

# Vivência

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

OUTUBRO/2023

ANO IX – N° 106

## RESPONSABILIDADE DOS PAIS COM OS FILHOS



As crianças serão os cidadãos e profissionais do futuro, então devemos pensar em nossa responsabilidade, como pais e educadores, para com o planeta e humanidade,

Evolução moral e espiritual é o objetivo de nossa reencarnação, uma oportunidade de aprendizado e recomeço.

Os pais, ao receberem um filho sob sua tutela, abraçam uma missão, um desafio: guiar esse espírito pela senda do bem. Esse relacionamento deverá

ser baseado no amor, amizade, companheirismo e respeito.

Não é uma tarefa fácil educar. Teremos uma batalha constante pra nos melhorar e evoluir, sabendo que seremos exemplos, que estaremos sendo observados por eles, nossos filhos. Um aprendizado para ambos.

Abriremos mão do egoísmo porque temos que atender, primeiro, as necessidades desse outro ser que chegou totalmente dependente de nós.

Será uma missão onde ajudamos quem chegou e somos ajudados ao assumir essa função.

A família é importante nesse processo de consolidação, reparação e união daqueles que já possuem laços anteriores, vidas passadas.

Devemos ajudar as crianças a alcançar os objetivos traçados no plano superior, sem os deixar sucumbir as tentações desse mundo, ou mesmo a seus próprios erros.

Os pais devem buscar o equilíbrio, no amor, nos ensinamentos educativos, nas responsabilidades, nas transições de idades, sem deixar que seus gostos e predileções sejam de alguma forma fator que pese nas escolhas dos filhos.

É necessário estar atento aos sinais de deslizes morais antes que atitudes negativas passem a fazer parte do cotidiano, da vida desse novo ser.

Valorizar as qualidades, estimulando o esforço pessoal, a força de vontade, a solidariedade, é muito importante.

Educar é mostrar-se efetivamente disponível durante o período de convívio; é observar cuidadosamente as palavras e atitudes dos filhos; é dar bons exemplos e aplicar limites bem definidos. Educar é amar.

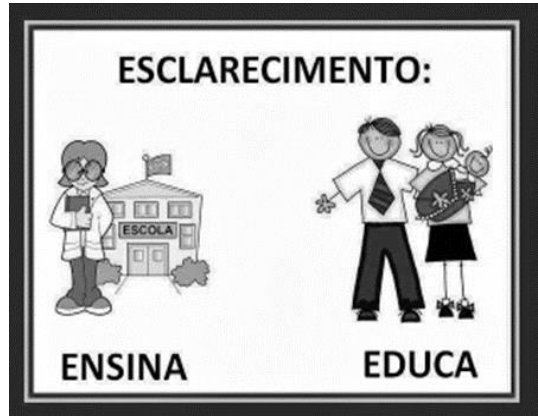
Devemos lembrar que nosso compromisso com esses espíritos foi acordado antes do nascimento.

Fazemos parte de um planejamento maior e possuímos responsabilidades ligadas à evolução do nosso próximo e do planeta em que vivemos.

Regina Dezone

**FONTE:** <http://www.mundoespirita.com.br/?materia=a-dificil-arte-de-educar-os-filhos>

Publicado em dezembro/2015 - Por Rogério Coelho.



**TEMPLO UMBANDISTA CABOCLO CAÇADOR**  
**CALENDÁRIO DE 2023**

**PROFESSOR:**  
*O único profissional que  
forma todos os profissionais.*  
  
*Parabéns professores pelo  
seu dia!!!*  
  
*15 de outubro*

**OUTUBRO**

<b>07</b>	Corrente do Oriente - 16h
<b>21</b>	Gira Cigana - 16h
<b>22</b>	SACUDIMENTO (Domingo) - 08:30h às 17:30h
<b>28</b>	Homenagem a Xangô - 16h

**NOVEMBRO**

<b>02</b>	Prece para os desencarnados (5ª feira - feriado) - 16h às 19h
<b>05</b>	CACHOEIRA (domingo) - 07h às 18h
<b>18</b>	Imantação dos Orixás (sábado) - 18h
<b>25</b>	Consulta com Caboclo e Preto Velho - 16h

**DEZEMBRO**

<b>02</b>	Homenagem a Zé Pelintra - 16h
<b>09</b>	Doutrina - Estudo do Evangelho 13:30h às 15:30h
<b>09</b>	Homenagem à Iansã e Oxum - 16h
<b>16</b>	Homenagem a Omolú e Descarrego com Exu - 16h



**Orixá do mês: Xangô - 28 de outubro**

**Sincretismo:** São Judas Tadeu

Xangô é o orixá da justiça. Sua imagem está associada ao fogo e à pedra. Ele inspira responsabilidade a seus filhos, aguçando o senso de justiça e ajudando-os a tomarem decisões sábias.

Considerado deus dos raios, dos trovões além de ser conhecido como protetor dos intelectuais.

Este orixá é considerado o mestre da sabedoria, gerando o poder da política. Devemos recorrer a ele na solução de problemas relacionados com documentos, estudos, trabalhos intelectuais, entre outros.

Etimologicamente, Xangô é uma palavra de origem iorubá, onde o sufixo "Xa", significa "senhor"; "angô" (AG + NO = "fogo oculto") e "Gô" pode ser traduzido para "raio" ou "alma". Assim sendo, Xangô significaria "Senhor do Fogo Oculto".

Saudação: Kaô, kabecilê!!!!!!!



**PARABÉNS A TODOS OS MÉDIUNS E CONSULENTES ANIVERSARIANTES DO MÊS DE OUTUBRO/2023. MUITA SAÚDE, PAZ E PROSPERIDADE!!**

## **VIVA SAUDÁVEL**

### **DIA NACIONAL DO IDOSO 01 DE OUTUBRO.**



#### **Oito (08) cuidados para a saúde do idoso:**

Os idosos estão cada vez mais ativos. Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) comprovam que a população está envelhecendo de forma rápida e intensa, e as pessoas acima dos 60 anos já representam mais de 14% da população total.

A expectativa de vida aumentou consideravelmente nos últimos anos. Essas mudanças trazem inúmeros desafios. É preciso balancear o bem-estar e a independência dessa população, não deixando de dar a atenção e o cuidado necessários à saúde.

Pensando nisso, listamos cuidados para a saúde do idoso de forma ampla e diversa. Confira:

#### **1. Acompanhamento médico regular e especializado**

Qualidade de vida não se restringe à saúde, mas, certamente, é um fator de grande importância para a população idosa. Acompanhamento médico regular e especializado com um geriatra ajuda a prevenir possíveis doenças ou disfunções e tratar daquelas já diagnosticadas.

#### **2. Alimentação balanceada**

Uma boa alimentação é o cuidado para todas as fases da vida. Previne doenças e melhora a disposição. Para a saúde do idoso, é ainda mais importante: o corpo tem outro ritmo, os órgãos já não funcionam na mesma velocidade de antes, o nível de água no organismo é menor, assim como muitos hormônios.

Poucas calorias, distribuídas entre legumes, frutas, grãos, cereais, ovos, produtos de soja e a ingestão adequada de peixe e carne são uma boa pedida. Além disso, é também indicado evitar comida processada e gordura saturada.

#### **3. Prática de atividades físicas**

A prática regular de atividades físicas melhora a disposição para as ações cotidianas, ajuda a prevenir e tratar de doenças e pode se tornar um momento de sociabilidade. O leque de possibilidades é amplo e, para escolher o exercício que melhor se adequa à saúde de cada idoso, o acompanhamento médico é essencial.

## **Feliz dia dos idosos! Trate os idosos com carinho e respeito...**



### **4. Cuidando da mente, cuidando do corpo**

Falar em cuidado integral do corpo é lembrar que a mente é parte fundamental nessa estória. Acompanhamento psicológico e psiquiátrico são essenciais no processo de aceitação e independência dessa fase da vida.

Atividades que despertem a mente, sair para caminhar, ir ao cinema, visitar os amigos e ter o apoio da família também ajudam no envelhecimento sadio.

### **5. Importância da família e dos laços sociais**

É inegável a importância dos laços sociais para todos nós. Na terceira idade, eles se tornam ainda mais especiais, já que muitos idosos passam a ter menor disposição para sair de casa e tendem a se isolar.

A família tem papel importante porque é onde eles encontram maior confiança e apoio.

### **6. Respeitando o tempo e a independência do idoso**

Como já dissemos, depois dos 60 anos o corpo todo se transforma, mental e metabolicamente. Apesar de estarem cada vez mais independentes, ainda é preciso ter cuidados especiais com aqueles que estão nessa fase.

O problema é que, muitas vezes, munidos de cuidados e preocupações extremas, família, médicos e cuidadores acabam por deixar de lado os desejos dos idosos. Respeitar o tempo e o espaço que precisam para realizar atividades rotineiras e estabelecer seus próprios limites é essencial.

### **7. Cuidando da casa**

A casa, o lugar do aconchego e da segurança pode, muitas vezes, tornar-se um dos espaços de maior risco para o idoso se não estiver adaptada para as suas novas necessidades. Abaixo, seguem algumas dicas de adaptação simples que podem melhorar, em muito, a mobilidade:

Instalar barras de apoio nos banheiros, ao lado dos sanitários e chuveiro, em escadas e corredores;

Instalar tapetes antiderrapantes em escadas, corredores, banheiro, ao lado da cama e nas portas;

Colocar uma poltrona ou cadeira no quarto para que o idoso possa se apoiar na hora de se vestir e de se calçar;

Iluminar os cômodos da casa, se possível instalando interruptores automáticos;

Remover objetos pontiagudos e abrir maior espaço de passagem entre móveis;

Deixar os objetos de uso cotidiano mais acessíveis, em prateleiras baixas e organizados de forma simples.

### **8. Sabendo seus direitos**

O Estatuto do Idoso, de 2004, foi um dos marcos na defesa dos direitos dos idosos no Brasil. Ele condensa direitos fundamentais para essa população, como garantias prioritárias em relação a transporte e acesso a espaços públicos e privados, acesso à saúde e a atendimento integral, previdência social, dentre muitos outros. Conhecê-los é de grande importância para garantir que sejam respeitados.

É possível perceber que cuidar a saúde do idoso vai muito além de tomar remédios. Ter atenção ao bem-estar e convivência social, bem como aos direitos, é parte fundamental de uma compreensão de cuidado diversa e integral. Acompanhamento médico contínuo e especializado é importante para a prevenção de doenças e ter uma boa qualidade de vida.

**FONTE:** <https://www.clinicaceu.com.br/blog/cuidados-para-a-saude-do-idoso/>



### **Outubro Rosa – Mês de Conscientização**

#### **Sobre o Câncer de Mama**

O Outubro Rosa é uma campanha mundial realizada anualmente no mês de outubro, que busca a conscientização das mulheres sobre prevenção e diagnóstico precoce do câncer de mama, fatores que aumentam as chances de cura e reduzem a mortalidade.

Simbolizada pelo laço rosa, a campanha mobiliza diversas instituições — tanto públicas quanto privadas — para disponibilização de exames gratuitos ou com preço reduzido, a fim de encorajar as mulheres a fazê-los, para assim, tratarem de qualquer problema encontrado precocemente. Isso porque, nos estágios iniciais, o câncer de mama é assintomático e responde muito melhor aos tratamentos.

## **NOSSA SENHORA APARECIDA 12 de outubro**



De onde vem esta devoção?

Maria foi proclamada Nossa Senhora da Conceição Aparecida, Rainha do Brasil, em 16 de julho de 1930 pelo Papa Pio XI. O Brasil rende-se ao amor incondicional da “Mãe Negra” no dia 12 de outubro, data que marcou, em 1980, a proclamação de feriado e consagração do Santuário Nacional de Aparecida pelo papa João Paulo II.

A aparição da imagem ocorreu em 1717, época das Capitânicas Hereditárias. O governante das capitânicas de São Paulo e Minas de Ouro estava de passagem pelo Vale do Paraíba, mais precisamente por Guaratinguetá. Animados com a visita, o povo daquela localidade resolveu fazer uma festa de boas-vindas e para isso chamaram três pescadores, Domingos Garcia, João Alves e Filipe Pedroso para lançar as redes no rio e pescar bons peixes.

O fato era que, naquela época, meados de outubro, não era tempo de peixes. Porém, como não podiam contradizer o pedido, rezaram pela proteção e bênção da Virgem Maria e de Deus para que pudessem voltar à terra firme com fartura. Depois de inúmeras tentativas sem sucesso, eis que surpreendentemente eles pescaram o corpo de uma imagem. Curiosos, lançaram novamente as redes e “pescaram” uma cabeça que se encaixou perfeitamente ao corpo.

Segundo a história, após o aparecimento da santa (por isso chamada de “Aparecida”), as redes dos pescadores se encheram de peixes, como nos milagres bíblicos.

Esse encontro, é representado em todo o Brasil no dia **12 de outubro**.

A partir daí, a devoção da Santa foi se espalhando. Primeiro nas casas, depois se construiu uma capela, depois uma basílica, até chegar ao quarto maior santuário do mundo, o Santuário Nacional de Aparecida localizado na cidade de Aparecida, interior do Estado de São Paulo.

O milagre da libertação do escravizado Zacarias, cujas correntes teriam se arrebatado enquanto ele suplicava o auxílio da santa, foi atribuído a Nossa Senhora Aparecida.

**Devido à grande semelhança de Nossa Senhora Aparecida com Santa Sara de Kali, os ciganos a adotaram como a padroeira dos ciganos no Brasil.**

**FONTE:** <https://www.tsarahanovick.com.br/post/nossa-senhora-aparecida-e-os-ciganos>



## PARÁBOLA DAS QUATRO VELAS

Quatro velas estavam queimando calmamente. O ambiente estava tão silencioso que se podia ouvir o diálogo entre elas.

A primeira vela disse:

– Eu sou a **PAZ** e apesar da minha luz, as pessoas não conseguem manter-me acesa. (Em seguida, a sua chama, devagarzinho apagou-se totalmente).  
A segunda vela disse:

– Eu sou a **FÉ**. Infelizmente sou supérflua para muitas pessoas. Elas não querem saber de Deus, por isso, não faz sentido continuar queimando. (Ao terminar a sua fala, um vento bateu levemente sobre ela e a chama apagou-se.)

Baixinho e triste a terceira vela manifestou-se:

– Eu sou o **AMOR**, não tenho mais forças para queimar. As pessoas deixam-me de lado, porque só veem a elas mesmas, esquecem até aqueles que estão à sua volta. (E também se apagou.)

De repente, chegou uma criança e viu as 3 velas apagadas...

– Que é isto? Vocês devem ficar acesas e queimar até ao fim.

Então a quarta vela falou:

– Não tenhas medo, criança. Enquanto eu estiver acesa, poderemos acender as outras velas novamente...

(Essa vela se chamava **ESPERANÇA**...)

Estão a criança pegou na vela da Esperança e acendeu novamente as que estavam apagadas, e todas elas voltaram a brilhar e iluminar o ambiente onde estavam...

### Para reflexão...

Quando apagamos as chamas da Paz, da Fé e do Amor, ainda assim nem tudo está perdido...

Alguma coisa há de ter restado dentro da gente. E isto tem que ser preservado, acima de tudo...

Por mais que os dias sejam sombrios, saiba que, com a chama da esperança, é possível que a paz de espírito, a fé e o amor possam brilhar mais uma vez.

A esperança é um sentimento muito valioso que, quando cultivado, realmente nos transforma, abrindo portas nas horas mais difíceis e nos mostrando que a vida é muito maior do que os nossos problemas, e tem presentes incríveis para nos entregar, se tivermos paciência e esperar o momento certo.

Que a vela da Esperança nunca se apague dentro de nós, pois ela é a luz ao fundo do túnel. O caminho da felicidade precisa, antes, ser pavimentado com a esperança. A felicidade nem sempre bate à nossa porta. Para tê-la é preciso uma busca incessante e, ao encontrá-la ter a coragem de trazê-la para dentro de nós.

**Créditos: O Mundo de Gaya**  
*Autor desconhecido*



## 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.



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



<http://www.tu.cc.com.br>