

Vivência

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

FEVEREIRO/2018

ANO IV – N° 038

UMBANDA TEM FUNDAMENTO



Mais uma vez, convido todos a dar um giro pelo terreiro e conhecer um pouco da nossa Umbanda. Vamos?

Tronqueira – espaço destinado às firmezas e assentamentos dos guardiões (exus e pombagiras) cuja função é de proteção.

Devemos pedir licença para entrar na casa e amparo aos trabalhos que serão realizados.

Cruzeiro das Almas – é um espaço

importante do terreiro, estando diretamente ligado ao culto dos pretos-velhos.

Os pretos-velhos são considerados os espíritos responsáveis pelo acolhimento, recepção, preparação e encaminhamento das almas dos mortos, tanto daqueles já bem direcionados nos caminhos da espiritualidade, quanto, sobretudo, daqueles seres que perambulam em busca de luz e orientação para o caminho correto da evolução espiritual.

O Cruzeiro é uma passagem, um portal para esses espíritos em estado de sofrimento.

Também um espaço de transmutação. Age em situações que necessitam de mudanças: doença física, emocional, mágoas, ódios enfim, todos sentimentos de origem negativa.

Congá – na posição frontal posterior do salão, imagens e/ou objetos litúrgicos dispostos de modo bem visíveis. Funciona como ponto de referência para onde são direcionadas orações, rogativas e agradecimentos. É um núcleo de forças do terreiro.

Ariaxé – ponto central do terreiro, onde estão cravados os assentamentos. Local que emana a força e segurança do templo bem como de todos aqueles que ali frequentam.

Cumeeira – está na parte mais alta do terreiro, no teto, simbolizando a ligação do físico (terra) com o divino (céu). Traz proteção e fortalecimento ao terreiro e corpo mediúnico. É um local de convergência de forças, ao qual devemos respeito.

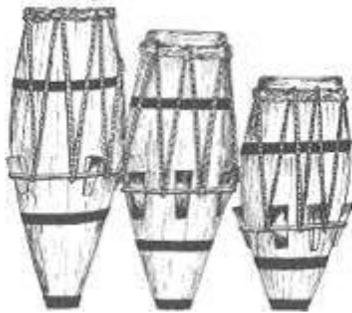
Roupa branca – o branco simboliza a unidade e fraternidade, paz, sensação de limpeza, calma, serenidade e igualdade.

Guias ou colares – são colares de contas que simbolizam os orixás ou entidades nas suas cores. Possuem duplo significado: proteção e elo espiritual. Desviam, neutralizam ou enfraquecem os fluidos negativos.

Bater cabeça – esse ato representa humildade, obediência e resignação aos preceitos religiosos da Umbanda.

Ajoelhar-se – exterioriza o respeito que devemos ter, seja com o divino, seja para com o próximo. É uma manifestação de religiosidade. Mostra a seriedade dos médiuns diante do plano espiritual superior.

Pedir bênção – A palavra bênção pode ser definida como algo que propicia bem-estar ou felicidade. “Tomar bênção” é um ato de reconhecimento e de respeito à hierarquia, mais do que isso, é um ato de entrega e confiança, portanto aquele que “dá a bênção” tem que estar consciente de suas responsabilidades. “Tomar a Bênção” ou “Dar a Bênção” é coisa séria e tem fundamento, pois estamos nos dirigindo aos Orixás donos do Ori daquela pessoa, logo, é preciso ter atitude, respeito e conhecimento.



Atabaques (tambores sagrados), cantos, palmas e danças – as vibrações sonoras têm o poder de estimular a sensibilidade e falar ao coração. Efetuados harmoniosamente, com alegria e sincronia atuam no mental e na captação de energias etéricas (puras, sublimes) que atuarão em todo corpo mediúnico facilitando o reajustamento magnético.

A assistência deve acompanhar os cantos, assim todo o ambiente será tomado de vibrações benéficas. Lembrem-se: **“Quem canta, seus males espanta.”**

Defumação – sua função é desagregar cargas negativas produzidas ou atraídas por pensamentos e ambientes com vibrações negativas, sendo essencial para qualquer trabalho em um terreiro.

Velas – auxiliam a concentração, são fontes de Luz. Absorvem energias e irradiam ondas vibratórias que transformam cargas negativas e miasmas (mal-estar, incômodos), trazidos para o ambiente, através do elemento fogo.

Ervas, flores – as plantas absorvem energias negativas transformando-as em positivas, purificam, dessa forma, o terreiro.

Ferramentas – cálices, taças, espadas e outros quando consagrados aos guias e entidades são capazes de atrair ou projetar ondas de energia.

Babalorixá, dirigente espiritual, Pai de santo ou Zelador do Santo – é o intermediário entre o mundo espiritual e o material, servindo de exemplo aos filhos do terreiro que dirige. Tem a responsabilidade de cuidar e zelar pelas firmezas dos orixás e entidades dentro do templo. Chefe espiritual, mentor e orientador no trajeto e no cumprimento da missão espiritual. Deve trazer, em si, a humildade aliada ao sincero desejo de ajudar ao próximo, sem esperar nada em troca.

Médiuns – são aqueles que têm a sensibilidade de sentir e intermediar o mundo espiritual.

Ogãs – são os responsáveis pelos cantos e louvores aos Orixás. A curimba (cantos e toques) bem realizada ajuda na sustentação de um bom trabalho espiritual.

Cambonos – trabalhadores que auxiliam no decorrer dos trabalhos espirituais, zelando pela ordem e atendendo às solicitações dos guias e entidades.

Corrente mediúcnica – as entidades formam um elo de energia entre os médiuns, daí o nome “corrente”.



Passé – é um dos métodos utilizados nos centros para o alívio ou cura dos sofrimentos das pessoas. Tem como objetivo o reequilíbrio do corpo físico e espiritual. Porém, o seu efeito também dependerá de quem o recebe. A pessoa deve estar em sintonia com a espiritualidade presente, mantendo-se em concentração e prece, com bons pensamentos e sentimentos.

Fumo – condensa forte carga etérea e astral que, ao ser liberada pela queima, emana energias que atuam positivamente no mundo oculto, podendo desintegrar fluidos adversos à

contextura perispiritual dos encarnados e desencarnados.

Bebidas – o marafo também é usado para limpar/d Descarregar. O álcool por sua volatilidade tem ligação com o ar e pode ser usado para retirar energias negativas do médium.

Água – é um dos elementos naturais mais receptivos com uma energia atrativa e condutora. É utilizada nas quartinhas, nos copos de firmeza dos Anjos de Guarda, no batismo, em muitos rituais da Umbanda e, principalmente, pelos guias espirituais nos momentos onde há a necessidade de realizar grande limpeza, purificação e energização de nosso corpo astral e de nossa casa, afinal existem cargas e energias que somente ela é capaz de desfazer, limpar e equilibrar.

Oferendas – quando realizamos uma oferenda estamos realizando um ato de fé, pois é uma ação que envolve alguns sacrifícios de nossa parte, dedicação e confiança nas nossas crenças. É uma demonstração do sentimento de agradecimento por tudo que a espiritualidade faz por nós e por todos que estão em nosso convívio. Ao se realizar uma oferenda temos que nos concentrar na fé verdadeira que guardamos dentro de nós, lembrando de agradecer as graças alcançadas, bem como, os ensinamentos recebidos.



Umbandistas e Carnaval



A Umbanda não proíbe que saiamos para brincar com os amigos, família ou sozinho. Apenas nos alerta sobre os exageros de bebidas alcoólicas, sexo e drogas que prejudicam o corpo físico (do qual prestaremos conta ao desencarnar), a mente e o espírito. Aproveitar esses dias para divertir-se sadia e equilibradamente, afastando-se

das preocupações não é errado, pois o cuidado que devemos ter é o mesmo no decorrer de todo ano. Nessa época de festejos, a energia coletiva é mais densa. Precisamos ter mais cautela com a vigilância lembrando que nossa colheita será compatível com o que tivermos semeado em cada minuto de nossa encarnação.

Brinque com consciência!!!!





PARABÉNS A TODOS OS MÉDIUNS E CONSULENTES ANIVERSARIANTES DO MÊS DE FEVEREIRO/2018. MUITA SAÚDE, PAZ E PROSPERIDADE!!

VIVA SAUDÁVEL

Alimentação saudável no verão

No verão o principal desafio que o corpo enfrenta é manter sua temperatura normal em torno de 36°C frente às altas temperaturas ambientais. Em virtude dessa alteração climática, ocorrem mudanças no organismo para que a adaptação ao novo clima ocorra sem maiores problemas à nossa saúde. Dentre elas, o mecanismo de resfriamento do



corpo é essencial, ocorrendo por meio da transpiração, popularmente conhecida como suor. Como suamos constantemente, perdemos quantidades consideráveis de água e sais minerais, como o sódio e o potássio, por isso a importância da hidratação nessa época do ano.

O corpo humano é formado por aproximadamente 60% de água, fundamental para diversas funções vitais do organismo. Assim, a ingestão de líquidos deve ser constante ao longo do dia e nunca devemos esperar ter sensação de sede, pois esse já é um sinal de desidratação.

As recomendações de ingestão hídrica variam conforme uma série de fatores (idade, peso, sexo, nível atividade física, clima), mas em média são de 2 litros para adolescentes e adultos e 1,2 litros para crianças. Evitar os refrigerantes, porque possuem muito açúcar e calorias, muitos aditivos químicos e nenhum nutriente aproveitável.

Outra mudança do organismo no verão está relacionada à queima de calorias, visto que ocorre uma diminuição da taxa de metabolismo basal, ou seja, gastamos menos calorias em repouso. A alimentação deve ser mais leve para não sobrecarregar seu funcionamento e evitar mal-estar.

Consuma mais frutas, legumes e verduras, que são fontes de fibra, vitaminas e minerais. Dê preferência às carnes brancas e cortes magros de carne na forma de assados, cozidos ou grelhados.

Evite alimentos gordurosos, excesso de sal, de calorias, açúcar e excesso de bebidas alcoólicas, que contribuem para a desidratação.

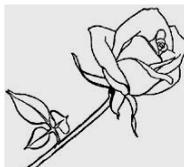
Adaptação <https://www.gabrielanutricionista.com.br/alimentacao-saudavel-no-verao>

Dia 20 de janeiro

Bate folhas realizado pelos caboclos e caboclas na festa de Oxóssi



Cerimônia dos Quinze anos da Mariana Queiroga



CALENDÁRIO PARA 2018



Fevereiro

08	Segurança do carnaval - Exu e Pombagira (5ª feira) - 20h
24	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h

Março

11	Almoço Beneficente - das 13h às 18h
17	Homenagem à Xangô - 16h
31	Consulta com Exu e Pombagira - 16h

Abril

08	Almoço Beneficente - das 13h às 18h
14	Corrente do Oriente - 16h
15	Sacudimento Coletivo (domingo) - 08:30h às 17:30h
23	Homenagem à Ogum (2ª feira - feriado) - 16h

Maió

12	Homenagem aos Pretos Velhos - 16h
20	Almoço Beneficente - das 13h às 18h
26	Consulta com Exu e Pombagira - 16h

Junho

10	Almoço Beneficente - das 13h às 18h
16	Homenagem aos Exus e Pombagiras - 16h
30	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h

Julho

08	Almoço Beneficente - das 13h às 18h
14	Corrente do Oriente - 16h
15	Sacudimento Coletivo (domingo) - 08:30h às 17:30h
28	Homenagem à Nanã - 16h

Agosto

11	Homenagem à Iemanjá e Saída de Santo - 16h
19	Almoço Beneficente - das 13h às 18h
25	Consulta com Exu e Pombagira - 16h

Setembro

16	Almoço Beneficente - das 13h às 18h
22	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h
29	Homenagem à Ibejada e Xangô - 16h

Outubro

07	Almoço Beneficente - das 13h às 18h
20	Corrente do Oriente - 16h
21	Sacudimento Coletivo (domingo) - 08:30h às 17:30h
27	Homenagem à Xangô - 16h

Novembro

02	Prece para os desencarnados (6ª feira - feriado) - 16h
11	Almoço Beneficente - das 13h às 18h
18	Imantação dos Orixás (domingo) - 18h
24	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h

Dezembro

01	Homenagem à Zé Pelintra - 16h
08	Homenagem à Iansã e Oxum - 16h
15	Homenagem à Omolú e Descarrego com Exu - 16h

Apresentação do grupo de Evangelização Homenagem ao terceiro aniversário do TUCC



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

DOAÇÕES

Agradecemos doações de velas, milho para pipoca, aguardente, fumos, fósforos, produtos de limpeza e higiene.

Também aceitamos materiais recicláveis, para angariarmos recursos financeiros para nossa casa espírita, tais como: latinhas de alumínio (cerveja, refrigerante e outros) e garrafas plásticas em geral.



TEMPLO UMBANDISTA CABOCLO CAÇADOR

Endereço com referência:

Rua: Moreira de Azevedo, 17 – Cascadura – RJ

Terceira rua à esquerda, após o Colégio Santa Mônica.



[Facebook.com/temploumbandistacaboclocacador](https://www.facebook.com/temploumbandistacaboclocacador)