



Núcleo Espírita Assistencial
"Paz e Amor"

45 anos

Uma trajetória de trabalho, fraternidade e muito amor!

Janeiro/Fevereiro 2014 - Nº 193/194

Estamos Aqui !!!

Coligado à Federação Espírita do Estado de São Paulo
Rua Muniz de Souza, 72 - Cambuci - 01534-000
www.neapa.org.br - divulgacao@neapa.org.br

ORAÇÃO NO ANO NOVO!

Joanna de Ângelis. Psicografia:
Divaldo P. Franco. Do livro: *Florações
Evangélicas*. Fonte: Fórum Espírita.
Colaboração: Edson Barone

Senhor Jesus!

Ante as promessas do ano que se inicia, não nos permitas que esqueçamos aqueles com quem nos honraste o caminho iluminativo:

- as mães solteiras, desesperadas, a quem prometemos o pão do entendimento;
- as crianças delinquentes que nos buscaram com a mente em desalinho;
- os calcetas que, vencidos em si mesmos, nos feriram e retornaram às nossas portas;
- os enfermos solitários, que nos fitaram, confiantes em nosso auxílio;



- os esfaimados e desnudos que chegaram até nossas parcas provisões;

- os mutilados e tristes, ignorantes e analfabetos, que nos visitaram, recordando-nos de Ti...

Sabemos, Senhor, o pouco valor que temos, identificamo-nos com o que possuímos intimamente, mas, contigo, tudo podemos e fazemos. Ajuda-nos a manter o compromisso de amar-Te, amando neles toda a

família universal em cujos braços renascemos.

"Seja o que for que peçais na prece, crede que obtereis e concedidos vos será o que pedirdes". - Marcos: 11-24.

"Pela prece, obtém o homem o concurso dos bons Espíritos que acorrem a sustentá-lo em suas boas resoluções e a lhe inspirar ideias sãs". - O Evangelho Segundo O Espiritismo - Cap. XXVII - Item 11.

O Evangelho no seu lar



Se você tem vontade de fazer o Evangelho no Lar mas não sabe como, saiba que há uma equipe do Paz e Amor que, todas as terças, às 19h45, dirige-se à casa das pessoas interessadas que residem nas imediações do Núcleo, com o intuito de orientá-las no desenvolvimento do Evangelho no Lar. Informe-se na secretaria.

RASTROS DE LUZ

No informativo deste mês, mais duas mensagens do livro "Rastros de Luz" para sua coleção: "Sinceridade da Vida" e "Sorriso".

O seu mau humor Pág. 02
O que é normal? Pág. 03
Mensagem do Irmão Karl Pág. 04

O seu mau humor não modifica a vida

Alexandre Ferreira

Frase de André Luiz, através da psicografia de nosso saudoso Chico Xavier: "O seu mau humor não modifica a vida". Mas será que realmente não modifica? Será que alguém que passe o tempo todo reclamando de algo não proporciona uma grande mudança em seu dia-a-dia?

O mau humor, assim como o desânimo, o desespero, a revolta e tantas outras emoções similares, tem grande influência e podem, sim, modificar nossas vidas. Uma pessoa mau humorada afasta os amigos, cria inimizades e dá abertura para que espíritos menos evoluídos passem a prejudicá-la.

São por estas e outras razões que chegamos à conclusão que o mau humor e todos os outros maus sentimentos não devem fazer parte de nossas vidas.

Entretanto, apesar de sabermos de tudo isso, estamos, constantemente, cometendo estes erros.

Nós, espíritas, temos uma responsabilidade ainda maior, pois sabemos como devemos agir em cada situação. Temos, ou deveríamos ter, a obrigação de estarmos sempre de bom humor, levando alegria para todos os lugares onde passamos.

Sabemos que não é uma tarefa muito fácil; principalmente morando em uma cidade como a nossa, onde a maioria das pessoas encontra-se mau humorada e é preciso estarmos muito atentos para não nos contagiarmos.

Quantas vezes encontramos-nos irritados e ao sermos indagados do motivo, respondemos não saber. Muitas vezes não há razões que justifiquem essa nossa atitude.

O mau humor é prejudicial não só para nós mesmos como também para aqueles que convivem conosco diariamente. Quantas pessoas estão com problemas e precisam de um sorriso? Quantas necessitam ouvir um bom dia, receber um abraço carinhoso para poderem seguir adiante em suas difíceis caminhadas? Por que perdermos tantas oportunidades se o nosso mau humor não resolverá nossos problemas?

Esforcemo-nos portanto, para estarmos sempre felizes, aceitando os obstáculos da jornada com paciência, resignação e ajudando a todos que cruzam nossos caminhos. Se ainda não nos acharmos prontos para este desafio, que possamos, ao menos, mostrar um rosto alegre, não deixando transparecer o que nos perturba. Caso isto também seja muito difícil, procuremos, ao menos, não descontar nossos problemas em ninguém. Agora, se nem desta atitude formos capazes, tranquemos-nos em um quarto e esperemos nosso mau humor ir embora... pelo menos não estaremos prejudicando ninguém.

ATIVIDADES DA CASA

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

SEGUNDA-FEIRA

19:00 / 20:00 - Cursos Básicos

TERÇA-FEIRA

19:00 / 20:00 - Encontro à Luz do Evangelho - A2

QUARTA-FEIRA

13:30 / 14:30 - Assistência Espiritual - P1, P2, A3

19:00 / 20:00 - Assistência Espiritual - P1, P2, A3

QUINTA-FEIRA

13:30 / 14:30 - Assistência Espiritual

19:00 / 20:00 - Assistência Espiritual - P1, P2, A3

SEXTA-FEIRA

19:00 / 19:15 - Diálogo Fraterno - Entrevistas

SÁBADO

09:00 / 09:15 - Evangelização Infantil e Mocidade

DOMINGO

08:00 / 09:00 - Assistência Espiritual - P1, P2, A3



Sinceridade da Vida

No nosso vivenciar, quando aqui na Terra nos encontramos, somos possuidores dos instintos comuns do ser humano, que se agitam, mais ou menos intensamente, dependendo das nuances da vida que nos incitam, que mais nos sensibilizam.

À medida que o tempo vai transcorrendo e que a nossa mente vai detectando, que os nossos olhos vão vislumbrando, que os nossos corações auscultando, sentimos, no cerne da nossa alma, que a vida vai nos revelando, pouco a pouco, suas diversas facetas.

Ao mesmo tempo em que nos faz sentir as tristezas, despertando em nós momentos de tensão, de pessimismo, de desequilíbrio e de dor, ela nos traz, também, momentos de alegria, de paz, de otimismo, de harmonia, de...

A vida nos mostra a escuridão e, em seguida, a luz que a ilumina.

A vida nos faz sentir o sol causticante das vicissitudes e, ao mesmo tempo, a brisa suave da esperança que nos acaricia.

A vida nos mostra a maldade de alguns seres humanos que evidenciam a crueza dos seus instintos, ao mesmo tempo que nos presenteia com tantos outros irmãos que nos auxiliam, caminhando conosco, lado a lado, na mesma calçada e direção.

A vida nos faz vivenciar momentos de dor, mas, também, nos faz usufruir outros de alegria e de paz.

Enfim, a vida nos delata suas inúmeras nuances, deixando bem claro, à luz dos nossos olhos e ao discernimento do nosso intelecto, que ela é possuidora de maravilhosa sinceridade.

Ela nada nos esconde, ela nos ilustra tudo aquilo que possui, cabendo a cada um de nós compreendê-la, apercebendo-nos do tilintar amoroso do Cristo Jesus a nos indicar os rumos a seguir.

Portanto, caro leitor, torna-se necessário que façamos profundas reflexões para que possamos usufruir as luzes que a vida, generosamente, nos oferta, alumando os nossos caminhos do agora e do porvir.

Mudemos nosso pensar, nossas atitudes, nosso falar, colocando, gradativamente, justiça na nossa mente, mansidão nos nossos gestos, mel nas nossas palavras e sinceridade no nosso coração.

Os ensinamentos do Cristo Jesus, assim como, os exemplos que Ele, amorosamente, nos trouxe, são luzes benditas que iluminam nossos passos e, por mais que queiramos destas luzes nos apartar, mansamente, elas nos envolvem, vivificando a nossa alma.

Em muitas oportunidades não queremos a elas dar atenção, bem como, o seu devido valor e, muitas vezes, fascinados pelas ilusões do mundo, ao invés de nos direcionarmos ao caminho iluminado pelo Divino Amigo, sentimo-nos incitados a nos dirigir rumo aos atalhos que parecem, enganosamente, mais floridos e plenos de frutos.

Vivenciando os prazeres da matéria, não nos apercebemos de que ao final destes atalhos, o precipício nos aguarda e a sua escuridão dificultará o auxílio e a ajuda daqueles que tanto nos amam e tudo fizeram para que conquistássemos a verdadeira felicidade.

O Cristo ilumina a nossa estrada, porém, enceguecidos pelo nosso querer exacerbado, não nos damos conta das flores perfumosas e dos frutos saborosos que Ele, generosamente, nos oferta.

Vislumbramos, por vezes, impassíveis, irmãos de jornada, infelizes, premidos pela dor, carentes de afeto e de amor.

É, neste instante, que sentimos um doce sussurrar aos ouvidos do coração: “eis a sua oportunidade, ajude estes irmãos combalidos; faça emergir, definitivamente, da sua alma o terno testemunho do amor.”

Assim, quando muitos destes você recolheu em seu regaço, quando muitas lágrimas enxugou, muitas palavras fraternas pronunciou, muitos corações consolou, sentirá como se o Divino Amigo o amplexasse, envolvendo em ondas de muita paz a sua alma e no recôndito do seu ser ouvirá, como se fora a Sua doce voz a lhe dizer: “enfim, estamos juntos outra vez.”

Por isto, confie e trabalhe.

Livro: Rastros de Luz
Espírito: Pai Juca

~ 7 ~

Sorriso

No dia-a-dia do nosso caminhar, vamos nos apercebendo de que as alegrias vêm se tornando, aos poucos, menos comuns, mais raras.

A você, que nos dá o carinho da atenção, peço a humilde permissão para, fraternalmente, indagar-lhe: quantas vezes você tem sorrido ultimamente?

Quantas vezes a alegria sincera do seu coração é exteriorizada através dos seus lábios?

Por isto, medite um pouco conosco sobre o sorriso.

O sorriso é um tesouro de que somos possuidores e nada nos custa ofertá-lo, bastando, apenas, deixá-lo fluir, docemente, através dos nossos lábios.

Todos nós, quer estejamos passando por momentos de fartura ou de penúria, tanto material como espiritual, podemos levar aos olhos e, por consequência, aos corações daqueles que conosco militam neste planeta-escola, momentos de alegria, quando ofertamos, amorosa e fraternalmente, o nosso sorriso.

À medida que sorrimos, descontra-se o nosso semblante, ao mesmo tempo em que deixamos à vontade o irmão de quem usufruímos a presença, para que ele possa sentir e desfrutar a espontaneidade da nossa doação e doe-se, também, de coração, com amor.

Ao sorrirmos, os nossos olhos adquirem novos contornos, outro brilho e, através deles, evidenciamos às pessoas que conosco compartilham momentos de vida, a doce fraternidade, que se encontra latente nas profundezas da nossa alma.

Ao sorrirmos, nossa mente faz-nos esquecer, por instantes, a desconfiança, a soberba, as mágoas, as tristezas, refluindo, através dos nossos olhos, as ondas benditas da alegria, da amizade, da consideração e do perdão, por vezes, de há muito tempo por nós esquecidas.

Ao sorrirmos, nossos corpos sentem-se incitados a se aproximar de outros corpos e nossos braços, sem nos darmos conta, sentem-se impelidos a estender-se em direção daqueles irmãos de que usufruímos a companhia.

Um abraço, apenas um leve tocar, acompanhados pelo sorriso é o sinal que damos da nossa amizade, do nosso carinho e da nossa simplicidade.

O sorriso faz com que, mesmo quando nos encontramos impossibilitados de com as nossas pernas e braços agir, possamos envolver, num efusivo abraço espiritual, tantos outros irmãos, através da expressão amistosa dos nossos lábios.

O sorriso, quando ofertado com o mais puro sentimento de fraternidade, leva, em seu bojo, a alegria, o estímulo, a compreensão, a amizade, o consentimento, o perdão e tantas outras jóias de que somos possuidores, todas elas envoltas pela beleza do amor.

Portanto, a você, que pacientemente nos ofereceu seu precioso tempo, nos permitimos pedir-lhe, sorrindo, que em todos os momentos de sua vida, sempre que houver uma oportunidade,

por pequena que seja, sorria, ofertando aos seus companheiros de jornada a alegria e a sinceridade que estão latentes em sua alma.

E, assim agindo, estará exercitando e usufruindo os eflúvios da divina caridade, sobre a qual o Cristo Jesus foi o Mestre dos Mestres ao testemunhá-la durante o Seu viver, quando conosco aqui esteve, neste planeta de provas e expiações!

Livro: Rastros de Luz

Espírito: Pai Juca

O que é normal?

Redação do Momento Espírita.

Colaboração: Marcia Farbelow

Descobertas recentes sobre a origem de algumas doenças, sobre as guerras, a violência e a destruição ecológica, nos levam a questionar certas normas ditadas pela sociedade, através dos consensos existentes.

Tem-se constatado que algumas normas sociais, passadas e atuais, levaram ou levam ao sofrimento moral ou físico dos indivíduos.

Há na maioria dos nossos contemporâneos uma crença bastante enraizada.

Segundo esta, tudo o que a maioria das pessoas pensa, sente, acredita ou faz, deve ser considerado como normal e, por conseguinte servir de guia para o comportamento de todo mundo e mesmo de roteiro para a educação.

O pesquisador e escritor Pierre Weil nos traz uma nova visão sobre esse tema.

Ele chama de normose ao conjunto de normas, valores, hábitos de pensar ou de agir aprovados pela maior parte de uma determinada população e que, em algum momento, levarão a sofrimentos.

Esses comportamentos são vivenciados sem que os seus autores tenham consciência dessa natureza prejudicial.

Um exemplo simples, entre vários que poderíamos abordar, é o do consumo de cigarros.

Até algum tempo, era considerado normal que as pessoas fumas-

sem. Mas, à medida em que ficou comprovado que o ato de fumar causa sérios danos à saúde, esse hábito começou a ser questionado.

O resultado foi que essa normalidade caiu por terra.

Assim como essa conduta perdeu adeptos, outras formas de comportamento vistas como normais hoje, poderão deixar de ser logo mais.

Nem tudo o que a maioria das pessoas aprova, através dos hábitos de pensar ou de agir, é conveniente que adotemos para nós mesmos, para nossas famílias ou para a educação de nossos filhos.

Estejamos atentos para analisar hábitos novos que a sociedade nos impõe. Hábitos que, muitas vezes, vão se instalando lenta e gradativamente.

Passamos a substituir o cuidado com o corpo físico através do lazer e do esporte, pelas infindáveis horas à frente dos computadores, televisores e jogos digitais, acreditando que é normal porque a maioria age assim.

Aos poucos, passamos a considerar normal o hábito de ingerir bebida alcoólica, com frequência e em grandes quantidades, pautados na

forma como um número considerável de pessoas decidiu agir.

Crianças e jovens desrespeitam pais, professores e colegas porque os outros também têm essa conduta.

Assim como esses, poderíamos citar muitos outros exemplos, mas cabe a cada um de nós identificar o que realmente tem valor em nossas vidas.

* * *

Jesus nos orientou a que vivêssemos no mundo sem sermos do mundo. É difícil não ceder aos apelos que sofremos constantemente. É difícil ser diferente, mas não impossível.

Basta que tenhamos a firmeza de agir de acordo com o que realmente acreditamos e enchermo-nos de coragem para dizer não, sem nos importarmos com críticas e julgamentos.

Sigamos em frente felizes, com a certeza de estarmos pautando nosso comportamento nos valores que carregamos em nosso íntimo.

“Nem tudo o que a maioria das pessoas aprova, através dos hábitos de pensar ou de agir, é conveniente que adotemos para nós mesmos, para nossas famílias ou para a educação de nossos filhos.”

***O amor é uma força que transforma o destino -
Chico Xavier***



Curta nossa página no Facebook: www.facebook.com/neapa

Mensagem do Irmão Karl

Da redação

No transcorrer da nossa jornada terrena, sem muito esforço, haveremos de nos deparar com seres humanos que, através das suas palavras, olhares, atitudes e ações, delatam a desconfortável presença do ressentimento em suas almas, ainda cativas dos desenganos e das bagatelas do mundo.

Acosados pelo orgulho pertinaz, sem apor-lhe a mínima resistência, deixam-se enlaçar por este desvaloroso sentimento, comprometendo o seu convívio familiar, profissional, social e, logicamente, suas próprias vidas.

Dele prisioneiros, é comum sentirem-se ofendidos, desrespeitados, desprezados, ilustrando, através das suas manifestações orais, faciais, gestuais, o seu descontentamento, deixando transparecer o fardo do orgulho, camuflado em forma de ressentimento, a espriar-se na intimidade das suas almas enfermas, fazendo com que, gradualmente, o seu corpo carnal venha, também, a adoecer.

Transportando, dia após dia, no alforge das suas almas, esta desvirtude, vão embrenhando-se na floresta densa e perigosa dos julgamentos precipitados, instintivos, transformando suas existências num calvário de aflições íntimas, distancian-do-se da seara da tal felicidade.

Não é raro que os seres humanos com os quais convivem, interagem, lhes enderecem doces palavras, fraternais atitudes e comportamentos condizentes com os seus princípios educacionais, culturais, sociais. Entretanto, olvidam-se de que os irmãos de jornada só lhes poderão ofertar o que possuem e, muitas das vezes, teimam deles esperar que lhes presenteiem com o que, ainda, não têm.

Assim pensando, delatam o desconhecimento acerca do significado da palavra Alteridade - saber conviver com os diferentes - e, por esta razão, não conseguem entender que, cada ser humano, espelha a somatória das suas incontáveis experiências vivenciadas ao longo do carreiro das encarnações, evidenciando, em oportunidades tantas, os valores e

desvalores que possuem e que somente o tempo os fará identificar e avaliar.

Se, porventura, assim ainda nos encontramos, empenhemo-nos para não permanecermos no aguardo de que as criaturas que conosco transitam pelas passarelas do mundo, venham-nos ofertar o que desejamos receber, mas, sim, presenteá-las, com tudo aquilo que de nós esperam, pois, seria assim que o Mártir da Cruz agiria, se ainda estivesse peregrinando por este planeta azul, que, gradualmente, caminha pelas estradas promissoras da regeneração.

Um trabalho de formiguinha, espontâneo e com simplicidade. Assim é o Centro Espírita. Acolhe, Consola, Esclarece, Orienta.

Federação Espírita Brasileira

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:** Marcial Ferreira Jardim e Job Gil Ferreira - **Publicação mensal:** 300 exemplares.

Diretoria (2013 a 2015): **Presidente:** Marcial Ferreira Jardim; **Vice-Presidente:** Adriano de Castro Filho; **1.º Secretário:** Izaura Kawachi; **2.º Secretário:** Ronaldo Ruiz Padilla; **1.º Tesoureiro:** Luiz Henrique Prado Salvador; **2.º Tesoureiro:** Nelson Labate - **Diretores de Áreas (2013 a 2015):** **Assistência Espiritual:** Marcial Ferreira Jardim; **Assistência Social, Infância e Mocidade:** Sonia Ferraz Ferreira; **Contábil:** Adrião Grandino; **Divulgação:** Alexandre Ferreira; **Ensino:** Alcione Camanho Frigoglietto; **Eventos:** Adriana M. T. C. Jardim; **Patrimônio:** Job Gil Ferreira - **Conselho Fiscal (2013 a 2015):** **Efetivos:** Cíntia M.ª Pimphari Varella, Francisco José R. Bueno e Ricardo Rossi Roberto; **Suplentes:** Flávia Vidal Figueiredo e Helena Sueli Paulillo. **Presidente de Honra:** Oscar Camanho.

Agradecimento especial à **Lyons Artes Gráficas** (Rua Cel. Francisco Inácio, 323 - 04286-000 - Moinho Velho - São Paulo - SP - Tel. 11 2261-5403) pela reprodução gratuita deste informativo.