

Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

Amor, Perdón y Trabajo. Caminos para la Autorrealización

El despertar del sentimiento es una larga jornada para el Espíritu, por cuanto el Amor, el sentimiento por excelencia, no "nace" hecho, necesitando ser cultivado y cuidado tal cual una semilla que ya se encuentra en germen en los instintos

Una de las actitudes que nos auxilian en la expresión más profunda del sentimiento es el perdón, que también es un aprendizaje en el campo del amor. Ese aprendizaje se efectúa en varias circunstancias: significa amor a sí mismo, al libe-

sabilidad por el desenvolvimiento colectivo. El trabajo posibilita el acoplamiento en la vida social, al tiempo en que propicia nuestro sustento de manera digna y saludable. El trabajo, en ese estado, es buscado para satisfacer las necesidades y caprichos del ego, sin un mayor compromiso con la colectividad. Con la ampliación de la consciencia, el trabajo pasa a ser una expresión de la individualidad del ser, a su especial contribución en el campo colectivo.

Son varios los caminos que llevan a la autorrealización, justamente por causa de nuestra individualidad. Cabe al ser recorrer la propia trilla, descubriendo a sí mismo y manifestando el potencial que conduce en el mundo íntimo.

y que, a través de sucesivas etapas, va se desenvolviendo hasta el punto de su manifestación sublime.

Toda esa jornada es desafiadora, pues los instintos dominadores y agresivos no son abandonados de un momento para otro, haciendo con que fuerzas opuestas se hagan presentes en el aprendizaje del amor. En esa trayectoria, muchas veces herimos y somos heridos, ocupamos el papel de verdugo así como de la víctima, lo que haz con que marcas profundas sean registradas en el psiquismo. Esas marcas, mientras no sanadas, bloquean la plena manifestación del sentimiento, transformándose en hechos que nos retienen en la retaguarda hasta que consigamos nos liberar.

rarnos de las heridas emocionales que paralizan nuestras vidas; proporciona vivirnos nuevas experiencias, pues, cuando quedamos presos al rencor, cerramos la puerta a una vivencia más profunda con el otro; demuestra comprensión de nuestra humanidad, pues la propia imperfección nos lleva a cometer errores e injusticias, aunque indeseados, pues, de acuerdo con el nivel de consciencia que se paraliza, la capacidad de percibir la vida puede ser limitada.

Pero la autorrealización del ser no se da apenas con su desenvolvimiento interior, pero también a través de su actuación en el mundo, pues, mientras seas social, tenemos nuestra parte de respon-

Amor, perdón y trabajo, por lo tanto, transformase en herramientas esenciales para esa jornada. En el mundo moderno conocemos muchas cosas, tenemos acceso a varias teorías y campos del conocimiento y, en las manos, la posibilidad de transformar el mundo. A partir del momento en que realizarnos el enfrentamiento principal con la propia sombra, extraeremos de toda la luz que contienen. Amar, entonces, será la natural expresión de nuestro ser.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiana

Entrega. Camino de Cura

El filósofo parisiense Edgar Morín definió el hombre como un "ser social", que tiene como objetivo principal de vida "la búsqueda de la felicidad".

Al conceptuar el hombre como ser social, Morín establece que, intrínsecamente, somos interdependientes unos de los otros. No conseguimos aprender, hablar, caminar o crecer sin la convivencia con el otro, y nuestra vida solamente será un camino para la felicidad del Creador, a través de la criatura.

Los antiguos ermitaños aspiraban llegar a la perfección espiritual y la comunión con Dios, apartándose de los placeres del mundo y de la maldad de los hombres. Al vivir en solitaria en el alto de las montañas o en las cuevas, en meditaciones y oraciones, llevaban una vida austera en la búsqueda de la paz interior. Pretendían, con eso, alcanzar un estado de gracia y pureza del alma por la contemplación. Esa actitud piadosa, aún, invertía el propósito de la experiencia humana, haciéndolos perder precioso tiempo y retardar los pasos en la caminata de la evolución y del progreso, visto que es justamente en las dificultades de la vida y en los embates humanos que ejercitamos las virtudes de la paciencia, de la tolerancia, del amor.

En su libro *El Hombre Integral*, el médium y conferencista Divaldo Franco asegura que el hombre feliz no

va al médico y no necesita de remedios. Así, si deseamos la felicidad plena es preciso aprender a convivir con el otro y conquistar la virtud de la "entrega".

Entregarse es darse a algo integralmente, y en eso no podemos excluir el otro. Entregarse es constituir nuestra vida en una comunión perenne con nosotros mismos, con nuestro próximo y el Creador. Los



males físicos y psíquicos que afligen el hombre y lo distancian de la felicidad son de origen emocional y comportamental. No hay como pensar en salud sin la actitud de la entrega, pues salud no es ausencia de dolencia, pero el equilibrio entre el dar y recibir, entre nuestra conducta guiada en el bien, el corazón tranquilo del deber cumplido y la fe en el futuro.

La felicidad es la cura, infelices somos enfermos.

Davidson Lemela

Neuropsicólogo

Terapia de la Oración

La oración es luz que se enciende en el mundo interior afín de que la claridad nos muestre lo que se pasa en la intimidad de la propia alma. Tratase del recurso orientado por la fe, con el auxilio de la razón, para que el Espíritu encuentre alternativas exequibles en la solución de sus procesos existenciales. Antes utilizada como mecanismo petitorio para alcanzar el Creador de la Vida, en el Espiritismo mostrase como instrumento útil para el alineamiento de la Consciencia y para la consolidación de la certeza de la permanente conexión con Él.

Mientras la criatura permanecer pidiendo, agradeciendo o alabando a Dios, desobligase de integrar habilidades necesarias para su evolución, permaneciendo frágil y tornándose dependiente de las expectativas que su imaginación crea, cuando debería buscar la superación de sus incapacidades. La oración no sustituye el trabajo necesario para la adquisición de competencias y para la superación de conflictos, dificultades y obstáculos inherentes a evolucionar. Cuando la oración es sentida como un diálogo con Dios y acompañada de la caridad y de la dulzura, produce significativos efectos renovadores.

Sí. Debemos orar, no obstante es importante entender su mecanismo, su dinámica y su objetivo. La oración favorece la flexibilización psicológica que amplía las percepciones de la Consciencia, toca la creatividad humana que rompe con la cristalización de ideas, promueve la apertura psíquica para conexiones mediúnicas favorables y, además de todo, visa el encuentro de alternativas que direccionan el yo para la evolución del Espíritu. Orar es tornar consciente la íntima conexión del Espíritu con su Creador.

Adenauer Novaes

Psicólogo Clínico

Expediente

Periodistas

Katia Fabiana Fernandes - nº 2264

Edición

Evanise M Zwirtes

Colaboración

Maria A de Mattos - Crítico
Danusa G Rangel - Traducción Inglés
Karen Dittrich - Traducción al Alemán
Hannelore P. Ribeiro - Traducción al Alemán
Maria M Bonsaver - Traducción Español
Lenéa Bonsaver - Traducción Español
Ricardo Castro - Revisión Español
Nicola P. Colameo - Traducción Italiano
Sophie Giusti - Traducción al Francés
Irène Gootjes - Traducción al Francés

Reportage

Cláudio Sinoti
Davidson Lemela
Adenauer Novaes
Evanise M Zwirtes
Iris Sinoti
Allan Kardec

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Impresión

Ejemplares:
2000 - Portugués
1500 - Inglés

Reuniones de Estudios em los

(Em Portugués)
Domingos: 05.45pm - 09.00pm
Lunes: 07.00pm - 09.00pm
Miércoles: 07.00pm - 09.30pm
Sábados: 06.00pm - 07.30pm

Reuniones de Estudios em los

(Em Inglés)
Miércoles: 05.20pm - 06.20pm

Reunión Mediuinidad (Privada)

Jueves: 09.00am - 10.30am

BISHOP CREIGHTON HOUSE
378, Lillie Road - SW6 7PH - London
Informaciones: 0207 371 1730
E-mail: spiritistps@gmail.com
www.spiritistps.org
Registered Charity Nº 1137238
Registered Company Nº 07280490

La Felicidad Real

Enseña Platão que "la mayor victoria del hombre es vencer a sí mismo." ¿Como? Podemos nos preguntar.

Creemos que el proceso del despertar de la consciencia individual va poco a poco favorecer el entendimiento que "la ley natural es la ley de Dios. Es la única verdadera para la felicidad del hombre. Indícale lo que debe hacer o dejar de hacer y él solo es infeliz cuando de ella se aparta."(L.E.614)

Cuando la persona se desvía del camino del bien y del amor, siente como efecto dolores, conflictos, angustias, ansiedades... Todos señalizadores de su conducta contraria a la ley natural, a la ley del Amor.

La felicidad es un estado interior, psíquica, resultante de las elecciones asertivas (pensar, sentir y actuar) que cada persona ofrece durante el aprendizaje evolutivo.

No importa lo que esté sucediendo en el mundo, ya que estamos equivocados; lo que importa es la oportunidad de crecimiento que elegimos delante de las experiencias que nos llegan. Las experiencias son neutras; nuestras reacciones evidencian nuestra relación intrapersonal e interpersonal.

Por lo tanto, aún las reacciones negativas en el proceso del autoencuentro son mecanismos de autoconocimiento para trascender nuestros límites, nuestras mentiras, nuestras ilusiones, eligiendo ejercitar las acciones benéficas, cultivando el auto-amor, que nos llevará a amar a Dios y al prójimo. Así, viviendo un estado de felicidad relativa mientras adquiere la mayoría de consciencia.

Valorizar las oportunidades de ejercicio del altruismo y de la capacidad de servir a la Vida son elecciones de significado profundo para quien anhela la felicidad real.

Evanise M Zwirtes

Psicoterapeuta Transpessoal

La Seguridad Viene de Dios

Existe una frase que suelo repetir a los pacientes en el atendimento terapéutico que normalmente genera cierto malestar: "yo no controlo nada"... Ciertamente me refiero al "yo" en la dimensión "menor" de la personalidad, del ego, una instancia psi-

vida "segura" deseada por el ego significaría parálisis del crecimiento psicológico.

En la perspectiva psicológica, conforme presenta el psiquiatra Carlos Byington, "ego maduro es aquel capaz de lidiar con las frus-



quica importante para el desenvolvimiento y realización del ser, pero que suele iludirse con facilidad, especialmente cuando todavía inmaduro para los desafíos que la vida presenta.

En el estado de la falta de madurez, en la búsqueda por la seguridad normalmente comanda las acciones del ser, que intenta el "empleo seguro", el "relacionamiento seguro", un "lugar seguro para vivir", de entre otros "puerto seguro". Hasta incluso la religión, en ese grado de infancia psicológica, acostumbra ser buscada para garantizar que "nada va mal". Cuando el individuo cae en esa trampa de la búsqueda de la seguridad, limita la vivencia del enorme potencial que tiene por desenvolver y demuestra el gran desconocimiento de sí mismo. Tal vez por eso Carl Gustav Jung se haya referido al "Self" o "a sí mismo" como la instancia psíquica que equivale al dios interior, la fuerza o matriz que coordina todo el proceso de desenvolvimiento del ser. En la perspectiva del "Self", la seguridad gana una nueva dimensión, pues la

tracciones". Equivale a decir que, en la falta de madurez, la seguridad deja de ser una búsqueda externa, de circunstancias y acontecimientos que tengan que ocurrir para el ego sentirse seguro, para una perspectiva interna, que busca desarrollar una estructura psicológica saludable, capaz de lidiar con crisis y enfrentamientos que la vida presenta y crecer a partir de ellos. Cuando así procede, el individuo supera la búsqueda de una religión salvadora, de un "Dios" que simplemente proteja de los peligros, pero, que mucho más allá de eso, da impulso a la fuerza transformadora que existe dentro de cada ser. Consciente de sí, ningún enfrentamiento ha de ser temido, pues todos los desafíos sirven para la conquista de la plenitud.

Iris Sinoti

Terapeuta Junguiano



Los Valores de la Humildad, Fraternidad y Solidaridad

“Nosotros nos limitaremos a decir que la humildad es la modestia del alma”, Voltaire.

Reflexionando sobre la actualidad mundial, donde la Humanidad camina en un proceso de reconstrucción de valores, el gran educador, científico francés, Allan Kardec, en el libro *Obras Póstumas*, elucida que “libertad, igualdad, fraternidad” – estas tres palabras constituyen, por sí solo, el programa de todo un orden social que realizaría el más absoluto progreso de la Humanidad, si los principios que ellas expresen pudiesen recibir integral aplicación. Veamos cuales los obstáculos que, en el estado actual de la sociedad, se les obstaculiza y, al lado del mal, procuremos el remedio.

La fraternidad, en la rigurosa acepción del término, resume todos los deberes de los hombres, unos para con los otros. Significa: devotamente, abnegación, tolerancia, benevolencia, indulgencia. Es, por excelencia, la caridad evangélica y la aplicación de la máxima: “Proceder para con los otros, como quisiéramos que los otros procediesen para con nosotros”. El opuesto del egoísmo. La fraternidad dice: “Uno por todos y todos por uno”. El egoísmo dice: “Cada uno por sí.” Siendo estas dos cualidades la negación una de la otra, tan imposible es que un egoísta proceda fraternalmente para con sus semejantes, cuanto a un avaro ser generoso, cuanto a un individuo de pequeña estatura alcanzar la de un otro alto. Ahora, siendo el egoísmo la llaga dominante

de la sociedad, mientras él reinar soberanamente, imposible será el reinado de la fraternidad verdadera. Cada uno la querrá en su beneficio; no querrá, no obstante, practicarla en beneficio de los otros, o, si lo hiciera, será después de certificarse de que no perderá cosa alguna.

Considerada del punto de vista de su importancia para la realización de la felicidad social, la fraternidad está en la primera línea: es la base. Sin ella, no podría existir la igualdad, ni la libertad sería. La igualdad se deriva de la fraternidad y la libertad es consecuencia de los otros dos.

Con efecto, supongamos una sociedad de hombres bastante desinteresados, bastante buenos y benévolos para vivieren fraternalmente, sin haber entre ellos ni privilegios, ni derechos excepcionales, pues de otro modo no habría fraternidad. Tratar a alguien de hermano es tratarlo de igual para igual; es querer quien así lo trate, para él, lo que para sí propio querrá. En un pueblo de hermanos, la igualdad será la consecuencia de sus sentimientos, de la manera de procedieren, y se establecerá por la fuerza misma de las cosas. Cual, no obstante, ¿el enemigo de la igualdad? El orgullo, que haz el hombre tener en toda parte la primacía y el dominio, que vive de privilegios y excepciones, podrá soportar la igualdad social, pero no la fundará nunca y en la primera ocasión la desmantelará. Ahora, siendo también el orgullo una de las llagas de la sociedad, mientras no sea extinguido, opondrá

obstáculo a la verdadera igualdad...

Al paso que el Espiritismo ensancha el campo de la solidaridad, el materialismo lo restringe a las mezquinas proporciones de la efémera existencia del hombre, haciendo de la misma solidaridad un deber social sin raíces, sin otra sanción además de la buena voluntad y del interés personal del momento. Es una simple teoría, simple máxima filosófica, cuya práctica nada hay que la imponga. Para el Espiritismo, la solidaridad es un acto que asienta en una ley universal de la Naturaleza, que conecta todos los seres del pasado, del presente y del futuro y cuyas consecuencias nadie puede sustraerse. Es esta una cosa que todo hombre puede comprender, por poco instruido que sea.

Cuando todos los hombres comprendieren el Espiritismo, comprenderán también la verdadera solidaridad y, consiguientemente, la verdadera fraternidad. Una y otra entonces dejarán de ser simple deberes circunstanciales, que cada uno pregona las más de las veces en su propio interés y no en la de otros. El reinado de la solidaridad y de la fraternidad será forzosamente lo de la justicia para todos y el de la justicia será el de la paz y de la armonía entre los individuos, las familias, los pueblos y las razas. ¿Vendrá este reinado? Dudar de su advenio sería negar el progreso...”

Allan Kardec