

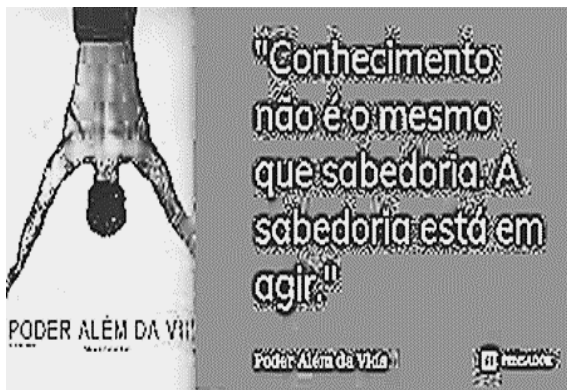
# Vivência

Jornal de circulação interna do  
Templo Umbandista Caboclo Caçador - TUCC

JULHO/2019

ANO V – N°055

## SABEDORIA E CONHECIMENTO



Não confunda conhecimento com sabedoria. Um ajuda a ganhar a vida; o outro a constrói.

Conhecimento é o ato ou efeito de possuir noção de alguma coisa, como por exemplo: saber das leis; estudo de um fato (obter informação). A sabedoria consiste em saber o que fazer com qualquer conhecimento, como utilizá-lo

de forma prudente, moderada e útil.

**A inteligência e a sabedoria não são a mesma coisa. A inteligência nós adquirimos com o conhecimento. A sabedoria você aprende com a vida pelos princípios de Deus. Ser sábio na vida é ser mais que inteligente, por que a sabedoria é ter um dom de Deus.**

*Vera Jacobowski*

Neste mês de julho, homenageamos Nanã, a Vovó da Umbanda. O que devemos pedir a esse orixá, principalmente? Sabedoria.

A sabedoria consiste justamente no fato de mantermos a serenidade diante do inesperado.

De que adianta saúde, dinheiro, sucesso e tudo o que julgamos ser bom sem a sabedoria?

Quantos perderam milhões por não saber utilizar o dinheiro?

Quantos perderam a vida por não terem o devido cuidado com a saúde?

A Umbanda nos ensina a buscar conhecimento e aprimoramento através dos conselhos das entidades e estudo.

A verdadeira sabedoria ocorre quando buscamos a reforma íntima, aprendendo a olhar, buscar a nossa realidade interior com honestidade e sinceridade.

Seremos sábios quando buscarmos sair da cegueira espiritual, da estagnação moral agindo de modo proveitoso, adquirindo luz e evolução.

Como afirmar amor à Umbanda, se pouco nos interessamos pelo estudo de seus fundamentos?

Equívocos e transtornos podem ser evitados quando estamos preparados e alicerçados pelo estudo teórico e prático.

Na Umbanda, para sermos bons umbandistas, devemos conhecer sua história, rituais, disciplina, hierarquia, sensações e percepções envolvidos no dia a dia e no trabalho umbandista.

Através do estudo e reforma íntima (emoções, pensamentos) afastaremos o medo, a censura, o senso de ridículo, pois nos oferece a oportunidade de entender como tudo acontece.

O êxito está proporcionalmente ligado ao equilíbrio moral e emocional, resultante da fé.

Vamos, confiantes, em busca não só de conhecimento, mas principalmente da sabedoria que transmitirá segurança aos irmãos e a nós mesmos.

Tenhamos sabedoria para viver, viver bem.

*Abraços!  
Regina Dezonne*

## **ORIXAS DO MÊS: Nanã - 26 de julho**



### **Sincretismo: Santa Ana**

O termo “nanã” significa raiz, aquela que se encontra no centro da terra.

É considerada a mais velha de todos os Orixás das águas. Domina uma parte específica desse elemento: o ponto de encontro entre a água e a terra.

Orixá das chuvas, dos mangues, do pântano, da lama, senhora da morte, e responsável pelos portais de entrada (reencarnação) e saída (desencarne).

É protetora dos idosos, desabrigados.

Atua na purificação dos sentimentos negativos, más práticas e vícios.

Naná é a Avó que cuida de todos que precisam do alívio do esquecimento para várias situações.

Em seu dia, os pedidos devem ser direcionados para o amor maternal, o amor de mãe, buscando sabedoria.

Naná Buruquê faz com que os espíritos adormeçam, apagando a memória de vidas passadas, para reencarnarem em outro corpo.

**Saluba Nanã!**

## VIVA SAUDÁVEL ANSIEDADE



### O que é Ansiedade?

A ansiedade é uma emoção normal do ser humano, comum ao se enfrentar algum problema no trabalho, antes de uma prova ou diante de decisões difíceis do dia a dia. No entanto, a ansiedade excessiva pode se tornar uma doença, ou melhor, um distúrbio.

Pessoas que sofrem de distúrbios de ansiedade sentem uma preocupação e medo extremos em situações simples da rotina, além de alguns sintomas físicos, o que atrapalha suas atividades cotidianas, já que eles são difíceis de controlar.

Por sorte, os distúrbios de ansiedade podem ser tratados.

A ansiedade é algo muito próximo da preocupação. E preocupação nada mais é do que um aspecto do medo, um temor de que as coisas não saiam como nós gostaríamos.

### Tratamentos naturais para a ansiedade:

Controle da jornada de trabalho, momentos de lazer, atividade física e dieta mais natural.

**A ansiedade excessiva não tratada pode levar a outros problemas de saúde, como:**

### 7 ALIMENTOS QUE AJUDAM A COMBATER A ANSIEDADE



minhavidã

Depressão, abuso de substâncias, insônia e outros distúrbios do sono, problemas digestivos, isolamento social, problemas nos estudos, trabalho e vida pessoal.

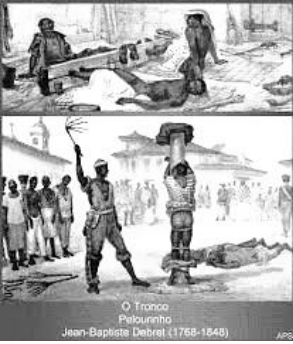
### Dicas práticas para controlar a ansiedade:

Pratique atividades físicas, reduza seu estresse diário, experimente controlar a respiração, evite pensamentos negativos, tome um chá, mantenha foco de atenção no presente, seja mais organizado, esteja com quem você ama, dedique

tempo para se cuidar, cuide dos seus pensamentos para sorrir mais, confie mais em si mesmo, cuide bem do seu momento antes de dormir.

<https://www.minhavidã.com.br/saude/temas/ansiedade>

## NÃO FURTARÁS



Diz a Lei: “**não furtarás**”.

Sim, não furtarás o dinheiro, nem a fazenda, nem a veste, nem a posse dos semelhantes.

Contudo, existem outros bens que desaparecem, subtraídos pelo assalto da agressividade invisível que passa, impune, diante dos tribunais articulados na Terra.

Há muitos amigos que restituem honestamente a moeda encontrada na rua, mas que não se pejam de roubar a esperança e o entusiasmo dos companheiros dedicados ao bem, traçando telas de

amargura e desânimo, com as quais favorecem a vitória do mal.

Muitos respeitam a terra dos outros; entretanto, não hesitam em dilapidar lhes o patrimônio moral, assestando contra eles a maledicência e a calúnia. Há criaturas que nunca arrebatarem objetos devidos ao conforto do próximo; contudo, não vacilam em surripiar-lhes a confiança.

E há pessoas inúmeras que jamais invadiram a posse material de quem quer que seja; no entanto, destroem sem piedade, a concórdia e a segurança do ambiente em que vivem, roubando o tempo e a alegria dos que trabalham. “Não furtarás” – estatui o preceito divino.

**É preciso, porém, não furtar nem os recursos do corpo, nem os bens da alma, pois que a consequência de todo furto é prevista na Lei.**

*Francisco Cândido Xavier pelo espírito de Emmanuel do livro Justiça Divina, editora FEB.*



## CALENDÁRIO PARA 2019

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

### DOCTRINA AOS SÁBADOS EM 2019

| DATA       | HORÁRIO    | EVANGELHO SEGUNDO O ESPIRITISMO                                     |
|------------|------------|---|
| 08/06/2019 | 15H ÀS 17H | PREFÁCIO  |
| 06/07/2019 | 15H ÀS 17H | INTRODUÇÃO  |
| 10/08/2019 | 15H ÀS 17H | CAPITULO 01 (NÃO VIM DESTRUIR A LEI, item 01)                       |
| 07/09/2019 | 15H ÀS 17H | CAPITULO 01 (AS TRÊS REVELAÇÕES - Moisés, item 02)                  |
| 05/10/2019 | 15H ÀS 17H | CAPITULO 01 (AS TRÊS REVELAÇÕES - O Cristo, itens 03 e 04)          |
| 09/11/2019 | 15H ÀS 17H | CAPITULO 01 (AS TRÊS REVELAÇÕES, itens 05, 06 e 07 - O Espiritismo) |
| 07/12/2019 | 15H ÀS 17H | CAPITULO 01 (ALIANÇA DA CIÊNCIA E DA RELIGIÃO, item 08)             |



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

## A NAVALHA



Era uma vez uma navalha de excelente qualidade, que morava numa barbearia.

Certo dia em que a loja estava vazia, ela resolveu dar uma voltinha. Soltou-se do cabo e saiu para apreciar o lindo dia de primavera.

Quando a navalha viu o reflexo do sol em si mesma, ficou surpresa e encantada.

A lâmina de aço lançava uma luz tão brilhante que, subitamente, com excessivo orgulho, ela decidiu:

- “Eu não vou voltar para aquela loja de onde acabei

de fugir. É claro que não! Deus não pode querer que uma beleza tal como a minha seja desonrada dessa maneira.

Seria loucura ficar aqui cortando as barbas ensaboadas daqueles camponeses, repetindo sem cessar a mesma tarefa mecânica!

Será que minha beleza foi realmente feita para um trabalho desses? Certamente não! Vou me esconder num local secreto e passar o resto da vida em paz.”

Em seguida foi procurar um esconderijo onde ninguém a visse.

Passaram-se meses. Um dia, a navalha teve vontade de respirar ar fresco. Saiu cautelosamente de seu refúgio e olhou para si mesma.

Deu-se conta de que algo terrível lhe acontecera. A lâmina estava horrorosa, parecendo uma serra enferrujada, e não refletia mais a luz do sol.

Ficou muito arrependida pelo que havia feito, e lamentou amargamente a irreparável perda.

- “Como teria sido melhor se eu tivesse conservado em forma a minha linda lâmina, cortando barbas ensaboadas! Minha superfície teria permanecido brilhante e minha borda afiada!

- Agora, aqui estou eu, toda corroída e coberta de uma horrível ferrugem! E não há nada a fazer!”

**O triste fim da navalha é o mesmo que nos pode suceder quando nos permitimos a preguiça, quando deixamos de utilizar nossos talentos.**

Talento não utilizado se embrutece, se perde.

É assim que o trabalho, essa ocupação útil, faz tanto bem ao corpo e à alma. Na forja da atividade física ou intelectual, aprimoramos corpo e mente, ampliamos possibilidades, crescemos em capacidades.

Dessa forma, o convite se faz para a leitura, o estudo, a pesquisa, a atividade física, como meios de nos mantermos saudáveis, de corpo e alma.

*Redação do Momento Espírita, com base no cap.  
A navalha, do livro Fábulas e lendas, de Leonardo da Vinci, ed. Salamandra.*

**Apresentação do Grupo de Evangelização.  
Um convite especial - 15/06/2019.**



**DEJAIR GANHOU O OITAVO LUGAR, COM  
O PONTO DA SETE SAIAS.**



**FESTIVAL TRIDENTE  
É CAMINHO**  
**07/07/2019**  
**INICIO 14:00HS**

Local Templo Jagun  
End: Rua Sant Hilaire 60  
Bonsucesso

FLAROY FLAROY FLAROY

**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, temos uma sessão de doutrina por mês, aos sábados, de 15:00 às 17:00 h.





**Trezena de Santo Antônio 15/06/2019.  
Coordenada por Vovô Samuel da  
Bahia.**



**Homenagem a Exú e Pombagira  
15/06/2019**



**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.**

### **COMUNICADO**

**Prezados consulentes, nas giras de consultas com as entidades, as fichas serão distribuídas, de forma presencial, 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).**

**OBS: SÓ É PERMITIDO COLOCAR UM NOME POR PESSOA**



### **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)**