

Estamos Aqui !!!

Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor"

Rua Muniz de Souza, 72 - Cambuci - 01534-000 - São Paulo - SP

www.neapa.org.br - divulgacao@neapa.org.br - Coligado à Federação Espírita do Estado de São Paulo



46
anos

A eficiência da Assistência Espiritual

DA REDAÇÃO

Sempre que adentramos esta casa de Paz e Amor, somos recebidos com carinho e alegria por diversos tarefeiros que se dispõem a trabalhar voluntariamente em prol de nossa doutrina querida.

Temos recebido um número cada vez maior de pessoas e, para que possamos atender a todos de forma harmônica, precisamos de algumas pequenas regras que nos ajudem na organização das atividades, sem nos esquecermos, é claro, de que estas regras não devem ser rígidas e intransponíveis, pois precisamos ser maleáveis o suficiente para analisarmos cada situação.

Gostaríamos, portanto, de aproveitar este espaço para expor e explicar algumas destas orientações...

Entrevista e Orientação

Quando chegamos ao Núcleo pela primeira vez, precisamos passar por uma entrevista às sextas-feiras, a fim de recebermos um cartão com o tratamento adequado para nosso caso. Durante dez semanas receberemos os passes de acordo com a avaliação espiritual recebida e, após esse período, é necessário que passemos por nova avaliação para renovar nosso cartão e verificar se houve alguma alteração em nosso tratamento.

Tomar os passes na sala sem ter passado pela entrevista não é recomendado, principalmente durante um longo período. A impossibilidade de passar pela entrevista na sexta-feira deve ser comunicada ao coordenador do dia para que seja verificada uma solução alternativa.

Palestra e passes

A espiritualidade trabalha incessantemente em nosso benefício e direciona o tratamento de acordo com

nossas necessidades. Precisamos acreditar, ao adentrar o Núcleo, de que receberemos o melhor, que ouviremos os ensinamentos mais adequados ao nosso momento, que seremos encaminhados para uma sala de passe onde a energia nos traga os melhores resultados, independentemente de haver ou não comunicação de algum mentor na sala.

Portanto, ao fugirmos do fluxo natural dos trabalhos da Casa e insistirmos por passar por este ou aquele médium, ouvir esta ou aquela palestra, estamos interferindo não só em nosso próprio tratamento, mas também no tratamento espiritual das outras pessoas.

Resumindo

Não há dúvidas de que somos ajudados pela espiritualidade sempre que buscamos um tratamento em uma casa espírita.

Entretanto, não podemos nos esquecer de que também precisamos fazer a nossa parte para que estas benesses espirituais sejam amplamente aproveitadas por nós.

Somente conseguiremos nos curar totalmente quando compreendermos que as outras pessoas precisam do auxílio da Casa tanto quanto nós e que somente exercitando a humildade e a renúncia, conseguiremos o resultado esperado para a solução de nossos problemas.

Fiquemos em paz. E que os exemplos de nosso Mestre Jesus esteja sempre presente em nossos corações.

Dieta espiritual 02 e 03
Ansiedade 04

Dieta Espiritual

EDITINHA - MÉDIUM: ANDRÉA TIRLONE - MENSAGEM RECEBIDA EM 17/02/2016

Vivemos atualmente uma era de culto ao corpo. Ouvimos orientações sobre alimentação leve, balanceada, rica em nutrientes, para que possamos nos manter saudáveis.

Somos orientados sobre hábitos que possam melhorar nossa qualidade de vida, resistência, para atingirmos maior longevidade com condições para usufruir o que desejamos experimentar.

E assim, podemos optar pelo estilo de vida que desejamos viver!

No entanto, o que temos visto são pessoas que exageram em sua alimentação, fazendo escolhas duvidosas, testando o quanto o seu organismo pode aguentar.

Ingerimos alimentos em excesso, muitas vezes, fazemos opções erradas, selecionamos mal a combinação dos nutrientes e como consequência temos a indigestão!

No plano espiritual, as coisas acontecem de maneira semelhante...

Aproveito para perguntar: Como você tem alimentado seu espírito? Que escolhas diárias você faz?

Talvez você reflita que seu espírito esteja sofrendo de inanição! Não tem recebido alimento algum para fortificá-lo e permitir que se desenvolva e evolua conforme havia se proposto.

Você alimenta sim, todos os dias, o seu espírito com pensamentos, ideias, percepções, sensações. O problema é que não tem dado atenção para estes nutrientes...

Já parou para analisar como tem feito o balanço de sua dieta espiritual?

Pensamentos de desânimo, tristeza, angústia, aflição, quando predominantes, pesam sobre o espírito causando depressão.

Já pensamentos de otimismo, alegria, confiança, fé, deixam o espírito leve, pleno, feliz!

O que você deseja pensar? Por que não optar por caminhos mais leves e fáceis de trilhar?

Na vida, o que deve sempre imperar é o equilíbrio, o bom senso!

Dificuldades surgem ao longo do caminho para testar nossa persistência, nossa vontade em sermos melhores!

As dificuldades surgem para que possamos compreender a necessidade do nosso espírito crescer!

No corpo físico, doces não são prejudiciais... a quantidade e forma de ingeri-los é que vão dizer o que acontecerá com você! O excesso pode tornar-se gordura!

Já na vida espiritual, a doçura é sempre bem vinda porque ela não se acumula! Ao ser distribuída aos demais, há uma troca entre os seres, que a convertem em carinho. E o carinho gera equilíbrio e bons relacionamentos.

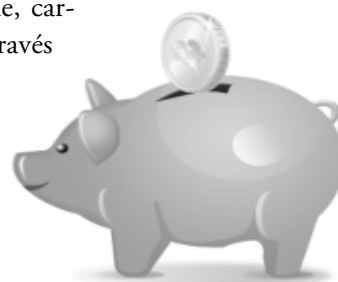
Continua..

COLABORE VOCÊ TAMBÉM!!!

Embora filantrópica, nossa Casa não está isenta de despesas como água, luz, tarifas públicas, produtos de limpeza, descartáveis, serviços de manutenção, sem falarmos dos encargos para manter nossos trabalhos sociais.

É somente através das **doações espontâneas** de todos que conseguimos manter a qualidade de nosso atendimento.

Caso queira colaborar conosco, sua doação poderá ser feita diretamente em nossa Secretaria em dinheiro, cheque, cartão de débito ou através de depósito em conta bancária:
Itaú (341),
agência 0644,
conta corrente
nº 06889-2.



Dieta Espiritual (continuação)

EDITINHA - MÉDIUM: ANDRÉA TIRLONE - MENSAGEM RECEBIDA EM 17/02/2016

Na saúde física, alimentos pesados, com muitas toxinas, muitos conservantes, podem se acumular em órgãos vitais e gerar distúrbio em todo o metabolismo. O resultado disso chama-se doença!

Enquanto isso, na saúde espiritual, o excesso de negativismo, a pouca fé, acumula-se em órgãos vitais que desequilibram sua energia. O resultado disso chama-se tristeza, solidão, exclusão social, depressão.,,

É preciso que uma vontade interna seja acionada para que estes sentimentos sejam transformados.

Agora pense em você... Qual o peso que seu espírito carrega? O quanto está disposto a ficar com este excesso que nada acrescenta e dificulta os seus passos rumo a evolução?

Erga a cabeça, centre-se nos seus propósitos, reveja sua vida e opte por você!

Faça uma dieta espiritual. Identifique pensamentos negativos e substitua-os por positivos. Reveja sentimentos de rancor, raiva e troque-os por perdão! Pergunte-se o motivo de sua solidão e comece a sorrir para aqueles com quem convive!

Busque no evangelho os melhores sentimentos a serem combinados para que sua nutrição seja completa e você se sinta satisfeito pela certeza de que está fazendo o melhor que está o seu alcance, na busca para ser feliz!

O cardápio espiritual é farto: amor, bondade, alegria, caridade, perseverança e fé são temperos essenciais

para sermos felizes! Sugiro repensar sua dispensa, jogar fora sentimentos vencidos e investir em uma alimentação espiritual plena.

Vamos, comece! Seu amigo espiritual, seu mentor irá ajudar você a aproveitar o melhor de cada experiência e evoluir neste capítulo da sua história chamada vida!

COMUNICADO

Visando a elaboração das novas listas de tarefeiros e voluntários da Casa, solicitamos, aos mesmos, o favor de providenciarem, até o dia 30 de abril do corrente ano (2016), caso haja necessidade, as devidas alterações dos dados pessoais constantes nas listas atuais. Para tanto, ficará, à disposição de todos, na Secretaria do Núcleo, uma lista para consulta e retificações que se fizerem necessárias, bem como uma lista em branco destinada àqueles que, por qualquer motivo, deixem de constar nas listas atuais. É importante salientar que, por motivo de entrega para impressão, não haverá possibilidade de serem feitas alterações e inclusões após essa data.

ATIVIDADES DA CASA

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

Segunda-feira

19:00 / 20:00 - Cursos Básicos

Terça-feira

19:00 / 20:00 - Encontro à Luz do Evangelho - A2

Quarta-feira

13:30 / 14:30 - Assistência Espiritual - P1, P2, A3

19:00 / 20:00 - Assistência Espiritual - P1, P2, A3

Quinta-feira

13:30 / 14:30 - Assistência Espiritual

19:00 / 20:00 - Assistência Espiritual - P1, P2, A3

Sexta-feira

19:00 / 19:15 - Diálogo Fraternal - Entrevistas

Sábado

09:00 / 09:15 - Evangelização Infantil e Mocidade

Domingo

08:00 / 09:00 - Assistência Espiritual - P1, P2, A3



Ansiedade

EMMANUEL / CHICO XAVIER - COLABORAÇÃO: HUGO REBELLO

“Lançando sobre ele toda a vossa ansiedade, porque ele tem cuidado de vós.” — (1ª EPÍSTOLA A PEDRO, CAPÍTULO 5, VERSÍCULO 7.)

As ansiedades armam muitos crimes e jamais edificam algo de útil na Terra.

Invariavelmente, o homem precipitado conta com todas as probabilidades contra si.

Opondo-se às inquietações angustiosas, falam as lições de paciência da Natureza, em todos os setores do caminho humano.

Se o homem nascesse para andar ansioso, seria dizer que veio ao mundo, não na categoria de trabalhador em tarefa santificante, mas por desesperado sem remissão.

Se a criatura refletisse mais sensatamente reconheceria o conteúdo de serviço que os momentos de cada dia lhe podem oferecer e saberia vigiar, com acentuado valor, os patrimônios próprios.

Indubitável que as paisagens se modificarão incessantemente, compelindo-nos a enfrentar surpresas desagradáveis, decorrentes de nossa atitude inadequada, na alegria ou na dor; contudo, representa impositivo da lei a nossa obrigação de prosseguir diariamente, na direção do bem.

A ansiedade tentará violentar corações generosos, porque as estradas terrenas desdobram muitos ângulos obscuros e problemas de solução difícil; entretanto, não

nos esqueçamos da receita de Pedro.

Lança as inquietudes sobre as tuas esperanças em Nosso Pai Celestial, porque o Divino Amor cogita do bem-estar de todos nós.

Justo é desejar, firmemente, a vitória da luz, buscar a paz com perseverança, disciplinar-se para a união com os planos superiores, insistir por sintonizar-se com as esferas mais altas. Não olvides, porém, que a ansiedade precede sempre a ação de cair.



[facebook.com/neapa](https://www.facebook.com/neapa)

21.ª FEIRA DO LIVRO ESPÍRITA

Dia 07/05, das 10h às 17h

**Diversos títulos
Lanchonete no local**

**Venha nos prestigiar!
Se puder, traga um prato doce ou salgado para nossa lanchonete!**



Estamos Aqui!!! é um informativo do Núcleo Espírita Assistencial “Paz e Amor” - Produção, Digitação e Editoração: Alexandre Ferreira e Suzana A. C. Ferreira - **Conselho Editorial:** Marcial Ferreira Jardim e Job Gil Ferreira - **Publicação mensal:** 300 exemplares.

Diretoria (2016 a 2018): Presidente: Marcial Ferreira Jardim; Vice-Presidente: Adriano de Castro Filho; 1.º Secretário: Izaura Kawachi; 2.º Secretário: Ronaldo Ruiz Padilla; 1.º Tesoureiro: Alexandre Ferreira; 2.º Tesoureiro: Nelson Labate - **Diretores de Áreas:** Assistência Espiritual: Marcial Ferreira Jardim; Assistência Social: Luís Carlos Dias de Araújo; Contábil: Adrião Grandino; Divulgação: Suzana A. da Costa Ferreira e Edson Carlos Barone; Ensino: Alcione Camanho Frigoglietto; Evangelição Infantil: Valkíria Takahara Rebello; Eventos: Adriana M. T. C. Jardim e Ricardo Rossi Roberto; Mocidade: Hugo Leonardo Ferrer Rebello; Jurídico: Luciana Caminha Affonseca; Patrimônio: Job Gil Ferreira - **Conselho Fiscal:** Efetivos: Cíntia M.ª Pimphari Varela, Francisco José R. Bueno e Alcides Tadeu Rodrigues Barbosa; Suplentes: Fabíola Vidal Figueiredo e Helena Sueli Paulillo. **Presidente de Honra:** Oscar Camanho.

Agradecimento à **Lyons Artes Gráficas** - Rua Cel. Francisco Inácio, 323 - São Paulo - SP - Tel. (11) 2261-5403, pela reprodução gratuita deste informativo.