



Clara Palavra

Informativo da Casa de Francisco de Assis - Ano XVII - N° 149

www.casadefranciscodeassis.org.br

O AMOR

Página 4



EDITORIAL

Amigas e amigos:

A Copa acabou, e finalmente voltaremos ao ritmo normal. Muito embora tenha causado grandes prejuízos à economia, foi uma festa bonita, de união e conagração entre os mais diferentes povos e raças. Toda a psicosfera do nosso planeta foi beneficiada com as emanções e vibrações de harmonia.

No dia 19 teremos um evento duplo; o EcoArraial, na parte da manhã, e a festa junina das crianças da creche. O primeiro, que é um evento anual, criado sob a orientação dos guias espirituais, tem como objetivo ajudar na sustentabilidade do planeta, ensinar técnicas de sobrevivência com escassez de recursos. Haverá uma oficina de Origami e uma de arte em tampinhas de garrafas, além de uma palestra sobre sustentabilidade. Na festa da creche, haverá apresentação das danças das crianças, quadrilha improvisada para os pais, além das barraquinhas com gostosuras e brincadeiras típicas.

Na semana de 21 a 25, receberemos o artista do grafite TOZ que fará a pintura do muro da fachada da CFA, com a participação das crianças da creche, evangelização e filhos de médiuns. Agradecemos muito ao artista, pois não haverá nenhum tipo de cobrança pela bela arte que fará.

No dia 2 de agosto, finalmente chega o nosso tão esperado e festejado Arraiá do Bem. Em sua 7ª Edição, a festa, que é a maior fonte arrecadadora da CFA, responsável pelo nosso equilíbrio financeiro, neste ano terá como tema Lampião e Maria Bonita. A cantora pernambucana Adriana B, produtora musical do evento, trará Lucia Menezes, de Fortaleza; Chico Salles, do Ceará; Salatiel D'Camarão, de Caruaru(PE); Gerlane Lops, de Olinda; Nena Queiroga e Ed Carlos, de Recife; Jades Sales, de Bezerros(PE); Já Dorina, André Gabeh, Marcelo Mimoso, Mariana Mello e Maracatu GEBAV representarão a música nordestina existente no Rio, em 6 horas ininterruptas de shows. Venha a caráter, a melhor caracterização será premiada. Como sempre, será realizado na Rua Ipiranga, 70 - Laranjeiras. Os convites antecipados estão sendo vendidos na CFA por R\$ 15,00 e no dia, serão vendidos a R\$ 30,00. Não deixe pra última hora, garanta logo o seu. Toda a renda do evento será destinada aos projetos sociais da Casa. É um ótimo programa e ainda por cima, uma maneira de ajudar. Se não puder ir, compre pra contribuir com a nossa corrente do bem. Esperamos vocês por lá.

Elizabeth Bomfim

Diretoria para o Mandato 2014 / 2016: Presidente: Elizabeth Menezes Bomfim; **Vice-Presidente:** Ana Beatriz Lopes de Lima; **1ª Secretária:** Vera Lucia Menezes Moraes; **2ª Secretária:** Berenice Maria da Silva; **1º Tesoureiro:** Paulo José Andreossi; **2ª Tesoureira:** Anita Galperin Barberi; **Conselho Fiscal:** Gustavo Bueno Moacyr Júnior, Eduardo Henrique Malburg e Alexandre Carvalho Guimarães; **Suplentes:** Patrícia Vasconcelos Boavista da Cunha, José Carlos dos Santos; **Conselho Superior:** Beatriz Antunes Frering, Janet Jabour, Sérgio Luiz Rodrigues da Cruz, Paulo Roberto de Lima, Dolores dos Santos Gomes; **Suplentes:** Fernando Soares de Moura Lins, Ana Cristina Vargas Guimarães, José Eduardo de Albuquerque Sampaio.

Clara Palavra

Edição: Eliane Peixoto

Colaboradores: Vólia Bomfim Cassar, Elizabeth Menezes Bomfim, Janet Jabour, Marcia Mochel, Verter Narcizo Brunner

Design gráfico: Sérgio Cruz

CASA DE FRANCISCO DE ASSIS SESSÕES PÚBLICAS

Segundas-feiras – 19 horas
(fechamento dos portões às 19:30 horas)

Quartas-feiras – 14 horas
(fechamento dos portões às 14:30 horas)

INFORME SOCIAL

Se sua renda familiar é de até 3 salários mínimos e você precisa de atendimento no Setor Terapêutico ou de Assistência Social, dirija-se à Secretaria e marque uma consulta ou entrevista. Todos os atendimentos serão feitos com hora e dia marcados com antecedência.

Nutrição

Valéria W. Azevedo CRN 04101365

Psicologia

Ângela Maria T. Leão CRP 05/1431

Ígnez Helena Macedo Guita CRP 05/11917

Priscilla Guimarães Rebello de Mendonça CRP 05/13050

Simone de Oliveira Vargas CRP 05/28013 (Psicóloga infantil)

Verônica de Almeida Araújo CRP 05/26797

Terapia Crânio Sacral

Maria Clara Couto Soares CRT 48849

Cardiologia

Dr. Lúcio Pereira de Souza CRM 52.13576-3

Cardiologia Pediátrica

Renata Mattos Silva CRM 5271149-7

Clínica Médica e Geriatria

Dra. Bruna Salomão de C. Silva CRM 5275686-5

Odontologia (adultos e crianças)

Dra. Maria Carolina Mazella Lopes CRO 35445

Pediatria

Luciana dos Santos Almeida CRM 52.59040-2

Acupuntura

Murillo Penna Firme 645 CEE

Antonio Paulo da Silva Neto CRT 8821F

Fonoaudiologia

Mônica Jordão Pinheiro CRF 11.199

Encaminhamento jurídico

Dr. Carlos Roberto C. de Matos OAB/RJ 70891

Serviço Social

Sonia Maria Barbosa dos Santos CRESS 11287

Clara Palavra é um informativo da Casa de Francisco de Assis, declarada de utilidade pública estadual pelo Decreto 808/84 de 14.12.1984 * Declarada de utilidade pública federal pela portaria 972 de 22.10.2001 * CNAS – Conselho Nacional de Assistência Social nº 44.006.001.045/01-14 * CMAS – Conselho Municipal de Assistência Social nº 0295/00 * CMDCA – Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente nº 49/2004 de 20/10/2004 – Inscr. Municipal/ISS nº 02.923.041 * CNPJ 30.022.057/0001-52

WWW.CASADEFRANCISCODEASSIS.ORG.BR

e-mail: cfassis@uol.com.br

Rua Alice, 308 – Laranjeiras – Rio de Janeiro / RJ – CEP 22241-020

tel/fax: (21)2265-9499 e (21)2557-01000

CMDCA – Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente nº 49/2004 de 20/10/2004 – Inscr. Municipal / ISS nº 02.923.041 * CNPJ 30.022.057/0001-52



Horário de funcionamento: das 8h às 18h

www.casade franciscodeassis.org.br

Email: cfassis@uol.com.br

Tel./Fax: (21) 2265-9499 e 2557-0100

Rua Alice, 308, Laranjeiras

CEP 22241-020, Rio de Janeiro/RJ

Faça sua doação!

(A creche atende crianças de famílias de baixa renda)

Contribuição Mensal:

Por boleto bancário

Doações Eventuais:

Por depósito em conta a favor da

Casa de Francisco de Assis

(Banco Itaú, Ag. 0842, C/C 37406-8)

Inglês na educação infantil

Quando chegam à escola, crianças pequenas não oferecem qualquer estranhamento com relação ao inglês, e rapidamente se apropriam de músicas e comandos básicos utilizados na rotina. A exposição ao idioma acontece em situações contextualizadas e significativas.

A professora se comunica com os alunos em inglês, estimulando-os cada vez mais, na medida em que se familiarizam com a língua. Inicialmente as crianças ouvem mais do que falam, e assimilam as informações natural e progressivamente, dentro do contexto escolar. O material de apoio (livros, CDs, DVDs, jogos e brinquedos pedagógicos) é atraente e estimula o aprendizado, e durante as atividades as crianças se familiarizam com a segunda língua. Com o aumento do repertório de palavras usadas na rotina, em pouco tempo conseguem se comunicar utilizando o conhecimento adquirido em inglês.

A vantagem do contato com a língua inglesa na primeira infância acontece em função das crianças absorverem rapidamente informações novas, pois seu cérebro dispõe de espaços livres para construção, daí a vantagem de se aproveitar essa fase produtiva, quando aprendem brincando.



Programa de roda de conversa com gestantes

Toda a primeira 3ª feira de cada mês, as gestantes que estejam fazendo o pré-natal cadastradas até o 7º mês de gestação, participam de um trabalho em grupo desenvolvido por uma psicóloga especializada. São abordados e discutidos assuntos relativos a gestação, parto, amamentação, cuidados com o bebê, cuidados com a cicatriz, prevenção de doenças sexualmente transmissíveis, e contracepção. A roda termina com a entrega dos enxovais de bebês. É muito bom ver a alegria com que participam do trabalho, e principalmente, saber que estamos contribuindo para a informação e conscientização das mães e ajudando a vestir os bebês.



Escola Aberta



A Escola aberta é uma reunião semestral, onde temos a oportunidade do encontro com os responsáveis pelos alunos da Creche Santa Clara. Nesta reunião são abordados os projetos que foram desenvolvidos durante o primeiro semestre e os trabalhos confeccionados pelas turmas. Os responsáveis são estimulados a refletir sobre um tema ligado a faixa etária da turma e trocar opiniões e ideias com os educadores. O relatório de desenvolvimento infantil é entregue para apreciação dos responsáveis, que desta forma podem acompanhar o desenvolvimento do seu filho, nas diversas áreas do conhecimento.

O AMOR

A excelência do amor é a base de segurança para uma existência feliz.

Somente através do amor consegue o Espírito a sua plenitude na vilegiatura carnal.

Desenvolver esse nobre sentimento é tarefa a que se deve dedicar até o sacrifício todo aquele que aspira pela auto-conquista, pelo reino dos céus no coração e na mente.

Inicialmente, expressa-se como instinto de reprodução nas fases primárias do processo de evolução. A partir daí, ei-lo em forma de libido que o conhecimento moral irá transformando em fraternidade, embora permaneça nas suas raízes para o mister sublime da procriação.

Quando atinge o patamar da paixão superada e se alcandora de ternura, responde pelo bem-estar e harmonia que tomam conta do ser. Enquanto se mantém como força do prazer e de interesse imediatista, é responsável por males incontáveis que afetam a saúde e dão lugar a somatizações lamentáveis.

Necessário aprender-se a amar, para evitar que as paixões do desejo assumam o comando das emoções e o transformem em morbidez.

Em alguns casos em que a pessoa foi vítima de repressões e de outras contingências castradoras, apresenta-se possessivo, ou disfarça-se em ternura asfixiante que leva a resultados nefastos.

Quando experimenta a solidão e encontra outrem que inspira desejo, o indivíduo não amadurecido psicologicamente idolatra-o, deixa-se arrebatar por qualidades que lhe são atribuídas, mas que, em verdade, não possui. Tenta fruir ao máximo do relacionamento direto ou não, enquanto experimenta emoções desencontradas de admiração e inveja, de domínio e de competição. Surgem, lentamente, o medo da perda, o receio de sofrer o abandono e começa a entrar em choque e a assumir comportamentos de exigências descabidas. Podem ocorrer, nessa fase, os terríveis crimes passionais derivados do ciúme injustificável ou da cólera súbita por qualquer mínima contrariedade. Diante de ases e campeões de qualquer teor, a quem não pode dominar, a inveja da sua glória arma o ser imaturo de conflitos, que lhe demonstram, inconscientemente, que o outro é tão humano que, na condição de mortal, pode ser eliminado. E mata-o!

O combustível de manutenção do amor é o respeito pelo outro, o que proporciona bem-estar na relação, aumenta o prazer na convivência e alegria pelo seu progresso e conquistas.

Não aguarda retribuição, nem compete. Porque não se sente solitário, seus valores são oferecidos ao outro de maneira espontânea e confortadora. Com o hábito de superar os impositivos egóicos, nada exigindo, torna-se um centro de irradiação de emoções aprazíveis que a todos felicita. A vivência do amor é dificultada pelo ego ainda primitivo, que sempre espera fruir, beneficiar-se, utilizando-se dos demais, quando, tocado pela sublime chama, faz-se doador com a capacidade de ajudar e fazer felizes todos os que se lhe acercam. A sua vibração harmônica faz-se tão benéfica e cativante que se doa em clima de paz.

O amor é a alma do universo.

Distúrbios de variada nomenclatura têm raízes na ausência do amor, nos seus antípodas, quais o ressentimento, o rancor, a indiferença, o ódio.

O amor estimula a produção de endorfinas, de leucinas, de imunoglobulinas e outras substâncias geradoras de saúde, enquanto as irradiações que se lhe opõem produzem reações semelhantes que perturbam o equilíbrio psicofísico e propiciam campo para a instalação de doenças, contágios de micróbios nefastos...

Grande número de transtornos neuróticos se origina no ressumar de pensamentos avaros e egoístas, que desenvolvem vibrações energéticas que desarmonizam a mitose celular e as neuro-comunicações.

Nada que se equipare, na área das emoções, à contribuição vital do amor em qualquer forma com que se apresente: maternal, filial, paternal, familiar, religioso, social, humanitário, espiritual...

Encontram-se, não poucas vezes, apóstolos do amor excrucitados por enfermidades dilaceradoras, por dores vigorosas, que poderiam negar a tese de que é produtor de saúde.

Sucede que, nesses casos, deve-se considerar que o missionário elege o sofrimento em resgate de antigas dívidas morais perante as leis soberanas ou têm por objetivo demonstrar que neles o sofrimento não é imposto, mas solicitado para ensinar, à humanidade devedora, resignação, desprendimento e coragem moral.

A bênção do amor transforma pigmeus em verdadeiros gigantes e são esses que se fazem estímulo e força para a edificação da sociedade feliz.

Quando se ama, alcança-se superior patamar do processo evolutivo e facultam-se a oportunidade de auto-iluminação.

O amor é o embaixador vibratório de Deus para que a fé, a esperança e a caridade transformem as pessoas e o mundo, inaugurando na Terra o período de paz que todos anelam.

Ama e burila-te.

Vence os impulsos servís das paixões asselvajadas e das heranças primárias por intermédio da disciplina da mente, dos pensamentos sensuais que deves converter em idealismo e realização enobrecedora.

Renasceste para alcançar a superior conquista do amor sem jaça.

Não postergues o momento de alcançar essa honrosa meta.

Jesus viveu o amor de tal maneira e com tão significativa profundidade que o Seu exemplo tem estimulado legiões de missionários espirituais a vestirem a indumentária carnal para imitá-Lo e ajudar os renitentes no egoísmo e nas dissipações vergonhosas.

Ama sem nenhuma exigência e torna-te fonte inexaurível de bondade, acendendo luzes na escuridão enquanto distribuis paz e misericórdia a toda aflição.



EMOÇÃO: A REAÇÃO DO CORPO À MENTE

A nossa mente não é apenas pensamento. Ela inclui as emoções, assim como todos os padrões de reações mentais e emocionais inconscientes. A emoção nasce no lugar onde a mente e o corpo se encontram. É a reação do corpo à nossa mente ou, podemos dizer, um reflexo da mente no corpo. Por exemplo, um pensamento agressivo ou hostil vai acumulando, aos poucos, uma energia no corpo - a raiva. O corpo está se preparando para lutar. Já a ideia de que nos encontramos sob uma ameaça física ou psicológica faz com que o corpo se contraia, o que é a manifestação física daquilo que chamamos medo. As pesquisas têm demonstrado que as emoções fortes causam até mesmo mudanças na bioquímica do corpo. Essas mudanças bioquímicas representam o aspecto físico ou material da emoção. Em geral, não temos consciência de todos os nossos padrões de pensamento. Só é possível trazê-los à consciência quando observamos nossas emoções.

Quanto mais identificados estivermos com nosso pensamento, com as coisas que nos agradam ou não, com nossos julgamentos e interpretações, ou seja, quanto menos presentes estivermos como consciência observadora, mais forte será a carga de energia emocional, tenhamos ou não consciência disso. Se você não consegue sentir as suas emoções, se as mantém à distância, terminará por senti-las em um nível puramente físico, como um sintoma ou um problema físico.

É possível que um forte padrão emocional inconsciente venha a se manifestar como um acontecimento externo, algo que parece acontecer só com você. Por exemplo, tenho observado que as pessoas que guardam muita raiva dentro de si mesmas - mesmo sem terem consciência e sem falarem sobre o assunto - são mais propensas a ser atacadas verbalmente, ou até mesmo fisicamente, por outras pessoas cheias de raiva. Com frequência, sem qualquer motivo aparente. A razão é que elas desprendem uma raiva tão forte que acaba sendo captada de forma subconsciente por outras pessoas, e isso aciona a raiva latente que essas trazem dentro de si.

Se você tem dificuldade de sentir suas emoções, comece concentrando a atenção na área de energia interior do seu corpo. Sinta o seu corpo lá no fundo. Essa prática colocará você em contato com as suas emoções. A emoção é o reflexo da mente no corpo. Mas, às vezes, ocorre um conflito entre os dois quando a mente diz "não" e a emoção diz "sim", ou vice-versa.

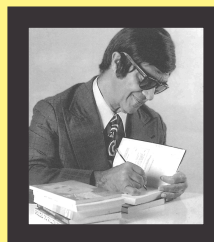
Se quisermos conhecer mesmo a nossa mente, o corpo sempre nos dará um reflexo confiável. Portanto, observe a sua emoção, ou melhor, sinta-a em seu corpo. Se houver um aparente conflito entre os dois, a verdade estará na emoção e não no pensamento. Não a verdade definitiva sobre quem você é, mas a verdade relativa ao estado da sua mente naquele momento.

É bastante comum ocorrerem conflitos entre os pensamentos superficiais e os processos mentais inconscientes. Mesmo que você ainda não seja capaz de trazer a sua atividade mental inconsciente para um estado de consciência sob a forma de pensamento, ela estará sempre refletida no seu corpo como uma emoção, e isso você pode passar a perceber. Observar uma emoção por esse ângulo é basicamente o mesmo que ouvir ou observar um pensamento, como descrevi anteriormente. A única diferença é que o pensamento está na sua cabeça, enquanto a emoção, por conter um forte componente físico, se manifesta em primeiro lugar no corpo. Você pode permitir que a emoção esteja ali, sem deixar que ela assuma o controle. Você não é mais a emoção. Você é o observador, a presença que observa.

Ao praticar isso, tudo o que está inconsciente será trazido à luz da sua consciência.

Eckhart Tolle

O **Clara Palavra** começou a publicar, em 2010, o relato de fatos acontecidos durante a passagem do grande médium pelo nosso planeta para comemorar os 100 anos do seu nascimento. Mas esta homenagem vai continuar, nas páginas do **CP**, porque a vida de Chico Xavier é um exemplo a ser seguido por todos.



LINDOS CASOS DE CHICO XAVIER

CONVERSA OU TRABALHO

Numa singela sala residencial, em Pedro Leopoldo, a conversação ia animada.

Muitos assuntos. Muitas referências.

A palestra começara às cinco da tarde e o relógio anunciava onze da noite.

Chico ia começar uma variação de tema, quando viu Emmanuel a chamá-lo para o interior doméstico.

O Médium pediu licença e foi atender.

- Você sabe que hoje temos a tarefa do livro em recepção e já estamos atrasados... - falou o amigo espiritual.

- É verdade, - concordou o Chico - entretanto, tenho visitas e estamos conversando.

- Sem dúvida - considerou o Guia - compreendemos a oportunidade de uma a duas horas de entendimento fraterno para atender aos irmãos sem objetivo, porque, às vezes, através da banalidade, podemos algo fazer na sementeira de luz... Mas não entendo, seis horas a fio de conversação sem proveito.

O Médium nada respondeu.

Indeciso, deixara correr os minutos, quando Emmanuel lhe disse:

- Bem, eu não disponho de mais tempo. Você decide. Converse ou trabalhe.

Chico não mais vacilou.

Deixou a palestra que prosseguia, cada vez mais acesa na sala e confiou-se à tarefa que o aguardava com a assistência generosa do benfeitor espiritual.

SOCIEDADE, LEI E JUSTIÇA

UM TÍTULO PARA SE ENVERGONHAR

Vinicius Neves Bomfim*

O assunto do momento é a Copa do Mundo de futebol que esta sendo realizada aqui no Brasil.

Nos estádios recém-reformados e inaugurados, chamados de "Padrão Fifa", estão ocorrendo emocionantes partidas de futebol. Mas, por trás destas novas arenas e do costumeiro clima festivo, inerente a um evento de Copa do Mundo, encontra-se uma vergonhosa e trágica realidade.

Durante a construção dos novos estádios, nove trabalhadores morreram vítimas de acidente de trabalho, o fato, infelizmente, não é algo isolado no Brasil.

De acordo com o Anuário Estatístico da Previdência Social, no ano de 2001, ocorreram no país cerca de 340 mil acidentes de trabalho. Em 2007, o número elevou-se para 653 mil e, em 2009, chegou a preocupantes 723 mil ocorrências, dentre as quais foram registrados 2.496 óbitos. Foram quase sete mortes por dia em virtude de acidente de trabalho.

A Previdência Social despense, anualmente, cerca de R\$ 10,7 bilhões com o pagamento de auxílio-doença, auxílio-acidente e aposentadorias. Segundo o economista José Pastore, o custo total dos acidentes de trabalho é de R\$ 71 bilhões anuais, numa avaliação subestimada.

Este valor representa 9% da folha salarial anual dos trabalhadores do setor formal do Brasil, e reúne os custos para as empresas (seguros e gastos decorrentes do próprio acidente) e para a sociedade (Previdência Social, Sistema Único de Saúde e custos judiciais).

Diante deste quadro trágico, existem algumas iniciativas governamentais e da sociedade civil, como o Programa Nacional de Prevenção de Acidentes de Trabalho, lançado pelo Tribunal Superior do Trabalho e pelo Conselho Superior da Justiça do Trabalho, em parceria com os ministérios da Saúde, Previdência Social, Trabalho e Emprego, Advocacia-Geral da União e Ministério Público do Trabalho, que visam reverter o cenário de crescimento do número de trabalhadores vítimas de acidentes.

Em que pese a louvável iniciativa, entendemos que uma mudança real nas ocorrências de acidentes de trabalho somente será possível com uma fiscalização mais eficaz, uma legislação mais rígida e principalmente uma mudança de mentalidade das empresas no trato com a segurança do trabalhador.

Somente assim, poderemos, um dia, abandonar de vez o título de campeão de acidentes de trabalho. Torcida não falta.

*Vinicius Neves Bomfim é advogado sócio do escritório Calheiros Bomfim Advogados, Conselheiro pela OAB/RJ, sócio do IAB e membro da Comissão de Direito do Trabalho do IAB.

CULINÁRIA

BOLO DE MILHO SALGADO

Ingredientes

- 1 lata de milho verde escorrido
- 2 xícaras de chá de farinha de trigo
- 1 xícara de chá de óleo
- 1 xícara de chá de leite
- 1 colher de sopa de fermento em pó químico
- 1 embalagem de creme de cebola
- 3 ovos
- Cheiro verde picado a gosto
- Orégano a gosto

Modo de preparo:

Unte uma forma e reserve. Pré aqueça o forno a 180°C. No liquidificador, bata o leite com o milho. Acrescente os ovos, o óleo, o creme de cebola e bata até homogeneizar. Coloque a mistura em uma tigela e acrescente a farinha, orégano, cheiro verde e o fermento, misturando delicadamente. Distribua a massa na forma. Leve para assar por aproximadamente 40 minutos. Sirva em seguida.



COCADA MOLE

Ingredientes:

- 200 gramas de coco ralado
- 240 gramas de açúcar
- 1 xícara de chá de água fervente
- 1 lata de leite condensado
- 1 colher de sopa de manteiga
- 100 gramas de chocolate meio amargo derretido

Modo de preparo:

Coloque o açúcar em uma panela e leve ao fogo para derreter. Quando o açúcar estiver derretido na cor de caramelo, junte a água fervente e mexa bem, até formar uma calda lisa e sem gruminhos de açúcar. Em seguida, acrescente o coco, o leite condensado, a manteiga e o chocolate meio amargo derretido e mexa sempre até começar a soltar do fundo da panela, em um ponto de brigadeiro mole. Você pode servir em copinho, ou em colheres. Se desejar fazer a cocada sem o chocolate, não tem problema, mas o chocolate dá um sabor bem especial ao doce.



FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES DO MÊS DE JUNHO

- | | | |
|-------------------|------------------|--------------------|
| - Abacate | - Chuchu | - Palmito |
| - Agrião | - Couve-flor | - Pêra importada |
| - Banana da terra | - Figo | - Pinhão |
| - Banana maçã | - Fruta do conde | - Rúcula |
| - Banana prata | - Kiwi | - Tangerina ponkan |
| - Batata doce | - Mandioca | - Uva importada |
| - Brócolis | - Mandioquinha | |
| - Caqui | - Morango | |

RESENHA LITERÁRIA

NUNCA ESTAMOS SÓS

Marcelo Cezar - Ditado por Marco Aurélio



Reencarnamos mergulhados no esquecimento do passado. Nossa missão é desenvolver nossos potenciais e fortalecer nossos pontos fracos.

O desafio é o fascínio das coisas superficiais que nos cegam dos nossos anseios mais profundos. Uma tempestade de eventos nos arrasta pelos cantos da vida, dando-nos a ilusão de que estamos perdidos.

Mas a sabedoria da Vida trama em silêncio nosso reencontro com nossa verdade interior. Neste dia, no alívio do final de todo este drama, a compreensão amadurecida nos revela que, diante de qualquer situação, nunca, NUNCA ESTAMOS SÓS.

"Se a ofensa te busca, apedrejando-te o coração, perdoa-lhe as investidas guardando a serenidade de quem sabe que a ventania tempestuosa não desloca a harmonia do céu..."

Seja qual for o conteúdo de sofrimento em teu roteiro de provação, acalma-te e espera...

Não agraves o peso de tua dor com o fardo da aflição sem remédio.

Se o desespero te cerca, em ondas asfixiantes de inconformação ou de cólera, exercita a serenidade e faz algo em silêncio que possa amparar as vítimas da revolta; se a ofensa te busca, apedrejando-te o coração, perdoa-lhe as investidas, guardando a serenidade de quem sabe que a ventania tempestuosa não desloca a harmonia do céu; se a calúnia despeja corrosivo destruidor em tua alma, desculpa-lhe os golpes, conservando a serenidade de quem reconhece no crime doentia manifestação da ignorância ainda em trevas e, se as lágrimas te caem, ardentes, dos olhos feridos, à face da angústia que te persegue as esperanças e os sonhos, transforma o teu pranto numa prece de amor, cultivando a serenidade, na convicção de que o sacrifício é o caminho real da luz.

Lembra-te do Cristo, a oferecer-te o Seu jugo brando e suave.

Ninguém o viu crescer a cruz das próprias dores, com o peso morto da rebelião ou da crueldade, do ciúme ou da inveja, do revide ou da queixa...

Da serenidade da Manjedoura, segue amando e perdoadando para a serenidade da cruz, sem jamais trair a dignidade da Sua confiança no Pai Excelso, a Quem pertencem, em verdade, todos os títulos e afeições que nos sustentam a marcha.

Serenidade! Serenidade!...

Será ela em teu passo o selo oculto da humildade vitoriosa que te fará mais nobre à vista do Céu, porque então junto dela terás aprendido a esperar por Deus em tua luta de cada dia..



(Do livro "Semeador em Tempos Novos", pelo Espírito Emmanuel, Francisco Cândido Xavier)

PSICOGRAFIA



AZEDUME E IRRITAÇÃO

Alguém terá dito que trazes alguma doença oculta, impedindo-te de sorrir, mas não acredites que essa ou aquela indisposição orgânica te possa furtar a serenidade.

Possivelmente alguma ocorrência desagradável te agitou as forças mais íntimas e estás a ponto de cair na vasta cadeia de reações negativas.

Certa pessoa contrariou-te, talvez, os projetos e desígnios.

Algum prejuízo alcançou-te, de inesperado.

Recorda: momentos de crises te examinam a capacidade de resistência.

Determinados contratemplos são bênçãos antecipadas, cuja significação virás a compreender.

Existem perdas que te induzem à mudança de orientação para grandes lucros.

Algumas vezes, certas relações desaparecem para que outras se te destaquem no caminho, valorizando-te a existência.

Haja o que houver, não tranques a face e deixa que o teu sorriso te ajude, ajudando aos outros.

Azedume e irritação, na essência, são duas sombras que te afastam do que há de melhor

Emmanuel



ADVOGADOS TRABALHISTAS

Benedito Calheiros Bomfim
Silvério dos Santos
Flávia Bivaqua de Araújo
Vinícius Neves Bomfim
Bianca Neves Bomfim

Rua Erasmo Braga, 255 - Gr. 202 - 20020-000 - Castelo - RJ
Tels.: (21) 2240-0162 / 2524-3920
contato@calheirosbomfimadv.com.br
www.calheirosbomfimadv.com.br



Av. Guilherme Maxwell, 154/156 - Bonsucesso
Rio de Janeiro - RJ - CEP: 21040-212
www.cleanambiental.com.br

Quebra Mar
Água Mineral • Matte Leão
Sucos • Refrigerantes
Ice Tea • Toddinho
Guaraviton • Gatorade
Cervejas:
Skol, Original e Bohemia

Comércio de Bebidas
Entregas diariamente.

Gelo
Aluguel: Tina, Mesa e Cadeiras

Tel.: (21) 2492-1391 • 2495-2844 • ID 7912 • 8
Fax: (21) 2494-7893 • quebramar@ig.com.br
R. Sargento João de Faria, 8 - Barra da Tijuca



Atendimentos Terapêutico e Social Junho de 2014

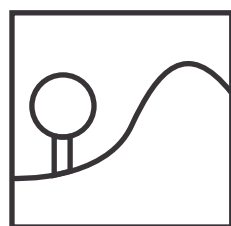
Acupuntura	15
Cesta Básica	42
Cardiologia Pediátrica	01
Enxoval de Bebê	09
Fonoaudiologia	04
Pediatria	07
Psicologia	42
Neuropsicologia	01
Nutricionista	02
Odontologia	04
Serviço Social	30
Terapia Crânio Sacral	03
Total	160

CASA DE FRANCISCO DE ASSIS DEMONSTRATIVO FINANCEIRO Valores em Reais Referentes Janeiro a Junho 2014

Receitas	Total	%
Mensalidades	60.603,00	14,69%
Doações	178.854,00	43,34%
Bazar	34.837,00	8,44%
Cantina	48.819,00	11,83%
Eventos Beneficentes	46.152,00	11,18%
Diversos	15.844,00	3,84%
Repasse do Município	27.534,00	6,67%
Totais	412.643,00	100,00%

Despesas	Total	%
FFuncionários (sal + enc.)	297.163,00	62,12%
Prestação Serviços	22.090,00	4,62%
Concessionárias	14.966,00	3,13%
Alimentação Creche	11.625,00	2,43%
Cantina	35.862,00	7,50%
Bazar	20.037,00	4,19%
Eventos Beneficentes	9.566,00	2,00%
Diversos	49.061,00	10,26%
Invest./Constr./Reformas	17.990,00	3,76%
Totais	478.360,00	100,00%

Deficit/Superavit	-65.717,00	
--------------------------	-------------------	--



ARBOREUM
Plantas & Jardins Ltda
Minhocário e Comércio de
Adubo Orgânico

CNPJ: 32.255.051/0001-50 TEL.: (21) 3395-144 / 98558-3619
arboreum@uol.com.br - www.minhocarioarboreum.com.br
Rua José Martins Brito, 500 - Guaratiba - RJ - 23032-445



GRANADO

— PHARMÁCIAS —

DESDE 1870

TECN@VET

TECNOLOGIA DE CONTROLE DE VETORES LTDA.

www.tecnovet.com.br
e-mail cupim@cupim.com.br



Bazar
São Francisco de Assis
Rua Pinheiro Machado, 17
Loja B – Laranjeiras – RJ
Todas as doações vendidas
no bazar revertem para as
obras sociais da
Casa de Francisco de Assis