

Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

Vacío Existencial: el sentimiento de que la vida no tiene sentido

En el capítulo 10, del Evangelio de Lucas, en las enseñanzas del 25 a 37, Jesús está cuestionando por un doctor de la ley al respecto de lo que es necesario hacer para poseer la vida eterna, respondiendo él

mundo íntimo necesita ser replanteado, pues está en carencia, en soledad. Y eso promueve la búsqueda desenfrenada por cosa alguna; querer llegar donde no se sabe; lleva al consumismo, a la

amar, sirviendo; servir, amando.

Cuando se ama, no hay vacío, pues no hay espacio en el corazón generoso, solidario, fraterno y caritativo que no esté cubierto por el propósito de existir, que es amar.

Juana de Angeles, En libro Garimpo de Amor, en un mensaje titulado "Amor es salud", afirma que es necesario mantener el corazón abierto para la instauración del bienestar y de la salud. "La necesidad de mantener el corazón abierto es imprescindible para la instalación del amor", dice la Benefactora. "Un corazón abierto significa estar accesible al lenguaje del amor".

Por otro lado, un corazón cerrado no es propicio para el amor. Está amargo o triste, inquieto y desconfiado, experimentando un vacío existencial por tener relegado el amor!

El amor está en todo, pues Dios es amor, como aduce Juan, El Evangelista. Luego, está "en el aire que se respira, en paisaje rutilante al Sol, en la sinfonía del sonido de la Naturaleza, en las sonrisas despreocupadas de la infancia, en la vejez confiante, en el propio pulsar de la vida como manifestación de Dios", afirma Juana.

Por lo tanto, al experimentar el vacío interior, el desánimo, la tristeza, es imprescindible abrir el corazón al amor y dejarse conducir por él; contemplar todas las expresiones de amor; ir al encuentro del otro, ser fraterno, empático, amigo; ser misericordioso y comprensivo; donando y sirviendo; hacer lo que el amor dicta. Como dijo Jesús, *haz eso y vivirás!* Plenificar, entonces, con el real sentido, la vida!

Lusiane Bahia

Abogada



Maestro con preguntas sobre lo que está escrito en la ley. El doctor responde qué es "Amarás al Señor tu Dios de todo corazón, con toda tu alma, con toda tu fuerza y con todo tu espíritu, y a tu prójimo como a ti mismo".

Jesús, entonces, dijo: "Haz esto y vivirás". Pero, queriendo el hombre parecer que era justo, aún cuestiona sobre quién sería su prójimo, y el señor narra la Parábola del buen Samaritano y, al final, cuestiona a su interlocutor quien será el prójimo el que estaba caído en la carretera y el doctor responde que habría sido lo que uso de misericordia. Jesús, nuevamente, dice: "*Haz esto y vivirás*".

Vivirás! iTendrás el rumbo de la existencia! iTendrás el sentido de la vida!

¿Toda vida tiene un sentido? Sí, sí ¿Cuál es el vacío existencial?

Sentirse vacío, sentirse apático, desanimado, o desmotivado. Es una sensación de que falta algo, que el

liquidez de la relación, pues el sentido está ausente, la voluntad es de fruir para llenar lo que está vacío.

El disgusto de la vida resulta de estas desconsideradas actitudes, en que se origina, según enseñan los Espíritus en la respuesta de la cuestión 943, de El Libro de los Espíritus, a partir de la ociosidad, de la falta de fé y de la saciedad.

¿Cómo, entonces, encontrar el sentido de la vida?

La vida está hecha de caminos, e, incesantemente, el ser humano es invitado a escoger qué rumbo seguir, qué sentido tomar.

Jesús enseñó sus caminos, pautados en la renuncia, en la comprensión, en la paciencia, en la devoción, en el sacrificio, en la abnegación, en la obediencia, en el amor. Y dice: "*Haz esto y vivirás*". Osea, cumpliendo la ley de amor, vivir en abundancia.

Cuando el Maestro diálogo con el doctor de la ley, le indica a él y a la humanidad el sentido de la vida:

Causas del pesimismo y negativismo. ¿Cómo superarlas?

En tiempos recientes en que la Medicina viene conociendo y asimilando científicamente la Religiosidad y la Espiritualidad en su base y en sus prácticas terapéuticas, el pesimismo viene mostrándose asociado a dolencias cardíacas, el cáncer, bien como a la ansiedad y la depresión.

Por otro lado, es innegable que la Humanidad terrestre tiene una larga historia de sufrimientos,

de todos aquellos que no incorporarán aún la noción de la inmortalidad, de sobrevivencia, y de la vida futura en las reencarnaciones futuras.

Ante este escenario, es necesario convertir y levantar el velo de la ignorancia que cubre la mente humana en cuanto a las causas y consecuencias de nuestros errores, toda vez que contrariamos las leyes de Dios. La gran mayoría de los que aquí viven, desconocen la verdadera finalidad de la existencia humana. Es necesario que busquemos el autoconocimiento y las nociones fundamentales sobre quién somos, de dónde venimos, lo que, de hecho, vinimos a hacer en este mundo, aún muy atrasado del punto de vista espiritual.

A partir de esas bases, somos todos invitados a espiritualizarse los principales aspectos de nuestras vidas, en parámetros de la vida eterna, es

inexorablemente destinados a prosperidad moral y a la felicidad legítima y definitiva ante la plenitud a que la Vida Divina nos invita.

En el camino de ascetismo todos estarán cultivando las virtudes del alma - altruismo, pacificación, solidaridad, fraternidad, caridad desinteresada, capacidad de perdonar. Y este trabajo interno tan esencial nos traerá el galardón de nuestra victoria sobre las imperfecciones y brindaremos nuestro Espíritu de optimismo y esperanza al maravilloso futuro que a todos nos aguarda.

Sérgio Thiesen

Cardiólogo, Físico



Tedio en el hogar

El hogar es el educador de las almas.

En la reencarnación, nadie es forzado a valorar sus compromisos evolutivos. Por lo tanto, muchas personas se consideran infelices en el hogar. Así, conviene puntuar que, hogares infelices significan personas inconscientes de sus deberes, en la vivencia del perdón, respeto, fraternidad, renuncia..., porque, "levantaste tu hogar por amor y tan solo por el amor conseguirás conservarlo", enseña el Espíritu Emmanuel.

Aún así, un día llegará que todos aprenderemos en el libro de abnegación y del respeto mutuo, que la existencia no es un feriado para indisciplinas, y si, un día de trabajo en la construcción de herencia feliz.

Es fundamental identificar las tendencias al tedio, reflexionando las experiencias anteriores, apareciendo como fue inesperado, amargando la vivencia familiar. Algunas veces, es el compañero el que se lanza en la indiferencia, en otras ocasiones es el compañerismo el que se entrega en la frialdad y descuido, cultivando los reflejos mentales acumulados.

Hay muchas invitaciones para el cumplimiento de la Ley del Amor, se llama aflicción, desencanto, cansancio, tedio, sufrimiento... Verificada la presencia del tedio es vital observar si los desequilibrios íntimos no están enraizados en el inconsciente, decorrentes de las vivencias poligámicas, de las experiencias del auto abandono.

Conviene analizar estas parasitosis psíquicas, y, a través del diálogo, vencer las actitudes infelices, por el ejercicio responsable de la indulgencia y del perdón mutuo, triunfando sobre el ego enfermo.

Por la elección de la autoacción uno construye la estabilidad de la relación. La tolerancia es la bondad, amenizan las dificultades. Sea el primero a manifestarse en el hogar, entendiendo que la unión espiritual, esto es, de corazón a corazón, es conquista gradual, fundamentada en fidelidad.

Evanise M Zwirtes

Psicoterapeuta Transpersonal

Expediente

Periodistas

Rita de Cássia Escobar

Edición

Evanise M Zwirtes

Colaboración

Maria A de Mattos - Crítico
Cintia C. dos Santos - Traducción Inglés
Karen Ditrach - Traducción al Alemán
Hannelore P. Ribeiro - Traducción Alemán
Clarivel D. Gimenez - Traducción Español
Lorena S. Pastor - Revisión Español
Nicola P. Colameo - Traducción Italiano
Cássia Mello Dias - Traduction Français
Seweryna Akpabio-klementowska -
Tłumaczenie na język polski

Reportage

Lusiane Bahia
Sérgio Thiesen
Evanise M Zwirtes
Iris Sinoti
Cláudio Sinoti
Davidson Lemela

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Reuniones de Estudios em los (Em Português)

Sábados: 05.00pm - 07.00pm
Domingos: 08.00pm - 09.30pm
Miércoles: 08.00pm - 09.30pm
Lunes: 08.00pm - 09.30pm

Reuniones de Estudios em los (Em Inglês)

Miércoles: 06.00pm - 07.00pm

BISHOP CREIGHTON HOUSE
378, Lillie Road - SW6 7PH - London
Informaciones: + 44 0778484 0671
E-mail: spiritistps@gmail.com
www.spiritistps.org
Registered Charity N° 1137238
Registered Company N° 07280490

dolencias físicas y trastornos mentales, guerras y luchas fratricidas, resultado de una extensa era de ignorancia y materialismo y sus consecuencias repercuten espiritualmente en las últimas generaciones, especialmente en la realidad de la vida humana en el mundo contemporáneo.

El pesimismo es el negativismo, está relacionado a la desesperanza por el paso del inconsciente individual, a la memoria profunda de las almas humanas, por todo que gran parte de la Humanidad encarnada ya vivió en el pretérito, en reencarnaciones anteriores. Tanto así como los graves problemas humanas experiencia similares vividos actualmente en la mayoría de los países, desparramando el desánimo, porque las soluciones no se hacen notar en el horizonte, mucho menos al alcance

Diversiones o vidas vacías?

El aumento de casos de síndrome de Burnout, que lleva al agotamiento físico y mental debido al exceso de trabajo, corrobora la previsión del sociólogo polaco Zygmunt Bauman, previendo los excesos cometidos por los individuos en *Modernidad Líquida*. Ciertamente que el trabajo es esencial para la existencia, pero cuando no se dosifica debidamente, llevando al desequilibrio en el atendimiento de los diversos aspectos de la existencia, termina siendo factor de enfermedad y no de salud como debería. Así también los ocios y diversiones, pues si por un lado son fundamental para el reposo y recuperación de fuerza, por otro, cuando ultrapasan los límites de lo saludable, terminan conduciendo a una ociosidad nada creativa.

Muchas veces esos excesos, tanto de trabajo cuanto de ocio, tiene en la raíz el vacío existencial, pues desconectado de un sentido existencial que le sustenta, el individuo busca compensación para llenar de sus "horas vacías", sea en el trabajo, en el consumo, en las diversiones y placeres.

La vida posee una finalidad sublime, proporcionando al Espíritu amplias posibilidades de progreso. Infelizmente no todos aprovechan de forma inteligente esa oportunidad, desperdiciando recursos y energías valiosas, que deberían estar al servicio de los propósitos. No se trata de condenar los placeres, pues ofrecen un colorido especial, hay existencia cuando bien aprovechados. Por lo tanto, debemos tratar de involucrarnos cada vez más en los "placeres del alma", aquellas que no traen "cuentas" amargas, aquellas que los fruen, y no están al servicio de vidas vacías.

Iris Sinoti

Terapeuta Junguiana

La indiferencia es el sueño del alma?

El filósofo griego Aristóteles fue uno de los primeros en presentar el ser humano en condición de "ser social", como siendo aquel que "necesitaría de otros seres para alcanzar la plenitud". Futuramente la sociología y la psicología, así como

condición de necesidades. En esa distorsión en torno de objetivos existenciales muchas veces las personas alrededor pasan a ser vistas como amenaza o objetos al ser controlados o descartados. Otras veces, las vivencias



otros campos del saber, profundizará el análisis de la complejidad del ser y de las relaciones humanas. Pero recientemente, Daniel Goleman, famoso por el abordaje de la Inteligencia Emocional, establece que somos portadores de una "Inteligencia Social", una habilidad y capacidad de conectarnos, conectarnos con las otras personas. Ocurre que no siempre esa conexión se da de forma más saludable, muchas veces ocasionando traumas y conflictos que dificultan las relaciones personales.

Como muy bien analiza el Psicoterapeuta Roberto Crema, nadie transforma a nadie, así como nadie se transforma solo: no nos transformamos en el encuentro, pero eso no siempre se realiza de forma pacífica, lo que se da por diversas razones. Desconectados de la realidad profunda del ser, muchas veces los individuos se pierden en las ilusiones del ego, distanciados de su propia alma y centrando todos los esfuerzos y energía en atender a los caprichos y deseos, que pasan a ser vistos en la

traumáticas hacen que construyan defensas que dificultan las relaciones. El punto más grave es cuando emergemos en la indiferencia total en relación a los que nos cercan. Colectivamente eso se constata en los cuadros trágicos de la injusticia social y de los diversos dolores humanos, que podrían ser atenuadas si el egoísmo no estuviera arraigado de forma tan profunda en el comportamiento humano.

Por culpa de esos factores es esencial el desenvolvimiento de la empatía, palabra que proviene del griego *pathos*, normalmente traducida como sentimiento, emoción o pasión, que conectada hay palabra "en" hace relación hay posibilidad de aproximarse de lo que las otras persona están sintiendo compartir ese estado. Solamente la fuerza del amor podrá despertarnos de ese sueño de conciencia que nos afecta.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junuiano



El triunfo de la inmortalidad

El escritor y pensador espírita Hermínio Miranda, explicó que en el futuro, cuando sea realizado un levantamiento de los grandes errores de la humanidad, el mayor de ellos será, con certeza, haber el hombre abandonado la creencia en la reencarnación. Se estima que esa elección atrasó nuestro progreso en siglos, en todos los sentidos. Podríamos estar unos 300 años en frente.

Una investigación realizada en 23 países por la agencia americana Thomson Reuters reveló que Brasil está en el 3º lugar entre aquellos que más creen en Dios y en él 2º entre los que creen en la reencarnación. 84% de los brasileños poseen una fé imbatible en un ser supremo y más de 60% creen en la reencarnación.

Y tú, ¿crees en la reencarnación? Se cree, considerar que es una oportunidad de progreso o un castigo divino? O Tal vez ambos.

En el Libro del Espíritu, en la cuestión 167, los instructores de Allan Kardec explican que nuestra inmortalidad está relacionada directamente al avance progresivo de la humanidad.

Basado en esa consideración de la espiritualidad, podemos comparar la reencarnación a una escuela? Tanto la reencarnación como la escuela poseen una finalidad educativa al proporcionar el crecimiento de forma integral, en todas las dimensiones del ser: intelectual, social y moral. Así, esta reencarnación puede ser comparada a una escuela, entonces, nosotros somos los alumnos.

Pero si podemos hacer esa comparación, ¿en qué momento crees que estudiar es un castigo? Cuando tu no estudias, no te aplica adecuadamente, gaceta la aula y repites de año. En ese caso, estudiar se vuelve un castigo: Tú tendrás que rehacer el ciclo lectivo con las mismas aulas, con los mismos profesores, y más aún, tener la responsabilidad de salir bien y quitar buenas notas, una vez que son lecciones ya conocidas. Además de la vergüenza delante de los colegas que obtendrán méritos para continuar los estudios en el grado superior y de la decepción consigo mismo por haber traicionado la confianza de aquellos que creen en usted y por todo el apoyo que recibiste.

Llevando el concepto de la escuela para la reencarnación yo me pregunto: cuándo, entonces, que reencarnar se vuelve un castigo? De la misma forma, cuando tu necesita nacer de nuevo y repetir la misma lección que aún no fue aprendida: aquel viejo hábito pernicioso de murmuración, el eco de aquel comportamiento exigente y perfeccionista, la falta de confianza en ti mismo, el miedo de errar que te traba, el vicio de reclamar de todo aun con la resistencia en perdonar la falta de afecto del pasado que, nuevamente, renació a tu lado.

El concepto de inmortalidad va más allá del principio de que solo el tiempo enseña. Si así fuera, cuando más reencarnaras más sabio sería. Pero la educación integral se destina a la construcción del conocimiento con aplicar la práctica en la vida es traer

para fuera las potencialidades que, en ti, ya existen, dejando que tu luz brille.

Vivimos un momento grave en la humanidad. La satisfacción reflejada en la busca de los deseos puramente materiales, la busca incesante y desenfrenada por el placer a cualquier precio, nos volverán muy intolerantes y egoístas, a medida en que la mayoría de nosotros no entendemos aún el sentido exacto de la inmortalidad.

El propósito fundamental de la reencarnación en nosotros es convertirnos en mejores personas. Nuestro destino es la felicidad plena y verdadera. Para eso, contenido, necesitamos, aún, de muchas existencias. Muchos siglos ya se pasarán desde el inicio de nuestra caminata es hoy, aunque no parezca, aun estamos más cerca del comienzo de lo que sería nuestro objetivo.

Somos todos repetidores en la escuela de la vida, igual al alumno rebelde y terco que tarda en aprender, muchos de nosotros sustituyó el amor *que cubre la multitud de pecados por sufrimiento y la rebeldía del ojo por ojo, diente por diente*. Pues, si el dolor es inevitable, el sufrimiento, no obstante, es opcional.

Los bienes materiales son consecuencias de la vida, pero nuestros apresuramiento los transformó en finalidad de ella. De ahí adolecemos y sufrimos por invertir el valor real de nuestra inmortalidad.

Davidson Lemela

Neuropsicólogo