

Artykuł na temat badań psychologicznych

Nauka, Filozofia i Religia

Przebudzenie do istoty życia

Co jest istotą życia? A co jest istotą naszego życia?

Bardzo często mówi się o sensie życia, o kierunku lub ścieżce, którą należy podążać i o tym, że musimy szukać celu życia. Carl Gustav Jung, cytowany przez autorkę Spirit Joannę de Angelis w książce

że jest to naturalne wydarzenie nieodłącznie związane z procesem, w którym się znajduje, zawsze posuwając się naprzód w intymnej równowadze".

Zrozumienie siły życia w nas, to przebudzenie się do jego istoty!

Życie jest darem od Boga,

Jezusa, jest zaproszeniem do przezwyciężenia samego siebie: bez względu na sytuację, bez względu na trudności, kochajmy dalej!

W swojej książce "Miłość, Miłość Nie Do Pokonania", Dobrodziejka radzi, abyśmy zawsze pytali miłości o to, co nam radzi. Innymi słowy, powinniśmy przyjąć miłość jako doradcę w naszych decyzjach. I podkreśla, że ona zawsze odpowie, a gdy nie zidentyfikujemy odpowiedzi, dzieje się tak dlatego, że nie jesteśmy przebudzeni na odpowiedź od miłości.

Pozwolić miłości odpowiedzieć, to dać Chrystusowi możliwość przemówienia głośno w nas, od wewnątrz na zewnątrz, i zrewolucjonizować nasz wewnętrzny świat.

Dlatego miłość jest wyzwalająca: uwalnia istotę od bezczynności, buntu, gorzkości i bólu, prowadząc ją do budującej i wyzwalającej pracy, do istoty życia. Wreszcie, pamiętam piękną piosenkę kochanego brata z Bahii, Armando Lui, piosenkarza i autora tekstów. Brzmi ona następująco: "Kochaj od chwili przebudzenia kochaj dużo, kochaj bez końca; kochaj bezwarunkowo; kochaj, by odzwierciedlać troskę, spokój twojej uwagi; kochaj do rozkwitu, zawsze kochaj; kochaj prawdziwie. Uśmiech może zmienić dzień, sprawia, że świat przepelnia się światłem. Kochanie jest naturą Boskości. Nadaje sens celowi życia. Więc kochaj do końca.

Miłość jest sensem wszystkiego!

Kochaj więc zawsze, a przebudzisz się do esencji życia!

Lusiane Bahia

Prawnik

Psychologia Wdzięczności, stwierdza, że celem życia nie jest osiągnięcie szczęścia, ale poszukiwanie sensu i jego znaczenia. Podkreśla on w ten sposób znaczenie tego procesu, tworzenia i pracy etapów zaangażowanych w ten proces, tak aby zrozumieć sens swojego istnienia.

Dobrodziejka, w wyżej wspomnianym tekście, mówi, że "kiedy poszukujemy znaczenia, osoba nie przestaje oceniać rezultatów swoich bieżących osiągnięć, ponieważ znaczenie doświadczeń już przeżytych i tych, które dopiero będą przeżyte, nie ustaje. Osoba ta pracuje nad swoim wnętrzem, zalewając się światłem wiedzy i doświadczenia, w taki sposób, że ten przyciągający wdzięk ubiera ich w piękno i zdrowie. Nawet jeśli osoba ta cierpi na zaburzenia organiczne, nie powstrzymuje jej to przed kontynuowaniem poszukiwania sensu, ponieważ zdaje sobie sprawę,

pełnym potencjału i bodźcem do nieustannego rozwoju.

Sytuacje, których doświadczamy, trudne i wymagające, harmonijne i podnoszące na duchu, są Bożym zaproszeniem do naszego wzrostu, abyśmy mogli zobaczyć Jego miłość i miłosierdzie oraz to, jak Jego dobroczynna interwencja w nas nigdy nie ustaje.

Przebudzenie się na to piękno oznacza przyjęcie daru Boskości. Oznacza to gotowość do przeżywania podróży nieśmiertelności bez strachu, w obliczu pewności Bożego wsparcia i tego, że wszystko, wszystko co się dzieje, jest okazją do ewolucji.

Jak wiemy, Bóg jest miłością! Dlatego życie, które stworzył, jest również miłością! Celem życia jest więc miłość! A przebudzenie się do esencji życia oznacza gotowość do życia miłością!

"Nie męcz się miłowaniem", mówi Joanna de Ângelis w swojej książce *Vida Feliz!*

Miłość jest największą propozycją



Praktykowanie dystansu

Nauczyciel filozofii wszedł do klasy i zapytał:

- Czy wiecie, co jest najważniejsze w życiu?

Uczniowie spojrzeli na siebie, każdy zastanawiając się nad tym, co jest tak ważne w ich życiu.

Mistrz otworzył swoją torbę, wyjął garść piłek golfowych i napenił nimi szklany słoik na stole. Następnie zapytał:

- Czy naczynie jest pełne?

- Tak, profesorze, jest pełen piłeczek golfowych.

Mistrz podniósł termos wypełniony kawą i przelał płyn do plastikowego kubka. Przelał kawę do szklanego słoika, a ta została wchłonięta przez piasek i zniknęła w słoiku.

Odwrócił się do uczniów i wyjaśnił:

- Szklany słoik jest jak nasze życie. Piłeczki golfowe reprezentują najważniejsze rzeczy w życiu: naszą rodzinę, duchowość i miłość. Kulki reprezentują rzeczy, które mają swoje względne znaczenie, takie jak

praca i zawód. Z drugiej strony piasek to rzeczy, które są mniej ważne, rzeczy, które musimy porzucić, takie jak dobra materialne.

Nauczyciel zakończył głośnie:

Powinniśmy wypełnić nasze życie najpierw najważniejszymi rzeczami (piłeczkami golfowymi). Ponieważ jeśli nie pozbedziemy się tych mniej ważnych rzeczy, nie będzie już miejsca na te naprawdę ważne.

Uczniowie uśmiechnęli się i zrozumieli moralę tej historii: praktykowanie

dystansowania się. Ale jeden z nich zapytał:

- Profesorze, a co z kawą?

Profesor odpowiedział:

- Bez względu na to, ile trudności i problemów napotkasz w życiu, zawsze znajdzie się miejsce na filiżankę kawy...

Davidson Lemela

Neuropsycholog

Przyjemność dawania i pomagania

Allan Kardec przedstawia interpretacyjne twarze maksymy „niech twoja lewa ręka nie wie, co twoja prawa ręka robi”, gdzie podkreśla znaczenie zrozumienia ludzkości w związku z wyrzeczeniem się ziemskich nagród, na korzyść tych wynikających z przyszłego życia, kiedy przejawia się jakiś akt miłosierdzia.

Co więcej, bycie przebudzonym i gotowym do pomocy potrzebującym, nawet jeśli nie proszą o pomoc, jest postrzegane przez Kardeca jako prawdziwy sens życia, a także pozwala tym, którzy to robią, poczuć smak prawdziwego szczęścia, gdy dzielą się błogosławieństwami i starają się złagodzić cierpienia innych.

Dlatego lekcją, którą należy dobrze przyswoić, jest to, że prawdziwą miłością jest myślenie o innych przed sobą, które w praktyce jest antytezą samolubstwa, jedna z ran ludzkości. Myśląc o tym, że można pomóc innym, tysiąc okazji znajdzie to, aby to osiągnąć, ponieważ od momentu, gdy jednostka otworzy się na dobro, duchowość zajmie się spotkaniem z beneficjentem, wykorzystując indywidualne bogactwa tego, który oferuje, czy to w sferze materialnej, czy moralnej.

Dlatego nie powinno być zmartwieniem dla tych, którzy już zrozumieli i znaleźli w życiu odpowiedź, na pytanie: "co jeszcze mam do zaoferowania?", ponieważ jest wielu ludzi w potrzebie i wiele potrzeb. Wszystko, co musisz zrobić, to otworzyć się na miłość dawania, a wszystkie okoliczności pojawiają się naturalnie, aby dotrzeć do odbiorcy.

Adriana Viola Bacarin

Psycholog Jungowski



Expediente

Jornalista

Rita de Cássia Escobar

Edição

Evanise M Zwirtes

Colaboração

Rita de Cássia Escobar - Revisora
Cintia C. dos Santos - Traduction en anglais
Karen Dittrich - 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

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

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Reuniões de Estudos (Em Português)

Sábados: 05.00pm - 07.30pm

Domingos: 08.00pm - 09.00pm

Segundas: 08.00pm - 09.00pm

Quartas: 08.00pm - 09.00pm

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

Wrócił do swojej torby, zebrał garść kulek i wysypał je do garnka, tak aby zajęły miejsca pozostawione przez piłeczki golfowe.

- Czy garnek jest pełny?

Uczniowie nie odpowiedzieli.

Nauczyciel ponownie podszedł do swojej walizki, otworzył plastikową torbę i wyjął garść piasku. Wsympał piasek do szklanego słoika, który powoli zajął wszystkie puste miejsca, które jeszcze istniały.

Nauczyciel zapytał:

- A teraz, czy jest pełny?

- Profesorze, to już wszystko!

Piękno prostoty

Chrześcijańska postawa wobec naszych uczuć wpływa na poczucie własnej wartości. Uczucia są zwierciadłem głębokiego życia naszej istoty i przekazują nam prawdziwość naszego sumienia. Ta sama przyczyna, która zachęca do próżności, jest odpowiedzialna za samotność. Pycha, która stara się błyszczeć na scenie ego, jest postawą braku miłości, objawiającą się poczuciem bezwartościowości lub kompleksem niższości, wynikającym z dobrowolnego oddalenia się od Boga.

Duch Emmanuel, w książce: *Trilha de Luz* (Szlak Światła), wyjaśnia, że "buntowniczość i nieustępliwość są prawie zawsze mrocznymi cechami tych, którzy twierdzą, że znaleźli ostatnie słowo w duchowej dojrzałości". Nasze nadmierne rozumowanie, w wielu przypadkach, jest niczym więcej jak tylko szaleństwem naszych umysłów, zdominowanych przez niepojęte przejawy próżności lub pychy".

Osobisty postęp jest sztuką rozwijania duchowej inteligencji, upraszczania aspiracji zgodnie z Prawami Wszechświata, które przekładają się na wewnętrzne piękno i emocjonalną szczerość.

Prostota jest cnotą związaną z pokorą i wskazuje na szlachetność i dojrzałość psychologiczną. Prawdziwe piękno odzwierciedla moralną i intelektualną wyższość Ducha, który nieustannie ewoluuje, ucząc się, że źródło dobroci i inteligencji jest również źródłem piękna.

Czystość serca jest wynikiem procesu indywidualizowania się duszy, życia ze skromnością, prostotą, przejrzystością i duchową elegancją, czując, że miłość generuje piękno wszystkich rzeczy, będąc doskonałością Boga.

Evanise M Zwirtes

Psychoterapeuta transpersonalny



Moce duszy. Życie wewnętrzne.

Chrystus powiedział nam: "Królestwo niebieskie jest w was", ale pomimo wyraźnego potwierdzenia Mistrza, tak wiele razy na naszej drodze zatracamy się w poszukiwaniu spełnienia, którego raczej nie należy szukać na zewnątrz. Jak patrzymy na sprawy duszy? Czy my nadal

w suwerennie mądrego, sprawiedliwego i dobrego Boga, który nie czyni różnicy dla swoich ukochanych dzieci, dając każdemu to, na co zasłużył według jego uczynków. Prawo ewolucji jest obecne we wszystkim, więc jeśli osiągnęliśmy świadomość i zrozumienie naszej roli w tej pięknej



gubimy się w ulotnych rozproszeniach, czy już rozpoczęliśmy naszą podróż do wewnętrznego świata, w którym poszukujemy samopoznania i rozwoju mocy duszy, które wciąż nosimy w sobie, czekając tylko na naszą decyzję i codzienną pracę, aby móc rozkwitnąć?

Pracujemy nad naszą wolą każdego dnia, kierując ją ku pięknu i dobru, unikając tracenia czasu na powracanie do kwestii, o których już wiemy, że nie zaprowadzą nas tam, gdzie chcemy. Rozkojarzeni ścieżkami, które stawia przed nami życie, używamy naszej woli jako niekontrolowanej broni, raniąc innych i siebie, nie zdając sobie sprawy, jak ważne jest jej właściwe ukierunkowanie w naszym życiu.

Niestety, wielu z nas wciąż czeka na cud, który zmieni nasze myśli, przekształci nasze uczucia i uczyni nas bardziej rozwiniętymi istotami bez większego wysiłku. Jednak nasza wiara daje nam wgląd

symfonii, jaką jest życie, musimy zacząć dyscyplinować nasze myśli, aby zreformować nasz charakter, zanim mistrz - Ból - rozpocznie tę nieuniknioną pracę, która zaprasza każdego z nas do wzięcia udziału w tej wielkiej Boskiej symfonii, będąc częścią pięknej uniwersalnej muzyki, która rządzi ewolucją.

Spróbujmy dobrze wykorzystać wiedzę, którą już posiadamy, abyśmy mogli żyć naszym wewnętrznym życiem bardziej intensywnie, rozwijając moce naszej duszy, abyśmy poprzez te codzienne i żmudne poszukiwania, poprzez naszą wolę, mogli poprawić nasze myśli, modyfikując w ten sposób nasze uczucia i wznosząc się wyżej, osiągając doświadczenie Miłości w jej najpiękniejszych niuansach.

Dr. Livia C. Poli

Doctor



Jak żyć w Bogu

Relacja między mężczyznami i kobietami na świecie a tym, co zaczęto nazywać "Bogiem", była obecna we wszystkich dziejach cywilizacji. W Jego imię, w najróżniejszych wyznaniach, znajdujemy hymny, pieśni, rytuały, kult i ofiary; z drugiej strony, wojny, walki, ofiary z ludzi, masową eksterminację i zniszczenie.

W prymitywnych cywilizacjach przedstawienia boskości wywoływały ciągłe obawy o możliwe zagrożenia psychiczne. Tworzenie rytuałów było często próbą zmniejszenia tego ryzyka. Znajdujemy w nich również bogów lub półbogów, jeśli chcemy ich tak nazwać, prezentujących formy antropomorficzne, fitomorficzne, zoomorficzne i astralne. Na przykład w starożytnym Egipcie mamy Amona jako boga Słońca, Geba jako Ziemię, Horusa przedstawionego z głową sokoła i różne inne postacie w bogatej symbolice mitologicznej. Również w symbolicznym bogactwie Orishas znajdujemy próbę zrozumienia tego, co transcendentne, co wykracza poza zdolność ego do pojmowania, i co jest uznawane za próbę ponownego połączenia się z siłą lub twórczym źródłem Życia.

Upaniszady, święte źródła hinduizmu, przedstawiają Brahmana jako twórczą siłę aktywną we wszechświecie. Ludzka świadomość nie byłaby w stanie tego pojąć, jak zauważamy w wersetach: *"To, czego nie można wyrazić słowami, lecz przez co słowa są wypowiedane; to, czego*

nie można pomyśleć umysłem, lecz przez co umysł może myśleć...".

Z drugiej strony te narracje biblijne rozpoczynają się od stworzenia świata i wszystkich zamieszkujących go istot. Tradycja odziedziczona po narodzie żydowskim przynosi koncepcję szczególnej więzi między Stwórcą Wszechświata a tymi ludźmi. Ten Bóg jest wyjątkowy i często przedstawia się z ludzkimi twarzami, a przynajmniej z wyraźnie obecnymi jej charakterystykami. "Oblicza Boga" prezentują jednak bardzo różne aspekty, gdy analizujemy Stary i Nowy Testament.

Jeśli w Starym Testamencie widzimy Boga, który często jest okrutny, a nawet mściwy, zdolny do eksterminacji własnych stworzeń, Jezus ukazuje oblicze Boga Miłości i Miłosierdzia, "Ojca", który czuwa nad swoimi synami i córkami.

Neuro nauka, zwłaszcza od lat 90. XX wieku, zaczęła mapować ludzki mózg w poszukiwaniu "punktu Boga" w ludzkim mózgu, ponieważ zdała sobie sprawę, że transcendentalne poszukiwanie wywołało pewne efekty, których nie osiągnięto w innych stanach czuwania lub snu. Mimo to czasy osiągnięcia konsensusu w sprawie dotychczasowych ustaleń już dawno minęły.

Wiele innych wyrażań religijnych próbuje zagwarantować monopol na boskie wyrażenia, ale ponieważ stworzenie nie jest w stanie

Wyobrazić sobie swojego Stwórcy, ponieważ ego nie jest w stanie wyobrazić sobie tego, co ostateczne, często pozostajemy na polu spekulacji i wierzeń, nie będąc w stanie dokładnie zdefiniować, czym jest "życie w Bogu". Nawet gdy Księga Duchów przedstawia Boga jako "Najwyższą Inteligencję Wszechświata i Pierwotną Przyczynę wszystkich rzeczy", mała egoistyczna inteligencja nie jest w stanie pojąć wszystkiego, co to reprezentuje.

W obliczu niezdolności do "życia w Bogu" poprzez konkretne definicje religijne lub wyznania, które często karmią jedynie persone, maskę społeczną, ale nie zagłębiają się w głębokie kwestie bytu, konieczne jest, aby powrócić do starej nauki wyroczni w Delfach: "człowieku, poznaj samego siebie", z rozszerzeniem często przypisywanym Sokratesowi: "(...) a poznasz wszechświat i bogów". Ponieważ jesteśmy Wszechświatem w miniaturze, w stopniu, w jakim oczyszczamy nasze własne dusze, usuwając nadmiar i przeprowadzając niezbędne selekcionowanie, życie w głębi nas samych może zostać przekształcone w możliwość życia w Bogu, nie zapominając o cennym ostrzeżeniu z Góry, ustanowionym przez Jezusa:

"Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą". Może wtedy będziemy mogli odpowiedzieć jak Jung, zapytany, czy wierzy w Boga: "Ja wiem".

Cláudio Sinoti

Terapeuta Jungowski