

# Classificados

<p><b>ADVOGADOS</b>  <b>TÂNIA CARVALHO E SÉRGIO CALDERAN</b>                  Família, Trabalho, Cível                  Rua Serra de Jurea, 101 - Tatuapé - SP                  Tel.: (11) 2092.8269                  carvalho.calderan@ig.com.br</p>	<p><b>ADMINISTRADORA E CORRETORA DE SEGUROS LTDA.</b>                  Saúde - Auto - Residência                  Vida e Previdência - Capitalização - Seguros em Geral                  Fazemos estudos e implantação de Plano/ Seguro Saúde em Empresas de todos os portes                  Trabalhamos com as maiores seguradoras do país                  R. Antonio Caparrós Canovas, 74                  Tel. (011) 4232.1469                  CEP 09570-350 - B. Olímpico                  São Caetano do Sul - SP                  mentadonadio@uol.com.br</p>
<p><b>DINAFISCO CONTÁBIL</b>                  Rosana Roman e Maria Florinda Valente                  Rua Tijuco Preto, 494 - Tatuapé - SP                  Tels.: (11) 2293.8481                  dinfi@uol.com.br</p>	<p><b>LÚCIA HELENA ZENHA</b>                  Assessoria Pedagógica                  Orientadora Educacional                  Psicopedagoga (em curso)  <b>ORIENTAÇÃO DE HÁBITOS E MÉTODOS DE ESTUDO - REFORÇO ESCOLAR</b>  <b>PALESTRAS EDUCACIONAIS EM ESCOLAS E EMPRESAS</b>                  Rua Serra de Japi, 411 - Tatuapé                  Tels.: (11) 2293.9201 - 8129.5348                  luciazinha@yahoo.com.br</p>
<p><b>F S CELULAR (Salles)</b>                  Assistência Técnica e Acessórios                  R. Pe. Estevam Pernet, 78 - Tatuapé - SP                  Tels.: (11) 2295.0210 - 9400.1100</p>	<p><b>INGLÊS MARCIA PICCINATO</b>                  Pedagoga com larga experiência com adultos e crianças com problemas de aprendizagem.                  Vivência de vários anos no Exterior                  Trainer em Programação Neurolinguística-PNL                  Aula particular, reforço escolar e objetivos específicos como viagens, congressos, feiras, etc.                  Consultoria focada na Aquisição e Desenvolvimento da Linguagem Oral                  Tel.: (11) 2941.8454 - 8224.4978                  natoshouse@hotmail.com</p>
<p><b>PERSIANAS PERSILUX</b>                  Rua Serra de Jurea, 101 - Tatuapé - SP                  Tels.: (11) 2941.7871 - 2941.1405                  persilux@ajato.com.br</p>	<p><b>LIVERPOOL</b>                  TATUAPÉ-PIZZAS E GALETOS                  Rua Padre Estevão Pernet, 345                  Tels.: (11) 2225.0159 - 2092.3793 - 2738.2267                  marcelodamata66@hotmail.com</p>
<p><b>VL QUALIDADE IND E COM LTDA</b>                  Distribuidor Exclusivo SAUTER                  Rua Santa Gertrudes, 543 - Tatuapé - SP                  Tels.: (11) 6832.4000 - 6832.4018                  www.vlindustria.com.br</p>	
<p><b>CISMO-Centro Integrado de Saúde Médico-Odontológico Ltda</b>  <b>AILTON ZANARDO - cirurgião dentista</b>                  R. Honório Maia, 41 - Tatuapé - SP                  Tel.: (11) 2092.5040                  www.cismo.com.br</p>	
<p><b>SONIA MARIA DATO RODRIGUES</b>                  ADVOGADA                  R Serra de Japi 532a - Tatuapé - SP                  Tel.: (11) 2296.2091                  soniadata@aasp.org.br</p>	



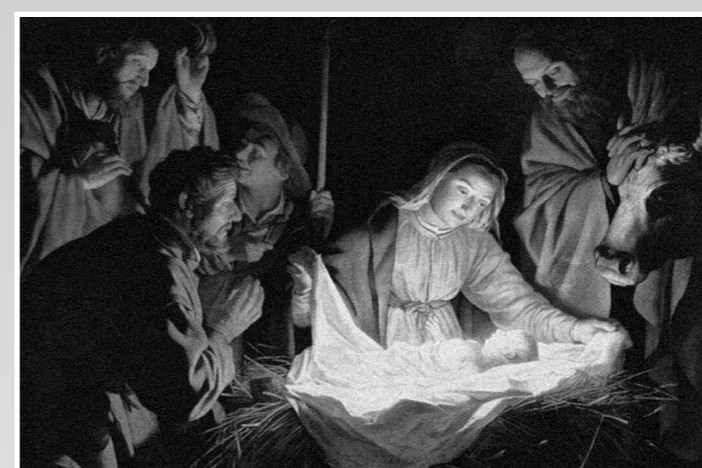
ANO IX • Nº 19

# Nosso Núcleo

PUBLICAÇÃO DO NÚCLEO ASSISTENCIAL ESPÍRITA "PAZ E AMOR EM JESUS" • DEZEMBRO DE 2009

## E PARA NÓS, ONDE JESUS NASCEU?

Perguntemos a Maria de Magdala, onde e quando nasceu Jesus e ela nos responderá:  
 - Jesus nasceu em Betânia, onde eu ouvi sua voz e a partir daí despertei para uma nova vida.  
 Perguntemos a Francisco de Assis e ele responderá:  
 - Ele nasceu no dia em que, na praça de Assis entreguei minha bolsa, minhas roupas e até meu nome para segui-lo incondicionalmente.  
 Perguntemos a Pedro:



- "Este é o meu filho amado!" Compreendi que chegara o momento de ele crescer e eu diminuir, para a glória de Deus.  
 Perguntemos a Lázaro onde e quando nasceu Jesus? Ele nos responderá:  
 - Jesus nasceu em Betânia, na tarde em que visitou o meu túmulo e disse:  
 - Lázaro! Levanta! Neste momento compreendi finalmente quem ele era... a ressurreição e a Vida!

- Jesus nasceu no pátio do palácio de Caifás, na noite em que o galo cantou pela terceira vez, no momento em que eu o havia negado. Foi nesse instante que acordou minha consciência para a verdadeira vida.  
 Perguntemos a Paulo de Tarso:  
 - Jesus nasceu na estrada de Damasco onde eu o vi envolvido por uma luz de tão intensa que me cegou e nesta cegueira passei a enxergar um mundo novo.  
 Perguntemos a Joana de Cusa onde e quando nasceu Jesus e ela nos responderá:  
 - Jesus nasceu no dia em que, amarrada ao poste do circo em Roma, eu ouvi o povo gritar:  
 - Negue! Negue! E eu não neguei confirmando assim o imenso amor que habitava dentro de mim.  
 Perguntemos a Tomé e ele responderá:  
 - Ele nasceu naquele dia em que toquei suas chagas e só então compreendi o sentido de suas palavras:  
 - Eu sou o Caminho, a Verdade e a Vida.  
 Perguntemos à mulher da Samaria o que ela sabe sobre o nascimento de Jesus e ela responderá:  
 - Jesus nasceu junto à fonte de Jacob, onde saciei minha sede com suas palavras.  
 Perguntemos a João Batista e ele nos responderá:  
 - Jesus nasceu no instante em que, chegando ao rio Jordão, pedi que eu o batizasse e pude ouvir do Alto a mensagem:

Perguntemos a Judas Iscariotes quando se deu o nascimento de Jesus. Ele nos responderá:  
 - Jesus nasceu no instante em que eu assistia ao seu julgamento e a sua condenação. Compreendi que Jesus estava acima de todos os tesouros terrenos.  
 Perguntemos a Bezerra de Menezes o que ele sabe sobre o nascimento de Jesus e Ele nos responderá:  
 - Jesus nasceu no dia em que desci as escadas da Federação Espírita Brasileira e um homem se aproximou dizendo:  
 - Vim devolver-lhe o abraço que me deste em nome de Maria, porque renovei minha fé e a confiança em Deus. Foi naquele instante que percebi a Sua misericórdia e o Seu imenso amor pelas criaturas.  
 Perguntemos, finalmente, a Maria de Nazaré onde e quando nasceu Jesus. E ela nos responderá:  
 - Jesus nasceu em Belém, sob as estrelas, que eram foco de luzes guiando os pastores e suas ovelhas ao berço de palha. Foi quando o segurei em meus braços pela primeira vez e senti se cumprir a promessa de um novo tempo através daquele menino que Deus enviara ao mundo, para ensinar aos homens a lei maior do Amor.  
 E para nós, quando Jesus nasceu? Pense nisso.  
 Que Jesus possa estar nascendo a todos os instantes de nossas vidas, iluminando nosso caminho e guiando nossos passos rumo ao Pai Criador.

Bibliografia: Apostila da Escola de Aprendizes do Evangelho Site: www.espirito.org.br/portal - mensagem de Chico Xavier Pesquisada feita por Ana Teresa Facetta - Escola de Aprendizes do Evangelho

**CURSOS PARA 2010 - INÍCIO EM FEVEREIRO**  
**JÁ ESTÃO DISPONÍVEIS NA LIVRARIA DO NÚCLEO OU EM NOSSO SITE**  
[www.pazeamor.org.br](http://www.pazeamor.org.br)  
**AS FICHAS DE INSCRIÇÃO PARA O PRÓXIMO ANO.**

*"Conheça a verdade e ela vos libertará"*  
 Jesus

**AVISO A TODOS**  
 O "PAZ E AMOR" MANTERÁ ABERTOS OS TRABALHOS PÚBLICOS DE PALESTRAS E PASSES REALIZADOS NO SALÃO PRINCIPAL, EXCETO NOS DIAS 24, 25, 31 de DEZEMBRO e 1º DE JANEIRO. As demais atividades encerram-se no dia 18 de dezembro e retornam dia 02 de janeiro

EDITORIAL

# FELIZ NATAL



O querido Chico Xavier sempre afirmou que o Espiritismo só lhe trouxe bênçãos, porque além do conhecimento lhe propiciou conquistar sua maior riqueza: os amigos...

Para nós o "Paz e Amor", que é nosso núcleo de aprendizado, também tem nos ofertado estas riquezas.

Nesta época do ano sempre fazemos um balanço das nossas vivências no ano, o que conquistamos, como nos saímos dos desafios que o ano 2009 nos propôs.

O Balanço do trabalho do "Paz e Amor" mais uma vez foi satisfatório. Novos trabalhos, novas amizades, novas conquistas, novos trabalhadores, e 2009 nos ajudou a valorizar a vida, os ganhos espirituais e materiais.

Contamos com a ajuda dos Benfeitores Espirituais para que em 2010 continuemos a valorizar a união, o respeito e a coragem de avançar um tanto mais, cumprindo assim aquilo que o Mestre nos ensinou: - Quem acolher um desses pequeninos, é a mim que acolheis... "Nenhuma de minhas ovelhas se perderá..."

Devemos ter a preocupação de manter nosso "Paz e Amor" firme aos propósitos que vem esponsando desde sua fundação, com as portas abertas, aconchegando os corações, como o nosso, que um dia aqui chegou e foi tão bem acolhido, inclusive suprimindo materialmente a quem precisa, esclarecendo pelos Cursos...

Nós, trabalhadores desta Casa rogamos ao mais alto, que nos propicie novas oportunidades de trabalho e aprendizado para o próximo ano, que saibamos, pelo nosso bem proceder continuar a espalhar "Paz e Amor" e que assim sejamos merecedores da proteção que desde a sua fundação até aqui, somos agraciados, principalmente agora que o nosso fundador está no mundo espiritual e com certeza, no tempo certo continuará trabalhando e velando por nós.

## 05 DE NOVEMBRO RETORNA À PATRIA ESPIRITUAL NOSSO FUNDADOR SR. JOÃO CORTESE

**Dia 05 marcou o retorno do nosso querido fundador: Sr João Antonio Cortese, ao mundo espiritual.**

**Grande Médiun, principalmente de cura, muito contribuiu com aqueles que o procuravam.**

**O Sr João Cortese, nos contava, que acompanhando um amigo até o Centro Espírita de Chico Xavier, permanecia na fila até que foi chamado pelo Chico:**

*- Ei, João,*

*Ele pensou quantos João, não deve ser eu.*

*- Cortese.... replicou Chico...*

*Foi assim que se conheceram.*

Durante muitos anos conviveu com o querido médiun Chico Xavier e recebeu deste mensagens inúmeras dentre elas, que sua tarefa seria de fundar alguns Centros Espíritas, a fim de cumprir tarefa previamente assumida no mundo espiritual.

Orientado pelo querido Chico, que as Casas que teria que fundar deveriam ter o nome "Paz e Amor em Jesus", já que estas eram as palavras finais das mensagens recebidas pelo médiun mineiro, ditadas pelo espírito Bezerra de Menezes.

Assim o nosso Núcleo foi o primeiro de uma série de Centros Espíritas que nosso querido Sr João fundou, sendo que o "nosso", já no próximo janeiro completará 47 anos de existência.

A partir do "nosso" Núcleo muito consolo, esclarecimento, ajuda espiritual e material vem sendo distribuídos a todos que se acercam desta Casa bendita.

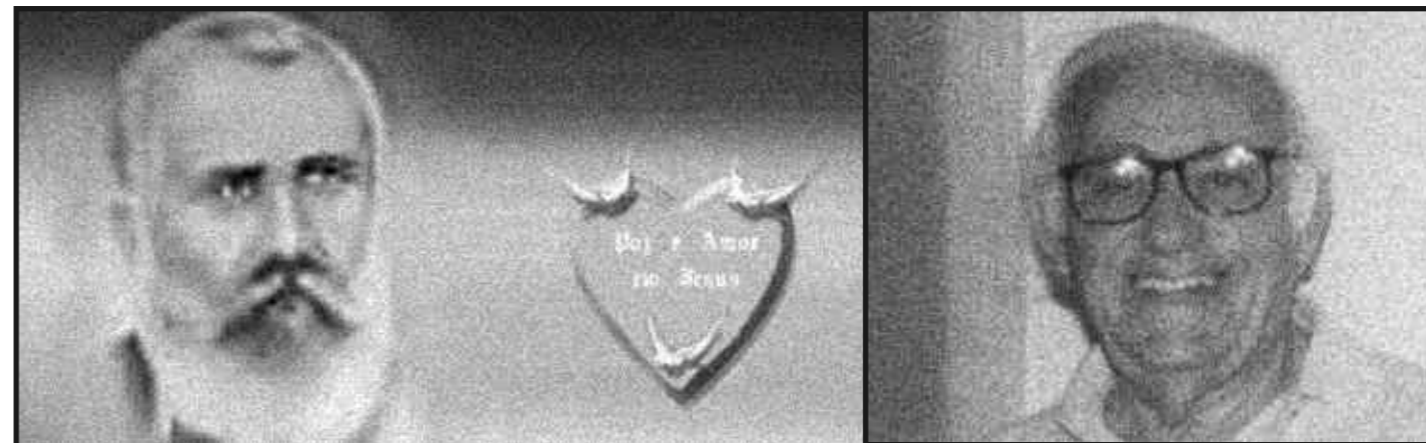
O Núcleo, em todos os dias da semana, manhã, tarde e noite, vem cumprindo sua tarefa de libertar consciências e ainda como Jesus nos convocou:

*- "Conhecereis a verdade e ela vos libertará..."*, daí tantos Cursos e palestras em nossa Casa.

Agora é hora de render nossa gratidão a esse trabalhador incansável, que mesmo convivendo com uma doença tão pertinaz, como é o câncer, deu exemplo de coragem e determinação.

Querido amigo João, tu fostes o primeiro, aquele que abriu caminho para que tivéssemos o PAZ E AMOR, foi aquele que acreditou, em tempos que muitos não se animavam a dizer-se espírita.

Abristes as portas de tua casa e nos recebestes e o trabalho foi tão bem feito que até hoje, mesmo com uma casa tão grande, ainda con-



tinuarás recebendo, com o mesmo aconchego de Casa pequena, em nome dos mentores espirituais, de Jesus e de Deus nosso Pai os caídos do caminho, os ávidos de conhecimento.

Bem cumpriste tua missão, vários "Paz e Amores" existem pelo teu amor à causa do Cristo amplificada pelos conhecimentos trazidos por Kardec.

Agora é a hora de receber o teu galardão, receber os frutos de tudo que semeastes. Permaneça em paz, sentiremos muitas saudades, mas como espíritas te dizemos: Até breve! Até breve, nosso querido amigo, Sr. João.

### POR QUE PARTICIPO DE UMA MOCIDADE ESPÍRITA?

Quando fui convidado a escrever sobre este tema, comecei a pensar na bênção, na riqueza, na felicidade e na maravilha que tem sido freqüentar uma mocidade espírita desde que eu tinha 13 anos. Obviamente eu poderia falar com muita propriedade sobre isso tudo, mas aprofundando um pouco mais a reflexão, percebi que para avaliar com maior justiça o papel da mocidade em minha vida, seria preciso que eu comparasse com o que seria uma vida sem a mocidade espírita.

Cada jovem é na verdade um universo de possibilidades. Verdadeiro campo fértil de tudo que ele pode vir a ser. E como o que cada jovem pode vir a ser afetará de forma decisiva o mundo de amanhã, esse é assunto de extrema importância para toda a sociedade; para todos aqueles que se preocupam com a realidade ao nosso redor.

Ao analisarmos as forças e correntes que constituem o mundo de influências na formação de um jovem, veremos que cada vez mais informação é despejada em seu mundo íntimo e cada vez mais cedo isso acontece, tornando-o exposto a realidades para as quais muitas vezes não está devidamente preparado.

Seja por uma questão de maturidade, seja pela forma descuidada como a sociedade trata do assunto, o que vemos é que, freqüentemente, o jovem abraça uma ou mais correntes de pensamento ou de influência, que mais lhe pareçam socialmente úteis e compensadoras. Isso o leva, então, a viver, tomar decisões e mesmo encaminhar a sua vida sem a base que seria necessária para ter uma visão mais crítica da realidade ao seu redor. E, sem uma base para a crítica, sem espaço fértil para questionar mais profundamente, qualquer um se torna joguete das diversas forças de influência a que estamos expostos todos os dias. É por isso que vemos uma multidão de jovens que andam por nossa sociedade como verdadeiros autômatos, sem

perspectiva de futuro, sem ideais plenificadores, buscando emoções cada vez mais fortes para sentirem-se vivos, vivendo descuidadamente o presente, porque o passado passou e não serviu como aprendizado e o futuro é incógnita indecifrável.

Apoiando sua vivência no pilar único de sua própria existência, ignorando ou fazendo força por ignorar aqueles que estão ao seu redor e escondendo-se nos prazeres de um momento, seja dos entorpecentes, seja da sensualidade desvairada.

Segundo um estudo da OMS de 2009, na revista científica Lancet, cerca de 2,6 milhões de jovens entre 10 e 24 anos morrem todos os anos por conta de acidentes de trânsito, complicações na gravidez e no parto, aborto, suicídios, violência, AIDS, tuberculose entre outras. São quase 5 jovens por minuto!

Não quero pintar aqui um quadro de pessimismo e desespero. Minha intenção não é essa, até porque encaro essa situação como mais um dos desafios evolutivos que a humanidade terá de solucionar, mas, acredito firmemente que neste caso a Mocidade Espírita poderá ajudar, poderá contribuir para diminuir tanta dor e sofrimento de almas que estão apenas no início de uma existência física. Costumo dizer que a Mocidade possui 3 pilares: Estudo, Trabalho e Amizade. É com base nestes pilares, embasados no tríptico aspecto da Doutrina Espírita: Filosófico, Científico e Moral, que a Mocidade contribui para a formação de uma visão mais crítica, de uma base sólida que exercerá uma enorme diferença na vida daqueles que lá estão.

A Mocidade Espírita deve contribuir na formação do cidadão, da pessoa, do espírito eterno.

É assim que a Mocidade se torna então um porto seguro para os jovens que buscam um rumo nos mares bravios dos desafios evolutivos. E é por isso que eu participo de uma Mocidade Espírita, para, de alguma forma, contribuir para a minha evolução e para a evolução de outros jovens que, assim como eu, acredita em um mundo melhor e em uma vida mais feliz.

Eu freqüento uma Mocidade Espírita porque num mundo tão complicado, ela me proporciona a felicidade de encontrar a mim mesmo, meu papel no universo e de me encontrar com outros que lá buscam o mesmo.

*Rodrigo Aguiar (Rodrighinho)  
Presidente da Mocidade Espírita "Paz e Amor em Jesus"  
rodrigoryu@uol.com.br*



**Novembro é mês para recordarmos de Jerônimo Mendonça, o Gigante deitado!**  
**Há 70 anos nascia Jerônimo em 01 de Novembro de 1939 em Ituitaba/MG e seu desencarne ocorreu em novembro, dia 26, há vinte anos atrás.**

Exemplo de paciência e amor ao próximo, de coragem e determinação no bem. Paralisado numa cama ortopédica por 30 anos, movendo apenas a boca e os olhos – embora também cego – tornou-se conhecido como o Gigante Deitado, face à extensão de suas obras em torno do ideal espírita e do amor ao próximo. Embora sua extrema limitação física, publicou vários livros, fundou instituições e percorreu o Brasil proferindo palestras, consolando almas e fornecendo na própria condição exemplos de coragem e determinação no bem. Sua voz forte, seu ânimo inquebrantável, apesar das dores que sentia em função de problemas cardíacos e da própria paralisia total dos membros, fizeram-no conhecido, respeitado, querido e sempre requisitado para palestras e diálogos com grandes ensinamentos, incentivando obras de causas sociais e de divulgação do Espiritismo. Fundou dois Centros Espíritas, o Lar Es-

quando o médico, amigo, chamou seus companheiros espíritas que ali estavam e lhes disse que o caso não tinha solução. A hemorragia não cedia e ele ia desencarnar. - Doutor, será que podemos pelo menos levá-lo até Uberaba, para despedir-se de Chico Xavier? Eles são muito amigos. - Só se for de avião. De carro ele morre no meio do caminho. Um de seus amigos tinha avião. Levaram-no para Uberaba. O lençol que o cobria era branco. Quando chegaram a Uberaba, estava vermelho, tinto de sangue. Chegaram à Comunhão Espírita, onde o Chico trabalhava então. Naquela hora ele não estava, participava de trabalho de peregrinação, visita fraterna, levando o pão e o evangelho aos pobres e doentes. Ao chegar, vendo o amigo vermelho de sangue disse o Chico: Olha só quem está nos visitando! O Jerônimo! Está parecendo uma rosa vermelha! Vamos todos dar uma

nestes momentos, que ele era cego e paralisado. Tornava-se igual aos sadios. Sobreviveu quase trinta anos após a hemorragia "fatal". Venceu o "coitadinho". Que essa história nos seja um exemplo, para que nos momentos difíceis tenhamos bom ânimo, vencendo a nossa tendência natural de autopiedade e esmorecimento. Certa feita, perguntado sobre o que seria a felicidade, responde: "a felicidade seria virar de lado". Jerônimo, preso a uma cama, cego, quase totalmente paralisado, saía pregando o Evangelho de Jesus pelo Brasil afora, sendo difícil, se procurado em sua terra natal, encontrá-lo. Pregações convincentes, pois ele cunha as palavras com a comovedora resignação do seu corpo adestrado pelo sacrifício, e se suas conferências emocionavam, seu exemplo edificante convencia.

## E VOCÊ RECLAMA POR QUÊ?

pirita Pouso do Amanhecer, que atende 200 crianças carentes, diariamente, fundou uma gráfica, lançou dois CDs e escreveu os livros: Crepúsculo de um Coração, Cadeira de Rodas, Nas pegadas de um Anjo, Escada de Luz, De mãos dadas com Jesus e Quatorze anos depois (em co-autoria). Todos os seus direitos autorais são doados a instituições de caridade, obras beneficentes. Para saber mais sobre sua vida e de seus exemplos temos, pela Editora O Clarim, Jane Martins Vilela escreveu "O Gigante Deitado" e Maria Gertrudes assinou Jerônimo Mendonça – Sua Vida e sua Obra, tendo organizado também Flores do Coração, de autoria de Jerônimo. Infelizmente as obras desse autor encontram-se presentemente esgotadas. Recentemente, todavia, a Petit lançou o excelente "Asas da Liberdade", na psicografia de Célia Xavier Camargo e assinado pelo mesmo e querido Jerônimo. O escritor e palestrante Jamiro dos Santos Filho, de Araguari-MG, lança mais uma obra alusiva a esse expressivo vulto do movimento espírita: Chico Xavier e Jerônimo Mendonça – a Fórmula da Felicidade, pela Mythos Books. Houve uma época, em meados de 1960, quando ainda enxergava, que Jerônimo quase desencarnou. Uma hemorragia acentuada, das vias urinárias, o acometeu. Estava internado num hospital de Ituitaba

beijo nessa rosa, mas com muito cuidado para ela não "despetalar". Um a um os companheiros passavam e lhe davam um suave beijo no rosto. Ele sentia a vibração da energia fluidica que recebia em cada beijo. Finalmente, Chico deu-lhe um beijo, colocando a mão no seu abdome, permanecendo assim por alguns minutos. Era a sensação de um choque de alta voltagem saindo da mão de Chico, o que Jerônimo percebeu. A hemorragia parou. Ele que, fraco, havia ido ali se despedir, para desencarnar, acabou fazendo a explanação evangélica, a pedido de Chico, e em seguida veio a explicação: - Você sabe o porquê desta hemorragia, Jerônimo? - Não, Chico. - Foi porque você aceitou o "coitadinho". Coitadinho do Jerônimo, coitadinho... Você desenvolveu a autopiedade. Começou a ter dó de você mesmo. Isso gerou um processo destrutivo. O seu pensamento negativo fluidicamente interferiu no seu corpo físico, gerando a lesão. Doravante, Jerônimo, vença o coitadinho. Tenha bom ânimo, alegre-se, cante, brinque, para que os outros não sintam piedade de você. Ele seguiu o conselho. A partir de então, após as palestras, ele cantava e contava histórias hilariantes sobre as suas dificuldades. A maioria das pessoas esquecia,

Era muito brincalhão e de tudo aproveitava para se tornar numa cena cômica. Numa palestra de Divaldo Pereira, a cama de Jerônimo estava em evidência, na frente, para não atrapalhar os que quisessem passar. Em certo momento, aproximou-se um homem alcoolizado, Disse-lhe: "Paralítico, levanta-se e anda!" E Jerônimo lhe disse – "Depois, meu amigo, depois". O ano de 2009 sugere, pois, lembrar esse querido autor e incomparável gigante. Sua voz ainda ecoa nos ouvidos daqueles que o conheceram. Um gigante mesmo na coragem, na determinação, no exemplo, na fé, no amor ao próximo, na perseverança. Muito se aprenderá com sua biografia, sua história, seus exemplos e seus livros para que o público mais jovem e mais recente no movimento espírita tenha conhecimento desse vulto extraordinário que esteve conosco e que há tão pouco tempo retornou, agora livre das amarras de um corpo em dificuldades. Estes exemplos motivadores devem sempre estar sendo lembrados e reverenciados, porque é possível sim... Nada de reclamar, nada de desistir. Com estes exemplos aprendemos que vale a pena persistir e de forma boa, alegres, buscando deixar este mundo melhor do que quando para cá viemos.

Tânia F.G. Carvalho

### ACONTECE

## 40 ANOS DE CHÁ BENEFICENTE DO "PAZ E AMOR"

Mais uma vez o Chá Beneficente do Paz e Amor, foi um sucesso!!!

Esse ano completou 40 anos de existência, sempre contando com a dedicação, esforço e carinho da Coordenadora Dona Emília e sua equipe. Na abertura do evento, Dona Emília Bergamo Rofano foi homenageada por sua equipe em nome de todas as equipes da casa, que reconhecem seu trabalho na organização geral deste Chá, que por tantos anos de dedicação, acaba sendo conhecido carinhosamente como "Chá da Dona Emília". Igualmente recebe os agradecimentos da equipe espiritual de Anália Franco, através da intuição de Dona Enedina, trabalhadora atuante da casa. Tudo começou no Paz e Amor da Visconde de Itaboraí, onde o Chá era feito no próprio salão das reuniões mediúnicas. A equipe preparava o salão e, logo após o evento, tinha que deixá-lo em ordem para os trabalhos da casa. O Chá chegou a ser feito na cozinha da casa de Dona Emília. Depois, o Chá passou para o centro do Senhor Melo, que cedia o Buffet que havia na parte de baixo. Lá, a equipe tinha que levar tudo, desde as cadeiras até os salgadinhos e doces, que sempre foram feitos pela equipe.

O Chá foi crescendo e o Dr. Reinaldo Leite conseguiu o Salão dos loguslavos, na Rua Tobias Barretos, onde permaneceu por alguns anos, ainda com toda a preparação feita pela equipe. Hoje, podemos contar com Buffet que cede seu salão e cobra apenas os salgadinhos e os doces. O bingo é sorteado através de programa de computador.

Esse trabalho vem sendo realizado, todos esses anos, com a finalidade de arrecadar fundos que são utilizados na compra de materiais para os cursos assistenciais profissionalizantes da segunda-feira, na compra de mantimentos para as cestas básicas de natal das nossas assistidas e até mesmo para outras necessidades das Casas, que hoje se desmembraram através do Paz e Amor. É a família Nucleana que vem crescendo, utilizando-se de esforço pessoal e dedicação de tantos novos trabalhadores, criando tantos outros eventos, seguindo os exemplos de pessoas valorosas que sempre se dedicaram para que a Casa se mantenha como um grande farol de luz que é e sempre será. Assim, a equipe que realiza o Chá também deixa aqui gravados os seus agradecimentos à diretoria pelo apoio e confiança, a todas as equipes participantes da casa com a colaboração nas prendas e a todo o público que participou ou vibrou para o sucesso de mais um evento.

Dna. Emília é a única da primeira equipe organizadora, que o acompanha até hoje!



Dna. Emília recebendo homenagem e convidada a apagar as velas de 40 anos do Evento.

**ORIGEM DA SPEE**

**PRIMEIRO CENTRO ESPÍRITA DO MUNDO FUNDADO EM 1º DE ABRIL DE 1858 SOCIEDADE PARISIENSE DE ESTUDOS ESPÍRITAS**

Por iniciativa de Allan Kardec, o Codificador do Espiritismo, surgiu em Paris, França, no ano de 1858

Para entendermos as dificuldades para tal surgimento, temos que nos remeter à época dos fatos: 1858, e observar o contexto social francês daquele tempo.

A França, à época de Kardec, vivia tempos politicamente conturbados, por isso, o funcionamento da Sociedade Parisiense de Estudos Espíritas (SPEE) dependia de autorização para seu funcionamento legal, o que não seria fácil conseguir.

Napoleão Bonaparte III, sobrinho do grande Napoleão, era o imperador de França, tendo permanecido no período de 1852 a 1870.

Um revolucionário nacionalista italiano chamado Félix Orsini, perpetrou um atentado em 14 de janeiro de 1858 contra a vida de Napoleão e este foi condenado à morte, pela guilhotina em 13 de março de 1858, isto é, quase vinte dias antes da fundação da SPEE. Este episódio provocou a sanção da Lei de Segurança Geral, que facultava ao Ministro do Interior, então o general Espinasse, transladar ou exilar qualquer cidadão francês, que fosse reconhecido culpado por conspirar contra a segurança do Estado. Esta lei permaneceu por doze anos. Assim não se permitia reuniões com mais de 20 pessoas em espaço fechado. O estatuto social da SPEE devia ser submetido às autoridades sob este severo regime, que ante as novas idéias, colocariam sua atenção sobre o objeto e os nomes dos seus componentes.

Para funcionar legalmente e não ser incomodada, a SPEE precisaria transpor as dificuldades que as circunstâncias da época impunham. Então... Assim quem autorizou o funcionamento do primeiro Centro Espírita do planeta foi um general.

O Sr. Dufaux (\*), que participava da SPEE, cuidou do caso, porque se dava com o Prefeito de Polícia de Paris, que seria a primeira autoridade a ser contatada.

O general Espinasse, em vida, era simpaticante da causa Espírita, sem que Kardec soubesse.

Ele conseguiu a autorização, em menos de 15 dias, quando o tempo médio era de pelo menos três meses e observe-se que o mesmo permaneceu no cargo de 7 de fevereiro a 14 de junho de 1858, no pouco tempo em que esteve na função foi o suficiente para que o general Espinasse concedesse a autorização de funcionamento da SPEE.

No início, por cerca de seis meses, Kardec realizava as reuniões na própria residência, então situada à Rua dos Mártires, nº 8, junto com alguns adeptos (entre 8 a 10 pessoas), sempre às terças-feiras.

O espaço era reduzido, impossibilitando o crescente número de estudiosos que ali compareciam.

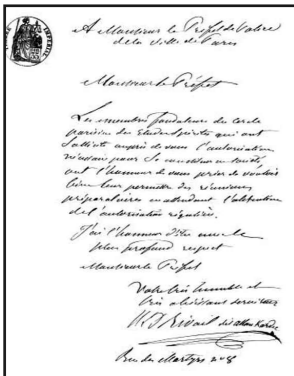
Posteriormente, já legalizada, passou a funcionar na GALERIA DE VALOIS, até 1º de abril do ano de 1859.



De 1º de abril de 1859 até 1º de abril de 1860, nas sextas-feiras, a SPEE funcionou na galeria MONTPENSIER, mais precisamente na passagem Sant'Ana, nº 59. E foi assim, em sínteses, o início do primeiro Centro Espírita do planeta Terra.

**FONTE DAS INFORMAÇÕES HISTÓRICAS:**  
Revista O REFORMADOR (FEB) - Edição Abril 2008  
Revista RESENHA ESPÍRITA - Nº 02 2008

Carta escrita de próprio punho por Kardec ao Prefeito de Paris



Ao Sr Prefeito de Policia da Cidade de Paris.

Sr. Prefeito:

Os membros fundadores do Circulo Parisiense de Estudos Espíritas, que solicitam junto a vós a autorização necessária para constituir-nos em Sociedade, temos a honra de pedir-vos que consintais permitir-nos reuniões preparatórias, enquanto esperamos a autorização regular. Com o mais profundo respeito, Sr. Prefeito, tenho a honra de ser vosso muito humilde e muito obediente servidor. H. L. D. Rivail, dito Allan Kardec.

Interessante que Kardec assina seu nome e seu pseudônimo, Allan Kardec, com que viria a ser conhecido mundialmente.

(\* Sr. Dufaux, pai da Srta. Ermance Dufaux, que atuava como a médium principal nas reuniões. São Luiz - "Presidente-espiritual" da SPEE; foi, na França, em encarnação passada, o rei Luiz IX.

**“ONDE QUER QUE AS MINHAS OBRAS PENETREM E SIRVAM DE GUIA, O ESPIRITISMO É VISTO SOB O SEU VERDADEIRO ASPECTO, ISTO É, SOB UM CARÁTER EXCLUSIVAMENTE MORAL”.**

ALLAN KARDEC

**O MELHOR QUE SE PODE FAZER PELO ESPIRITISMO É DIVULGÁ-LO CORRETAMENTE.**

**EVANGELIZAÇÃO INFANTIL**

**A PONTE MAIS IMPORTANTE**

**Você saberia dizer qual é a ponte mais importante do mundo?**

Talvez muitas imagens de mega-construções tenham passado pela sua mente neste instante, mas seguramente nenhuma delas é a mais importante, embora todas sejam úteis.

Agora imagine uma mãe com seu bebê no colo. Imagine o bebê sugando o leite materno enquanto a mãe o acaricia e o envolve em ternos carinho. Sem dúvida, uma imagem divina!

Agora imagine uma criança deitada sobre o peito de seu pai, enquanto o pai passa suavemente a mão sobre suas costas.

Outra cena comovente, com certeza. Mas, afinal de contas, o que isto tem a ver com a ponte mais importante do mundo? Tem, e muito.

Esses pequenos gestos são os alicerces que sustentarão a ponte mais eficiente e mais importante da vida: a ponte do diálogo.

Muitos pais desconhecem que é desde os primeiros dias de vida de seus bebês que a ponte do diálogo deve ser iniciada. Os pais que sabem disso começam a conversar com o filho enquanto este ainda se move no ventre materno. E o bebê responde, ao seu modo.

Mas quando esse importante meio de comunicação e união não é construído, as conseqüências podem ser desastrosas, pois um precipício pode se abrir entre pais e filhos.

Não é raro que muitos pais se desesperem quando tentam dar um passo na direção do filho e só encontram um profundo vazio.

Não há ponte. Não há como se aproximar. Perplexos, os pais gritam. Também em vão. Os filhos não os ouvem. Não há entendimento. Só há um grande e triste distanciamento.

Desatentos para essa realidade, muitos pais crêm que somente quando o filho for jovem é que deverão se preocupar com uma aproximação.

Ledo engano!

“Onde foi que eu errei?”, perguntam-se. Mas não ouvem resposta alguma.

Encontrarão a resposta fazendo uma retrospectiva de suas atitudes para com os filhos, desde o momento em que eles chegaram ao mundo.

As cenas são quase sempre iguais, mudando apenas o cenário e os personagens.

O filho pequeno, que ainda não sabe se comunicar com palavras, é extremamente sensível aos gestos dos pais, mas é tratado como se fosse apenas um boneco, sem razão nem sentimentos.

Não é digno de atenção, pois não sabe se expressar.

Outro equívoco, pois logo as crianças demonstram sua indignação agindo com rebeldia ou violência, ou se isolando do mundo.

Por todas essas razões, e outras mais, é importante pensar nessa ponte de afeição que liga as criaturas.

Ela precisa ser construída com cuidado, usando-se os melhores sentimentos de ternura, atenção e respeito, os únicos que são eficientes e duráveis.

Por mais que avance a tecnologia, que se tenha mil modos de comunicação, nada substitui o diálogo caloroso entre os familiares.

E não basta apenas estar junto, não basta oferecer o peito ao bebê e ficar com a mente e o coração distantes.

Não é suficiente sentar-se na mesma poltrona, ligar a TV e ver um bom filme. É preciso estar junto, sentir o coração pulsando, os olhos fugidios, os medos escondidos.

Considere tudo isso e comece, ainda hoje, a construção dessa ponte de ternura que aproximará você de quem você ama.

Não permita que a erosão da indiferença abra valas intransponíveis entre você e os seus amores!

Aproxime-se, de corpo e alma, enquanto ainda há tempo.

(TEXTO EXTRAÍDO DO SITE [www.momento.com.br](http://www.momento.com.br))



**“Pais bonzinhos são tão danosos quanto pais indiferentes: o amor não se compra com presentes, nem fingindo não saber, desviando o olhar quando ele deveria estar vigilante”**



# CONSTRUINDO

Nossa proposta é abordarmos os aspectos psicológicos e espirituais e, para falarmos sobre este assunto, é importante que busquemos o grande psicólogo "JESUS" que, como sempre, nos indica o melhor caminho a seguir em quaisquer situações que envolvam o bem estar do homem.

A máxima de **JESUS**, que ainda temos uma enorme dificuldade em assimilar e, conseqüentemente, seguir é:

**"AMAR A DEUS SOBRE TODAS AS COISAS E AO PRÓXIMO COMO A SI "MESMO".**

Se conseguíssemos seguir esta frase, todos os nossos desconfortos estariam resolvidos e, certamente, já estaríamos habitando os mundos mais evoluídos do que esta escola chamada "T E R R A".

Observamos, como dissemos anteriormente, o quanto é difícil ao ser humano entrar em contato com os próprios sentimentos acerca de si mesmo. Há uma série de preconceitos que envolvem o homem e dificultam a sua caminhada. A religião, que tem como objetivo trabalhar justamente a questão da religação do homem com **DEUS**, muitas vezes, pelas dificuldades decorrentes da má interpretação de suas palavras, crenças e valores individuais daqueles que lêem, estudam e pregam os conceitos religiosos, não raro instala culpas nas pessoas que comprometem sua auto-estima. Por outro lado, a psicologia, que é a ciência que busca uma melhor interação intra e interpessoal, se afastou por muitos anos de **DEUS**, o que certamente acabou por contribuir para o caos instalado.

Ciência e religião, não podem sob nenhum aspecto, seguirem caminhos antagônicos já que tudo é criação divina.

Busquemos inicialmente a psicologia para tentarmos entender justamente esta questão da auto-estima.

A Análise Transacional, é uma abordagem da psicologia que tem como meta propiciar ao indivíduo sua autonomia através do melhor relacionamento consigo, com o outro e com o mundo; aborda a questão da afetividade com um instrumento chamado "carícias", que é a unidade de reconhecimento de si, do outro e do mundo (por mundo devemos entender inclusive o aspecto espiritual, lembrando que somos criaturas espirituais), portanto, todos, sem exceção, necessitamos de carícias. Há um experimento com macacos em que dois deles recém nascidos foram retirados de suas mães biológicas e colocados em gaiolas, um com uma mãe de pano, quentinha, fofinha, e o outro com uma mãe de arame, fria e dura; ambos receberam por um

# A AUTO ESTIMA

determinado tempo alimentação na mesma quantidade e qualidade, enquanto era feito o acompanhamento do desenvolvimento de ambos: o 1º cuja mãe era de pano, apesar de apresentar alguma atrofia afetiva, sobreviveu sem grandes problemas; já o 2º com a mãe de arame, apresentou sérios comprometimentos neurológicos, interferindo no seu desenvolvimento. Este experimento nos mostra o quanto é necessário sentir-se seguro, aquecido e amado. Assim como as crianças recém nascidas, que têm mais adequado desenvolvimento, quando acariciados em suas colunas; esta forma de carícia é interpretada como proteção.

As carícias podem ser positivas ou negativas. Em nossa psique possuímos baterias que precisam estar alimentadas com cargas positivas; para que as mesmas estejam supridas, depende exclusivamente de nossas ações e de como lidamos com as carícias. Nosso processo de educação tem muito embasamento preconceituoso e estes são passados para as crianças, que entendem que dar ou receber carícias é feio, pois se assim fizerem não vão ser aceitas pelas pessoas.

Não há dúvidas de que temos medos e alguns são chamados de básicos:

- MEDO DE NÃO SER ACEITO/AMADO;
- MEDO DO ABANDONO;
- MEDO DA SOLIDÃO;
- MEDO DO MEDO;

Então em função de nossa aprendizagem associada aos nossos medos passamos a praticar a:

## "LEI DA ECONOMIA DE CARÍCIAS"

- NÃO DÊ CARÍCIAS POSITIVAS;
- NÃO ACEITE CARÍCIAS POSITIVAS;
- NÃO PEÇA CARÍCIAS POSITIVAS;
- NÃO SE DÊ CARÍCIAS POSITIVAS;
- NÃO RECUSE CARÍCIAS NEGATIVAS.

Cumprir leis é um dever de todo cidadão, aliás, **JESUS** mesmo quando questionado se seria correto pagar os tributos a César disse: "a quem pertence a imagem gravada na moeda? A César, responderam. Então, dêem a César o que é de César". Porém, no que diz respeito à "lei da economia de carícias", o seu cumprimento nos leva à dor, que nos leva à baixa-estima, mas, o ser humano é altamente criativo e percebe que se desenvolver algumas doenças chamadas psicossomáticas poderá receber carícias, mesmo que sejam de lástima, pois melhor estas do que nenhuma. O ser humano é um todo "bio-socio-emocional-cósmico".

**Bio** - o corpo que abriga a essência espiritual; trata-se da matéria que é energia condensada, já que tudo no universo é energia.

**Mental/emocional** - a forma como alimentamos nossas baterias e suprimos nossas fomes para conseqüentemente vivenciarmos o aspecto social.

**Sócio** - nossas diversas relações sociais - profissional - práticas religiosas - familiar - etc.

**Cósmico** - o que transcende a tudo que é palpável, o ser espiritual que cada um de nós é; individualidades que foram criadas para serem felizes; a alegria é do espírito e independe dos dissabores que possam surgir em nossa caminhada. Alguém pode até pensar como posso ser alegre se tenho tantos problemas????? A alegria está vinculada ao fato de termos sempre novas oportunidades reencarnatórias para alcançarmos a felicidade.

Quando estas engrenagens não estão em funcionamento perfeito, criamos para nós uma série de problemas de difícil solução.

Dissemos que a religião é a religação com **DEUS**; somos criaturas feitas à sua imagem e semelhança portanto temos a semente da perfeição em cada um de nós. A doutrina espírita através dos seus ensinamentos e de sua filosofia, nos leva a ascensão através da conscientização.

Lembrando uma vez mais: **JESUS** em "ama o teu próximo como a si mesmo" este "como a si mesmo" é a chave de tudo.

Nós que abraçamos a doutrina de Kardec como valor e filosofia religiosa, temos consciência de que somos espíritos e que, portanto, trazemos uma bagagem antiga de vidas passadas. Nesta bagagem espiritual trazemos armazenados conosco uma série de acertos e desacertos. No processo reencarnatório passamos pelo véu do esquecimento. Em espírito, sabemos dos nossos desacertos, que, de certa forma, desenvolveram em nossa psique espiritual, sentimentos de culpas que acabaram por alimentar a baixa auto-estima. Então, concluímos que muito daquilo que sentimos são lembranças de situações passadas, que ainda não foram resolvidas.

Por mais que isto nos incomode, somos ainda espíritos imperfeitos, certamente melhores do que já fomos, porém muito distantes ainda daquilo que almejamos.

Nessa busca pela nossa melhoria, é comum desenvolvermos em nós uma paixão narcisista, que se alia ao sentimento que chamamos de amor próprio muito confundido, aliás, com auto-estima.

**Hoje estaremos conversando sobre uma questão muito séria que certamente dificulta bastante a vida de todos nós:- auto-estima. Se pensarmos rapidamente sobre o assunto e questionarmos - O QUE VOCÊS SENTEM POR SI MESMOS? A resposta parece simples à pergunta aparentemente óbvia, porém esta não é a realidade; a maioria de nós tem uma grande dificuldade de parar e refletir sobre quais são os seus reais sentimentos por si mesmos; não estamos acostumados com este questionamento e parar, refletir, não raro nos causa embaraço no momento da resposta.**

Rosangela Maria Escudeiro Donadio - Psicóloga  
Trabalhadora do Núcleo Assistencial Espírita  
Paz e Amor em Jesus  
11/2009.

#### • AUTO-ESTIMA X AMOR PRÓPRIO X ORGULHO

No amor próprio, desenvolvemos uma postura arrogante. A arrogância caminha em parceria com o orgulho que é um sentimento de desprezo para com o outro. Nossa tendência é desqualificar o outro, às vezes, como mecanismo de defesa, para esconder nossa auto-estima ruim, provocando uma série de desafetos. Então, o indivíduo que tanto teme a solidão, acaba por vestir-se pela postura que assume, com uma camiseta com os seguintes dizeres: “não se aproxime”.

#### • AUTO-ESTIMA X EGOISMO

Quando a auto-estima esta “associada” ao egoísmo, vemos seres vaidosos e mesquinhos, que acreditam poder acumular bens que serão armazenados para contribuir com o seu bem estar. Nesse caso, há uma falsa sensação de bem estar, pois crêem que assim serão aceitos e, portanto, queridos. Estes são aqueles que se alimentam das falsas carícias, não se dando conta de que suas baterias não estão efetivamente nutridas. Os sentimentos que despertam em si mesmas e nos outros é absolutamente frágil; um simples sopro pode derrubá-los; não se apercebem que todos os bens de que dispomos são apenas empréstimos da divina providência como compromisso na difusão do bem estar comum, cujo resultado é um sentimento real de maior valia.

#### • AUTO-ESTIMA X POSIÇÃO DE VÍTIMA

Há também aqueles que se sentem vítimas do mundo. Trata-se de pessoas que carregam consigo o complexo de inferioridade e que se alimentam por um conjunto de idéias recalçadas na infância, associadas às lembranças de vidas passadas. Mais uma vez, a culpa se faz presente assim como os pensamentos negativos com a sensação de inadequação, frustração, auto desqualificação e ausência de habilidades pessoais, desenvolvendo a depressão.

#### • AUTO-ESTIMA X PROCESSOS OBSESSIVOS

Sabemos que tudo é energia: a energia possui polaridades positivas e negativas. Quando nossa auto-estima é baixa, atuamos muito próximos da polaridade negativa, nutrindo nossa bateria com cargas negativas. Sabemos também que, na esfera sutil, há irmãos que também atuam na polaridade negativa e que se satisfazem e se divertem com as mazelas alheias. Nestas circunstâncias, criamos um campo fértil para que os mesmos se aproximem; delegamos parte da nossa autonomia a eles, tornando-nos brinquedos em suas mãos. Assumindo esta conduta, mesmo que inconscientemente, os tratamentos espirituais, que são de grande valia, surtirão efeitos benéficos frágeis, pois não estamos fazendo o nosso melhor em favor de nós mesmos; nossas atitudes continuam a alimentar a ligação, às vezes, simbiótica estabelecida pelo nosso mau pensar/agir, ou seja, nos libertamos de um processo obsessivo com o trata-

mento recebido na casa espírita, porém estabelecemos outros, já que os valores morais que postulam nossa caminhada não são transmutados.

#### • CONSTRUINDO A AUTO-ESTIMA

Tudo que existe na terra é de criação divina, portanto mesmo não entendendo exatamente qual o nosso papel na vida, devemos desenvolver em nós a certeza de que somos importantes e que fomos convocados a dar nossa contribuição ao universo.

A proposta educacional de JESUS, utiliza-se da pedagogia do amor a DEUS e ao próximo como a si mesmo. Sua didática está embasada na renúncia do personalismo exigente para o desenvolvimento de um caminho de libertação, com a certeza de que somos criaturas individuais, únicas, conscientes de amar e servir para a conquista da harmonia interior : auto-estima e felicidade.

**Para isso é necessário seguir os seguintes passos:**

#### • AUTO-ESTIMA E EDUCAÇÃO

Buscar através do estudo, novas metas, que conduzirão à reflexão acerca das próprias condutas. Somente com o conhecimento das verdades espirituais poderemos tomar decisões mais acertadas. O evangelho é a bússola que fornecerá o norte em todas e quaisquer circunstâncias de nossa jornada.

#### • AUTO-ESTIMA E REFORMA ÍNTIMA

Esta é uma tecla que insistentemente tocamos. Trata-se de uma força centrífuga de transformação, onde se assume perante si mesmo o compromisso de renovação interior em favor dos novos padrões de existir e ser. Para tanto, há que se tornar íntimo de si mesmo, buscando conhecer os seus reais valores, para posterior correção de rota. Devemos entender que intimidade é olhar-se para dentro com lealdade em favor da renovação, abandonando velhos valores para acrescentarmos novos e atuais; é deixar morrer o homem velho para nascer o novo homem – criado à imagem e semelhança de DEUS.

#### • AUTO-ESTIMA E FÉ RACIOCINADA

O evangelho nos fala que a “fé é o sentimento inato no homem; é a consciência das prodigiosas faculdades que traz em germe íntimo, a princípio, de forma latente, mas deverá germinar e crescer através de sua vontade ativa.”  
Somos seres inteligentes com capacidade de raciocínio. Através deste talento, devemos buscar a certeza de que tudo que nos ocorre é em favor de nós mesmos e que o amparo sempre está presente em nosso caminhar, logo, se algum fato nos acontece com aparência de fracasso, devemos entender que faz parte do nosso aprendizado, aceitando de forma resignada as turbulências, porém com postura pró ativa de renovação.

#### • AUTO-ESTIMA E CARIDADE

A prática da caridade sem salvacionismo, mas proporcionando ao outro a satisfação e a oportunidade de renovação, é o alimento de que necessitamos para nossa harmonia interior, lembrando que mais recebe aquele que doa do que aquele que fora beneficiado com o nosso ato.

#### • AUTO-ESTIMA E AUTO PERDÃO

O perdão é uma das virtudes mais difíceis de ser conquistada pois é necessário trabalhar a aceitação de si e do outro. Na nossa ânsia de perfeição, nos tornamos juizes de nossas próprias condutas, porém, com um crivo extremamente pesado. Esta postura nos impede de compreender que estamos ainda em processo de renovação e crescimento; temos uma caminhada árdua à nossa frente com uma subida íngreme. Este é o entendimento que devemos desenvolver em nós, se, efe-

tivamente, buscamos galgar novos degraus na escalada da evolução. O momento melhor é este; não o passado que já se foi, nem o futuro que está por vir. Errou? Aprenda e assuma novas posturas de entendimento e aceitação do seu momento, pois, afinal, errar não é errado – somente erra aquele que se dispõe a realizar algo.

#### • AUTO-ESTIMA E PACIÊNCIA

A paciência é desenvolvida em si através da fé; é a certeza de que estamos trabalhando pela nossa melhoria e que já percorremos um caminho longo de descertos e que existem vícios comportamentais que precisam ser banidos de nossas condutas, porém, a simples conscientização não nos dá esta renovação; há que se desenvolver a plena atenção, que é o olhar-se direcionando novos pensamentos assertivos na construção da nova auto-imagem, com a renovação dos valores morais ausentes de julgamentos arcaicos, que em nada contribuem para a formação do homem novo.



#### FINALIZANDO

*O sentido de estarmos encarnados nesta escola chamada TERRA é a conscientização da riqueza de nosso mundo interior. Somos essências divinas em busca da perfeição e o caminho é o auto descobrimento, logo, devemos confiar sempre na luz maior que há em nós, pois ela, certamente, nos conduzirá pelos melhores caminhos.*

NOTÍCIAS

# BEBÊ BRITÂNICO SOBREVIVE APÓS DESLIGAMENTO DE RESPIRADOR ARTIFICIAL

Notícia publicada em 24/06/2009 - 06:34 - BBC Brasil

Um bebê que estava morrendo de meningite surpreendeu os médicos ao sobreviver depois que o respirador artificial que usava foi desligado. Os especialistas deram a Grace Vincent uma chance de sobrevivência de um por cento depois que ela contraiu a doença com apenas seis semanas de vida.

Vincent passou quatro dias em terapia intensiva antes que seus pais, Pete e Emily, decidissem que o equipamento que garantia sua sobrevivência deveria ser desligado.

Mas, quando aguardavam sua morte ao lado do berço no Hospital Geral de Newcastle, viram com surpresa que Grace começou a respirar sozinha.

O bebê está se recuperando em casa, na cidade de Newcastle, no norte da Inglaterra.

A mãe do bebê, Emily Ashurst, de 26 anos, disse que Grace nasceu sem complicações no dia 3 de abril. O pai, Pete Vincent, um fuzileiro naval da Marinha britânica de 26 anos, tinha voltado do Afeganistão, onde forças britânicas participam da coalizão liderada pelos Estados Unidos, e estava se ambientando à vida de volta na Inglaterra, quando a filha ficou doente.

"Depois que foi tomada a decisão de suspender a sustentação (artificial) da vida ninguém achou que ela iria sobreviver", disse o médico, segundo o jornal.

O pai afirmou, segundo o jornal britânico The Daily Telegraph, que "a decisão de desligar a máquina foi baseada no que os médicos estavam nos dizendo", "Os resultados dos testes eram muito ruins, então, nós pensamos que seria melhor para ela. Eles nos disseram que ela daria umas últimas respiradas."

"Mas ela continuou respirando pelas próximas seis horas. Seis meses no Afeganistão foram fáceis em comparação a isto."

Ki Pang, neurologista do Hospital Geral de Newcastle, disse que a sobrevivência do bebê foi "uma feliz surpresa", segundo o Daily Telegraph.

**SÃO ESTAS NOTÍCIAS QUE NOS FAZEM PENSAR QUE NÃO SABEMOS NADA, QUE AINDA ESTAMOS TÃO AQUÉM DO CONHECIMENTO, DAÍ DEVERMOS TER MUITO CUIDADO EM TOMAR ATITUDES QUE PODEM REDUNDAR EM EUTANÁSIA.**



## Viver como as flores

*Mestre, como faço para não me aborrecer?  
Algumas pessoas falam demais, outras são ignorantes.  
Algumas são indiferentes.  
Sinto ódio das que são mentirosas.  
Sofro com as que caluniam.  
Pois viva como as flores, advertiu o mestre.  
Como é viver como as flores?  
Perguntou o discípulo.  
Repare nestas flores, continuou o mestre,  
apontando lírios que cresciam no jardim.  
Elas nascem no esterco, entretanto, são puras e perfumadas.  
Extraem do adubo malcheiroso tudo que lhes é útil e saudável,  
mas não permitem que o azedume da terra  
manche o frescor de suas pétalas.  
É justo angustiar-se com as próprias culpas,  
mas não é sábio permitir que os vícios dos outros o importunem.  
Os defeitos deles são deles e não seus.  
Se não são seus, não há razão para aborrecimento.  
Exercite, pois, a virtude de rejeitar todo mal que vem de fora.  
Isso é viver como as flores...*

Autor desconhecido

# STRESS DO CÉREBRO E RELIGIÃO

## Como Proteger o Cérebro Super-Estressado?

Dr. Sérgio Vaisman

Não existem dúvidas quanto ao fato de vivermos num mundo sobrecarregado de tensões que aumentam o estresse.

Um recente estudo demonstrou que 75% das pessoas pesquisadas sofrem de algum tipo de estresse severo pelo menos uma vez por semana. Nós, como a maioria das pessoas, sofremos nossas experiências estressantes semanalmente, senão até diariamente.

Estresse de qualquer natureza afeta diretamente o cérebro. Pode causar lesões em suas células e as levarem à morte! Estudos mostram que o estresse de qualquer forma aumenta dramaticamente a produção de radicais livres que danificam várias áreas cerebrais, especialmente uma estrutura denominada HIPOCAMPO. Com o passar do tempo, esses danos podem produzir sérias conseqüências tais como problemas de aprendizado, memória, concentração, força muscular e pode passar a ser ponto originário de doenças mais graves tais como Alzheimer e Parkinson.

Recentes pesquisas revelaram que estresse agudo é capaz de ativar enzimas antioxidantes protetoras do cérebro, mas estresse do tipo crônico pode impedir que essa proteção ocorra levando a maior vulnerabilidade do órgão e lesões irreversíveis.

Como vivemos num mundo cada vez mais composto de condições estressantes, vários estudos foram feitos a respeito e concluíram que o uso preventivo de antioxidantes podem proteger melhor o cérebro

das condições a que ele se submete, além do fato de estarmos vivendo num mundo cada vez mais tóxico, expostos a substâncias químicas também agressivas ao cérebro.

Nossa dieta alimentar deveria ser a principal fonte de proteção antioxidante do nosso organismo, mas, infelizmente, devido ao processamento dos alimentos nas indústrias, cada vez menos nutrientes nos são fornecidos pela alimentação, fazendo com que falte matéria-prima adequada para nos defendermos.

Além dos nutrientes fundamentais, exercícios físicos também tem seu importante papel na proteção cerebral, pois estimulam a produção de antioxidantes dentro das células além de ENDORFINA, que melhora o humor e reduz chances de aparecimento de depressão.

Como tudo na Natureza deve ser dosado, o excesso de atividade física, principalmente extenuante, aumenta a produção dos radicais livres, propiciando mais danos ao cérebro.

Para completar, um estudo da Universidade do Mississippi comprovou que os afro-americanos mais engajados na religião costumam ter menos possibilidades de sofrerem dessas doenças degenerativas cerebrais o que reforça a conclusão que a fé é uma poderosa arma na manutenção do equilíbrio e da saúde em geral, pois a crença religiosa remove uma importante carga de estresse.

Temos que fazer nossa parte. Se nos preocuparmos com o aprimoramento da saúde, utilizando medidas que estabeleçam estilo de vida satisfatório, teremos menos problemas a nos lamentar no futuro.

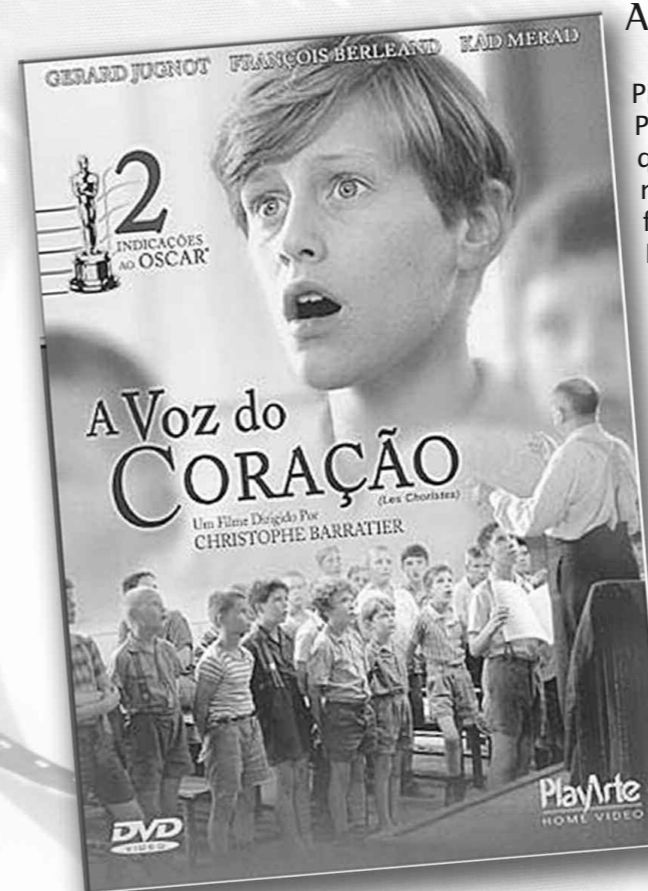


### DE OLHO NA TELA



### HORA DE RECOMEÇAR (Safe Harbour)

O filme apresenta uma família marcada pela perda de entes queridos. A vida da jovem Pip e de sua mãe Ophelie desmoronou com a morte do pai e do irmão em um acidente de avião. Mas, a vida apresenta outros caminhos e tempo depois, a garota conhece o pintor Matt Bowels que o faz recordar de sua filha. A beleza da amizade e as buscas da mãe, com trabalho voluntário começam a redesenhar novas perspectivas para que a vida continue. Muitas descobertas e confrontos com seus sentimentos estão reservados a estes três, que talvez aprendam a amar novamente. Vale à pena assistir



### A VOZ DO CORAÇÃO

Pierre Morhange (Jacques Perrin) é um famoso maestro que retorna à sua cidade natal ao saber do falecimento de sua mãe. Lá ele encontra um diário mantido por seu antigo professor de música, Clément Mathieu (Gérard Jugnot), através do qual passa a relembrar sua própria infância, quando vivia numa instituição rígida. Mais exatamente a década de 40, quando passou a participar de um coro organizado pelo professor, que terminou por revelar seus dotes musicais. Grandes sentimentos afloram nesta convivência onde o acreditar no ser humano é fundamental.

### EXPEDIENTE



### PUBLICAÇÃO DO NÚCLEO ASSISTENCIAL ESPÍRITA "PAZ E AMOR EM JESUS"

Rua Isidro Tinoco, 53  
TATUAPÉ – SÃO PAULO  
CEP 03316-010  
[www.pazeamor.org.br](http://www.pazeamor.org.br)

DIRETOR-PRESIDENTE  
Davi Almeida

DIRETOR DE DOCTRINA  
Carlos Cesar J. Carvalho

CONSELHO EDITORIAL  
Tânia F. G. Carvalho

COLABORADORES  
Aurélio Dias G. Filho  
Edivaldo Cassola  
Eulália H. C. Luciano

DIAGRAMAÇÃO  
Farb Bureau Design

IMPRESSÃO  
Litokromia

Os textos assinados não  
refletem necessariamente  
a opinião deste  
informativo.