



SABER DAS GIRAS · GIRA DE CABOCLAS E CABOCLOS QUIMBANDEIROS

Espírito, mente, emoção e corpo fazem parte de uma mesma caminhada

Por Gleison Cardozo · 16 de setembro de 2026

Olá, meus irmãos e minhas irmãs!

Hoje nós recebemos uma força muito particular.

Uma força que nos convida a olhar para a ancestralidade, para a natureza e, principalmente, para aquilo que dentro de nós precisa ser cuidado.

A gira de hoje é de Caboclos Quimbandeiros.

E quando falamos em Quimbanda, precisamos primeiro compreender que essa palavra carrega uma história, uma ancestralidade e um conhecimento que não pode ser reduzido a preconceitos ou às imagens negativas que, muitas vezes, foram construídas ao longo do tempo.

Na África Central, especialmente entre povos de matriz bantu, encontramos o termo kimbanda, relacionado a saberes de cura e às pessoas que detinham conhecimentos sobre as forças da natureza, as plantas, os espíritos e os caminhos de equilíbrio da comunidade.

O kimbanda era alguém que conhecia.

Conhecia as ervas.

Conhecia os ciclos da natureza.

Conhecia os mistérios da vida.

Conhecia os caminhos do espírito.

E, principalmente, compreendia que cuidar de uma pessoa não significava cuidar apenas do corpo.

Porque uma pessoa pode estar aparentemente bem por fora e, por dentro, estar completamente adoecida.

Pode ter um corpo saudável e uma mente cansada.

Pode ter um sorriso no rosto e uma tristeza profunda no coração.

Pode estar cercada de pessoas e, ainda assim, sentir-se absolutamente sozinha.

Por isso, os saberes tradicionais de cura nos ensinam algo muito bonito: o ser humano é um conjunto.

Espírito, mente, emoção e corpo fazem parte de uma mesma caminhada.

E é por isso que a medicina sagrada não está simplesmente na erva.

Não está no rapé.

Não está no banho.

Não está no defumador.

Não está no elemento da natureza utilizado em determinado ritual.

A força da medicina sagrada está, apesar de tudo, na intenção com que nos relacionamos com aquilo que a natureza nos oferece.

Uma folha pode ser apenas uma folha para quem não conhece.

Mas, para quem aprendeu a escutar a natureza, aquela folha carrega história.

Carrega conhecimento.

Carrega gerações de pessoas que observaram, experimentaram, aprenderam e transmitiram seus saberes.

É a ancestralidade dizendo:

“Eu aprendi antes de você para que você pudesse aprender depois de mim.”

E aqui está uma das grandes riquezas dos povos indígenas, dos povos africanos e das comunidades tradicionais:

o conhecimento não começa em nós.

Nós somos continuidade.

Existe alguém antes de nós.

Existe uma experiência antes da nossa experiência.

Existe uma sabedoria que atravessou gerações para chegar até aqui.

E quando entramos em contato com esses conhecimentos, precisamos fazê-lo com respeito.

Não como quem simplesmente pega um elemento da tradição e transforma em objeto de consumo.

Mas como quem reconhece que existe uma história, existe um povo, existe uma memória e existe um sagrado.

Por isso, a primeira medicina é o respeito.

Respeito à natureza.

Respeito aos ancestrais.

Respeito aos povos que guardaram esses conhecimentos.

E respeito ao próprio corpo e ao próprio espírito.

Porque existe também uma medicina que ninguém pode tomar por nós.

É a nossa postura interna.

Tem gente que procura cura, mas não quer mudar.

Procura paz, mas alimenta conflito.

Procura equilíbrio, mas continua vivendo em excesso.

Procura respostas, mas não consegue fazer silêncio.

E talvez uma das maiores medicinas seja justamente aprender a silenciar.

Hoje, quando recebermos o passe, a palavra, a erva, o sopro, a presença ou a energia de um Caboclo Quimbandeiro, façamos a nossa parte.

Entremos em silêncio.

Com respeito.

Com devoção.

Com entrega.

Não uma entrega passiva, esperando que uma entidade resolva a nossa vida.

Mas uma entrega consciente:

"Eu estou disposto a olhar para mim."

Porque cura também é coragem.

Coragem de reconhecer uma ferida.

Coragem de admitir um medo.

Coragem de abandonar um comportamento que já não nos serve.

Coragem de pedir ajuda.

Coragem de recomeçar.

E talvez seja por isso que a cura acontece em diferentes dimensões.

Existe uma cura espiritual.

É quando começamos a recuperar nossa conexão com o todo.

Quando percebemos que não somos uma ilha.

Que fazemos parte da natureza.

Que fazemos parte de uma comunidade.

Que existe uma dimensão maior da vida da qual participamos.

A cura espiritual devolve sentido.

Devolve pertencimento.

Devolve harmonia.

Existe também a cura mental.

Porque existem pensamentos que nos aprisionam.

Pensamentos repetitivos.

Culpa.

Medo.

Ansiedade.

Ressentimento.

Preocupações que ocupam tanto espaço dentro da cabeça que já não conseguimos escutar a nossa própria consciência.

E a medicina pode ser também clareza.

Pode ser aquele momento em que conseguimos respirar e dizer:

"Eu não preciso resolver tudo hoje."

"Eu posso escolher outro caminho."

"Eu posso pensar diferente."

E existe a cura emocional.

Essa talvez seja uma das mais difíceis.

Porque existem dores que não aparecem no corpo.

Existem lágrimas que ninguém vê.

Existem histórias que carregamos durante anos.

E é aí que entra uma palavra que os Caboclos nos ensinam muito bem:

acolhimento.

Não precisamos ter vergonha daquilo que sentimos.

Precisamos aprender a cuidar daquilo que sentimos.

A compaixão não significa passar a mão na cabeça de tudo.

Compaixão é olhar para a nossa própria humanidade sem transformar nossas feridas em desculpas para ferir os outros.

É reconhecer a dor e, ao mesmo tempo, escolher a transformação.

Meus irmãos e minhas irmãs,

talvez hoje nenhum Caboclo precise nos dar uma resposta.

Talvez ele precise apenas nos ajudar a encontrar a pergunta certa.

O que, dentro de mim, precisa ser curado?

O que eu continuo carregando que já poderia ter sido deixado para trás?

Que pensamento precisa ser transformado?

Que sentimento precisa ser acolhido?

Que relação precisa ser cuidada?

Que hábito precisa ser modificado?

E que parte da minha ancestralidade eu preciso honrar não apenas com palavras, mas com atitudes?

Que hoje a força dos Caboclos Quimbandeiros nos ensine que cura não é simplesmente retirar uma dor.

Cura é recuperar o equilíbrio.

É espiritualizar a existência sem fugir da realidade.

É cuidar da mente sem abandonar o coração.

É acolher as emoções sem permitir que elas nos governem.

É olhar para a natureza não como algo que existe para nos servir, mas como parte da grande teia da vida.

E é reconhecer que os nossos ancestrais deixaram caminhos para que pudéssemos caminhar com mais consciência.

Que a medicina sagrada esteja na nossa intenção.

Que a natureza nos ensine.

Que a ancestralidade nos fortaleça.

Que o silêncio nos revele aquilo que o excesso de palavras esconde.

E que cada pessoa que sair daqui hoje leve consigo não apenas a sensação de ter recebido uma energia, mas a responsabilidade de continuar o processo de cura depois que atravessar aquela porta.

Porque o Caboclo pode abrir o caminho.

Pode orientar.

Pode fortalecer.

Pode cuidar.

Mas caminhar...

caminhar é conosco.

Que os Caboclos Quimbandeiros nos tragam força para caminhar, sabedoria para escolher e coragem para transformar.

Que possamos honrar aqueles que vieram antes de nós e deixar um caminho um pouco melhor para aqueles que ainda virão.

Salve os Caboclos Quimbandeiros!

E que a cura encontre cada um de nós no lugar onde mais precisamos dela.

Saravá!

Textos com direitos autorais reservados, podem ser utilizados em parte ou na íntegra. A fonte sempre será citada.

Leia no site: <https://casadepaijoao.org.br/saber-das-giras/espírito-mente-emocao-e-corpo/>