

Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

El Espíritu y Sus Elecciones del Camino

En abril 2010, cuando se realiza el **III MÉS ESPÍRITA**, seminarios y conferencia tuvieron la participación de un público interesado en el Espiritismo.

El primer evento, el **seminario "El Espíritu y Sus Elecciones del Camino"**, elucidó que el amor, siendo el sentimiento por excelencia, es lo que mueve el Espíritu lúcido, haciéndolo entender la finalidad para la cual ha sido creado por Dios y proporcionando las condiciones para que ponga en acción su voluntad en emprendimientos de realización personal. Esa temática ha sido presentada por la expositora Ana Cecília Rosa, de Brasil.

FAMILIA: Aprendizaje de Amor



El segundo evento, la **conferencia "Familia: Aprendizaje de Amor"**, fue a cargo de Maria Isabel del Carmo Pedrosa Saraiva, de Portugal, que enfatizó la importancia de la familia.

El Espiritismo en la Diseminación del Amor

El tercer evento, la **seminario "El Espiritismo en la Diseminación del Amor"**, consideró la importancia del Espiritismo, facilitando la vivencia del bien entre los hombres. Fue abordado por Maria Novelli en Evanise M Zwirtes, de Londres.



Autoamor en la Evolución del Espíritu



El cuarto evento, el **seminario "Autoamor en la Evolución del Espíritu"**, sería facilitado por Adenauer Novaes, de Brasil. La evolución del espíritu se torna posible gracias a la integración de la capacidad de amar en las infinitas formas. La principal de ellas es la capacidad de descubrirse como representación divina, individualidad eterna, manifestación del amor de Dios. Ese descubrimiento se inicia cuando el espíritu consigue ser el primer objeto de amor para que pueda entonces amar indistintamente. Amándose, se desprende del egoísmo, pudiendo entonces, amar a su semejante. En la imposibilidad de la presencia de Adenauer Novaes, éste tema ha sido desarrollado por Evanise M Zwirtes y María Novelli, de Londres.



Concluimos que las ideas y los conceptos presentados elucidaran a los participantes, facilitando la expansión de la consciencia sobre la teoría de la reencarnación y iniciando al Espíritu a despertar sus potencialidades superiores.

Desde ahora, invitamos todos a participar del **IV MES ESPÍRITA – ABRIL 2011**. La programación se encuentra en la web de la Sociedad www.spiritistps.org.

Por Los Caminos Del Amor

Ana Cecília Rosa

La vida contemporánea, rica de invitaciones al entretenimiento y alegrías pueriles y vacía de espiritualidad, converge a los individuos para las realizaciones exteriores, en detrimento de la búsqueda de la armonía, única forma de realización interior. Muchos alienados persiguen realizaciones efímeras, inconscientes de sus necesidades reales e insatisfechos y descreídos, conspiran contra ideas de nobleza y justicia, denunciando, así, la falencia de los valores éticos y morales actuales.

En este escenario sombrío, el Hombre, por presciencia o intuición, siente que está destinado a la grandeza que lo hace avanzar en el camino de la evolución espiritual. Al buscar la realización personal, él es, inevitablemente, llevado a interiorizar, lo que calma las emociones y aclara el discernimiento, condiciones esenciales para la armonización de los sentimientos.

Joanna de Ángelis, en el libro *Momentos de Meditación*, dice que "El Hombre que despierta para las experiencias libertadoras, emerge de los sentidos opresores y vuela. El conocimiento se le torna una brújula y una ruta, mientras el sentimiento lo impulsa a la conquista de las distancias". El amor, siendo el sentimiento por excelencia, es lo que mueve al Espíritu lúcido haciéndolo entender la finalidad para la cual ha sido creado por Dios y proporcionando las condiciones para que ponga en acción su voluntad en emprendimientos de realización personal. Disponiendo, en la consciencia, de los ideales de elevación, el individuo pasa a aceptar las ocurrencias positivas o negativas con la misma naturalidad, controlando impulsos y sentimientos, de forma que el fracaso no lo desmotive ni que el éxito lo exalte.

El Hombre se transforma en aquello que piensa. Reflexiona a través del amor, al lidiar con las dificultades, ese es el punto de partida para la acción en el bien. Mediante el reto pensamiento, el hombre se descubre actuando correctamente. Jesús, ejemplificando la paciencia, abnegación y renuncia, norteado por una elevada calidad de amor jamás vista, nos dejó el mayor ejemplo a ser seguido para la conquista de la plenitud de vivir y sentir.

Ana Cecília Rosa es miembro del Centro Espírita Allan Kardec, Campinas/SP, es médica pediatra, vive en Brasil.

Adenauer Novaes

En complemento de las realizaciones del **III MES ESPÍRITA** de ésta sociedad, **Adenauer Novaes** concedió la siguiente entrevista.

1. Las Leyes de Dios, ¿Cómo comprenderlas?

Debemos entender las leyes de Dios como balizas para que el espíritu aprenda el significado y el sentido de la vida. Son enseñanzas que resumen propuestas de entendimiento de la vida y de cómo el espíritu puede posicionarse delante de las pruebas que debe atravesar. Son representaciones de arquetipos divinos a

ser integrados en la consciencia humana. Para comprenderlas adecuadamente, el espíritu debe no temer vivir, procurando envolverse intensamente en las experiencias emocionales que atraviesa, extrayendo lo mejor de ellas, sin herir a nadie. Las leyes de Dios, sin embargo puedan ser consideradas inmutables, han variado su comprensión de época en época. Importante aprender a contextualizar las interpretaciones que se da a las leyes de Dios.

2. ¿Cuál es su visión de la reencarnación como proceso educativo?

La reencarnación permite la continuación de la evolución del espíritu en la dimensión material. Cuando el espíritu reencarna, él recupera las matrices de las experiencias vividas, en el cuerpo, en otras etapas, dando continuidad a su proceso de aprendizaje. Se trata, por lo tanto, de un proceso de educación, esto es, de aprendizaje, sin cualquier carácter punitivo o de saldar deudas. Cuando se dice que la reencarnación permite el rescate de deudas, se debe entender cómo una metáfora, pues es el propio espíritu que se siente deudor. Las leyes de Dios, principalmente la de evolución, son de amor y no de promocionar el dolor. Nadie debe sentirse en la obligación de redimirse o pagar, y sí de aprender y crecer, evitando actuar de forma inconsecuente como en el pasado.

3. ¿Cuáles son los modos de percepción de la forma de cómo los espíritus se agrupan en familia?

Se puede percibir la familia bajo diferentes formatos. Hay una familia kármica, una idealizada, una originaria, una generada, una espiritual y una universal. La familia kármica es aquella que es impuesta al espíritu sin la libertad de elegir, en la cual reencarnan aquellos comprometidos entre si,

espíritu dando mayor respeto y atención al prójimo, tratándolo como a un hermano tiene una noción de justicia y de igualdad que se torna mayor. Ese despertar significa una mirada espiritual y cuántica de la vida y del universo como disponible al espíritu. Despertar la consciencia es autopercibirse



envueltos en emociones desequilibradas. La familia idealizada es aquella que permanece como ideal inconsciente de todos los espíritus, que desean padres y hermanos perfectos y que los traten sin restricciones. La familia originaria es aquella formada por los padres que dieran una cuna al espíritu y lo hicieran iniciar su nueva jornada para la construcción de su propia familia. Ellas forman los llamados clanes. La familia generada es aquella que es construida por el propio espíritu, después de emanciparse de la familia originaria. Esa, generalmente, es copia de la anterior, pues sigue los mismos valores. La familia espiritual es aquella formada por los espíritus con grandes lazos de afinidad, independientemente de la familia generada o originaria. Sin pertenecer necesariamente a la familia originaria o generada, se constituye de espíritus que se complacen en reunirse por tener los mismos valores y los mismos ideales comunes. La familia universal es aquella constituida por todos los espíritus que pertenecen a nuestro universo.

4 ¿El despertar de la consciencia nos posibilita vivir con libertad e igualdad en la sociedad?

El despertar de la consciencia, considerado como una mayor percepción de sí mismo y del universo que envuelve el espíritu, permite una mayor libertad de acción. Consecuentemente, el

birse como un espíritu inmortal. Es entender que el espíritu es destinado a la felicidad, y que, aun delante de pruebas y expiaciones, lo que le es reservado es el mayor objetivo de Dios.

5. ¿Podrías hablar sobre los miedos que impiden la felicidad de las personas?

Son muchos los miedos que impiden la felicidad, pero el principal de ellos es el miedo a la muerte. Ese miedo promueve todos los otros, pues falta la consciencia de la inmortalidad al espíritu. La inconsciencia predomina, generando miedo del futuro. Eso también ocurre entre aquellos que creen en la existencia de los espíritus, pues tampoco internalizan la propia inmortalidad. Hay quien tiene miedo de los espíritus; lo que también decurre de la ignorancia al respecto de la vida espiritual. Ser feliz es estar en paz y proporcionar la paz a su vuelta. Lo inevitable de la muerte del cuerpo prevalece aun sobre la certeza de la inmortalidad del espíritu. Las personas se preocupan más en garantizar la sobrevivencia y la felicidad pasajera de la vida material que en pensar al respecto de la felicidad a largo plazo, considerando su inmortalidad. Los miedos predominan en la fase de la ignorancia del espíritu. Perder los miedos es confiar más en Dios y integrar la consciencia de su conexión con Él.

6. ¿Cómo entender la felicidad sin culpa?

Expediente

Periodistas

João Batista Cabral - Mtb nº 625

Edición

Evanise M Zwirtes

Colaboración

Adenauer Novaes
 Maria Angélica de Mattos
 Cricielli Zanesco
 Maria Novelli
 Karina Cardoso
 Christina Renner
 Maria Madalena Bonsaver
 Lenéa Bonsaver
 Valle García Bermejo

Reportage

Ana Cecília Rosa
 Adenauer Novaes

Design Gráfico

Kelley Cristina Alves

Impresión

Brasil Graphics and Media Services Ltd.
 Ejemplares: 2500 ejemplares

Reuniones de Estudios em los

Domingos - 06.00pm - 09.30pm

Lunes - 07.00pm - 08.30pm

(Em Português)

BISHOP CREIGHTON HOUSE
 378, Lillie Road - SW6 7PH
 Informaciones: 0207 371 1730
 spiritist.psychologicalsociety@virgin.net
 www.spiritistsps.org

La culpa es el gran catalizador del sufrimiento humano. La ignorancia al respecto de la Vida, de lo que es reservado por el Creador y del papel del espíritu en el universo responde por la infelicidad en la Tierra. El complejo de culpa consciente adviene de la antigua idea matriz de que todos tienen un pecado original y de que el ser humano será castigado por Dios siempre que cometa errores. Es necesario que se tenga consciencia de que la ignorancia está a favor del espíritu. Hemos sido creados simples e ignorantes, por lo tanto, para aprender. ¿Qué profesor puniría al niño o qué madre puniría a su bebe por no saber algo? Es un contradictorio pensar que Dios lo haría peor. Es la culpa también la responsable por la mayoría de los procesos obsesivos. La persona que se siente culpable, por entender y creer que deberá venir un castigo de Dios, atrae una experiencia generadora de sufrimiento, sintiéndose redimida cuando ocurre. Ese pensamiento enflaquece la persona y da oportunidad para la aproximación de algún enemigo a la espera para actuar. Quitando la culpa y asumiendo la responsabilidad por los propios actos, la felicidad será mas accesible.

7. ¿Cuáles son las críticas necesarias a ser elaboradas para la conquista de la felicidad?

Siempre es importante la autocrítica. Nadie crece sin depurar ciertas formas arcaicas de pensar y de actuar. Además de la autocrítica, la capacidad de recibir y procesar críticas de los demás es un importante recurso para crecer, pues esas críticas, por más injustas que puedan ser, aportan algún aspecto inconsciente latente, que merece descubrirse y reflexionar. La conquista de la felicidad merece que se de atención a esas críticas, pues, en caso contrario, se corre el riesgo de vivir de forma egoísta. Una crítica es importante para que se



conquiste la felicidad. Critique su "felicidad" si ella no proporciona felicidad también a los otros a su alrededor. Ser feliz y proporcionar la felicidad del prójimo promueve un mundo mejor.

8. ¿Cómo librarse del pasado?

El pasado no debe ser olvidado cuando él viene a la memoria. El equívoco se da cuando se pretende deliberadamente olvidarlo. Cuando el pasado trae algún tipo de culpa, arrepentimiento, resentimiento, sufrimiento o rabia es preciso recor-



darlo y darle un nuevo significado. Se debe reevaluar lo que hubo, entendiendo su significado para analizar sus consecuencias. Se debe perdonar a sí mismo asumiendo las consecuencias. Se debe también considerar que los errores, por ventura practicados, fueron fruto de la ignorancia del espíritu. Asumir humildemente las responsabilidades por lo que hizo en el pasado promoviendo la tranquilidad de lidiar con su retorno a la memoria. Liberarse, también, perdonándose y teniendo el coraje de enfrentar su pasado sin reservas, asumiendo y comprendiendo las propias imperfecciones.

9. ¿Cuál la importancia del auto-amor en la evolución del Espíritu?

Es preciso que el espíritu se ame, considerando que su creación es obra del amor de Dios. Eso, muchas veces, puede no ocurrir por la falta de reflexión y de madurez. Por estar constantemente mirando para el mundo externo, no percibiéndose adecuadamente, el espíritu no se valoriza. Esa valorización no es externa ni tiene el orgullo y la vanidad como consecuencia. El auto-amor es la consciencia de pertenecer a Dios y de que el universo existe para el espíritu. Amarse es alcanzar la importancia de su participación en la construcción de un mundo mejor para sí y para todos. Ese amor diri-

gido para sí mismo representa la autoconsciencia divina.

10. Para finalizar, hablemos un poco del tema: naturaleza, conservación y destrucción.

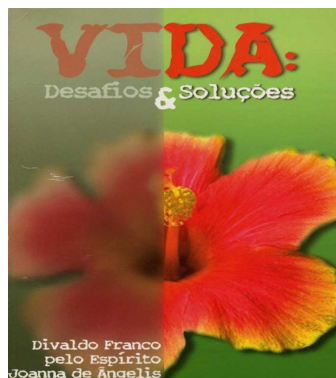
La naturaleza agoniza. No responsabilizo totalmente al ser humano por lo que le ocurre, sin embargo le cabe encontrar las soluciones. Parte de la responsabilidad pertenece al divino, pues el espíritu está aprendiendo y, en ese proceso, lidia con los límites de la naturaleza. La preocupación con el

medio ambiente ha crecido y ha habido avances. Las intenciones de Kyoto son un ejemplo. Es preciso comenzar a preservar el medio ambiente. El espíritu humano es predador de la naturaleza y está aprendiendo a educarse, cuidando más de lo que le ofrece sustento. Es preciso conservar los medios de subsistencia para que el planeta continúe abrigando la vida. La destrucción, sin embargo, necesaria, debe ser educada para que se llegue al final. El ser humano está aprendiendo que todo en la naturaleza está interligado y que no se puede promover una acción en un sitio sin tocar otro. Estamos en un sistema casi totalmente cerrado llamado Naturaleza. Toda acción tendrá consecuencias más adelante. Tenemos que saber usar, destruir y conservar simultáneamente.

Adenauer Novaes es uno de los directores de la Fundación Lar Harmonia - Salvador - Bahía, es Psicológico Clínico, que vive en Brasil.



ALEGRÍA DE VIVIR



“Cuando se ríe, se estimulan preciosos músculos faciales y generales, eliminándose toxinas perjudiciales acumuladas, que terminan por intoxicar el individuo. Reír es una forma de expresar alegría, sin que la carcajada estridente, nerviosa, descontrolada, tome parte en su exteriorización.

Risoterapia hoy, significa un recurso precioso para evitar determinadas contaminaciones, pero también para auxiliar en el restablecimiento de patologías graves, principalmente las infecciones mutiladoras, las degenerativas de la máquina orgánica y varios disturbios en las áreas emocional y psíquica.

Asegura el Evangelio que raramente Jesús sonreía. Normalmente era visto llorar y casi nunca sonreír. Él, que se presentaba como el *ser más perfecto que Dios ofreció al hombre para servirle de modelo y Guía*, como esclarecieron los Espíritus al eminente Codificador Allan Kardec, parece paradójico que llorase... se trata de una contradicción aparente. Sus lágrimas no eran de sufrimiento, y sí de compasión. Ese sentimiento superior y elevado de co-participación que dirigía a las criaturas, que preferían permanecer en la ignorancia a aprovechar Sus lecciones libertadoras. Era una forma de expresar ternura por los enfermos voluntarios, que en Él tendrían la terapéutica eficaz para librarse de los males que los amargaban y, entretanto, relegaban a plano secundario, aturcidos por la búsqueda de lo inmediato y fugaz.

Eso está demostrado cuando habla de Su Buena Nueva de Alegría y se presenta como *la Puerta de las ovejas, la Luz del mundo, el Camino, la Verdad y la Vida, el Pastor, el Mesías*, informando que somos *la sal de la Tierra, las ovejas, los necesitados* de todo jaez, del Él necesitados como Conductor y Psicoterapeuta para nuestras innumerables deficiencias y enfermedades del alma.

El autoconocimiento revela al ser sus posibilidades y limitaciones, abriéndole espacios para la renovación y conquista de nuevos horizontes de salud y plenitud, sin *consciencia de culpa*, sin estigmas.

Por eso, la Psiconeuroimmunología viene a demostrar que el estado de salud puede ser conseguido por el propio individuo que resuelve renovar y creer en sí mismo, en sus inmensas reservas de energías, en el valor de sus conquistas. Perfectamente compatibles con la *Ley de Causa y Efecto*, las realizaciones positivas eliminan o disminuyen el peso de las negativas y perjudiciales.

La criatura humana es su psiquismo. Conforme él actúa, así se presenta las manifestaciones del mundo del yo y del *Self*.

El pensamiento, por lo tanto, bien construido, actúa en el mecanismo del sistema nervioso, en el cerebro, y estos, conjugados, producen enzimas protectoras que tornan inmune el organismo a muchas invasiones de agentes destructivos, propiciando salud.

La alegría de vivir es una invitación para una existencia rica de producciones morales, espirituales, artísticas, culturales, estéticas y nobles.

La fatalidad existencial deja de ser *vivir bien*, que es una de las metas humanas, para *bien vivir*, que es una conquista personal intransferible, especial, que jamás se altera o se pierde, fomentando felicidad y trabajando por la paz que todos deseamos.”

Fuente: VIDA: Desafios y Soluciones - Divaldo P.Franco & Joanna de Ângelis