

Artykuł na temat badań psychologicznych

Nauka, Filozofia i Religia

Uzdrowiająca moc miłości

Brak miłości jest podstawą głównych zaburzeń psychicznych ludzi, którzy w końcu znacząco wpływają na społeczność, co jest widoczne w przerażających wskaźnikach codziennej przemocy,

ona główną siłą, której należy doświadczyć, istnieje wiele przeszkód na drodze do pełnej manifestacji miłości. Doświadczone traumy, kwestie "zranionego dziecka", zaniedbania edukacyjne i

w sobie, a które uniemożliwiają nam swobodny przepływ miłości".

Bariery te często zaczynają się jeszcze przed zajściem w ciążę, kiedy fundamenty domu na przyjęcie dziecka (i mamy tu na myśli bardziej środowisko psychologiczne niż materialne) są niewystarczające. Niedojrzali ludzie, zwłaszcza gdy nie chcą zająć się własnymi ranami, również ranią, nawet nie mając takiego zamiaru. Jak nauczył nas Jung, cień rodziców znacząco wpływa na życie dzieci, często będąc największym ciężarem, jaki noszą w swoim życiu. Brak pożądanego uczucia ze strony matki/ojca (lub ich substytutu w różnych konfiguracjach, jakie może przyjąć rodzina), wpływa na budowanie więzi afektywnych i obraz samego siebie. Doświadczany ból, czy to z powodu zaniedbania, czy samowoli, negatywnie karmi kompleksy, tworząc "bariery dla miłości". Do tego dochodzi kultura indywidualizmu, która karmi egocentryzm i konkurencyjność, w której drugi człowiek staje się wrogiem, z którym należy walczyć, a nie kimś, z kim chce się nawiązać dobre więzi.

Jednak w podróży do indywidualności istota musi stać się bohaterem swojej historii. Rany z przeszłości mają moc paraliżowania nas tylko wtedy, gdy na to pozwolimy. Z pewnością niektóre bóle są gorzkie, ale świadomość, że jesteśmy czymś więcej niż to, co nam zrobiono, w połączeniu z silną wolą przezwyciężenia siebie, daje poczucie własnej wartości i pozwala jednostce uwolnić się od życia swoim egzystencjalnym znaczeniem i uzdrawiającą mocą miłości, w najróżniejszych formach ekspresji, zaczynając od siebie i rozprzestrzeniając się w kierunku wszystkich aspektów życia.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Jungowski

a także w wyzwaniach różnych porządków, które wynikają z nowoczesności, pomimo postępów osiągniętych w medycynie i psychologii.

Co jednak mamy na myśli, gdy mówimy o miłości? Jest wiele definicji, w zależności od punktu widzenia. W dziedzinie psychologii, w zależności od linii myślenia, którą analizujemy, jest ona określana jako siła związana z uczuciami, która wpływa na emocje i pozwala zmierzyć wartość i szacunek, jaki ma się w stosunku do kogoś lub siebie. Jest szczególnie obecna w dziedzinie relacji, różniąc się tylko formą, intensywnością i sposobami wyrażania siebie. Jezus uznał ją za główny punkt swojej doktryny i należy jej doświadczać i okazywać "drugiemu", tak jak czyni się to "samemu sobie".

Niemniej jednak, mimo że jest

emocjonalne, braki kulturowe i wartościowe w radzeniu sobie ze światem emocji i uczuć, iluzje i niedojrzałość w dziedzinie relacji miłosnych, spośród innych czynników, sprawiają, że ludzie boją się tej uzdrawiającej mocy swojej duszy. Unikają innych, unikają kontaktu ze swoimi zranionymi częstkami, zamykają się na własne życie i ostatecznie podważają napęd życiowy, siłę połączenia z istnieniem, robiąc miejsce dla różnych zaburzeń, które zaludniają dzisiejsze czasy, a także dla kłopotliwych i toksycznych relacji, które już są nawiązywane.

Rumi, sufiicki poeta, bardzo dobrze opisał zadanie, które stoi przed nami w odniesieniu do wyznania miłości, gdy powiedział: "Naszym zadaniem nie jest poszukiwanie miłości, ale po prostu znalezienie barier, które zbudowaliśmy



Zdrowie: Życie etyczne

Wielkie postacie spirytyzmu uważają, że dwiema największymi ranami ludzkości są pycha i egoizm, a aby nastąpiła prawdziwa transformacja jednostki, musi ona starać się przezwyciężyć to zło, z którego wywodzi się wszelki niepokój i cierpienie.



Kodyfikacja, którą przedstawia Allan Kardec, wskazuje nam kierunek leczenia naszego nieśmiertelnego ducha, i aby osiągnąć ten cel, ze względu na wielką trudność w jego praktykowaniu, dobrodziejka Joanna de Ângelis udzieliła nam kilku lekcji, ułatwiając uczenie się, aby ruch transcendencji skutecznie miał miejsce, abyśmy nie byli już na łasce starożytnej ewolucji, ale raczej, abyśmy byli protagonistami naszych własnych wyborów w zakresie rozwoju psychologicznego, który osłabia trudności i ustępuje miejsca całkowitemu zdrowiu.

Kodyfikacja, którą przedstawia Allan Kardec, nadaje kierunek leczeniu nieśmiertelnego ducha, aby osiągnąć ten cel, jednak ze względu na wielką trudność w ich praktykowaniu, dobrodziejka Joanna de Ângelis, udzieliła kilku lekcji, ułatwiając uczenie się, aby ruch transcendencji skutecznie miał miejsce, abyśmy nie byli już

na łasce starożytnej ewolucji, ale raczej, abyśmy byli protagonistami naszych własnych wyborów w zakresie rozwoju psychologicznego, który osłabia trudności i ustępuje miejsca całkowitemu zdrowiu.

Naszą uwagę zwraca propozycja pracy Plenitude (1998), w której mentor Divaldo Franco wyjaśnia, że altruizm jest antytezą egoizmu, biorąc pod uwagę, że jest to żywa lekcja miłosierdzia i maksymalny wyraz miłującej dobroci. Altruizm dzieli się się błogosławieństwami solidarności, zmniejszając cierpienia. Jest wyrazem miłości nauczonej przez Jezusa Chrystusa, w której chore ego podąża w kierunku uzdrowienia bólów duszy i osiągnięcia pełnego zdrowia. Jest to przejście z człowieka zwierzęcego do człowieka duchowego, który z przebudzonym sumieniem pędzi ku radości dobrego postępowania.

Według Joanny de Ângelis altruizm objawia się kilkoma uczuciami moralnej wielkości, które nadają życiu godność, wśród nich jest hojność, która jest jednym z pierwszych praktycznych przejawów, zwykle zaczyna się od darowizny rzeczy, ubrań, żywności, ale doskonalą się w sztuce służenia, aż do osiągnięcia głębokiego znaczenia.

Im więcej człowiek ćwiczy w sobie miłości i radości służenia, tym bardziej rozwija się w altruizmie i etyce. Altruizm jest wyrazem etyki moralnej, szacunku dla innych, ponieważ etyka szczodrości skupia uwagę na prawie miłości, które pochodzi od Boga.

Szczytem szczodrości jest dawanie siebie w głębokim oddaniu duszy. Jezus jest najwspanialszym przykładem wszechczasów, ponieważ dał siebie w całym samozaparcu i całym poświęceniu miłości, pokazując nam, że zawsze warto kochać.

Rzeczywistość i uciezki

Za każdym razem, gdy doświadczamy w teraźniejszości zdarzenia podobne do tych, których doświadczaliśmy już w przeszłości, w innej egzystencji, świadomość reaguje poprzez złożony zasób uczuć i doznań fizycznych, które dziś znajdują odzwierciedlenie w schematach zachowań powtarzanych od wieków w naszej progresywnej podróży. Jednym z tych schematów jest ucieczka od rzeczywistości.

Schematy te służą również do kształtowania obecnych cech osobowości, powodując, że osoba często działa automatycznie, utrzymując swój charakter i zachowanie w błędnym kole, które nazywamy *Strefą Komfortu*, która promuje **ucieczkę od rzeczywistości** i zapewnia drugorzędne korzyści, z których osoba ma nadzieję skorzystać, jako że daje jej to prawo do dalszego bycia tym, kim zawsze była.

Nasz rozwój osobisty, pod każdym względem, zaczyna się dopiero wtedy, gdy zniszczymy nasz system przekonań, zmierzmy się z rzeczywistością i zaczniemy działać inteligentnie, przekształcając nasz nawyk unikania rzeczywistości w świadome działanie.

Wiele osób uważa, że *Strefa Komfortu* składa się z przyjemnych i miłych sytuacji. Niemniej jednak tak nie jest. Jest to rutyna naszego codziennego życia i może przekształcić się w ucieczki i uzależnienia behawioralne tworzone przez pozytywne lub negatywne okoliczności. Przyzwyczajamy się do tego, ponieważ jest to nasz sposób bycia, który staje się nawykiem, którego większość z nas uczy się poprzez repetycję. Wiele nawyków prowadzi nas do bezwładności i oderwania od rzeczywistości, ponieważ uniemożliwiają nam kwestionowanie, myślenie lub podejmowanie decyzji. Jak genialnie nauczał Albert Einstein: *chcemy innych rezultatów, ale zawsze robimy to samo. W strefie komfortu wszystko jest takie samo, ponieważ zyskujemy prawo do kontynuowania w ten sam sposób, narzekania, czucia się ofiarą lub nadmiernego chronienia siebie: to jedyny komfort.*

Expediente

Jornalista

Rita de Cássia Escobar

Edição

Evanise M Zwirtes

Colaboração

Rita de Cássia Escobar - Revisora
Cintia C. dos Santos - Traduction en anglais
Karen Dittich - Traduction en allemand
Hannelore P.Ribeiro - Traduction en allemand
Clarivel D. Gimenez - Traduction en espagnol
Nicola P. Colameo - Traduction en italien
Seweryna Akpabio-klementowska -
Tłumaczenie na język polski

Reportagem

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

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Reuniões de Estudos (Em Português)

Sábados: 05.00pm - 07.00pm
Domingos: 08.00pm - 09.30pm
Segundas: 08.00pm - 09.30pm
Quartas: 08.00pm - 09.30pm

Reunião de Estudo (Em Inglês)

Quartas: 06.00pm - 07.00pm

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

Adriane V. Bacarin

Psycholog Jungowski

Davidson Lemela

Neuropsycholog

Miłość i odmiennosc

Proces duchowego postępu dokonuje się od nieświadomości do świadomości, z życia do bycia, od rozumu do intuicji, od tego, co przejściowe do tego, co trwałe.

Jesteśmy duszami z aspektami charakteru, które wciąż są kruche w odniesieniu do samoświadomości. Potrzebne jest rozeznanie, by odróżnić odpowiedzialną postawę od dumnego mechanizmu ucieczki. Transformacja złych impulsów i rozwój szlachetnych wartości są jedynymi referencjami autorytetu i harmonii na ścieżce do ewolucji.

Uduchowanie istoty następuje poprzez Miłość. Umiłowanie jest emocjonalną skłonnością do włączania innych, obejmującą życzliwość, uczucie miłości do bliźniego, uwzględniającą odmiennosc.

Alternatywnosc to rozwój pokojowej relacji z tymi, którzy są inni, zdolnosc do dobrego życia z innymi. Etyka alternatywnosci to umiejętnosc radzenia sobie z tym, co inne, przeciwne, niezgodne, nietypowe dla naszych osobistych zmysłów.

Życie z przeciwieństwami i uczenie się kochania ich w ich różnorodności stanowi wyzwanie etyczne we własnym sumieniu dla praktykowania braterstwa.

Umieć żyć z przeciwstawnymi opiniami to umieć wyrażać idee bez emocjonalnego ładunku próżnej pretensjonalności.

Etyka różnorodności, inności, jest nauczaniem samego Jezusa. Jest to miłość do odmiennosci, altruizm przeżywany i dawany jako przykład, zwłaszcza w stosunku do tych, którzy różnią się od naszego rozumienia.

W ten sposób inność może przejawiać się w aktach solidarności, empatii i szacunku w relacjach społecznych. Z drugiej strony, Miłość jest zawsze szeroka w alternatywności i bez niej nie istnieje.

Evanise M Zwirtes

Psychoterapeuta transpersonalny

Jak odróżnić smutek od frustracji?

Czy istnieje różnica między smutkiem a frustracją? Jakie są konsekwencje smutku? A co z frustracją?

Frustracja jest związana z oczekiwaniami. W obliczu niespełnionego pragnienia pojawia się emocjonalna reakcja niezadowolonia i braku zrozumienia,

obejmującym nie tylko nieosiągnięty obszar, ale angażującym istotę jako całość, aż do momentu przeciwdziałania.

Ponieważ geneza smutku leży w duchowej przeszłości i/lub w obsesyjnym procesie, mnożą się nieszczęśliwe i nieprzyjemne myśli, powtarzające się zniechęcenie,



irytacja z powodu niespełnionych oczekiwań.

Jak mówi Dusza Joanna de Ângelis w książce Plenitude, psychografia Divaldo Franco: "Frustracja z kolei jest odpowiedzialna za cierpienie, którego można by uniknąć, gdyby nie przesadne nadzieje człowieka, jego mylne wyobrażenia o samodoskonaleniu, które napełniają go fałszywymi przekonaniem o możliwościach, które nie są w jego zasięgu".

Jednak osoba, gdy jest sfrustrowana, ma specyficzne reperkusje dla nieosiągniętej sytuacji, prowadząc ją do postaw transformacji, ponieważ doświadczenie, które nie zakończyło się sukcesem, służy jako bodziec do adaptacji w obliczu nieoczekiwanego obrazu, który się pojawił.

Nieoczekiwane zdarzenie służy jako trampolina do dalszych prób i większych szans na sukces w innych przedsięwzięciach.

Z drugiej strony smutek, który również jest emocją, charakteryzuje się większym wymiarem konsekwencji,

systematyczna apatia, które mogą powodować ciężką depresję, z ucieczkami zmierzającymi nawet do wygaśnięcia przeżyć zmysłowych.

W przypadku takich znaków, obowiązkiem jest zwrócenie się o pomoc do Boga i Dobrych Duchów, poprzez modlitwę, medytację, Duchowe Uzdrawienie, płynną wodę, ale także do specjalistów od zdrowia emocjonalnego i psychicznego, aby wyposażać się w niezbędne narzędzia do odzyskania kontroli nad własną egzystencją.

Ewangelia Chrystusa jest wspaniałą mapą drogową do przewyciężenia frustracji i smutku, a Jezus jest wiernym przyjacielem, "kto Go odnajdzie", mówi Joanna de Ângelis w książce Mundo Regenerado, "nigdy już Go nie zapomni ani nie porzuci, ponieważ tylko On nadaje egzystencjalny sens Duszy w ewolucyjnych zmaganiach".

Podążanie za Mistrzem jest asertywnym podejściem do prawdziwego szczęścia.

Lusiane Bahia

Prawnik





Choroby duchowe: bunt, smutek, zemsta, plotki, zazdrość, zawiść.

Przez całe życie staramy się zrozumieć i skorygować nawyki, aby poprawić nasze zdrowie. Prawidłowe odżywianie, aktywność fizyczna, okresowe badania, zawsze w celu poprawy jakości naszego życia w obecnym wcieleniu. Często jednak pomijamy podstawę procesu, który generuje nasze zdrowie, zapominając zadbać o podstawę, która będzie rządzić naszymi ścieżkami, o wyborach, które będą kierować naszą podróżą i które wykraczają daleko poza kwestie materialne: zapominamy zadbać o naszą nieśmiertelną duszę.

W książce *Myśl i życie*, w rozdziale zatytułowanym "Stowarzyszenie", Emmanuel, poprzez psychografię Francisco Cândido Xavier, mówi nam, że "gdyby człowiek mógł kontemplować na własne oczy prądy myśli, natychmiast rozpoznałby, że wszyscy żyjemy w reżimie komunii, zgodnie z zasadami pokrewieństwa". Dlatego zdajemy sobie sprawę, jak ważne jest dbanie o nasze uczucia, ulepszanie tego, co wibrujemy, i w ten sposób, zgodnie z tymi samymi zasadami, przyciągamy lepsze sytuacje na naszą podróż.

Leon Denis uczy nas w książce *O Porque da Vida* o celach naszego wcielenia. Wszyscy podróżujemy najróżniejszymi ścieżkami, których celem jest ewolucja, praca nad naszym potencjałem, rozwijanie cnót, jak nauczał nas Jezus. W książce *Problem bytu, przeznaczenia i bólu* Denis uczy nas, że mamy wolę jako moc duszy, która kieruje naszymi wyborami,

jednak wybory te nie zawsze są zgodne z uniwersalnymi prawami miłości i mądrości.

Wiele razy bunt, smutek, zemsta, plotki, zazdrość, zawiść, między innymi, zaciemniają naszą wizję i oddalają nas od tego, co jest naszą propozycją życia, duchowymi chorobami, które osiedlają się w naszej istocie za naszą zgodą, z powodu naszej czujności, i które z pewnością przyniosą większe irytacje, jeśli nie zostaną wyrównane na czas. Jednak ze względu na nieskończoną miłość, jaką Ojciec ma dla każdego z nas, pozwala, aby ból nas odwiedzał, pomagając obudzić naszą świadomość, powracając do gorliwego poszukiwania dobra i przekierowując nas w kierunku naszej ewolucji. Choroby duchowe, które na mocy prawa dostrojenia i pokrewieństwa wnoszą do naszego życia bolesne doświadczenia o treści edukacyjnej i mogą zakończyć się nawet chorobami fizycznymi, ale mają swoje źródło w uczuciach danej osoby.

Joanna de Ângelis, poprzez psychografię Divaldo Pereira Franco, w książce *Codizenne epizody*, w rozdziale zatytułowanym "Choroby", uczy nas, że "Choroba jest częścią normalnego procesu życia jako integralna część zjawiska zdrowia", zmuszając nas do refleksji nad faktem, że nasze choroby fizyczne nie są przedmiotem boskiej kary, ale błogosławionym zasobem do uzdrowienia naszego nieśmiertelnego ducha.

Dlatego zaproszenie przychodzi do nas,

aby zastąpić duchowe choroby buntu, zazdrości, krzywdy, zemsty, złośliwości, wśród wielu innych, nową propozycją życia, w której staramy się głębiej połączyć z naszym "transcendentalnym ja". Dzięki zrozumieniu tego, kim jesteśmy i celów naszego wcielenia, zaczynamy również rozumieć naszych bliźnich, ich trudności i udręki, wnosząc do naszego codziennego doświadczenia większą dawkę życzliwości, łagodności, czyniąc nasz chód lżejszym, a także ludzi wokół nas.

Obyśmy byli tymi, którzy mogą zrobić pierwszy krok, przynosząc dawkę miłości tam, gdzie brak równowagi wciąż generuje zakłócenia. Zdajemy sobie sprawę z trudności, z jakimi musimy się zmierzyć, aby przezwyciężyć nasze duchowe choroby, które przez wiele lat pielęgnowaliśmy w naszej istocie, ale pamiętajmy, że mamy bardzo ważne narzędzia, które musimy wykorzystać w tej dobrej walce. To w uczuciach istoty.

Dobre lektury, które przynoszą nam zrozumienie i nowe perspektywy naszej egzystencji; modlitwy, które wzmacniają nas i pomagają nam ponownie połączyć się z dobrem, pomagając nam w chwilach zwątpienia lub trudności; wiara, która karmi naszą duszę, dając nam pewność, że zawsze jesteśmy wspierani i mamy możliwość postępowania inaczej, w bardziej poprawny sposób.

W ten sposób, łącząc materialną troskę o nasze ciało fizyczne z troską o naszą nieśmiertelną duszę, przezwyciężymy nasze duchowe choroby, osiągając w ten sposób nasze integralne zdrowie.

Dr Livia C. Poli

Doctor