

Vivência

*Jornal de circulação interna do
Templo Umbandista Caboclo Caçador - TUCC*

AGOSTO/2021

ANO VI – Nº 080

AMAR O PRÓXIMO COMO A TI MESMO-UMBANDA



Amar é o segredo da felicidade, amar com consciência e equilíbrio. Um dos preceitos da doutrina cristã é amar o próximo como a ti mesmo, sendo o segredo o amor em ti.

Dizer para amar o próximo como a ti mesmo é simples ao falar e talvez até no pensar, mas no executar é algo muito complicado, pois temos duas fases, sendo a primeira do amor

próprio que talvez seja umas das coisas mais difíceis de se realizar, estamos sempre reclamando da vida, querendo ser algo que não somos e insatisfeitos com o que temos ou com quem somos, isso demonstra claramente a falta de amor por nós mesmos, então devemos parar e refletir: Será que estou no caminho correto? Ficar insatisfeito irá trazer bons resultados? Reclamar irá resolver? Devemos fazer essas reflexões e começar a compreender melhor como nós funcionamos e por que não ser feliz agora e buscar a melhora e não a felicidade, pois a felicidade não se busca, a felicidade já está com cada um que quer ser feliz, basta olhar para dentro e deixar ela manifestar. Quantos de nós paramos e refletimos sobre nosso dia, o que fizemos de bom, o que nos agradou, o que nos desagradou, o que fizemos de ruim, quem desagradamos, o que trouxe de desarmonia e pensou em criar soluções ou condicionar a mente para aquilo não mais afetar sua felicidade? Quantos de nós ao acordar refletimos e agradecemos pelo que temos e pensamos em maneiras para que nosso dia seja melhor? Viver um dia de cada vez, viver um momento de cada vez, pois o futuro é o que você faz agora e agora será o seu passado.

A segunda fase é o amor ao próximo. Como se ama ao próximo sem conseguir amar a ti? Não sendo possível a segunda fase sem a realização da primeira, e aí vem outro desafio, como amar de proporção igual outra pessoa?

Às vezes um familiar, um filho, algo assim consiga amar até mais, mas como amar uma pessoa que desconheço? Quando o amor é verdadeiro por ti mesmo, você conseguirá com a prática amar ao próximo como a ti mesmo, que é o amor sem preconceitos, sem julgamentos e sem maldades. E quem é meu próximo? Isso está explicado muito bem na Parábola do Bom Samaritano, pelo nosso mestre Jesus Cristo, onde, com uma história explica muito bem que o próximo é aquele que nos aproximamos, independente do pré-julgamento feito por qualquer um.

Seja você o responsável por sua vida, ame mais, se importe menos com aquilo que não te acrescente, pois o tempo nos traz mudanças, seja paciente, e compreenda mais o próximo, pois mesmo com divergências de pensamentos todos estão certos, o que muda é o ponto de vista, sendo a verdade uma variável do próprio ser, cada dia novos aprendizados, novos conhecimentos e novas maneiras de olhar o mundo.

"Se não amo o próximo que vejo, como posso amar a Deus, que não vejo?"

<http://7flechasejurema.blogspot.com/2017/07/amar-o-proximo-como-ti-mesmo-igor-de-Oxum>

ORIXÁS DO MÊS:

IEMANJÁ: 15 de agosto

Sincretismo: Nossa Senhora da Glória no Rio de Janeiro

Nossa Senhora dos Navegantes na Bahia e Rio Grande do Sul

Saudação: Odojá!



Iemanjá é um orixá feminino cultuada na Umbanda e no Candomblé que habita os mares e oceanos, mãe das águas, protetora dos marinheiros, pescadores, enfim, nossa Grande Mãe. Realiza trabalhos de limpeza e purificação. É a rainha das águas salgadas, regente absoluta dos lares, protetora da família. Chamada também de Deusa das

Pérolas, é aquela que apara a cabeça dos bebês no momento de nascimento. Representa a água que refresca e dá vida às terras, a água que acalma. Iemanjá é força da natureza que tem papel muito importante em nossas vidas, pois é ela que rege nossos lares, nossas casas. É ela que dá o sentido da família às pessoas que vivem debaixo de um mesmo teto. Ela é a geradora do sentimento de amor ao seu ente querido, dando sentido e personalidade ao grupo formado por pai, mãe e filhos, tornando-os coesos.

OBALUAÊ: 16 de agosto

Sincretismo: São Roque

Saudação: Atotô!



Obaluaê é a divindade da saúde e da cura. É o orixá da terra. É da Terra que tudo nasce e tudo tem seu fim, por isso Obaluaê rege estas questões.

Protetor dos doentes.

Ele carrega sempre sua lança de madeira, seu Laguidibá e seu Xaxará para espantar as energias ruins e os eguns (espíritos errantes).

Orixá Obaluaê é senhor dos espíritos, mediador entre o mundo material e espiritual. Ele conhece a tristeza e as dores como ninguém, e é a prova de que tudo pode ser superado se você tiver coragem

de seguir em frente e vontade de viver.

VIVA SAUDÁVEL

DEZ DICAS PARA UMA VIDA MAIS SAUDÁVEL



Garanta mais disposição e saúde com alertas de médicos e nutricionista:

1 - Evite refrigerantes e atenção aos sucos prontos. O consumo de refrigerantes normais está relacionado a diabetes e obesidade, enquanto o de não adoçados (como light, diet e zero) causa piora do funcionamento dos rins. Já a frutose proveniente das

frutas e que adoça os sucos prontos, quando consumida em excesso pode provocar aumento da pressão arterial.

2 - Distribua melhor as refeições ao longo do dia. Tente se alimentar a cada três horas para evitar redução do metabolismo e sobrecarga em determinadas refeições (principalmente à noite). Além disso, evite que o corpo entre na chamada "reserva de energia", que é quando o organismo entende que, pelo jejum prolongado, precisa armazenar calorias, dificultando a perda de peso.

3 - Aumente o consumo de líquido ao longo do dia, preferencialmente água. A ingestão contínua de líquidos mantém o metabolismo em constante movimento, assim como a atividade das células corporais e o funcionamento do intestino. Não espere a sede. Se ela chegar, é sinal de que o corpo já está desidratado.

4 - Prefira alimentos integrais em substituição aos carboidratos refinados. Os integrais levam mais tempo para serem digeridos, promovendo maior tempo de saciedade e melhor funcionamento do intestino.

5 - Não consuma alimentos muito calóricos no jantar, isso pode prejudicar o sono. Além disso, como o metabolismo fica mais lento à noite, o gasto de calorias nesse período será menor, podendo gerar ganho de peso.

6 - Pratique atividades físicas, elas são fundamentais para promover condicionamento, aumentar a longevidade e diminuir o estresse. Para quem tem mais de 35 anos, exercícios físicos ajudam a manter a massa muscular. A prática é importante porque parte do metabolismo depende da massa muscular.

7 - Só consuma medicamentos sob orientação médica. Sem o acompanhamento profissional, as pessoas tendem a tomar medicação em excesso ou a deixar de tomar medicamentos que realmente precisam.

8 - Durma bem. Para um sono mais tranquilo, evite: refeições pesadas à noite, cafeína depois das 17 horas e exercícios físicos extenuantes no período noturno.

9 - Tenha um hobby ou faça atividades de que goste bastante, saindo da rotina. É uma ótima maneira de escapar do círculo de pensamentos preocupantes e de manter a motivação.

10 - Procure informação e ajuda para parar de fumar ou de consumir álcool em excesso. O cigarro é fator de risco para inúmeras doenças e sobrecarrega muito o aparelho pulmonar e o sistema circulatório. Já o álcool, além de trazer problemas comportamentais, é bastante nocivo ao fígado e ao pâncreas, que são fundamentais para o nosso metabolismo.

(Fontes, pesquisas: Dr. Mário Sérgio Rossi Vieira, fisiatra - Dr. Bento Fortunato, nefrologista - Érika Teixeira, nutricionista).

*Fonte: <https://www.einstein.br/noticias/noticia/dicas-vida-mais-saudavel>,
Publicado por Dr. Mario Sérgio Rossi Vieira, Dr. Bento F. Cardoso dos Santos.*

A PARÁBOLA DA PEDRA

O distraído nela tropeçou...

O bruto a usou como projétil.

O empreendedor, usando-a, construiu.

O camponês, cansado da lida, dela fez assento.

Para meninos, foi brinquedo.

Drummond a poetizou.

Já Davi matou Golias; e Michelangelo extraiu dela a mais bela escultura...

E em todos esses casos, a diferença não esteve na pedra, mas no homem!



Não existe “pedra” no seu caminho que você não possa aproveitá-la para o seu próprio crescimento.

Independentemente do tamanho das pedras no decorrer de sua vida, não existirá uma que você não possa aproveitá-la para seu crescimento espiritual. Quanto a sua pedra atual, tenho certeza que Deus irá lhe dar sabedoria para mais tarde você olhar para ela e ter orgulho da maravilhosa experiência que causou em sua vida, no seu crescimento espiritual.

Autor Desconhecido

Créditos da Imagem: Crazy Ivan

TEMPLO UMBANDISTA CABOCLO CAÇADOR
CALENDÁRIO DAS GIRAS ANO DE 2021

OUTUBRO

16	Festa Cigana com Ritual de Magia - 15h
30	Homenagem a Xangô e Corrente do Oriente - 15h

AGOSTO

NOVEMBRO

14	Homenagem a Iemanjá e Corrente do Oriente - 15h	02	Senzada de Preto Velho e Prece para os Desencarnados (Finados) - 15h
28	Gira de Exu/Pombagira - 15h	20	Imantação dos Orixás - 18h
		27	Festa do Zé Pelintra - 15h

SETEMBRO

DEZEMBRO

11	Corrente do Oriente - 15h	04	Homenagem a Iansã/Oxum e Corrente do Oriente - 15h
25	Homenagem a Ibejada - 15h	11	Homenagem a Omolú e Descarrego com Exu/Pombagira - 15h



**08 de agosto-
Parabéns a todos os pais!
Um grande abraço ao Pai Jorge. Nossos
agradecimentos pela dedicação e cuidado.**



PARABÉNS A TODOS OS MÉDIUNS E CONSULENTES ANIVERSARIANTES DO MÊS DE AGOSTO/2021. MUITA SAÚDE, PAZ E PROSPERIDADE!!

O SILÊNCIO NA ASSISTÊNCIA

Talvez algumas pessoas não entendam o verdadeiro sentido de se fazer silêncio ao adentrar no terreiro.

O silêncio não é só uma forma de respeito aos médiuns e entidades que ali vão trabalhar, mas temos que entender que no momento em que se entra num terreiro as entidades mesmo não



incorporadas num médium, já começam a atuar sobre todos nós.

Começando a descarregar as cargas negativas, dando início a um trabalho de cura, entre outras coisas, que serão aprofundadas no momento do passe ou da consulta, dentro da misericórdia e merecimento de cada um.

Mas fundamentalmente, o silêncio é uma oportunidade única das pessoas pararem olharem, para dentro de si, e reavaliarem o porquê de estarem passando determinada situação. Tudo na vida é um resultado das nossas ações - a famosa Lei da Ação e Reação.

Assim, aquele momento em que se está sentado nos bancos esperando o início da sessão, consulta ou passe, é o momento pra avaliar os acontecimentos, um momento para se respirar fundo, tentar se desvincular dos pensamentos negativos para então se tornar receptivo ao passe e melhor entender o que as Entidades vêm a lhe falar.

Sim, queremos dizer que se uma pessoa que for procurar um terreiro, ao chegar neste, tomado pela negatividade, achando que nada em sua vida vai mudar, que espera que ali venha uma Entidade e que num passe de mágica faça tudo melhorar em sua vida, certamente sairá frustrado.

As Entidades servirão como um farol indicando por onde se deve caminhar para então melhor se chegar ao destino, no entanto por determinação Divina, as Entidades não podem simplesmente livrar as pessoas do que, por lei cármica, tem que passar.

Dessa maneira, todos os Guias Espirituais, serão uma força extra que teremos e nos norteará para ultrapassar nossas provações.

Procure ao chegar num terreiro, respirar fundo e mentalizar: “Aqui entrarei para me reencontrar comigo mesmo, vou abrir meu coração e procurar entender tudo aquilo que os guias me falarem e aconselharem.”

Assim, por lei de atração você estará mais receptivo a todos os bálsamos que os Espíritos de Luz irão derramar sobre você e sua vida!

Créditos: Marcelo de Xapanã

O CÍRCULO DA TOLERÂNCIA



Um famoso senhor com poder de decisão, gritou com um diretor da sua empresa, porque estava com ódio naquele momento.

O diretor, chegando em casa, gritou com sua esposa, acusando-a de que estava gastando demais, porque havia um bom e farto almoço à mesa.

Sua esposa gritou com a empregada que quebrou um prato.

A empregada chutou o cachorrinho no qual tropeçara.

O cachorrinho saiu correndo, e mordeu uma senhora que ia passando pela rua, porque estava atrapalhando sua saída pelo portão.

Essa senhora foi à farmácia para tomar vacina e fazer um curativo, e gritou com o farmacêutico, porque a vacina doeu ao ser-lhe aplicada.

O farmacêutico, chegando à casa, gritou com sua mãe, porque o jantar não estava do seu agrado.

Sua mãe, tolerante, um manancial de amor e perdão, afagou-lhe seus cabelos e beijou-o na testa, dizendo-lhe:

"Filho querido, prometo-lhe que amanhã farei os seus doces favoritos. Você trabalha muito, está cansado e precisa de um boa noite de sono. Vou trocar os lençóis da sua cama por outros bem limpinhos e cheirosos para que você descanse em paz. Amanhã você vai sentir-se melhor."

E abençoou-o, retirando-se e deixando-o sozinho com os seus pensamentos.

Naquele momento, rompeu-se o círculo do ódio, porque esbarrou-se com a tolerância, a doçura, o perdão e o amor.

Faça você o mesmo.

Colaboração: Renato Antunes Oliveira

"Os pensamentos são como flechas uma vez lançadas alcançam o seu alvo. Seja cauteloso ou poderá um dia ser sua própria vítima."

Provérbio Navajo





AGOSTO LILÁS: CAMPANHA VISA O COMBATE À VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

Criada em 2006, a Campanha Agosto Lilás visa chamar a atenção para a Lei Maria da Penha e dá destaque às ações do sistema de segurança pública direcionadas ao combate da violência doméstica e familiar. Sendo o Brasil um país historicamente e culturalmente violento, especialistas destacam ações essenciais para frear os números de agressões e feminicídios no país.

PEÇA AJUDA:

Central de Atendimento à Mulher em Situação de Violência; Secretaria de Políticas para as Mulheres da Presidência da República. Telefone: 180 (disque-denúncia)

Centro de Atendimento à Mulher (CEAM) – Procure no seu estado.

Delegacia Especial de Atendimento à Mulher (DEAM) - Existente em todo Brasil.

<https://www.correiobraziliense.com.br/cidades-df/2021/08/4943100-agosto-lilas-campanha-visa-o-combate-a-violencia-domestica.html>

COMUNICADO

Evangelização Infantil - Iniciamos a evangelização para crianças na faixa etária de 2 a 7 anos.

As aulas, durante a pandemia, são ministradas pelos nossos evangelizadores, de forma virtual, ficando disponíveis em nosso Site. Todas às quintas-feiras, novo vídeo será divulgado.



Informamos que a Evangelização está aberta a todas as crianças e adolescentes (familiares e amigos de médiuns e consulentes. Os interessados deverão procurar um dos evangelizadores (Cissa, Diego, Vanessa ou Laís) para que possam efetuar as matrículas.



TEMPLO UMBANDISTA CABOCLO CAÇADOR

Endereço com referência:

Rua: Moreira de Azevedo, 17 – Cascadura – RJ

Terceira rua à esquerda e, a seguir, primeira à direita após o Colégio Santa Monica.



<http://www.tucc.com.br>



www.facebook.com/temploumbandista caboclo caçador