



Estamos Aqui !!!

SEJA UM VOLUNTÁRIO E AJUDE O BRASIL A CRESCER Programa Voluntários quer expandir o trabalho voluntário no país

A alegria é o melhor remédio para a solução de nossos problemas do dia-a-dia

Será que se ficarmos reclamando o tempo todo dos problemas que nos afligem, iremos solucioná-los mais facilmente?

Sabemos, cientificamente, através da Lei da Ação e Reação, que "a toda ação corresponde uma reação igual e contrária", o que nos deixa claro que ações e pensamentos pessimistas, só poderão resultar em reações negativas para nossas vidas. **Pág. 4**

Em 18 de fevereiro de 1998, entrou em vigor a Lei n.º 9608 que dispõe sobre o serviço voluntário no Brasil.

Pode parecer um tanto absurdo, mas até então, muitas entidades filantrópicas, carentes de auxílio voluntário, tinham que

pagar, na justiça, pessoas que diziam ter sido exploradas por tais instituições, por terem trabalhando meses sem receber qualquer remuneração. Hoje, graças a essa Lei, as entidades podem "contratar" voluntários sem o risco de serem processadas no futuro.

Hoje, já existem no país, vários Centros de Voluntariados que promovem cursos, palestras e treinamento

Conheça a Associação Feminina de Estudos Sociais e Universitários **Pág. 2**



a voluntários e instituições, propiciando o intercâmbio entre as duas partes.

"Quando se fala em trabalho voluntário é possível que muitos ainda evoquem alguém fazendo tricô, dando esmola ou realizando alguma ocupação para sair do tédio. Mas a nova visão do trabalho voluntário, no mundo inteiro, é sinônimo de exercício de cidadania e solidariedade. **Pág. 3**

Leia poesia de Casimiro Cunha, psicografada por Chico Xavier **Pág. 4**

UM MÉDICO MUITO ESPECIAL

Companhe artigos de nosso amigo e tarefeiro da Casa, Raphael Rios, relatando os trabalhos maravilhosos que ocorrem às quartas-feiras na sala da entidade médica, Dr. Karl.

Verdadeiras lições de amor que muito tem ajudado não só todas as pessoas que para lá são encaminhadas em busca de tratamento, mas também a todos os trabalhadores desta sala.

Querendo que também nós conheçamos os maravilhosos ensinamentos desse querido médico espiritual, nosso amigo Raphael relata, durante os próximos meses, algumas das experiências vividas nos anos em que vem participando deste belíssimo trabalho. **Pág. 2**

Agenda	4
Aniversários do Mês	2
Atividades da Casa	3
Cantinho da Cozinha	2
Conduta Espírita (André Luiz)	2
Mensagem	4

Participe, você também, de nosso informativo. Envie seus artigos e reportagens e colabore na divulgação de nossa doutrina.

AFESU: trabalhando para melhorar a situação da mulher, de sua família e de toda a comunidade

Fonte:

Entidades Vencedoras do Pêmio Bem Eficiente
1998 - Kanitz e Associados -

Em 1963, quando conceitos como cidadania e capacitação profissional não eram tão conhecidos como hoje, um grupo de senhoras reuniu-se em uma escola no Jardim Taboão, SP, para fundar a Associação Feminina de Estudos Sociais e Universitários - AFESU, entidade que, antecipando-se ao futuro, já entendia que a mulher precisava estar preparada para enfrentar o mundo com independência e igualdade de condições.



Alunas dos cursos de informática e da tapeçaria da AFESU

A associação nasceu com o objetivo de capacitar a mulher para que melhorasse não apenas a sua própria situação, mas a de toda a família e, por decorrência, da própria comunidade.

Das simples aulas de artesanato do Centro Social Morro Velho, o trabalho evoluiu para a criação dos cursos profissionalizantes, a organização de serviços médicos ambulatoriais e a constituição da Cooperativa de Alimentos, uma experiência que gerou a Escola de Lar, Cultura e Administração - ECLA.

As beneficiadas pelo trabalho da entidade não são apenas mulheres carentes. O sistema de trabalho da AFESU é uma via de duas mãos, em que estudantes universitárias têm a oportunidade, através do trabalho desenvolvido pela entidade, de aplicar seus conhecimentos acadêmicos e também tomar contato com a realidade que enfrentarão em suas vidas profissionais.

Hoje, 1.800 universitárias, dos mais variados cursos, participam dos programas anualmente. Nos Centros de Promoção Social, desenvolvem cursos profissionalizantes, fazem visitas domiciliares ou atendem individualmente as inscritas, orientando-as para a formação profissional e para a cidadania. Junto à comunidade, atuam em programas

onde colocam em prática seus projetos. Durante o ano letivo, as ações são desenvolvidas na cidade de São Paulo e periferia. Nas férias, o trabalho vai para cidades do interior.

Estudantes de arquitetura, muitas vezes com apoio das prefeituras locais, levantam problemas de saneamento básico, ajudam na construção, pintura e reforma de moradias, assim como nas áreas de saúde, pedagogia, direito e outras envolvendo-se com problemas específicos de sua área. O programa tem sido muito bem recebido em diversas localidades do Estado e, só no ano passado, esses projetos atenderam um total de 4.500 pessoas.



Av. Bernardino de Campos, 110 - cj. 51
Telefax: 889-8457

ANIVERSÁRIOS DO MÊS

- 01 - Eunice
- 01 - Silvana
- 02 - Adalberto
- 13 - Maria Guilhermina
- 13 - Valéria
- 28 - Chica
- 28 - Nelson

Conduta Espírita

Calar todo impulso de cólera ou violência, e limitando-se ao Evangelho, e modo a estabelecer harmonia em si mesmo perante os outros.

A humildade constrói para a Vida eterna.

ALMONDEGAS DE PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA (Alcione)

Ingredientes: 1/2 pacote de Proteína Texturizada de Soja, 4 pães amanhecidos ralados, 1 ovo, salsa, cebolinha, alho e cebola bem picados, 100 gramas de ricota defumada ralada.

Modo de preparo: Hidratar a proteína texturizada de soja numa tigela com

água fervendo. Enxaguar bem e espremer com as mãos para ficar bem seca. Reserve.

Misturar todos os ingredientes na proteína, formatar as almôndegas, passar na farinha de rosca, fritar ou cozinhar no molho de tomates.

"O que você faz bem pode fazer bem para alguém"

Você não aguenta cheiro de hospital, não tem paciência com crianças, muito menos com velhinhos, não sabe cantar nem dançar, não gosta de cozinhar, não gosta de viajar, mas se você parou para ler este anúncio é sinal que tem tempo e gosta de ler. *Táí. Você pode ser um leitor voluntário para alguém que não consegue ler sozinho.*

Este é um dos anúncios que vem sendo circulado em revistas, cartazes e outdoors, visando estimular o trabalho voluntário em todo o país.

Conforme nos explicou Maria Amália Del Bel Muneratti, voluntária do Centro de Voluntariado de São Paulo, este programa foi criado pelo Conselho da Comunidade Solidária (hoje presidido pela Primeira Dama Ruth Cardoso), logo após o desencarne de Betinho, idealizador da Ação da Cidadania Contra a Fome e a Miséria e pela a Vida.

A idéia do Programa Voluntário surgiu após constatação de que muitas pessoas gostavam de participar de ações solidárias, mas não sabiam como chegar até as organizações. Com o objetivo de abrir um canal direto de participação, foram criados os Centros de Voluntários que têm como missão estabelecer um elo de ligação entre os que desejam doar seu tempo e trabalho e os que precisam de apoio e ajuda.

No Centro de Voluntariado de São Paulo, por exemplo, o candidato a voluntário assiste palestras, ministradas todas as quintas-feiras às 14 e 19 horas, e entra em contato com um banco de dados onde pode encontrar qual a entidade que mais corresponde às suas expectativas.

"Mais de 2500 voluntários já estão cadastrados e, deste total, cerca de 10% já foram encaminhados para as instituições cadastradas", relata Maria Amália com satisfação.

Além de propiciar às pessoas uma oportunidade para que encon-

tram local e atividades que mais lhes agradem, os Centros de Voluntários procuram demonstrar que o voluntário tem, sim, grande responsabilidade nos trabalhos que desempenham e que devem honrar os compromissos assumidos com seriedade e disciplina.

Segundo nos informou Maria Amália, muitos candidatos a voluntário ficam surpresos ao descobrir o tanto de responsabilidade que devem assumir. Muitos desistem do trabalho, pois ainda acreditam que ser voluntário significa trabalhar "quando se quer" e "do jeito que se quer", não aceitando receber qualquer tipo de crítica.

O Centro de Voluntariado de São Paulo funciona de segunda a sexta,

das 8h às 18h à avenida Paulista, 1313 - 2.º andar, sala 220; Telefones: 284-7171 e 288-9056.

Participe desta importante campanha voluntária e ajude o Brasil a crescer!!!

Alexandre Ferreira

ATIVIDADES DA CASA

2.ª feira - Curso de Orientação Maternal (14:00) Cursos Doutrinários e Desobsessão (19:30); **3.ª feira** - Entrevista e Orientação (19:00); **4.ª feira** - Assistência Espiritual (14:00 e 19:30); **5.ª feira** - Assistência Espiritual (19:30); **6.ª feira**; Evangelho (19:30); **Sábado** - Evangelização Infantil e Assistência Espiritual (9:30)

Dr. Karl: um aprendizado constante

Raphael Rios

Há vários anos participamos como passistas na sala onde o nosso bondoso companheiro Jardim recebe o espírito Doutor Karl, a quem todos chamam carinhosamente de "Doutor Cal".

Tem sido anos de inestimáveis experiências no campo da caridade proporcionadas pela atuação deste dedicadíssimo e incansável amigo espiritual no tratamento de males, muitas vezes de difícil apreensão pelo conhecimento convencional, que afligem criaturas duramente e que, desesperançadas, buscam uma manifestação de misericórdia que do alto se derrame sobre elas na cura ou no alívio dos seus sofrimentos.

Temos sido testemunhas de inumeráveis casos de total recuperação, quando o quadro cármico da criatura o permite, subordinados todos nós que somos à lei benéfica

da Justiça Divina, da Lei de Causa e Efeito; ademais, nenhuma criatura deixa de ser aliviada de seus males, esclarecida de suas causas e orientadas para uma nova forma de viver, graças à extremada dedicação que o nosso Dr. Karl dá a todos os que o procuram.

As lições de pedagogia espiritual que passistas e assistidos dele recebemos, envolvidas numa aura de grande amor ao próximo, associadas à pedagogia técnica sobre os mecanismos de inter-relação entre corpo físico e corpos astrais, tem sido uma escola superior de espiritualidade e de incentivo à nossa própria espiritualização.

Os trabalhos que lá estamos em missão de caridade ao próximo, somos, como os assistidos, alcançados pelos aconselhamentos com certeza porque deles tanto ou mais que eles os necessitamos para a nossa própria renovação.

POESIA

O Mármore

*No gabinete isolado
Dos serviços de escultura
Há muita coisa que ver
Com a vida da criatura.*

*O mármore chega em bloco
Dos centros da Natureza,
Em trânsito para o campo
Do espírito e da beleza.*

*É pedra, vai ser tesouro;
É rude, vai ser divino;
Todavia não se sabe
Quando chega ao seu destino.*

*Golpe aqui, golpe acolá,
O artista começa a luta,
É o sonho maravilhoso
Amando a matéria bruta.*

*As arestas vão caindo...
É a carícia do martelo,
Desponta o primeiro traço
Vigoroso, firme e belo.*

*O cinzel fere e desbasta,
E, às vezes pede o formão.
O artista prossegue atento
Dando vida à criação.*

*Golpes fundos, fermentos...
Mas, eis quando se aproxima
O termo do esforço longo
Na aquisição da obra prima.*

*Depois, é jóia formosa,
De valor alto e profundo,
Que as fortunas de milhões
Não podem fazer no mundo.*

*Esse mármore da Terra,
No fundo, é qualquer pessoa,
O artista é o tempo, e o cinzel,
A luta que aperfeiçoa.*

*Quando os golpes de amargura
Te cortarem o coração,
Recorda o cinzel divino
Que dá forma e perfeição.*

Casimiro Cunha

Sorria, você está sendo "filmado"

Job Gil Ferreira

Como premissa gostaríamos de citar duas leis da Ciência Universal, mais precisamente, da Física e que vigoram até hoje: a Lei da Ação e Reação e a Lei que rege nosso Sistema Planetário, isto é, a Lei da Gravitação. Embora independentes elas se completam. A primeira diz que "a toda ação corresponde uma reação igual e contrária". A segunda que todos os planetas do Universo interagem através de uma força, chamada Gravidade, cuja intensidade é diretamente proporcional às massas dos planetas e inversamente proporcional à distância que os separa. O importante a destacar é que nada no Universo trabalha sozinho e que o equilíbrio do mesmo se mantém pela interação de todos os seus elementos. Se um planeta A atrai um planeta B, este também, por sua vez, atrairá o primeiro, sendo que as intensidades das forças de atração são iguais. Cada elemento é importante para a harmonia do Sistema e uma falha qualquer de uma de suas peças influirá com maior ou menor intensidade em todas as outras provocando um desequilíbrio que dará origem a catástrofes de todas as ordens.

Fazendo uma analogia do Sistema Planetário com a nossa vida como seres encarnados aqui na Terra, poderíamos dizer, com absoluta certeza, que também neste caso são aplicáveis as duas leis da Física a que nos referimos. Assim sendo há constantemente uma interação entre cada um de nós habitantes deste Planeta, através de ondas eletromagnéticas em forma de energia e cuja

fonte nada mais é senão o nosso pensamento. Quando emitimos pensamentos bons, quando estamos alegres, contentes, espalhamos essa energia "positiva" para os que estão próximos de nós e obviamente receberemos também emanações fluidicas recíprocas de alta qualidade.

Quando emitimos pensamentos ruins, quando estamos tristes, deprimidos, de mau humor, espalhamos energia "negativa" e recebemos de volta emanações de baixa qualidade. É um círculo vicioso.

De nada adianta ficarmos mau humorados por não havermos conseguido o que desejávamos, pois esse comportamento não irá modificar favoravelmente a situação vigente, isto é, não adianta resmungarmos, reclamarmos e esbravejarmos para conseguirmos um teto, um veículo, um emprego ou, até mesmo, um afeto, um carinho, um amor. Nada iremos conseguir desta forma. Mas modificará, sim, desfavoravelmente, o ambiente no qual nos encontrarmos: este ficará mais denso, pesado, conturbado e o comportamento dos que estiverem conosco será envolvido por essas vibrações de baixa qualidade, criando um clima de astral baixíssimo que fatalmente atinge a todos inclusive a nós mesmos.

Perseveremos, pois, incansavelmente em nossa Reforma Íntima, independentemente de onde e de com quem estejamos. Como disse André Luiz, no livro Sinal Verde: "*Enfeitamos o local em que nos encontramos com os recursos da gentileza e do bom humor, lembrando que a alegria do próximo começa sempre no sorriso que conseguimos lhe dar*".

AGENDA DE OUTUBRO

18 - Visita à Colônia de Hansenianos de Pirapitingui

Estamos Aqui!!! é um informativo mensal editado e publicado pela Juventude Espírita "Arte & Vida" do Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor" - Rua Muniz de Souza, n.º 72 - Cambuci - 01534-000 - São Paulo - SP ★ Publicação mensal: 300 exemplares. Conselho Editorial: Oscar Camanho, Ricardo S. Magalhães e Durval A. Rezende Filho. Agradecimento especial à Litho System Foto Reproduções Ltda. (R. Dom Duarte Leopoldo, 59 - Cambuci - Tel. 270-7039 e 278-1065) pela reprodução deste informativo.