



NÚCLEO ESPÍRITA ASSISTENCIAL
"PAZ E AMOR"

EDIÇÃO ESPECIAL DE FÉRIAS
Janeiro e Fevereiro 2002

Estamos Aqui !!!

Informativo do Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor" ★ N.º 49/50

A CURA DOS PROBLEMAS EM NOSSAS MÃOS

A manutenção de pensamentos elevados determina uma saúde equilibrada

DIANA OSTAM ROMANINI

O pensamento e a conduta de cada ser determina sua evolução espiritual. A vida está pautada na conformidade dos nossos pensamentos. A manutenção de pensamentos elevados e otimistas facilita a disposição para o trabalho e determina uma saúde equilibrada. No sentido oposto, pensamentos pessimistas de inveja, ódio, rancor e ciúme predispõem o organismo a doenças e a depressão.

Pensamentos fixos em idéias perturbadoras e agressivas intoxicam o organismo, desestruturam a cadeia vibratória e enfermam o organismo, como nos ensina o espírito de Joanna de Angelis.

Muitas vezes a cura é processada e não se tem explicação médica científica. Os profissionais da saúde denominam estes casos de "reversão espontânea". Todavia, já está comprovado cientificamente que o estado mental do paciente determinará o grau de imunidade do organismo.

Isto nos leva a pensar que em muitos casos a cura de nossos problemas está nas nossas mãos. É claro que é imprescindível um profissional competente para fazer a diag-

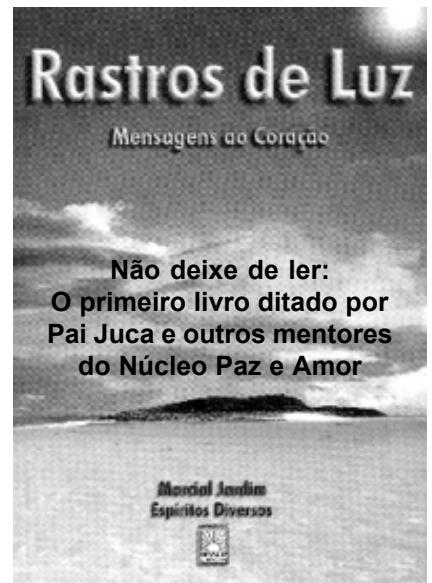
nose, como também é importante a conduta mental do paciente.

Nem sempre haverá resultados felizes, algumas vezes os processos de enfermidade advém de encarnações passadas, mas sempre que se tiver a conduta mental elevada, se a cura, ainda não puder ocorrer por motivos que escapam a compreensão humana é certo que seus efeitos poderão ser minorados para se obter uma qualidade de vida superior à esperada.

Dicas de Meio Ambiente Ana Paula G. A. Souza

O Brasil é peça-chave na questão da água, porque possui 46% do potencial de água doce do mundo. O volume de água na Terra é calculado em 2 bilhões de quilômetros cúbicos, incluindo a água das geleiras. Desse volume, apenas 3% são de água doce, que pode ser usada nas atividades essenciais à vida. Águas de mares e oceanos possuem cloreto de sódio dissolvido.

Os grandes centros urbanos exigem pesados investimentos para garantir o abastecimento de água potável. Mesmo assim, em algumas regiões, parte da população não recebe água tratada. Segundo a Organização Mundial de Saúde, a cada ano, 10 milhões de mortes são causadas por doenças associadas ao uso de água. Por isso, mesmo que em sua casa a água seja da rede pública, use o filtro ou ferva antes de beber ou preparar alimentos.



Nossos pensamentos 2

As curas de Jesus 3

Deus e o tempo 3

Desequilíbrios 4

Agenda	2
Aniversários do Mês	4
Atividades da Casa	1
Dicas de Meio Ambiente	1
Mensagem	2
Registros Espíritas	4

ATIVIDADES DA CASA	
2.ª feira:	13h30 - Curso de Orientação Maternal 19h - Cursos Básicos
3.ª feira:	19h - Entrevista e Orientação
4.ª feira:	14h - Assistência Espiritual 19h - Assistência Espiritual
5.ª feira:	19h - Assistência Espiritual
6.ª feira:	19h - Reunião Pública
Sábado:	9h30 - Evangelização Infantil

Modificando a tônica de nossos pensamentos

Colaboração: Marcia R. Farbelow e Hugo Puertas de Araujo

Pergunta de Maurício Stein: **Uma noite eu, minha esposa e meu filho não conseguimos dormir. Passamos por uma noite de cochilos e quando acordávamos estávamos sobressaltados. Meu filho de 6 anos disse: "Posso dormir com vocês, para dormir sossegado?" Foi uma noite estranha para nós. Minha esposa começou a orar, mas não conseguimos dormir a noite inteira. O que poderia ter havido, se nós três estávamos inquietos e perturbados?**

Sem termos todos os dados é muito difícil especular sobre as causas desse acontecimento e qualquer resposta será somente uma especulação.

Em todos os casos, podemos imaginar que vocês todos possam ter sentido alguma presença desagradável, ou a iminência de algum acontecimento indesejável, ou ainda vocês poderiam estar compartilhando do estado-de-espírito de alguém (talvez um ente desencarnado) que estivesse acometido dessa sensação de desassossego.

Qualquer que seja a causa, o importante é que vocês não mergulhem num estado-de-espírito negativo, procurando sempre orar a Deus e modificar seus pensamentos, sempre que eles forem tristes, por outros mais alegres.

Tal atitude só pode beneficiar vocês e até, se esse for o caso, beneficiar algum espírito infeliz que por acaso esteja em sintonia com vocês.

Modificar a tônica de nossos pensamentos não é tarefa fácil mas é a essência da nossa evolução neste planeta.

Devemos assim, exercitar o "orai e vigiai", que nos foi ensinado por Jesus, a todo momento, em todos os instantes de nossas vidas.

Tome-se colaborador-contribuinte do "Paz e Amor". Sua contribuição mensal é muito importante tanto para ajudar a manter nossa modesta Casa, como para dar continuidade aos trabalhos de Assistência Social.

AGENDA

FEVEREIRO

1 a 3 - Não haverá trabalhos
11 e 12 - Não haverá trabalhos
17 - Visita à Colônia de Pirapitingui

MARÇO

17 - Visita à Colônia de Pirapitingui
29 e 30 - Não haverá trabalhos

Mensagem

NÃO PRECISA MUDAR O MUNDO...

Era uma vez um rei que governava um próspero país. Um dia ele resolveu conhecer algumas áreas distantes de seu país.

Por vários dias ele percorreu grande extensão de estradas. Mas quando retornou ao seu palácio, chamou seus súditos e reclamou que seus pés estavam feridos e doíam muito. Afinal, era a primeira vez que ele fazia uma viagem tão longa por estradas tão ásperas e cheias de pedregulhos.

Pensou numa maneira de resolver o problema e logo teve uma idéia. Ordenou que seus servos recobrissem todas as estradas do seu país com couro. Seria uma obra muito cara, pois custaria a vida de milhares de vacas e bois.

Então, um dos mais sábios entre os servos ousou fazer uma sugestão ao rei dizendo-lhe: "Por que o rei tem que gastar essa enorme quantia de dinheiro? Não seria mais prático e mais barato mandar cortar um pequeno pedaço de couro para cobrir seus pés?"

O rei ficou surpreso, mas aceitou a sugestão. Mandou cortar um pedaço de couro e fazer uma proteção para seus pés, a fim de evitar os ferimentos nas próximas viagens.

Às vezes nós também costumamos ter idéias semelhantes à do rei, tentando resolver os problemas da maneira mais difícil.

Insatisfeitos com o mundo, desejamos mudá-lo, em vez de efetuar as mudanças necessárias em nós mesmos. Movidos pelo desejo de pavimentar estradas sem espinhos nem obstáculos, esquecemos das proteções que devemos construir na intimidade da própria alma, e queremos mudar a situação ao redor a todo custo.

Se não desejamos sofrer os ferimentos da vaidade, é preciso recobrir a alma com a proteção da modéstia.

Se queremos evitar os pedregulhos do orgulho, é necessário proteger a alma com o algodão da humildade.

Se não desejamos sofrer a dor provocada pelos espinhos do egoísmo, busquemos desenvolver a couraça da fraternidade.

Se a situação ao redor nos desagrade e nos fere com freqüência, o melhor a fazer é buscar a reformulação dos próprios atos, na certeza de que não precisamos mudar o mundo, mas efetuar as reformas necessárias em nosso comportamento, em nossa forma de ser.

A melhor maneira de nos protegermos dos pedregulhos da caminhada, evitando os ferimentos, é revestir a alma com o couro da verdadeira caridade, entendendo que o mais infeliz é sempre aquele que fere, aquele que ofende.

Jesus, o Sublime Galileu, experimentou todo tipo de agressão e, no entanto, nunca perdeu a serenidade e foi sempre o vitorioso. Que importava se o mundo exterior era cheio de pedregulhos e espinhos se Sua alma estava revestida de paz e confiança em Deus?

Jesus, mesmo sendo o Espírito mais sábio de que se teve notícias, jamais desejou mudar o mundo, mas deixou sempre o convite para todos aqueles que querem seguir a Sua trilha. A trilha que conduz à felicidade plena, acima das imperfeições deste mundo.

Assim, se você está indignado com a situação a sua volta e deseja mudar o mundo, lembre-se que isso só será possível começando por mudar-se a si mesmo.

Redação do Momento Espírita, baseado em texto retirado de "The Prayer of the Frog", tradução de Sérgio Barros.

Curas de Jesus face aos compromissos cármicos

RAPHAEL RIOS

O próprio Jesus associou indelevelmente a enfermidade com o pecado: "Estás curado. Vai e não peques mais". Entenda-se pecado como ato contrário à Lei de Deus que gera a reação de resgate/reparação/aprendizado na forma da enfermidade ou de outra constrição.

É a aplicação pura e simples da Lei de Ação e Reação, de Causa e Efeito, de Justiça, de Karma, versão benéfica da Lei do Amor que dá ao prevaricador a oportunidade da reparação e de purificação espiritual.

O "Estás curado" pode significar uma entre duas alternativas: ou cessou o compromisso cármico ou foi ele suspenso, embora, em ambos os casos, valha a advertência do Cristo "vai e não peques mais".

Mas, como podia saber Jesus que o doente, o obsidiado, o peca-

dor já resgatara a sua dívida e que estava ali na presença do Mestre para, como ele mesmo o afirmou em seu Evangelho, "dar testemunho do poder de Deus através dele, seu enviado?".

Ele o fazia lendo na aura espiritual que o mesmo resgatara seus delitos e se limpava interiormente suprimindo a dívida por si próprio, por ter sofrido resignadamente e por ter aprendido o ensinamento contido na dor, a causa do mal. Jesus podia suspender ou protelar a incidência da lei cármica sobre determinada criatura, também lendo a aura do doente, ao ali captar que a suspensão daria ensejo ao doente de agir no bem e apagar os seus pecados pelo amor. Advindo o "milagre da cura" naquele ser já predisposto ao bem surgia a oportunidade do resgate pelo amor.

É o que a Espiritualidade faz conosco frequentemente, graças à mi-

sericórdia divina, porque a Lei do Amor sobrepõe-se à Lei de Justiça; se falharmos novamente o compromisso cármico se apresenta irremissivelmente.

"Uma lei de âmbito mais amplo, mais profundo e mais elevado suplanta a lei menor e mais restrita".

A cura pelo poder restaurador do poderoso espírito de Jesus era também corroborada pela falange de espíritos elevados que o acompanhavam, especialmente na cura de tantos doentes merecedores que se apresentavam ao Mestre.

Como acontece hoje nas curas pelo Espiritismo, há uma quantidade imensa de mensageiros do bem que se incumbem de realizar a cura ou impedir o avanço da enfermidade ou aliviando os sofrimentos.

E não curam também os médicos, psicólogos, psiquiatras, psicanalistas, terapeutas alternativos, pajés, benzedeiros, num derrame de misericórdia sobre toda a humanidade imperfeita, devedora e sofredora, graças ao infinito e eterno Amor do Pai pelos seus filhos?

É isto que todos nós entendemos por acréscimo de misericórdia de Deus e por atos da providência divina. São os atenuantes com que a Lei de Amor abranda a Lei de Causa e Efeito atendendo, muitas vezes, aquelas preces de intercessão que corações dignos e amorosos endereçam ao Pai da Vida em favor de entes queridos em sofrimento passíveis de misericórdia.

A fé do enfermo foi e é sempre vital para sua cura, pois com ela se prepara ele para assimilar no seu espírito e perispírito os benefícios restauradores que alcançarão o corpo físico. "A tua fé te curou. Vai em paz".

Deus trabalha com o tempo!!

Colaboração: Marcia R. Farbelow e Hugo Puertas de Araujo

Pergunta de Maria Aparecida Chagas: **Ouvi umas três vezes, em palestras, a seguinte frase: "Gente, Deus trabalha com o tempo". Sempre admirei isso, e gostaria de uma dissertação sobre essa frase.**

Esta frase procura expressar a idéia de que a evolução e o aperfeiçoamento são o destino de todos nós.

Quando Jesus plantou as sementes do cristianismo, há 2000 anos, de imediato quase ninguém compreendeu a sua mensagem e mesmo nos dias de hoje são raros aqueles que a possuem em seus corações.

Jesus fez como o lavrador que deposita a semente no solo propício e toma todos os cuidados para que não lhe falte os nutrientes e água e sem se impacientar para que a mesma dê frutos. Como conclusão é ao lavrador que cabe cultivar mas é Deus que, no devido tempo, fará com que a árvore frutifique.

Essa é a lei de progresso: leve o tempo que for necessário, mas tudo na criação sempre progride e se aperfeiçoa, cada vez mais.

É com o tempo da caridade que a própria Sabedoria Divina nos ampara e nos reergue, corrige e aprimora, usando paciência infinita conosco, através das reencarnações.

O tempo é aliado de Deus que sabe esperar que cada um esteja pronto para a tarefa que lhe couber.

Desequilíbrio do perispírito e as enfermidades

Colaboração: Marcia R. Farbelow e Hugo Puertas de Araujo

Pergunta de Vanda Nogueira: **Tenho um irmão que sofre de epilepsia. Acho muito sofrível esta doença. Espiritualmente, o que pode se passar com meu irmão? O que é a epilepsia segundo a doutrina espírita?**

A epilepsia é uma doença que afeta o funcionamento do cérebro. Quando isso acontece, o espírito fica naturalmente perturbado e pode ficar inconsciente ou mesmo em estado semelhante ao que lhe sucede quando está sonhando. Não há como saber. Isso varia para cada paciente.

Se o mal advier de influências espirituais, o espírito poderá se ver junto aos seus obsessores, como num sonho ruim, mas também pode ser que ele não tenha consciência de ninguém, nem mesmo de si próprio.

Dentro do espiritismo, a epilepsia, como qualquer outra doença, é encarada como um distúrbio cujas causas podem se prender a eventos presentes (desta vida) ou passados (de outras vidas) e pode, ou não, envolver a presença de outras entidades de inimidade para com o doente.

Como você deve ter reparado, o que dissemos acima é bastante abrangente e realmente não explica nada sobre a doença.

Isso se dá porque cada caso é um caso e nunca podemos dizer inequivocamente: "essa doença é de origem espiritual e tem suas causas em erros de outra vida", ou então, "não há nada de sobrenatural aqui, é tão somente o resultado de um desequilíbrio químico no cérebro".

Tais explicações simplesmente não têm base alguma e não podem ser ditas por mera convicção pessoal sem um estudo detalhado e, muitas vezes, inconclusivo.

O que podemos dizer é que toda doença é a manifestação, no corpo físico, de um desajuste no corpo perispiritual, desajuste esse que pode ser de ordem emocional, social, psíquica, obsessiva (por obsessão), etc. Uma vez que haja tal desajuste, haverá um enfraquecimento do corpo que não conseguirá mais combater os agentes infecciosos aos quais todos nós estamos expostos, mas que afetam somente alguns. Daí advém a doença física que só aparece em função de vírus e bactérias, mas que já estava instalada no perispírito por motivos mil, inclusive por motivos conscienciais que podem vir de outras vidas.

Realmente, não há como definir uma única causa para cada uma das inúmeras doenças que nos afligem durante nossa vida física.

O que podemos dizer é que todas elas podem ser prevenidas e mesmo curadas se conseguirmos resolver o motivo que provoca o desequilíbrio de perispírito.

E já que não podemos saber qual a causa desse desarranjo, o que podemos fazer é viver sempre de forma tal que nossa consciência nunca nos cobre nada. Esse é realmente o único remédio para qualquer mal que possamos a vir a enfrentar.

VOLUNTÁRIO

Experiência em Page Maker para colaborar na produção do Estamos Aqui!!! Falar com Alexandre. Telefone 6168-7290.

Registros Espíritos

15/2/1926 - Em Paris, França, desencarna o escritor missionário espírita, Gabriel Delanne. Escreveu, entre outros livros, "A Alma é Imortal", "O Espiritismo Perante a Ciência", "A Evolução Anímica", "O Fenômeno Espírita" e "A Reencarnação".

16/2/1947 - Em Pirapitingui, Itu, desencarna Jesus Gonçalves, pioneiro missionário entre os hansenianos, no Asilo Colônia Aimorés e, em Pirapitingui, cujo Centro funciona até hoje, muito visitado por grupos da FEESP, vários Centros e pela caravana de nosso Núcleo. Jesus Gonçalves, espírito, é o autor de "Perdoa", "Aves sem Ninho" e "Em Busca da Ilusão".

17/2/1958 - Em São Paulo, Capital, desencarna o poeta, humorista, escritor, teatrólogo, Cornélio Pires

ANIVERSÁRIOS

16/01 - Nancy	28/02 - Mirinha
18/01 - Andréa	03/03 - Regina
24/01 - Amália	03/03 - Tapia
28/01 - Nícia	07/03 - Patrícia
28/01 - Norma	10/03 - Alcione
28/01 - Paulo	12/03 - Eliane
01/02 - Ana Tereza	12/03 - Luciana
07/02 - Oscar	12/03 - Simone
08/02 - Lucia	13/03 - Joel
10/02 - Horácia	14/03 - Raphael
10/02 - Zilda Souza	14/03 - Adriano Isaac
11/02 - Adriana	
20/02 - Izaura	
27/02 - Marcos Garcia	

Estamos Aqui!!! é um informativo mensal do Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor" - Rua. Muniz de Souza, n.º 72 - Cambuci - 01534-000 - São Paulo - SP.

Produção, Digitação e Edição: Alexandre Ferreira e Suzana Aparecida da Costa Ferreira; **Repórter:** Marcia Regina Farbelow; **Conselho Editorial:** Oscar Camanho e Job Gil Ferreira.

Diretoria do Núcleo: Presidente: Oscar Camanho; Vice-Presidente: Adriano de Castro Filho; Assistência Espiritual: Marcial Ferreira Jardim; Assistência Social: Walkiria C. de Vasconcelos Oliveira; Diretor Contábil: Adrião Grandino; Cultural: Marcial F. Jardim; Divulgação: Alexandre Ferreira; 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; Patrimônio: Job Gil Ferreira; 1.º Secretário: Robinson F. do Nascimento; 2.º Secretário: Wilton D. A. Melo; 3.º Secretário: Venância D. A. Melo.

Publicação mensal: 300 exemplares. **Fotolito:** Litho System Fotolito Digital S/C Ltda. (R. Antonio Tavares, 51 - Cambuci - Tel. 3399-2324 e 3208-1065). **Impressão:** Saga Artes Gráficas - Tel. 3207-9045.