

Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

Reencarnación: Proceso Terapéutico

Albert Einstein enseña que "todo aquello que el Hombre ignora no existe para él. Por eso, el Universo de cada uno se resume en el tamaño de su saber.

El Diccionario Michaelis anota



que reencarnación es el "acto o efecto de reencarnar; según muchas sectas orientales y según el Espiritismo, fenómeno en que el alma humana, desligada del cuerpo por la muerte, después de algún tiempo más o menos largo, va habitar en otro cuerpo humano."

Aunque, la reencarnación sea una teoría esparcida en el mundo, en el tiempo y espacio, los modelos reencarnacionistas varían en las diferentes filosofías y religiones. Según estudios espíritas, evolucionistas, la reencarnación se apoya en la inmortalidad del alma, en la pluralidad de las existencias, en la justicia y bondad de Dios para con los hombres. Los procesos de reencarnación difieren de acuerdo con la individualidad de las consciencias en evolución, considerando la anterioridad de las experiencias vividas, ejercitando el libre-albedrío.

En una mirada transpersonal de la Vida, la memoria de la individualidad se encuentra en la intimidad del Espíritu, en su archivo perma-

nente. Función psíquica de las más delicadas, capacidad que tiene el Espíritu, en sus existencias, de fijar, conservar, evocar, reconocer y localizar, bajo la forma de recuerdos. Una de las facultades del Al-

ma, cuya manifestación se opera por medio del periespíritu. La facultad de recordar es el agente que, en la evolución, nos libera o nos aprisiona delante de los aciertos y los desaciertos.

El Espíritu humano está en constante reevaluación de conceptos, a través de las reencarnaciones. Él camina a pasos largos para el encuentro cada vez más urgente, pero no puede posponer ese encuentro postergado consigo mismo por tantas encarnaciones. Los conflictos inconscientes, el miedo a encontrar su sombra, el miedo a perder el control, la constante competición del mundo moderno en profundizar en el ser humano sin conocimientos espirituales básicos en un ir y venir, sin encontrar soluciones racionales, creando una sensación de vacío, angustia y tristeza, que se suman a sus conflictos ya existentes y terminan por generar comportamientos psíquicos anormales como forma de defensa y de huida.

Para ayudar en el cambio del comportamiento, es preciso que se ofrezca algo al Espíritu humano, un conjunto de argumentos y de razones para que él despierte en sí ese deseo de modificar la forma de pensar, sentir y actuar en relación a sí y al prójimo. Esto porque quien sufre vive en la ilusión construida en su mente y en sus emociones, desconociendo la transitoriedad de las experiencias.

Comprendernos a nosotros mismos y a los otros es, sobre todo, una cuestión de comprender nuestro propio y milenarismo psiquismo y aprender a administrar nuestros problemas, desarrollando autonomía para lidiar con los contenidos internos, personales. Nuestra insatisfacción no es responsabilidad de factores externos; deriva de nuestra incapacidad de comprender nuestros propios pensamientos y sentimientos irracionales, que generan deseos y emociones conflictivos con la realidad. Es fundamental entender, disciplinar, educar y trascender los paradigmas infelices para llegar a la autorrealización temporal.

Nuestro pensamiento quedó aparcado por milenios en fajas primitivas. Poco a poco estamos imprimiéndoles nuevo rumbo. Los sucesivos aprendizajes enriquecieron nuestra mente con experiencias diversas y nuestra emisión mental se perfeccionó. Aun así, tardamos en entender que el control de nuestro pensamiento es de nuestra exclusiva responsabilidad. Esa nueva comprensión es decisiva en nuestro destino. La conquista del discernimiento espiritual expresa en nuestras mentes la certeza de que Dios es amor.

Evanise M Zwirtes

Psicoterapeuta

Conflictos: ¿Necesarios o innecesarios?

Al encarar el conflicto como el encuentro con una situación que provoca una oposición interna o externa, se puede afirmar que se trata de algo que va generar algún tipo de aprendizaje. Es exactamente en las situaciones de conflicto, considerado como el encuentro de opuestos, que la vida acontece. Cuando el conflicto puede ser evitado sin que se postergue la disolución completa de la tensión existente significa que la situación generada ya tuvo su núcleo descubierto y la lección ya fue aprendida. Muchos conflictos, al revés de ser resueltos, tienen sus soluciones postergadas cuando el Espíritu tiene el hábito de huir de la confrontación necesaria, muchas veces alegando la necesidad de quedar en paz. Cuando la confrontación interna se torna explícita por el surgimiento y el conflicto es pasivamente evitado, el aprendizaje tarda y muchas veces es transferido para otra encarnación, más adelante. Si el conflicto aparece en la conciencia, aunque pueda ser evitado, no se puede despreciar el hecho de que él apunta para algo inconsciente que necesita ser conocido y que aún no fue internamente resuelto. Nadie puede huir de sí mismo, mucho menos del embate de los opuestos, pues la evolución del Espíritu requiere que, de la intimidad de su alma, el impulso para la vida, en las experiencias que viva, torne consciente su verdadera esencia. Cuando una

situación de conflicto está instalada, molestando la consciencia, la sabiduría debe entrar en escena para evaluar si hay otro prejuicio que puede ser evitado; siendo así, la solución encontrada debe favorecer al aprendizaje mutuo sin que sea necesaria cualquier actitud



egoísta, vengativa, o que promueva el poder sobre el otro. En el sentido de la imperiosa necesidad de que los opuestos sean integrados y de que el Espíritu debe aprender viendo experiencias, sin ausentarse de ellas, los conflictos son parte integrante de los procesos de desenvolvimiento de la personalidad a la que está sujeto. Siempre que un conflicto sea identificado, por tanto, necesitando de solución adecuada buscando el aprendizaje de todos los envueltos, la mejor actitud a tomar es aquella en que el amor se haga presente, porque, donde él estuviera, Dios actúa en plenitud.

Adenauer Novaes

Psicólogo Clínico

Superando Conflictos

Al analizar la cuestión del sufrimiento humano, Carl Gustav Jung estableció que "él precisa ser soportado" y que la única forma de soportarlo sería superándolo. Estableciendo un paralelo con los conflictos humanos, superarlos de forma consciente y madura significa lidiar con ellos en su real dimensión, verificar los orígenes de donde provienen y estructurar la personalidad de forma a hacer el aprendizaje necesario.

Uno de los puntos importantes en ese proceso es aceptarlos como parte natural de la existencia, pues la energía que se gasta intentando negarlos, o extirparlos en un pase de mágica, no hace que dejen de existir. No se trata de una aceptación pasiva, que sería patológica, sino de aquella que Joanna de Ángeles llama de "resignación activa", aquella que nos da impulso al rever la propia biografía, reelaborar los conflictos y resignificarlos.

Como muchos de los conflictos provienen de las relaciones, especialmente los familiares, por cuenta de la energía afectiva en ellos envuelta, es necesario verificar en cuales aspectos dejamos nuestra vida tornarse prisionera de lo que hicieran con nosotros, llevándonos al auto victimismo. Muchas personas se sorprenden cuando hacen un análisis profundo honesto y sincero de sus conflictos y perciben que no siempre el conflicto surgió de la actitud del otro, sino principalmente de la interpretación personal de los hechos. Y aún, en los casos en que la responsabilidad del otro queda evidente, la terapia del amor, en la forma del perdón, es remedio saludable para superación de los conflictos.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiano



Expediente

Periodistas

João Batista Cabral - Mtb nº 625

Edición

Evanise M Zwirtes

Colaboración

Maria A de Mattos - Crítico
 Maria Novelli - Traducción Inglés
 Cricielli Zanesco - Traducción Inglés
 Karen Dittrich - Traducción al Alemán
 Hannelore P. Ribeiro - Traducción al Alemán
 Maria M Bonsaver - Traducción Español
 Lenéa Bonsaver - Traducción Español
 Valle Bermejo García - Revisión Español
 Nicola P. Colameo - Traducción Italiano
 Sophie Giusti - Traducción al Francés
 Irène Gootjes - Traducción al Francés
 Andrei Latinnik - Traducción Ruso
 Natalia Latinnik - Traducción Ruso
 Spartak Severin - Traducción Ruso

Reportage

Evanise M Zwirtes
 Adenauer Novaes
 Cláudio Sinoti
 Iris Sinoti
 Davidson Lemela
 Sonia Theodoro da Silva

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Impresión

Ejemplares:
 2500 - Português
 1000 - Inglés

Reuniones de Estudios em los

(Em Português)
Domingos - 05.45pm - 09.00pm
Lunes - 07.00pm - 09.00pm
Miércoles - 07.00pm - 09.30pm

Reuniones de Estudios em los

(Em Inglés)
Miércoles - 05.20pm - 06.20pm

Reunión Mediumnidad (Privada)

Jueves - 09.00am - 10.30am

BISHOP CREIGHTON HOUSE
 378, Lillie Road - SW6 7PH - London
 Informaciones: 0207 371 1730
 E-mail: spiritisttps@gmail.com
www.spiritisttps.org
 Registered Charity N° 1137238
 Registered Company N° 07280490

Actitudes Proactivas

En su proceso de desenvolvimiento, el hombre aprende más a reaccionar que a actuar, y eso desde el principio de los tiempos, cuando la vida era básicamente morir o sobrevivir. Mas, con el pasar de las eras, el propio cerebro humano sufrió modificaciones, y con el desarrollo de la inteligencia conquistamos el libre-albedrío.

Ahora, ya no es necesario dejar que el instinto conduzca nuestras vidas, y no precisamos reaccionar a las situaciones como si éstas amenazasen nuestra existencia física. Pero, como aún existe un predominio del ego, reaccionamos a la vida porque tememos perder nuestro poder. Dejar de ser, lo que creemos que somos, causa tanto miedo como nos causaría un animal salvaje si nos intentase atacar.

Cuando comprendamos que el libre-albedrío nos proporciona poder de elegir y que realmente podemos modificar nuestro comportamiento, dejaremos de reaccionar como víctimas de la vida y adoptaremos un comportamiento mucho más responsable delante de la grandeza de la existencia. Seremos mucho más participativos en nuestra evolución, en el planeta que habitamos, y enfrentaremos las situaciones de la vida con la certeza de aquellos que poseen fe. Reconoceremos nuestros errores, porque aprenderemos con ellos para enseñar a nuestros hijos. Veremos la vida como una maravillosa escuela, donde sabiamente usaremos el tiempo y viviremos haciendo siempre lo mejor que podamos. Los problemas serán nuestros peldaños al encuentro de las soluciones. Por fin, tendremos actitudes favorables y no contrarias a la vida.

Iris Sinoti

Terapeuta Junguiano

¿Cómo Auto determinarse?

Auto determinarse es emancipar la razón y conseguir decir "no" sin culpa, o elegir decir "sí" no porque somos buenos, sino porque, con certeza, fue la mejor elección.

No podemos ser los otros, como tampoco podemos vivir en los otros,



ni podemos ser lo que los otros quieren que seamos, pues no somos lo que desean.

El líder político y militar, emperador de Francia, Napoleón Bonaparte en su célebre frase "Nada es más difícil y, por tanto, más precioso que ser capaz de decidir", revela nuestro miedo de tomar decisiones y la inseguridad de que ellas puedan no ser tan asertivas. Pero no se preocupe, usted no está solo.

La culpa por esa situación se debe, una buena parte de ella, a la falsa interpretación de las lecciones de las doctrinas judaico-cristianas. En el Evangelio de Mateos, cap. VII, el evangelista escribió: "No juzguéis, pues, para no seáis juzgados; porque con el juicio que juzgares los otros, seréis juzgados; y con la medida con que medís, vos medirán también a

vos".

¿Usted ya percibió cuán difícil es no juzgar? Podríamos decir que es imposible. Cuando juzgamos, ejercemos el derecho de decidir sobre nosotros mismos, nuestra vida, los otros y el futuro. Juzgamos cuando escogemos una blusa en el muestrario de la tienda, cuando decidimos cual mejor camino seguir o cuando elegimos nuestras amistades. Juzgar es ejercer nuestro libre-albedrío, es la medida de nuestra libertad, es cuando, por fin, podemos decidir si es más prudente decir "sí" o "no".

¿Entonces, como conciliar nuestra libertad de juzgar y decidir con la propuesta evangélica?

Creo que el lector atento ya percibió adonde quiero llegar. Yo no debo juzgar a las personas, sino sus actitudes de acuerdo con los valores y la ética, por lo tanto, yo me juzgo a mí mismo para asegurar que mis palabras, sentimientos y actitudes sean asertivos.

Infelizmente lo que de regla hacemos es juzgar los otros y condenarlos, y es en ese punto en que el apóstol advierte.

El mayor bien que podemos hacernos a nosotros y a los demás es auto determinarse.

Davidson Lemela

Neuropsicólogo

Confianza en la Vida

La palabra *confianza* en portugués se origina del latín CONFIDENTIA, de CONFIDERE, "creer plenamente, con firmeza", formada por COM, intensificativo, más FIDERE, "acreditar, creer", que deriva de FIDES, "fe". La misma etimología encontramos en el inglés, CONFIDENCE, también proveniente del latín; en francés, CONFIANCE; en italiano, FIDUCIA, de FIDERE, la misma traducción arriba; en español CONFIANZA y así por delante. Podemos entender de ésta forma que el vocablo nos remite a la postura universal de certeza, convicción, firmeza, fuerza, seguridad, y aún más, esperanza, fe, optimismo, y todavía, ánimo y resistencia. Sin duda alguna que las palabras tienen influencia en nuestras vidas y sirven como estímulo a nuestro comportamiento delante de las adversidades.

Con todo, las palabras y los estímulos por ellas suscitadas no deben ser tomadas apenas como píldoras de optimismo, como si fuesen medicamentos milagrosos que nos colocan frente a la solución de nuestros problemas. Palabras son el resultado de las elaboraciones del pensamiento y, como tal, deben expresar los buenos sentimientos que traemos con nosotros. Cuando decimos eso, no estamos afirmando que la autoayuda sea eficaz como terapéutica inmediata, pues, como tal, solo hace analgesia, no curando las enfermedades del alma.

En el documental *Philosophy: A Guide to Happiness*, oriundo de su libro *Las consolaciones de la Filosofía*, el filósofo suizo Alain de Botton destaca seis grandes pensadores sobre temas importantes de nuestra actualidad, y destacamos a Sócrates con la autoconfianza: "Sócrates caminaba por el mercado abordando a las personas y cuestionando sobre el sentido de la vida, de una manera mucho interesante, pero también muy

irritante. Si tú pides explicaciones sobre las creencias de las personas, ellas muchas veces reaccionan agresivamente. Sócrates no tenía esas inhibiciones. Él prefería ser considerado contundente, a permitir que sus compatriotas siguiesen llevando la vida sin pensar. Su intención era hacer que todos reevaluasen sus creencias, acreditaba que todos tenían el deber de reflexionar sobre sus vidas, y que todos nosotros tenemos capacidad para hacerlo."

Sócrates pagó alto precio por ayudar las personas a pensar, a evaluar la inconsistencia de sus existencias, y a incentivarlos a cambiar sus objetivos (cuando los tenían), pobres porque estaban volcados apenas en el aquí y ahora.

La confianza surge justamente cuando sabemos, por deducción filosófica, quien somos, lo que estamos haciendo aquí y adónde vamos. Cuando profundizamos en esas deducciones con el auxilio de la Filosofía Espírita, ese universo se expande. No somos apenas ciudadanos de un país, somos ciudadanos del Universo. Nuestras vidas no se restringen al momento presente; descubrimos que somos herederos de las conquistas del

pasado reencarnatorio a camino de un futuro pleno de promesas realizables; aprendemos que *todo pasa*, a decir del Espíritu Emmanuel (hasta las oportunidades perdidas). Por eso, sabemos que dramas personales tienen su duración y que las realizaciones, a su vez, deben expandirse en el senti-



do de encaminarnos con absoluta tranquilidad moral.

Transitamos hoy en un mundo pleno de conflictos que reproducen psicopatologías individuales. Claro que es difícil confiar en ésta construcción, con todo, tenemos la eternidad a nuestro frente y el momento actual para construirlo de la mejor forma posible, con la certeza de que podemos contar con el estímulo y el amparo de los Espíritus que nos aman.

Sonia Theodoro da Silva

bacharelanda en Filosofía