

Artykuł na temat badań psychologicznych

Nauka, Filozofia i Religia

Na drodze do szczęścia

W człowieku istnieje niepojęta tęsknota za osiągnięciem szczęścia, którego poszukiwanie jest nieodłączną cechą Duszy. Stanowi ona motywację do walki, do stawiania czoła wyzwaniom i ich przewyższania, w niestrudzonej pracy, która go uszlachetnia i wznosi na wyższe

dążyły do znienawidzenia Świata i jego wartości, po to aby osiągnąć Królestwo Niebieskie i jego dary...

Ci, którzy tak myślą i postępują, zapominają, że królestwo to leży w sercu każdego stworzenia, które usiłuje je osiągnąć.

Inni z kolei utrzymują, że nic nie posiadając, są wolni od strat i szkód, rezygnując tym samym z korzystania z darów życia, które są im ofiarowane dla duchowego wzrostu oraz dla dobra planety, którą zamieszkują.

Nie wdając się w rozważania filozoficzne na temat szczęścia, zauważamy, że współcześnie dominuje kultura ciała – sprzyjająca narcyzmowi i ekshibic-

jest już za późno, by je osiągnąć.

W konsekwencji nieliczni uciekają w spektakularny ekshibicjonizm i halucynacje, inni – z mniejszymi możliwościami ekonomicznymi – popadają w przemoc mieszkającą i moralną nędzę, zapomniani przez niemal wszystkie instytucje społeczne...

Szczęście z pewnością nie jest z tego świata, jak mądrze stwierdził Jezus, zważwszy na przemijalność świata i względność jego wartości. Niemniej zaczyna się ono na Ziemi, jeśli uwzględnimy, że w głębi każdej istoty kładzione są fundamenty budowli, w której można żyć szczęśliwie.

Bez poznania życia duchowego i mechanizmów, które nim rządzą, szczęście pozostaje jedynie niekontrolowaną aspiracją emocjonalną, którą rzeczywistość spala, pozostawiając popiół i rozczarowanie.

Człowiek jest podróżnikiem wieczności, chwilowo korzystającym z fizycznego ciała, zmierzającym ku zasadniczemu celowi, gdzie czeka go szczęście.

W tej podróży może doświadczać radości z dobrze spełnionego obowiązku, szczęścia płynącego z braterskiego współżycia, darów miłości, dobrostanu i zdrowia, posiadania lub braku dóbr materialnych, które przynoszą dobrobyt albo których brak nie stanowi problemu...

To te zdrowe zdobycze tworzą obraz względnego szczęścia, do którego się dąży, wzrastając wewnętrznie, eliminując wady, namiętności, lęki i chore uczucia. Pokonując je stopniowo, zbliżamy się do celu – szczęścia bez skazy, które w pełni nastąpi dopiero po śmierci ciała, gdy nie będziemy już podlegać wahaniom materii.

Książka: No Rumo da Felicidade (Ku szczęściu)

Joanna de Ângelis (Duch)

poziomy życia. Jednak interpretacja szczęścia była szeroko dyskutowana – od filozofów starożytnych po współczesnych – jak również w propozycjach religijnych, socjologicznych i ekonomicznych.

Niestety, nadal panuje przekonanie, że szczęście jest wynikiem posiadania, które sprzyja nieograniczonej przyjemności i rozkoszy, które zmieniają się w zależność od potrzeb i ulegają zmianie, gdy się nimi nasycimy lub gdy pozostawia pustkę egzystencjalną... Jest to trwałe dziedzictwo hedonizmu, które oddziałuje na umysły i karmi nasze serca.

Z drugiej strony nie brakuje osób, które propagują cierpienie jako formę szczęścia, masochistyczną udrękę, nieuniknione dziedzictwo średnio-wiecznych zachowań, które w ten sposób

jonizmowi, czyniąca z seksualności wyłączne narzędzie doznań oraz promocji ekonomicznej i społecznej – jako główny sposób jego osiągania.

Miłośnicy formy fizycznej zapominają o surowości życia wobec tej przemijającej struktury: o zjawiskach degeneracyjnych, nieuchronności wieku, który próbuje się ukryć, oraz o nieuniknionym spotkaniu ze śmiercią.

Żyjąc jedynie dniem dzisiejszym i wierząc, że przyszłość przyniesie nowe mechanizmy niekończącej się przyjemności, rozbudowana machina propagandy podsyca iluzję, która stopniowo pozostawia ludzi zgorzkniałych, pustych i pokonanych, w poszukiwaniu rozwiązań, które nie istnieją, gdyż



Spotkanie z Rzeczywistością

Złudzone ego stara się przetrwać, wykorzystując liczne mechanizmy ucieczki od rzeczywistości, i wyraża się poprzez różnorodne maski, aby nie zostać rozpoznanym.

W relacjach międzyludzkich ukazuje się pod przebraniem: raz wymagające wobec innych, innym razem nadmiernie surowe wobec siebie, projektując swoje konflikty lub introjektując niespełnione aspiracje. Podświadomie posiada jednak zdolność stawiania czoła

agresji, będące formą emocjonalnego przeniesienia.

Istnieje szeroka gama ludzkich postaw, które dalekie są od autentyczności i wynikają z zachowań sprzecznych z własną rzeczywistością.

Z nielicznymi wyjątkami idealistów niebędących fanatykami ani ekstremistami, większość tych, którzy głośno protestują przeciw cemukolwiek, maskuje podświadome pragnienia, które tłumi z braku moralnej odwagi, by wyrazić je w sposób szlachetny.

Purysta, który kontroluje cudze złe zachowanie, projektuje na innych własny stan wewnętrzny, z którym nie chce zmierzyć się w sobie.

Zjadliwy i uporczywy krytyk, dostrzegający błędy i nędzę innych, często nosi w sobie głęboką niepewność i brak akceptacji siebie, rekompensując to agresją.

Osoba nadmiernie utożsamiająca się z cierpieniami i przyjmująca przesadną, z nieszczerem w pokorę, nieświadomie ujawnia stan paranoidalny oraz silne pragnienie zwrócenia na siebie uwagi.

Ten, kto racjonalizuje wszystkie zdarzenia, znajdując usprawiedliwienia dla własnych niepowodzeń i błędów, lęka się siebie i nie posiada emocjonalnej struktury, by uwolnić się od konfliktów.

Bez agresji, bez sentymentalizmu i bez potrzeby nieuzasadnionych zwierzeń — odsoł się przed swoimi braćmi i przyjaciółmi, aby oni również mogli być sobą.

Nie staraj się być cenzorem życia innych, burząc ich mechanizmy obronne poprzez narzucanie swoich „prawd”. Jeśli odbierasz im oparcie, czy masz im coś w zamian do zaoferowania w zakresie postawy i bezpieczeństwa?

Czuwaj nad sobą i rozluźnij się, pozwalając się poznać zarówno poprzez swoje wielkie wartości, jak i niedoskonałości, ułatwiając tym samym innym akt szczerości i zaufania....

Książka: Chwile Zdrowia i Świadomości

Joanna de Ângelis (Duch)

Decyzja Teraz

Jezus mówi do swojego ucznia:

Ja jestem Drogą. Idź za Mną, a znajdziesz pokój.

Ja jestem Prawdą. Nasycaj się Moimi naukami, a zostaniesz zbawiony.

Ja jestem Życiem. Nawadniaj się Moją energią, a nigdy się nie poddasz.

Ja jestem Chlebem Życia. Karm się Moją siłą, a będziesz żył.

Ja jestem Drzwiami. Otwórz je własnym wysiłkiem, a osiągniesz zwycięstwo nad sobą.

Ja jestem Pasterzem. Pozwól się prowadzić, a dojdiesz do owczarni pokoju.

Ja jestem Światłem Świata. Pozwól się obmyć światłem miłości, a nigdy nie potkniesz się w ciemności.

Ja jestem Synem Człowieczym. Dołącz do Mojego programu, a zostaniesz doprowadzony do Ojca.

Ja jestem Mistrzem. Ucz się ode Mnie, a będziesz mądry.

Ja jestem cichy i pokorny sercem. Dostosuj się do przemieniającego odnowienia dla dobra, a nigdy więcej nie będziesz cierpiał.

Spełnienia osiągniesz tylko wtedy, gdy zdecydujesz się wypełnić swoją część.

Ja jestem. Ty nadal jesteś kandydatem.

Ja mogę. Ty tylko próbujesz.

Ja mam. Ty zaczynasz zdobywanie.

Ja zwyciężam. Ty stajesz przed niedokończonymi bitwami.

Ja żyłem od zawsze. Ty rozpocząłeś marsz później.

Wzywam cię jednak: jeśli nie zdecydujesz się iść za Mną, współczuję ci, bo prawdę mówiąc, jeszcze Mnie nie kochasz ani Mnie nie chcesz.

Później się z tobą skontaktuję. Na razie nie narzekaj i medytuj nad szansą, którą ci daję.

Książka: „Na Drodze do Szczęścia”

Joanna de Ângelis (Duch)



rzeczywistości – przewycięzania jej, gdy jest negatywna, lub doskonalenia, gdy sprzyja.

Zatrzymując się w iluzji konfliktów, przybiera postawę pojednawczą – będącą reakcją podświadomą – i wyraża się jako osoba szczęśliwa i spełniona.

W wyniku erozji wartości etycznych w społeczeństwie lęk przed odsłonięciem się przed innymi rodzi reakcje i podstęp, poprzez które człowiek szuka psychologicznych kompensacji, które jednak nie przynoszą pełni. Ponieważ ich fundamenty są kruche, konstrukcje pozornego dobrostanu szybko się rozpadają, a na ich miejscu pojawiają się tłumione lęki i

Wiadomości

Dziennikarka

Viviane Leite Borges

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

Refleksje

Joanna de Ângelis (Spirit)

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

Terapia Przebaczeniem

921. *Czy można przyjąć, że człowiek będzie szczęśliwy na Ziemi dopiero wtedy, gdy ludzkość ulegnie przemianie? A dopóki to nie nastąpi, czy może osiągnąć względne szczęście?*

„Człowiek jest niemal zawsze twórcą własnego nieszczęścia. Przestrzegając prawa Bożego, uniknąłby wielu cierpień i zapewniłby sobie szczęście na tyle wielkie, na ile pozwala jego niedoskonała, ziemiska egzystencja.”

Prymitywne namiętności, dominujące w naturze ludzkiej, wynikają z przeszłych doświadczeń, które nie zostały jeszcze przewyżczone.

Są odpowiedzialne za skłonności do zła, ponieważ mają charakter pierwotny i nie dopuszczają sprzeciwu wobec swoich impulsów oraz niskich uczuć.

Pobudzane chorobliwym egoizmem, namiętności te przelewają się w agresję i cynizm, które najpierw ranią samego człowieka, który je pielęgnuje, a następnie dotykają środowiska społecznego, w którym żyje.

Zakotwiczone w podstawowych instynktach — reprodukcji poprzez popęd seksualny, odżywianiu przez pokarm oraz odpoczynku dla odzyskania sił — jedynie wielkim wysiłkiem ustępują miejsca uczuciom i rozumowi, które powinny nimi kierować, prowadząc je ku zachowaniu życia, lecz nie w sposób agresywny ani pełen udręki.

Moralny rozwój człowieka jest nieunikniony. Krok po kroku rozwijają się w nim załączki miłości, które stopniowo przejmują kontrolę nad instynktami, aby rozum i uczucia mogły odegrać swoją rolę w rozwoju uśpionych skarbów moralnych.

Nienawiść, uraza, gorycz, zazdrość i zawiść są tragicznym dziedzictwem okresu, w którym dominowało poczucie posiadania, a rozpaczliwa uległość przekształcała się w pragnienie zemsty, prowadząc do brutalnych walk, które nieraz kończyły się śmiercią.

Choroby o trudnej do ustalenia przyczynie pojawiają się w wyniku tego emocjonalnego prymitywizmu, rozprzestrzeniając się w organizmie

i wywołując zaburzenia w zachowaniu oraz umyśle, odbierając nadzieję i radość życia.

Pomimo wielkiego rozwoju nauki i technologii w naszych czasach, choroby o podłożu emocjonalnym i behawioralnym wymagają bardzo poważnej uwagi, aby człowiek mógł cieszyć się zdrowiem i dobrostanem.

Nieszczęście przeżywane na Ziemi zawsze wynika z postawy, na jaką człowiek sobie pozwala, tworząc przyczyny bólu i cierpienia, podczas gdy mógłby korzystać z niezliczonych darów, jakimi Bóg obdarza życie, nadając mu piękno i harmonię.

Jednak człowiek, zdominowany przez bolesne namiętności, pielęgnuje nieuzasadnioną nienawiść, gorzkie urazy i pragnienie zemsty. Ci wrogowie, ukryci w głębi istoty, działają przeciwko komórkom organizmu, zatruwając je toksycznymi wibracjami i ciągłymi falami mentalnej nierównowagi.

W rezultacie osłabia się układ odpornościowy, pojawiają się zaburzenia ciśnienia krwi, arytmie, problemy żołądkowo-jelitowe, negatywne wahania nastroju, zaburzenia nerwowe — niemal wszystko jako skutek chorobliwych somatyzacji oraz negatywnych wpływów duchowych.

Utrzymując te nieszczęśliwe postawy, człowiek pogłębia swoje zaburzenia fizyczne i emocjonalne, popadając w obsesje i duchowe uzależnienia.

Istnieje jednak jedna alternatywa, aby zdobyć pokój i podążać ku szczęściu, które prawo Boże daje tym, którzy żyją zgodnie z jego zasadami. Tym cennym narzędziem jest przebaczenie — szczere pragnienie odnowy i szczęścia dla swojego przeciwnika, pozwolenie mu iść dalej, a sobie samemu — zapomnienie o przyczynie urazy.

Gdy ktoś przebacza, usuwa z organizmu ogromny ładunek chorobliwych wibracji i zaczyna wytwarzać nową energię, która wpływa z umysłu i staje się impulsem dla całego ciała.

Nienawiść jest okrutną chorobą, która niszczy tego, kto ją wytwarza, a często także tego, przeciw komu

jest skierowana.

Zrozumienie, że każdy ma prawo popełniać błędy i myśleć źle o innych — choć nie powinien — już samo w sobie zmniejsza ciężar wrogości wobec rzeczywistego lub wyobrażonego przeciwnika.

Szczere przeprosiny i usunięcie sprzecznych uczuć z umysłu i serca sprawiają, że przebaczenie staje się naturalne, a dobrostan wypełnia przestrzeń wcześniej zajętą przez nienawiść, ból i pragnienie zemsty.

Przebaczenie działa jak balsam na ranę zadaną przez drugiego człowieka i jednocześnie jako odpowiedź na nienawiść, łagodząc doznany ból.

Kto przebacza, zwycięża samego siebie i wzrasta duchowo, dając jednocześnie szansę skruchy i odnowy temu, kto zawinął.

Dopóki w sercu przechowuje się nawet ukrytą nienawiść, organizm będzie cierpiał pod wpływem tych toksycznych wibracji.

Przebaczenie jednak uwalnia ofiarę, błogosławiąc także sprawcę, umożliwiając mu również osiągnięcie względnego szczęścia dostępnego każdemu, kto pragnie żyć zgodnie z prawem Bożym i rozwijać się duchowo.

Terapia przebaczenia jest więc w obecnym czasie jednym z najwspanialszych środków dla zdrowia i szczęścia człowieka — obok miłości, której jest ich przedłużeniem.



Możliwe Szczęście

„...Pojęcie szczęścia różni się w zależności od osoby, podobnie jak w różnych szkołach filozoficznych, które podejmowały tę samą kwestię.

Analizując różne nurty, które badały zagadnienie szczęścia — takie jak hedonizm, cynizm, stoicyzm, idealizm, spirytualizm, utilitaryzm, egzystencjalizm czy pesymizm — można zauważyć wielką różnorodność definicji tej zasadniczej kwestii: czym jest szczęście.

W zależności od poziomu rozwoju grup ludzkich często dominują utilitaryzm i egzystencjalizm, sprowadzające życie fizyczne do zjawiska biologicznego oraz towarzyszących mu doznań i przyjemności, które miałyby być podstawą dobrego samopoczucia bez problemów.

Krótką analizę pokazuje jednak pustkę takiego dążenia, ponieważ ciało fizyczne zawsze podlega niepewności, zmianom i nieuniknionym przemianom. Te zmiany utrudniają utrzymanie stałego bytu pełnych i nieprzerwanych przyjemności.

Uczucia są emocjonalnymi nośnikami wyrażającymi prawdziwą naturę człowieka, nawet jeśli nie zawsze jest on tego świadomy. Rodzą się w głębi ducha i przejawiają się zgodnie z poziomem jego rozwoju, co widoczne jest w sposobie współżycia z innymi i z samym sobą.

Gdy są odepione przez natychmiastowe interesy i obciążone toksynami prymitywnych pragnień, stają się źródłem niepokoju i agresji, często ujawniając pierwotność, która je cechuje.

U osób o wyższym poziomie świadomości dążenia przyjmują formę etyczno-moralną, a uczucia takie jak solidarność, życzliwość, humanitaryzm i współczucie sprzyjają postępowi i wyzwoleniu cierpiących.

Pojęcie szczęścia bardzo różni się od tego, które opiera

się wyłącznie na egoizmie.

Spirytualizm, zapraszając do refleksji nad człowiekiem jako nieśmiertelną duszą, przedstawia szerszą wizję szczęścia. Nie ogranicza go do czasu między narodzinami a śmiercią, lecz uwzględnia istnienie przed i po życiu ziemskim, poszerzając horyzonty szczęścia.

W tej perspektywie wiele zjawisk postrzeganych jako nieszczęście — cierpienie, śmierć, tęsknota — okazuje się przejściowym stanem wobec wielkości samego życia.

Szczęście jest możliwe do osiągnięcia i powinno być stale podejmowane. Nie jest wynikiem tego, co się posiada, lecz stanem wewnętrznym, owocem wyższych aspiracji i harmonii z życiem.

Gdyby szczęście było jedynie ciągiem przyjemności, zależałoby wyłącznie od doznań ciała. A te są krótkotrwałe i prowadzą do zmęczenia oraz znudzenia.

Szczęście to dobrostan wynikający z pokoju sumienia, który rodzi się z budujących myśli i prawego działania.

Człowiek o wzniosłych myślach gromadzi zdrową energię, zachowuje równowagę emocjonalną i buduje konstruktywne relacje społeczne.

Niewiązanie się z nadmiernym posiadaniem chroni przed zmartwieniami, chciwością i lękiem.

W takim stanie rozwija się przyjaźń, radość i naturalna potrzeba służby, ponieważ człowiek jest istotą duchową żyjącą we wspólnocie.

Szczęście nie boi się utraty, bo nie jest czymś materialnym. Rozwija się w sferze wyższych emocji i satysfakcji z bycia w zgodzie ze sobą.

Ziemia nie jest krainą fantazji ani oazą bez troski, lecz szkołą nauki i rozwoju, gdzie radości i trudności uczą mądrości.

Dlatego można być szczęśliwym nawet w cierpieniu, jeśli rozumie się jego wyższy sens — doskonalenie moralne.

To nie miejsca, pieniądze czy sytuacje dają szczęście. Jeśli człowiek nie ma wewnętrznej harmonii z sobą, z innymi i z Bogiem, będzie nosił w sobie ciężar konfliktów.

Ci, którzy szukają szczęścia wyłącznie w przyjemnościach, szybko odczuwają pustkę, która prowadzi do uzależnień i ucieczki.

Szczęście składa się z małych wydarzeń, subtelnych emocji i wewnętrznego pokoju.

Bądź świadomy błogosławieństw, które otrzymałeś. Jeśli masz zdrowe ciało — używaj go do miłości i służby. A jeśli doświadczasz ograniczeń czy cierpienia — dziękuj Bogu za możliwość naprawy błędów i osiągnięcia równowagi, która prowadzi do szczęścia.”

Książka:

„Wyzwolenie z Cierpienia”

Joanna de Ângelis ((Duch))

