

Jornal de Estudos Psicológicos

Ciência, Filosofia e Religião

Indivuação: O Encontro com o Self

A individuação, hoje usada nos estudos espíritas, é o conceito central da teoria psicológica de C. G. Jung. Foi trazido para nosso meio, pelo Espírito Joanna de Ângelis, psicografia de Divaldo Franco, em

vida não vivida da pessoa e seu potencial não realizado. Essencialmente é experimentada na segunda metade da vida, como uma busca por tornar-se o que a pessoa já é potencialmente.

em direção à nós mesmos constitui parte da formação ou particularização do ser individual. Quanto mais nos aproximamos de nossas verdades, menos ficamos aprisionados às insanidades do materialismo, às imposições da aparência e às exigências do ego adoecido, que nos impede de tolerar, compreender, perdoar e amar indistintamente.¹

Conhecer-se, numa perspectiva reencarnacionista, é dar continuidade ao burilamento do projeto inacabado que somos, pois na medida em que identificamos nossos vícios – que muitas vezes passam despercebidos por traz das personas que construímos – temos condições de nos esforçar em domar as más tendências, o que caracteriza o verdadeiro espírito (ESE, cap. 14, item 4).

Indivuação é aprofundamento e ampliação a respeito de quem somos. É o encontro com a verdade

de que liberta, conforme Jesus pelo evangelista João. Conforme a psicologia junguiana, individuação é o ego descobrindo-se infinitamente pequeno em relação ao Self. E por isso dizemos que se encontrar é, antes de tudo, um exercício de coragem, fé e humildade.

diferentes obras da sua Série Psicológica. No *Em busca da verdade*, é preciso ao dizer que a individuação é a meta ou a finalidade primordial impostergável a todos.

Assumir a necessidade do encontro conosco mesmo pressupõe reconhecer que estamos desconectados, ou seja, não identificados com o que realmente somos, com o que nos compõe e nos preenche. É uma construção para além das máscaras que o ego construiu ao longo dessa reencarnação, mesmo que sejam aplaudidas ou valorizadas socialmente.

Stein, em *Jung: o mapa da alma*, explica que é o movimento de unificação ou sintonia do ego com o inconsciente, o que contém a

Self, Si-mesmo, Superconsciente, Eu Profundo são diferentes nomenclaturas que os cientistas da alma estabeleceram para definir o essencial em nós, aquilo que abandonamos em detrimento das “mentiras em que nos acomodamos”. Essas palavras de Clarice Lispector revelam de modo simples, a complexidade à qual nos engendramos ao criarmos supostas verdades a nosso respeito, justamente pela dificuldade em suportarmos quem verdadeiramente somos. Temos dificuldade em assumir nossas imperfeições, bem como o potencial divino oculto no ser humano que nos colocaria bem longe de onde estamos “enclachados”.

Para Jung, cada passo que damos



¹Fizemos um estudo mais aprofundado desses desdobramentos da individuação (oposição ao materialismo, às aparências e ao individualismo) na obra *Espelhos da alma: uma jornada terapêutica*, do Núcleo de Estudos Psicológicos Joanna de Ângelis.

Marlon Reikdal

Psicólogo Clínico

Mudança: Decisão Sincera

Ao longo da vida construímos padrões de comportamento, influenciados por vários fatores: a educação recebida, a cultura e família de convivência, os valores e habilidades que construímos ao longo das existências, entre outros. Mas em determinados pontos da nossa caminhada, alguns padrões devem ser modificados, pois já não são mais adequados ao nosso desenvolvimento.

nós a arcar com as consequências dos nossos atos. Sincera porque, se a decisão da mudança não parte de uma profunda necessidade da alma, estaremos atendendo aos caprichos do ego ou a exigências externas, sem que com isso avancemos no desenvolvimento dos próprios valores.

Narram, as tradições da velha Roma, que os artesãos se utilizavam do artifício de colocar cera nas

Persistência e Vontade

Um campo de pesquisa que vem apresentando descobertas inusitadas é a investigação da relação entre memória e emoção. Neurocientistas descobriram que existem indivíduos que utilizam, além do hipocampo, outras áreas do cérebro para processar a memória. Neuroimagens mostraram várias circunvoluções do neocórtex com atividade metabólica em regiões até então desconhecidas da ciência, para o processamento mnemônico. Nesses casos, outras regiões do cérebro entram em operação a fim de permitir ao indivíduo armazenar ou resgatar informações.

Essa descoberta remete a memória à sede da consciência espiritual, indicando que esses indivíduos incorporaram, à sua personalidade, o aprendizado adquirido. O sujeito é a sua própria memória. Isso se chama memória relacional, pois está anexada à emoção e ao ambiente externo onde o indivíduo atua.

O conteúdo de nossa memória é o resultado cognitivo. Ao

adquirir informação de forma emocional, incorporamos o aprendizado, tornando-o parte de nós e integrando-o à unidade espiritual. Esta forma de aprendizado provoca transformação, mudança de dentro para fora. "O segredo do sucesso é amar o que se faz".

Se o conhecimento é a informação que guardamos na memória, a sabedoria é nos tornarmos a nossa própria memória.

É comum ouvir pessoas dizerem: "isso é muito difícil, não vou conseguir...". Principalmente quando se relaciona com a necessidade de domar uma tendência negativa.

Persistir é dominar nossa vontade firme, incorporando o aprendizado ao eu superior, e operar a mudança necessária.



No entanto, a transformação encontra resistências internas e externas. Internas, porquanto nos acostumamos a determinados tipos de comportamento, e mudar gera insegurança e instabilidade, especialmente nas personalidades frágeis e dependentes. Externas, porquanto há certa expectativa das pessoas e do meio que nos cerca a nosso respeito, e as tentativas de transformação costumam gerar estranheza: "você está diferente"; "você não é mais o mesmo"; "não esperava isso de você"... são algumas das expressões que denotam essas expectativas.

Por conta desses fatores, a mudança deve partir de uma decisão sincera. Decisão, desde quando somos livres para escolher nossos caminhos, e a maturidade exige responsabilidade nas escolhas que fazemos, mesmo porque seremos

peças de arte que sofriam alguma avaria porque a cera mascarava os seus defeitos. Mas esse artifício não se sustentava, pois quando a temperatura se elevava, a cera derretia, deixando à mostra seus defeitos. Cientes disso, os mais experientes pediam peças "sine cera" – sem cera, surgindo daí a palavra "sincera". Também, em nossa personalidade, de nada valerá colocar uma máscara de determinado comportamento ou atitude que ainda não abrigamos em nosso mundo íntimo, pois em algum momento a máscara cai, deixando à mostra nossas limitações. A mudança precisa ser "sem cera", precisa vir de uma decisão íntima, porque somente assim se sustentará.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiano

Davidson Lemela

Neuropsicólogo

Expediente

Jornalista

Katia Fabiana Fernandes - nº 2264

Edição

Evanise M Zwirtes

Colaboração

Maria Angélica de Mattos - Revisora
Danusa G Rangel - Tradução Inglês
Karen Dittrich - Tradução Alemão
Hannelore P. Ribeiro - Tradução Espanhol
Maria M Bonsaver - Tradução Espanhol
Lenéa Bonsaver - Tradução Espanhol
Ricardo Castro - Revisão Espanhol
Nicola P. Colameo - Tradução Italiano
Sophie Giusti - Tradução Francês
Irène Gootjes - Tradução Francês

Reportagem

Marlon Reikdal
Cláudio Sinoti
Davidson Lemela
Evanise M Zwirtes
Iris Sinoti
Adenauer Novaes

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Impressão

Tiragem:
2000 exemplares - Português
1500 exemplares - Inglês

Reuniões de Estudos (Em Português)

Domingos: 05.45pm - 09.00pm
Segundas: 07.00pm - 09.00pm
Quartas: 07.00pm - 09.30pm
Sábados: 06.00pm - 07.30pm

Reunião de Estudo (Em Inglês)

Quartas: 05.20pm - 06.20pm

Reunião Mediúnic (Privada)

Quintas: 09.00am - 10.30am

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

Liberdade de Escolha

O livre-arbítrio, que se desenvolve, é a faculdade que tem o indivíduo de determinar a própria conduta com responsabilidade ou imaturidade. Somos Espíritos, seres inteligentes criados por Deus, e a liberdade é um assunto complexo na interpretação das leis naturais. O homem não é livre do modo que pensa ser. Ensina o Espírito Emmanuel que "o homem gozará sempre da liberdade condicional e, dentro dela, pode alterar o curso da própria existência, pelo bom ou mau uso de semelhante faculdade nas relações comuns."

Como seres em evolução, pela posição que ocupamos na Terra, é imaturidade pensar que fazemos o que queremos, pois somente Deus tem esta liberdade. Nós, filhos, somos guiados por Deus em nossas experiências. O criado é dependente do Criador. Podemos, com a evolução da inteligência emocional e o despertar dos dons da vida, desfrutar da paz de consciência, ao praticar as Leis de Deus.

Na arte de escolher, é fundamental compreender que todos nós, para vivermos bem, escolhemos nos submeter às leis naturais criadas, para evitar, nas experiências, as frustrações, decepções, conflitos, guerras...

Jesus veio trazer uma nova visão de liberdade, libertando o homem da escravidão da Terra, e ensinando, com humildade, a obediência a Deus. Ao escolher amar uns aos outros, exercitando a lei de amor, construímos a liberdade interna, libertando-nos de nós mesmos.

A nossa liberdade natural cresce com o crescimento da fraternidade universal, exercida em nossas escolhas responsáveis. O amor de Deus direciona tudo e todos, sempre.

Evanise M Zwirtes**Psicoterapeuta Transpessoal****É uma questão de Lealdade**

Falamos em lealdade e a desejamos, mas muitas vezes não compreendemos que, para sermos leais a nós mesmos, se faz necessário, em muitos casos, o rompimento e o enfrentamento com questões, medos, limitações e até mesmo cren-

era a estrada que somente eles poderiam atravessar.

Dessa forma, seremos leais sempre que estivermos vivendo a vida conforme os princípios profundos da nossa alma, sempre que estivermos fazendo da vida um celeiro de bênçãos e realizações favoráveis ao nosso crescimento e ao dos demais seres. Essa vivência da lealdade passará pela fidelidade a tudo o que dizemos acreditar; se acreditamos na paz, transformamos a nossa vida em um exemplo de paz, porque ser leal é comprometer-se com a mudança, é buscar dentro de si o que ansiamos encontrar no mundo.

Em uma das passagens da vida de Santo Agostinho, ele narra que se viu diante da própria face. Esse foi um momento de grande transformação para ele, a grande luta interior havia começado e o antigo Agostinho deixa de existir para iniciar a jornada do novo homem, totalmente entregue à vontade da própria alma.

É preciso coragem para ser leal...

Será que estamos preparados?

Será que estamos fazendo tudo o que podemos fazer para a nossa evolução? Será que estamos prontos para nos encontrar com a vida?

É uma escolha!

Iris Sinoti**Terapeuta Junguiana**



Uma Vida e Várias Existências

Nada há que justifique a ideia da unicidade da vida humana, restringindo-a exclusivamente a um corpo físico. Em essência, somos seres espirituais, com ou sem corpo físico, que atravessamos várias dimensões para alcançar o encontro com o Si-mesmo. Nesta marcha ascensional, construímos personagens diversos que contrastam com outros, até compreendemos que somos Espíritos imortais, assumindo conscientemente a elaboração do nosso destino. A única vida é a do Espírito, e as muitas existências são dos personagens gerados a cada encarnação. Quando o ser humano encarnado, consciente de sua condição de Espírito imortal, compreende e modela seu personagem para que alcance os objetivos de sua Designação Pessoal consegue ter uma vida mais feliz. A modelagem de seu personagem não implica em perfeição ou enquadramento ao *status quo* religioso, aderindo a uma fé salvacionista, mas a adaptações na personalidade, visando objetivos específicos que pretende alcançar para que o Espírito integre importantes habilidades. Estas adaptações incluem a integração das virtudes religiosas, porém vão mais além, sem seus limites, de acordo com propósitos que podem contrariá-las.

Um personagem vivido numa encarnação não se perpetua nem terá primazia sobre o Espírito, para

que não lhe envie o destino, tornando-se seu padrão. Cada existência promove um acréscimo na evolução do Espírito, não sendo este ou aquele personagem mais importante. Para que evite que o personagem de uma encarnação se sobreponha ao da seguinte, é necessário que o Espírito observe suas tendências na atual existência, buscando modificá-las de acordo com seus atuais objetivos de vida. A intenção não deve ser pura nem simplesmente corrigir as más tendências, mas acrescentar outras que lhe sirvam para sempre. Para tanto, deve aprender a distinguir suas reais características já integradas ao Espírito, daquelas que são do personagem e, principalmente, das que são da cultura dominante da sociedade atual em que se insere. Em que pese o ganho que se obtém com a melhoria da sociedade quando há o retorno reencarnatório, vive-se submetido ao domínio das tendências coletivas humanas; por esta razão a distinção deve ser percebida.

Muitas existências terrestres são necessárias para que o Espírito se distinga de seus personagens, assumindo autenticamente quem ele é. Quando assim acontece, autodetermina-se, passando de pedinte ao Divino a colaborador consciente com Sua obra. Neste estágio, compreende que sua evolução é um processo contínuo que lhe permite aprender nas mais

diferentes dimensões existenciais, sem nunca perder sua condição de Espírito imortal. Também compreende que a existência num corpo físico é simples estágio e que os desafios de uma encarnação, por mais adversos que possam parecer, são apenas degraus de uma imensa e luminosa escada ascensional que nada tem de sofrimento ou punição divina.

A maturidade de um Espírito encarnado, bem como daqueles que diretamente interferem na vida material, é observada quando aproveita sua encarnação para aprimorar seu personagem de maneira que venha a lhe proporcionar a integração de novas habilidades evolutivas que o capacitem a viver no mundo sem sucumbir à mentalidade coletiva. Uma existência não é suficiente, muito menos a prática de algumas virtudes para atender a acomodação da consciência que teme a morte a as consequências de seus atos no além. É preciso que a consciência da própria imortalidade se materialize em atos e sentimentos que levem o Espírito encarnado a sua autotransformação e a mudar a realidade a sua volta para que o mundo se torne o que ele deseja para o além.

Adenauer Novaes

Psicólogo Clínico