

# Vivência

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

**JUNHO/2019**

**ANO V – N°054**

## **JUSTIÇA KÁRMICA – LEI DA AÇÃO E REAÇÃO / UMBANDA**



Jesus afirmou que a cada um seria dado de acordo com as suas obras, ou seja, penas ou recompensas.

É uma lei física, natural e justiceira, mostrando que nenhuma ação, boa ou má, consegue livrar-se da reação equivalente, atingindo aquele que gerou. Nossos destinos não são regidos por acasos. Felicidade ou desventura são resultados elaborados pelos seres humanos.

Isso chama-se Lei de Causas e Efeitos; não pune, reajusta; não é parcial, é justa; embora não anule o livre-arbítrio, estabelece uma dose de determinismo em nossas vidas. Sua função é a evolução, o progresso espiritual, impulsionado pela dor que provocamos a nós quando a impomos aos semelhantes.

A existência da cruz que carregamos foi atraída por nós, pelas dores que causamos, pela nossa invigilância mental.

Jesus também nos aconselhou carregar a nossa cruz e segui-lo. Mesmo seguindo-o, devemos modificar nossos pensamentos e atitudes a fim de torná-la mais leve, porque a conformação, a fé, o conhecimento e a coragem diminuem o peso dos erros. O otimismo e a perseverança são grandes aliados ao cumprimento e aprendizado em nossa passagem pela Terra.

Assim, não há como escapar dessa lei que abrange qualquer fenômeno material ou moral.

A cada dia, modificamos nosso carma. É preciso entender que os seres humanos constroem a cada instante o seu futuro, assim como a família, o país, o continente e a humanidade. Tudo é transformação. O mundo não é o mesmo a cada hora, a cada minuto.

O sofrimento (rigores do clima, maldade humana, pressões sociais, terrorismo, o desamor...) é proporcional ao débito contabilizado a cada um. Todos esses flagelos, naturais ou não, são vividos na proporção de nossas faltas.

Em meio ao desespero e à dor, nasce a solidariedade, o amor, o aprendizado, ficamos mais fortalecidos, mais justos. De nada adianta lamentações. Busquemos a esperança, a poesia, o amor ao próximo e a nós mesmos.

Ao presenciarmos o sofrimento de nosso irmão, coloquemo-nos, mentalmente, no lugar dele e reflitamos: Como eu gostaria que agissem comigo? Como me sentiria em seu lugar?

A lei da justiça cármica existe e nossos guardiões ajudam na sua execução. Não existe bondade ou punição mas sim o resultado do que viemos praticando através de ações, palavras e pensamentos.

Ninguém é digno do sentimento de piedade, nem é inferior ou superior a outro só porque seu aprendizado o coloca numa situação de dependência e cuidados especiais.

Vamos plantar flores para colhermos flores e perfumar nosso caminho.

Deixemos para trás o orgulho, a vaidade, o pessimismo para que os resultados deles não façam parte de nosso futuro.

*[www.visãoespirita.com.br](http://www.visãoespirita.com.br) - A Lei Cármica*

## O QUE SIGNIFICA MOJUBÁ E LAROIÊ?

**Mojubá** é a saudação para Exu, o mensageiro, o que comunica aos homens a vontade dos Orixás e, a estes, leva o pedido dos homens (humanos).

A palavra é comumente utilizada como louvação que significa respeito e reconhecimento da grandeza e magnitude da entidade Exu.

Na Umbanda, usamos esta saudação para Exu e Pomba Gira, onde dizemos:

**“Exu mojubá!” ou “Exu é mojubá!”**

Podemos entendê-la como:

**“Exu, eu te saúdo” ou “Exu és grande, te reverencio....”**

No dialeto Yorubá significa “meus respeitos”, sendo escrito da seguinte forma:

**Mo Jubá = meus respeitos.**

**Laroiê** é uma palavra que significa “pessoa muito comunicativa.”

**Laroiê Exu! = Mensageiro, Exu!**



## Exu e Pombagira – 13 de junho



Considerados como mensageiros dos Orixás, a eles cabem dar segurança nas tarefas, limpar o ambiente, abrir os caminhos.

São guardiães, sentinelas pelo qual se têm que passar, cumprimentar e agradecer.

Executores da justiça, em seus tabalhos estão aliados conhecimentos, poder e força.

Amigos de todas as horas que nos ampara nos momentos difíceis e vibra conosco em nossas vitórias.

## INVERNO



O Inverno tem início no dia 21 de junho de 2019 às 12h54 e termina em 23 de setembro de 2019. Esta é a estação que antecede à primavera e sucede o outono.

Algumas doenças se agravam nessa estação: gripes, resfriados, bronquites, rinite, asma e sinusite.

Infartos são mais comuns nessa época do ano.

É importante arejar sempre a casa, pois o Sol e o ar evitam que vírus e bactérias se proliferem. Manter as roupas de cama limpas, retirar o pó dos móveis e limpar

o chão com pano úmido.

Idosos, hipertensos, diabéticos, obesos, fumantes e sedentários precisam redobrar os cuidados no inverno. A exposição prolongada ao frio intenso pode causar choque térmico.

Entre os cuidados no inverno estão:

Beber muito líquido, tomar vacinas para evitar doenças de inverno, evitar banhos com água muito quente, evitar exposição prolongada em ambientes com ar condicionado quente ou frio, dormir em local arejado e umedecido.

**ORIXÁS DO MÊS:** Xangô do Oriente

Dia 24 e 29 junho.

Sincretismo: São João Batista e São Pedro



### Sessão de Doutrina

Está sendo realizada todas às quintas-feiras às 20:30 h, com palestras, passe, fluidificação das águas, prece para desencarnados, irradiação para pessoas, lugares e situações.

Além das sessões acima, teremos uma sessão de doutrina por mês, aos sábados, de 15:00 às 17:00 h.



## A CASA PEQUENA



Um homem, atormentado pela difícil situação em que vivia, foi pedir conselhos a um rabino.

– Rabino, minha casa é muito pequena. Eu moro com minha esposa, meus filhos e meus sogros em uma sala, vivemos nos esbarrando. Passamos o dia gritando um com o outro. Eu não sei o que fazer – ele disse em um tom desesperado.

O rabino perguntou se o homem tinha uma vaca. Ouvindo-o responder que sim, então o rabino aconselhou a colocá-la dentro da casa também.

O homem ficou perplexo com o conselho do rabino, mas o seguiu ao pé da letra, de modo que, uma semana depois, voltou reclamando que tudo era muito mais desagradável do que antes.

– Também coloque suas duas cabras em casa – o rabino o aconselhou.

Mais uma vez, o homem seguiu o conselho, mas retornou novamente explicando que a situação havia piorado.

O rabino perguntou se haviam outros animais ainda. Quando o homem respondeu que só tinha um cachorro e algumas galinhas, o rabino disse a ele para colocá-los na casa e retornar na semana seguinte.

Desconcertado, o homem voltou para casa e seguiu o conselho do rabino, mas desta vez, quando voltou, ficou fora de si.

Isso é insuportável! Eu tenho que fazer alguma coisa ou vou ficar louco. Por favor ajude-me!

– Ouça com atenção: pegue a vaca e leve para o estábulo e as cabras para o curral, deixe o cachorro fora de casa e devolva as galinhas para o galinheiro. E em poucos dias venha me ver novamente. Quando voltou, o homem estava eufórico.

Ah, rabino! Agora em casa há muito mais espaço, só há minha esposa, meus filhos e meus sogros!

**Existem situações difíceis de tolerar. Não há dúvida. Mas na maioria das vezes somos nós que perdemos a perspectiva e adicionamos mais pressão a uma realidade que não é tão ruim quanto a desenhamos. Às vezes, precisamos que as coisas piorem para valorizar o que tínhamos, como aconteceu com o homem da história. O problema é que nem sempre é possível voltar atrás.**

## CALENDÁRIO PARA 2019

JUNHO		SETEMBRO	
15	Homenagem aos Exus e Pombagiras - 16h	14	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h
29	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h	28	Homenagem à Ibeijada - 16h
JULHO		OUTUBRO	
13	Corrente do Oriente - 16h	12	Gira Cigana 16h
27	Homenagem à Nanã - 16h	19	Corrente do Oriente - 16h
		20	Sacudimento Coletivo (Domingo) 08:00h às 17:00h
		26	Homenagem a Xangô - 16h
AGOSTO		NOVEMBRO	
17	Homenagem à Iemanjá e Saída de Santo - 16h	02	Prece para os Desencarnados (Sábado - Feriado) - 16h
31	Consulta com Exu e Pombagira e Prece para os Pais Desencarnados - 16h	16	Imantação dos Orixás (Sábado) - 18h
		30	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h
SETEMBRO		DEZEMBRO	
14	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h	07	Homenagem à Iansã e Oxum - 16h
28	Homenagem à Ibeijada - 16h	14	Homenagem à Omolu e Descarrego com Exu - 16h

Participamos do 5º Festival de Cantigas de Umbanda “Pai Edvander Oliveira”, realizado no dia 09/06/19 no Clube River, com quatro cantigas. Nossos representantes foram :  
Dejair Monteiro e Hamilton D'Oxóssi.



**PARABÉNS A TODOS OS MÉDIUNS E CONSULENTES ANIVERSARIANTES DO MÊS DE JUNHO/2019. MUITA SAÚDE, PAZ E PROSPERIDADE!!**

## VIVA SAUDÁVEL - ASMA



Asma, também chamada de asma brônquica, é uma doença inflamatória crônica bastante comum — junto dela, a doença pulmonar obstrutiva crônica e a rinite alérgica são as mais recorrentes.

Sua origem decorre de fatores genéticos e/ou ambientais.

Na verdade, há uma ocorrência conjunta de fatores genéticos — como o histórico familiar de asma ou rinite ou predisposição — além da exposição do

paciente aos elementos alergênicos — como poeira, fungos, ácaros, infecções virais.

Com o frio, a tendência é de aglomeração em locais fechados, de desentocar aquele edredom guardado há meses e de nos enrolar em cachecóis... É aí que as doenças respiratórias atacam a população.

Quando se manifesta, a crise de asma causa dificuldade de respirar, tosse, aperto no peito e um barulho semelhante ao chiado quando o paciente inspira.

A crise ou episódio de asma ocorre quando o paciente é exposto a um agente alergênico, promovendo inflamação das vias respiratórias.

Com ela, os sintomas característicos se manifestam, como o estreitamento das vias aéreas, a redução da passagem de ar, tosse e chiado ao inalar.

### **Cuidados simples que podem ser tomados individualmente para prevenir os ataques de asma:**

- Beber bastante água, mesmo sem sentir sede.
- Cuidar diariamente da higiene dos ambientes que você frequenta, principalmente o quarto. Lembre-se de limpar lugares que, às vezes, passam despercebidos, como embaixo da cama ou nas prateleiras.
- Quem sofre de asma deve manter distância de tudo que possa acumular pó como livros, tapetes, carpetes e cortinas.
- Acostume-se a guardar casacos e as roupas cujos tecidos acumulam ácaros em sacos plásticos e, antes de usá-los, lave e, se possível, seque ao Sol.
- O pelo dos animais de estimação pode ser um fator desencadeador da asma.
- Evite alimentos com muitos corantes e condimentos, como ketchup e refrigerantes.
- Procure consumir em menor quantidade o leite e seus derivados. A lactose presente nestes alimentos pode causar refluxo e, conseqüentemente, irritar o sistema respiratório.

- A vacina contra gripe é uma grande aliada na diminuição da gravidade das doenças pulmonares. Ela também reduz, comprovadamente, o número de novos casos da doença em populações que foram vacinadas, principalmente idosos, crianças e pessoas com imunidade comprometida.

- Consulte-se regularmente com um profissional que tenha acesso ao seu histórico médico e características pessoais.

Há uma consciência de crescimento em torno dos efeitos da dieta na revelação e no controle da asma. Compreender como os alimentos diferentes podem afetar seus sintomas pode ajudar pacientes da asma a fazer escolhas benéficas para melhorar sua saúde.

Uma entrada mais alta das frutas e legumes parece ter o impacto dietético mais positivo na revelação e no controle da asma. Uma aproximação multidisciplinar que inclua uma dieta saudável e a atividade física é uma estratégia prometedora para a gestão da doença, assim como prevenção.

[https://www.news-medical.net/health/The-Effect-of-Diet-on-Asthma-\(Portuguese\).aspx](https://www.news-medical.net/health/The-Effect-of-Diet-on-Asthma-(Portuguese).aspx)

<http://datasus.saude.gov.br/noticias/atualizacoes/657-saude-dez-cuidados-simples-para-prevenir-a-asma-no-inverno>



## Homenagem às Yalorixás pelo Dia das Mães.



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

A festa em homenagem aos pretos-velhos(as) foi linda!  
Muita energia!  
Agradecemos a todos que colaboraram para sua realização.

## Vovô Samuel da Bahia



### COMUNICADO

Prezados consulentes, nas giras de consultas com as entidades, as fichas serão distribuídas nos seguintes horários:

12:00h às 12:30h

15:30h às 16:00h

18:00h às 18:30h

Lembramos da importância de chegar ao terreiro até às 15:50h para ser defumado antes do início dos trabalhos (16h).



### 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/temploumbandistacaboclocaçador](http://www.facebook.com/temploumbandistacaboclocaçador)