



Núcleo Espírita
Assistencial
"Paz e Amor"

40 anos

Uma trajetória de trabalho, fraternidade e muito amor!

Janeiro e Fevereiro 2010 - Nº 145/146

Estamos Aqui !!!

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

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

A DOCTRINA ESPÍRITA

Oscar Camanho

Desde os primeiros anos de minha juventude, venho dedicando-me ao conhecimento do manancial de informações que só a Doutrina Espírita, através da expositura da lei da reencarnação, é capaz de nos proporcionar.

Face a tão acalentadores ensinamentos é que nos sentimos no dever de difundir essa inquestionável lei, tão necessária para aprimoramento da nossa, ainda, invigilante caminhada rumo à perfeição.

E prosseguindo nessa esteira de luz, cada vez mais radiante, é que nos propomos a nela transitar para promovermos nossa escalada evolutiva.

Face a isto, prezados amigos, é que aportam ao nosso Núcleo de Paz e Amor, inumeráveis irmãos, uns premidos pela dor, outros despertados pela vontade de algo mais saber, outros...

Assim, nessa busca incessante é que iremos nos identificar com o Pai Criador que, em tempos idos, nos enviou seu dileto filho, Jesus, com o propósito de nos fazer despertar para a vida maior, repleta de luzes.

Dele recebemos as mais primorosas lições, libertando-nos das amarras da ignorância, fazendo-nos compreender o verdadeiro sentido da vida.

Em sua caminhada de luzes, nos prometeu enviar, em época oportuna, o Espírito Consolador que viria em nosso socorro, reconduzindo-nos ao seu regaço.

Assim sendo, nasce na França, uma criança que recebe o nome de Hippolyte Léon Denizard Rivail (pseudônimo Allan Kardec). Esse menino faz seus primeiros estudos naquele país, sendo mais tarde encaminhado pelo seu pai a frequentar, na Suíça, um conceituado educandário, dirigido pelo célebre educador Johann Heinrich Pestalozzi, onde se diploma e inicia uma vida como professor. Tempos depois, interessa-se por fenômenos insólitos e chega a conclusão de que eram manifestações de espíritos, chamando sua atenção para o estudo de uma nova doutrina.



Estudando e analisando uma série de manifestações e orientado pelo espírito Verdade, é chamado a responsabilidade de trazer à luz um novo conceito doutrinário.

Surge então, a consoladora Doutrina dos Espíritos, uma nova escola de conhecimentos, baseados na imortalidade da alma, ilustrando o alvorecer de uma, até então desconhecida, realidade.

Hábito mental	Pág. 02
Espíritas, meditai	Pág. 03
Falando a um coração	Pág. 04

Hábito mental

Colaboração: Fernando Peron

Há pessoas que não conseguem orar e, quando vão orar, ocorrem-lhes pensamentos de teor vibratório muito baixo. Na hora da prece são assistidas por lembranças de coisas desagradáveis, vulgares, sensuais, e não sabem compreender como isso lhes sucede. É resultado de hábito mental.

Se nós, a vida inteira, jogamos para o inconsciente idéias depressivas, vulgaridades, criamos ideoplasmas perniciosas. A nossa memória anterior ou subconsciente fica encharcada daquelas fixações. Na hora em que vamos exercitar um pensamento ao qual não estamos habituados, é lógico que, primeiro, aflorem os que são freqüentes. Ilustraremos melhor:

Imaginemos aqui um vaso comunicante em forma de letra "U". De

repente vamos orar ou sintonizar com os Espíritos nobres. Pelo superconsciente vem a idéia, passa pelo consciente e desce ao inconsciente. Ao passar por ali recebe o enxerto das idéias arquivadas e chega novamente à razão, influenciada pela mescla do que está em depósito. Se pegamos um vaso que está com fuligem, com poeira e colocamos água limpa, ela entra cristalina, porém sai suja, até que, se perseverarmos e con-

tinuarmos colocando água limpa, ela irá assear aquele depósito e sairá, por fim, como entrou. É necessário, então, porfiar na idéia, insistir nos planos positivos, permanecer nos pensamentos superiores.

Somos sempre responsáveis por quaisquer comunicações, desde que sejamos o fator que atrai a Entidade que se vai apresentar, graças às nossas vibrações e conduta intelectual-moral.

Divaldo Pereira Franco

Livro: **Diretrizes de Segurança: Um Diálogo em Torno das Múltiplas Questões da Mediunidade.** Divaldo Pereira Franco, J. Raul Teixeira. Editora Fráter

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.

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

A maior caridade

No silêncio da noite, após longas leituras, Perguntara Kardec ao Espírito Verdade: "Entre as virtudes, qual a maior que a Bondade? Qual a que mais liberta o ser das desventuras?"

E o Espírito Sublime: "Ouvi! A Caridade É insuperável! Ela ergue as criaturas Ao páramo celeste, às regiões mais puras! Discípulo, ela é a luz da própria Divindade!

Mas a maior Caridade - e é a mais necessária! Não consiste no abraço amável que consola, Nem mesmo em aliviar o sofrimento fundo...

A Caridade mor consiste em dar ao pária A Verdade mais alta em arejada escola. Só a Verdade salva! Esclarecei o mundo!"

Espírito Olavo Bilac - Jorge Rizzini

Laços de afeto

Sociedades espíritas fraternas só serão construídas por homens e mulheres mais dóceis e cordiais, mais confiantes e afáveis, mais amigos e amáveis.

A criação dessas novas relações é garantia de uma aprendizagem mais sólida e bem aproveitada em nossas casas espirituais, facultando melhor assimilação dos conteúdos doutrinários e sua consequente aplicação no de-

envolvimento de habilidades morais e emocionais, tão escassas na convivência entre as criaturas perante a pressão das lutas da vida terrena.

Teremos assim, mais afeto, melhor ambiente e bem-estar para conviver e maior motivação para servir e aprender!

Trecho extraído do livro "Laços de Afeto", de Ermance Dufaux. Colaboração: Elaine M. C. Almeida

Espíritas, meditai

Cairbar Schutel. Colaboração:
Márcia Farbelow

Espíritas!

Quem pode sopesar o exato valor do Espiritismo na vida humana?

Doutrina espontânea por distanciar-se de serviços remunerados.

Clara por escapar a todo profissionalismo em matéria de fé.

Libertadora por não possuir sacerdócio hierárquico. Atualizada pela ciência dos homens conjugada aos ensinamentos dos Planos Superiores.

Indestrutível por se elevar de bases imateriais. Inatacável por ser dirigida incessantemente sob a inspiração de Jesus e de Suas legiões renovadoras da Humanidade.

Firme por fundamentar-se nas demonstrações e nos fatos.

Continua por situar-se a cavaleiro de todas as crises planetárias. A mediunidade que lhe veicula os princípios, qual recurso inestancável do espírito, não pode ser sufocada, tanto quanto seria impraticável a adoção de medidas tendentes a engegar todos os homens.

A descoberta de novas "terras do céu" confirmar-lhe-á os postulados, ampliando-lhe todos os horizontes.

O avanço do conhecimento terrestre consolida-lhe o avanço.

A queda desse ou daquele conceito errôneo exalta-lhe as verdades.

À vista disso, compenetrar-vos de vosso elevado ministério à frente da vida.

Não sois espíritas à revelia das circunstâncias. Vossas testas surgem marcadas por sinais invisíveis, definindo-vos responsabilidades e trabalho.

Vossas vidas são acompanhadas atenciosamente de uma vida mais alta.

Vossos atos cotidianos são anotados com emoção e justiça.

Não há espírita sincero agindo a sós; todos participam naturalmente de equipes intangíveis, empenhadas na atividade constante e redentora.

Sede leais à própria fé.

Muitos de vós trazeis o nome vinculado a obras de regeneração e progresso, devotamento e amor, iniciadas noutras esferas e noutros mundos.

Crede! A Terra vem alcançando a esperada maturidade espiritual.

Do mesmo modo que Jesus predissera o advento do Espiritismo Consolador, conseqüentemente o Excelso Mestre anunciara a existência de vós todos - os espíritas de hoje - construtores do mundo novo, de-

certo, muita vez, experimentados pelos ataques das sombras interessadas na perturbação e na decadência, mas vigiados e sustentados pelos Vanguardeiros do Porvir que seguiram adiante de vós a fim de esperarem na Vida Eterna.

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 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. Informe-se em nossa secretaria.

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 Fraterno

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 do Mês

TRANSE MEDIÚNICO

Com base nas anotações efetuadas em "O livro dos Médiuns" por Allan Kardec, o Espírito Odilon



Fernandes, através da psicografia de Carlos A. Baccelli, apresenta suas reflexões em torno da mediunidade. Alguns dos temas estudados na obra: animismo, subconsciente, sintonia, mistificação, obsessão, sexualidade, dentre outros.

Falando a um coração

Pai João - mensagem recebida em 15/04/03 por Adriano de Castro Filho

Hoje quero dirigir-me a um coração. A um coração que necessita libertar-se. Libertar-se das exigências que tanto faz a si próprio. A um coração que muitas vezes sente-se oprimido, preso por exigir demasiadamente dele mesmo.

Um coração que precisa conseguir libertar-se destas amarras e destas exigências exageradas, abrir-se mais, mais e mais para a vida, para tudo o que a vida tem a lhe oferecer. Oportunidades benditas que lhe são ofertadas, mas que não consegue enxergar, sentir, porque fechado, não permite ser penetrado pelo sentimento de amor, de paz e de compreensão.

Um coração que precisa antes de qualquer coisa tornar-se receptivo ao amor, ao entendimento, a compreensão, a fraternidade, sentir que outros corações preocupam-se com ele, desejam aproximar-se para aconchegá-lo, mas pelas exigências que faz, torna-se muitas vezes refratário a este amor, a esta compreensão a este carinho.

Este coração precisa compreender que se está encarnado é exatamente para poder aprender relacionar-se, compreender, viver, aceitar

cada um como é, sem exigir, sem esperar mais do que podem dar. Ao contrario oferecer cada vez mais, dando, dando sem se preocupar se vai ou não receber.

Este coração precisa encontrar o potencial que possui. Este potencial deve abrir-se e deixar o amor espargir e ser distribuído a "mão cheia" sentindo-se feliz por poder distribuí-lo. Sentir-se feliz por amar, por poder transmitir o amor que tem em seu interior.

Este coração encontra-se muitas vezes oprimido, querendo pulsar mais forte, para produzir energia a ser dis-

tribuída ao próximo, mas estando fechado, guarda-se e com isto fica amargurado, tenso, preso, quando foi feito para amar incondicionalmente.

A este nobre coração é que sentimo-nos impelidos a denominá-lo de Amor!

Estamos finalizando nosso novo site. Acesse: www.neapa.org.br e dê suas sugestões.

Cantinho da Cozinha

(Extraída do livro "Cozinhando sem Crueldade", de Ana M^a Curcelli)



ARROZ À JARDINEIRA

Ingredientes: 1 xícara de arroz, 2 xícaras de água, 1 cenoura cortada em cubos, 1 xícara de vagem picada, 1 batata grande cortada em cubos, 1 pimentão picado, 1/2 cebola picada, 2 colheres de sopa de margarina, 1 xícara de molho de tomate pronto, azeitonas para decorar, sal e pimenta a gosto.

Modo de preparo: Faça o arroz do modo convencional, refogado na margarina derretida com cebola. cozinhe e reserve. Numa outra panela, cozinhe os vegetais picados em água com sal até ficarem tenros. Escorra-os e reserve. Numa travessa refratária disponha uma camada de arroz cozido, uma de legumes cozidos e uma de molho de tomate. Vá procedendo assim até acabarem os ingredientes. Decore com azeitonas. Leve ao forno para aquecer por 5 minutos.

Estamos Aqui!!! é um informativo bimestral 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 - **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.