

Artykuł na temat badań psychologicznych

Nauka, Filozofia i Religia

Odwaga do życia

Życie jest rzeczywiście aktem odwagi. W świecie przesiąkniętym niepewnością, bólem i nieustannymi wyzwaniami,

zdecydowanie postanawiają iść naprzód, pokonać samych siebie i osiągnąć bliskość z Bogiem” (Ângelis, 2003, s. 10). Ta „błogość” nie jest narzucona, ale jest indywidualnym osiągnięciem, które wymaga wysiłku, determinacji i jasności co do prawdziwych celów życia.

Odwaga polega zatem na uznaniu, że każda przeszkoda niesie w sobie zalążek triumfu i że nie ma rozwoju bez konfrontacji z bólem, który zamieszkuje duszę. W książce „Plenitude” Joanna de Ângelis pogłębia to zrozumienie, mówiąc nam: „Ucieczka, ukrywanie się, znieczulanie cierpienia to nieskuteczne metody, mechanizmy, które odkładają rzeczywistość na później (...). Wręcz przeciwnie, odważna

postawa polega na analizowaniu i stawianiu czoła cierpieniu stanowi cenne źródło jasności umysłu, mające terapeutyczny wpływ, który sprzyja osiągnięciu spokoju” (Ângelis, 2012, s. 14). W tym miejscu autorka duchowa zrywa z krótkoterminową logiką, która próbuje za wszelką cenę wyeliminować cierpienie. Stawianie czoła bólowi, a nie jego maskowanie, jest drogą do jasności umysłu, a ta jasność prowadzi nas do trwałego spokoju.

Odwaga do życia jest zatem naturalnie związana z konfrontacją z własnymi cieniami. Nie jest to brak bólu, ale przekształcenie bólu w mądrość. Oznacza to zanurzenie się we własnej wewnętrzności, zidentyfikowanie przyczyny konfliktów i świadome dążenie do zmiany. Joanna pokazuje nam, że cierpienie, dalekie od bycia karą, jest źródłem życia służącym udoskonaleniu duszy, podobnie jak diament, który potrzebuje nacisku, aby ujawnić swój blask. Jak sama mówi: „Cierpienie [...] okazuje się być doskonałym mechanizmem życia służącym samemu życiu” (Ângelis, 2012, s. 12).

Niemniej jednak odwaga do życia wymaga również ciągłego wyboru wyższych wartości duchowych. W książce „Obudź się i bądź szczęśliwy” Joanna ostrzega przed współczesnym oddaleniem się od prawd duszy: „Rozproszeni przez gry iluzji, spędzając czas w rozkoszy przyjemności, oddaleni od wszelkich wyższych zobowiązań wobec życia, które nieubłagane ich prześladuje” (Ângelis, 1996, s. 11). Chodzi o przywiązanie do wartości ulotnych, które zwodzą duszę i osłabiają istotę w obliczu naturalnych zmagających egzystencji.

Obudzenie się i życie z odwagą oznacza zatem ponowne odkrycie odłożonych na później duchowych zobowiązań. Oznacza to spojrzenie w głąb siebie, uznanie swoich ran, zaakceptowanie lekcji bólu i podążanie w kierunku miłości, która jest ostatecznie antidotum na cierpienie. Joanna mądrze podsumowuje: „Można zatem powiedzieć, że [cierpienie] wynika z oddalenia się od miłości, która jest jego wielkim i skutecznym antidotum” (Ângelis, 2012, s. 12).

Odwaga do życia to w skrócie duchowa podróż, która wymaga wiary, wytrwałości i jasności umysłu. To odwaga, by iść dalej, nawet w obliczu strachu. To pozwolenie sobie na rozwój, nawet gdy wszystko wokół wydaje się rozpadać. Przede wszystkim to miłość: do siebie samego, do bliźniego i do życia, z przekonaniem, że każdy krok przybliża nas do spełnienia.

Adriana Viola Bacarin

Psycholog Jungowski



wstawanie każdego ranka i odnawianie swojego zobowiązania do istnienia jest gestem cichej odwagi. Joanna de Ângelis w swoich dziełach oferuje nam głębokie zrozumienie życia i duszy, wskazując, że droga do samopoznania i pokonywania trudności jest przede wszystkim wezwaniem do odwagi. Potrzeba odwagi, aby obserwować siebie, zaakceptować to, kim się jest, i przełamać paradygmaty dotychczasowych nawyków.

W książce „Życie: wyzwania i rozwiązywanie” duchowa mentorka zachęca nas do zrozumienia, że istnienie jest doświadczeniem starannie kierowanym przez Stwórcę w celu przebudzenia świadomości duchowej. Stwierdza ona: „Życie jest wzniosłym wyzwaniem, a osiągnięcie go z mądrością jest błogosławieństwem dostępnym dla wszystkich, którzy

postawa polegająca na analizowaniu i stawianiu czoła cierpieniu stanowi cenne źródło jasności umysłu, mające terapeutyczny wpływ, który sprzyja osiągnięciu spokoju” (Ângelis, 2012, s. 14). W tym miejscu autorka duchowa zrywa z krótkoterminową logiką, która próbuje za wszelką cenę wyeliminować cierpienie. Stawianie czoła bólowi, a nie jego maskowanie, jest drogą do jasności umysłu, a ta jasność prowadzi nas do trwałego spokoju.

Odwaga do życia jest zatem naturalnie związana z konfrontacją z własnymi cieniami. Nie jest to brak bólu, ale przekształcenie bólu w mądrość. Oznacza to zanurzenie się we własnej wewnętrzności, zidentyfikowanie przyczyny konfliktów i świadome dążenie do zmiany. Joanna pokazuje nam, że cierpienie, dalekie od bycia karą, jest źródłem życia służącym udoskonaleniu duszy, podobnie jak

Tendencje samobójcze czy ucieczki psychologiczne

Żyjemy w czasach wielkich zmian, w których planeta prób i pokuty zaczyna dostrzegać perspektywę swojej transformacji w odnowioną planetę, a wielkie wstrząsy dotyczą jej mieszkańców, aby wspomóc ten proces transformacji. Błędy i zaburzenia, których dopuściliśmy się w niedawnej lub odległej przeszłości, zaczynają ujawniać się w postaci

które mają na celu odseparowanie nas od naszych obecnych potrzeb jako nieśmiertelnych dusz w procesie ewolucji.

Kolejną sytuacją, która przyciąga naszą uwagę, jest wysoka liczba samobójstw, czyli osób, które szukają śmierci jako sposobu na ukojenie swojego bólu. Jednak doktryna spirytystyczna uczy nas, że śmierć jako koniec nie istnieje.

To, co się dzieje, to przejście, w którym, uwolnieni od materii, stajemy się bardziej świadomi, więc to, co wydawało się końcem, jest w rzeczywistości kontynuacją procesu ciągłego rozwoju, któremu wszyscy podlegamy.

Uczymy się również, że możemy złagodzić lub pogorszyć rodzaj doświadczeń, które przyciągamy do naszej podróży, w zależności od naszych codziennych wyborów, a tym samym naszych potrzeb ewolucyjnych.

W czasach, gdy nasza planeta poddawana jest coraz większej presji ewolucyjnej, pilną sprawą jest, abyśmy spojrzeli na naszych bliźnich z większym współczuciem, mając świadomość, że trudności wzywają nas wszystkich do przebudzenia, które jest częścią procesu ewolucyjnego, oraz że sieć wsparcia ma ogromne znaczenie dla zmiany perspektywy tych, którzy cierpią i nie widzą wyjścia z cierpienia. Kochajcie więcej, osądzajcie mniej: taka jest nauka Chrystusa, która nawet po upływie wieków pozostaje aktualna i ma ogromne znaczenie.

Sens Życia

Obserwując siebie w codziennym życiu, z łatwością zapamiętujesz numery na dokumentach, pamiętasz kilka numerów telefonów, dobrze oceniasz swoich przyjaciół, znasz członków swojej rodziny i dokładnie wiesz, ile kilogramów musisz schudnąć.

Jednak nie potrafisz odpowiedzieć na proste pytanie bez jękania się: Kim jesteś i co tu robisz?

Według Emmanuela większość dusz, które reinkarnowały się na tej planecie, opuszcza Ziemię każdego dnia, nie wypełniając swoich zobowiązań zaplanowanych dla ich doświadczenia w gęstym świecie materialnym. Po śmierci ciała zakotwiczą się w rzeczywistości pozamaterialnej, odczuwając ogromne poczucie porażki i dręczone poczuciem winy, gdy odkrywają zmarnowany czas i utracone godziny. Rzadcy, mówi Emmanuel, są ci, których uważa się za *kompletistów*, czyli ci, którym udało się zrealizować cały program reinkarnacji.

Po co tu przybyliśmy? Jaki jest sens naszego istnienia? Jaki jest nasz plan życiowy? Kiedy się reinkarnujemy, świadomie zapominamy ten plan. I właśnie dlatego wielu towarzyszy podróży gubi się na niejasnych ścieżkach, zbaczając z prawdziwych celów, dla których się reinkarnowali. Po powrocie do duchowej ojczyzny, po śmierci fizycznej, ogarnia ich uczucie ogromnego wstydu i, stojąc przed rozczarowanymi przyjaciółmi oraz opiekunami, płacząc z żalem nad całym przygotowawczym wysiłkiem, którym zmarnowali.

Ale ta informacja nie jest straconą; znajduje się w nas, w naszej nieświadomości, zapisana na zawsze.

Ale jak możemy uzyskać do niej dostęp?

Słuchaj głosu swojego serca! Nie myli się ono, nie oszukuje i nie zawodzi. Nasze serce jest tajemniczym organem. Napelnij je miłością, wiarą i łaską, a zostaniesz poprowadzony właściwą drogą. W odpowiednim momencie potrzebna ci informacja sama do ciebie przyjdzie. Bądź gotowy, aby uważnie wsłuchać się w **sens swojego życia!**

Dr Livia C. Poli

Doctor

Davidson Lemela

Neuropsycholog

Wiadomości

Dziennikarka

Rita de Cássia Escobar

Redaktor

Evanise M Zwirtes

Współpraca

Rita de Cássia Escobar - Korektorka

Cintia C. dos Santos

Tłumaczenie na język angielski

Clarivel D. Gimenez

Tłumaczenie na język hiszpański

Nicola P. Colameo

Tłumaczenie na język włoski

Seweryna Akpabio-klementowska

Tłumaczenie na język polski

Raport

Adriane Viola Bacarin

Livia C. Poli

Davidson Lemela

Evanise M Zwirtes

Lusiane Bahia

Cláudio Sinoti

Projekt graficzny

Evanise M Zwirtes

Spotkania studyjne (w języku portugalskim)

Soboty: 05.00pm - 07.30pm

Niedziele: 08.00pm - 09.00pm

Poniedziałki: 08.00pm - 09.00pm

Środy: 08.00pm - 09.00pm

Spotkanie studyjne

Środy: 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



obecnych cierpień, filtrując i usuwając dysharmonijne energie, tak abyśmy mogli nadażyć za ewolucją planety.

Problem polega na tym, że chociaż potrzebujemy tych „impulsów”, które daje nam życie, nasze kruche ego często boi się stawić czoła próbom i pokutom, które nas spotykają, i szukamy pseudopomocy w ucieczkach psychologicznych. Są one jak „kulki”, które powinny pomóc złagodzić napięcie, ale niestety jeszcze bardziej pogarszają naszą sytuację, takie jak uzależnienie od tytoniu, alkoholizm, a obecnie uzależnienie od mediów społecznościowych – uzależnienia,

Pustka egzystencjalna

„Nie jesteśmy istotami ludzkimi w duchowej podróży, lecz istotami duchowymi w podróży ludzkiej” — mówi Nikos Kazantzakis.

Żyjemy w niespokojnych czasach. Pustka egzystencjalna to nieprzyjemne uczucie braku sensu i celu w życiu, świadczące o oderwaniu od naszej istoty. Musimy odnaleźć nasz życiowy cel, a gdy nie potrafimy go zidentyfikować lub gdy świadomie go ignorujemy, cierpimy z powodu pustki egzystencjalnej. Dopóki nie nauczymy się kochać, nie wyrwiemy się z tego błędnego koła. Uzależnienie od narkotyków, uzależnienie od seksu, konsumpcjonizm i indywidualizm są fundamentami samotności, stresu, depresji i tendencji samobójczych, które stają się prawdziwymi zbiorowymi obsesjami.

W książce „Konflikty egzystencjalne” Joanna de Ângelis wskazuje, że „u podstaw każdego bolesnego procesu leży psychologiczne dziedzictwo z innego istnienia, które pojawia się ponownie jako potrzeba naprawy, aby umożliwić Duszy w zdobyciu nowych umiejętności, nieograniczonych porażkami z przeszłości”.

Bycie szczęśliwym nie jest kwestią okoliczności ani nie zależy od działań i gestów innych — jak podkreśla Duch Hammed w książce „Renovando Atitudes” (Odnawiając postawy), stwierdzając, że „drogi prowadzące do szczęścia są częścią stopniowej metody wewnętrznego wzrostu, zależą od nieustannej pracy nad sobą i są wynikiem postaw wobec zadań, które przyszliśmy wypełnić na Ziemi.”

Léon Denis w swojej książce „Problem bytu i przeznaczenia” przypomina nam, że „dzięki sile woli możemy poskromić i pokonać ból, a przynajmniej go wykorzystać. Dlatego warto zastanowić się nad szaleńczym biegiem donikąd i spojrzeć na życie jako na okazję do uśmiechu i tworzenia, odkrywając swoją przydatność zarówno dla siebie, jak i dla wspólnoty.

Evaniše M Zwirtes

Psychoterapeuta transpersonalny



Samobójstwo: rana duszy

Blizny są sumą naszych doświadczeń.

Jeśli są dobre, otacza je światło i sprzyjają one impulsom odkupienia. Jeśli są szkodliwe, powodują ból i mają negatywny wpływ na duszę.

„Jakie ślady chcę mieć na sobie?”

Jezus uczy nas, a spirytyzm potwierdza, że „każdy otrzyma według swoich uczynków”.

Jako istoty duchowe, posiadające ciała fizyczne i ciała duchowe, przechodzimy przez wiele doświadczeń i naznaczamy się konsekwencjami naszych wyborów.

Samobójstwo, w doświadczeniu bytu, jest silnym śladem na duszy; jest raną duszy.

Rana, która ma swoje źródło w strachu, wynikającym z wątpliwości, buntu, nieporozumień, uporu, dumy, coraz większego oddalenia od

Boga, pochopnych wyborów, rozpacz, apatii, buntu, nieśmiałości, lenistwa i beczynności. Rana, która ma złożone przyczyny, ale która pozostawia ślad na ciele duszy, odbijając się echem w Duchu, rana, która głęboko boli.

Rana, która goi się bardzo długo, ponieważ samobójstwo jest aktem zaprzeczającym naszej najgłębszej istocie — jest reakcją Ducha na doskonały dar, jaki Bóg nam ofiarował dla szczęścia i samorealizacji, którym jest życie.

Nic, absolutnie nic, nie powinno skłaniać nas do rozważania czynu sprzecznego z fizyczną egzystencją, akcie złudnym i wprowadzającym w błąd.

Nic nie trwa wiecznie!! Jeśli coś jeszcze nie minęło, to dlatego, że lekcja nie została jeszcze przyswojona ani głęboko przemyślana. Jeśli coś jeszcze nie minęło, to dlatego, że wciąż brakuje nam pokory, miłości, współczucia, sprawiedliwości, oddania, dyscypliny, zapału i wiary; nadal brakuje nam szczerzej i prawdziwej dobroci.



Obowiązkiem chrześcijanina-spirytysty jest kochać — i to kochać bezwarunkowo, we wszystkich sytuacjach. To wywyższa życie w jego najwyższych przejawach.

„Jakie ślady chcę nosić na sobie?”

Ślady miłości! Ślady odwagi! Ślady wyrzeczenia! Ślady poświęcenia!

Więc naprzód, bracia i siostry! Nie rozpamiętujemy ran iluzji i rozczarowań..

W obliczu bólu — wytrwałość. W obliczu smutku — odnowa. W obliczu zniechęcenia — nowy początek. W obliczu wyzwania — wytężona praca! W obliczu zła — Jezus! Zawsze!

Lusiane Bahia

Prawnik



Poza rozpaczą: Boże!

Pochodząc z obfitego źródła Życia od niezliczonych wieków, trudno jest wyobrazić sobie pierwsze kroki naszej ewolucyjnej podróży jako istot żywych. Nawet przedtem, formy uniwersalne już się poruszały, kierowane przez inteligencję przekraczającą nasze zrozumienie, aby stworzyć sprzyjające warunki, które umożliwiłyby ten „cud”.

Biorąc pod uwagę samą Ziemię, nauka wskazuje, że powstała ona około 4,5 miliarda lat temu, z kosmicznego materiału pozostałego po formowaniu się Układu Słonecznego. Co ciekawe, według Lavoisiera „nic we Wszechświecie nie ginie, wszystko się przekształca.” W nieustannej przemianie Ziemi, aż do momentu, gdy powstały warunki do pojawienia się życia, nasza ograniczona percepcja mogła dostrzegać jedynie chaos nieokiełzanych sił. W rzeczywistości jednak życie, w swoim biologicznym pierwiastku, już pulsowało w stanie potencjalnym — jako kosmiczne ziarno czekające na swój moment. To, co nazywamy Naturą, niezdolną do pełnego uchwycenia kosmicznych sił zaangażowanych w budowę planety, prowadziło ten proces w sposób uporządkowany. Około 4 miliardów lat temu na naszej planecie pojawiły się pierwsze formy życia biologicznego.

I „dopiero” około 300 000 lat temu pojawił się Homo sapiens, pierwsza znana na Ziemi forma życia samoświadomego. Okres miliardów lat uczy nas, między innymi, kosmicznej „cierpliwości”, aby każdy potencjał mógł się ujawnić we właściwym dla siebie czasie.

Przenieśmy się do dzisiejszych czasów i odkryjemy, że na naszej planecie żyje nieco ponad 8 miliardów ludzi. Rozwinęliśmy się wykładniczo w zakresie wiedzy, teorii oraz badań mikro- i makrokosmosu. Jednak biorąc pod uwagę alarmujące statystyki

dotyczące przemocy, wojen, głodu, nierówności oraz epidemii konfliktów psychicznych, wciąż jesteśmy daleko od harmonijnego stanu, zgodnego z wielkością, która doprowadziła nas do tego punktu.

Przenieśmy się do dzisiejszych czasów i odkryjemy, że na naszej planecie żyje nieco ponad 8 miliardów ludzi. Osiągnęliśmy ogromny postęp w zakresie wiedzy, teorii oraz badań mikro- i makrokosmosu. Jednak biorąc pod uwagę alarmujące statystyki dotyczące przemocy, wojen, głodu, nierówności oraz epidemii konfliktów psychicznych, wciąż jesteśmy daleko od harmonijnego stanu, zgodnego z wielkością, która doprowadziła nas do tego punktu.

Prowadzi nas to do nieuniknionego wniosku: mamy przed sobą głębokie wyzwania do rozwiązania i przemiany. Czy jednak ta rzeczywistość jest powodem do rozpacz?

Biorąc pod uwagę całą naszą ewolucyjną historię, trajektorię, która doprowadziła nas do tego punktu jako ludzkość, zgromadziliśmy wystarczające dowody, aby uwierzyć, że życie nie jest jedynie kosmicznym przypadkiem. Sama historia pokazuje, że nawet najbardziej bolesne, smutne i pełne cierpienia sytuacje mogą zostać przekształcone w ścieżki rozwoju świadomości i odporności. Ważne jest podkreślenie, że nie chodzi tu o romantyzowanie ludzkiego cierpienia ani o brak wrażliwości wobec głębokiego bólu, którego doświadczyli poszczególni ludzie i narody na przestrzeni dziejów. Czy mogło być inaczej? Bardzo prawdopodobne, że mogło. Ale zamieszkujemy planetę, na której świadomość wciąż pozostaje uśpiona w kwestiach zasadniczych dla istnienia, i z tego powodu zbieramy gorzkie konsekwencje działań ludzkich kierowanych ignorancją, strachem i egoizmem.

Jednak w ramach tej uniwersalnej podróży dostrzegamy dowody działania Głębokiej Inteligencji i ponadludzkich praw, których pełny zakres pozostaje poza naszym zasięgiem, a które napędzają proces ewolucji. Siły te pozwalają Duszy ewoluować stopniowo, choć krętymi ścieżkami, w kierunku spełnienia, które tkwi w nim jak ziarno.

Rozpacz, oprócz tego, że nie rozwiązuje żadnych problemów, odbiera nam jasność umysłu niezbędną do dostrzegania możliwych rozwiązań, zaciemniając naszą wizję, która i tak jest już ograniczona przez niestabilny stan emocjonalny. Niektóre okoliczności są niezwykle trudne, to prawda, ale im bardziej jednostka podejmuje podróż ku samopoznaniu i łączy się z wyższymi siłami życia, tym bardziej rozwija zdolność dostrzegania konstruktywnych postaw, które mogą poprawić jej egzystencjalną sytuację.

Helen Keller, która straciła słuch i wzrok w wieku 19 miesięcy, została kiedyś zapytana, czy jest pesymistką, czy optymistką. Jej odpowiedź była mądra: dostrzegała wiele dobrego na świecie, odrzucając całkowity pesymizm; jednocześnie nie mogła zamknąć oczu na zło, które istniało, co uniemożliwiało naiwny optymizm. Dlatego wołała być „lepszą”, poświęcając się poprawianiu wszystkiego, co napotykała na swojej drodze, poprawianiu wszystkiego, niezależnie od tego, czy było to problem, czy wyzwanie. To właśnie w tym duchu „lepszej optymistki” fundamentalne znaczenie ma spotkanie z boską iskrą w nas — „Bogiem” w nas. Jest to przeciwieństwo rozpacz, zapewniające wsparcie dla sił, które popychają nas w kierunku transcendencji.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Jungowski