



Julho 2004

Estamos Aqui !!!

Núcleo Espírita Assistencial "Paz e Amor" - Filiado à Federação Espírita do Estado de São Paulo • N.º 79

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

NÚCLEO PROMOVE PALESTRAS ÀS SEXTAS-FEIRAS

Em todas as 2.^{as} sextas-feiras do mês, nosso Núcleo vem promovendo palestras com figuras de destaque da doutrina espírita.

No último mês, Celso Santos, autor do livro *Música - Sob os Ventos Harmoniosos do Espiritismo*, brindou-nos com uma belíssima palestra e com suas lindas canções, acompanhado de sua esposa Sandra Auristela.

Até o final do ano já estão programadas palestras com **Eder Favaro**, Presidente da Associação Brasileira dos Divulgadores de Espiritismo e da Associação de Divulgadores de Espiritismo do Estado de São Paulo, expondo o tema "Espiritismo na atualidade"; **Antônio Demarchi**, autor de diversos livros espíritas, abordando o assunto "Espíritas, amai-vos. Espíritas instruí-vos"; **Nancy Puhlmann Di Girolamo**, dirigente da Instituição Beneficente Nosso

Lar, escritora, autora do best-seller "O Castelo das Aves Feridas", considerando sobre as "Reencarnações difíceis na visão espírita"; **Sérgio Tadeu Diniz**, integrante do Conselho Editorial de "O Semeador", falando sobre "Crianças de rua" e **Marlene Saes**, dirigente do Centro Espírita "A Casa do Caminho", versando sobre o tema "Sintonia mental".

Não perca!!! Toda 2.^a sexta-feira de cada mês, a partir das 20h.

Traga seus amigos e familiares e desfrute de agradáveis momentos, usufruindo importantes ensinamentos de nossa doutrina.

Vencendo os obstáculos

Não podemos perder a esperança e desistir diante dos obstáculos do caminho. **Página 02.**

Diferenças...

Leia, este mês, mais uma bonita lição que ressalta a importância de relevarmos os pontos fracos de nossos semelhantes. **Página 03.**

Mensagem do Dr. Karl

Em mais uma bela lição, Dr. Karl mostra-nos a importância de descobrirmos nosso potencial. **Página 03.**

Malefícios do ódio

Acompanhe uma linda história que nos faz refletir sobre os malefícios do ódio e do rancor. **Página 04.**

CALENÁRIO DE PALESTRAS DE 2004

(TODAS AS 2.^{as} SEXTAS-FEIRAS DE CADA MÊS)

16 DE JULHO - Tema: **Espiritismo na atualidade.**

Palestrante: **EDER FAVARO** (Presidente da Associação Brasileira dos Divulgadores de Espiritismo e da Associação de Divulgadores de Espiritismo do Estado de São Paulo).

13 DE AGOSTO - Tema: **Espíritas, amai-vos. Espíritas, instruí-vos.**

Palestrante: **ANTÔNIO DEMARCHI** (autor dos livros *Além do Infinito Azul*, *Crepúsculo de Outono*, *Mansão dos Jovens*, entre outros)

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 trabalhos de Assistência Social.



Os obstáculos fazem parte da caminhada

Marilene Ferreira de Moraes

Emmanuel deixou-nos um grande ensinamento na obra "Coragem", pela psicografia de Francisco Cândido Xavier: "Diante dos obstáculos, ninguém precisa fixar-se no lado escuro que apresentem".

De fato, não podemos perder a esperança e desistir diante dos obstáculos que nos dificultam a caminhada. Pelo contrário, os problemas são importantes para a nossa evolução e estão no caminho de todos. É preciso enfrentá-los com determinação para nos reformarmos e podermos ter a consciência tranqüila de que estamos fazendo a nossa parte.

Desanimar é perder tempo e serenidade, o que dificulta, ainda mais, a correção da rota que nos levará à meta proposta para esta encarnação.

Outra lição a ser cultivada é: silenciar sobre os seus obstáculos ou contá-los apenas a pessoas amigas

que possam lhe auxiliar com discrição e bondade. Não devemos perturbar os outros com as nossas dificuldades, pois eles também tem seus próprios problemas a desafiar-lhes a confiança e serenidade.

Devemos estar vigilantes às boas palavras pois, segundo Emmanuel: "elas traduzem o nosso apelo - apelo às nossas melhores forças - para que jamais esmoreçamos diante das lutas e provas que nos são necessárias ao burilamento próprio, porque, ainda mesmo quando sitiados em todas as direções, por dificuldade e desarmonia, débito e sofrimento, haverá sempre um caminho de refazimento e libertação que a esperança nos desceira ante a misericórdia de Deus.

Novidades em nosso site:
www.nucleopazeamor.org.br

CANTINHO DA COZINHA

TALHARIM VERDE COM CREME DE CENOURA



Ingredientes: 1 pacote de talharim verde cozido em água e sal, molho de tomate, queijo parmesão ralado, purê de cenouras.

Molho de tomate: 1 xícara de P.V.T. granulado (já previamente colocada de molho, lavada e espremida), 1 cebola picada, 2 dentes de alho, ½ xícara de cebolinha picada, Fondor, Aji-no-moto, pimenta do reino, ½ xícara de Shoyu e sal.
Purê de Cenoura: 2 colheres de manteiga, 1 cebola picada, sal, pimenta do reino, ½ quilo de cenoura cozida e passada pelo espremedor, 2 colheres de sopa de requeijão, 1 colher de sopa de maionese, 3 colheres de sopa de creme de leite e alcaparras.

Modo de preparo: Cozinhar o macarrão e reservar.

Molho de tomate à bolonhesa: Refogar a proteína vegetal texturizada com a cebola, os dentes de alho, a cebolinha, o Fondor, o Aji-no-moto, a pimenta do reino, o Shoyu e o sal. Após bem refogada, juntar ao molho de tomate já apurado.

Purê de Cenoura: Derreter a manteiga, acrescentar a cebola picada, o sal, a pimenta do reino e a cenoura, mexendo sempre. Retirar do fogo e juntar o requeijão, a maionese, as 3 colheres de sopa de creme de leite e as alcaparras. Mexer bem e reservar.

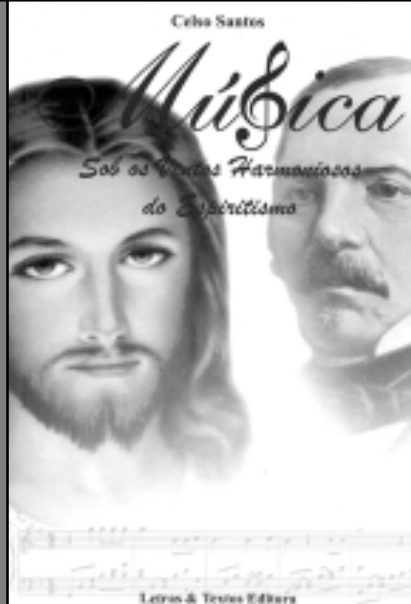
Montagem: Num pirex untado com manteiga, colocar: 1) metade do macarrão; 2) metade do molho; 3) queijo ralado; 4) purê de cenoura; 5) restante do macarrão; 6) restante do molho. Salpicar queijo parmesão e levar ao forno para gratinar.

LIVRO DO MÊS

"O leitor encontrará, nesta obra, momentos de reflexão e de rara beleza em consonância com a sinfonia da vida. A música, agente da harmonia universal, é reverenciada com extrema beleza e profundidade pela sensibilidade de Celso Santos."

Alguns assuntos aqui tratados: a importância da música na doutrina espírita, música e mediunidade, campo da música, música em outros mundos, cura pela música, música nos centros espíritas, Kardec e a música, etc.

MÚSICA SOB OS VENTOS HARMONIOSOS DO ESPIRITISMO



Valorizando as diferenças

Paulo Yoshihiro Sala

Existem dois tipos de seres humanos: os que têm consciência de seus defeitos e os que não conseguem percebê-los ou identificá-los.

Sendo físico o defeito, simplesmente observando-se no espelho o percebemos. Se deparamos com o rosto sujo, lavamo-lo. Se a roupa não está adequada, trocamos-la.

Mas se o problema é espiritual, não pode ser refletido através de um espelho.

Em um ensinamento é dito que os olhos e os ouvidos espelham o nosso espírito. Quando criticamos os outros, apontando-lhes os defeitos, na realidade estamos espelhando as nossas próprias desvirtudes.

Buscando defeitos nos outros, sempre encontraremos algo para criticar. Buscando com sinceridade os pontos fortes, as melhores qualidades aparecerão.

Conta uma estória:

Numa carpintaria houve uma estranha reunião entre as ferramentas para acertar suas diferenças.

O martelo exerceu a presidência, mas os participantes notificaram-lhe que teria que renunciar pois fa-

zia muito barulho e, além disso, passava o tempo todo dando golpes.

O martelo, então, assumiu sua culpa, mas pediu que também fosse expulso o parafuso, que ficava dando muitas voltas para qualquer coisa.

O parafuso também reconheceu a culpa e pediu a exoneração da lixa, por ser muito áspera para com os outros.

A lixa acatou e incriminou o metro, que media os outros apenas segundo seu critério como se fosse perfeito.

Neste momento entrou o carpinteiro, juntou todo o material e começou a trabalhar. Utilizando todos os instrumentos, uma madeira rústica se converteu num móvel refinado.

Ao término do serviço a assembléia foi retomada e pediu a palavra o serrote: "Está claro que todos nós temos defeitos, mas o marceneiro trabalha apenas com as nossas qualidades, com os pontos fortes".

Assim foi proposto um trato: ressaltar menos os pontos fracos e passar a valorizar mais os pontos fortes!

ENSINAMENTOS DO DR. KARL

DESCOBRINDO O NOSSO POTENCIAL

O Dr. Karl está sempre aproveitando as oportunidades para ensinar.

Ainda recentemente, falando sobre o nosso potencial disse que, mesmo sem sabermos, possuímos um manancial positivo muito grande. Muitas vezes não nos damos conta destes nossos valores e não compreendemos porque tantas provas são colocadas em nosso caminho, fazendo-nos passar por momentos tristes e dolorosos.

Para explicar como a Bondade Divina se utiliza destas oportunidades para nos mostrar o quanto já possuímos de virtudes dentro de nós, tomou como exemplo a cana de açúcar.

Quando saboreamos um delicioso caldo de cana, não nos damos conta do "sacrifício" a que a cana é submetida.

O seu caule, muitas vezes já um tanto ressequido, é colocado na moen-

da que o esmaga, dele retirando todo o seu sumo adocicado. Este processo torna-se necessário para que a cana possa cumprir o seu desígnio de fornecer o delicioso caldo ou transformar-se no mais puro açúcar.

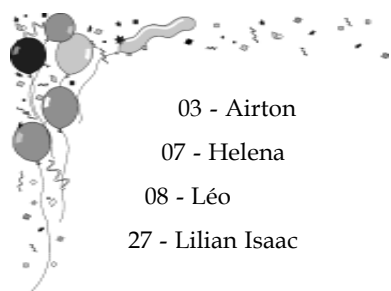
Também nós, para cumprirmos os compromissos assumidos, somos submetidos a diversas provas para podermos eliminar, de nosso interior, os sentimentos inferiores e aprendermos a extrair o que de bom e positivo possuímos.

Assim como a moenda faz com a cana, as dificuldades, os obstáculos e as vicissitudes, quando compreendidas e bem vivenciadas, fazem o mesmo conosco, "esmagando" os nossos sentimentos negativos, fazendo emergir do nosso interior o que de melhor possuímos.

Portanto, antes de reclamarmos, devemos agradecer as dificuldades que vêm ao nosso encontro.

Adriano de Castro Filho
26/05/2004

ANIVERSÁRIOS DO MÊS



03 - Airton

07 - Helena

08 - Léo

27 - Lilian Isaac

O menino e o saco de carvão

Extraído do livro *Estórias ao Entardecer*, de William Netto Candido

Zezinho entra em casa, batendo fortemente os pés no assoalho. Seu pai, que estava indo para o quintal olhar a horta, vê seu filho nervoso e chama-o para uma conversa.

Zezinho, de 8 anos de idade, acompanha-o desconfiado. Antes que o pai fale alguma coisa, ele fala irritado:

- Pai, estou com muita raiva. O Paulinho não deveria ter feito o que fez comigo. Desejo tudo de ruim para ele.

O pai, um homem simples mas cheio de sabedoria, escuta calmamente o filho que continua a reclamar:

- O Paulinho me humilhou na frente dos meus amigos, gostaria que ele ficasse doente e que nunca mais fosse à escola.

O pai escuta tudo, enquanto caminha até um abrigo onde guardava um saco cheio de carvão. Levou o saco até o fundo do quintal e o menino acompanhou-o calado.

Zezinho vê se o saco está aberto e antes mesmo que pudesse fazer uma pergunta, o pai lhe propõe algo:

- Filho, faz de conta que aquela camisa branquinha que está no varal secando é seu amiguinho e cada pedaço de carvão é um mau pensamento seu, endereçado a ele. Quero que você jogue todo o carvão do saco na camisa, até o último pedaço. Depois eu volto para ver como ficou.

O menino achou que seria uma brincadeira divertida e pôs mãos à obra. Como o varal com a camisa estava longe do menino, poucos pedaços acertavam o alvo. Uma hora se passou e o menino terminou a tare-

fa. O pai, que espiava tudo de longe, aproxima-se do menino e pergunta:

- Filho, como está se sentindo agora?

- Estou cansado, mas estou alegre porque acertei alguns pedaços de carvão na camisa.

O pai olha para o menino, que fica sem entender nada e, com carinho, lhe fala:

- Venha comigo até o quarto que eu vou lhe mostrar uma coisa.

O filho acompanha o pai até o quarto e este o coloca na frente de

um espelho onde se pôde ver de corpo inteiro. Que susto! Só conseguia enxergar seus dentes e os seus olhos.

O pai, então, diz-lhe ternamente:

- Filho, você viu que a camisa quase não sujou, mas olhe só para você. O mal que desejamos aos outros é como o que lhe aconteceu. Por mais que possamos atrapalhar a vida de alguém com nossos pensamentos, a borra, os resíduos e a fuligem ficam sempre em nós mesmos.

“Por mais que possamos atrapalhar a vida de alguém com nossos pensamentos, a borra, os resíduos e a fuligem ficam sempre em nós mesmos.”

ATIVIDADES DA CASA

O primeiro horário refere-se à abertura da Casa e o segundo ao início das atividades

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
13h/13h30 Curso de Orientação Maternal		13h30/14h30 Assistência Espiritual			9h/9h30 Evangelização Infantil
19h/20h Cursos Básicos	19h/19h10 Diálogo Fraternal	18h/20h Assistência Espiritual	19h/20h Assistência Espiritual	19h/20h Encontro à Luz do Evangelho	

3.º sábado do mês: 14h - Consciência Espiritual

Sábado imediatamente posterior à última sexta-feira do mês: 14h - Tirando Dúvidas

3.º domingo do mês: 7h30 - Caravana para o Hospital de Hansenianos em Pirapitingui (Itu)

Estamos Aqui!!! é um informativo mensal 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 Edição: Alexandre Ferreira e Suzana Aparecida da Costa Ferreira.

Conselho Editorial: Oscar Camanho, Marcial Ferreira Jardim e Job Gil Ferreira.

Fotolito e impressão: Litho System Fotolito Digital S/C Ltda.: (11) 3399-2324; Printing Press: (11) 3277-1753.

Publicação mensal: 500 exemplares.

Presidente de Honra do Núcleo: Oscar Camanho.

Diretoria (2004 a 2006): 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 (2004 a 2006): Jurídico: Edna Conceição Vecchi; Patrimônio: Job Gil Ferreira; Relações Externas: Fernando Maurício Peron; Eventos: Adriana M. T. C. Jardim; Divulgação: Alexandre Ferreira; Assistência Social: Iara Aparecida Leandro Rocha; Ensino: Alcione Camanho Frigoglietto; Assistência Espiritual: Marcial Ferreira Jardim; Contábil: Adrião Grandino.

Conselho Fiscal (2004 a 2006): Efetivos: Francisco José R. Bueno, Manuel Augusto Henrique Paiva e Ricardo Rossi Roberto; Suplentes: Mário Fernandes Júnior e Cíntia Maria Pimphari Varella.