradições africanas trazidas pelos negros escravizados. Nas religiões afro-brasileiras, como o Candomblé e a Umbanda, as máscaras são utilizadas para representar orixás, entidades espirituais e ancestrais, sendo um meio de facilitar a comunicação entre o mundo dos vivos e a dos espíritos. Elas simbolizam a transformação, permitindo que os médiuns ou participantes se conectem com forças superiores e se tornem intermediários entre os mundos físico e espiritual, como no caso das máscaras usadas em rituais e cerimônias.

---

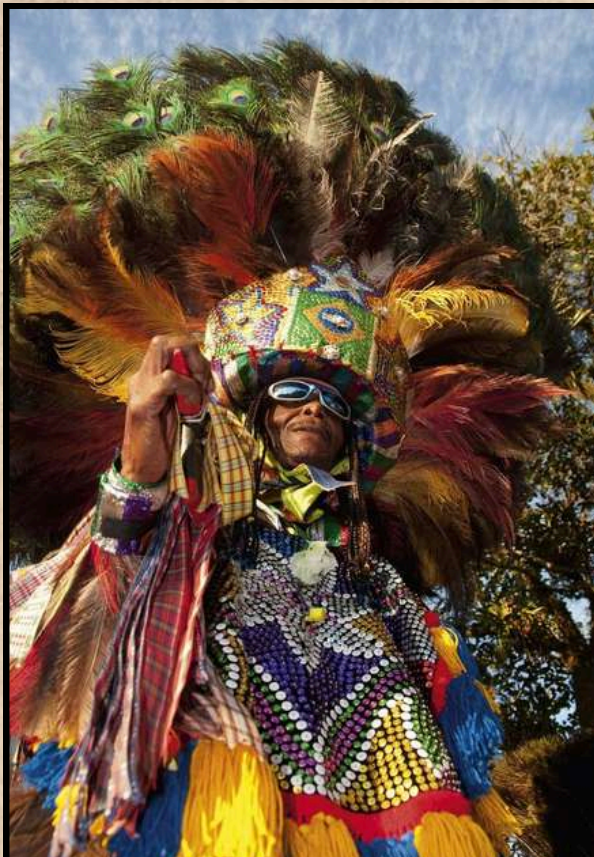
Além da religião, as máscaras são um elemento central em diversas manifestações culturais afro brasileiras, como o Carnaval o Maracatu e o All Nessas festividades, as máscaras desempenham um papel de resistência e afirmação cultural, ao permitir que as tradições africanas sejam preservadas e celebradas. Elas são usadas para encarnar personagens mitológicos, espíritos, ou figuras históricas que remetem ao passado africano e à luta pela liberdade. As máscaras, assim, são símbolos de identidade e pertencimento, ajudando a reafirmar a riqueza cultural e a herança dos povos afro-brasileiros.

Em um contexto mais amplo, as máscaras na cultura afro-brasileira também têm um significado estético e social. Elas representam a capacidade do ser humano de se reinventar, de se ocultar e se revelar ao mesmo tempo, trazendo à tona aspectos simbólicos como poder, ancestralidade, e o vínculo com a natureza e os elementos. O uso de máscaras nas danças e rituais também está relacionado a uma forma de transgressão das normas sociais e uma celebração da liberdade. Dessa forma, as máscaras se tornam uma poderosa ferramenta de expressão, transformação e resistência cultural.

---



# TRADIÇÕES





# TRADIÇÕES

---

As tradições africanas no Brasil são fundamentais para a identidade cultural do país, influenciando a religião, música, culinária, dança e costumes. Trazidas pelos africanos escravizados, essas práticas resistiram ao apagamento cultural e permanecem vivas. Esse legado, além de enriquecer o Brasil, simboliza a resistência e o valor das raízes africanas na formação de uma sociedade diversa.





# TRADIÇÕES

## Capoeira

---



A capoeira é uma manifestação cultural brasileira que combina elementos de luta, dança, música e acrobacia. Sua origem remonta ao período colonial, quando os africanos escravizados no Brasil criaram a prática como uma forma de resistência. De maneira disfarçada, eles praticavam os movimentos da capoeira enquanto simulavam danças, o que permitia manter suas habilidades de autodefesa sem ser detectados pelos seus opressores. Assim, a capoeira se tornou um símbolo de resistência, liberdade e identidade cultural.

---

A prática da capoeira envolve uma "roda", onde dois praticantes se enfrentam de maneira dinâmica e fluida, realizando movimentos rápidos e precisos, mas com um aspecto lúdico, como se fosse uma dança. A roda é acompanhada por músicos que tocam instrumentos típicos, como o berimbau, atabaques e pandeiro, além de cantarem músicas que refletem a história e a tradição da capoeira. A combinação desses elementos torna a capoeira uma expressão artística completa, que une corpo, som e espírito.

Hoje em dia, a capoeira é praticada em todo o mundo e reconhecida como patrimônio cultural imaterial da humanidade pela UNESCO. Ela é não apenas uma forma de arte marcial, mas também uma importante ferramenta de socialização, promovendo valores como respeito, disciplina e cooperação. Além disso, a capoeira mantém viva a memória histórica do Brasil, celebrando a diversidade e a resistência de um povo que, por meio da cultura, conquistou sua liberdade e identidade.



# TRADIÇÕES

## Maculelê

---



O maculelê é uma manifestação cultural afro-brasileira que mistura dança, luta e música, originada entre os povos afrodescendentes no Brasil. Sua prática remonta às tradições dos escravizados africanos, especialmente nas regiões da Bahia, onde era executada como uma forma de resistência disfarçada. O maculelê se caracteriza pelos movimentos rápidos e fortes, realizados com bastões ou facões, que são batidos ritmicamente durante a dança. A prática é acompanhada por cânticos e o toque de instrumentos como o atabaque e o pandeiro, criando uma atmosfera de grande energia e sincronia.

---

A dança do maculelê imita uma luta, mas também pode ser vista como uma representação simbólica de combate. O aspecto visual é muito importante, pois os dançarinos, ao se enfrentarem, fazem movimentos de ataque e defesa com os bastões, criando uma coreografia envolvente e marcada por grande expressão corporal. O ritmo acelerado e a cadência da música geram uma dinâmica vibrante, onde os praticantes demonstram habilidades de coordenação e resistência. Com o passar dos anos, o maculelê foi incorporado a várias manifestações culturais brasileiras e, hoje, é amplamente praticado em festivais, escolas de capoeira e eventos culturais. Embora tenha suas raízes na luta e resistência dos negros, o maculelê também é uma importante forma de celebração e afirmação cultural, representando a força e a tradição das comunidades afro-brasileiras.



# TRADIÇÕES

---

## Maracatu

---



O Maracatu é uma manifestação cultural tradicional do estado de Pernambuco, no Brasil, e está intimamente ligado às raízes afro-brasileiras. Ele tem suas origens no período colonial, quando os negros escravizados preservaram e adaptaram suas tradições culturais, criando uma forma de resistência através da música e da dança. O Maracatu é caracterizado por seu ritmo contagiante, danças vibrantes e uso de roupas coloridas e ornamentadas, que retratam tanto a cultura africana quanto as influências indígenas e portuguesas. Ele é uma expressão de celebração e identidade cultural que mistura elementos religiosos, sociais e folclóricos.

Existem duas principais modalidades de Maracatu: o Maracatu de Baque Virado e o Maracatu de Baque Solto. O Maracatu de Baque Virado é mais formal, geralmente associado às coroações de reis e rainhas, com uma estrutura de corte real, composta por personagens, como o rei e a rainha, o príncipe e a princesa, acompanhados por músicas que tocam tambores, alaias, agogás e outros instrumentos. O Maracatu de Baque Solto é mais improvisado e espontâneo, focando na dança e na celebração popular, sendo mais aberto à participação do público nas ruas.

O Maracatu é especialmente popular durante o Carnaval, quando se apresenta com grande força e exuberância nas ruas de Recife e Olinda. Além de ser uma forma de expressão artística, o Maracatu também carrega uma rica simbologia e significado cultural, celebrando a luta pela liberdade e o orgulho das raízes africanas. Hoje, o Maracatu continua sendo um símbolo da resistência cultural e da diversidade do Brasil, atraindo pessoas de todas as partes do mundo e mantendo-se uma das mais importantes tradições da cultura pernambucana.



# TRADIÇÕES

---

## Samba

---



O samba é um dos maiores ícones da cultura brasileira, surgindo no Rio de Janeiro no final do século XIX e início do século XX, com raízes profundas nas tradições africanas trazidas pelos negros escravizados. Sua origem está vinculada ao contexto de resistência e adaptação dos africanos no Brasil, que mesclaram ritmos e danças tradicionais de suas terras natais com influências das culturas locais e europeias. O samba evoluiu ao longo do tempo, incorporando diferentes estilos e influências, tornando-se um símbolo de identidade nacional e de celebração popular.

Ao longo dos anos, o samba se diversificou em várias vertentes, como o samba de roda, o samba-enredo, o samba de gafieira e o samba-canção, cada uma com suas características e formas de expressão. O samba de roda, por exemplo, é uma dança originária da Bahia, com forte presença no recôncavo baiano, enquanto o samba-enredo é associado ao carnaval carioca, onde as escolas de samba contam histórias e fazem homenagens através de suas músicas e desfiles. O samba também foi fundamental na popularização do Carnaval do Rio de Janeiro, transformando-se em um dos principais gêneros musicais e de dança da festa.

Além de sua importância cultural e histórica, o samba tem sido um poderoso veículo de expressão social e política no Brasil. Ele foi utilizado como meio de denúncia das desigualdades sociais e como forma de resistência durante períodos de repressão política, especialmente durante a ditadura militar. O samba permanece como um elo entre as diferentes classes sociais e etnias do Brasil, refletindo a diversidade e a riqueza da cultura brasileira. Até hoje, continua a ser um símbolo de alegria, liberdade e a celebração da vida nas mais diversas festas, especialmente durante o Carnaval, onde o samba se manifesta em sua forma mais grandiosa.



# CULINÁRIA





# CULINÁRIA

---

A culinária africana é um dos pilares da cultura do continente, destacando-se por sua diversidade, riqueza de sabores e conexões profundas com a história e as tradições locais. Cada prato carrega influências das diferentes regiões, desde as especiarias do Norte da África até as receitas à base de mandioca e inhame na África subsaariana. Esses alimentos não só nutrem fisicamente, mas também servem como símbolos de identidade cultural, representando a relação com a terra e os ciclos da natureza.



Além disso, a culinária africana tem impacto global, influenciando a gastronomia em várias partes do mundo, especialmente nas Américas e no Caribe, por meio das diásporas africanas. Pratos como feijoada, gumbo e acarajé têm raízes na herança africana. Essa culinária também carrega histórias de resiliência e criatividade, transformando ingredientes simples em refeições ricas e significativas. Assim, celebrar a culinária africana é reconhecer sua contribuição única para a diversidade cultural e alimentar do mundo.



# receitas

---

Abaixo, você encontrará o passo a passo de duas comidas de origem africana para você fazer em casa .

---

## FRANGO COM QUIABO



Um prato clássico onde sobrecoxas de frango são temperadas com suco de limão, alho, sal e pimenta-do-reino, e depois refogadas com quiabo

---

## Ingredientes:

- 1 Kilo de quiabo
- 5 Dentes de alho
- 1 Xícara de chá de óleo
- 1 Frango inteiro
- 1 Cebola grande
- 1 Colher de coloral
- Sal a gosto
- Cheiro verde a gosto



# receitas

---

## FRANGO COM QUIABO



Um prato clássico onde sobrecoxas de frango são temperadas com suco de limão, alho, sal e pimenta-do-reino, e depois refogadas com quiabo

---

## Modo de preparo:

- 1.- Tempere o frango com o alho e sal e deixe descansar.
- 2.- Corte o quiabo em rodela finas e refogue em fogo baixo com óleo, para retirar a baba.
- 3.- Quando não houver mais baba desligue o fogo e reserve .
- 4.- Em uma panela coloque o óleo e a cebola picada e deixe ela fritar até dourar ,coloque o frango até fritar bem.
- 5.- Coloque o sal e três xícaras de água ou até cobrir o frango
- 6.- Deixe cozinhar em fogo médio até ficar macio e junte com o quiabo.
- 7.- Corrija o tempero e acrescente o cheiro verde .
8. Desligue o fogo e aproveite.



# receitas

---

## CUBU

---



"Broa de milho assado na folha de bananeira", a receita do Cubu de origem africana é feita com ingredientes como, fubá, ovos, açúcar, gordura de porco, erva doce ou canela, leite e farinha de trigo

## Ingredientes:

- 5 xícaras bem cheias de fubá (800g)
- 2 xícaras de farinha de trigo (300g)
- 1 ou  $\frac{1}{2}$  xícara de açúcar (270g)
- 3 ovos
- 4 colheres (sopa) bem cheias de manteiga ou margarina
- Menos de  $\frac{1}{2}$  copo de gordura de porco
- 1 xícara de leite (200ml)
- 1 colher de sal
- 1 colher (sopa) bem cheia de fermento em pó (químico)
- Erva-doce a gosto
- 5 folhas de bananeira



# receitas

---

## CUBU

---



"Broa de milho assado na folha de bananeira", a receita do Cubu de origem africana é feita com ingredientes como, fubá, ovos, açúcar, gordura de porco, erva doce ou canela, leite e farinha de trigo

## Modo de preparo:

1. Misture 1 ou  $\frac{1}{2}$  xícara de açúcar com 3 ovos, uma pitada de sal e 200ml de leite
2. Ferva a mistura acrescentando aos poucos 5 xícaras de fubá e 2 xícaras de farinha de trigo
3. Quando a mistura estiver consistente acrescente 1 colher de sopa de fermento em pó e erva doce a gosto
4. Faça um enroladinho, coloque em meia folha de bananeira, enrole e leve para assar em um forno quente por 20 minutos



# receitas

---

## ACARAJÉ

---



um bolinho frito típico da culinária baiana, feito de massa de feijão-fradinho, cebola e sal, moldado e frito em azeite de dendê. Servido aberto, pode ser recheado com vatapá, caruru, camarão seco e pimenta.

## Ingredientes:

### Ingredientes | Massa

- 1 kg de feijão-fradinho
- 2 cebolas
- 50 g de camarões secos dessalgados
- Sal a gosto
- Azeite de dendê para fritar
- 

### Ingredientes | Recheio

- 300 g de vatapá
- 400 g de camarões secos
- Vinagrete



# receitas

---

## ACARAJÉ

---



um bolinho frito típico da culinária baiana, feito de massa de feijão-fradinho, cebola e sal, moldado e frito em azeite de dendê. Servido aberto, pode ser recheado com vatapá, caruru, camarão seco e pimenta.

## Modo de preparo:

1. Deixe o feijão de molho por 6 horas. Lave até sair a casca, escorra em uma peneira e seque.
2. No processador, misture o feijão com 1 cebola, os camarões e sal a gosto até triturar e ficar com consistência de massa.
3. No liquidificador, bata a cebola restante e adicione, aos poucos, a massa de feijão.
4. Transfira para uma tigela e mexa até a mistura ficar consistente e bem fofa.
5. Frite os bolinhos em azeite de dendê bem quente até dourarem. Deixe escorrer sobre papel absorvente.
6. Por último abra cada bolinho ao meio e recheie com um pouco do vatapá, dos camarões e do vinagrete. Sirva em seguida e aproveite!



# receitas

---

## CUSCUZ

---



Cuscuz é um prato berbere originário do Magrebe (região do noroeste do continente africano). Consiste num preparado de sêmola de cereais, principalmente o trigo. Na Tunísia, o cuscuz tem “estatuto” de prato nacional, mas em Marrocos e Argélia é praticamente o prato do dia.

## Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) de flocos de milho
- 1 xícara (chá) de água
- 1 colher (chá) de sal
- 4 colheres (sobremesa) de Qualy Cremosa
- 1 colher (sopa) de pimentas biquinho em conserva bem picadas
- Coentro picado a gosto



# receitas

---

## CUSCUZ

---



Cuscuz é um prato berbere originário do Magrebe (região do noroeste do continente africano). Consiste num preparado de sêmola de cereais, principalmente o trigo. Na Tunísia, o cuscuz tem “estatuto” de prato nacional, mas em Marrocos e Argélia é praticamente o prato do dia.

## Modo de preparo:

1. Coloque o cuzcuz de molho com água e o sal .
2. Depois de cinco minutos acrescente os temperos no cuzcuz.
3. Logo coloque o cuzcuz na cuzcuzeira e deixe por dez minutos ou até ficar macio.



# receitas

---

## COCADA

---



A cocada é um doce tradicionalmente vindo do noroeste África, e se espalhado no Brasil a partir da Bahia. A cocada era muito preparada pelas escravizadas para os senhores de engenho.

### Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) de coco fresco ralado grosso (cerca de 500 g)
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de água



# receitas

---

## COCADA

---



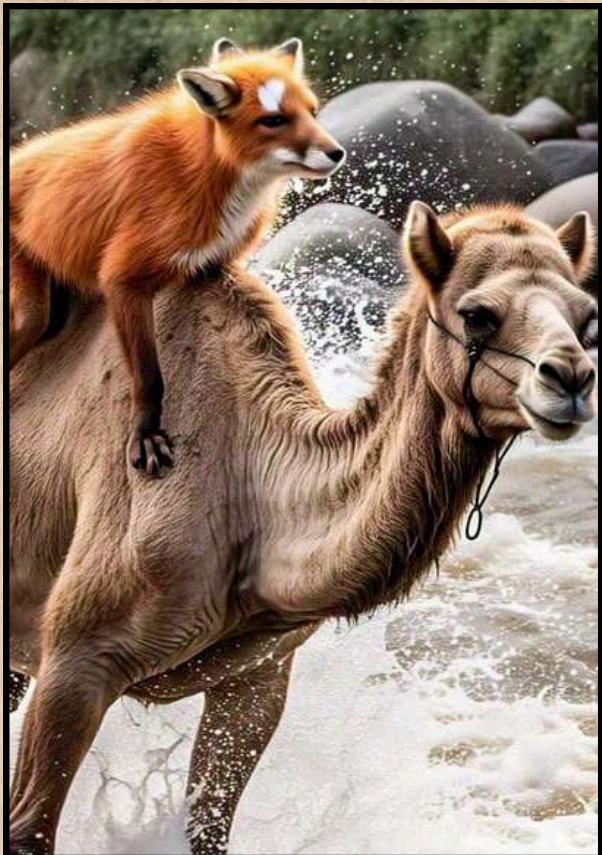
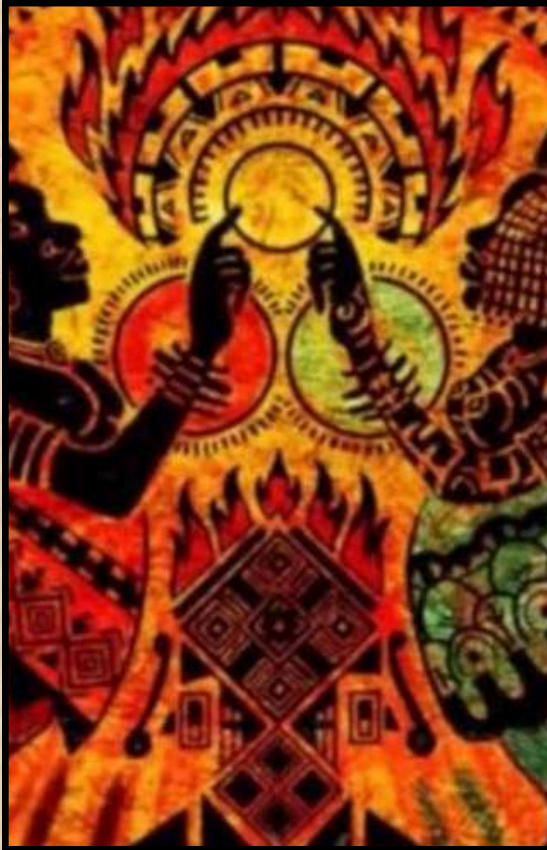
A cocada é um doce tradicionalmente vindo do noroeste África, e se espalhado no Brasil a partir da Bahia. A cocada era muito preparada pelas escravizadas para os senhores de engenho.

## Modo de preparo:

1. Em uma panela misture o açúcar e água com cuidado
2. Coloque a panela ao fogo por 20 minutos sem mexer até a calda ficar em ponto de "linha"
3. Misture o coco até envolver o coco na calda, sem mexer muito para não açúcar. Então deixe no fogo por 5 minutos em fogo médio
4. Enquanto deixe a cocada esfriar por 5 minutos em um recipiente (com a calda), unte uma assadeira grande com manteiga
5. Molde a cocada com duas colheres e ponha na assadeira, então deixe elas descansarem por até 1 hora em temperatura ambiente, até elas ficarem durinhas por fora e úmidas por dentro.



# MITOS E LENDAS





# **MITOS E LENDAS**

## **Morte Suprema**

Segundo a mitologia massai, um homem chamado Kintu vivia sozinho no mundo criado por Ngai. Solitário, o humano se apaixonou pela filha do Céu, que teve o mesmo sentimento pelo homem. A jovem, então, pediu que seu pai, Ngai, autorizasse o casamento. Kintu foi até o Céu, onde passou pelas provas criadas pelo deus supremo.

Assim, a filha do Céu pôde descer à Terra ao lado de seu amado, levando animais e plantas como dote. Ao esquecer alguns grãos, no entanto, Kintu teve que retornar aos céus e, lá em cima, encontrou-se com a Morte, outra filha de Ngai. Irritada pela quebra do acordo que proibia a volta do humano, ela desceu ao planeta mundano junto com ele.

Uma vez em terra firme, a Morte instalou-se em uma casa e prometeu matar todos os filhos que nascessem do casamento entre Kintu e a filha do Céu. Nenhuma armadilha foi capaz de deter a Morte que, cumprindo sua promessa, ficaria na Terra para sempre, dando início à soberania da morte.





# **MITOS E LENDAS**

## **Lenda do Sapo e a Cobra**

Certo dia, um sapo estava caminhando e avistou um animal fino, comprido e brilhante. O sapo perguntou:

— Oi! que você faz estirada pela estrada?

A cobra respondeu:

— Estou tomando um solzinho. Sou uma cobra e vc?

— Eu sou um sapo. Você gostaria de brincar?

A cobra aceitou e eles brincaram a tarde toda. A cobra ensinou o sapo a rastejar e subir nas árvores e o sapo ensinou a cobra a pular. Eles se divertiram muito e ao final do dia cada um foi pra sua casa, prometendo se encontrar no dia seguinte.

Quando o sapo encontrou sua mãe, contou o que tinha acontecido, que conheceu uma cobrinha e ficaram amigos. Sua mãe não gostou e falou:

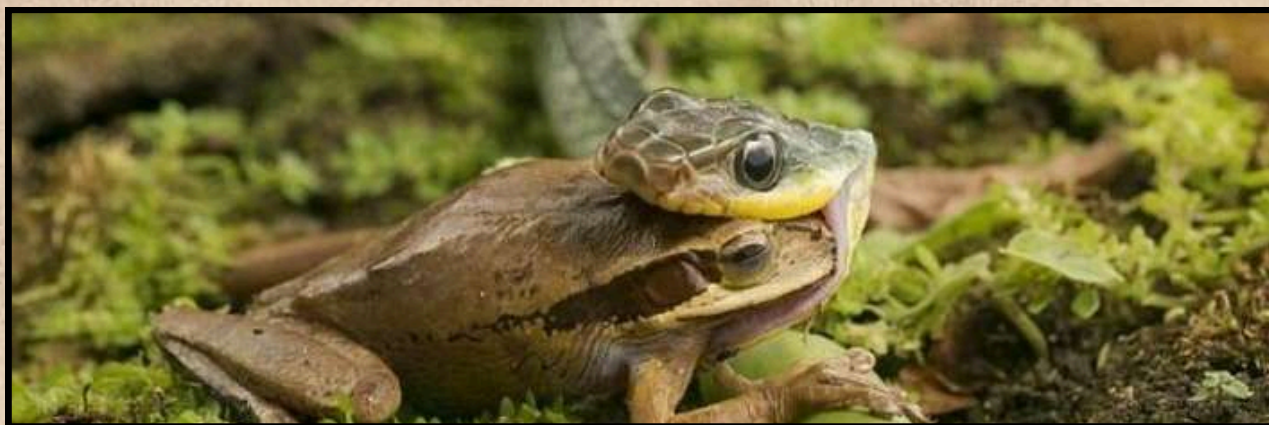
— Você devia saber que a família da cobra não é legal. Eles são venenosos! Não quero mais que brinque com cobras e nem rasteje por aí!

A cobra quando chegou em casa mostrou à sua mãe que sabia pular e disse que foi o sapo que a ensinou. Sua mãe também não gostou e disse:

— Nós cobras não temos amizade com sapos, eles servem apenas como comida. Não quero que brinque com o sapo. E pare de pular!

Quando se encontraram, a cobra pensou em devorar o sapo, mas depois se lembrou daquela tarde de brincadeiras e correu para o mato.

A partir de então eles não brincaram mais, mas sempre ficam estirados no sol pensando no dia em que foram amigos.





# **MITOS E LENDAS**

## **A Raposa e o Camelo**

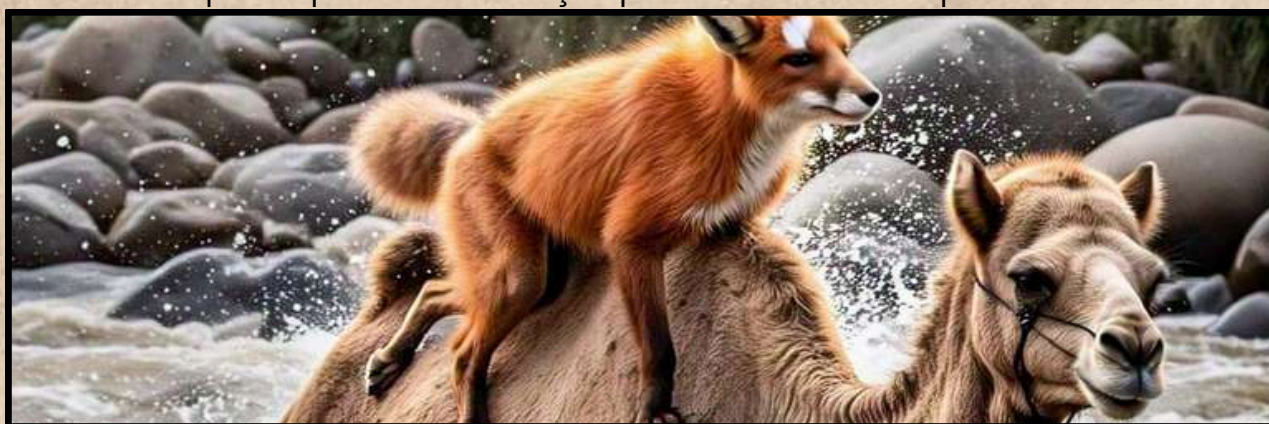
uma raposa chamada Awan adorava lagartixas e já havia devorado todas as que estavam de um lado do rio. Querendo mais, Awan precisava atravessar para a outra margem, mas tinha um problema: ela não sabia nadar.

Foi então que teve uma ideia: procurou seu amigo camelo, Zorol, e disse a ele que conhecia um campo de cevada. Se ele a levasse nas costas para atravessar o rio, ela mostraria o caminho até lá.

Zorol aceitou, e Awan subiu em suas costas, guiando-o até o outro lado do rio. Quando chegaram, o camelo foi até o campo de cevada para comer, enquanto a raposa se deliciava com as lagartixas. Depois de satisfeita, Awan queria voltar, mas Zorol ainda estava comendo. Impaciente, a raposa começou a correr e gritar, o que chamou a atenção dos donos do campo. Eles jogaram uma pedra no camelo, ferindo-o.

Quando a raposa voltou, chamou o camelo para irem embora. Zorol, no entanto, questionou o motivo de tanta gritaria, e Awan respondeu que era apenas uma mania que tinha depois de comer. Os dois começaram a travessia de volta. No meio do rio, o camelo começou a dançar, deixando a raposa apavorada. Ao perguntar o que estava acontecendo, Zorol respondeu que ele também tinha o costume de dançar depois de se alimentar.

No fim, a raposa acabou escorregando e foi levada pela correnteza, enquanto o camelo chegou tranquilamente à outra margem. A moral da história? A raposa aprendeu uma lição por causa de sua imprudência.





# **MITOS E LENDAS**

## **A Girafa e o Rinoceronte**

A girafa tinha um pescoço normal até que uma grande seca acabou com as ervas rasteiras e deixou a água escassa. Enquanto procurava por água, a girafa encontrou o rinoceronte e começou a reclamar sobre a falta de chuva e o fato de as acácias continuarem verdes.

O rinoceronte, concordando, sugeriu que fossem falar com um feiticeiro em busca de ajuda. Após explicarem a situação, o feiticeiro pediu que voltassem no dia seguinte, quando ele daria uma poção que faria o pescoço e as pernas da girafa crescerem, permitindo que ela alcançasse as folhas das acácias. No dia seguinte, a girafa voltou sozinha à casa do feiticeiro, já que o rinoceronte estava satisfeito com algumas ervas que havia encontrado.

O feiticeiro então ofereceu a poção à girafa e desapareceu. A girafa tomou a poção, e logo seu corpo começou a se transformar. Pouco tempo depois, ela avistou uma acácia e pôde finalmente se deliciar com suas folhas. Já o rinoceronte, ao perceber que não havia recebido a poção, foi atrás do feiticeiro, mas não o encontrou, o que o deixou bem furioso. Desde então, ele passou a perseguir o feiticeiro pela floresta e a correr atrás de qualquer pessoa que cruzasse seu caminho.





# **MITOS E LENDAS**

---

## **Galinha de Angola**

---

A lenda da galinha da Angola, também conhecida como "galinha de Angola" ou "galinha-d'angola", é uma história popular na cultura brasileira e em várias outras regiões da África, especialmente entre os povos de tradição africana.

De acordo com uma das versões da lenda, a galinha da Angola era originalmente uma ave mansa e generosa, que vivia entre os seres humanos e ajudava os agricultores a proteger suas plantações. Em algum momento, ela teve um confronto com a lua, que a desafiou em um jogo de astúcia. Para humilhar a galinha, a lua a transformou em uma ave com penas escuras e características estranhas, impedindo que ela continuasse a andar entre os seres humanos. Desde então, a galinha da Angola foi relegada ao mato, onde vive de forma mais isolada e misteriosa, mas sempre mantendo sua essência de protetora da terra e das colheitas.

Outras versões da lenda tratam da galinha da Angola como uma ave associada à fertilidade e ao poder feminino. Ela seria vista como uma guardiã das boas colheitas e uma portadora de sabedoria ancestral, com a capacidade de manter a ordem no campo e nas terras.

O simbolismo da galinha da Angola está relacionado à sua origem africana, sendo considerada um animal sagrado em algumas culturas, especialmente entre os povos que foram trazidos como escravizados para o Brasil. Ela é uma figura mítica ligada à proteção, à persistência e à força.





# **MITOS E LENDAS**

---

## **Lenda dos Tambores Africanos**

---

A origem dessa lenda vem das terras de Guiné Bissau e explica como surgiram os tambores, instrumentos tão importantes na cultura de toda a África.

Conta-se que os macaquinhos de nariz branco da região quiseram um dia trazer a Lua para perto da Terra.

Eles não tinham ideia de como executar tal feito. Até que o macaco menor sugeriu que uns subissem nos ombros dos outros a fim de alcançar a Lua.

O grupo de macacos colocou o plano em ação e o macaquinho menor foi o último a subir, conseguindo chegar no céu e agarrando-se à Lua.

Mas antes que conseguissem puxar o satélite, a pilha de macacos desmoronou e todos caíram, menos o macaquinho, que continuou agarrado à Lua.

Uma amizade então cresceu e a Lua presenteou o pequeno animal com um maravilhoso tambor branco, que ele logo aprendeu a tocar.

O macaquinho ficou por muito tempo morando na Lua, mas um dia começou a sentir saudades da Terra, de seus amigos e da natureza. Ele então pediu à sua amiga que o ajudasse a retornar para sua casa.

A Lua ficou chateada e respondeu:

— Mas por que você quer voltar? Não está feliz aqui com o tamborzinho que eu te dei?

O macaco lhe explicou que gostava muito, mas que tinha saudades.

A Lua ficou com pena, prometeu ajudá-lo e lhe disse:

— Não toque o tambor enquanto não estiver em terra firme. Toque apenas quando chegar lá embaixo, assim saberei que chegou e poderei cortar a corda. Então você estará liberto.

O macaco concordou. Ele sentou em seu tambor e foi amarrado a uma corda, que começou o processo de descida.



# MITOS E LENDAS

## Lenda dos Tambores Africanos

Enquanto descia, o macaquinho olhava seu tambor e surgiu uma vontade irresistível de tocá-lo. Ele começou a tocar bem baixinho, para que a Lua não ouvisse.

Mas, mesmo assim, a Lua escutou e cortou a corda conforme o combinado. O macaco começou a cair e ao chegar ao chão, não resistiu e morreu. Mas antes, uma menina que passeava por perto viu a queda. Ela foi até o macaco e ele disse:

— Isso é um tambor. Por favor, entregue ao povo de seu país.

A menina pegou o instrumento e correu para entregar às pessoas de sua família, contando o que havia acontecido.

Todos adoraram o tambor e começaram a tocá-lo. Desde então, o povo africano produz seus próprios tambores e sempre que possível toca e dança ao som deles.





# RELIGIÕES

---





# RELIGIÕES

---

As religiões de matriz africana, como o Candomblé e a Umbanda, são fundamentais para a cultura afro-brasileira, pois preservam, transmitem e enriquecem tradições, valores e identidades herdadas de povos africanos escravizados no Brasil. Elas mantêm vivas línguas, práticas, mitologias e cosmologias africanas, como as histórias dos orixás, voduns e inquices, além de danças, cânticos e rituais transmitidos oralmente. Sua influência é evidente na música (como o samba e os toques de atabaque), na dança (afoxé, capoeira), na culinária (acarajé, vatapá) e na moda (trajes e adereços tradicionais). Essas religiões também desempenharam um papel crucial na resistência cultural e espiritual durante a escravidão e continuam a fortalecer o senso de identidade e pertencimento das comunidades negras. Além disso, enriquecem o mosaico cultural brasileiro, promovendo o diálogo inter-religioso e a valorização da pluralidade espiritual do país. Muitos de seus espaços sagrados e rituais são reconhecidos como patrimônio cultural imaterial, como o Candomblé na Bahia, que é um marco da cultura afro-brasileira. No entanto, essas religiões ainda enfrentam preconceito e intolerância, e valorizá-las é essencial para reconhecer a contribuição africana na formação da identidade brasileira e promover a diversidade cultural.



# RELIGIÕES

---

## Umbanda

---



A Umbanda é uma religião genuinamente brasileira, que surge no início do século XX como resultado do encontro de diversas tradições espirituais e culturais. Suas raízes estão profundamente conectadas às culturas afro-brasileiras, indígenas e europeias, refletindo a diversidade do Brasil e sua história de sincretismo religioso.

No contexto afro-brasileiro, a Umbanda incorpora elementos de religiões africanas trazidas pelos povos escravizados, como o candomblé, que reverencia orixás – entidades espirituais ligadas à natureza.

Esses orixás foram reinterpretados na Umbanda e associados a santos católicos devido ao sincretismo religioso imposto durante a colonização.

A Umbanda valoriza a diversidade espiritual e busca promover o equilíbrio entre corpo, mente e espírito. Seus rituais são realizados em terreiros, onde se canta, dança e trabalha com entidades como caboclos, pretos-velhos e crianças, que representam arquétipos de sabedoria, força e pureza. A religião também preza pela caridade, frequentemente prestando auxílio espiritual e material à comunidade.

Na cultura afro-brasileira, a Umbanda desempenha um papel importante na preservação e ressignificação de tradições africanas, ajudando a combater o preconceito e a marginalização dessas expressões culturais. Ao mesmo tempo, promove valores de tolerância, união e respeito às diferenças, tornando-se um símbolo de resistência e identidade para muitos brasileiros.



# RELIGIÕES

---

## umbanda - Entidades

---



Na Umbanda é uma das mais reverenciadas e está profundamente ligada à sabedoria, humildade e resistência dos antigos escravizados no Brasil. Esses espíritos, que viveram no período da escravidão, são considerados guias espirituais de grande sabedoria, adquirida através das dificuldades e lutas da vida. Sua imagem é a de um ancião, com roupas simples e uma postura serena, e sua presença é um símbolo de paciência, compaixão e superação.

No contexto da Umbanda, o Preto-Velho atua como intermediário entre o mundo físico e o espiritual, oferecendo conselhos práticos e espirituais durante os rituais. Ele é procurado para orientar aqueles que enfrentam problemas emocionais e físicos, ajudando na cura e no desenvolvimento pessoal. A sua sabedoria é valorizada especialmente por sua capacidade de compreender o sofrimento humano e oferecer soluções baseadas em sua longa experiência de vida e sofrimento.

Além de seu papel como guia espiritual, o Preto-Velho é também um importante símbolo da cultura afro-brasileira. Ele representa a preservação das tradições e a resistência das culturas africanas, que resistiram e sobreviveram à opressão da escravidão. Sua prática religiosa, que inclui rituais com ervas, banhos de purificação e cânticos, reforça a conexão entre a ancestralidade negra e a identidade cultural brasileira, oferecendo um espaço de acolhimento e cura para aqueles que buscam sua sabedoria e proteção.



# RELIGIÕES

---

## Umbanda - Pretos Velhos

---



Na Umbanda é uma das mais reverenciadas e está profundamente ligada à sabedoria, humildade e resistência dos antigos escravizados no Brasil. Esses espíritos, que viveram no período da escravidão, são considerados guias espirituais de grande sabedoria, adquirida através das dificuldades e lutas da vida. Sua imagem é a de um ancião, com roupas simples e uma postura serena, e sua presença é um símbolo de paciência, compaixão e superação.

---

No contexto da Umbanda, o Preto-Velho atua como intermediário entre o mundo físico e o espiritual, oferecendo conselhos práticos e espirituais durante os rituais. Ele é procurado para orientar aqueles que enfrentam problemas emocionais e físicos, ajudando na cura e no desenvolvimento pessoal. A sua sabedoria é valorizada especialmente por sua capacidade de compreender o sofrimento humano e oferecer soluções baseadas em sua longa experiência de vida e sofrimento.

Além de seu papel como guia espiritual, o Preto-Velho é também um importante símbolo da cultura afro-brasileira. Ele representa a preservação das tradições e a resistência das culturas africanas, que resistiram e sobreviveram à opressão da escravidão. Sua prática religiosa, que inclui rituais com ervas, banhos de purificação e cânticos, reforça a conexão entre a ancestralidade negra e a identidade cultural brasileira, oferecendo um espaço de acolhimento e cura para aqueles que buscam sua sabedoria e proteção.



# RELIGIÕES

---

## Umbanda - Erês

---



A cultura de Eres na Umbanda e no Candomblé está intimamente ligada à energia da cura, da proteção e da transformação espiritual. Os Eres são espíritos que, assim como os Exus, atuam como intermediários entre o mundo material e o espiritual, mas com um foco especial na área da cura e da limpeza energética. Sua presença é marcada pela leveza, sensibilidade e poder de transformar energias negativas em positivas. Os Eres são considerados protetores da saúde física e espiritual, atuando para afastar doenças, feitiçarias e influências negativas.

Na Umbanda, os Eres são conhecidos por sua capacidade de limpar e purificar, ajudando aqueles que buscam equilíbrio e harmonia em suas vidas. Eles são invocados em rituais de cura, tanto físicos quanto espirituais, utilizando elementos naturais como ervas, banhos de purificação e rituais de descarrego. Com sua energia suave, mas firme, os Eres transmitem a sabedoria da natureza e das forças espirituais, orientando os consulentes a cuidarem de sua saúde e bem-estar de forma integral.

Além de sua função curadora, os Eres são símbolos de transformação e renovação. Eles representam a capacidade de purificar e renovar as energias ao nosso redor, promovendo a cura não apenas do corpo, mas também da mente e do espírito. Seus rituais, cheios de simbolismos e ensinamentos profundos, buscam trazer equilíbrio e paz aos envolvidos, ajudando-os a se reconectarem com sua própria essência e a restabelecerem a harmonia interior. Assim, os Eres são altamente reverenciados por sua capacidade de trazer luz e cura para aqueles que buscam ajuda espiritual, com amor e respeito.



# RELIGIÕES

---

## Umbanda - exus mirins

---



Os Mirins na Umbanda são entidades espirituais ligadas à pureza, inocência e alegria das crianças. Representam a energia da infância, a conexão com o divino e a capacidade de ver o mundo com olhos de fé e esperança. Esses espíritos são conhecidos por sua simplicidade, leveza e espontaneidade, trazendo uma energia de cura e proteção, especialmente para aqueles que buscam renovação emocional e espiritual.

Na Umbanda, os Mirins são invocados para ajudar a curar feridas emocionais, trazer paz interior e restabelecer o equilíbrio energético. Sua presença é reconfortante e suavizante, agindo principalmente em processos de recuperação emocional e espiritual. São conhecidos por sua capacidade de transmitir ensinamentos profundos de forma simples, com gestos e palavras que refletem a pureza da infância e a verdade divina.

Além de sua função de cura e proteção, os Mirins simbolizam a conexão com o lado mais puro e genuíno do ser humano. Eles ensinam sobre a importância da simplicidade, da humildade e da fé, lembrando-nos de que a verdadeira sabedoria muitas vezes reside nas coisas mais simples e naturais da vida. Suas manifestações nas giras espirituais são marcadas por alegria, brincadeiras e cânticos, criando um ambiente de amor e acolhimento, onde todos podem se reconectar com a essência mais pura e divina de si mesmos.



# RELIGIÕES

---

## Umbanda - Exus

---



A cultura do Exu na Umbanda e no Candomblé é uma das mais fundamentais e respeitadas, simbolizando equilíbrio, transformação e comunicação entre os mundos espiritual e material. Esses espíritos são conhecidos como guardiões das encruzilhadas, mensageiros e protetores, responsáveis por abrir caminhos e facilitar o fluxo de energias. Com uma imagem marcante e uma energia vibrante, os Exus são símbolos de força, justiça e dinamismo, sendo essenciais para a manutenção da ordem espiritual e material.

No contexto da Umbanda, o Exu atua como intermediário direto entre os planos, sendo procurado para resolver problemas, desfazer demandas negativas e abrir novos horizontes. Durante os rituais, ele é reconhecido por sua abordagem direta e justa, oferecendo orientação prática para desafios emocionais, espirituais e materiais. Sua energia intensa e conhecimento das dualidades da vida o tornam uma figura poderosa, capaz de ajudar aqueles que buscam sua assistência com fé e respeito, sempre dentro das leis kármicas.

Além de sua função espiritual, o Exu é também um símbolo cultural profundo, representando a conexão entre o sagrado e o profano, a força ancestral e o poder de superação. Seus rituais incluem cânticos, oferendas e danças que exaltam a força da vida e da transformação. Assim, ele não apenas protege e guia, mas também ensina sobre a importância do equilíbrio e da responsabilidade, ajudando aqueles que o invocam a enfrentar suas sombras e trilhar um caminho de evolução e clareza.



# RELIGIÕES

---

## Umbanda - Pombo Giras

---



A cultura da Pomba Gira na religião Umbanda é uma das mais enigmáticas e respeitadas, ligada à força feminina, à transformação e ao equilíbrio emocional. Essas entidades espirituais, que viveram vidas intensas e marcadas por desafios, são consideradas guias poderosas, capazes de atuar em questões ligadas ao amor, autoestima e superação. Com sua imagem marcante e postura confiante, a Pomba Gira é símbolo de empoderamento, justiça e sabedoria emocional, oferecendo orientação e proteção para quem busca sua ajuda.

No contexto da Umbanda, a Pomba Gira atua como intermediária entre o plano físico e espiritual, trazendo clareza e soluções práticas para problemas emocionais e espirituais. Durante os rituais, ela é procurada por aqueles que enfrentam desafios no amor, na autoestima ou em momentos de transformação pessoal. Sua sabedoria é profundamente valorizada, pois reflete a superação de adversidades e a capacidade de enxergar verdades ocultas, sempre com justiça e respeito às leis espirituais.

Além de seu papel como guia, a Pomba Gira é um símbolo de liberdade e independência, representando a força feminina que resiste e se transforma. Suas práticas espirituais, que incluem conselhos diretos, cânticos e danças vibrantes, reforçam a conexão com a força ancestral e com os elementos da natureza. Assim, ela oferece não apenas orientação, mas também um espaço de acolhimento e empoderamento, ajudando aqueles que buscam sua proteção a encontrarem equilíbrio, força e clareza em suas jornadas.



# RELIGIÕES

---

## Umbanda - Ciganos

---



Os Ciganos na Umbanda são entidades espirituais associadas à liberdade, intuição e sabedoria ancestral. Sua presença é vibrante e alegre, oferecendo orientação em questões emocionais, financeiras e espirituais. Conhecidos por sua conexão com a natureza e a jornada, os Ciganos ajudam a superar obstáculos e a encontrar novos caminhos, sempre com sabedoria prática e espiritual.

Na Umbanda, os Ciganos são procurados para resolver questões relacionadas ao amor, à prosperidade, à cura emocional e à abertura de caminhos. Sua sabedoria, adquirida através de suas vivências e desafios, os torna especialistas em trazer soluções para quem enfrenta dificuldades financeiras, relacionamentos complicados ou bloqueios espirituais. Com uma energia magnética, os Ciganos transmitem ensinamentos valiosos sobre a importância da confiança, da coragem e da liberdade, ajudando aqueles que os invocam a encontrar novos caminhos e a tomar decisões com clareza.

Além de sua função como guias espirituais, os Ciganos são símbolos da resistência cultural e da preservação de tradições. Sua prática espiritual, que inclui cânticos, danças e rituais com elementos da natureza, reforça a conexão com a ancestralidade e com os mistérios da vida. Nos rituais de Umbanda, a presença dos Ciganos é sempre acompanhada de alegria, dança e música, elementos que reforçam seu poder de transformação e cura. Ao buscar a orientação dos Ciganos, os praticantes da Umbanda encontram um espaço de acolhimento, onde podem aprender a viver com mais leveza, confiança e gratidão, superando obstáculos e se reconectando com suas verdadeiras essências.



# RELIGIÕES

---

## Umbanda - Baianos

---



Os Baianos na Umbanda são entidades espirituais que representam a energia da simplicidade, acolhimento e sabedoria popular. Originários das tradições africanas e nordestinas, eles são conhecidos por sua alegria, simpatia e forte ligação com a terra, o povo e as forças naturais. Esses espíritos têm uma conexão profunda com as raízes culturais brasileiras, especialmente com os aspectos da vida cotidiana, e são invocados para trazer equilíbrio, proteção e cura espiritual.

Na Umbanda, os Baianos são procurados para ajudar a resolver questões práticas da vida, como problemas financeiros, familiares ou de saúde. Com sua energia acolhedora e direta, eles oferecem conselhos simples, mas eficazes, que buscam restaurar a harmonia e o bem-estar. Sua sabedoria é expressa de forma acessível, com gestos e palavras que refletem a experiência de vida e o amor pelo povo.

Além de sua função de guias espirituais, os Baianos também representam a resistência e a preservação das tradições afro-brasileiras. Suas manifestações nas giras espirituais são marcadas por danças, cânticos e o uso de elementos simbólicos da cultura popular, criando um ambiente de alegria, acolhimento e cura. Eles ensinam a importância de viver com humildade, respeito e gratidão pelas bênçãos da vida.

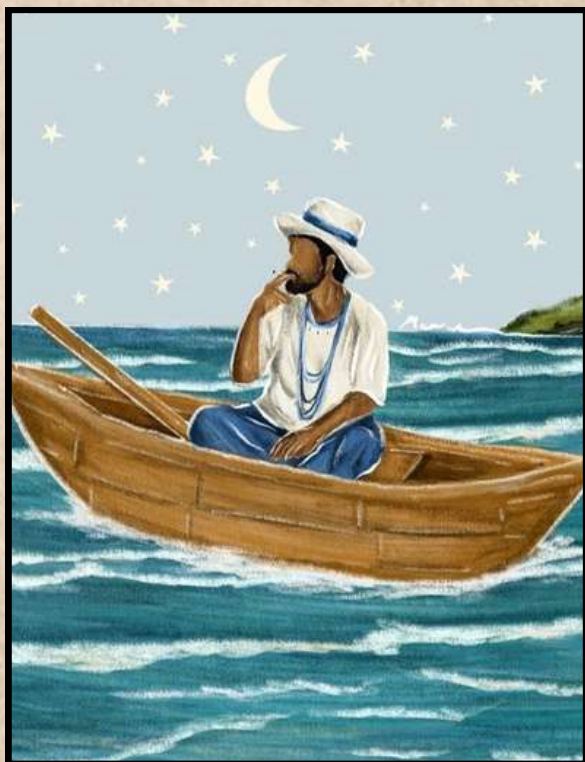


# RELIGIÕES

---

## Umbanda - Marinheiros

---



Os Marinheiros na Umbanda são entidades espirituais ligadas à força do mar, à navegação e à transformação. Representam a sabedoria dos navegantes e pescadores, espíritos que vivenciaram vidas ligadas ao mar e suas vastas energias. Esses espíritos são conhecidos por sua bravura, resistência e capacidade de ajudar na superação de dificuldades, especialmente aquelas relacionadas a mudanças de rumo, estabilidade emocional e renovação espiritual.

Na Umbanda, os Marinheiros são invocados para trazer equilíbrio, paz e proteção, ajudando aqueles que enfrentam desafios na vida, como crises emocionais, problemas de saúde ou bloqueios espirituais. Sua energia poderosa e tranquila é capaz de restaurar o equilíbrio interno e afastar negatividades, sempre com foco na cura e no fortalecimento da fé. São conhecidos por sua maneira direta e firme de agir, transmitindo ensinamentos sobre coragem, perseverança e transformação.

Além de seu papel como guias espirituais, os Marinheiros simbolizam a capacidade de navegar pelas adversidades da vida, sempre com coragem e resiliência. Suas manifestações nas giras espirituais são frequentemente marcadas por cânticos, danças e rituais que evocam a energia do mar, trazendo fluidez, renovação e equilíbrio. Eles ensinam que, assim como o mar tem suas tempestades e calmarias, a vida também exige momentos de força e serenidade, sendo fundamental aprender a enfrentar as marés com fé e determinação.



# RELIGIÕES

---

## Umbanda - Boiadeiros

---



Os Boiadeiros na Umbanda são entidades espirituais que representam a força, coragem e sabedoria dos trabalhadores do campo, especialmente aqueles ligados ao manejo do gado e à vida rural. Esses espíritos são conhecidos por sua postura firme, dignidade e conexão com a terra, sendo símbolos de proteção, trabalho árduo e superação. Com uma energia de liderança e paciência, os Boiadeiros são guias espirituais que auxiliam na resolução de questões práticas, oferecendo apoio a quem busca estabilidade e força para enfrentar desafios.

---

Na Umbanda, os Boiadeiros são invocados para ajudar na resolução de problemas relacionados ao trabalho, à família e à saúde, trazendo equilíbrio e soluções concretas. Eles possuem uma energia forte e protetora, sendo capazes de afastar negatividades, abrir caminhos e fortalecer a fé dos consulentes. Sua sabedoria vem de suas vivências e do trabalho árduo, transmitindo ensinamentos sobre perseverança, dedicação e a importância de seguir em frente, mesmo diante das dificuldades.

Além de seu papel como guias espirituais, os Boiadeiros simbolizam a resistência e a conexão com as raízes da cultura brasileira, especialmente o mundo rural e a vida no campo. Suas manifestações nas giras espirituais são marcadas por cânticos e danças que evocam a vida no campo, celebrando a simplicidade, o trabalho e a força do espírito humano. Eles ensinam que, como os boiadeiros guiam o gado, também podemos guiar nossas vidas com sabedoria, coragem e determinação, sempre respeitando o ritmo da natureza e a necessidade de trabalhar com dedicação para alcançar nossos objetivos.



# RELIGIÕES

---

## Umbanda - Caboclos

---



Os Caboclos na Umbanda e no Candomblé são entidades espirituais de grande respeito, representando os ancestrais indígenas e a força da natureza. Esses espíritos são conhecidos por sua sabedoria, coragem e conexão profunda com as forças da terra, das florestas e dos elementos naturais. São guerreiros espirituais que, em suas vidas passadas, vivenciaram a luta pela sobrevivência e o contato íntimo com os ensinamentos da natureza, sendo considerados guias poderosos que trabalham para proteger e orientar aqueles que buscam sua ajuda.

Na Umbanda, os Caboclos são invocados principalmente para realizar curas espirituais e materiais, além de oferecerem conselhos valiosos sobre a vida e a evolução espiritual. Com sua energia forte e vibrante, esses espíritos são especializados em afastar energias negativas, trazer clareza e fortalecer a fé. Sua conexão com a natureza e o respeito pelos ciclos da vida fazem com que suas orientações sejam sempre voltadas para o equilíbrio, a justiça e a harmonia. São conhecidos por sua postura firme, mas justa, e sua habilidade em lidar com questões complexas de forma direta e eficaz.

Além de suas funções curadoras e protetoras, os Caboclos também são símbolos da resistência, da força e da preservação das tradições. Eles representam a sabedoria ancestral dos povos indígenas, guardiões das terras e das florestas, e suas manifestações nas giras espirituais são marcadas por danças e cânticos que celebram a conexão com a natureza e os elementos. Ao invocar um Caboclo, os praticantes da Umbanda buscam orientação para superar obstáculos, equilibrar energias e fortalecer sua conexão com as forças da terra, simbolizando a união entre o humano e o natural, e a busca incessante pela evolução espiritua

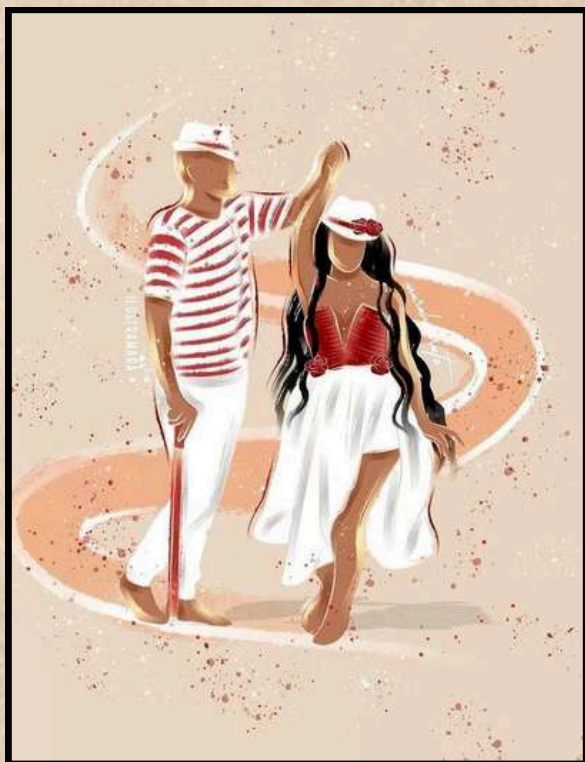


# RELIGIÕES

---

## Umbanda - Malandros

---



Na Umbanda, os malandros são entidades espirituais que representam pessoas boêmias e resilientes, conhecidas por superar adversidades com inteligência e leveza. Eles pertencem à Linha dos Malandros e ajudam os consulentes com conselhos práticos, sendo associados à prosperidade, proteção e resolução de problemas.

---

Com sua energia descontraída e irreverente, os malandros são geralmente retratados com trajes elegantes, chapéus e cigarros, e têm forte ligação com o samba e a cultura popular. Apesar do tom leve, possuem grande sabedoria espiritual e trabalham para fortalecer e orientar os necessitados.

Entre os mais conhecidos está Zé Pelintra, símbolo da proteção e resiliência dos marginalizados. Os malandros transmitem uma mensagem de esperança e mostram que é possível enfrentar desafios com coragem, alegria e astúcia.

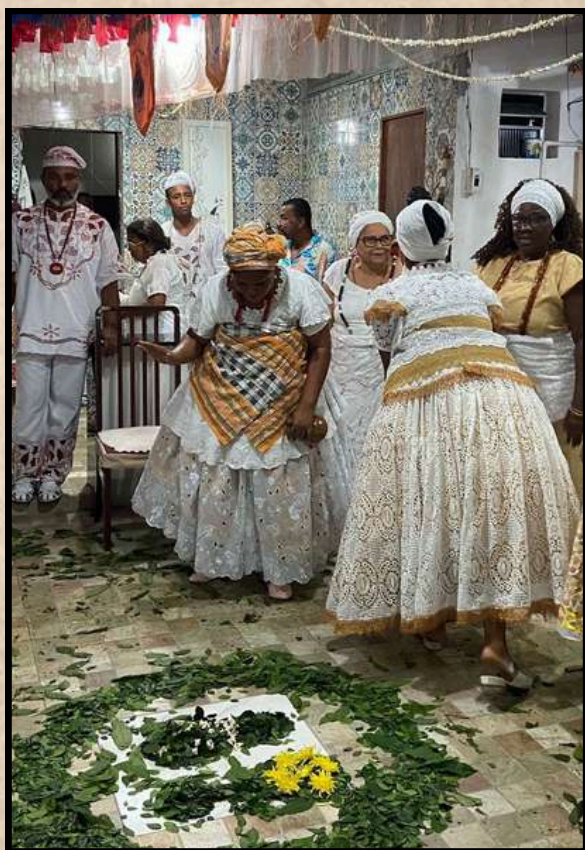


# RELIGIÕES

---

## Candomblé

---



O Candomblé é uma das principais religiões afro-brasileiras e desempenha um papel fundamental na formação da identidade cultural do Brasil, especialmente no que diz respeito à herança africana. Surgido no contexto da diáspora africana, após a chegada dos negros ao Brasil como escravizados, o Candomblé representa uma das maneiras mais significativas de resistência e preservação das tradições africanas no país.

A religião mistura crenças africanas, especialmente das etnias iorubá, banto e jeje, com influências do catolicismo, resultando em uma prática sincrética única que é central na cultura afro-brasileira. A base do Candomblé está no culto aos orixás, que são divindades ou forças da natureza associadas a elementos como água, fogo, terra, ar e aspectos da vida cotidiana. Cada orixá tem características próprias e é associado a determinados aspectos da vida humana, como saúde, amor, prosperidade, guerra e fertilidade. Os fiéis do Candomblé acreditam que os orixás podem influenciar o destino das pessoas e interceder por elas através de rituais e oferendas. As cerimônias são conduzidas por sacerdotes e sacerdotisas conhecidos como babalorixás (homens) e ialorixás (mulheres), que orientam os fiéis em suas práticas religiosas e espirituais.

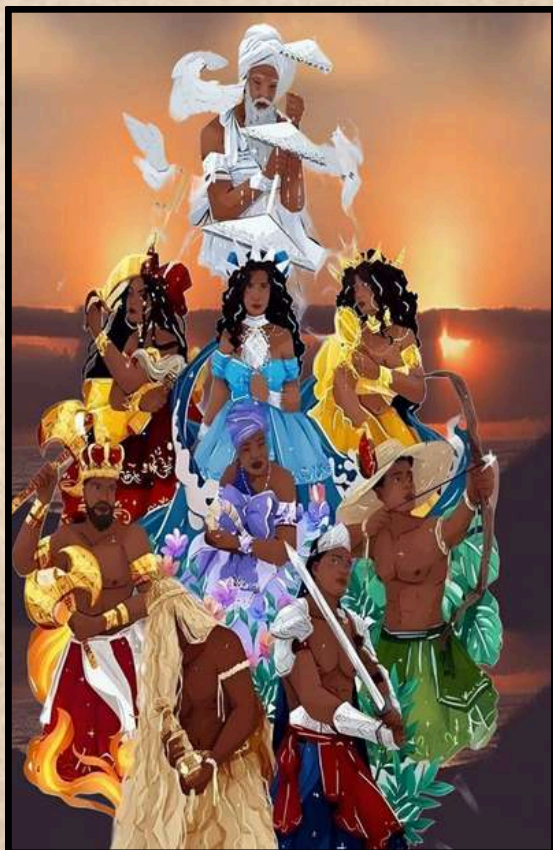


# RELIGIÕES

---

## Candomblé - Orixás

---



Os orixás são entidades espirituais fundamentais no Candomblé, uma religião afro-brasileira que tem suas raízes nas tradições dos povos africanos, especialmente entre os iorubás. Cada orixá representa uma força da natureza e aspectos da vida humana, como amor, saúde, justiça e prosperidade. Eles são adorados pelos fiéis, que buscam a sua proteção e orientação por meio de rituais e oferendas, com o objetivo de alcançar equilíbrio e resolver questões pessoais

Além de sua função como guias espirituais, os orixás desempenham um papel importante na preservação das tradições culturais dos povos africanos. Seus mitos, histórias e ensinamentos são passados de geração em geração, mantendo vivas as raízes culturais afro brasileiras. O culto aos orixás também serve como uma forma de resistência cultural, pois essas práticas espirituais resistiram à colonização e à opressão, mantendo a identidade e as crenças de seus povos de origem.

No Candomblé, os orixás são vistos como fontes de poder divino, capazes de restaurar o equilíbrio e trazer harmonia para a vida dos devotos. Acredita-se que, ao honrar essas divindades e seguir seus ensinamentos, os indivíduos conseguem encontrar soluções para suas dificuldades emocionais e espirituais. Os rituais realizados para invocar os orixás proporcionam uma conexão profunda com o sagrado, reforçando o vínculo entre os seres humanos e as forças naturais que regem o universo.



# RELIGIÕES

---

## Candomblé - Oxalá

---



Oxalá é um dos orixás mais importantes nas religiões de matriz africana, especialmente no candomblé e na umbanda. Representando o ar, a criação, a paz e a sabedoria, sendo associado ao princípio da vida e ao equilíbrio universal. Seu domínio está ligado ao elemento ar e à pureza espiritual, simbolizando o início de todas as coisas.

Ele é geralmente representado com vestes brancas, que refletem sua energia de calma e harmonia. Os dias dedicados a Oxalá são marcados por rituais que pedem bênçãos, serenidade e prosperidade. Além disso, ele é reverenciado em várias formas, como Oxaguiã, ligado à juventude e à luta, e Oxalufã, associado à sabedoria e à experiência.

Como líder espiritual entre os orixás, Oxalá inspira respeito e devoção. Seus filhos são conhecidos por serem pacíficos, calmos e determinados, mas também podem ser teimosos. Seu culto reforça a importância da conexão com as origens e do respeito às tradições ancestrais.



# RELIGIÕES

---

## Candomblé - Nanã

---



Nanã é uma das figuras mais veneradas do panteão das religiões afro-brasileiras, especialmente no Candomblé e na Umbanda. Conhecida como a orixá da sabedoria, das águas profundas e da ancestralidade, Nanã é vista como a mãe das águas lamacentas e dos pântanos, sendo também associada à fertilidade e ao ciclo da vida. Ela representa o poder da criação, a preservação da memória ancestral e a transição entre a vida e a morte, estando ligada ao equilíbrio e à renovação da natureza. Nanã é considerada uma divindade matriarcal, que oferece proteção e orientação espiritual, atuando com muita seriedade e profunda conexão com as energias da terra.

Com uma presença de grande respeito, Nanã carrega consigo uma aura de mistério e autoridade. Sua energia é suave e ao mesmo tempo firme, transmitindo ensinamentos profundos sobre a paciência e a aceitação. Nas lendas, ela é frequentemente descrita como a mãe de outros orixás, sendo a progenitora de Ogum, Oxumaré e Xangô, entre outros. Sua associação com as águas lamacentas também simboliza a purificação e a transformação, pois as águas turvas têm o poder de limpar e regenerar, revelando o que estava oculto. A figura de Nanã é, portanto, um reflexo da dualidade da vida: a beleza e a força contidas no aspecto mais profundo da existência.

Em termos simbólicos, Nanã está conectada ao tempo e à memória ancestral, sendo uma guardiã das tradições e da sabedoria que transcende gerações. Ela nos ensina a respeitar o ciclo natural das coisas, o que inclui aceitar tanto a vida quanto a morte como partes do mesmo processo de transformação. No Candomblé, seu culto é marcado por festas que reverenciam sua força e grandeza, sendo exaltada com cânticos, danças e oferendas. Nanã é um símbolo da resistência das tradições africanas e da continuidade espiritual, perpetuando valores que atravessam o tempo e as culturas, sempre promovendo a harmonia entre os seres humanos e o mundo natural.



# RELIGIÕES

---

## Candomblé - Oxum

---



Oxum é a orixá das águas doces, do amor, da fertilidade e da prosperidade nas religiões afro-brasileiras, como o candomblé e a umbanda. Representa a beleza, a delicadeza e a riqueza, sendo associada aos rios e às cachoeiras. Além disso, é vista como uma protetora das mulheres e das crianças, ligada ao útero e à capacidade de gerar vida. Oxum também é conhecida como uma divindade sábia e estratégica, valorizada por sua inteligência e habilidade em lidar com questões emocionais e materiais.

---

A imagem de Oxum é marcada por sua ligação com o ouro e os tons dourados, símbolos de riqueza e poder. Seu arquétipo é de uma mulher elegante, vaidosa e cheia de graça, mas também determinada e profundamente sensível. Nos mitos, ela é descrita como uma das esposas de Xangô e uma mãe amorosa. Seus filhos, os devotos que carregam sua energia, geralmente possuem características de empatia, sensualidade e um forte instinto protetor. O culto a Oxum inclui oferendas como mel, flores amarelas, perfumes e alimentos finos, sempre com um toque de delicadeza e refinamento.

Oxum é celebrada especialmente às terças-feiras e em locais próximos a rios e cachoeiras, onde seus devotos realizam rituais para pedir bênçãos, amor, abundância e proteção. Além disso, ela é invocada em questões ligadas à fertilidade e à resolução de problemas emocionais. Sua energia inspira sentimentos de amor-próprio, autocuidado e conexão espiritual, reforçando a importância do equilíbrio entre o coração e a mente. Oxum é um símbolo poderoso da força feminina, da prosperidade e da capacidade de superar desafios com graça e sabedoria.

---



# RELIGIÕES

---

## Candomblé - Ogum

---



Ogum é o orixá da guerra, da tecnologia e da conquista, venerado nas religiões afro-brasileiras como o candomblé e a umbanda. Representa a força, a coragem e a determinação, sendo considerado o protetor dos caminhos e o patrono dos ferreiros, agricultores e militares. Ogum é associado ao ferro e ao fogo, elementos que simbolizam transformação e progresso. Ele é um guerreiro incansável, conhecido por abrir caminhos e remover obstáculos, sendo invocado nos momentos de dificuldade para garantir vitória e proteção.

A imagem de Ogum é marcada por sua postura de guerreiro, portando uma espada ou lança e trajando vestes em tons de azul-escuro ou verde, suas cores sagradas. Ele é visto como um orixá que combina bravura com disciplina, sendo respeitado tanto por sua força física quanto por sua estratégia e sabedoria. Seus filhos são geralmente pessoas determinadas, enérgicas e que não fogem à luta, mas também podem ser impulsivos e intensos. As oferendas a Ogum costumam incluir feijoada, cerveja, inhame e objetos de ferro, sempre acompanhados de cantos e danças que exaltam sua energia guerreira.

Ogum é celebrado especialmente às terças-feiras, com festas e rituais que destacam sua presença como abridor de caminhos. Ele é sinônimo de movimento e progresso, sendo invocado para superar desafios, proteger jornadas e conquistar novos horizontes. Sua energia inspira força de vontade, liderança e a capacidade de enfrentar qualquer batalha com determinação. Além de ser um defensor poderoso, Ogum é também um símbolo de renovação e transformação, mostrando que, com coragem e trabalho, é possível alcançar qualquer objetivo.



# RELIGIÕES

---

## Candomblé - Iansã

---



Iansã, também conhecida como Oyá, é uma das orixás mais poderosas e carismáticas do panteão das religiões afro-brasileiras, como o Candomblé e a Umbanda. Ela é a orixá dos ventos, das tempestades e da mudança, simbolizando a força da natureza em seu aspecto mais dinâmico e transformador. Iansã é frequentemente associada à justiça, à coragem e à liberdade, sendo uma divindade que representa o poder de luta, mas também a capacidade de recomeçar. Sua presença é vibrante, e sua energia intensa tem o poder de renovar e purificar, trazendo equilíbrio através da ação e da renovação.

---

O elemento que Iansã representa é o vento, que reflete sua natureza imprevisível, rápida e impetuosa. O vento é o mensageiro das mudanças, carregando com ele tanto a destruição quanto a criação. Iansã, com sua energia de tempestade, é capaz de dismantelar as estruturas antigas e arcaicas para abrir caminho para o novo. Ela é a força que limpa, que tira o que é velho e desnecessário, permitindo que a vida se refaça. Sua ligação com o vento também simboliza a comunicação espiritual e a velocidade das transformações que ocorrem no mundo físico e metafísico.

Além disso, Iansã é considerada a senhora dos raios e dos trovões, elementos associados a momentos de grande poder e revelação. Como guerreira, ela é capaz de lutar contra as injustiças e defender os mais necessitados, sendo também uma grande protetora. Seu culto é marcado por uma energia vibrante, que se expressa em danças rápidas e intensas, que imitam os ventos e os movimentos da tempestade. Nas cerimônias, Iansã é exaltada com cânticos e oferendas que refletem sua energia revolucionária e sua capacidade de trazer transformação através da força dos ventos e da tempestade.



# RELIGIÕES

---

## Candomblé - Xangô

---



Xangô é um dos orixás mais importantes e reverenciados do panteão africano, especialmente nas religiões afro-brasileiras como o Candomblé e a Umbanda. Conhecido como o orixá da justiça, do trovão e do fogo, Xangô é associado à força e à autoridade, sendo o guardião do equilíbrio e da ordem. Sua personalidade é marcada pela sabedoria, mas também pela firmeza e imparcialidade. Xangô é o protetor dos governantes e dos líderes, simbolizando a capacidade de tomar decisões justas e equilibradas, além de exercer poder com integridade e respeito.

O elemento que Xangô representa é o fogo, que simboliza tanto a destruição quanto a criação. O fogo tem o poder de purificar e de transformar, assim como Xangô age no mundo com sua força avassaladora. Além disso, Xangô é também associado ao trovão e à pedra, especialmente ao uso de suas poderosas pedras, chamadas de "oxé", que ele carrega como símbolo de seu poder e autoridade. O trovão, que ecoa em sua presença, é um sinal de que sua ação será feita de maneira enérgica e impositiva, trazendo mudanças necessárias, mas muitas vezes também trazendo desafios que precisam ser superados.

Xangô também é conhecido por sua relação com a justiça e a moralidade. Ele é o orixá que resolve disputas e conflitos, sempre buscando a verdade e agindo de maneira justa, mesmo que isso signifique tomar atitudes drásticas. Em muitas lendas, Xangô é retratado como um grande rei de Oyo, uma cidade do império yorubá, conhecido por suas habilidades de governar com justiça e sabedoria. Em seu culto, é comum a realização de cerimônias que exaltam sua força, com cânticos, danças e oferendas que refletem sua conexão com o poder do fogo e do trovão, e sua capacidade de trazer equilíbrio ao caos.



# RELIGIÕES

## Candomblé - Iemanjá



Iemanjá é uma das orixás mais reverenciadas e populares no panteão das religiões afro-brasileiras, especialmente no Candomblé e na Umbanda. Conhecida como a mãe das águas e a rainha do mar, Iemanjá representa a fertilidade, a proteção e a criação. Ela é a divindade das águas salgadas, que abrangem tanto o oceano quanto os rios e mares. Sua ligação com a água a torna símbolo da vida, pois as águas representam o nascimento, a renovação e o fluxo constante da existência. Iemanjá é vista como uma mãe carinhosa e protetora, que cuida de seus filhos e dá a eles o conforto e a orientação que precisam para prosperar.

Além de ser a orixá mãe de muitas outras divindades, Iemanjá também é associada ao cuidado, à serenidade e à sabedoria feminina. Sua presença transmite um sentimento de paz e de acolhimento, sendo ela a responsável por trazer harmonia aos que buscam refúgio e proteção em suas águas. Iemanjá é também a guardiã dos marinheiros e dos pescadores, atuando como uma protetora nas águas do mar. Sua energia é tanto calmante quanto poderosa, refletindo a tranquilidade das ondas suaves e a força avassaladora de uma tempestade no oceano, simbolizando a dualidade da natureza feminina.

Iemanjá é celebrada com grande devoção, principalmente em festas como o dia 2 de fevereiro, quando milhares de devotos se dirigem às praias para prestar homenagens à orixá. O culto a Iemanjá envolve oferendas de flores, perfumes, alimentos e outros presentes que são lançados ao mar, em um ato simbólico de entrega e respeito. Sua representação é muitas vezes associada à figura de uma mulher majestosa e maternal, vestida com roupas brancas ou azuis, cores que refletem as tonalidades do mar. A devoção a Iemanjá é uma manifestação de amor, respeito e gratidão, sendo ela uma das divindades mais queridas e veneradas, que carrega consigo a força da natureza e o poder da maternidade universal.



# RELIGIÕES

---

## Candomblé - Oxossi

---



Oxóssi é o orixá das florestas, da caça, da fartura e do conhecimento, sendo um dos mais cultuados nas religiões afro-brasileiras como o candomblé e a umbanda. Representa a ligação entre os seres humanos e a natureza, simbolizando a busca pelo sustento e pela sabedoria através da observação e da conexão com o ambiente. Oxóssi é também o patrono da prosperidade e da liberdade, reconhecido por sua habilidade como caçador e por sua visão estratégica em todas as situações.

Seu arquétipo é o de um guerreiro ágil e observador, associado à cor verde e aos elementos das matas, como folhas, flechas e instrumentos de caça. Ele é retratado como um protetor dos que buscam seu caminho e dos que vivem em harmonia com a natureza. Os filhos de Oxóssi são conhecidos por serem independentes, curiosos e atentos, além de possuírem uma forte ligação com o aprendizado e a criatividade. Oferendas a Oxóssi incluem frutas, milho, mel e alimentos naturais, além de rituais realizados em florestas ou áreas verdes.

Oxóssi é celebrado especialmente às quintas-feiras, em rituais que exaltam sua energia de fartura e proteção. Sua presença inspira a busca pelo equilíbrio entre o mundo material e espiritual, destacando a importância do respeito à natureza e à sabedoria ancestral. Ele é um símbolo de abundância, liberdade e foco, mostrando que, com paciência e estratégia, é possível alcançar objetivos e viver em harmonia com o mundo ao redor.



# RELIGIÕES

---

## Candomblé - Obaluaê

---



Obaluaê, também conhecido como Omulu, é um orixá de grande importância nas religiões afro-brasileiras, especialmente no Candomblé. Ele é o orixá da cura, das doenças e da transformação. Obaluaê é visto como o senhor das doenças e da saúde, tendo o poder de tanto causar como curar enfermidades, o que faz dele uma divindade que lida com o equilíbrio da vida e da morte. Sua ligação com as doenças não é apenas de punição, mas também de cura e renovação, simbolizando o ciclo natural da vida, onde a dor e a cura coexistem em um processo de aprendizado e regeneração.

Obaluaê é associado ao elemento da terra, sendo considerado o orixá da fertilidade e das forças que renovam a vida. A terra, que simboliza tanto a origem quanto a sepultura, reflete a dualidade de sua atuação: ela é ao mesmo tempo o lugar onde nascemos e onde retornamos, e é no solo que as sementes crescem, em um ciclo perpétuo de nascimento e morte. Obaluaê também é representado por um manto de palha, que cobre seu corpo, simbolizando o poder da transformação e da proteção contra as forças que ameaçam a vida. Sua energia é densa e misteriosa, refletindo o aspecto oculto da natureza humana, e sua atuação é muitas vezes profunda e silenciosa.

Em sua atuação, Obaluaê traz a sabedoria de que a saúde e a doença fazem parte do mesmo ciclo de existência, e que, para haver cura, é preciso primeiro compreender a causa do mal. Sua importância é sentida em rituais de cura e purificação, onde os devotos pedem por sua intercessão para livrar-se de doenças físicas e espirituais. Suas festas e celebrações, com cânticos e danças, são marcadas por um profundo respeito, e seus seguidores o reverenciam com oferendas de alimentos, como milho, feijão e outros produtos da terra. Obaluaê é, assim, uma figura central nas práticas religiosas, sendo um símbolo da renovação, do poder curador e da eterna conexão entre a vida e a morte.



# CRÉDITOS

---

Conheça os alunos que fizeram o jornal!!

---

**PRETUGUÊS:** Arthur, Asaph, Bernardo, Billynar, Clara, Eduardo, Elias, Emanuelle, Erica, Erick, Gabriel, Isadora, Laura, Lucas, Luiz, Manuela, Maria Eduarda, Maria Fernanda, Maria Julia, Matheus Henrique, Matheus Gomes, Mel, Nathália, Nicolle, Pedro, Raphael , Rodrigo e Veronica.

**ESTÉTICA:** Isadora e Manuela.

**TRADIÇÕES:** Rodrigo e Bernardo.

**RECEITAS:** Maria Fernanda, Maria Júlia, Laura, Emanuelle e Isadora.

**MITOS E LENDAS:** Maria Eduarda, Matheus Gomes, Lucas e Asaph.

**RELIGIÕES:** Manuela Moreira, Nicole Oliveira, Billynar Toledo e Isadora Vieira.

**DESIGNER:** Isadora Vieira, Manuela pereira, Nicolle coutinho e Billynar Toledo.



