

Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

Características de una Persona Espiritualizada y Feliz

El ser humano naturalmente busca la felicidad. Ansiosamente espera que ella aparezca a cada momento y en todo lo que hace, procurando sentir la vida de forma que la armonía, la paz y su bienestar se realicen inmediatamente. Cuanto más maduro, mejor comprende que todo eso es alcanzable mediante sacrificios, renunciaciones y eliminación del orgullo y del egoísmo, heredados de su trayectoria

como espíritu inmortal. Por otro lado, espiritualizarse es adquisición más elaborada, que exige investimento en experiencias trascendentes y relacionadas con todo lo que pertenece a la dimensión del Espíritu. Hay en él, en tanto, indicadores que pueden auxiliarnos en la percepción de quien ya alcanzó la condición de persona espiritualizada y feliz, sirviéndonos como modelo para nuestra propia búsqueda. No

siempre tales personas son encontradas entre aquellas que tienen compromiso formal con una religión ni se trata de sacerdotes o seguidores de esa o de aquella secta. En la mayoría de los casos, son personas comunes que saben vivir la vida con una mirada espiritual madura y con la alegría simple de quien está en paz en el mundo. Una persona espiritualizada y feliz atrae otras a su alrededor, que la buscan por la simpatía y deseo sincero de contacto afectivo; sus prácticas profesionales generan prosperidad, haciendo crecer a aquellos con quien convive sin generar dependencias aprisionadoras; su vida no se fundamenta en duras prácticas de inmolación o prohibiciones de anulación de las necesidades básicas del cuerpo ni negación del trabajo formal, procurando mantener relaciones de amor, prestigio y vivencia de la libertad responsable; es una persona centrada, autodeterminada, consecuente e identificada con valores éticos superiores; comprende la vida bajo el paradigma del Espíritu inmortal, sin tentativas frágiles de catequización de los otros o de convencimiento visando ampliación de seguidores ignorantes; conquistó la consciencia de su mundo interior, de sus procesos inconscientes y de la necesidad de su autotransformación sin moralismos o represiones infantiles; respeta la religiosidad ajena pugnando por prácticas espirituales libertadoras de las consciencias y fomentadoras del contacto con lo divino en cada ser humano. Es una persona que ama y disemina el amor en todo lo que hace.



Prosiguiendo con nuestra propuesta de iluminación de consciencias, objetivando beneficiar el público en general, realizamos el **V Mes Espírita-abril 2012**. Participarán activamente personas interesadas en las diferentes temáticas, abordadas por expositores nacionales e internacionales. Nuestra gratitud a todos.

La programación para el **VI Mes Espírita/2013** de ésta Sociedad podrá ser encontrada en la página web: www.spiritistps.org.

WORKSHOP

(En Português)

Julio/2012 (Miércoles)

AUTODESOBSESIÓN Terapia del Espíritu

Facilitadora
Evanise M Zvirtes

Participación Mediante Inscripción:
0778 4840671

Adenauer Novaes

Psicólogo Clínico

Huidas Psicológicas

Descíframe o te devoro... propuso la Esfinge a Édipo.

Utilizándose de acuñada reflexión, el hijo de Jocasta consiguió encontrar la llave para el enigma propuesto, siguiendo aquella etapa sin ser devorado. Eso no le evitó, es cierto, de otros desafíos en su trayectoria.

tran inmersos en la patología de la *normosis*, tan bien presentada por Pierre Weil.

Es natural tener miedo en determinadas situaciones o enfrentamientos y buscar mecanismos para fortalecernos delante de circunstancias adversas. Pero cuando la huida se transforma en comportamiento

Resentimiento

Observando la palabra resentimiento veremos que por si misma ella se explica: re-sentimiento - sentir nuevamente. Sentimos de nuevo la emoción, la amargura y el dolor que nos dejaron oprimidos y contrariados.

Pero, ¿qué nos lleva a ese sufrimiento? ¿Será la frustración

de un ansia de poder no atendida? ¿La frustración de los deseos del ego o la incapacidad de elaborar nuestros sentimientos inferiores?

Muchas veces, llevamos años de nuestra existencia re-sintiendo emociones y reviviendo experiencias que tiene la fuerza para prendernos al dolor y al sufrimiento

vivenciados en el pasado.

Es necesario bucear en lo más profundo de nuestro ser y limpiar la basura emocional que insistimos en mantener. Precisamos darle la vuelta a la vida e identificar todo lo que puede ser descartado, reciclado y aprovechado.

¿Cómo seguiremos adelante si arrastramos una bolsa repleta de basura? Además del peso innecesario, con el paso del tiempo toda esa basura se pudrirá, y lo que mantendremos serán apenas los buitres emocionales: la depresión, ansiedad, ira, rabia, amargura y el desespero.

Es en éste montón de escombros que, muchas veces, tiramos lo que existe de mejor en nosotros: talentos no aprovechados, oportunidades que, por miedo, no enfrentamos, conversaciones no finalizadas, la felicidad no usufructuada.

Y, en la bolsa guardada de nuestro Ser, olvidamos muchas veces de SENTIR la plenitud de la vida.

Iris Sinoti

Terapeuta Junguiana y Transpersonal



V Mes Espírita/2012

El famoso pasaje del mito de Édipo puede muy bien ilustrar los desafíos existenciales, los grandes enigmas que emergen del nuestro inconsciente o que surgen *del lado de fuera*, en la condición de circunstancias desafiantes buscando dar impulso a los valores y posibilidades latentes. Pero lo que debería ser encarado de forma positiva en nuestra jornada, es visto, la mayoría de las veces, como falta de suerte o incluso impedimento a la felicidad deseada, conduciendo a las huidas psicológicas.

Basta solo observar los índices alarmantes de los alcohólicos y drogodependientes en la sociedad moderna, de los suicidios directos e indirectos así como de las compulsiones y disturbios variados, para constatar, en los síntomas y sustitutos de un alma enferma, las graves consecuencias de las huidas psicológicas. Verificamos aún otros tantos que se niegan a una investigación más profunda en torno de los valores del alma llevando una vida vacía de sentimientos nobles. Pasan por personas normales o hasta aún tornándose ídolos de una sociedad enferma, sin percibir que se encuen-

stante, la sombra se hace densa ganando campo mientras el problema permanece latente, aguardando nuestra decisión de enfrentamiento y autoencuentro.

En determinada etapa de su trayectoria, Édipo se cegó... Abs trayéndose de la literalidad del hecho, tal vez las bellas páginas de la mitología griega intentan advertirnos de que solamente fijando la mirada interna, en la medida en que dejamos de mirar hacia afuera, despertaremos para la pulsante realidad que existe en el mundo íntimo, capaz de superar y aprender con las Esfinges que la vida nos presenta, sin necesitar buscar el concurso de las huidas psicológicas.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiano



V Mes Espírita/2012

Expediente

Periodistas

João Batista Cabral - Mtb nº 625

Edición

Evanise M Zwirtes

Colaboración

Adenáuer Novaes
 Maria Angélica de Mattos
 Maria Novelli
 Cricielli Zanesco
 Christina Renner
 Maria Madalena Bonsaver
 Lenéa Bonsaver
 Valle García Bermejo
 Nicola Paolo Colameo
 Sophie Giusti

Reportage

Adenáuer Novaes
 Cláudio Sinoti
 Iris Sinoti
 Sonia Theodoro da Silva
 Ercília Zilli
 Evanise M Zwirtes

Design Gráfico

Kelley Cristina Alves

Impresión

Brasil Graphics and Media Services Ltd.
 Ejemplares: 2500 ejemplares

Reuniones de Estudios em los

Domingos - 05.45pm - 09.00pm

Lunes - 07.00pm - 09.00pm

Miércoles - 07.00pm - 09.30pm

(Em Português)

BISHOP CREIGHTON HOUSE

378, Lillie Road - SW6 7PH

Informaciones: 0207 371 1730

spiritist.psychologicalsociety@virgin.net

www.spiritists.org

Registered Charity Nº 1137238

Registered Company Nº 07280490

Tolerancia y Negligencia

Una de las actitudes más difíciles de ser asimiladas por el ser humano es la de ser tolerante, mayormente cuando se trata de tolerancia religiosa. En el siglo XVII, un hecho abaló a Francia y fue motivo de libro publicado por Voltaire (*Tratado sobre la Tolerancia*): la condena a muerte de un protestante inocente en la ciudad de Toulouse. Sentencia esta proferida bajo fuerte influencia del ánimo exaltado de los católicos.

El asunto es actualísimo, en la medida en que, en la cotidianidad de países teocráticos, se estimula la

intolerancia religiosa a gran escala en todo el mundo. El propio siglo XX demostró, como telón de fondo, los motivos por los cuales países se involucraron en guerras de exterminio, motivados por el ascenso de liderazgos bajo la influencia de éste o de aquel punto de vista religioso, con sus consecuencias nefastas. Por otro lado, negligencia de actitudes que podrían minimizar o hasta extirpar, de la convivencia humana, la ausencia de respeto por las múltiples creencias existentes en el planeta es negar, al ser humano, el derecho a la manifestación de su fe, independiente del ropaje con que se presente. En éste menester, Allan Kardec, siguiendo el rastro de Jesús de Nazaret, enfatizó el carácter universal del Espiritismo como "auxiliar de las religiones" en aquello que todas ellas puedan tener en común: el amor a Dios y al prójimo como a nosotros mismos. Actitudes como ésta se inician en el hogar: la tolerancia para con los liderazgos, el respeto en la convivencia mutua.

Sonia Theodoro da Silva

Columnista

Desespero Injustificable

Muchas veces, en la vida, enfrentamos situaciones difíciles y el desespero nos golpea la puerta. Puede ser una dolencia grave, el desempleo, una dificultad financiera o la pérdida de una relación querida.

En una visión espírita, nuestros compromisos evolutivos fueran, en su gran mayoría, escogidos por nosotros mismos con la orientación de

pero este es el momento más propicio para que asumamos la responsabilidad de tornarnos espíritus adultos. El ego adulto no busca culpables y sí la solución de desarreglos. El desespero refleja la dificultad de asumirnos nuestras actitudes de forma responsable. La vida nos devuelve exactamente lo que plantamos.



V Mes Espírita/2012

"benefactores espirituales", siempre buscando el mejoramiento moral. Cuando participamos de la elaboración de nuestro proyecto reencarnatorio, todavía en el plano espiritual, nos encontramos capaces de aprender, resolver y crecer delante de las pruebas y, casi siempre, nos encontramos suficientemente preparados para superar los obstáculos propuestos. Hicimos elecciones, en aquel momento, motivados, plenos de valor y de esperanza, delante de la nueva existencia.

Sin embargo, en el retorno a la materia, sin el recuerdo de nuestras necesidades y de los compromisos asumidos, nos portamos como víctimas del destino. Aún diciendo que tenemos una comprensión espiritual de los problemas, en la hora de la gran prueba, nuestra reacción es materialista, reflejando apego, victimización y ausencia de fe. La pregunta que surge es "¿por qué eso sucede conmigo?", demostrando la falta de conocimiento de la ley de la reencarnación.

En la infancia espiritual que vivimos, podemos sentirnos "víctimas",

"Sean cuales sean las aflicciones y problemas que te agiten el camino, confía en Dios, amando y construyendo, perdonando y amparando siempre, porque Dios, por encima de todas las calamidades y de todas las lágrimas, te hará sobrevivir, bendiciéndote la vida y sustentándote el corazón". (Meimei)

Trabajemos pues en el bien de todos ampliando nuestra consciencia. No siempre podemos cambiar los acontecimientos, pero sí, nuestra visión sobre los problemas.

Cuando salimos de nosotros mismos y desenvolvemos la empatía estamos en el camino cierto para vivenciar la paz proporcionada por la Fe.

Ercilia Zilli

Terapeuta Junguiano



V Mes Espírita/2012

Vivir con Simplicidad

Usted y la simplicidad.

Filosofar en torno de ésta temática nos lleva a reflexiones profundas, tales como: ¿Quién somos? ¿De dónde venimos? ¿Hacia dónde vamos? ¿Cuál es el origen de nuestros hábitos?

Considerando la inmortalidad del alma, somos seres tridimensionales. O sea, Espíritu, periespíritu y cuerpo. Aprendiendo en el proceso evolutivo milenario, a través de las múltiples existencias, moldeamos nuestra individualidad y personalidad actual, que se manifiesta a través de nuestras necesidades, hábitos y comportamientos.

En una visión metafísica de la existencia, somos criaturas divinas, ejercitándonos en el aprendizaje de la conquista del amor y de la sabiduría. Como aprendices de la Vida, sometidos al movimiento de impulso evolutivo, el cambio es inevitable.

Conscientes o no, somos atraídos a lo que es bueno, bello, simple, porque, en esencia, somos amor. Amor, que es movimiento de la Vida, tocando vidas, actualizándonos.

Simplificar significa liberarse de la complejidad y elegir una vida libre de excesos. Es fundamental ver la diferencia entre ser simple y ser simplón. Los simples resuelven la complejidad, los simplones la evitan. Ser simple es comprender que simplicidad no rima con simpleza, pues el simple es sutil, en cuanto el simplón no.

El camino de la multiplicidad es un camino sin descanso. En la multiplicidad nos perdemos, astillando el corazón. Nuestras necesidades reales son pocas, pero nuestras carencias aumentan con nuestras posesiones. Reflexionando, Jesús nos enseña "¿de qué sirve ganar el mundo entero y arruinar la vida?" (Mateo 26.16).

En cuanto el ser aprende en un mundo de excesos, comprende que simplificar la vida es enriquecerla, reeducando hábitos y reduciendo necesidades. Comprende que ser natural es tener una postura espontánea delante de la vida. Siente que simplicidad y naturalidad son cualidades del alma que se encuentra libre de la superficialidad que da patrones de comportamientos y actitudes consideradas antinaturales.

La persona simple es auténtica; sabe lo que quiere. Se concienta de que su valor como persona depende de lo que es y no de lo que posee. Tiene sentimientos verdaderos, palabras sinceras y actitudes correctas. A través del libre-albedrío, elige necesidades psicológicas y fisiológicas que sean congruentes con su propuesta de autoencuentro profundo, realizándose con seguridad.

Según Carl G Jung, "el arte de ser simple es la más elevada y, del mismo modo, aceptarse a sí mismo es la esencia del problema moral y el cimiento de toda una visión del mundo."

