

# Vivência

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

MARÇO/2020

ANO VI – Nº 063

## REFORMA ÍNTIMA



**O que é?** A Reforma Íntima é um processo contínuo de autoconhecimento. É a Renovação Moral no Espiritismo. Ato pelo qual a criatura humana, ao tomar consciência de sua realidade espiritual interior e de suas conseqüências, adota a iniciativa de modificá-la para melhor a fim de que suas atitudes passem a ter um efeito virtuoso.

Com a vivencia através dos anos e reencarnações, vamos acumulando em nosso

interior sentimentos, experiências e emoções. Alguns desses são bons, outros ainda por melhorar.

A trajetória de nossa vida foi planejada antes de nascermos, de acordo com o que precisamos aprender e desenvolver. Nossos talentos, nossa profissão, familiares e amigos fazem parte desse plano de evolução e aprendizado.

Sempre em crescimento, algumas vezes estacionamos, temporariamente, devido a algum sofrimento maior que nos imobiliza devido à dor, ao medo e à insegurança, todavia não retrocedemos jamais.

Em certos momentos da existência, passamos por situações que nos parecem sem solução porque não temos maturidade suficiente para lidarmos com a dificuldade. Isso nos dá a impressão de incapacidade afetando nossa autoestima, fazendo-nos entrar num estado depressivo devido às expectativas que temos sobre nós, a vida e os semelhantes.

Atraímos para nossa vida os aspectos que necessitamos amadurecer. Isso não significa falta de sabedoria ou evolução, pois temos talentos, conhecimento e sabedoria para outras circunstâncias.

A vida exige um acolhimento sincero, com gratidão e compaixão, dos problemas a enfrentar (financeiros, amorosos, familiares, profissionais...).

Reações negativas cristalizam o sofrimento e torna mais difícil solucioná-lo. Não podemos deixar que o orgulho nos domine e nos isente da responsabilidade que temos por nosso bem estar interior.

Quando a transformação ocorre e a luz ilumina nosso ser, tudo fica mais leve, a dor diminui e aquela situação que ocorria sempre nos desafiando, é vencida.



É necessário usar o nosso potencial criativo para transformar as dificuldades que surgem em nosso caminho. Não possuímos controle sobre o externo, entretanto podemos controlar nosso mundo interior, compreendendo e assimilando as atribuições.

Agradeçamos ao Universo por tudo. Nada é por acaso. Chega de revoltas e queixas.

A reforma íntima é um processo constante e acontece através do desaparego. É viver com o coração e a mente abertos ao novo, sem rótulos, sem preconceitos.

Quando olhamos para dentro de nós, sem orgulho ou julgamento, encontramos “o que não serve”, mas, também, “joias” que desconhecíamos.

Reações emocionais não ajudam. Reconheça a emoção que está sentindo (raiva, medo, ansiedade...), acolha com dignidade e verá que ela se diluirá. Vamos permitir que a mudança aconteça, sem culpas pelo que sentimos. Estamos em evolução.

Limpendo e desaparegando do “**velho e limitante**”, o novo acontecerá.

A transformação tem que ocorrer seja pela dor ou pelo amor.

**Tudo que fazemos é por nossa vontade e inteira responsabilidade. Escolha!!!!!!**

*<https://www.somostodosum.com.br/clube/artigos/espiritualidade/reforma-intima--pela-dor-ou-pelo-amor-40626.html>*

**CAMPANHA DO CHOCOLATE** - Solicitamos a colaboração de todos (chocolates, bombons, biscoitos) para levarmos alegria às crianças da creche ASSOCIAÇÃO CULTURAL E EDUCACIONAL MARIO DE ALMEIDA.

As doações deverão ser entregues até 18/04/2020.



## QUARESMA E UMBANDA



A Quaresma, como já é dito no nome, é um período de quarenta dias que tem início após o findar da festa do Carnaval (quarta-feira de cinzas), e termina no Domingo de Ramos.

A Quaresma na Umbanda é um tempo de retiro espiritual.

Convida-nos a pensar em nossa existência e refletir sobre os passos para a nossa evolução.

Quarenta dias seriam suficientes para redimir

os homens de seus erros? Será que necessitamos de um período específico para refletir nossas atitudes e dar início a uma transformação moral?

Busquemos sim, uma reflexão profunda de nossas atitudes, pratiquemos a caridade em auxílio do próximo para sermos também auxiliados, mas lembremos, **todo o tempo é tempo de plantar.**

## CONSERTANDO O MUNDO



Certo jornalista estava em dificuldades para executar a tarefa de que lhe incumbiu seu chefe, o diretor de um grande matutino: "escrever um editorial sobre os graves problemas da humanidade e os meios de solucioná-los".

Levou o serviço para fazer em casa e, chegando lá, meteu mãos à obra, mas não conseguiu concatenar as ideias, principal-

mente porque sua filhinha de sete anos falava alto com a boneca e não o deixava concentrar-se.

Observou, então, que sobre a escrivaninha encontrava-se o jornal do dia e que na primeira página havia a gravura do mapa-múndi e o jornalista tentando um recurso conciliatório, chamou a menina e disse-lhe:

- "Queridinha, o papai lhe dará um maravilhoso presente se você o ajudar. Aqui está um mapa do mundo. Vou rasgá-lo em mil pedaços. Você deverá montá-lo novamente como melhor lhe apetercer. Faça com calma, bem devagarzinho, para que fique bem bonito!"

Retira-se alegre a menina, levando consigo os pedacinhos rasgados. Ali estava um quebra-cabeça para seu entretenimento.

O pai volta ao trabalho satisfeito por afinal, ficar sozinho e num ambiente calmo, sem barulho.

Apenas redigiu os primeiros períodos, quando retorna, exultante, a filha exclamando:

- Papai, ganhei o presente!

Extremamente surpreendido, pergunta o jornalista:

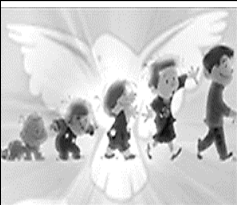
- Você já terminou de montar? Em poucos minutos você consertou o mundo que estava totalmente despedaçado. Como conseguiu?

- Foi fácil! - explica a pequenina sorrindo - É que atrás do mundo havia a figura de um homem. Eu consertei o homem e o mundo ficou perfeito!

O jornalista surpreendeu-se com o que a filha acabara de constatar. Naquele dia, escreveu o melhor editorial de sua vida, defendendo o princípio de que, reformando-se a parte - o indivíduo - necessariamente, se estará reformando o todo - a humanidade.



São os votos de Jorge Sanches,  
dirigente espiritual, e todo corpo  
mediúnico do Templo Umbandista  
Caboclo Caçador-TUCC.



**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 CABOCCO CAÇADOR**  
**CALENDÁRIO DE 2020**



**Março**

14	Consulta com Ibejada - 16h
21	Doutrina - Estudo do Evangelho (sábado) 15h às 17h
29	Consulta com Exu e Pombagira - 16h

**Abril**

18	Corrente do Oriente - 16h
19	Sacudimento Coletivo (Domingo) - 08h às 17h
23	Doutrina - Estudo do Evangelho (feriado) 13:30h às 15:30h
23	Homenagem a Ogum (5ª feira - feriado) - 16h

**Maio**

09	Doutrina - Estudo do Evangelho (sábado) 15h às 17h
16	Homenagem aos Pretos Velhos - 16h
23	Gira Cigana - 16h
30	Consulta com Exu e Pombagira e Prece para mães - 16h

**Junho**

13	Homenagem aos Exus e Pombagiras - 16h
20	Doutrina - Estudo do Evangelho (sábado) 15h às 17h
27	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h

**Julho**

11	Corrente do Oriente - 16h
18	Doutrina - Estudo do Evangelho (sábado) 15h às 17h
25	Homenagem à Nanã - 16h

**Agosto**

15	Homenagem à Iemanjá e Saída de Santo - 16h
22	Doutrina - Estudo do Evangelho (sábado) 15h às 17h
29	Consulta com Exu e Pombagira e Prece para os pais - 16h

**Setembro**

12	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h
19	Doutrina - Estudo do Evangelho (sábado) 15h às 17h
26	Homenagem à Ibejada - 16h

**Outubro**

10	Gira Cigana - 16h
17	Corrente do Oriente - 16h
18	Sacudimento Coletivo (Domingo) - 08h às 17h
24	Doutrina - Estudo do Evangelho (sábado) 15h às 17h
31	Homenagem a Xangô - 16h

**Novembro**

02	Prece para os desencarnados (3ª feira - feriado) - 16h às 19h
07	Doutrina - Estudo do Evangelho (sábado) 15h às 17h
15	Imantação dos Orixás (domingo) - 18h
28	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h

**Dezembro**

05	Homenagem à Zê Pelintra - 16h
12	Doutrina - Estudo do Evangelho (sábado) 13:30h às 15:30h
12	Homenagem à Iansã e Oxum - 16h
19	Homenagem a Omolú e Descarrego com Exu - 16h



**PARABÉNS A TODOS OS MÉDIUNS E CONSULENTES ANIVERSARIANTES DO MÊS DE MARÇO/2020. MUITA SAÚDE, PAZ E PROSPERIDADE!!**

**TEMPLO UMBANDISTA CABOCLO CAÇADOR**  
**CALENDÁRIO DE 2020 (Estudo do Livro dos Espíritos)**



**Março**

05	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
12	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
19	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
26	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h

**Abril**

02	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
09	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
16	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
23	Doutrina (5ª feira) - <b>EVANGELHO</b> das <b>13:30h às 15:30h</b>
30	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h

**Maior**

07	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
14	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
21	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
28	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h

**Junho**

04	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
11	<i>NÃO TEM DOCTRINA - Feriado</i>
18	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
25	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h

**Julho**

02	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
09	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
16	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
23	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
30	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h

**Agosto**

06	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
13	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
20	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
27	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h

**Setembro**

03	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
10	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
17	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
24	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h

**Outubro**

01	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
08	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
15	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
22	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
29	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h

**Novembro**

05	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
12	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
19	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
26	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h

**Dezembro**

03	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
10	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
17	Doutrina (5ª feira) - Livro dos Espíritos das 20:30h às 22h
24	<i>NÃO TEM DOCTRINA - Recesso</i>
31	<i>NÃO TEM DOCTRINA - Recesso</i>

**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.



## VIVA SAUĐAVEL OS RISCOS DO SARAMPO E A IMPORTÂNCIA DA VACINAÇÃO



O sarampo é uma doença infecciosa e extremamente contagiosa que pode ser contraída por pessoas de qualquer idade. O vírus do sarampo pode ser transmitido pelo contato direto com a saliva ou secreções nasais de uma pessoa infectada, ou pela via aérea, por meio de secreções

expelidas ao espirrar, tossir e falar.

Em grande parte das pessoas com sarampo, os sintomas são característicos e incluem febre, mal-estar, tosse, coriza e conjuntivite.

O período contagioso ocorre por vários dias antes e depois do aparecimento do exantema – manchas vermelhas no corpo – quando os sintomas são mais acentuados. Por isso, quando alguém está com sarampo, é preciso evitar contato com outras pessoas.

A maioria das complicações causadas pelo sarampo envolve infecções do trato respiratório, podendo levar à obstrução das vias respiratórias, principalmente em crianças pequenas.

As complicações infecciosas têm relação direta com a gravidade da doença, principalmente em crianças desnutridas e menores de um ano de idade.

Além disso, muitas crianças com sarampo têm diarreia, fator que contribui para a desnutrição. O desenvolvimento de otite e de complicações neurológicas também podem ocorrer.

Muitas vezes pensamos no sarampo como uma doença simples de cuidar, mas isso é porque já temos a vacina há muitos anos. Antes do surgimento da vacina, no entanto, ele foi a maior causa de mortalidade infantil do país.

**Vacinar é fundamental** - Quando deixamos de fazê-lo, colocamos em risco não só a nossa família, como também várias pessoas

**Para prevenir o sarampo, o único jeito é vacinar.**

Não caia em rumores sobre vacinas serem nocivas ou causarem outras doenças. Vacinar seu filho é a única maneira de protegê-lo de diversas enfermidades que podem não apenas causar mal-estar, mas colocar a vida dele em risco.

Se o seu filho ainda não tomou a vacina do sarampo, leve-o para tomar o quanto antes. Aproveite para conferir a carteirinha de vacinação e descobrir quais outras vacinas ele ainda não tomou.

**Obs.: O sarampo mata mais do que o Coronavírus.**

*Fonte: <http://hemocord.com.br/magazine/os-riscos-do-sarampo/>*

## UMBANDA

Letra de um dos mais belos pontos de Umbanda

Surgiu no jardim mais uma flor,  
Mamãe Oxum trazendo paz e amor,  
Que vai crescendo, por este imenso Brasil.  
Bandeira branca de Oxalá, força do Além,  
Mãe caridosa que ao mundo deseja o bem...  
Vai sempre em frente, ó minha Umbanda querida!  
Leva a doçura da vida para aqueles que não têm.



**“É missão da Umbanda ser instrumento de iluminação e despertar interno, mostrando que a potencialidade para encontrar o caminho e a verdade do espírito imortal está dentro de cada um de seus filhos de fé”.**

*Ramatis*



**A ferramenta necessária para nos defender das contrariedades são: O amor, e a compaixão, a serenidade e alegria.**



### 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: Rua Moreira de Azevedo, 17 - Cascadura - RJ

Referência: Terceira rua à esquerda, após o colégio Santa Monica.



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



[www.facebook.com/temploumbandistacaboclocacador](http://www.facebook.com/temploumbandistacaboclocacador)