



# Estamos Aqui !!!

Novembro 99

Informativo do Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor" ★ N.º 023

## RESSIGNIFICAÇÃO REÚNE TAREFEIROS DO NÚCLEO

Encontro aproxima trabalhadores, com momentos de descontração e muita emoção

Nos dias 02 e 16 de outubro, aconteceu a 1.ª Resignificação do Núcleo Espírita "Paz e Amor", com a participação da grande maioria dos tarefeiros de nossa Casa.

Coordenado pela nossa querida amiga Eliane Laghetto M. Rosa, do Grupo Assistencial Esperança, o encontro obteve um excelente resultado, aproximando as pessoas e proporcionando momentos de diversão e alegria entre todos. **Pág. 3**

### De volta: ótimas receitas no Cantinho da Cozinha!!

Após reclamações dos leitores de nosso informativo, estamos reabrindo espaço para a publicação de receitas de doces e salgados "vegetarianos", uma opção a mais para aqueles que já optaram por abolir a carne de sua alimentação. **Pág. 2**

### "Estamos Aqui!!!" chega aos EUA ..... **Pág. 4**

### Divirta-se com as Cruzadinhas Espíritas ... **Pág. 4**

Agenda .....	3
Aniversários do Mês .....	2
Atividades da Casa .....	4
Cantinho da Cozinha .....	2
Dr. Karl .....	2
Livro do mês .....	3
Mensagem .....	3
Palavras lapidares de Jesus .....	3
Recreação Espírita .....	4

## Caravana leva 2 ônibus à Pirapitingui!

Em março de 1998, dávamos mais um importante passo para au-

mentar o trabalho de assistência social de nosso Núcleo: criávamos, então, a Caravana Espírita "Paz e Amor", levando um pouco de carinho e amor aos irmãos hansenianos de Pirapitingui.



No início éramos apenas 27 caravaneiros. Hoje, graças a ajuda do Alto e a perseverança de todos os nosso companheiros, chegamos a 64 pessoas: dois ônibus!!! **Pág. 2**

**Comunicamos a todos nossos leitores e freqüentadores da Casa que a mesma estará em recesso no período de 1 a 15 de janeiro do próximo ano. Comunicamos, outrossim, que as atividades de sábado estarão suspensas no período de 27/11/99 até 29/01/2000 e que na semana de 29/11 a 03/12/99 também não haverá trabalhos devido à preparação para o Bazar de Natal do dia 04/12.**

## Vem aí, mais um Bazar de Natal do Núcleo!

No dia 4 de dezembro, sábado, a partir das 10 horas, será realizado o nosso tão esperado Bazar de Natal.

Artesanatos, jogos de cozinha, porcelanas, enfeites natalinos, jogos de bebê e muito mais. Tudo isso, realizado com muito carinho e amor pelas tarefeiras de nossa Casa.



Além de toda essa variedade de produtos, o Bazar de Natal conta, também, com uma deliciosa lanchonete, onde cada trabalhador colabora trazendo um delicioso prato doce ou salgado.

Venha, você também, prestigiar mais este importante evento de nosso Núcleo!!!

## "Paz e Amor" reúne 64 pessoas em Pirapitingui

Há 4 meses, quando ainda não conseguíamos pessoas suficientes para pagar um ônibus, recebemos uma mensagem do plano espiritual para que nos mantivéssemos perseverantes e pacientes porque, em breve, a Caravana iria crescer.

Para nossa surpresa, no mês seguinte já conseguíamos pessoas suficientes para cobrirmos nossas despesas e, com alegria, comentamos que, talvez um dia, tivéssemos que ir para Pira com 2 ônibus.

Pois bem, esse dia chegou mais cedo do que poderíamos imaginar. No mês de outubro chegávamos a 64 pessoas, dois ônibus com cora-

ções repletos de amor, dispostos a engrandecer este trabalho e levar muito carinho e amor aos irmãos hansenianos de Pirapitingui.

Nossa Caravana teve início em março de 1998. Naquele dia, 27 pessoas, iniciavam mais uma importante atividade da Casa. De lá para cá, muitos deixaram a Caravana, mas outros tantos foram chegando e assumindo esse trabalho com muita dedicação e amor.

Propondo-se a acordar cedo em um domingo, enfrentando o frio e a chuva, formamos um grupo forte e consistente que compreende a importância desse trabalho e a carência

daqueles nossos companheiros abandonados pelos amigos e familiares. Quem não se emocionou com as palavras de D. Julieta quando nos disse que "nós somos sua família, seus filhos do coração" e pediu para que jamais deixássemos de visitá-la?

Sabemos que mais recebemos do que doamos quando vamos à Pira. Agradeçamos, então, essa oportunidade de aprendizado com que somos agraciados. Que felicidade podermos aprender com a caridade!!!

Parabéns a todos que contribuíram para o sucesso de nossa Caravana!! Que Jesus nos abençoe!

Alexandre Ferreira

### SUFLÊ DE CHUCHU (Suzana)

**Ingredientes:** 4 chuchus, 6 colheres de sopa de farinha de trigo, 1 ovo, sal, queijo ralado, salsinha, 1 colher de chá de fermento em pó, farinha de rosca.

**Modo de preparo:** Cozinhe os chuchus, escorra e amasse-os com o garfo. Coloque a farinha de trigo, a gema, o sal, o queijo ralado, a salsinha e o fermento. Por último, bata a clara em neve, misture bem com os outros ingredientes, coloque num "pirex" untado com manteiga, polvilhe com farinha de rosca e asse em forno médio até dourar.

### ANIVERSÁRIOS DE NOVEMBRO

- 02 - Joaninha
- 04 - Edna
- 08 - Ronaldo
- 13 - Nara
- 15 - Marisaura
- 15 - Rui
- 16 - Ruth
- 19 - Maria Tereza Figueiredo
- 26 - Alice Ferracini

### Dr. Karl

Nutrição dos corpos. O corpo físico necessita de alimentação sadia e de hábitos saudáveis para poder atender às exigências da vida material. Assim também os corpos espirituais necessitam de alimento não material para executarem as tarefas mentais e afetivas que constituem o aprendizado das reencarnações. Não basta, porém, ao corpo físico alimentação e hábitos sadios para ser saudável. Se o espírito e seus corpos não forem saudáveis, o corpo físico será atingido nos pontos vitais.

E o melhor alimento espiritual provém do ato de dar incondicionalmente sem esperar absolutamente nada de ninguém. É a caridade sem expectativa de retribuição, é o amor sem esperança de recompensa do próximo, que é o beneficiário de nosso ato de despreendimento. É, mais ainda, continuar ofertando incessantemente, pois a Lei do Amor e de Justiça saberá abençoar-nos com a sua paz, a partir do momento em que fizermos a nossa doação de fraternidade.

O amado Mestre Jesus disse nos assegura: "Não façais a vossos

semelhantes o que não quereis que se faça convosco. Se ajustais a vossa vida a esse único princípio eterno e baseais nele a vossa fé e esperança, eu vos digo, em nome de Deus Onipotente que me assiste, que jamais vos faltará o necessário para viver a vossa vida em paz e tranquilidade. Buscai o Reino de Deus e Sua justiça e tudo o mais vos será dado de acréscimo. Amai-vos uns aos outros como eu vos amei e meu Pai e eu iremos ao vosso encontro e faremos morada nos vossos corações".

Dr. Karl há anos repete com afinco que a carne é extremamente nociva para quem teve ou tem câncer. Ele, literalmente, nos diz: "a carne é alimento do câncer". Por decorrência, com relação às criaturas que, por fatores genéticos, possam ter predisposição para a enfermidade, deve a carne ser evitada. A classe médica já vem se manifestando no mundo inteiro sobre a abstinência do uso da carne como prevenção contra doenças.

Raphael Rios

Mensagem

Os Três Crivos

Certa feita, um homem esbaforido achegou-se a Sócrates e sussurrou-lhe aos ouvidos:

- Escuta, na condição de teu amigo, tenho alguma coisa muito grave para dizer-te, em particular...

- Espera! - ajuntou o sábio prudente. Já passaste o que me vais dizer pelos três crivos?

Três crivos? - perguntou o visitante espantado.

- Sim, meu caro amigo, três crivos. Observemos se a tua confiança passou por eles. O primeiro é o crivo da verdade. Guardas absoluta certeza quanto aquilo que pretendes comunicar?

- Bem - ponderou o interlocutor - assegurar mesmo, não posso... Mas ouvi dizer e então...

- Exato. Decerto peneiraste o assunto pelo segundo crivo, o da bondade. Ainda que não seja real o que julga saber, será pelo menos bom o que me queres contar?

Hesitando, o homem replicou:

- Isso não... Muito pelo contrário...

- Ah! - tornou o sábio - então recorramos ao terceiro crivo, o da utilidade e notemos o proveito do que tanto te aflige.

- Útil? - aduziu o visitante ainda agitado - Útil não é...

- Bem, - rematou o filósofo num sorriso - se o que tens a confiar não é verdadeiro, nem bom, nem útil, esqueçamos o problema e não te preocupes com ele, já que nada valem casos sem edificação para nós...

Aí está, meu amigo, a lição de Sócrates, em questões de maledicência...

Irmao X

# A Primeira Resignificação do Núcleo Espírita "Paz e Amor"

Resignificação, conforme o próprio nome já diz, é um repensar sobre tudo aquilo que já foi significado, ou seja, uma oportunidade de mudarmos aquilo que existe de errado ou ultrapassado em nós mesmos, visando um melhor aproveitamento de nossas potencialidades.

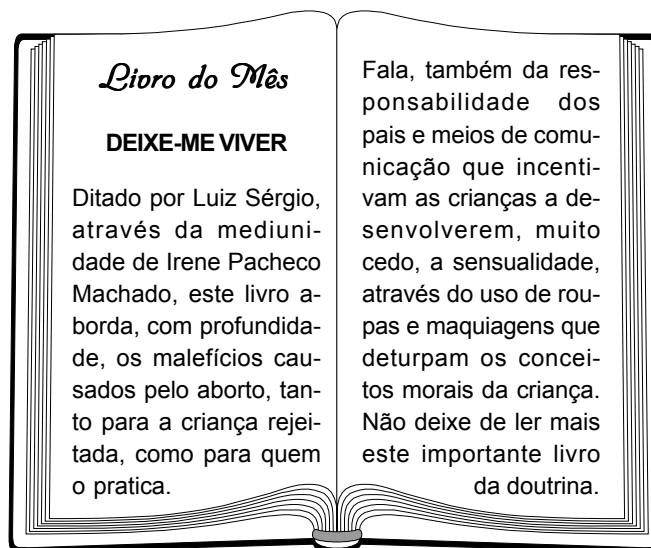
O mundo está em constante evolução. Assim, uma pessoa que resiste a mudanças, um exímio datilógrafo, por exemplo, que não aceita o avanço da informática, não conseguirá competir com aqueles que acompanharam o processo de mudanças de nossa sociedade.

Da mesma forma, quando se trata de nossa evolução espiritual, é preciso deixarmos de lado muitos valores velhos, adotando novas alternativas de vida para que possamos viver melhor com nossos semelhantes.

Esse foi o objetivo da 1.ª Resignificação de nosso Núcleo: fazer com que repensássemos nossas atitudes, através de várias atividades e relatos pessoais.

Divididos em grupos, os tarefeiros participaram de dinâmicas como confecção de painéis, representações teatrais e outras brincadeiras, fazendo com que todos se conhecessem melhor e fortalecessem o sentimento de amizade em seus corações.

Com isso, esperamos trabalhar mais felizes e auxiliar cada vez mais a todos os irmãos que chegam a nossa Casa Espírita em busca de compreensão e muito amor!



**Torne-se colaborador - contribuinte do "Paz e Amor". Sua contribuição mensal é muito importante tanto para ajudar a manter nossa modesta Casa como para dar continuidade aos trabalhos de Assistência Social. Maiores informações na Secretaria.**

*Palavras Lapidares de Jesus*

*Vinde a mim todos vós que andais aflitos e sobrecarregados e eu vos aliviarei: porque o meu jugo é suave e o meu peso leve. Aprendei de mim que sou manso e humilde de coração e achareis descanso para vossas almas, amando-vos uns aos outros como eu vos amei.*

**AGENDA DE NOVEMBRO**

21 - Visita à Colônia de Hansenianos de Pirapitingui

29/11 a 04/12 - Não haverá trabalhos na Casa

# “Estamos Aqui !!!” chega aos Estados Unidos

RAPHAEL RIOS

Um grupo de estudos espíritas (The Allan Kardec University Group) se reúne semanalmente em um dos edifícios da Universidade do Texas em Austin, capital do Estado. A Universidade tem 56.000 alunos.

Foi fundado e é freqüentado por estudantes brasileiros que fazem doutorado na Universidade (3 anos). Residentes brasileiros permanentes, ex-doutorados, dirigem os trabalhos do Grupo, aos quais comparecem também americanos e hispânicos. Há cerca de 5.000 brasileiros em

Austin e 15% da população é de hispânicos, principalmente mexicanos e descendentes. A cidade tem mais de 600.000 habitantes e é um dos mais importantes centros nos Estados Unidos da indústria de informática e computação.

Ricardo Camanho Mastroleo, morador e doutor em Física Nuclear e mestre em Ciências de Computação, filho de nossa companheira Joaninha e do falecido Mario, é um dos dirigentes, o qual, como os demais dirigentes, já eram espíritas no Brasil e buscam estender as luzes da Doutrina junto à comunidade austiniana.

O tema principal é o estudo do Livro dos Espíritos (edição inglesa) que permite a abordagem dos tópicos fundamentais do Espiritismo. O Grupo também faz visitas às instituições assistenciais locais.

O nosso “Estamos Aqui” estará doravante sendo distribuído, através do Ricardo, aos integrantes do Grupo. O site na Internet é <http://www.utexas.edu/students/kardec>.

## RECREAÇÃO ESPÍRITA

Job Gil Ferreira

(Solução no próximo número)

HORIZONTAIS: 1. Grande cataclismo – 2. Sagração – Expressão de desprezo entre os antigos hebreus – 3. Cento e um em algarismos romanos – Aquilo que é justo, que é lícito – 4. Da cor do céu – Desacompanhado – 5. Possuir – Estado em que se encontram muitos irmãos em virtude do desemprego, da miséria – 6. O que um verdadeiro cristão deve fazer diante do estado descrito na chave anterior – (Ingl.) Filho – 7.

Abreviação de oés-noroeste – Abreviação de Digníssimo – 8. Superlativo de bom – 9. Indivíduo que prediz o futuro – Acusada – 10. Agir perniciosamente (espíritos) sobre seres humanos

VERTICAIS: 1. Aquele que se consagra ao exercício prático (espiritual) que leva à efetiva realização da virtude – Designação antiga da "ave-do-paráiso" – 2. Progenitor – (Suf. nom.) Diminuição, pendor, tendência – Símbolo químico do Rubídio – 3. Língua provençal – Gênero de plantas da família das rosáceas (pl.) – 4. Madeiro em que foi pregado o Divino Mestre – Piedade – Remove montanhas – 5. Contração – Interjeição que exprime cansaço – Abreviação de Médico – 6. "... de Vida": livro de Scheilla – Letra grega – 7. Raiva – Guarnecer de asas – 8. Transmissões de energias visando curar ou auxiliar na cura de enfermidades físicas, mentais e perturbações espirituais – 9. Sigla do Estado de Santa Catarina – Que exala perfume – 10. (Ingl.) Orelha – O primeiro nome de um importante autor espiritual

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

**Estamos Aqui!!!** é um informativo mensal do Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor" Rua Muniz de Souza, n.º 72 - Cambuci - CEP 01534-000 - São Paulo - SP.

**Produção, Digitação e Edição:** Alexandre Ferreira e Suzana A. da Costa Ferreira.

**Conselho Editorial:** Oscar Camanho, Ricardo S. Magalhães e Durval A. Rezende Filho.

**Diretoria do Núcleo:** Presidente: Oscar Camanho; Vice-Presidente: Adriano de Castro Filho; Assistência Espiritual: Oscar Camanho; Assistência Social: Sonia F. Ferreira; Diretor Contábil: Adrião Grandino; Divulgação: Ricardo S. Magalhães; Ensino: Alcione C. Frigoglietto; Eventos: Adriana M. T. C. Jardim; 1.º Diretor Financeiro: Armando A. Pereira; 2.º Diretor Financeiro: Nelson Labate; Jurídico: Edna C. Vecchi; 1.º Secretário: Marcial F. Jardim; 2.º Secretário: Robinson F. do Nascimento; 3.º Secretário: Job Gil Ferreira.

**Publicação mensal:** 300 exemplares.

Agradecimento especial à Litho System Foto Reproduções Ltda. (R. Antonio Tavares, 51 - Cambuci - Tel. 270-7039 e 278-1065) pela reprodução gratuita deste informativo.

## 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)