



NÚCLEO ESPÍRITA ASSISTENCIAL  
"PAZ E AMOR"

# Estamos Aqui !!!

Novembro 2003

• Informativo mensal do Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor"

• N.º 71

R. Muniz de Souza, 72 - Cambuci • www.nucleopazeamor.org.br • divulgacao@nucleopazeamor.org.br

## UM PRESENTE DO PLANO MAIOR

### Da Redação

No último dia quatro de outubro, foi realizada em nossa Casa de Paz e Amor, a oitava feira do livro espírita. Além do evento em si ter sido um grande sucesso, também nos presenteou com um momento especial de contato com o Plano Maior, quando o nosso querido Raphael Rios, tarefeiro de tantos anos desta nossa Casa, desen-



### MENSAGEM AOS JOVENS

Quando jovens, queremos, muitas vezes, abandonar o nosso lar, pois este nos parece um tanto arcaico para nossa realidade.

Esquecemo-nos, porém, de que a família é o primeiro teste para que possamos conviver com o mundo e vencer. **Página 02.**



...carnado em dezembro de 2002, manifestou-se através do irmão Jardim, emocionando a todos com mensagens de agradecimento e incentivo aos companheiros do Núcleo e, também, dirigindo belas palavras de amor e reconforto a sua companheira e filhas que estavam presentes para o lançamento de seu livro "A última Profecia de Jesus". Momentos como estes nos envolvem por uma vibração de paz, elevando as nos-

...sas almas e alegrando os nossos corações, por vezes tão vacilantes na fé.

O irmão Raphael, que tanto nos brindou com seu conhecimento e dedicação à doutrina espírita quando encarnado entre nós, proporcionou-nos momentos de reflexão na bondade infinita do Pai e a certeza de que podemos confiar em um futuro de reencontro e amor.

Expressamos aqui, irmão querido, mais uma vez, o nosso agradecimento e a nossa alegria por termos podido compartilhar de tudo isso com você.



### A PAZ

Almejamos viver em um mundo mais pacífico, sem guerras e desentendimentos. Mas será que sabemos viver em paz com nossos semelhantes?

Acompanhe mais uma mensagem recebida durante os trabalhos das sextas-feiras. **Página 03.**

### LIÇÕES DE VIDA

Será que trabalhamos com amor? Será que fazemos bem feito tudo aquilo a que nos propomos? Ou apenas "cumprimos" com nossas obrigações, visando nosso salário no final do mês ou o reconhecimento de nossos superiores. Confira uma bela história sobre o trabalho. **Página 04.**

## De jovem para jovem

Texto de autor desconhecido.  
Colaboração de Ely Teixeira Pinto

Qual é a sua responsabilidade nesta vida e neste planeta? Respirar, comer, dormir, andar? Criaturas, sem ter 1/5 da sua inteligência, fazem isto. São limitadas e apenas cumprem o que lhes for determinado, mas cumprem seu papel.

Não acha isso muito pouco para o potencial de inteligência tão grande contido dentro de você? Ah! Você quer modificar este mundo tão "careta"? Sabe que para isto é preciso muita coragem, disciplina e planejamento, porque se não corre-se o risco de se criar uma situação pior que esta que você acha uma chatice?

Coragem, será que você tem? Coragem mínima seria poder caminhar com seus pés, cuidar de si, mas em todos os sentidos. Cuidar de seu corpo, de sua saúde, de suas idéias, de sua cultura, de seu conhecimento.

Para se ter uma vida melhor, mais tranqüila, é preciso que se esteja preparado para ela. Você está? O que tem feito para melhorar e tornar as coisas mais eficientes para você e para os outros? Já passou pela sua cabeça que esta gente careta, que regula ou tenta regular, que tenta fazer sua cabeça, já foi um dia jovem como você?

Já pensou que você tem muito, mas muito mais que milhares ou milhões de jovens que são frutos de guerras desarrazoadas, que não têm explicação, e que se vêem sozinhos, sem ninguém nem mesmo para "pegar em seu pé"? Ah! Você acha que eles é que são felizes? Reflita: o mun-

do o engoliria em segundos e o devolveria talvez com menos arrogância, mas machucado. Existem meios mais demorados, mas menos doloridos de se chegar a ser feliz e se ter paz.

É o dia a dia. Essa chatice de ter que conviver com sua família. Família é o primeiro teste para você ver se pode conviver com o mundo e vencer. Família é mão na mão, é enxugar as lágrimas, é bater em suas costas e dizer: - Da outra vez dará certo! É a convivência onde cada um aprende com o outro; "todos" têm a

ensinar e "todos" têm a aprender. Respeito não é rua de uma mão só. É uma enorme avenida de duas mãos. Só se tem na medida em que se dá. Não é quem mais grita, que mais razão tem! É aquele que com inteligência e com o coração

cheio de amor e compreensão sabe expor o que pensa, não pensa só em si, mas no relacionamento com todos para facilitar as coisas. Com mentiras, por pequenas que sejam, não se constrói nada, ao primeiro sopro da verdade, tudo desmorona.

Pense um pouco no que dissemos. Temos em nossa companhia muitos jovens que tentaram outros caminhos que julgaram mais fáceis, e acabaram se desencantando, perderam não só a saúde, a oportunidade da passagem pela Terra, mas perderam tempo, juventude, perderam a esperança. Outros que não quiseram aceitar carinho, não quiseram acatar disciplinas, responsabilidades, perderam uma chance enorme de se sentir úteis, amados e felizes. Não tiveram tempo para poder dizer

que o amor que tinham por determinadas pessoas era grande, embora diferente, era grande...

Ser jovem não é fácil, mas é a maior chance que se tem, de se construir uma pessoa boa, maravilhosa e eficiente, como você quer ser um dia. Faça o mínimo, cuide de suas responsabilidades que hoje são poucas, procure executá-las com sabedoria, alegria, eficiência, pois quando as grandes responsabilidades da vida adulta chegarem, você já estará treinado. Não se esqueça de que você um dia será pai ou mãe, e o que você contará para eles? Lute para poder ser o melhor, mas o melhor por inteiro! Todos nós já passamos por isto. Estamos aqui para ajudar, mas ajude-se também. É o mínimo que esperamos de você.

**"Família é mão na mão, é enxugar as lágrimas, é bater em suas costas e dizer: - Da outra vez dará certo!"**

### BAZAR DE NATAL

Não se esqueça!!! Sábado, dia 6 de dezembro, das 10h às 17h, será realizado nosso Bazar de Natal!

Traga seus amigos e familiares para aproveitar nossas ofertas e almoce conosco em nossa deliciosa lanchonete.

### COLABORE

Torne-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 nossos trabalhos assistenciais.

## A paz do planeta depende de nós

### Mensagem recebida em 19/09, durante os trabalhos de sexta-feira

Paz. Pedimos paz, falamos em paz, queremos paz. E o que fazemos para que isso ocorra? O que projetamos em nossa volta? Desequilíbrio, angústia, ódio, desamor???

### FAZENDO A DIFERENÇA...

Era uma vez um escritor, que morava numa praia tranqüila, junto a uma colônia de pescadores. Todas as manhãs, ele passeava a beira-mar, para se inspirar e de tarde ficava em casa escrevendo. Um dia, caminhando na praia, ele viu um vulto que parecia dançar. Quando chegou perto, era um jovem pegando na areia as estrelas-do-mar, uma por uma e jogando novamente de volta ao oceano.

- Por que você está fazendo isso? - perguntou o escritor.

- Você não vê? disse o jovem. - A maré está baixa e o sol está brilhando. Elas vão secar no sol e morrer, se ficarem aqui na areia.

- Meu jovem, retrucou o escritor, existem milhares de quilômetros de praia por este mundo afora, e centenas de milhares de estrelas-do-mar espalhadas pelas praias. Que diferença faz? Você joga umas poucas de volta no oceano. A maioria vai perecer...

O jovem pegou mais uma estrela na areia, jogou de volta para o oceano e disse:

- Para essa, eu fiz diferença!

Naquela noite, o escritor não conseguiu dormir nem sequer escrever. De manhãzinha foi para a praia. Reuniu-se ao jovem e juntos começaram a jogar estrelas-do-mar de volta ao oceano.

*Autor desconhecido  
Colaboração de Denise Leite*

Enquanto cada um de nós continuar emitindo esses sentimentos negativos, nosso planeta permanecerá passando por esses momentos de dificuldade e dor.

A paz e um mundo melhor dependem de cada um de nós. Ao invés de criticarmos a todos e a tudo, façamos a nossa parte, melhorando a nós mesmos e melhorando o mundo a nossa volta.

Tornemo-nos pontos de luz a irradiar amor e compreensão por onde

passarmos. Foi isso que o Mestre fez por nós. Não se perdeu em lamentações infrutíferas; arregaçou as mangas e trabalhou para deixar o seu legado de amor para nos guiar.

Façamos o mesmo: calemo-nos e trabalhemos incansavelmente pela nossa própria melhoria e, assim, pouco-a-pouco, descobriremos o que é realmente a paz interior, estando, desta forma, prontos para colaborar com a conquista da paz para o nosso planeta.

### ATIVIDADES DA CASA

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
<b>13h30</b> Curso de Orientação Maternal		<b>13h30</b> Assistência Espiritual			<b>9h30</b> Evangelização Infantil
<b>19h</b> Cursos Básicos	<b>19h</b> Diálogo Fraternal	<b>18h</b> Assistência Espiritual	<b>19h</b> Assistência Espiritual	<b>19h</b> Encontro à Luz do Evangelho	

### LIVRO DO MÊS

Seduzidos pelas efêmeras glórias e ilusões da matéria, nós, seres humanos, muitas vezes nos deixamos por elas conduzir, distanciando-nos das veredas perfumosas do vero amor, comprometendo o nosso hoje, amanhã e depois...

Inebriados pelas cores e pelos sons do mundo, olvidamo-nos dos amorosos ensinamentos do Mártir da Cruz e Dele, ingratos, nos afastamos.

As mensagens aqui contidas procuram tocar os nossos corações, estimulando-nos a refletir, dando-nos a coragem para nos desvencilhar das amarras pegajosas do mundo, caminhando, confiantes, em direção aos braços de Jesus!

RASTROS DE LUZ



## O Pedreiro

Extraído do livro "Estórias para Contar", de William Netto Candido

Um velho pedreiro estava para se aposentar. Ele contou ao seu patrão, seus planos de largar o serviço de carpintaria e de construção de casas, e viver uma vida mais calma com sua família.

Claro que ele sentiria falta do pagamento mensal, mas ele necessitava da aposentadoria.

O dono da empresa lamentou ao saber que perderia um dos seus melhores empregados e pediu a ele que construísse uma última casa como um favor especial.

O pedreiro aceitou. Mas, com o tempo, era fácil ver que seus pensamentos e seu coração não estavam no trabalho. Ele não se empenhava no serviço e utilizava mão-de-obra e matérias-primas de qualidade inferior. Foi uma maneira lamentável de encerrar sua carreira.

Quando o pedreiro terminou seu trabalho, o construtor veio inspecio-

nar a casa, entregando a ele a chave da porta.

- Esta é a sua casa. - ele disse - Meu presente para você.

Que choque! Que vergonha! Se ele soubesse que estava construindo sua própria casa, teria feito completamen-

te diferente, não teria sido tão relaxado. Agora ele teria que morar em uma casa feita de qualquer maneira....

\*\*\*

Não importa o que você é nem o que faz. O importante é dar o melhor de si.

### CANTINHO DA COZINHA



#### TORTA DE MANDIOCA

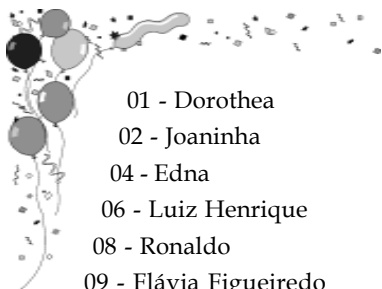
**Ingredientes:** 1Kg de mandioca, 1 xícara de chá de resíduo de soja, 1 xícara de chá de cebolinha verde picada, 1 xícara de chá de salsinha picada, 1/2 xícara de chá de cebola picada, 4 colheres de margarina, 1 colher de café de açúcar.

**Recheio:** 300g de PVT hidratada, 5 dentes de alho, 1/2 cebola picada, 1/2 xícara de chá de óleo, 20 azeitonas picadas, 1 cubo de caldo de legumes, 1/2 xícara de chá de cheiro verde picado, sal a gosto.

**Modo de preparo do recheio:** Refogar em óleo quente a PVT previamente hidratada, juntamente com o sal, o alho e a cebola picados. Acrescentar o cheiro verde picado. Deixar cozinhar e, quando estiver com pouco caldo, retirar do fogo e reservar.

**Massa:** Cozinhar a mandioca. Esfriar, retirar os talos fibrosos e amassar com garfo. Adicionar o cheiro verde, a margarina e o resíduo. Amassar bem até a mistura completa dos ingredientes. Num recipiente previamente untado com margarina, abrir a metade da massa e rechear com a PVT refogada. Cobrir com o restante da massa, pincelar com gema de ovo e salpicar queijo ralado. Levar ao forno para dourar.

### ANIVERSÁRIOS DO MÊS



- 01 - Dorothea
- 02 - Joaquina
- 04 - Edna
- 06 - Luiz Henrique
- 08 - Ronaldo
- 09 - Flávia Figueiredo
- 15 - Marisaura
- 15 - Rui
- 16 - Ruth
- 19 - Maria Tereza Figueiredo
- 26 - Alice Ferracini

**Estamos Aqui!!!** é um informativo mensal do Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor" - R. Muniz de Souza, 72 - Cambuci - 01534-000 - São Paulo - SP - CNPJ n.º 46.515.862/0001-58. **Produção, Digitação e Editoração:** Alexandre Ferreira e Suzana A. C. Ferreira; **Conselho Editorial:** Oscar Camanho, Marcial Ferreira Jardim e Job Gil Ferreira. **Presidente de Honra do Núcleo:** Oscar Camanho. **Diretoria:** Presidente: Adriano de Castro Filho; Vice-Presidente: Marcial Ferreira Jardim; 1.º Secretário: Robinson F. do Nascimento; 2.º Secretário: Wilton D. de A. Melo; 3.º Secretário: Venância A. de A. Melo; 1.º Diretor Financeiro: Armando Augusto Pereira; 2.º Diretor Financeiro: Nelson Labate; Jurídico: Edna Conceição Vecchi; Patrimônio: Job Gil Ferreira; Eventos: Adriana M. T. C. Jardim; Divulgação: Alexandre Ferreira; Assistência Social: Iara Aparecida Leandro Rocha; Ensino: Alcione C. Frigoglietto; Assistência Espiritual: Marcial F. Jardim; Diretor Contábil: Adrião Grandino. **Publicação mensal:** 500 exemplares. **Fotolito:** Litho System Fotolito Digital S/C Ltda. - Tel. 3399-2324/3208-1065. **Impressão:** Printing Press - Tel. 3277-1753.