

Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

El Poder Curativo del Amor

El desamor se encuentra en la base de los principales trastornos de orden psicológica del individuo, terminando por afectar de manera significativa la colectividad, lo que se evidencia en el índice asustador de violencia cotidiana, así como trastornos de variadas órdenes que se presentan de la modernidad,

manifestación plena del amor. Las traumas vividas, las cuestiones de las "criatura herida", las negligencia educacionales y emocionales, la deficiencia cultural y de valores para lidiar con el mundo de las emociones y sentimientos, las ilusiones y inmadurez en el campo de las relaciones amorosas, entre

refiriendo más al ambiente psicológico que material) son deficientes. Personas inmaduras, especialmente cuando no están disponibles a cuidar de sus propias heridas, terminan también por herir, incluso sin la intención de tal. Como nos enseñó Jung, la sombra de los padres termina por afectar significativamente la vida de los hijos, siendo muchas veces el mayor peso que cargan en sus vidas. No recibiendo de la figura materna/paterna (o de las sustituta en las diversas configuraciones que la familia puede tomar) el afecto deseado, la construcción de los vínculos afectivos y la propia autoimagen terminan por ser afectadas. Los dolores vividos, sea por negligencias o arbitrariedades, alimentan negativamente los complejos, estableciendo como "barreras al amor". Sumando todo eso a una cultura de individualismo, que alimenta el egocentrismo y la competitividad, en la cual el otro pasa a ser el enemigo a ser combatido, y no alguien con quien se busque establecer una relación de vínculo.

Por lo tanto, en la jornada de individuación el ser debe transformarse en protagonista de su historia. Las heridas del pasado sólo tienen el poder de paralizarnos si permitimos que eso ocurra. Ciertamente algunos dolores son amargo, pero la concientización de que somos mucho más que aquellos que hicieron con nosotros, aliada a una voluntad firme de ser superarse, alimenta la autoestima y permita que el individuo se libere para vivir su sentido existencial y las potencias curativas del amor, en las más variadas expresiones, comenzando por sí mismo y expandiéndose en la dirección de todas las expresiones de vida.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junuiano

no obstante los avances alcanzados en la área de la Medicina la Psicología.

Pero a qué nos estamos refiriendo cuando hablamos sobre el Amor? Las definiciones son muchas, de acuerdo con el prisma que se observe. En el campo de la Psicología, a depender de la corriente que analizamos, se establece como fuerza vinculada a los sentimientos, que afecta las emociones y permite a medida del valor y estima que se posee en relación a alguien o a sí mismo. Se presenta especialmente en el campo de las relaciones, variando en la forma, intensidad y maneras de expresarse. Jesús estableció como punto principal de su doctrina, debiendo ser vivido y manifestó "a lo otro" tal cual se hace "a sí mismo."

Por lo tanto, aun siendo la fuerza principal de ser vivenciada, existen muchos obstáculos a la

otros factores, hacen con que las personas teman la propia fuerza de cura del alma. Evitan el otro, evitan entrar en contacto con sus partes heridas, se cierran en relación con la propia vida, y acaban minando el pulso de la vida, la fuerza de conexión con la existencia, abriendo espacio al trastornos diversos que abundan en la actualidad, así como las relaciones conturbadas y tóxica que se establecen.

Rumi, el poeta Sufi, describe mucho bien la tarea que nos cabe en cuanto al desafío del amor, cuando expresó: "Nuestra tarea no es buscar el amor, pero simplemente encontrar las barreras que construimos dentro de nosotros y que nos impiden a que el amor fluya".

Esas barreras muchas veces empiezan muchos antes de gestarse, cuando las bases de la construcción del hogar para la recepción del niño (y nos estamos



Salud: Vivencia Ética

Afirman los *nombres* del Espiritismo que las dos mayores llagas de la humanidad son el orgullo y el egoísmo, y para que ocurra una transformación real del individuo, éste deberá empeñarse para superar estos males, de la cuales derivan todas las inquietudes y sufrimientos.

máxima de la amorosidad. El altruismo reparte las bendiciones de la solidaridad, disminuyendo las aflicciones. Es la expresión de amor enseñado por Jesucristo, donde el ego enfermo camina para la cicatrización de los dolores del alma y culminando en la salud plena. Es la sobreposición



La codificación que Allan Kardec presentó, de la dirección para el tratamiento del espíritu inmortal, a fin de conquistar ese objetivo, aun, delante de la gran dificultad de practicar las, lá mentora Joanna de Ângelis, abarza diversas lecciones, facilitando el aprendizaje para que el movimiento de trascendencia efectivamente ocurra, para que no estemos más a merced de la evolución primitiva, pero sí, que seamos protagonistas de nuestras propias elecciones desde la madurez psicológico, que diluye las dificultades dando lugar a la salud integral.

Nos llama la atención la propuesta de la obra *Plenitud* (1998), en que la mentora de Divaldo Franco aclara ser el altruismo la antítesis para el egoísmo, considerando que es la lección viva de la caridad y la expresión

del hombre animal por los hombre espiritual, el cual con la conciencia despierta, rumbo para las alegrías del bien proceder.

Según Joanna de Ângelis, el altruismo se revela por diversos sentimientos de grandeza moral, que dignifica la vida, entre ello está la generosidad, que es una de las primeras manifestaciones prácticas, normalmente da inicio en la enfermedad de cosas, ropas alimentos, pero aprimorar en el arte de servir, a punto de alcanzar niveles de profundo significado.

Expandir en altruismo y ética, cuanto más se ejercita la amorosidad y la alegría de servir. El altruismo es la expresión de la ética moral, del respeto al otro, pues la ética de la generosidad, concentra la atención en la ley del amor, procedente de Dios.

El vértice de la generosidad, es la enfermedad de sí mismo, en la profunda entrega del alma. Jesús, es el mayor ejemplo de todos los tiempos, pues se entregó a sí mismo en total desprendimiento egoico y en total sacrificio de amor, mostrándonos que siempre vale la pena amar.

Adriane Viola Bacarin

Psicóloga Junguiana

Realidad y Fugas

Todas las veces que vivenciamos en el presente, una ocurrencia semejante aquella ya vivida en el pasado, en otra existencia, el consciente actúa a través de un complejo deposito de sentimientos y sensaciones físicas que se reflejan, hoy en el padrón de comportamiento que se repiten a siglos en nuestros caminar progresivo. Y uno de esos padrones es fuga a la realidad.

Esos padrones sirven también, para estructurar los trazos de la personalidad actual, haciendo con que el individuo opere, muchas veces de forma automática, manteniendo su carácter y su conducta en un círculo vicioso, de lo cual es denominamos *Zona de Confort*, que promueve una **fuga a la realidad** y proporciona ganados secundarios con los cuales el sujeto espera beneficiarse, pues le da el derecho de continuar siendo lo que siempre fue.

Nuestro crecimiento personal, en todos los sentidos, sólo comienza cuando destruimos nuestro sistema de creencias, encarando la realidad y pasando a operar de manera inteligente, transformando nuestro hábito de huir de la realidad, en acciones conscientes.

Muchos creen que la *Zona de Confort* está compuesta por situaciones agradables y placenteras. Pero ni bien es así. Es la rutina de nuestro día a día y puede transformarse en fugas y vicios de conducta formadas por situaciones positivas o negativas. Nos acostumbramos a ella, pues, es nuestra manera de ser que se convierte en hábito, la mayoría de los aprendidos por repetición. Muchos hábitos nos remiten a la inercia y distante de la realidad, pues nos evitan cuestionar, pensar o tomar decisiones. Como enseñó, brillantemente, Albert Einstein: *deseamos resultados diferentes, haciendo siempre la misma cosa*. En la *Zona de Confort* todo es igual, pues ganamos el derecho de continuar de la misma manera, reclamando, creyendo ser la víctima o sobreprotegiendo a nosotros mismos: ese es el único confort.

Davidson Lemela

Neuropsicólogo

Expediente

Periodistas

Rita de Cássia Escobar

Edición

Evanise M Zwirtes

Colaboración

Rita de Cássia Escobar - Crítico
Cintia C. dos Santos - Traducción Inglés
Karen Dittrich - Traducción al Alemán
Hannelore P.Ribeiro - Traducción Alemán
Clarivel D. Gimenez - Traducción Español
Nicola P. Colameo - Traducción Italiano
Seweryna Akpabio-Klementowska - Tłumaczenie na język polski

Reportage

Cláudio Sinoti
Adriane V. Bacarin
Davidson Lemela
Evanise M Zwirtes
Lusiane Bahia
Livia C. Poli

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: spiritistsps@gmail.com
www.spiritistsps.org
Registered Charity N° 1137238
Registered Company N° 07280490

Amor y Alteridad

El Proceso del progreso espiritual se hace desde la inconsciencia para la conciencia, de estar para el ser, de la razón para la intuición, del transitorio para el permanente.

Somos almas con aspectos de carácter aún muy frágiles en relación a la autoconsciencia. Es necesario discernimiento para distinguir la actitud responsable de la fuga orgullosa.

La transformación de los impulsos infelices y el desenvolvimiento de valores cuyo nombres son las únicas credenciales de autoridad y armonía en el trayecto de la evolución.

La espiritualización del ser ocurre vía Amor. Caridad es la disposición emocional de inclusión del otro, abarcando la benevolencia, sentimiento de amor al semejante, considerando la alteridad.

Alteridad es el desenvolvimiento de una relación de paz con los diferentes, la capacidad de convivir bien con los otros. La ética de la alteridad es la capacidad de lidiar con lo diferente, lo opuesto, lo desigual, lo incomún para nuestros sentidos personales.

Convivir con los contrarios y aprender a amarlos en su diversidades, constituye un desafío ético en la propia conciencia para la vivencia de la fraternidad.

Saber convivir con opiniones contrarias es saber emitir ideas sin la carga emocional de la pretensión vanidosa.

La ética de la diversidad, la alteridad, es la enseñanza propia de Jesús. Es el amor autoritario, altruismo vivido y ejemplificado, principalmente con los que divergen de nuestro entendimiento.

Siendo así, la alteridad puede manifestarse en los actos de solidaridad, empatía y respeto en las relaciones en sociedad. Por otro lado, el Amor es siempre amplio en alteridad y no existe sin ella.

Evanise M Zwirtes

Psicoterapeuta Transpessoal

¿Cómo diferenciar la tristeza de la frustración?

Hay diferencia entre la tristeza y la frustración? Cuales son las consecuencias de la tristeza? Y de la frustración?

La frustración está relacionada a la expectativa. Delante de un deseo no alcanzado, viene una reacción emocional de insatisfacción y de no

punto de impedirle las acciones.

Como la genes de tristeza descansa en el pasado espiritual y/o en proceso obsesivo, multiplicándose pensamientos infelices y desagradables, desanimo reiterado, apatía sistemática, pudiendo ocasionar



entendimiento, un aborrecimiento por la expectativa no atendida.

Dice el Espíritu Joanna de Ângelis, en el libro *Plenitud*, psicografía de Divaldo Franco: "La frustración, por su vez, responde por sufrimientos que podrían ser evitable si no fueran por las exageradas esperanzas del hombre, a sus confusas ideias de auto merecimiento, que inculca creencias falsas en las posibilidades que no le estan al alcance".

Con todo, el individuo al frustrarse, tiene una repercusión específica para la situación no alcanzada, conduciendo para la actitud de transformación, pues la experiencia que no fue bien sucedida sirve de estímulo para una adaptación delante del cuadro inesperado que se presentó.

La ocurrencia inesperada sirve de trampolín para nuevas tentativas y mayores chances exitosas en otros intentos.

La tristeza, del otro lado, que también es una emoción, se caracteriza por una dimensión consecuenencial mayor, abarcando no solamente el área no alcanzada, más envolviendo el ser como un todo, a

cuadros severos de depresión, con fugas inclusive apuntando a la extinción de la experiencia carnal.

En sentido señales como este, el deber es de pedir ayuda a Dios y a los Buenos Espíritus, através da oraciones, de la meditación, del pace, de água fluida, pero también a los profesionales de la salud emocional y mental, a fin de equiparse de herramientas esenciales para la retomada de las rédeas de la propia existencia.

El Evangelio de Cristo es el gran camino para la superación de las frustraciones y de las tristezas, y Jesús es el amigo fiel, "quien lo encuentra", afirma Joanna de Ângelis, en el libro *Mundo Regenerado*, "nunca más lo olvides o abandona, porque solamente él da sentido existencial al Espíritu en lucha evolutiva".

Seguir con el Maestro es la actitud asertiva rumbo a la verdadera felicidad.

Lusiane Bahia

Abogada





Dolencias Espirituales: Rebeldía, Amarguras, Venganza, Maledicencia, Celos, Envidia.

A lo largo de nuestra vida, buscamos el entendimiento y corrección de hábitos para mejorar nuestra salud. Alimentación adecuada, actividades físicas, realización de exámenes periódicas, siempre con el objetivo de mejorar nuestra calidad de vida a lo largo de la actual encarnación. Por lo tanto, muchas veces dejamos de lado a la base del proceso generador de nuestra salud, nos olvidamos de cuidar de la matriz que va regir nuestro caminos, de las elecciones que direccionará a nuestra jornada y que están mucho más allá de la cuestión material: nos olvidamos del cuidado de nuestra alma inmortal.

En el libro *Pensamiento y Vida* en el capítulo intitulado "Asociación", Emmanuel, a través de la psicografía de Francisco Cândido Xavier, nos dice que "Si el hombre pudiese contemplar con los propios ojos las corrientes de pensamiento, reconocería, de pronto, que todos vivimos en régimen de comunión, según principios de afinidad". Por lo tanto, percibimos la importancia de cuidar de nuestro sentimientos, mejorando aquello que vibramos y de esta forma, según los mismos principios, atraemos mejores situaciones para nuestra jornada.

Léon Denis nos enseña en el libro *El Porqué de la Vida* sobre los objetivos de nuestra encarnación. Estamos todos recorriendo los más diversos caminos con el objetivo de la evolución, de trabajar nuestras potencialidades, desarrollando virtudes, conforme Jesús nos enseñó. En el libro *El Problema del Ser, del Destino y del Dolor*, Denis nos enseña que tenemos la voluntad como potencia del alma que direcciona

nuestras elecciones, por lo tanto, no siempre esas elecciones están de acuerdo con las leyes universales de amor y sabedoria.

Muchas veces la rebeldía, la amargura, la venganza, la maledicencia, el celo, la envidia, entre otros, oscurece nuestra visión nos distancia de aquello que es nuestra propuesta de vida, dolencia espirituales que se instalan en nuestro ser con nuestro permiso, debido a nuestra invigilancia, y que ciertamente traerán aborrecimientos mayores si no se alinea a tiempo. Pero por el debido amor infinito que el Padre tiene por cada uno de nosotros, permite que el dolor nos visite, auxiliando a despertar nuestra conciencia, volviendo a buscar ávidamente el bien y nos redireccionando rumbo a nuestra evolución. Dolencia espirituales que por ley de sintonía y afinidad de trance para nuestra vida experiencias dolorosas con teor educativo, pudiendo culminar hasta en dolencias físicas, más que tuvieron origen en los sentimientos del ser.

Joanna de Ângelis, a través de la psicografía de Divaldo Pereira Franco, en el libro *Episodios Diarios*, en el capítulo intitulado "Dolencia", nos enseña que "La dolencia hace parte del proceso normal de la vida como parcela integrante del fenómeno de la salud", Haciéndonos reflexionar sobre el hecho de que nuestra dolencias físicas no son objeto de punición divina, pero si recurso bendito para curarnos nuestro Espíritu Inmortal.

Por lo tanto, nos llega el convite para sustituir las dolencias espirituales de rebeldía, envidia, amargura, venganza, maledicencia,

entre tantas otras, por una nueva propuesta de vida, donde buscamos conectarnos profundamente más con nuestro "Yo transcendental". A partir del entendimiento de quien somos y también del objetivos de nuestra encarnación, pasamos a entender también al prójimos, sus dificultades y angustias, trayendo para nuestra experiencia diaria mayor dosis de bondad, gentileza, volviendo más leve nuestra caminata y también de las personas que están a nuestro alrededor.

Que podamos ser el primero en conseguir dar el primer paso, llevando su dosis de amor donde el desequilibrio aún genera perturbación. Sabemos de las dificultades que tenemos para superar nuestras dolencias espirituales por lo tantos años calentadas en nuestro ser, más recordamos que tenemos herramientas importantísimas que debemos hacer uso en este buen combate.

Buenas lecturas que nos traigan entendimiento y nuevas perspectivas sobre nuestra existencia; oraciones, que nos fortalecen y auxilian a reconectarnos con el bien, auxiliando nos en los momentos de dudas o de dificultad; la fé que nos alimenta el alma, dando la certeza de que siempre somos amparados y tenemos la posibilidad de hacer diferente, de una forma más acertada.

De esta forma, aliándose a los cuidados materiales de nuestro cuerpo físico y los cuidados a nuestra alma inmortal, estaremos superando nuestra enfermedades espirituales, conquistando así nuestra salud integral.

Dra. Livia C. Poli

Médica