

Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

El Arte de Vivir

Evanise M Zwirtes

Vivir es la dádiva divina. Muchos pensadores del desenvolvimiento humano, nos vienen orientando de la necesidad del entrenamiento progresivo del carácter y del comportamiento de los individuos, objetivando propiciar cualidad en el vivir.

Todavía, en la sociedad contemporánea, observamos que, muchas son las personas portadoras de conflictos psicológicos y emocionales variados, deteriorando su nivel de vivir. Preguntamos ¿cuál es la causa de estos conflictos? Acreditamos que vivir es elegir. ¿Será que sabemos hacer las elecciones que propician la auto-realización y la auto-promoción de nuestra individualidad? ¿Sabemos lo que nos hace feliz o infeliz? ¿Cómo lidiamos con las diferencias? ¿Vivimos o existimos?

En verdad, tenemos siempre la posibilidad de elegir cuando se trata del contenido y de la naturaleza de nuestra vida interior. O sea, lo que pensamos, sentimos y consecuentemente lo que hacemos. Sobre nuestro control interior están nuestras opiniones, aspiraciones, deseos y las cosas que nos desagradan. Fuera de nuestro control, están las cosas, como:

Lo que los otros piensan de nosotros; como las personas se comportan.

Intentar controlar o cambiar lo que no podemos generar aflicción y angustia. Intentar asumir las cuestiones de otros como si fuesen nuestras, torna la persona frustrada, ansiosa y con tendencia para criticar a los demás. Las personas y las cosas son lo que son y no lo que deseamos que sean ni lo que parecen ser.

Siendo así, el mayor ideal humano debería ser: armonizar su voluntad con la naturaleza. No elegimos las circunstancias externas de nuestra vida, pero siempre podemos elegir la manera de cómo reaccionamos ante ellas. Cuanto más avalamos nuestras actitudes y trabajamos nuestra realidad interna (pensamientos y sentimientos), menos sujetos estaremos a los impulsos emocionales reactivos a la realidad externa.

Felicidad y realización personal son consecuencias naturales de actitudes correctas, oriundas de elecciones acertadas.

El arte de vivir es el arte de aprender a amar la Vida.

"Quien ama se libera."

Evanise M Zwirtes es Psico-terapeuta y Coordinadora del The Spiritist Psychological Society en Londres.

El Hombre de Bien

Karina Cardoso

El hombre cuando equilibrado y saludable, o sea, en contacto con su esencia divina, que busca ser bueno y mejorarse a todo momento. Jesucristo a 2.000 años atrás nos dejó la ruta para que conquistáramos la salud integral: "Amar a Dios sobre todas las cosas y al prójimo como a sí mismo". Él nos dejó su ejemplo de vida, que es una guía segura para que alcancemos la meta de nuestra existencia, el crecimiento espiritual.

El Espiritismo, siendo el Cristianismo revivido, nos viene a recordar estas preciosas enseñanzas cristianas, que aun tenemos tanta dificultad de vivir. El Evangelio Según el Espiritismo, es una obra repleta de lecciones y explicaciones para que desenvolvamos nuestro lado ético-moral y nos tornemos personas de Bien; y más detalladamente en el pasaje titulado "el hombre de bien" (cap. XVII). Allí comprendemos que el hombre de bien es alguien que vive dentro de las leyes del Universo, con fe en Dios y que da su contribución, haciendo todo el bien que puede, haciéndolo sin esperar recompensa. Su comportamiento delante de sus hermanos lo distingue. En esto demuestra que ya está en el proceso de dominar su orgullo y egoísmo, de ésta forma, gradualmente, desarrollando la humildad, la resignación, el respeto, etc.

El hombre de bien se preocupa en mejorar su propia conducta, sabiéndose responsable por sí mismo. Él representa la dedicación en vivir la doctrina Cristiana, sirviendo a Dios a través del prójimo y siendo consciente de su realidad transpersonal. Esta es la propuesta para todos nosotros que buscamos la felicidad real y duradera, comprendiendo que la felicidad es una cierta actividad del alma conforme a la virtud.

Karina Cardoso es Psicóloga y Secretaria del The Spiritist Psychological Society en Londres.

Allan Kardec: O Codificador



Editada por Allan Kardec durante doce años, la **Revista Espírita** - Periódico de Estudios Psicológicos es un clásico, fundamental para entender el pensamiento espírita. Fue lanzada en **1º de enero de 1.858** y sirvió como laboratorio experimental para las obras y proyectos futuros del Codificador del Espiritismo. Muchos textos que aparecen en sus páginas después hicieron parte de las obras de Kardec que siguieron a la publicación de El Libro de los Espíritus.

Publicación mensual compuesta de artículos y comunicaciones obtenidas, principalmente, en la Sociedad Parisiense

de Estudios Espíritas. Vea la definición de éste periódico en las palabras del propio Allan Kardec: "El relato de las manifestaciones materiales o inteligentes de los Espíritus, apariciones, evocaciones, etc..., bien como todas las noticias relativas al Espiritismo. - La enseñanza de los Espíritus sobre las cosas del mundo visible y del invisible; sobre las ciencias, la moral, la inmortalidad del alma, la naturaleza del hombre y su futuro. - La historia del Espiritismo en la antigüedad; sus relaciones con el magnetismo y con el sonambulismo; la explicación de las leyendas y de las creencias populares, de la mitología de todos los pueblos, etc..."

"La historia de la Doctrina Espírita, de cierto modo, es la historia del espíritu humano."



Espiritismo y Evolución

Rodrigo Machado Tavares

Cuando la palabra evolución surge en nuestras mentes, la mayoría de nosotros, casi indudablemente, piensa en la teoría de la evolución de las Especies. Y muy probablemente, iremos a escuchar bastante ese tema en éste próximo año de 2.009; donde se celebra la conmemoración del bicentenario del nacimiento de Charles Darwin. Delante de éste contexto, aun en pleno siglo XXI, el antagonismo secular entre Creacionistas y Evolucionistas que viene a nosotros, es oportuno analizar como el Espiritismo lidia con esa cuestión. En otras palabras: ¿nosotros, espíritas, somos creacionistas o evolucionistas?

A principio, para muchos, tal cuestionamiento puede parecer como innecesario e incluso aun con tendencias sofistas. Entretanto, se hace necesario que nosotros, espíritas, estemos conscientes y esclarecidos de dudas como estas. No para que podamos impedir verdaderos duelos pseudo-intelectuales; y ni tampoco para que hagamos proselitismo. Pero para que podamos progresar, avanzar, o sea, evolucionar en el sentido más hermenéutico de la palabra. Y además de eso, como ya nos recomienda el Espíritu de Verdad en el Evangelio Según el Espiritismo: "Amaros, he aquí el primer mandamiento. Instruiros, he aquí el segundo."

Siendo así: ¿somos creacionistas o evolucionistas? Pues bien, somos tanto creacionistas, así como evolucionistas, por más paradójica que parezca.

Somos creacionistas, porque sabemos que Dios existe. La primera pregunta del Libro de los Espíritus nos esclarece al decir que: "Dios es la inteligencia suprema, la causa primera de todas las cosas". Somos todos hijos de un mismo Padre.

Y somos también evolucionistas, pues sabemos que el Universo del Padre evolucionó y continúa en evolución. La lectura de algunos libros, tales como el Libro de los Espíritus, la Génesis y A Camino de la Luz de Emmanuel, psicografiado por Francisco Cândido Xavier, para no citar otros, elucida el porqué somos evolucionistas.

Con base en esto, nos podemos preguntar: "¿por que existe tanta polémica aun hoy entre esas dos corrientes que buscan explicar la formación del Universo?"

Parafraseando a Herculano Pires en su libro Revisión del Cristianismo: "Hay un abismo entre el Cristo y el Cristianismo." Tomando este mismo pensamiento, es posible decir que si existe un verdadero abismo entre lo que podríamos denominar el "Creacionismo de los Religiosos" (Dogmáticos) y el "Creacionismo de los Científicos".

El Creacionismo pregonado por muchas religiones no es verosímil. Por

ejemplo, solamente para citar una de las distorsiones de la verdad, decir que el Mundo fue creado en 7 días es ir en la dirección opuesta a la razón. Sabemos, a través del Espiritismo, que los 7 días mencionados en la Biblia son en la verdad 7 eras.

Con relación al "Creacionismo de los Científicos", que nada más es el Evolucionismo propiamente dicho, podemos también afirmar que existen algunos pequeños mal entendidos. Esto no se refiere a la formación de la Tierra, la cual la Ciencia viene avanzando bastante a través de la Arqueología. Y esto tampoco se refiere a la formación del Universo, lo cual la Astronomía, a través de su ramo específico de la Cosmología viene descubriendo las maravillas infinitas de la Morada del Padre, como ya nos decía el Maestro Jesús: "En la casa de mi Padre hay muchas moradas" (Juan 14:2); máxima que está muy bien explicada en el Capítulo III de el Evangelio Según el Espiritismo. En verdad, el Evolucionismo aun "se pierde" por la búsqueda del "Eslabón Perdido", la cual nuestro querido hermano Divaldo Pereira Franco ya nos explicó de forma clara en algunas de sus conferencias.

El Espiritismo viene, una vez más, a través de su buen control crítico y racional explicar esas cuestiones tan fundamentales, las cuales aun continúan confusas para tantos otros hermanos aquí en el orbe terrestre. Pero dejando un poco de lado esa digresión filosófica, la cual es importante, entretanto no es fundamental para nuestra evolución (por más irónico que parezca), precisamos siempre tener en mente que evolución está mucho más allá de las palabras.

La lectura de los libros espíritas y de los libros científicos serios, la oración, la meditación, los pensamientos siempre en buena dirección, la reflexión, en fin, todo eso auxilia potencialmente para que podamos evolucionar. Con todo, precisamos siempre recordar que para evolucionar efectivamente, necesitamos vivir; o sea, poner en práctica todo aquello que estamos aprendiendo dentro de ésta Doctrina Espírita tan divina, y por así ser, tan esclarecedora.

Todos nosotros, independientemente de la posición social a la cual pertenecemos, de la profesión que ejercemos, del conocimiento intelectual que tenemos etc., precisamos esforzarnos en la Sementera del Bien para evolucionar. En otras palabras, precisamos amar, pues es solamente con el amor, ejemplificado por nuestro Maestro Jesús, y ahora tan bien explicado por el Espiritismo, que conseguiremos evolucionar.

Rodrigo Machado Tavares es Ingeniero y investigador, residente en Londres. Colabora con la Revista Reformador.

Pensamiento y Voluntad

Mário Martins

El pensamiento es como un salvaje corcel, cuyas riendas están bajo el comando de la mente o la razón, por la expresión de la voluntad. Sin las riendas suficientemente seguras, tiende a galopar rápido por sendas peligrosas. El camino es áspero y demanda elecciones acertadas para que utilicemos senderos seguros, las cuales sean las de la consciencia tranquila y el deber cumplido. Poderosa dínamo, generadora de ondas de más o menos alta frecuencia, energiza o debilita, a quien emite y a quien lo recibe.

La voluntad, por su vez, viene a satisfacer necesidades físicas o morales, bajo la inspiración del pensamiento. El pensamiento, como motor de la voluntad, auxilia o perjudica, crea o destruye, trabaja o reposa, evoluciona o se estaciona. El binomio pensamiento-voluntad, nada más es que la expresión del libre-albedrío, otorgado a nosotros por el Creador.

El pensamiento, como onda electromagnética, está sujeto al fenómeno de la resonancia, expresándose a través de la sintonía entre las mentes, encarnadas o desencarnadas. Tiene velocidad superior a la de la luz, transmitiendo mensajes inmediatamente después de ser emitido. Tiene la propiedad de imprimir fluidos, que son asimilados por el periespíritu del hombre y de otros seres vivos, encarnados o desencarnados. Impregna aun el ambiente, que se carga positiva o negativamente, de acuerdo con las mentes envueltas. Al imprimir al periespíritu (cuerpo espiritual), se manifiesta a través del aura, con imágenes muy vívidas, denunciando nuestro mundo íntimo.

Dijo Jesús: "Mi mandamiento es este: Que os améis los unos a los otros, así como yo os amé." (Juan, cap.15, v.12). En éste pasaje, Cristo nos exhorta para que disciplinemos los pensamientos, pues estos son el prototipo fluídico de las acciones materiales, inmediatas o futuras. Toda realización en el mundo material es plasmada primeramente en el éter, sea ella buena o mala.

Como cocreadores de la Obra Divina, grande es entonces nuestra responsabilidad. En el libro Acción y Reacción, a través de Francisco Cândido Xavier, aprendemos que "cada alma establece para sí misma las circunstancias felices o infelices en que se encuentra, conforme las acciones que practica, a través de sus sentimientos, ideas y decisiones en la peregrinación evolutiva".

Y para que estemos siempre en el camino correcto, en el galopar seguro de un buen domado y poderoso corcel, vale la receta: pensar en el bien, hablar en el bien, actuar en el bien.

Mário Martins es Ingeniero, residente en Brasil. Miembro del Centro Espírita Seara de Luz—São José dos Campos-SP.

Expediente

Periodistas

João Batista Cabral - Mtb nº 625

Edición

Evanise M Zwirtes

Colaboración

Adenauer Novaes
Karina Cardoso

Reportage

Evanise M Zwirtes
Karina Cardoso
Rodrigo Machado Tavares
Mário Martins
Ana Cécilia Rosa
Adenauer Novaes

Design Gráfico

Kelley Cristina Alves

Impresión

Brasil Graphics and Media Services Ltd.
Ejemplares: 2500 ejemplares

Reuniones de Estudios em los

Domingos

(Em Português)
06.00pm - 09.30pm
BISHOP CREIGHTON HOUSE
378, Lillie Road - SW6 7PH
Informaciones: 0207 371 1730
spiritist.psychologicalsociety@virgin.net
www.spiritistps.org

Consciencia

Ana Cecília Rosa

La consciencia viene siendo discutida de forma sistemática por la filosofía, ciencia y religión desde la antigüedad. Sócrates decía a sus discípulos que actuasen de acuerdo con su consciencia. Esto implicaba en practicar las virtudes, escogiendo el bien y evitando el mal.

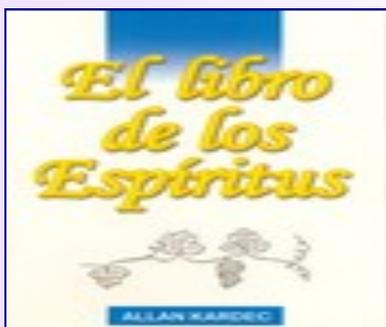
Para la Medicina y Psicología la consciencia puede ser definida como un estado de alerta, donde podemos percibir nuestra realidad interna y externa, o sea, es la manera de integramos con nosotros mismo y socialmente. Freud acreditaba que la mayoría de nuestros pensamientos, actitudes y sentimientos tendrían el origen en el inconsciente y, por tanto, se expresarían sin que el individuo las percibiese, causando una infinidad de repercusiones negativas, como fobias y psicosis.

Para las religiones y la ética, la consciencia se refiere a un "censo interior del acierto y del errado de una elección moral", que puede ser entendido como el sentido moral. En la Biblia la consciencia se confunde con el corazón. Jesús al convidarnos a "amarnos unos a los otros" nos dejó la "regla áurea" del buen proceder y la garantía de felicidad posible apenas con la conquista de la "paz en la consciencia".

El Espiritismo, en el libro de los Espíritus, nos trae la consciencia como "un pensamiento íntimo". Esto implica que la consciencia sería la forma por la cual el individuo se relacionaría con los otros. Por otro lado, al afirmar que "el hombre trae en su consciencia la ley de Dios", el Espiritismo sugiere que esa consciencia es preexistente al hombre encarnado, y, por tanto, facultad del espíritu. Así, el modelo de todas nuestras acciones es el medidor por el espíritu donde las leyes divinas se asientan, confiriendo responsabilidad a cada infracción de éstas leyes, sometiéndonos irrevocablemente a la Ley de causa y efecto.

Pero, por infinita misericordia divina, la consciencia, también, tiene el papel de juez de nuestros actos, haciéndonos, en muchas situaciones, optar por el bien; porque solo la "consciencia tranquila", capaz apenas de un espíritu purificado por acciones nobles, nos hará alzar a la categoría de los espíritus perfectos, condición de felicidad plena.

Ana Cecília Rosa es Médica Pediatra, residente en Brasil. Es miembro del Instituto de Divulgación Espírita - Araras/SP.



La Mediumnidad y el Desarrollo del Ser

Adenauer Novaes

Las facultades psíquicas humanas surgieron del desenvolvimiento de los cinco sentidos orgánicos. Ellas son el resultado del perfeccionamiento del automatismo biológico, que alcanzó el estado de subjetividad, a partir de necesidades relacionales. Del automatismo orgánico a la subjetividad psíquica, se tiene aquello que C. G. Jung llamó de arquetipo *psicóide*, o sea, una estructura intermedia que permite el pasaje de una dimensión a otra. De la misma manera, hay otra estructura arquetípica que permite el tránsito entre la mente y el mundo espiritual, o sea, entre dimensiones vibratorias distintas. La mediumnidad es la facultad que permite ese pasaje. Ella es un instrumento para la evolución del Espíritu, que debe ser utilizado en varias experiencias humanas. Es evidente que su utilización dependerá del conocimiento respecto de la mediumnidad, bien como del grado de desenvolvimiento de la facultad. Su uso consciente, prácticamente estricto a ambientes institucionales (centros espíritas, templos, grupos independientes etc.), no inhiben el flujo natural de las ideas, pensamientos, emociones y sentimientos entre distintas dimensiones que ocurre cotidiana y naturalmente. Gracias a la mediumnidad el ser humano se conecta a las fuerzas superiores de la vida, adquiriendo espontáneamente conocimientos que extrapolan su capacidad de concepción racional. Por causa del desconocimiento al respecto de la mediumnidad, se torna difícil la distinción entre lo que es, de hecho, fruto de la facultad, de los contenidos del propio pensar. Ese desconocimiento contribuye para que se piense que el mediúmnico es apenas aquel que promueve efectos físicos. Son valorizados los eventos mediúmnicos que promueven fenómenos ostensivos, tales como movimiento de objetos, apariciones espectaculares, adivinaciones, premoniciones etc., contribuyendo para la permanencia de la ignorancia en utilizar la facultad. Restringirse al uso, necesario, para el atendimiento a desencarnados sufridores y para el esclarecimiento, a partir de mensajes de carácter moral elevado.

Es en los más variados momentos de la vida, para la evolución del Espíritu, que se debe utilizar la mediumnidad. Su uso institucional es válido y debe ser incentivado, sin prejuicio de que se cultive su desenvolvimiento natural. La comunicación mediúmnica, en el ambiente doméstico, permitiendo la comunión de encarnados con desencarnados, que se ligan por los lazos de la afinidad y del amor, debe ser incentivada para el estrechamiento de las relaciones, bien como para el cambio de experiencias. Aun se teme tal estrechamiento por causa de la posibilidad de la obsesión. Ese temor, aun relevante, dificulta que se visualice el uso natural

de la mediumnidad. Se debe recordar que, el saber viene del ejercicio, que contienen éxitos y la falta de él. La mediumnidad de una persona no pertenece a los espíritus desencarnados, aun considerando que ellos son quienes deciden cuándo y cómo se comunican. Varios tipos de mediumnidad o de facultades que trascienden los sentidos físicos no dependen de los espíritus desencarnados. Esas facultades también son conocidas como paranormales. Son ellas: *clarividencia, premonición, precognición, clariaudiencia, telepatía, retrocognición*, desdoblamiento etc. Todas pueden ser útiles en los más diversos campos de la vida humana. Analizando el desenvolvimiento de la propia personalidad, la mediumnidad puede ser utilizada para el contacto con espíritus afines para cambios afectivos, de informaciones y nuevos conocimientos, realización de tareas conjuntas, desenvolvimientos de habilidades, auxilio en tareas de desobsesión, auxilio en las desencarnaciones y en los nacimientos, solución de traumas kármicos, mayor comprensión de los disturbios psíquicos, ampliación de la consciencia de sí mismo del encarnado, entre otras utilidades. Eso significa decir que ser médium necesariamente no es ser espírita, tampoco es utilizar la mediumnidad apenas para el auxilio espiritual a desencarnados o para demostración de la inmortalidad del alma.

El ser humano encarnado debe entender que su estado en el cuerpo físico es una fase necesaria e importante en su evolución, para el perfeccionamiento de habilidades, bajo contingencias físicas no siempre favorables. En ese período, en que está encerrado en un cuerpo limitado, tiene la oportunidad de conectarse, gracias a la mediumnidad, y su dimensión de origen, donde puede obtener conocimientos más amplios. El desenvolvimiento del ser se debe a múltiples factores, todos ellos teniendo como base la experiencia directa con la realidad, en la cual vive intensas emociones. La mediumnidad es uno de esos factores, diferenciándose de los demás por la posibilidad que faculta de la conexión con las fuerzas espirituales creativas de la naturaleza. Es su uso adecuado, en las ricas experiencias de la vida, que promoverá la integración, al Espíritu, de las leyes de Dios.

Adenauer Novaes es Psicólogo Clínico, residente en Brasil. Es uno de los directores de la Fundación Lar Harmonia - Salvador-BA.

II MES ESPÍRITA - ABRIL 2009

Tema Central: ESPIRITISMO: CIENCIA, FILOSOFÍA e RELIGIÓN

Programación:

Día: 05.04.09 - Inicio: 05.00pm

Seminario: EL LIBRO DE LOS ESPÍRITUS Un Compendio de Luz Para la Humanidad

Temas:

De las Causas Primarias Expositor: Rodrigo Machado Tavares (Londres)
Del Mundo Espirita o Mundo de los Espíritus Expositor: Manuel Portásio Filho (Londres)
De las Leyes Morales Expositora: Ana Cecília Rosa (Brasil)
De las Esperanzas y Consolaciones Expositora: Evanise M Zwirtes (Londres)

Día: 12.04.09 - Inicio: 05.00pm

CONFERENCIA

Temas:

La Transición del Planeta Después de 152 Anos Conferencista: Maria Isabel C.P.Saraiva (Portugal)
Jesús, el Magnífico Terapeuta Conferencista: Maria Isabel C.P.Saraiva (Portugal)

Día: 19.04.09 - Inicio: 05.00pm

CONFERENCIA

Temas:

El Modelo Matemático del Espíritu Conferencista: Prof.Dr.Luis de Almeida (Portugal)
Mecanismos Psico-fisiológicos de los Estados Alterados da Consciencia .. Conferencista:Dra.Lígia Almeida (Portugal)

Día: 24.04.09 - Inicio: 06.45pm

SEMINARIO

Tema:

El Inconsciente y la Mediumnidad Expositor: Adenáuer Novaes (Brasil)

Día: 26.04.09 - Inicio: 05.00pm

SEMINARIO

Tema:

Alquimia del Amor - Depresión, Cura y Espiritualidad Expositor: Adenáuer Novaes (Brasil)

Dirección: