



Núcleo Espírita  
Assistencial  
"Paz e Amor"

40 anos

**Estamos Aqui !!!**

Filiado à Federação Espírita do Estado de São Paulo  
Rua Muniz de Souza, 72 - Cambuci - 01534-000

Uma trajetória de trabalho, fraternidade e muito amor!

www.nucleopazeamor.org.br - divulgacao@nucleopazeamor.org.br

## OS DOIS LADOS DO AMOR

**Pai João - Mensagem recebida em 23/03/09 por Adriano de C. Filho**

Vejam queridos filhos, os dois lados do amor. O amor que pode matar e o amor que pode salvar!

Salvar, sim. Matar, nunca!

Quem ama não quer o mal, o fim da pessoa amada. Para tanto é capaz de tudo, mesmo do que pareça impossível para salvá-la. Muitas vezes coloca até a vida em risco. Quem ama é capaz de enfrentar todos os obstáculos.

Por vezes, pode confundir o amor com posse. Aí, nestes casos, não consegue admitir que a pessoa amada tenha qualquer atitude que

venha significar a perda da posse, do domínio, do controle.

Então, um único pensamento pode envolver sua mente: se não puder ser minha propriedade, não será de mais ninguém! Aí, em nome do amor, veja só, em nome do amor, extermina a pessoa amada.

Quando cai em si e sente o gesto tresloucado que praticou, que não tem mais volta, desespera-se, perde-se pelo caminho, tirando, muitas vezes, a própria vida, na expectativa absurda de reparar o mal praticado. Assim agindo, após a morte, nada encontrará a não ser as trevas e o arrendimento atroz.

Perambulará pelas noites escuras e tenebrosas do umbral, na procura, em vão, de uma saída.

Somente quando a dor do remorso sincero tocar seu coração, será aberta a brecha para que a pessoa amada ache-se até este querido para resgatá-lo da condição em que se encontra, para ajudá-lo a refazer-se e adquirir condições para trilhar

um novo caminho e poder retomar o compromisso que foi bruscamente interrompido, pela tresloucada ignorância espiritual.

### Amor e ódio

*Pai João. Recebida em 30/03/2009 por Adriano de Castro Filho*

Ódio! Que palavra, até sua pronuncia é grave!

O ódio emana do interior de quem o sente, uma energia tão pesada que não consegue atingir alturas. Fica pairando ao nível das criaturas, instilando o veneno da discórdia, do desentendimento e da intolerância.

O amor é um sentimento leve que sai do coração de todos aqueles que o sentem e que o vivenciam, ganhando alturas, atingindo os píncaros dos montes, para de lá refletir a sua luz, a sua paz e a sua compreensão aos corações de todos que se encontram no vale da esperança!

Devemos queridos filhos, cultivar em nosso coração sentimentos bons que nos permitam acolher aqueles que jazem desprovidos do amor.

Como é bom amar! Como é bom poder chegar junto da pessoa amada, dos entes queridos, olhar nos seus olhos e poder dizer... te amo!

Que Jesus abençoe a todos.

#### ATIVIDADES DA CASA

1.º horário: abertura da Casa  
2.º horário: início das atividades

#### SEGUNDA-FEIRA

19h/20h - Cursos Básicos

#### TERÇA-FEIRA

19h/19h10 - Diálogo Fraternal

#### QUARTA-FEIRA

13h30/14h30 - Assistência Espiritual  
19h/20h - Assistência Espiritual

#### QUINTA-FEIRA

19h/20h - Assistência Espiritual

#### SEXTA-FEIRA

19h/20h - Encontro à Luz do Evangelho

#### SÁBADO

9h/9h15 - Evangelização Infantil

**Livro: presente de amigo. Livro  
espírita: presente de irmão.**

**Viagem para dentro de si .. Pág. 02**  
**A síntese de três eras ... Pág. 03**  
**Aprendizado infinito ..... Pág. 04**

## Viagem para dentro de si

Autor Desconhecido.

Hoje existem edifícios mais altos e estradas mais largas, porém temperamentos pequenos e pontos de vista mais estreitos.

Gastamos mais, porém desfrutamos menos.

Temos casas maiores, porém famílias menores.

Temos mais compromissos, porém menos tempo.

Temos mais conhecimentos, porém menos discernimento.

Temos mais remédios, porém menos saúde.

Multiplicamos nossos bens, porém reduzimos nossos valores humanos.

Falamos muito, amamos pouco e odiamos demais.

Chegamos à Lua, porém temos problemas para atravessar a rua e conhecer o nosso vizinho.

Conquistamos o espaço exterior, porém não o interior.

Temos dinheiro, porém menos moral...

Há mais liberdade, porém menos alegrias....

Dias em que há dois salários em casa, porém aumentam os divórcios.

Dias de casas mais lindas, porém de lares desfeitos.

Por tudo isso, proponho que de hoje e para sempre...

Não deixes nada para uma ocasião especial, porque cada dia que viveres será uma ocasião especial.

Lê mais, senta-te na varanda e admires a paisagem sem te importares com as tempestades.

Passe mais tempo com a tua família e com teus amigos, come a tua comida preferida, visites os lugares que amas.

A vida é uma sucessão de momentos para serem desfrutados, não apenas para sobreviver.

Use as tuas taças de cristal, não guardes o melhor perfume, é bom usá-lo cada vez que sentires vontade.

As frases "um destes dias", "algum dia", elimina-as do teu vocabulário.

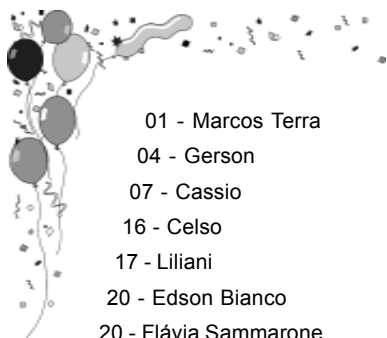
Escreve aquela carta que pensavas escrever "um destes dias".

Digas aos teus familiares e amigos o quanto os ama.

Por isso não proteles nada daquilo que tornaria a tua vida em sorrisos e alegria.

Cada dia, hora e minuto são especiais... e não sabes se será o último...

### Aniversários do Mês



01 - Marcos Terra  
 04 - Gerson  
 07 - Cassio  
 16 - Celso  
 17 - Liliani  
 20 - Edson Bianco  
 20 - Flávia Sammarone  
 29 - Solange  
 30 - Durval  
 30 - Silvia  
 31 - Sumako

### Cantinho da Cozinha

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



#### ESPETINHOS PARA CHURRASCO VEGETARIANO

Ingredientes: 2 xícaras de PVT grossa hidratada ou 1/2 bloco de tofu chinês, 2 pimentões (1 vermelho e 1 verde), 3 tomates, 2 cebolas, sal, shoyu.

Preparo com PVT: hidrate a PVT com água quente e depois retire o excesso de água. Refogue-a com o shoyu e o sal em uma panela. Monte os espetos e coloque-os na grelha ou no forno até os vegetais tostarem. Regue com o "molho para regar" de 5 em 5 minutos.

Preparo com tofu: corte o tofu em cubos, os pimentões em cubos, as cebolas em metades e os tomates em quartos. Coloque o tofu num espetinho para churrasco e vá alternando com os vegetais. Tempere a gosto e cozinhe na brasa ou no forno, até o tofu dourar e os vegetais estarem macios. Regue com o "molho para regar" de 5 em 5 minutos.

Molho para regar: misture, numa xícara, o suco de 2 limões com 3 colheres de sopa de shoyu e regue os espetinhos com este molho.

## A síntese de três eras

Amílcar Del Chiaro Filho

A vida linear, com as mesmas sensações e emoções a se repetirem diariamente, seria uma rotina que nos tornaria infelizes. Por isso a vida tem picos extraordinários que marcam a nossa evolução. Esses picos podem ser pequenas elevações, ou montanhas tão altas quanto o Everest. É lógico que falamos no sentido emocional e mesmo moral da vida, no sentido de realizações e progressos.

Embora Jesus de Nazaré esteja fora deste contexto de lutas humanas para evoluir (ele realizou sua evolução antes mesmo do planeta Terra existir), houve três momentos em sua vida que ficaram marcados como três montes a refletir situações diferentes, e que mostram muito bem o caminho e as estações da nossa evolução.

Quando o Mestre subiu ao monte Hermon para proferir o Sermão da Montanha, as Bem Aventuranças, era o Rabi, o Mestre a ensinar ao homem o caminho da sua felicidade. Ele indicou rumos, colocou balizas de luz para que encontrássemos este caminho. Era um Mestre passando a sua experiência multivivencial, experiências dos milênios incontáveis em que fez toda a sua caminhada evolutiva. Já não era mais o "Filho de Mulher" que ainda tem dívidas a resgatar e coisas a aprender, mas o filho de Deus, emancipado das necessidades humanas, mas que pelo seu muito amor, pelo seu querer, tomou um corpo de carne para ensinar os homens.

Outro monte foi o Tabor. Ali foi um momento de intensa glória, um

banquete de luz, em que as mediunidades de Pedro, Tiago e João propiciaram a materialização de Moisés e Elias, numa síntese de três eras. Moisés, que proibira as manifestações dos espíritos, condenando as pitonisas e sibilas à morte, compareceu, como morto ilustre, para retirar o selo com que ele mesmo fechara a boca dos mortos.

Se Moisés representava o passado, Elias olhava para o futuro, quando as manifestações espíritas se tornariam comuns, a ponto de não mais causar espanto. A virilidade de Elias, repetida na coragem de João, o Batista, se refletiria numa doutrina racional e lógica, mas para pessoas capazes de enfrentar seus problemas sem choros ou mágoas.

Jesus, o avatar do amor, representou a síntese do pensamento religioso do mundo, unindo passado, presente e futuro numa epopéia grandiosa, cheia de coragem e fé, uma poesia, uma canção, uma ária da grande ópera da criação.

**"..nos testemunhos decisivos estamos sozinhos com a nossa coragem ou covardia.."**

Mas depois de passar por esses dois montes que refletiram sua capacidade de Mestre e seu amor de avatar, cumpria-lhe subir ao Gólgota para testemunhar o seu amor.

No Hermon ele tinha uma pequena multidão à sua volta. No Tabor, tinha apenas Pedro, Tiago e João, além da companhia dos dois gigantes da judaísmo, Moisés e Elias. Contudo, ali, no monte da caveira, estava sozinho, embora ladeado por dois revolucionários também condenados a morte, e por algumas mulheres, além de João, o discípulo amado, um jovem, mal saído da adolescência. Aquele era o seu momento de solidão e abandono.

Pensem nisto. Nas vitórias ou nas querelas temos muitas companhias testemunhando a nossa dedicação, mas nos testemunhos decisivos estamos sozinhos com a nossa coragem ou covardia, mas temos que estar sozinhos, olhando o mundo do alto da nossa cruz, rumando para a vitória ou para a derrota.

### Livro do Mês

#### SOB AS CINZAS DO TEMPO



Nas páginas deste livro ditado pelo Dr. Inácio Ferreira, por meio da mediunidade de Carlos A. Baccelli, os leitores encontrarão a trajetória de personagens envolvidos com a Inquisição em terras de Espanha, dentre os quais se destaca Tomás de Torquemada, agora resgatando o passado culposo em terras brasileiras. Obsessão, ódio e vingança envolvem os personagens em história real. Entretanto, nesse painel de sombras e dores, vemos fulgurar o Sol do Amor Divino, permitindo às almas equivocadas reerguem-se para a abençoada ascensão espiritual.

## Aprendizado infinito

Colaboração: Fernando Peron

O Espírito está sempre em busca de entendimentos. O aprendizado é infinito, como infinito é o Espírito que aspira à felicidade em todos os rumos.

A história do atual ciclo evolutivo do mundo está caminhando para um desfecho nunca antes presenciado. As maiores nações da Terra fazem convênios, tratados de paz, querendo fazer crer que tudo vai bem; entretanto, essa harmonia, essa paz, são somente exteriores; o organismo social está deteriorado por dentro e a sociedade está decadente, por faltar-lhe o sustentáculo dos seus princípios morais, que é o Amor.

Não é necessário ser um luminar do saber para se perceber que nada falta ao mundo; tudo existe com abundância, em se referindo às necessidades humanas. O que desequilibra a economia é a ganância, é a falta de fraternidade, é a usura, o egoísmo e a prepotência.

Quando todos os homens, todas as nações conhecerem o Evangelho do Cristo e o praticarem na vivência diária, desaparecerão todas as dificuldades, porque será acesa dentro do lar, célula da humanidade, a luz do entendimento.

A ciência avançou muito, faltando-lhe os sentimentos iluminados em Cristo para saber aplicar o imenso saber, apenas na obra do Bem. Enquanto o Evangelho não chega aos corações, as guerras, a fome, a dor em variadas formas de enfermidades, as cicatrizes do infortúnio irão mostrar a todos o preço da sua ignorância.

Muitos indagam o porquê da espiritualidade superior não se manifestar visivelmente, diante das possibilidades de comunicação de que o homem de hoje dispõe para alertar as massas. Respondemos: por deixar o homem de realizar a sua parte, da qual ele se esqueceu ou não procurou estar à altura de realizar.

O conforto, em determinada faixa evolutiva, empana o despertar e retarda o desabrochar dos grandes ideais. As grandes cabeças estão voltadas para a indolência, procurando somente coisas fáceis, fortunas e mais fortunas, sem cogitar se alguém sofre com sua ganância pelo ouro.

Os caminhos para a felicidade estão todos fechados, menos um: o caminho da Dor. As civilizações sempre sofreram as conseqüências das suas próprias artimanhas, da

falta de sinceridade nos contratos assinados com a tinta da mentira, no papel da falsidade. Ninguém engana as leis de Deus. Elas respondem a todos, na medida que as criaturas pedem, pelo processo dos fatos.

Uma coisa, porém, nos dá alegria e nos abre as comportas da esperança: é que, algum dia, todos se arrependerão e voltarão como filhos pródigos para o rebanho do Mestre, reparando tudo que fizeram de mal e entregando os corações somente para o amor.

A Doutrina dos Espíritos abriu ao mundo uma perspectiva enorme para o conhecimento da Verdade e nós, no mundo espiritual, estamos empenhados no trabalho com essa Verdade que brilhará como o sol, mostrando Jesus em todos os ângulos da vida, a nos ensinar as regras de convivência no Bem.

Livro: **Iniciação - Viagem Astral**. João Nunes Maia, pelo Espírito Lancellin. Editora Espírita Fonte Viva.

**“O conforto, em determinada faixa evolutiva, empana o despertar e retarda o desabrochar dos grandes ideais.”**

**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](http://www.nucleopazeamor.org.br) - [divulgacao@nucleopazeamor.org.br](mailto: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 - **Publicação mensal:** 300 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 Frigoglietto; 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.