



Junho 2008

Estamos Aqui !!!

Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor" - Filiado à Federação Espírita do Estado de São Paulo • N.º 126

Rua Muniz de Souza, 72 - Cambuci • www.nucleopazeamor.org.br • divulgacao@nucleopazeamor.org.br

ENTRE O EGO E A ALMA

Sílvia Schmidt

Enquanto pensamos que a morte é o que mais separa as pessoas, o ego desde sempre, vem fazendo esse "serviço" muito mais do que ela.

Não há nada que vença o ego em termos de separações!

E como é que ele age?

No casamento e nas relações amorosas: em nome da "incompatibilidade de gênios", homens e mulheres se separam, sem darem chance à flexibilidade que faria com que ambos, de comum acordo, cedessem um pouco. Não! Para o ego não tem acordo quando se trata de ceder. Seria "rebaixar-se"! Ele só entende assim.

Nas amizades: uma atitude ou palavra mal colocada são, muitas vezes, suficientes para que amigos se separem, deixando cair no esquecimento as tantas coisas boas que fizeram brotar uma tão valiosa amizade. Não! O ego não admite erros nem pedidos de perdão. Seria abrir mão da punição! Ele só entende assim.

Nas famílias: tantos pais, irmãos e filhos se separam, só pela necessidade de impor suas vontades, de ver "quem manda aqui", quem ganha a condição de dono da última palavra. Na maioria dos casos, numa reunião familiar, e com um pouco de humildade todos saberiam até onde ir e quando parar. Não! O ego quer deter o poder sobre tudo e sobre todos. Limites seriam um caso de obediência! Ele só entende assim.

Nas carreiras: pessoas escolhem seguir a mesma carreira ou carreiras diferentes, e muitas dessas pessoas gastam a melhor parte da sua vida competindo, vigiando, farejando os passos das outras, dada a precisão de ser "a melhor". A consciência de que "o sol nasce para todos" faria isso parar. Não! O ego quer ganhar sempre, custe o que custar. Aceitar vitórias alheias seria fracassar! Ele só entende assim.

Em toda situação conflitiva que determina separações o ego se faz presente e sempre quer ganhar. É em brincadeiras desnecessárias; é no trabalho, em críticas contra colegas; é nas escolas, em exposições de notas; é nas guerras, onde ganhar é questão de vida ou morte; é na vizinhança, em encrencas vulgares, e assim por diante... Infinitamente...

Pense em algo similar, não citando aqui, e você notará que nele também está a ditadura do ego. Basta que o caso lembrado seja capaz de separar pessoas.

"Usufruamos a vida com todo o apreço, buscando nela encontrar sua brilhante luz, para tanto, basta que procuremos seu endereço, que se encontra no Evangelho de Jesus!"

Mensagem do livro
Rastros de Luz

Não! Não é a morte o que mais promove essas apartações! É o ego, o filho predileto do orgulho! Sua alma e seu ego ocupam o mesmo "castelo". Deixe que sua alma seja a rainha vitalícia do lugar! Ela é aquela parte sua que deseja Paz e Reconciliações. O ego é o mal dentro de você. Elimine-o.

Assim, e só assim, a vida lhe abrirá as portas da verdadeira e perene felicidade.

ATIVIDADES DA CASA

1.º horário: abertura da Casa

2.º horário: início das atividades

SEGUNDA-FEIRA

13h30/13h45 - Assistência Social

19h/20h - Cursos Básicos

TERÇA-FEIRA

19h/19h10 - Diálogo Fraterno

QUARTA-FEIRA

13h30/14h30 - Assistência Espiritual

18h/20h - Assistência Espiritual

QUINTA-FEIRA

19h/20h - Assistência Espiritual

SEXTA-FEIRA

19h/20h - Encontro à Luz do Evangelho

SÁBADO

9h/9h15- Evangelização Infantil

Um pedaço de bolo Pág. 02

União & Harmonia Pág. 03

Ao encontro da Paz Pág. 04

Um pedaço de bolo

Autor desconhecido - Colaboração:
Nícia Camanho

Às vezes nos perguntamos: "O que eu fiz pra merecer isso?" ou... "Por que Deus tinha que fazer isso justo comigo?"

Aqui vai uma belíssima explicação:

"A filha dizia à mãe como tudo ia errado. Ela não se saía bem na prova de matemática, o namorado resolveu terminar com ela e a sua melhor amiga estava de mudança para outra cidade.

Em horas de amargura, a mãe sabia que poderia agradar a filha preparando-lhe um bolo.

Naquele momento não foi diferente. Abraçou a filha e levou-a à cozinha, conseguindo arrancar da moça um sorriso sincero.

Logo que a mãe separou os utensílios e ingredientes que usaria e os colocou na mesa, perguntou à filha:

- Querida, quer um pedaço de bolo?

- Mas já, mamãe? É claro que quero. Seus bolos são deliciosos..."

- Então está bem, respondeu a mãe. Tome um pouco desse óleo de cozinha!

Assustada, a moça respondeu:

- Credo, mãe!

- Que tal então comer uns ovos crus, filha?

- Que nojo, mãe!

- Quer então um pouquinho de farinha de trigo ou bicarbonato de sódio?

- Mãe, isso não presta!

A mãe então respondeu:

- É verdade, todas essas coisas parecem ruins sozinhas, mas quando as colocamos juntas, na medida

certa... elas fazem um bolo delicioso!

Deus trabalha do mesmo jeito.

Às vezes a gente se pergunta por que Ele quis que nós passássemos por

momentos difíceis, mas Deus sabe que quando Ele põe todas essas coisas na ordem exata, elas sempre nos farão bem.

"...Deus (...) pode viver em qualquer lugar do universo, e Ele escolheu o seu coração!"

A gente só precisa confiar n'Ele e todas essas coisas ruins se tornarão algo fantástico!

Deus lhe manda flores em todas as primaveras... faz nascer o Sol todas as

manhãs... e sempre que você quiser conversar, Ele vai ouvi-lo! Ele pode viver em qualquer lugar do universo, e Ele escolheu o seu coração!

Livro do Mês

RENOVANDO ATITUDES

Elaborado a partir do estudo e análise de "O Evangelho Segundo o Espiritismo", o autor espiritual Hammed afirma que somente podemos nos transformar até onde conseguirmos nos perceber. Ensina-nos como

ampliar a consciência, sobretudo através da análise das emoções e sentimentos, incentivando-nos a modificar os nossos comportamentos inadequados e a assumir a responsabilidade pela nossa própria vida.



ANIVERSÁRIOS DO MÊS

04 - Roberta
09 - Cristiane Fernandes
10 - Ana Paula
10 - Lourdes
11 - Lina
12 - Neide Rocci
13 - Liliani
13 - Elizabete
15 - Olívia
16 - Neide Grimaldi
18 - Dionéia
20 - Cláudia
23 - Jardim
25 - Ricardo Magalhães
25 - Márcia Farbelow
29 - Carmen

Cantinho da Cozinha

(Receita extraída do livro "Cozinhando sem Crueldade", de Ana Maria Curcelli)

SUFLÊ DE MILHO



Ingredientes: 1 e 1/2 xícara de milho cozido em água, 1 xícara de tofu, 1 xícara de farinha de trigo branca, 1 xícara de água ou leite de soja, 2 colheres de sopa de azeite, 1 colher de sobremesa de fermento em pó, sal e pimenta a gosto.

Modo de preparo: Bata todos os ingredientes no liquidificador até obter um creme grosso. Numa forma refratária untada, depeje o creme. Leve para assar em forno médio pré-aquecido por 40 minutos, ou até o centro estar seco. Sirva quente com uma salada.

União e Harmonia: 20 anos de musicoterapia

Da redação

O Grupo Vocal União & Harmonia, comemorará em novembro de 2008, vinte anos de seu trabalho kardecista de "Musicoterapia Espiritual".

No início de 1984, Roberto Ferreira e mais um companheiro foram avisados através do guia espiritual da médium Maria Zuleide que, caso eles se ligassem com o astral superior, passariam a "receber" músicas dos "compositores do espaço". A ligação deve ter sido feita, pois a partir de novembro de 1984, Roberto e o companheiro, passaram a "receber", intuitivamente, lindas "pérolas musicais" vindas do "Alto".

Os dois cantaram um tempo juntos, divulgando aquelas músicas. Depois, Roberto ficou sozinho e por um bom tempo, cantou em Casas Espíritas que lhe abriram as portas.

Naquela época, as casas espíritas ainda não aceitavam a música em seus trabalhos e foi uma tarefa difícil convencer alguns dirigentes a ouvirem-nas e permitirem fossem cantadas em suas sedes.

Roberto, primeiramente, propunha que os dirigentes o ouvissem, particularmente e depois, se gostassem, que o deixassem cantá-las nas casas espíritas.

O tempo foi passando, o trabalho foi sendo reconhecido e as solicitações para outras apresentações foram chegando.

Em novembro de 1988 foi formado, então, o Grupo Vocal União & Harmonia.

No site: www.uniaoeharmonia.org.br, há muito assunto interessante sobre o histórico de Roberto Ferrei-



ra, da coordenadora espiritual Irmã Ritier e do próprio Grupo.

No site www.musicexpress.com.br/uniaoeharmonia, há alguns trechos de músicas dos CDs do Grupo que podem ser ouvidas.

Até abril de 2008, Roberto já "recebeu" dos "compositores do espaço" 1.100 músicas

Roberto informa que através da ajuda e colaboração de pessoas que têm amigos e/ou parentes em outros países ou aqueles que para o exterior se mudaram, os quatro CDs editados pelo Grupo, já chegaram a todos os Estados brasileiros e também a dezenove países, onde colônias de

brasileiros ouvem as músicas "recebidas" por ele e gravadas pelo Grupo. Os CDs são: "Parafuso", "Terceiro Milênio", "Caminho Azul" e "Guenta Coração!"

Até novembro de 2008, deverá sair o quinto CD do Grupo: "Canções Celestiais".

As apresentações do Grupo Vocal União & Harmonia são gratuitas e podem ser agendadas com o Roberto Ferreira, pelo telefone comercial: (11) 5052-2043, celular: (11) 9900-5262, telefone residencial: (11) 4451-3393, fax: (11) 5054-2774 e e-mails: rferreira@fabus.com.br e uniaoeharmonia@gmail.com.

O Evangelho no seu lar

Se você tem vontade de fazer o Evangelho no Lar mas não sabe como, saiba que há uma equipe do Núcleo Espírita Assistencial Paz e Amor que pode lhe ajudar. Esta equipe, todas as quintas-feiras, às 19h45 dirige-se à casa das pessoas que nos solicitaram colaboração neste sentido e que residem nas imediações do Núcleo, com o intuito de orientá-las no desenvolvimento do Evangelho no Lar. Em caso de interesse, procure informações na secretaria do Paz e Amor.

Ao encontro da paz

Colaboração: Fernando Peron

Não te escravizes às farpas magnéticas do nervosismo!

Comum ouvir-se a declaração: "Quando leio o Evangelho não consigo concentrar-me na leitura!"

No entanto, Cristo é o leme nas tempestades emocionais, o ponto de segurança em toda crise da alma.

Para espíritos enfermos não vale tão-só a necessária assistência ao corpo.

Indubitavelmente, a terapêutica tem lugar certo na indicação exata.

Respeita, pois, os notáveis avanços da Medicina moderna em todas as nuances de suas conquistas científicas; contudo, valoriza a farmácia espiritual que te enriquece as mãos.

Não dispenses o auxílio medicamentoso no momento devido, mas não permitas que xaropes e comprimidos te subjuguem a existência.

Colabore

Torne-se colaborador-contribuinte do "Paz e Amor". Sua contribuição mensal é muito importante para manter as atividades desenvolvidas em nossa Casa e dar continuidade aos nossos trabalhos na área de assistência social.

Antes prevenir que remediar.

Não cultives sintomas de perturbações ou doenças.

Deixa que a oração te regenere todas as forças. Recorre ao passe curativo que asserena e restaura.

Sedativos aliviam, mas não reajustam. A prece, em razão disso, será sempre calmante eficaz.

Diversões auxiliam, mas não curam; entretanto, a reunião de estudos espíritas é valiosa psicoterapia aplicada em conjunto.

O copo água fluida, gratuito e simples, é mais prático de ser usado que a injeção intravenosa.

O culto do Evangelho no lar substitui, muitas vezes, com vantagem, a mais laboriosa sessão de psicanálise.

Perdão e esquecimento de todo mal avantajam-se indiscutivelmente ao relaxe por barbitúricos.

Intimação à própria vontade, para entregar-se ao bem, em muitos casos supera o choque insulínico quanto ao efeito benéfico.

Serviço desinteressado ao semelhante é a melhor terapia ocupacional.

Disciplina no prato, freqüentemente, ainda é a receita ideal para perder peso.

Estudo edificante costuma remover a necessidade das internações de repouso.

Em muitas ocasiões, trabalho maciço é pronto-socorro à extinção da insônia.

No labirinto de temores difusos, evita o bloqueio dos próprios pensamentos. Abre o coração à fraternidade.

Comunica-te com alguém e ora convictamente. A fé raciocinada é o primeiro recurso no rumo de toda restauração, mas, quase sempre, é procurada em último lugar.

Ainda assim, controlar a mente, sustentando-se em atitude rígida, não basta por si só; carecemos de pensar no bem, fazendo o bem, para manter a própria harmonia.

É interessante lembrar que Jesus nunca esteve enfermo. Isso nos induz a verificar que ninguém jamais adoece por raciocinar, sentir e agir com o Evangelho, em espírito e verdade.

Dias da Cruz

Livro: **Seareiros de Volta**. Waldo Vieira, por Espíritos Diversos. FEB - Federação Espírita Brasileira.

Leia, medite, estude a Doutrina Espírita! O conhecimento é força indispensável na solução de todos os nossos problemas!

Estamos Aqui!!! é um informativo mensal do Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor" - Rua Muniz de Souza, 72 - Cambuci - 01534-000 - São Paulo - SP - www.nucleopazeamor.org.br - divulgacao@nucleopazeamor.org.br - CNPJ n.º 46.515.862/0001-58 - Produção, Digitação e Editoração: Alexandre Ferreira e Suzana Aparecida da Costa Ferreira - **Conselho Editorial**: Oscar Camanho, Marcial Ferreira Jardim e Job Gil Ferreira - **Fotolito e impressão**: Litho System Fotolito Digital S/C Ltda.: (11) 3399-2324; Printing Press: (11) 3277-1753 - **Publicação mensal**: 500 exemplares.

Diretoria (2007 a 2009): Presidente: Adriano de Castro Filho; Vice-Presidente: Marcial Ferreira Jardim; 1.º Secretário: Robinson Fernandes do Nascimento; 2.º Secretário: Izaura Kawachi; 1.º Tesoureiro: Armando Augusto Pereira; 2.º Tesoureiro: Nelson Labate - **Diretores de Áreas (2007 a 2009)**: Jurídico: Edna Conceição Vecchi; Patrimônio: Job Gil Ferreira; Eventos: Adriana M. T. C. Jardim; Divulgação: Alexandre Ferreira; Assistência Social, Infância e Mocidade: Sonia Ferraz Ferreira; Ensino: Alcione Camanho Frigolietto; Assistência Espiritual: Marcial Ferreira Jardim; Contábil: Adrião Grandino - **Conselho Fiscal (2007 a 2009)**: Efetivos: Francisco José R. Bueno, Manuel Augusto Henrique Paiva e Ricardo Rossi Roberto; Suplentes: Joel Adonay Lino e Cíntia M.ª Pimphari Varela - **Presidente de Honra do Núcleo**: Oscar Camanho.