

Jornal de Estudos Psicológicos

Ciência, Filosofia e Religião

No Rumo da Felicidade

"Há uma ânsia incontida no ser humano pela aquisição da felicidade, cuja busca é inerente ao Espírito, lhe constituindo motivação para lutar, para enfrentar desafios e superá-los, em infatigável labor que o dignifica e o alça a patamares superiores da vida. No entanto, a interpretação de felicidade tem sido muito discutida,

Esquecem-se, esses que assim pensam e se comportam que esse reino se encontra no imo de cada criatura, que se esforço pelo conseguir.

Outros mais, ainda, sustentam a tese de que nada possuindo estão livres de perdas e prejuízos, deixando de fruir as dádivas da vida, que são oferecidas para o seu crescimento espiritual e do planeta

em que habitam.

Sem nos alongarmos em considerações filosóficas em torno da felicidade,

consideramos que se vive na atualidade o período em que a cultura do corpo – que

proporciona o narcisismo, o exibicionismo, levando à usança do sexo como exclusivo objeto de sensação e de promoção econômico e

exibicionismo e pela alucinação, enquanto outros, que dispõem de menos possibilidades econômicas, desvairam na violência urbana, deperecendo na miséria moral e social, esquecidos pela quase totalidade das organizações sociais...

A felicidade certamente não é deste mundo, conforme asseverou Jesus com sabedoria, em se considerando ser o mesmo muito transitório e os seus valores relativos, sujeitos a alterações constantes e mutiladoras. Não obstante, ela tem início na Terra, se for levado em conta, que é no íntimo de cada ser que se colocam as bases do edifício no qual se pode viver feliz.

Sem o conhecimento da vida espiritual e dos mecanismos que a compõem, a felicidade não passa de uma aspiração emocional descontrolada que a realidade consome, deixando cinza e desencanto.

O ser humano é um viajante da eternidade, momentaneamente, utilizando-se de equipamentos físicos no corpo em que deambula, rumando para a meta essencial, onde a felicidade o aguarda.

Na viagem encetada, todavia, poderá experimentar a alegria do dever bem cumprido, os júbilos pela convivência fraterna, as dádivas do amor, o bem-estar e a saúde, a aquisição ou não de recursos amodados que lhe facultam prosperidade ou de que não sente falta...

São essas salutares conquistas que compõem o quadro da felicidade relativa a que se aspira, crescendo-se interiormente, em conquistas que eliminem os vícios, as paixões dissolventes, as ansiedades afligentes, os sentimentos mórbidos, vencendo-os, a pouco a pouco, aproxima-se da meta a conquistar, que é a felicidade sem jaça, o que somente ocorrerá após a desencarnação, quando já não se encontre sujeito às oscilações dos contingentes materiais."

Livro: No Rumo da Felicidade

Joanna de Ângelis (Espírito)



desde os filósofos antigos aos contemporâneos, assim também através das propostas religiosas, sociológicas e econômicas.

Infelizmente, permanece a ideia de que a felicidade é uma conquista da posse, que favorece o prazer e o gozo enexauríveis, que se alteram conforme as necessidades e mudam de apresentação quando saturam ou deixam vazio existencial... É a permanente herança do hedonismo trabalhando as mentes e alimentando os corações.

Por outro lado, não faltam aqueles que advogam o sofrimento como forma de felicidade, em tormento masoquista, herança inevitável dos comportamentos medievais que pretendiam, dessa forma, odiar a Terra e seus valores, para conseguir o Reino dos céus e suas dádivas...

social – é a predominante maneira de consegui-la.

Olvidam-se, os aficionados da forma física, da severidade que a vida impõe a essa organização transitória, tais quais os fenômenos degenerativos que o sitiam, os impositivos da idade cronológica, que se deseja esconder, e o inevitável encontro com a morte.

Vivendo apenas o hoje e pensando que o futuro estará referto de novos mecanismos de gozo, que não cessa, toda uma maquinaria de propaganda bem direcionada estimula os indivíduos à ilusão, que lentamente os deixa amargurados, vazios e vencidos, procurando soluções inexistentes, porque tarde demais para consegui-las.

Como consequência, alguns poucos se atiram às fugas espetaculares pelo

Encontro com a Realidade

"O ego iludido busca sobreviver, utilizando-se de inúmeros mecanismos de fuga da realidade, e expressa-se usando variadas máscaras, a fim de não se deixar identificar.

No inter-relacionamento pessoal apresenta-se disfarçado, ora exigente em relação aos outros, ora excessivamente severo para consigo mesmo, projetando os seus conflitos ou introjetando as suas aspirações não realizadas.



Subconscientemente possui conceitos de enfrentar a realidade, superando-a quando negativa, ou aprimorando-a, se favorável.

Fixando-se na ilusão dos conflitos, cuida de apresentar-se de forma conciliadora – a atitude subconsciente –, expressando-se como pessoa feliz, realizada.

Em razão do desgaste dos valores éticos na sociedade, o medo de desvelar-se a outrem gera reações e subterfúgios, nos quais procura compensações psicológicas, que não são plenificadoras. Porque os seus alicerces são frágeis, logo ruem as construções de bem-estar que aparenta possuir, tombando-se em

angústias reprimidas e agressões, por transferência emocional, para a compensação íntima.

Há uma gama expressiva de atitudes humanas que está longe de ser legítima e resulta de posturas opostas à sua realidade.

Ressalvadas algumas exceções que ocorrem nos idealistas não apaixonados nem extremistas, a maioria dos que vociferam contra, seja o que for, mascara desejos subconscientes, que reprime por falta de valor moral para expressá-los com nobreza.

O indivíduo puritano, que fiscaliza a má conduta alheia, projeta o estado interior que procura combater noutrem, porque não se dispõe a fazê-lo em si.

O crítico mordaz, persistente, de olhar clínico para os erros e misérias dos outros, é portador de insegurança pessoal, mantendo um grande desprezo por si próprio e compensando-se na agressão.

Quem se identifica normalmente com as dores e aflições, a humildade exagerada, portanto, inautêntica, exterioriza, inconscientemente, um estado paranóico, ao lado de insopitável desejo de chamar a atenção para si.

Aquele que sempre racionaliza todas as ocorrências, encontrando justificativas para os próprios insucessos e erros, teme-se, sem estrutura emocional para libertar-se dos conflitos.

Sem agressividade nem pieguismo, ou ânsia de confissões injustificáveis, desvela-te aos teus irmãos, aos teus amigos, a fim de que eles se descontraíam e se te apresentem como são.

Não pretendas ser o censor das vidas, perturbando os jogos das pessoas com a apresentação das tuas verdades. Se lhes tiras o suporte de sustentação, tens o que oferecer-lhes em termos de comportamento e segurança?

Vigia-te, pois, e descontrai-te, deixando-te identificar pelos valores grandiosos e pelas deficiências, assim facilitando aos que convivem contigo o mesmo ato de desvelamento e confiança..."

Livro: Momentos de Saúde e de Consciência

Joanna de Ângelis (Espírito)

Decisão Agora

"Jesus afirma ao discípulo:

Eu sou o Caminho. Vem após mim e lograrás a paz.

Eu sou a Verdade. Penetra-te com as minhas lições e te salvarás.

Eu sou a Vida. Irriga-te com as minhas energias e nunca sucumbirás.

Eu sou o Pão da Vida. Nutre-te com as minhas forças e viverás.

Eu sou a Porta. Atrasa-a com o teu esforço pessoal e lograrás o triunfo sobre ti mesmo.

Eu sou o Pastor. Deixa-te conduzir-te e chegarás ao aprisco de paz.

Eu sou a Luz do Mundo. Faculta-te banhar pela claridade do amor e jamais tropeçarás em treva.

Eu sou o Filho do Homem. Une-te ao meu programa e te conduzireis ao Pai.

Eu sou o Mestre. Aprende comigo e serás sábio.

Eu sou manso e humilde de coração. Adapta-te à renovação transformadora para o bem e nunca mais sofrerás.

Somente conseguirás a plenitude se te resolves por fazer a tua parte.

Eu sou. Tu ainda te candidatas.

Eu posso. Tu apenas intentas.

Eu tenho. Tu inicias a conquista.

Eu venço. Tu enfrentas batalhas não terminadas.

Eu vivo desde antes. Tu iniciaste a marcha depois.

Eu te convoco, todavia, se não te resolves por me seguir, apiedome de ti, porquanto, em verdade, ainda não me amas nem me queres.

Buscar-te-ei depois.

Não te queixes por enquanto e medita na oportunidade que te concedo."

Livro: No Rumo da Felicidade

Joanna de Ângelis (Espírito)



Expediente

Jornalista

Viviane Leite Borges

Edição

Evanise M Zwirtes

Colaboração

Rita de Cássia Escobar - Revisora
Cintia C. Dos Santos - Tradução Inglês
Clarivel D. Gimenez - Tradução Espanhol
Nicola P. Colameo - Tradução Italiano
Seweryna Akpabio-klementowska -
Tłumaczenie na język polski

Reflexões

Joanna de Ângelis (Espírito)

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

THE CREIGHTON CENTRE
378, Lillie Road - SW6 7PH - London
Informações: +44 0778484 0671
E-mail: spiritistps@gmail.com
www.spiritistps.org
Registered Charity Nº 1137238
Registered Company Nº 07280490

Perdãoterapia

"921. Concebe-se que o homem será feliz na Terra, quando a Humanidade estiver transformada. Mas, enquanto isso se não verifica, poderá conseguir uma felicidade relativa?"

"O homem é quase sempre o obreiro da sua própria infelicidade. Praticando a lei de Deus, a muitos males se forrará e proporcionará a si mesmo felicidade tão grande quanto o comporte a sua existência grosseira."

As paixões grosseiras que predominam em a natureza humana decorrem das experiências transatas que ainda não foram superadas.

São responsáveis pelos arrastamentos ao mal, em razão do primarismo de que se revestem, não se permitindo ser contrariadas nos seus impulsos e sentimentos servis.

Estimuladas pelo egoísmo doentio, desbordam em agressividade e cinismo que agridem, inicialmente, o próprio indivíduo que as cultiva, para logo depois atingir o grupo social no qual esse se encontra.

Radicando-se nos instintos mais imperiosos, quais sejam a reprodução mediante os impulsos sexuais, a nutrição por meio do alimento, e o repouso, por cuja maneira refaz as forças gastas, somente a grande esforço cedem lugar aos sentimentos e à razão que os devem comandar, orientando-os para a preservação da existência, porém não agressivamente nem de forma angustiante.

É inevitável o desenvolvimento moral do ser humano.

Etapas a etapas, desenvolvem-se os germens do amor nele existente, que se irão asseinhoreando dos departamentos do instinto em predomínio, para que o raciocínio e a emoção exerçam o seu papel no desenvolvimento dos tesouros morais adormecidos.

O ódio, o ressentimento, a amargura, a inveja, o ciúme constituem herança trágica desse período em que a posse impunha seus caprichos e a submissão desesperada transformava-se em desejo de vingança, culminando em rudes batalhas mentais que chegavam a vias de fato na realidade objetiva, ceifando as vidas que lhes caíam nas urdiduras perversas.

Enfermidades de etiologia difícil surgem em decorrência desse primarismo emocional e se espalham, dando lugar a ocorrências

mórbidas no organismo, ao mesmo tempo instalando distúrbios no comportamento e na mente, que ceifam a esperança e a alegria de viver.

Apesar do grande desenvolvimento científico-tecnológico dos dias atuais, as enfermidades de origem emocional e comportamental estão exigindo cuidados muito sérios, a fim de que o indivíduo possa gozar de saúde e de bem-estar.

A infelicidade, que se vive na Terra, é sempre decorrência da conduta que cada qual se permite, gerando os fatores que produzem dor e aflição, quando se poderia desfrutar dos inimagináveis recursos com que Deus provê a vida, dando-lhe beleza e harmonia.

O ser humano, porém, dominado pelas paixões de áspersos sofrimentos, cultiva ódios injustificáveis, ressentimentos amargos, anseios de revides perversos... Esses inimigos, que residem no âmago do ser, agem contra os equipamentos celulares, envenenando-os com as suas toxinas morbosas e contínuas ondas mentais de desequilíbrio e acrimônia.

Disso resulta a queda das resistências no sistema imunológico, surgindo concomitantemente os distúrbios na pressão arterial, as arritmias, os problemas gastrointestinais, as variações de humor sempre para negativo, as perturbações nervosas, quase todos resultados de somatizações enfermigas e de sintonias com Espíritos levianos e perversos que pululam à volta dos seres humanos.

Mantendo esses propósitos infelizes, mais se lhes acentuam os transtornos orgânicos e emocionais, derrapando em auto-obsessões e em obsessões variadas pela viciação mental e intercâmbio espiritual negativo.

Uma única alternativa, porém, existe, para que se possa adquirir a paz, portanto, marchar na direção da felicidade que a lei de Deus proporciona àqueles que se comportam conforme esses soberanos códigos. Este valioso instrumento é o perdão com sincero desejo de renovação e de felicidade do seu adversário, deixando-o seguir adiante, enquanto a si mesmo se propõe esquecimento do motivo do ressentimento e do rancor.

Quando alguém perdoa, elimina alta carga doentia de vibrações no organismo, passando a gerar outro tipo de

energia que procede da mente e se transforma em estímulos para a aparelhagem de que se constitui.

O ódio é morbo cruel que degenera aquele que o produz, alcançando, não poucas vezes, aqueloutro contra quem é direcionada a carga deletéria.

Compreendendo-se que todos têm o direito de errar e pensar mal uns dos outros, o que certamente não deveriam, mas cuja ocorrência é frequente, qual sucede ao próprio indivíduo em relação ao seu próximo, esse raciocínio já diminui a carga da animosidade mantida contra o outro, o adversário real ou imaginário.

Desculpando-se sinceramente e procurando apagar os sentimentos contraditórios que permanecem na mente e na emoção, o perdão faz-se automático e o bem-estar preenche o imenso espaço antes ocupado pelas emoções contraditórias do ódio, da mágoa e da vingança...

O perdão funciona como bálsamo sobre a ferida que foi aberta pela agressão do outro e, ao mesmo tempo, como resposta ao ódio que foi desencadeado, suavizando a dor do golpe experimentado.

Quem perdoa, conquista-se e engandece-se, proporcionando oportunidade de arrependimento e de recuperação ao ofensor.

Enquanto sejam preservados no íntimo os sequazes do ódio, mesmo que disfarçado, o organismo se ressentirá da presença tóxica dessas vibrações doentias que infelicitam.

O perdão, porém, libertando a vítima, abençoa o algoz, ensejando-lhe, também, desfrutar da felicidade relativa que está ao alcance de todo aquele que deseje seguir as leis de Deus, crescendo espiritualmente.

Perdãoterapia é, portanto, neste momento, o mais admirável recurso para a saúde e a felicidade do ser, ao lado do amor, do qual é extensão."

Livro: Lições Para a Felicidade

Joanna de Ângelis (Espírito)



A Felicidade Possível

"...O conceito em torno da felicidade, varia de um indivíduo para outro, qual ocorre com as diferentes escolas do pensamento filosófico, na abordagem da mesma questão.

Repassando-se os diversos postulados das correntes que estudaram a felicidade, entre elas o hedonismo, o cinismo, o estoicismo, o idealismo, o espiritualismo, o utilitarismo, o existencialismo, o pessimismo, para citar apenas algumas, pode-se constatar a diversidade de conceituação em torno da magna questão: a felicidade!

Variando se acordo com os níveis da evolução dos grupos humanos, de alguma forma predominam o utilitarismo e o existencialismo, reduzindo a existência física ao fenômeno biológico e o seu cortejo de sensações e prazeres, que passariam a ser fundamentais para a conquista do bem-estar sem problemas.

No entanto, uma breve análise em torno dessa eleição demonstra a vacuidade de tal aspiração, considerando-se que a organização física sempre está sujeita a situações de insegurança e transformações, mudanças de estrutura e outras ocorrências inevitáveis.

Certamente, essas alterações transformam-se em dificuldade para a manutenção de um programa de satisfações plenas, de sensações sempre prazerosas.

Os sentimentos são os veículos emocionais que expressam a realidade do ser humano, mesmo que não se dê conta daquilo que lhe ocorre.

Nascendo no cerne do Espírito, traduzem-se de acordo com o seu nível de evolução, que exterioriza na maneira de conviver com os demais e consigo mesmo.

Quando estão entorpecidos pelos interesses imediatistas, sobrecarregados pelas toxinas defluentes dos desejos mais grosseiros, revelam-se perturbados, agressivos, muitas vezes asselvajando os seus portadores, ou refletindo o primitivismo que os caracteriza.

Nos indivíduos que vivenciam os níveis elevados de consciência, as aspirações apresentam-se com formulação ética-moral relevante, na qual os sentimentos são de solidariedade e afeição, humanitarismo e compaixão, que fomentam o progresso capaz de libertar os padecentes das algemas em que se encontram aprisionados.

O conceito de felicidade difere grandemente daqueles que somente dão primazia ao egoísmo e tudo que a ele diz respeito.

O espiritualismo, por sua vez, convidando à reflexão em torno do ser integral, na sua condição de Espírito imortal que é, traça diferentes contornos e conteúdos sobre a felicidade.

Situada a existência carnal entre o berço e o túmulo, não a limita a esse exíguo tempo, antes dilata-o, considerando a anterioridade e a sobrevivência do Espírito à morte, o inevitável acontecimento de que ninguém se evade, ampliando os horizontes da felicidade.

Com essa visão de realidade, elimina inúmeros fatores que se apresentam como desdita, infelicidade, tais os sofrimentos de qualquer natureza, a morte, a saudade, demonstrando que todos esses fenômenos são transitórios ante a grandeza da vida em si mesma...

A felicidade é de fácil aquisição e deve ser tentada continuamente.

Não é resultado daquilo que se pode acumular e desfrutar, mas do estado interior de cada pessoa, resultado das aspirações mais elevadas e dos sentimentos harmonizados com a existência.

Fosse a felicidade o gozo seguido e se teria fixado na organização fisiológica propiciadora de sensações.

As sensações têm caráter efêmero e insatisfatório, produzindo cansaço e tédio, transformando-se em mal-estar.

A felicidade constitui-se do bem-estar que deflui da consciência de paz, fruto natural dos pensamentos edificantes que levam aos atos retos e dignificadores.

Aquele que pensa com elevação de propósitos enriquece-se de energias saudáveis, adquirindo o hábito de manter-se em equilíbrio emocional, favorecendo-lhe o comportamento social edificante.

Nesse sentido, não se aspirar à posse do que se consegue deter transforma-se em limite satisfatório para evitar-se preocupações desnecessárias, escravidão aos recursos acumulados, avareza e desconfiança.

Em situação de tal porte, a amizade se estende generosa, produzindo um clima de alegria em relação às demais pessoas, porque o ser humano é essencialmente um animal biopsicossocial de origem espiritual, que necessita de conviver com outrem, ao seu lado trabalhar pelo progresso pessoal, no que resulta o desenvolvimento comunitário.

Desse modo, manifesta-se-lhe o espontâneo prazer de servir, de ser útil, de ter o tempo preenchido por preocupações não desgastantes.

A felicidade desconhece o medo de perdê-la, porque, não tendo uma conotação física, desenvolve-se no plano da estesia, da emoção elevada, da satisfação de estar-se-bem consigo mesmo. O belo, o honesto, o pacificador que se apresentam em qualquer tipo de faceta, constitui-se, sem qualquer dúvida, fator de felicidade.

É justo que se tenha em mente que a existência terrena não é uma viagem

fascinante ao país da fantasia, nem a Terra é, por enquanto, o formoso oásis que muitos ambicionam para transformar em colônia de férias e de inutilidade.

O nosso abençoado planeta é formosa escola de aprendizagem e de crescimento interior, na qual as experiências apresentam-se multifacetadas com alegrias, tristezas, tensões, ansiedades e sorrisos, que devem ser administrados com sabedoria.

Eis por que se pode ser feliz mesmo no sofrimento, por compreender-lhe a finalidade superior, que é a lapidação das arestas morais defeituosas para que sejam trabalhadas as áreas que irão refletir a luz da sabedoria em forma de paz.

Pensa-se, sem fundamentação real, que os lugares, as situações, os recursos amodados são essenciais para a felicidade. Trata-se de grave engano. Elas podem criar condições de alegria, de exibicionismo, de lazer, de ócio, porquanto, se o indivíduo não estiver em harmonia íntima em relação a si mesmo, ao seu próximo e a Deus, onde quer que se encontre carrega o fardo das preocupações e dos conflitos que lhe pesam na consciência.

Nada obstante, muitos indivíduos que ainda se encontram nas faixas exclusivas da organização fisiológica, não tendo maiores aspirações, refestelam-se nos sentidos e acreditam que os excessos que se permite, os gozos que frui, são os tesouros da felicidade.

Logo, porém, alargam-se-lhes os prazeres, sutilmente surge o *vazio existencial* que os empurra aos comportamentos viciosos e entorpecentes como forma de fuga para lugar nenhum.

A felicidade é constituída de pequenas ocorrências, delicadas emoções, sutis aspirações que se convertem em realidade, construções internas que facultam a paz interior.

Indague-se aos gozadores se eles estão felizes, satisfeitos com a vida, e com certeza responderão que se encontram saturados, cansados, desinteressados praticamente de tudo.

Desse modo, consciente das muitas bênçãos que tens recebido da vida, especialmente se dispões de um corpo harmônico e saudável para aplicar-lhe as forças em favor do desenvolvimento intelecto-moral, amando e servindo sem cessar. No entanto, se te encontras com algum limite orgânico, sob a ação das tenazes do sofrimento de qualquer natureza, agradece a Deus a honra de resgatar os erros e adquirir o necessário equilíbrio para a felicidade que logo chegará."

Livro: Libertação do Sofrimento

Joanna de Ángelis (Espírito)

