



FRATERNIDADE UMBANDISTA
CAVALEIROS DE ARUANDA

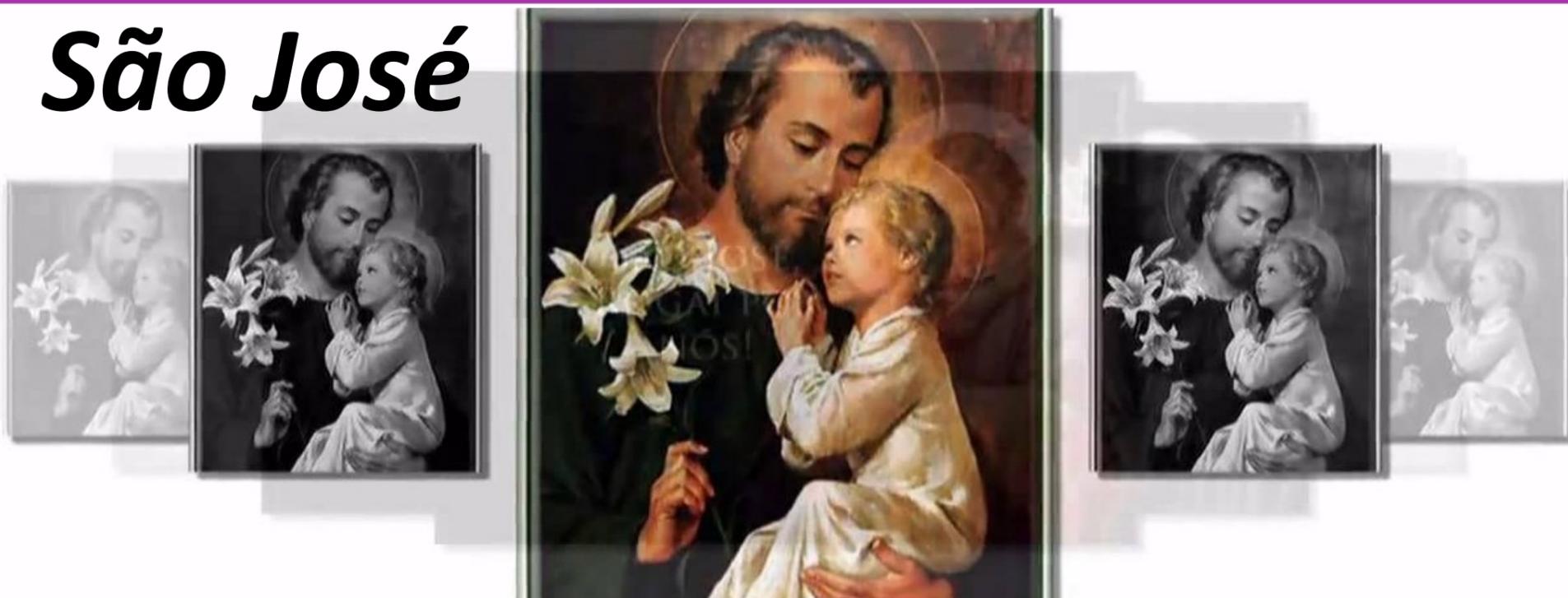
JORNAL

Nos Caminhos de Aruanda

EDIÇÃO Nº27
MARÇO DE 2019

MODELO DE FÉ

São José



São José é descendente da casa real de Davi. É o esposo da Virgem Maria e pai adotivo de Jesus Cristo. Nos Evangelhos ele aparece na infância de Jesus. Na Bíblia, São José é apresentado como um justo. Ele estava noivo de Maria e, ao saber que ela estava grávida, decidiu abandoná-la mas teve um sonho com um anjo que lhe disse que Maria ficou grávida pela ação do Espírito Santo, e que o menino que iria nascer era Filho de Deus, então, ele aceitou Maria como esposa. Perto do tempo previsto do nascimento de Jesus, ele foi para Belém e lá Maria deu à luz ao Menino Jesus.

O anjo, porém, deu novo aviso a José, em sonho. Com efeito, o anjo avisou a José que Herodes queria matar o menino Jesus e mandou-o pegar o menino e sua mãe e fugir para o Egito com eles. José obedeceu. Assim, a sagrada família foi para o Egito e viveram lá durante quatro anos. Após este tempo, o anjo avisou novamente a José em sonhos, dizendo que eles poderiam voltar para Nazaré porque Herodes tinha morrido. José obedeceu e levou a Sagrada Família novamente para Israel. São José devotou sua vida aos cuidados de Jesus e Maria, vivendo do trabalho de suas mãos, como carpinteiro para sustentar sua família com dignidade. José era um judeu religioso e praticante, tanto que consagrou o menino Jesus no Templo. São José levava sua família regularmente às peregrinações de seu povo em Jerusalém e foi numa dessas que o menino Jesus, aos 12 anos, ficou em Jerusalém conversando com os doutores da lei, afirmando que *"Tinha que cuidar das coisas de seu Pai"*. Esta é a última vez que José é mencionado nas Sagradas Escrituras. Todos os indícios levam a crer que José faleceu antes de Jesus começar sua vida pública. Caso contrário, ele certamente teria sido mencionado pelos evangelistas, como o foi Maria. São José teve papel importantíssimo na formação da personalidade de Jesus enquanto pessoa humana. Analisando o comportamento de Jesus é possível notar que ele foi um menino e um homem que teve um pai presente, piedoso e influente. Um pai que ensinou ao filho o caminho da justiça, da verdade, do amor e do conhecimento da Palavra de Deus. Não é à toa que São José é chamado de *"Justo"* desde os Evangelhos. Por isso, São José é um dos maiores santos de todos os tempos.

Ele é invocado como o santo que intercede a Deus por todas as necessidades. A Igreja afirma que os espíritos do mal estremecem quando ouvem o nome de São José ser invocado. Pela intercessão de São José, os necessitados alcançam a saúde e a ajuda nas dificuldades. Através dele, as famílias podem alcançar a bênção de uma vida digna. Em revelação, Nossa Senhora disse à Santa Águeda: *"Os homens ignoram os privilégios que o Senhor concedeu a São José, e quanto pode sua intercessão junto de Deus. Somente no dia do Juízo os homens conhecerão sua excelsa santidade e chorarão amargamente por não haverem se aproveitado desse meio tão poderoso e eficaz para sua salvação e alcançar as graças de que necessitavam"*. No ano de 1870, o Papa Pio IX declarou São José oficialmente como o Patrono Universal da Igreja. O Papa Bento XV declarou São José como o **patrono da justiça social**. Para ressaltar a grande qualidade e poder de intercessão de São José como *"trabalhador"*, O Papa Pio XII instituiu uma segunda festa em homenagem a ele, a festa de *"São José operário"*, que acontece no dia primeiro de maio.

Texto retirado do site: <https://cruzterrasanta.com.br>

Rua Leste 5, lote 20 (ao lado da Torre da Oi) - Parque São Cristóvão
Email: yalmerinda@gmail.com / Tel.: (71) 99279-0070 | 98761-4077

QUARESMA

Tempo de reflexão!

Caros irmãos,

Nesta edição do jornal, Mãe Alme-rinda e Dom Jorge Costa falam sobre o significado da Quaresma para católicos e umbandistas.

A Quaresma é um período de penitência e jejum para os cristãos, que começa com o ritual da imposição das cinzas, na quarta-feira após o carnaval, finalizando na Páscoa.

Segundo Mãe Almerinda, “é um período no qual as casas de umbanda procuram trabalhar mais com os exemplos de fé e oração, para termos confiança em Deus, acreditar que os problemas podem ser resolvidos e sem perder a esperança”.

Nosso jornal traz ainda a série Chakras, com mais informações sobre os sete principais vórtices energéticos do nosso corpo e dicas de como harmonizá-los. Leia a matéria e saiba mais sobre o Chakra Umbilical, responsável pela continuidade da vida humana.

Além disso, celebramos e agradecemos pelo sucesso do 2º Festival de Tortas, uma iniciativa que contribui para a sustentação material e melhorias para a nossa casa.

Fiquem atentos à nossa programação através das redes sociais e pelo site:

Site
www.fucavaleirosdearuanda.com.br

Facebook
/Templo-Escola-Caboclo-Tupinambá-e-Vovó-Benedita

Instagram
@cavaleirosdearuandafuca

Tatiane Souza

Já é tempo de Quaresma

Já é tempo de mudar as palavras negativas e dizer palavras bondosas, de deixar o descontentamento e encher-se de gratidão, de não sentir raiva e encher-se de mansidão e paciência, de afastar o pessimismo e encher-se de esperança e otimismo.

Papa Francisco

Se tornou um dito popular, que o ano começa após o Carnaval. De fato é após esta festa profana que as pessoas tomam posições diante da vida. A palavra carnaval, vem do latim, "carnavale", que significa dias da carne. Uma festa muito antiga, de alegria, muita música e dança, onde o povo aproveita ao máximo para brincar. Me recordo que na minha infância as pessoas colocavam cadeiras na rua principal do bairro, por onde passavam cordão, batucadas e blocos.

A Quaresma é um período de penitência e jejum, que começa na quarta-feira de cinzas, com o ritual da imposição das cinzas, quando se marca a fronte (testa) do fiel com as cinzas das palmas do Domingo de Ramos, que são queimadas para serem usadas nesse dia. Neste Rito das Cinzas, a igreja recorda ao povo, que somos pó e que ao pó retornamos (Gênesis 3:19), que enquanto peregrinos na terra devemos buscar fazer o bem sem olhar a quem.

Esse período foi criado pela igreja católica, com a intenção de fazer o povo refletir após o carnaval sobre a frivolidade da vida. Que tudo passa e que o ser humano deve se abster do que é errado e voltar-se para os ensinamentos de Jesus, praticando a reconciliação, a caridade, o amor e o perdão. Quaresma hoje deve ter este sentido: de nos entristecermos das nossas maldades, nossa mesquinhez e egoísmo. Viver a paixão de Cristo, é ter misericórdia, um coração compassivo e semelhante ao de Cristo. É sermos instrumento de paz.

É mortificar a nossa carne e permitir que a nossa vida seja transformada pelo Evangelho, é ir ao encontro dos que estão à beira do caminho, marginalizados por uma sociedade opressora. É levantar a Bandeira dos Direitos Humanos, pela igualdade de todos, independentemente da sua crença, da sua posição política, cor da pele e gênero, é cuidar da nossa casa comum: a Terra, presente de Deus para a humanidade. É nos preparar para a Páscoa (libertação) percorrendo novo caminho, sendo Luz do mundo e sal da Terra.

Dom Jorge Costa

Seja Padrinho ou Madrinha do Projeto Jesus no Parque

O Projeto Jesus no Parque é uma ação solidária criada no final de 2013 para acolher famílias de recicladores residentes no Parque São Cristóvão e adjacências. Sob a coordenação de Frei Moisés Costa, o Projeto tem como propósito transformar a vida dessas pessoas, através de oficinas educativas, profissionalizantes, além do apoio mensal de uma cesta básica, até que possam se sustentar de forma autônoma. O Projeto, que atende atualmente 35 famílias, é mantido pela Paróquia Mãe de Deus, com devoção à São Jorge e São Roque, que pertence à Fraternidade Sacerdotal Missionários da Caridade, presidida por Dom Jorge dos Santos Costa. As ações do Projeto contam com apoio da FUCA, além de outros parceiros, a exemplo da Fraternidade Irmã Esmeralda. Você pode participar, doando 01 cesta básica por mês.

Itens da Cesta Básica

- 1kg de arroz
- 1kg de feijão
- 1kg de açúcar
- 1kg de farinha
- 1 pacote de flocos de aveia
- 1 pacote de farinha para cuscuz (500g)
- Café (250g)
- Biscoito (400g)
- Leite (200g)
- 1L de óleo
- Macarrão (500g)
- 1 sabonete
- 2 rolos de papel higiênico
- 01 pacote de proteína de soja

Apóie esta iniciativa! Contatos: 71 99122-6534 /99249-1026



Chakras

Fontes de equilíbrio e saúde

A palavra chakra deriva do sânscrito, que é uma língua ancestral do Nepal e da Índia, e significa roda ou círculo.

O segundo chakra, localizado na região do umbigo, tem como função gerar o prazer em níveis diversos, “desde o de ordem fisiológica, gerado pelo instinto de sobrevivência, como o sexo e o prazer da alimentação, até o prazer de viver, de se afirmar no mundo”. A cor desse chakra é laranja. Seu elemento é a água. Sua nota musical é ré. Seu mantra é *Vam*.

Ligado diretamente ao primeiro chakra, o segundo chakra é corresponsável pela manutenção da vida. Enquanto o primeiro chakra está ligado aos instintos básicos de

sobrevivência, o segundo chakra garante a continuidade da vida humana através do prazer que o sexo e a alimentação proporcionam – sem o prazer inerente a essas duas atividades, “não haveria a perpetuação da vida através da reprodução e poderíamos morrer de inanição.” O sentimento essencial para o equilíbrio do chakra umbilical é a gratidão, “além da humildade e mansidão que vêm do primeiro chakra”. O sentimento que o desequilibra é a ingratidão, gerado pelo orgulho e pela insatisfação com a existência que escolhemos neste plano material.

Quando este chakra está equilibrado, o amor pela vida se faz presente no dia-a-dia, vivemos de forma prazerosa, em contato com a nossa criatividade – o equilíbrio do segundo chakra faz com que tenhamos uma relação harmoniosa com a nossa sexualidade, com a busca pelo prazer material, apreciação pelo belo e abertura para coisas e relações novas e saudáveis. Quando está hiperativo, este chakra gerará o apego exagerado ao prazer e à vida material – ainda extremamente voltado para o ego, o indivíduo abusa do prazer (sensualismo, gluttonia, etc.), buscando-o a qualquer custo. Quando está hipoativo, o chakra umbilical fará com que o indivíduo tenha aversão ao prazer – aversão esta personificada pelo puritanismo que inibe o fluir natural das energias prazerosas advindas do sexo, da alimentação e da interação com o mundo material.

O segundo chakra é responsável pelo correto funcionamento do sistema reprodutivo (seus órgãos e hormônios), bem como pela administração do sistema linfático, do sistema circulatório e do trato urinário – o chakra umbilical lida primariamente com a função de purificar, tendo papel fundamental na eliminação das toxinas do nosso corpo. Desequilíbrios neste chakra causam problemas urinários, pedras nos rins, dor lombar, problemas ginecológicos e problemas na próstata.

Eneida Woods

Chakra Umbilical

Para reequilibrá-lo ou mantê-lo equilibrado, mantenha contato com o Elemento Água (banhos, chás, praias, rios, cachoeiras), ouça músicas suaves tocadas ao piano e instrumentos de corda, como cítara e harpa, por exemplo.

Abra-se às novidades, aos relacionamentos e interações, integre-se ao meio, à natureza, dê vida a seus projetos, crie, vivencie suas emoções, evite sentimentos de mágoa e rejeição, procure o convívio com as outras pessoas, aceite-se como é, seja fisicamente, seja em relação à sua sexualidade. Não construa padrões repressivos para si próprio. Liberte-se de velhos conceitos que, talvez, não o sirvam mais.

Procure, também, meditar, entoando o mantra *VAM* (pronunciando-o com o “A” aberto: *VÁÁÁMMM*), enquanto deixa repousar, sobre seu corpo, 4 dedos abaixo do umbigo. Mentalize saindo de si uma luz alaranjada, girando em sentido horário, ativando esse centro e tornando-o propício a estimular o contato com as suas emoções e relações.

Texto retirado do site: <https://lotusdelakshimi.wordpress.com>

Criatividade



Manutenção da Vida

PONTO CANTADO

PONTOS PARA OS PRETOS VELHOS

Lá vem Vovó

La vem Vovó
Com sua sacola descendo a ladeira
Com seu rosário, com seu patuá
Ela vem de Angola

Eu quero ver vovó, eu quero ver
Eu quero ver
se filhos de pemba tem querer

Preto Velho pode ser preto

O preto por ser preto
Não merece ingratidão
O preto fica branco
Na outra encarnação
No tempo da escravidão
Como o senhor me batia
Eu chamava por Nossa Senhora, Meu Deus!
Como as pancadas doíam

Chora meu cativoiro

Chora meu cativoiro,
meu cativoiro, meu cativerá, ora chora...
meu cativoiro, meu cativoiro meu cativerá.

Preto velho, que veio da costa,
que veio do congo, luanda e guiné.
Preto velho de Nossa Senhora,
vem no terreiro, olhar filhos de fé.

Chora meu cativoiro,
meu cativoiro, meu cativerá, ora chora...
meu cativoiro, meu cativoiro meu cativerá.

Preto velho, que gira na de angola,
que gira no de congo, bantu e nagô.
Preto velho de Nossa Senhora,
filho de Zambi, ele é meu protetor.

Chora meu cativoiro,
meu cativoiro, meu cativerá, ora chora...
meu cativoiro, meu cativoiro meu cativerá.

Preto velho, aqui na terra trabalhou,
tanto trabalhou,

Até que um dia, lá na Aruanda,
Nossa Senhora, o Abençoou...

Adorei as Almas.

CALENDÁRIO LUNAR

Veja aqui os dias de troca
de água do seu Otá.

| Fase | Data | Hora |
|---------------|-------------|----------|
| Lua Nova | 6 Mar 2019 | 13h05min |
| Lua Crescente | 14 Mar 2019 | 07h26min |
| Lua Cheia | 20 Mar 2019 | 22h43min |
| Lua Minguante | 28 Mar 2019 | 01h11min |

Tem Quaresma na Umbanda?

Em algumas vertentes do Culto Afro as casas de Santo ficam fechadas no período da Quaresma. Segundo seus Sacerdotes é devido à necessidade de silêncio. Na Umbanda os trabalhos são ininterruptos pois, seguimos a recomendação do Evangelho que diz: "Meu pai continua trabalhando até agora e eu também estou trabalhando" (João 5-5:17).

A Umbanda é comparada a um Pronto Socorro de almas. A todo tempo recebemos pessoas que vão aos Templos, esperando ouvir dos Guias sábios conselhos que venham enxugar as suas lágrimas, alentar o seu coração e trazer um pouco de luz para o seu caminho. É um período também que somos convidados a viver a plenitude do amor a Deus e ao próximo, procurando praticar a caridade, ajudando aos necessitados materialmente e espiritualmente.

É um período no qual as casas de umbanda procuram trabalhar mais com os exemplos de fé e oração, para termos confiança em Deus, acreditar que os problemas podem ser resolvidos e sem perder a esperança. Nesse período também trabalhamos com os Exus e Pombagiras que são espíritos em evolução. Como eles são marginalizados pela falta de conhecimento é uma oportunidade de mostrar a sociedade que eles são espíritos que estão muito próximos de nós, atuando como Guardiões que nos mostram o caminho da verdadeira justiça e amor, e que não são demônios.

O reino do bem e o reino do mal são construídos por nós, dependendo das nossas atitudes no cotidiano da vida. Acreditamos na Lei do Livre Arbítrio. Cada um escolhe o seu caminho.

Mãe Almerinda de Nanã



O 2º Festival de Tortas da Fuca foi um delicioso sucesso. E o momento musical também animou os participantes. Se você perdeu, pode ficar com água na boca mas, não se preocupe porque ano que vem tem mais. Confira as imagens.



EXPEDIENTE

Dirigente: Mãe Almerinda de Nanã e Xangô
Textos: Dom Jorge Costa,
Jornalistas Responsáveis: Tatiane Souza DRT 2110, Ivana Ortins DRT 1942
Ilustrações: Imagens retiradas da Internet sem filtro de licença