

**CURSO DE
AUTOCONHECIMENTO E FIRMEZAS
DA UMBANDA PARA UMA VIDA MELHOR**

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

01. AUTOCONHECIMENTO

- Introdução e Apresentação.
- A importância de conhecer a si mesmo.
- Por que é tão difícil olhar para nós mesmos?
- Domine sua mente.
- Distração e pré-ocupação.
- O bom senso. Nem mais e nem menos.
- Pontos fortes, pontos fracos.
- Virtudes para o bem viver.
- Exercício e disciplina. Cuidado com as negações.
- O bem e o mal.
- Intuição.
- O poder da alegria e da gentileza.
- Volte a ser simples como uma criança.
- O ser em equilíbrio encontra-se com Deus.

02. UMBANDA

- Como a Umbanda pode te auxiliar?
- Orixás - As energias de Deus para o nosso benefício.
- Orixás – Atribuições e pequeno resumo.
- Banhos
 - O sal grosso

- O açúcar
- As ervas

- Velas
 - Como firmar vela.
 - A mensagem das velas.
 - Velas tipo palito
 - Vela de 7 dias
 - Vela de anjo da guarda.

03. FIRMEZAS E OFERTAS

Exu e todos os guardiões.

Oxóssi e os caboclos.

Cosme e Damião e as crianças.

Obaluaê e os pretos-velhos.

Oxalá.

Iemanjá.

Xangô.

Oxum.

Nanã.

Ogum.

Iansã.

Recomendações finais.

04. PLANTAS E ERVAS DE DEFESA

05. ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO