

# Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

## Victoria sobre la depresión

Conforme la humanidad camino acerca de la comprensión sobre los trastornos que los aturden, el fenómeno de la depresión se volvió objeto de estudios, haya visto el aumento de ocurrencia constatadas, a consecuencia de los disturbios orgánico y alteraciones en la química cerebral, sobretodo en los neurocomunicadores responsables por la alegría y bienestar.



Vale discernir que los sentimientos nostálgicos y de tristeza que deriva de las evocaciones inconscientes de períodos remotos, fruto de la inseguridad resentimiento ante las elecciones del pasado o recuerdo de momentos felices y jubilosos que nada más hace parte de las ocurrencia actuales, no se trata de depresión, pero de emociones cíclicas y naturales del compuesto complejo del organismo humano, por lo tanto siendo estos estados incorporados al día a día sin el debido celo, el individuo siente potencializar una onda de tristeza y pesimismo, que cultivada así adentra a un estado patológico en que esmorece la fé en sí mismo, la fé en la vida, la fé en el futuro y en Dios.

En su gestación inicial, la depresión se muestra como desinterés por la vida, por la cosas y personas que antes de eran su sentido existencial, a mediado que

se agrava, el paciente, como Joanna de Ângelis costumbra a referirse, en el libro *Amor, Imbatible Amor*, alinearse al lugar donde te encuentras, manteniendo la mirada distante, sin las reacciones naturales de otros tiempos, sintiendo pena de sí mismo, creyendo no ser capaz de salir de esa condición. Tal mudanza ni siempre son percibidas de inmediato, considerando que, conforme tras la mentora el depresivo puede conservar la rutina de vida, aunque esté necesitando esforzarse mucho para ejecutarla.

En otro hecho, aún como psicogénesis del estado depresivo que los cuales pueden inclusive desencadenar idea suicida, la etapa da vida en que el individuo se considera un fracaso, por no tener conquistado lo que deseaba, comparándose a otros que consiguieron, adentrándose a un estado autopunitivo, agravado por agresiones

El rechazo vivido en la infancia, resurge como fantasmas y ideoplastias con sugerencias autoagresivas como siendo la única alternativa.

En este quesito Joanna de Ângelis, en el libro *Vitória Sobre la Depresión*, agrega una mirada sobre la problemática, indicando lo Espíritu reencarnado como la causa del desequilibrio donde nos retorno a la carne, tras la consciencia culpada por cuenta de los delitos practicados en otras oportunidades y que por esa razón, vibra en rango de sufrimiento equivalente a aquellos que aún no tuvieron condiciones de perdonarlo y invierten contra su paz, perturbando en todos los sentidos.

De esta forma, hay una relación entre depresión y obsesión, tan importante que la mentora, afirma que "en la mayoría de los trastornos depresivos, la causa representa como de naturaleza espiritual, o después desencadenada por los fenómenos orgánicos – psicológicos o fisiológicos –

se vuelve aún más compleja en razón de la influencia perniciosa de esas personalidades desencarnadas".

Por lo tanto, Joanna de Ângelis, propone directrices para modificar de conducta inmediata, partiendo del lugar de donde se encuentra y evidenciando esfuerzos para que las transformaciones efectivas ocurran paso a paso. Un ejemplo de eso es la alteración de los comportamientos indignos, levianos y mentirosos que el individuo ora reencarnado insiste en continuar creyendo que, accionando así, tiene ventajas en relación a los demás no percibiendo que la mentira direccionada a tus hermanos de caminada, resulta en brasero que quemará sobre la propia cabeza en algún momento.

Además, para Joanna de Ângelis, en el libro *Amor Imbatible Amor*, independientemente de la génesis del disturbio, el paciente debe considerarse como quien está en la condición de dolencia, pero que no es un enfermo en definitivo, lo que altera su pensamiento sobre sí mismo, dejando de aplicarse el autoconmiseración, al acto de punición, la fijación de idea depresiva y reencontrar los objetivos existenciales, la renovación mental, pues sin el esfuerzo personal, no consigues restablecer el equilibrio aunque con el uso de neurolépticos.

Por fin, para la superación del estado depresivo, más allá de la mudanza de postura de vida, el uso de la terapia de bioenergía espiritual, de la oración y psicoterapia especializada se hacen indispensable para la creación de una psicofera saludable como en el hogar, como en el ambiente de trabajo y sobretodo, en el mundo interior del paciente.

**Adriane Viola Bacarin**

**Psicóloga Junguiana**

## El Ser humano en crisis existencial

En el Evangelio de Juan (10:30), se encuentra: "Yo y el Padre somos uno". Este tramo es un convite al ser humano para identificar el sentido de la vida.

En su serie psicológica, Joanna de Ângelis enseña que el "Yo" y el "Padre" pueden ser entendidos como el ego y el self, respectivamente,

para conquistar conocimiento y moralidad, y consciente, hacer el camino de vuelta a Dios. Pero lo que es necesario es la rebeldía, el descanso en relación al Padre, pues que aun yendo a país lejanos de crecimiento, nada impediría que estuviese en conexión permanente con Dios. Las distracción de la

jornada apartan al peregrino del foco y del objetivo a ser alcanzado.

Reflexionando sobre los abusos del comportamiento humano, simplificando con el exceso de la virtualidad en la inmersión de lo cotidiano, la presencia de la violencia, la indiferencia social, las desproporciones emocionales, concluyó Joanna que, "indiscutiblemente, el ser humano se encuentra en crisis existencial".

Ella esclarece sobre la causa: "La falta de identificación entre el ego y el Self produce la ausencia de discernimiento al respecto del existir y de cómo proceder, dando lugar a dominio de

sombra ignorada en todos los comportamientos".

El peregrino se ve perdido, como el hijo pródigo, pues desconsidero Dios, el Espíritu, la inmortalidad, los verdaderos tesoros.

¿Cómo volver al Padre? Toda crisis señala la falta de algo esencial. Aproximarse a Dios, caminar en la oración y en la vigilancia, es la caridad desinteresada, es vivir la propia jornada unido a Dios. Yo y el Padre somos uno.

## Fragmentos morales

"No juzguen para no ser juzgados, pues de la misma manera que tú juzgas, tú serás juzgado y en la misma medida que uses, también será usada para ser medida." (Mateos 7:1-5).

¿Tu ya has percibido como es difícil no juzgar? Poderíamos hasta afirmar que es imposible. Cuando juzgamos, ejercemos el derecho de decidir y hacer, escogemos sobre nosotros mismos, nuestra vida, los otros y el futuro. Juzgamos cuando escogemos una blusa en el escaparate de una tienda, cuando decidimos cual es el mejor camino a seguir o cuando elegimos nuestras amistades. Juzgar es ejercer nuestro libre albedrío, es la medida de nuestra libertad, es cuando en fin, podemos decidir si es más prudente decir "sí" o "no".

Entonces cómo conciliar nuestros derechos y libertad en juzgar y decidir con la propuesta evangélica?

En verdad, yo no debo juzgar a las personas, pero, si, tus acciones de acuerdo con los valores y la ética. Infelizmente, lo que de regla hacemos es juzgar a los otros y condenarlos y es en ese punto que el apóstol advierte.

Un magistrado, por ejemplo, posee la prerrogativa de juzgar y establecer una sanción a un juez, que puede ser de absolución o condena. El estudiará los actos, analizará el proceso, escuchar a los testigos, los abogados, para después decidir cuál es la pena más justa.

Pero nosotros, ¿conocemos el proceso? Juzgamos para establecer ética, pues necesitamos conocer lo que está correcto y errado, justo y injusto y para eso necesitamos juzgar. Pero no podemos condenar a nadie, ni a nosotros mismo, pues no sabemos todos los factores que desencadenaron el motivo para tomar aquella actitud. Desconocemos nuestra historia pasada y mucho menos la de otros.



pero también la personalidad y el Espíritu, y que "somos uno" sería el objetivo de la caminata del Espíritu, a través de sucesivas reencarnaciones; a función del ego y del self.

En el libro *En busca de la Verdad*, la Mentora esclarece este recorrido, reflexionando sobre la Parábola del Hijo Pródigo, en que el hijo más joven, munido de la herencia que heredó del Padre, enfrenta múltiples situaciones, hasta caer en sí, y hacer el camino de vuelta al Señor.

Joanna explica lo cuanto es de ley el Espíritu lanzarse, saliendo de la simplicidad y de la ignorancia,

Lusiane Bahia

Abogada

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 Ditrach - Traducción Alemán  
Hannelore P. Ribeiro - Traducción Alemán  
Clarivel D. Gimenez - Traducción Español  
Nicola P. Colameo - Traducción Italiano  
Seweryna Akpabio-klementowska -  
Tłumaczenie na język polski

#### Reportage

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

#### Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

#### Reuniones de Estudios em los

(Em Português)

**Sábados:** 05.00pm - 07.30pm

**Domingos:** 08.00pm - 09.00pm

**Miércoles:** 08.00pm - 09.00pm

**Lunes:** 08.00pm - 09.00pm

#### 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](http://www.spiritistps.org)  
Registered Charity N° 1137238  
Registered Company N° 07280490

## Fugas por culpa

Entre los desafíos existenciales, aprender a lidiar con el sentimiento de culpa se destaca como siendo algo de extrema importancia. En sentido común, se establece como siendo un sentimiento producido a partir de una actitud equivocada, cuando el ego se da cuenta de que excede límites o actuó de forma inadecuada. No obstante, es importante observar que esa evaluación se da a partir de un sistema de creencia del propio individuo. Así siendo, muchas de las culpas que se siente pueden estar asociadas a patrones familiares, religiosos, sociales que fueron contrariados, sin que necesariamente envuelve tener una actitud indebida. En otro sentido, el individuo puede cometer actos que hasta son aceptados por ese sistema de creencia, pero su individualidad profunda apunta que se infringió un valor importante.

Sea como sea, la culpa termina siendo una función asociada a la consciencia, apuntándonos que encontraríamos algún sistema de valores. Importante es tener consciencia sobre qué sistema de valores fue confrontado, de que se puede y debe hacer al respecto. Para la Psicología Profunda, la culpa debe ser transformada en responsabilidad, cuando el ser asume sus actos y se dispone a hacer el camino de revisión de actitudes, reconocimiento y reparación, dentro de las posibilidades.

Jesús, percibiendo la presencia de culpa en el comportamiento humano, no actuó de forma condenatoria, y propuso la terapéutica liberadora: "ahora vete y no vuelva a pecar."

**Cláudio Sinoti**

**Terapeuta Junuiano**

## Motivación y voluntad en el autocuidado

En todas las actividades de proyectos de elevación humana, la persona desenvuelta, debe procurar dentro de sí misma la motivación, utilizando de la libertad de escoger el Bien, conquistando el entusiasmo, determinación y coraje. Virtudes necesarias para el éxito, que se materializa cuando el individuo demuestra interés en crecer, evolucionar y superar desafíos internos y externos, ejercitando el esfuerzo propio, el libre albedrío, promoviendo el autocuidado, como Espíritu inmortal.

El filósofo francés, Léon Denis en su libro *El Problema del Ser, del Destino al Dolor*, enseña que "la vida del ser consciente es una vida de solidaridad y de libertad. Libre dentro de los límites que las leyes eternas determinan, se vuelve el arquetipo de su destino. Su adelantamiento es su obra." Y continua, "por su esfuerzo acumulado, por la persistencia del pensamientos y de los deseos, a pesar de las decepciones, de los defectos en los decurso de la existencia renovadas, el alma consigue desenvolver sus altas facultades."

Fundamental comprender que la motivación espiritual es consecuencia de la voluntad de servir, estableciendo la constancia, la permanencia y el direccionamiento de la aspiración íntima. El Espíritu camina a la luz, para la paz, para el amor, más, es importante caminar con ética. Nadie consigue realizar una acción útil si no hay motivación y voluntad.

Las personas auto motivadas son aquellas que definen claramente sus metas, en cada actividad, usando el poder de la voluntad. Motivación es la decisión íntima, una iniciativa mental y emocional focada en la autorrealización.

En el proceso del autocuidado, es fundamental diferenciar la motivación por alejamiento y por aproximación. La motivación por distanciamiento está basada en negativismo, enfocada en las dificultades egoicas, alimentada por las ganancias

secundarias de la acomodación psíquica, de la inercia y de victimización. La motivación por afastamento ocurre cuando la persona se obliga a realizar una acción para apartar un problema.

La motivación por aproximación



está direccionada en la solución de los problemas. El foco está en los resultados deseados de los que trabajamos, que vamos a hacer, para obtener los mismos. Esas acciones, expresiones del autoamor, evidenciando el autocuidado, son derivados de individuos que establecen una relación afectiva y efectiva consigo mismos, con su trabajo, con la familia y sociedad.

En la voluntad, el Espíritu tiene el control que le dirige en esa o aquella dirección, estableciendo causas que comandan los problemas y soluciones de su destino. Amarse y ser feliz, ejercitando la acción de la voluntad, motivándose por amor, es un gran acto de amor a Dios, a la Vida y al prójimo.

**Evanise M Zwirter**

**Psicoterapeuta Transpessoal**





### Libre albedrío y responsabilidad de conciencia

En una época de tantas cobranzas, tantos dolores, tantas dificultades, por alcanzar la perfección, muchas veces usamos el "cada un segundo sus obras" como forma de apuntamiento, de juzgar que no nos cabe, y nos olvidamos de la principal enseñanza que Jesús nos dejó "Amarse unos a otros como yo los amo"

Las redes sociales nos conectan uno al otros de manera que nunca tuvimos antes, aumentando la exposición de vida de cada, o al menos a parte de ella, aumentando el surgimiento de "pretendientes a jueces de vida ajena", que nada más son que personas con dificultades inmensas dentro de su propia vida y que buscan, a través de un mecanismo de proyecto, ver en los otros aquello que buscan esconder en sí mismos, y entonces atacan, de forma cruel a sus hermanos en Cristo, cuando en realidad, Jesús nos enseñó de extendernos las manos y auxiliarnos.

Cada uno de nosotros es un ser en evolución, con virtudes y dificultades propias, con una lucha interior que no puede ser avalada por quien no conoce todo lo que antecede. Y entonces nos preguntamos, si tenemos dificultades en recordar factores de nuestra propia existencia, tendremos el equipaje necesario para evaluarnos las actitudes ajenas? Podemos sin observar y discernir, evitando caer en los mismos errores, pero lo cierto es que todos estamos en el camino de la evolución, saliendo del menos en dirección al más, y en ese camino tropezamos, caemos, levantamos, recalculamos y seguimos nuestra marcha.

En ese camino de evolución, en cierto que recibiremos conforme las elecciones que hacemos en nuestras vidas, "la sembradura es libre, pero la cosecha es obligatoria" (Gálatas 6:8-9), "a cada un según sus obras" (Mateos 16:27), pero debemos entender que esa "ley de vida" no se trata de "punición Divina", pero sí de un sabio mecanismo que nos permite sentir las consecuencia de nuestros actos, modificando nuestros sentimientos, burilando la piedra bruta que aun somos, y transformándonos lentamente, a cada paso de nuestra existencia, en el futuro saldrá reluciente que reflejará la grandeza divina.

Allan Kardec, en el libro *El Cielo y el Infierno*, nos enseña que "según los principios de justicia, las almas deben tener la responsabilidad de sus actos, pero para tener esa responsabilidad, es necesario que ellas sean libres en la elecciones del bien y del mal; sin el libre albedrío no hay fatalidad, y con la fatalidad, no existiría la responsabilidad."

Percibimos entonces la importancia de hacer nuestras elecciones y de recibirnos de corazón abierto a sus consecuencias, aunque cuando ellas nos llegan en forma de dolor. No más punición por elecciones consideradas mal hechas, pero sin escuela que enseñe el camino, independiente de las elecciones que hicimos. No hay más elecciones malas, apenas elegir, pero para cada elección, un resultado que nos traerá aquello que necesitamos para evolucionar.

Ante ese entendimiento, percibimos que tenemos en nuestras manos la posibilidad de direccionarlos a muchas de esas elecciones, atrayendo consecuencias más felices a nuestras vidas. Viajeras del infinito, a cada paso, rediseñamos nuestra historia y creamos nuevas posibilidades a ser caminada. Siempre solo la mirada divina que, a través de ese modo operandis, nos permite entender que ninguna oveja se perderá del rebaño del buen pastor, ya que cada oveja será, cada una a su modo, traídas de vuelta al camino que la llevará a su objetivo, su evolución.

Acudida la conquista de la consciencia, de la capacidad de pensamiento continuo que marca la especie humana, entendemos la responsabilidad que cada uno de nosotros tenemos sobre la propia vida y, en un nivel mayor, sobre la repercusión que su vida genera sobre su familia, su comunidad, su país, sobre la humanidad como un todo.

Percibimos que no merece la pena reclamar los acontecimientos a nuestro alrededor, si no tuviéramos una actitud proactiva, modificando nuestro modo de actuar, modificando de esa forma el mundo a nuestro alrededor. El libre albedrío relativo a que tenemos derecho como herramienta evolutiva, cuando utilizado con responsabilidad de conciencia, ciertamente nos ayudará a abrir las puertas del mundo regenerado que deseamos vivir.

**Dra. Livia C. Poli**

**Médica**