



NÚCLEO ESPÍRITA ASSISTENCIAL  
"PAZ E AMOR"

# Estamos Aqui !!!

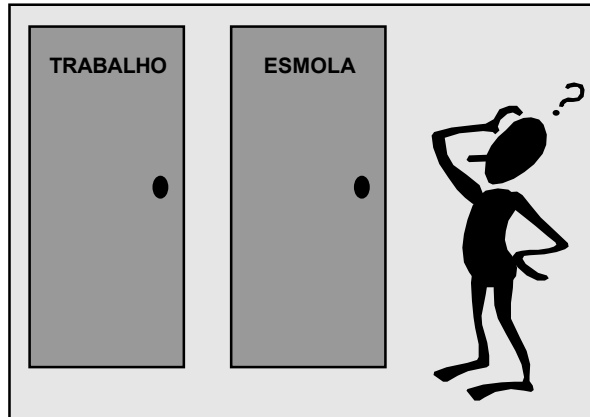
Março 2000 ★ Informativo do Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor" ★ N.º 27

## HÁ LIMITES PARA A PRÁTICA DA CARIDADE?

Que vem a ser caridade? Será que poderíamos definir esta palavra apenas como uma forma de auxílio material, ou teria ela um significado mais abrangente, visando o aprendizado moral e espiritual de um indivíduo? Para aqueles que concordam que este ato de amor vai além da

ajuda financeira, podemos assegurar que jamais existirá limites para a prática da caridade.

Porém costumamos, erroneamente, achar que caridade é apenas a ajuda através da doação de bens



materiais às pessoas carentes. E é nesse ponto que mais precisamos tomar cuidado para que, em nome da caridade, não atrapalhemos o crescimento espiritual desses nossos irmãos. **Pág. 3**

## A sua colaboração é fundamental

Nosso informativo completou em janeiro último, dois anos de existência. Dois anos em que procuramos levar aos nossos leitores informações importantes sobre a nossa Doutrina.

A criação do Estamos Aqui!!! surgiu no tempo da extinta Juventude Espírita "Arte e Vida", onde os jovens do grupo trabalhavam como repórteres em busca de informações.

Mas como costuma acontecer com frequência, a empolgação durou apenas alguns meses e, com o fim da juventude, nosso informativo ficou a cargo de algumas poucas pessoas.

É claro que não podemos deixar de agradecer a colaboração constante de amigos como o Sr. Raphael com as belas histórias do Dr. Karl, o

Job com suas bem boladas palavras cruzadas, a Márcia Farbelow que sempre nos entrega temas interessantes para que sejam publicados, além de vários artigos dos companheiros da Caravana "Paz e Amor".

Entretanto toda esta ajuda ainda não é suficiente para que possamos ter a tranqüilidade desejada.

Solicitamos, portanto, a colaboração de todos os assistidos, tarefeiros e palestrantes da Casa para que se tornem articulistas de nosso informativo. Todas as matérias serão lidas e analisadas por nosso Conselho Editorial e, se aprovadas, publicadas em momento oportuno.

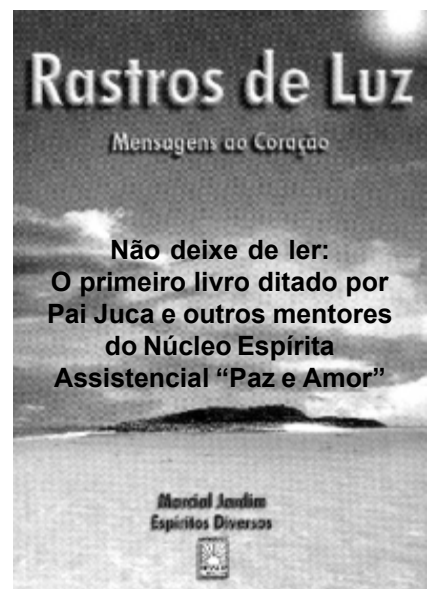
Se todos colaborarmos, nosso informativo ficará cada vez melhor.

A Redação

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

### AGRADECIMENTO SINCERO

Foi com grande alegria e satisfação que recebemos de nossa amiga Maria Aparecida Ferreira, uma carta de agradecimento a todos os companheiros do Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor", a qual nos sentimos honrados em publicar. **Pág. 2**



# Uma carta de amor ao Núcleo

**MARIA APARECIDA FERREIRA**

Há muito tempo, penso pegar uma caneta e um papel para expressar o meu agradecimento a todos do Núcleo "Paz e Amor". A todos sem exceção, desde os tarefeiros até os próprios assistidos. Por que os assistidos? Porque sem percebermos, nós também aprendemos muito com os irmãos que aqui vêm em busca de uma palavra de conforto.

Somente Jesus poderá compen-sar todo o amor, carinho, amizade e compreensão que recebemos de todos os tarefeiros da Casa. A pessoa sai de seu trabalho cansada e ainda encontra tempo para nos dedicar algumas horas com palestras tão oportunas e que são um verdadeiro alimento para o espírito. Palestras estas que parecem que foram ditadas ou faladas especialmente para cada um de nós. Os temas encaixam-se direitinho no estado de ânimo com que nos encontramos no momento.

As pessoas do Núcleo "Paz e Amor" são realmente maravilhosas, e também os assistidos são especiais. Aquelas pessoas que pensamos não ter problemas pois estão sempre rindo, ao conversarmos com elas, percebemos que não é bem assim. Quem vê cara não vê coração. Eu sempre penso e peço perdão a Deus pois os problemas delas é bem maior que o meu; pensando melhor, eu não tenho problemas.

Lembro-me de uma palestra que ouvi certa vez. Penso que naquele dia o palestrante sentiu o que se passava comigo. Já havia uns quinze meses ou mais que eu e outras pessoas freqüentávamos o Núcleo e continuávamos com o mesmo semblante. Então disse ele que não adiantava ficar ali falando horas e horas, se cada um de nós não nos ajudássemos, se não tentássemos praticar o que ouvíamos.

A partir deste dia comecei a acordar e a praticar os ensinamentos, com vontade de voltar a ser feliz, pois eu já havia sido feliz uma vez. Então pensei: "Se o problema sou eu, vou resolvê-lo". Porque os palestrantes nos dizem que somos o que queremos ser. Então, porque não tentar ser o que penso que sou? Se não é fácil andar acompanhado de espíritos tristes, porque então não passar a andar com espíritos alegres?

Comecei a praticar. No início não foi fácil, mas graças a Deus e aos amigos desta Casa estou conseguindo! Foi difícil porque perdi meu emprego, perdi minha casa, quase perdi tudo o que tinha, mas encontrei mãos poderosas que muito me ajudaram. Quando pensei que não iria agüentar, ouvi aquele "puxão de orelha". Aprendi a não reclamar mais e passei a agradecer por pior que fosse a situação e só pedia forças. Os palestrantes dizem sempre que Deus não nos dá uma cruz maior que o peso que possamos suportar, e é verdade.

É difícil, mas sempre que pensamos em reclamar, devemos olhar para os lados e veremos sempre alguém com a cruz maior que a nossa.

Agradeço de coração a todos do Núcleo e ao pessoal de Pirapitingui. Aprendi muito com eles. Obrigada Jesus, por ter colocado estas pessoas maravilhosas em meu caminho. Obrigada Pai.

São Paulo, 02 de janeiro de 2000

## 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** - Assist. Espiritual (14:00 e 19:30); **5.ª feira** - Assist. Espiritual (19:30); **6.ª feira**; Evangelho (19:30); **Sábado** - Evangelização Infantil (9:30)

## Mensagem

ERA UMA VEZ...

Era uma vez uma ilha, onde moravam todos os sentimentos: a Alegria, a Tristeza, a Vaidade, a Sabedoria, o Amor... e outros. Um dia avisaram os moradores da ilha que ela seria inundada.

Apavorado, o Amor cuidou para que todos os sentimentos se salvassem. Todos correram e pegaram seus barquinhos, para alcançar o morro bem alto. Só o Amor não se apressou e quando estava quase se afogando, correu para pedir ajuda.

Vinha vindo a Riqueza e ele disse: "Riqueza, me leva com você"? "Não posso, Amor. Meu barco está cheio de prata e ouro; não tem espaço".

Passou então a Vaidade, e ele pediu: "Vaidade, me leva com você"? "Não posso, você vai sujar o meu barco novo".

Daí passou a Tristeza. "Tristeza, posso ir com você"? "Ah! Amor, eu estou tão triste que prefiro ir sozinha".

Passou a Alegria, mas ela estava tão alegre que não ouviu o Amor.

Já desesperado e achando que iria ficar só, o Amor começou a chorar. Daí passou um barquinho com um velhinho e falou: "Sobe, Amor, eu levo você".

O Amor ficou tão feliz que até esqueceu de perguntar o nome do velhinho. Chegando no morro alto, perguntou para a Sabedoria quem era o velhinho que o trouxera até ali. "Ora Amor, foi o Tempo". "O Tempo? Mas porque só o Tempo me trouxe aqui"? E a Sabedoria respondeu: "Porque só o Tempo é capaz de entender um grande Amor"

*Autor desconhecido*

## KIBE DE BERINJELA

**Ingredientes:** 3 berinjelas, 1/4 de pacote de trigo (molho no leite), cebola, alho, salsinha, óleo, sal, orégano, hortelã, cebolinha, tomates picados.

**Modo de preparo:** Tirar as cascas da berinjela, deixando alguns filetes. Cortar em pedaços pequenos e deixar de molho em água e sal. Espremer e refogar com óleo, sal, alho, cebola, orégano, cebolinha, salsinha, hortelã e tomate. Deixar cozinhar até estar quase desmanchando. Se necessário acrescentar um pouco de água. Reservar. Colocar 1/4 de trigo de molho em um pouco de leite. Juntar o trigo, que ficou de molho, nas berinjelas. Deixar cozinhar bem até secar e desgrudar do fundo da panela. Deixar esfriar. Acrescentar mais cebola crua picada. Formatar os kibes. Passar no trigo cru e fritar em bastante óleo bem quente.

# Em alguns momentos, é preciso saber dizer não

## DA REDAÇÃO

Era uma vez uma pequena Colônia do interior de São Paulo, chamada Pirapitingui. Lá viviam centenas de pessoas com hanseníase que, apesar de viverem isoladas e segregadas da sociedade, mantinham-se graças ao trabalho e a cooperação mútua entre os moradores. O tempo foi passando e quando a hanseníase não mais apresentava risco de contágio, muitas caravanas providas de todo o Estado, começaram a visitar o local, trazendo a esses irmãos muito carinho e amizade.

Traziam também uma fatura de roupas novas, mantimentos e muitas outras coisas e, em pouco tempo, a maioria do comércio local foi fechando suas portas, poucas pessoas continuaram a trabalhar e foram encontradas inúmeras peças de roupas enterradas pelos jardins. Não havia mais necessidade de se trabalhar, pois a quantidade de doações das caravanas era tamanha que os internos do hospital tinham tudo o que precisavam sem o mínimo esforço. Para se ter uma idéia, não era preciso nem mesmo lavar as roupas, pois novas chegariam dentro em breve...

Pode parecer estranho, mas esta é uma história real relatada por muitos caravaneiros que, desde o início, visitam Pirapitingui. Se por um lado contribuíram, e muito, para reintegrar esses irmãos à sociedade, por outro, com o nobre ideal de auxiliá-los materialmente, prejudicaram o melhor caminho de crescimento espiritual de um homem: o trabalho.

É lógico que para tudo, é preciso bom senso. Há muitas pessoas realmente necessitadas e que precisam de nosso auxílio para sobreviver. Mas é preciso uma certa dose de cuidado quando nos dispomos a dar esse tipo de ajuda. Quem de nós

já não teve dúvidas do destino de sua doação? Será que não seria usada para compra de bebidas, cigarros, drogas, etc.? Para nós esse tipo de julgamento é muito difícil e, às vezes, injusto. O que fazer então? Uma das melhores soluções é a de ajudar essas pessoas através de instituições filantrópicas idôneas.

Quase toda Casa Espírita, por exemplo, tem um trabalho de ajuda a irmãos necessitados, onde são arrecadados alimentos, roupas, produtos de higiene pessoal, etc.

Nosso Núcleo Paz e Amor, possui há algum tempo, um trabalho sério de assistência material à gestantes e à população carente em geral, onde é feita uma pesquisa de cada caso, verificada a necessidade real de cada família, para depois, auxiliá-las da melhor forma possível.

E mesmo com todo este cuidado, muitas vezes nos deparamos com situações de difícil solução, onde pessoas que batem à nossa porta e são auxiliadas materialmente, acabam se acostumando à prática da mendicância. Embora sabendo que os trabalhos de assistência social são realizados às segundas-feiras à tarde, essas pessoas vêm à nossa Casa quase todos os dias da semana abordando tarefeiros e assistidos que, munidos de bons sentimentos e comovidos com as criancinhas que carregam no colo (inocentes com certeza), e com as trágicas histórias que lhes são contadas, sentem-se na obrigação de auxiliar esses irmãos em aflição.

A caridade para esses casos precisa ter limite... As pessoas precisam descobrir outras formas de viver além de pedir. Precisam crescer, aceitar as oportunidades de trabalho e mudar suas vidas.

Portanto, queridos amigos, solicitamos encarecidamente a todos os assistidos e trabalhadores da Casa, sem exceção, que não dêem dinhei-

ro ou mesmo outros bens materiais diretamente a esses irmãos. Peçam a eles que procurem os responsáveis pela assistência social do Núcleo, para que tenham realmente o que precisam. Obrigado.

## AGENDA

### MARÇO

04, 06, 07 e 08 - Não haverá trabalhos  
19 - Visita à Colônia de Pirapitingui

### ABRIL

21 e 22 - Não haverá trabalhos  
19 - Visita à Colônia de Pirapitingui

## ANIVERSÁRIOS MARÇO

03 - Regina  
03 - Tapia  
10 - Alcione  
12 - Eliane  
14 - Raphael  
14 - Adriano Isaac  
17 - Amanda  
18 - Tirlone  
20 - Carlos Roberto  
20 - Edu  
22 - Diana  
26 - Cleide  
28 - Marta  
29 - Francisco

## Livro do Mês

### OS BENEFÍCIOS DO EQUILÍBRIO

Este livro, do nosso companheiro Ricardo Magalhães, procura nos mostrar os caminhos para que alcancemos a verdadeira paz em nossos corações.

Baseado nos grandes mestres da literatura espírita, como André Luiz, Emmanuel e outros, o autor nos mostra que nos momentos de grande dificuldade o primeiro passo para a solução de nossos problemas é, sem dúvida, mantermos o equilíbrio.

**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 Editoração:** 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.

**Dr. Karl**

**Metabolismo espiritual:** Dr. Karl nos dá, desta vez, uma lição de fisiologia interativa governando corpo físico e corpo espiritual no seu nível mais elementar, o das células humanas, diferenciadas naturalmente segundo os órgãos onde estão inseridas, pois cada um deles tem funções específicas.

A célula, composta principalmente de núcleo, citoplasma e membrana, absorve seletivamente pela membrana somente as substâncias nutritivas que, em reações químicas no interior do citoplasma, gerarão a energia vital para o pleno funcionamento do órgão.

Já sabemos que o corpo físico, o perispírito e os chacras (matriz) e o espírito (corpo mental, emocional, etc.) estão integrados e interpenetrados no mesmo espaço, apenas distinguidos por teores vibratórios diferenciados, embora perispírito e espírito avancem além da periferia corporal. Quando a nossa mente e o nosso sentimento, invigilantes, impregnam o perispírito (chacras) com vibrações, miasmas inferiores, isto é, energias

enfermas, negativas, estas tem acesso imediato ao interior da célula, pois a membrana, apta a bloquear substâncias materiais nocivas, é totalmente vulnerável, indefesa, com relação a essas energias hostis que desorganizam a geração das energias vitais da célula. É o psicossomatismo em plena ação, no campo negativo, transferindo carga mórbida de corpo para corpo até o fio-terra, o mataborrão que tudo absorve, o nosso corpo físico.

Daí, a sucederem-se as emissões contumazes de vibrações mento-emocionais negativas até o afloramento de enfermidade real, é apenas uma questão de tempo.

Quando em desequilíbrio: O Alto deramará sobre ti bênçãos de misericórdia, o passista te entregará vibrações de refazimento, o que leres te elucidará, o amigo espiritual te intuirá, os que te amam te envolverão em amplexo de afeto e carinho, mas só a ti, e a ninguém mais, caberá a conquista da tua harmonia interior.

Raphael Rios

**Palaoras Lapidares de Jesus**

Quem me vê, vê também o Pai

**RECREAÇÃO ESPÍRITA**

(Solução no próximo número)

Job Gil Ferreira

No esquema à direita aparecerá o trecho de uma mensagem extraída de uma das obras básicas da doutrina espírita. O nome do autor espiritual dessa mensagem será lido nas iniciais dos conceitos do esquema à esquerda.

**CHAVES:** **A)** Viço, verdor • **B)** Época, temporada, quadra • **C)** O conjunto dos ramos de uma planta • **D)** O navegador e corsário inglês William, autor de tratados hidrográficos e de uma viagem ao redor do mundo • **E)** Que ainda não tem penas ou plumas • **F)** A Capital do Chipre • **G)** Desanimado, enfraquecido, deprimido • **H)** Escuridão, trevas • **I)** Mandado judicial • **J)** Uma das cinco partes do mundo.

<b>A</b>	33	65	19	41	11	26	15
<b>B</b>	09	27	04	40	51	52	32
<b>C</b>	23	68	39	13	08	55	44
<b>D</b>	69	18	21	64	12	60	37
<b>E</b>	02	63	28	06	34	20	57
<b>F</b>	48	16	46	53	56	24	70
<b>G</b>	31	59	01	25	07	54	38
<b>H</b>	10	62	67	30	36	61	05
<b>I</b>	49	66	17	58	14	35	43
<b>J</b>	47	42	22	29	03	50	45

		01G		02E	03J	04B	05H	06E
07G	08C	09B	10H	11A	12D	13C		14I
	15A	16F	17I	18D		19A	20E	
21D	22J	23C	24F	25G	26A	27B		28E
29J	30H	31G		32B		33A	34E	35I
36H	37D	38G		39C	40B	41A		42J
43I	44C		45J		46F	47J	48F	49I
50J	51B	52B	53F		54G	55C		56F
57E	58I		59G	60D	61H		62H	63E
64D	65A	66I	67H	68C	69D	70F		

**SOLUÇÕES DO NÚMERO ANTERIOR - HORIZONTAIS:** 1. Transe • Dor • 2. Rao • Laca • 3. Cairbar • 4. Ma • Anis • 5. Usado • Copa • 6. Trempe • Ag • 7. Sai • Oslo • 8. Elar • Id • 9. Si • Egoísmo • 10. Desassombramento • **VERTICAIS:** 1. Ta • Mu • Sesc • 2. Castalia • 3. Ara • Aria • 4. Naiade • Rea • 5. Sor • Omo • Gm • 6. Ba • Ps • Oe • 7. Lancellin • 8. Dario • 9. Omo • 10. Ras • Agudo