

BAZAR DE NATAL: 10 DE DEZEMBRO



Ao contrário do que foi publicado no informativo do mês de outubro, nosso Bazar de Natal, excepcionalmente, não será realizado no primeiro sábado de dezembro e sim no dia 10, das 10h às 17h.

Como acontece em todos os anos, nosso Bazar contará com uma grande diversidade de produtos artesanais, alguns doados e muitos outros confeccionados pelas próprias tarefeiras do Núcleo. São belíssimos jogos de jantar, enfeites natalinos, toalhas decoradas, panos de prato e muito mais.

Venha conferir as novidades deste ano. Se você ainda não conhece, não perca essa grande oportuni-

dade para adquirir suas lembranças natalinas e poder presentear seus amigos e familiares.

Em nosso Bazar você encontrará deliciosos pratos doces e salgados, também feitos com todo carinho

pelos amigos de nossa Casa. Almoce em nossa lanchonete e prove nossos quitutes.

Não perca: sábado, 10 de dezembro, das 10h às 17h. Divulgue entre seus amigos e venha com toda sua família!!!

A responsabilidade é nossa

Acompanhe esta linda mensagem de nossa querida vovó Felicidade, mostrando-nos que somos os grandes responsáveis pelas dificuldades de nossas vidas. **Pág. 03**

Nossa auto-estima

Este mês estamos recebendo a colaboração de mais um amigo, Enéas Martim Canhadas.

Pedagogo e Psicólogo Clínico, produz e apresenta o programa Novos Rumos na Rádio Boa Nova e estará ministrando uma palestra em nossa Casa no dia 11 de novembro.

Enéas, neste artigo, fala sobre a importância da auto-estima. **Pág. 02**

Fita métrica de pessoas ... 04

PRIMAVERA

A primavera chegou
na mais linda paisagem:
As flores vão se abrindo
Na mais bela viagem.

Contemplo, embevecido,
As rosas e os jasmins
Perfumando a nossa terra
Além e nos confins.

Sejamos como as flores
Que alegrem a vida e a morte;
Caminheamos resolutos
Para um futuro de sorte.

Dediquemos a Jesus
A nossa Inspiração;
Que a sua essência e o seu perfume
Se transformem em oração.

*Um espírito poeta.
Recebido por Ilse Bassi*

CALENDÁRIO DE PALESTRAS DE 2005

(TODAS AS SEGUNDAS SEXTAS-FEIRAS DE CADA MÊS)

DIA 11 DE NOVEMBRO - 20h

Tema: Psiquismo e Espiritualidade - **Palestrante:** Enéas Martim Canhadas (Pedagogo e Psicólogo Clínico, produz e apresenta o programa Novos Rumos na Rádio Boa Nova).

Nossa auto-estima - Parte I

Enéas Martim Canhadas

O que é auto-estima? Auto - vem de "autós" do grego que significa de si mesmo, por si mesmo, espontaneamente. Estima - sentimento de importância ou do valor de alguém ou de alguma coisa; apreço, consideração, respeito. E ainda: Estimar - ter em estima, apreciar, prezar, alegrar-se por algo, ter prazer em alguma coisa, ter consciência da própria dignidade, prezar-se . . .

Então, o que estamos querendo dizer ao falar em baixa-estima? É que manifestamos certas inclinações (e elas não aparecem sem razão) de achar que os outros estão certos e nós estamos errados no que fazemos ou pensamos.

Desde muito cedo em nossas vidas acabamos desenvolvendo certas impotências porque somos censurados e reprovados. Quando isso acontece, o indivíduo registra nos seus sentimentos a falta de amor ou de carinho. A valorização que nossos pais e nosso primeiro grupo familiar nos proporciona é fundamental para nos sentirmos mais amados e aprovados. Desde muito cedo aprendemos que é muito grave não atender as expectativas dos outros, especialmente daquelas pessoas que gostam de nós.

É bom lembrar, também, que na trajetória eterna do espírito, podemos trazer a baixa estima de experiências passadas, de derrotas e fraquezas que ainda não superamos. Nesse caso viemos para superar tais dificuldades. Estaremos nos confrontando com situações que nos permitam superar a nós mesmos. Afinal de contas, estamos todos em permanen-

te desenvolvimento e portanto, em estágios diferentes. Numa mesma família existe alguém que se mostra auto confiante e seguro e outro que se mostra pessimista e derrotado.

O processo educacional pelo qual passamos, geralmente causa erros e enganos na maneira de adquirir os nossos códigos de conduta, quer sejam sociais, morais ou espirituais. Somos educados para obedecer: desde pequeninos aprendemos que obedecer agrada os nossos pais e adultos de modo geral. Somos educados para dizer sim, jamais dizer não, jamais contrariar, e sempre concordar. Somos educados para não arriscar e todas as vezes em que cometemos ousadias fomos criticados. Por outro lado, ao longo da vida ouvimos milhares de vezes "nãos" em detrimento de poucos "sins".

A gente ouve falar disso, principalmente, no trabalho. Por quê no contexto profissional sofremos mais abalos da nossa auto-estima? Porque as situações do trabalho reproduzem as nossas experiências pessoais, de sucessos ou insucessos, com muita frequência. A toda hora e todo dia somos julgados e classificados pelas nossas competências, baseadas nos erros ou acertos que cometemos. O problema é que no trabalho os nossos insucessos e erros são tornados públicos.

Desde o mau conceito no boletim escolar, os nossos fracassos tornam-se públicos. Na situação de trabalho esse problema se amplia, porque é,

de fato, uma situação pública. Os erros que cometemos em nossas tarefas se tornam de conhecimento de muitas pessoas e o nosso chefe representa, naquela hora, os nossos pais com uma agravante: é como se a figura do nosso chefe somasse à reprovação dos pais, mais a reprovação do público, e não raro, com o fato de ter entristecido a Deus ou ao "Pai do Céu" por termos cometido determinado erro. Não foi assim que nos disseram, quando crianças, que "Papai do Céu ficava triste com as coisas erradas que fazíamos?"

As avaliações que nos fazem na empresa, na escola são portanto, exemplos de uma censura que pode nos afetar profundamente, se não tivermos sido educados para sermos vencedores e conhecedores dos nossos potenciais.

"...na trajetória eterna do espírito, podemos trazer a baixa estima de experiências passadas, de derrotas e fraquezas que ainda não superamos."

COLABORE

Torne-se colaborador-contribuinte do "Paz e Amor".

Sua contribuição mensal é muito importante para manter as atividades desenvolvidas em nossa Casa e dar continuidade aos nossos trabalhos na área de assistência social.

Com sua ajuda poderemos sonhar em adquirir, no futuro, uma nova sede!!!



A responsabilidade é nossa

Vovó Felicidade

Mensagem recebida em 04/10/2005
por Adriano de Castro Filho

Estamos sempre procurando soluções para os nossos problemas, na maioria das vezes materiais, mas as orientações que são trazidas mostram, ao contrário, que a solução é espiritual.

Se pararmos um instante e refletirmos, vamos descobrir que o que está ocorrendo, na realidade, é mais espiritual do que material, que a solução está mais próxima de nós do

que imaginamos e que depende de nossa vontade.

A solução chama-se reforma do nosso interior; uma maneira nova de enxergar a vida. Sentir que grande parte dos problemas está em nós mesmos e não ficar pensando que a responsabilidade é dos outros e que não temos nada a ver com a história e que somos a vítima!

Na verdade, somos nossos próprios algozes. É isto que precisamos entender! Entendido isto, começamos a desvendar o mistério que leva ao nosso desequilíbrio.

Nós criamos nossos próprios problemas, nossas próprias dificuldades e queremos responsabilizar os que estão ao nosso lado, deixando de olhar a nossa própria conduta.

Meditemos sobre isto para ajudarmos a nós mesmos e ao próximo.

Pensem nisto!

Que Jesus abençoe a todos.

Visite nosso site:

www.nucleopazeamor.org.br

ENVELOPES DE NATAL DA ASSISTÊNCIA SOCIAL



Já estão à disposição de todos, na secretaria do Núcleo, os envelopinhos de Natal.

Dê, você também, a sua contribuição para fazer um Natal mais feliz tanto das crianças da creche Serv-Paz, assistida por esta nossa Casa, como também dos nossos irmãos ex-hansenianos da colônia de Pirapitingui.

Assistência Social

Livro do Mês

SARANDI:
NA CIRANDA DA VIDA

Você vai ler a história de uma mulher com desordem de múltiplas



personalidades. A personagem principal é fictícia, mas poderia ser real, pois contém um

pouco de cada um de nós, quando agimos como estranhos de nós mesmos e nos dividimos em partes e papéis sociais com diferenças extremadas esquecendo que somos um só. Este livro, de **Enéas Martim Canhadadas**, tem a capacidade de demonstrar às pessoas, nos relacionamentos com filhos, irmãos, alunos, profissionais, cônjuges, pais, etc., as suas multifacetadas possibilidades de evolução.

Cantinho da Cozinha



SALADA DE SOJA

Ingredientes: 2 xícaras de soja em grão, sal, 2 ovos cozidos, azeitonas (a gosto), salsa, cebolinha, 1/2 cebola pequena picada bem pequenininha.

Modo de preparo: Deixe a soja de molho uma noite antes. Cozinhe e escorra toda a água. Misture o ovo cozido picado, as azeitonas picadas, bastante salsa e cebolinha. Sal a gosto.

Fita métrica de pessoas

Martha Medeiros - colaboração de Denise Leite

Como se mede uma pessoa?

Os tamanhos variam conforme o grau de envolvimento.

Ela é enorme pra você, quando fala do que leu e viveu, quando trata você com carinho e respeito, quando olha nos olhos e sorri. É pequena pra você, quando só pensa em si mesma, quando se comporta de uma maneira pouco gentil, quando fracassa justamente no momento em que teria que demonstrar o que há de mais importante entre duas pessoas.

Uma pessoa é gigante pra você, quando se interessa pela sua vida, quando busca alternativas para o seu crescimento, quando sonha junto. É pequena quando desvia do assunto.

Uma pessoa é grande, quando perdoa, quando compreende, quando se coloca no lugar do outro, quando age não de acordo com o que esperam dela, mas de acordo com o que espera de si mesma. Uma pessoa é pequena quando se deixa reger por comportamentos clichês.

Uma mesma pessoa pode aparentar grandeza ou miudeza dentro de um relacionamento, pode crescer ou decrescer num espaço de poucas semanas: será ela que mudou ou será

que o amor é traiçoeiro nas suas medidas?

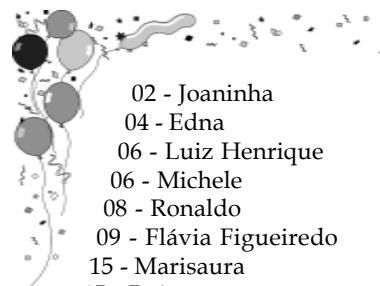
Uma decepção pode diminuir o tamanho de um amor que parecia ser grande. É difícil conviver com esta elasticidade: as pessoas se agigantam e se encolhem aos nossos olhos.

Nosso julgamento é feito não através de centímetros e metros, mas de ações e reações, de expectativas e frustrações.

Uma pessoa é única ao estender a mão, e ao recolhê-la inesperadamente, se torna mais uma.

O egoísmo unifica os insignificantes.

ANIVERSÁRIOS DO MÊS



02 - Joanhina
04 - Edna
06 - Luiz Henrique
06 - Michele
08 - Ronaldo
09 - Flávia Figueiredo
15 - Marisaura
15 - Rui
16 - Lucila
16 - Ruth
19 - Maria Tereza Figueiredo
20 - Luciana
23 - Maria de Lourdes Silva
26 - Alice Ferracini
29 - Ricardo Rappoli

Não é a altura, nem o peso, nem os músculos que tornam uma pessoa grande. É a sua sensibilidade sem tamanho...

ATIVIDADES DA CASA

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

SEGUNDA-FEIRA

14h/14h10 - Assistência Social

19h/20h - Cursos Básicos

TERÇA-FEIRA

19h/19h10 - Diálogo Fraterno

QUARTA-FEIRA

13h30/14h30 - Assistência Espiritual

18h/20h - Assistência Espiritual

QUINTA-FEIRA

19h/20h - Assistência Espiritual

19h45 - O Evangelho no Seu Lar
(visita às residências dos assistidos para realização do Evangelho no Lar)

SEXTA-FEIRA

19h/20h - Encontro à Luz do Evangelho

SÁBADO

8h50/9h - Evangelização Infantil

13h45/14h - Mocidade Espírita

DOMINGO

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

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 Editoração:** 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.

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, Infância e Mocidade: Sonia Ferraz Ferreira; 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 M.ª Pimphari Varella - **Presidente de Honra do Núcleo:** Oscar Camanho.