

Jornal de Estudos Psicológicos

Ciência, Filosofia e Religião

AUTOENCONTRO Uma Proposta de Psicologia Profunda

Na Psicologia do Destino, desenvolvida por Leopold Szondi, o conceito de ego é semelhante ao que a doutrina espírita chama de projeto reencarnatório, o qual aponta as necessidades evolutivas de uma

André Luiz nos alerta que "O Supremo Senhor não se compraz com o possuir filhos miseráveis e infelizes na Criação; espalha bênçãos e dons, riquezas e facilidades eternas a mancheias, esperando apenas

"O predomínio do ego, nos relacionamentos humanos, responde pelas incessantes frustrações e desequilíbrios outros, que assinalam a criatura humana.

Sem a correspondente consciência lúcida em torno dos objetivos da existência carnal, o indivíduo que assim age faz-se vítima da personalidade enfermeira a que se acostumou...

(...) Acostumando-se à aparência, desloca-se da realidade, passando a viver inseguro nas armadilhas que prepara com o objetivo de não se permitir identificar.

Observando a conduta das pessoas inconsequentes que, às vezes, triunfam por meio dos recursos da fantasia e da bajulação, passa a imitá-los, deixando-se conduzir pelos absurdos comportamentos, distantes da realidade e do dever.

Estabelecem-se então conflitos íntimos, e a escala de valores padece a perda do significado, desaparecendo os parâmetros para a compreensão, tanto do que é certo como daquilo que é errado.

Superados os momentos de convívio no *baile de máscaras* a que se reduzem os seus encontros sociais, a identificação da pusilanidade propõe-lhe o desrespeito por si mesmo, a perda da autoestima, o transtorno de comportamento neurótico. (...)

Indispensável que o *self* predomine desperto no indivíduo, contribuindo para a sua realização, segurança e plenitude.

Embora a maioria expressiva de indivíduos prefira o *jogo* das personalidades, não é possível ignorar a prevalência do sofrimento disso decorrente. Negam-se a verdade, recusam autoencontro, fogem do despertar dos valores que se acham adormecidos, e sucumbem."

Autodescobrimento Uma Busca Interior
Divaldo P. Franco



reencarnação, constituindo o eixo da existência, ou destino, que não é fatalidade, mas compromisso com o que deve ser aprendido numa existência. As questões a serem conscientizadas e resolvidas surgirão como áreas de interesse, problemas ou conflitos, levando o indivíduo a fazer escolhas. Não realizando escolhas, o conflito poderá agravar-se.

Faz uma grande diferença termos consciência de que somos espíritos em evolução, realizando um projeto parcial de autoconhecimento durante a reencarnação. Todos os dias construímos destino, assumindo conscientemente, ou não, a responsabilidade de direcionarmos a nossa vida de acordo com nossos objetivos.

Kardec nos diz que "Deus é a Inteligência Suprema e causa primária de todas as coisas" e, considerando que a Inteligência Suprema não pode produzir consequências não inteligentes, concluímos que somos inteligentes porque dotados Dele Próprio.

que cada um de nós se disponha a reger com sabedoria o patrimônio próprio".

Somos, então, criaturas de Deus, que não quer o nosso sofrimento e já nos abasteceu com tudo que necessitamos, esperando que alcancemos a maturidade e a sabedoria para administrar um tesouro que já é nosso e está conosco.

A psicologia profunda vai nos revelar não só os equívocos a serem corrigidos, mas também o afloramento dos conteúdos divinos que em nós habitam, possibilitando o nosso crescimento espiritual.

O autoconhecimento permitirá que nos olhemos no espelho da alma com respeito e amor, entendendo a nossa verdadeira natureza.

Autoencontro é meta a ser alcançada gradativamente com trabalho e autoestima rumo à evolução que nos aguarda, nos colocando cada vez mais, como espíritos adultos e proativos, diante das leis do Criador.

Ercília Zilli
Psicóloga Clínica

Personalidade ou Individualidade?

O Espírito é a Individualidade, o ser imortal e diferente da matéria, Princípio Inteligente e criado à imagem e semelhança de Deus. Em sua evolução, ditada por fatores diversos que incluem a capacidade de adaptação à realidade, a complexidade crescente e o desenvolvimento de habilidades, molda o Universo que dispõe, construindo sua felicidade e atendendo aos desígnios do Criador.

Nessa caminhada, atualiza-se na matéria, forjando o aparecimento do

do. Melhorar ou reformar a personalidade não é o mesmo que promover a evolução do Espírito. A chamada Reforma Íntima contempla a melhoria da personalidade para que as experiências do Espírito se tornem mais ricas e mais adequadas ao seu aprendizado. O Espírito necessita da personalidade como representação para que alcance seus objetivos evolutivos. Seu ego, centro de sua personalidade, é a mais alta aquisição de sua evolução, pois o tornou



eu ou ego, centro de sua personalidade, que o representa parcialmente. Muito embora seja o Espírito o senhor de seu próprio processo de evolução, é através da personalidade que ele apreende o resultante das experiências que vive. Encarnado ou desencarnado, apresenta a *persona* para relacionar-se no mundo em que atua, constituindo um ego necessário a comunicar-se e a assimilar as leis de Deus nas vivências de que participa. Sua personalidade é um conjunto de características que incluem a representação de sua individualidade, também conhecida como *eu* ou *ego*. A personalidade é, portanto, a totalidade do indivíduo tornada possível no mundo de relações. Enquanto a personalidade muda a cada instante, variável de acordo com as circunstâncias e com o meio, a individualidade necessita de inúmeras experiências que se repetem para que consolide um determinado aprendiza-

do. É exatamente o ego que tem grande importância, pois não só representa o Espírito como também, quando amadurecido, permite-lhe que encontre, com mais assertividade, sua personalidade ótima. Conscientes de que somos Espíritos, portanto, individualidades, e temos uma personalidade, devemos fazer com que esta esteja, o máximo possível, identificada com os desígnios divinos, sobretudo vibrando na faixa da amorosidade.

Adenáuer Novaes

Psicólogo Clínico



Libertação do Ego

A palavra "ego" significa "eu", e popularmente responsabilizamos o ego sempre que identificamos comportamentos ou atitudes que reprovamos. Equivocadamente, muitos pensam que é necessário destruir o ego para evoluir.

O ego, porém, é peça importante para o nosso desenvolvimento psicológico, pois só nos tornamos conscientes porque temos ego. Ele é o centro da consciência, e todos os conteúdos psíquicos inconscientes só podem tornar-se conscientes se passarem pelo ego. Desta forma, ele tem uma importante função no nosso processo de individualização. Não existe individualização sem consciência de si. O que aconteceria então se desintegrássemos o ego? Toda a ordem de valores que conhecemos e que compõe as nossas atitudes

desapareceria, nada mais poderia acontecer conforme a nossa vontade, e perderíamos a capacidade de responder por nossos atos. Deixaríamos de ser responsáveis por nossas atitudes.

Não é do ego, portanto, que devemos nos libertar, mas das atitudes egoístas e egocêntricas que ainda predominam na natureza humana, estas sim, responsáveis por inúmeros conflitos e problemas pessoais, sociais e morais. Enquanto estivermos sob este domínio, encontrar-nos-emos presos às paixões, o que nos manterá na condição de infância psicológica, retardando o desenvolvimento das infinitas capacidades que jazem em nosso Ser.

O Ego é a ponte que, ligada ao *Self*, permitirá a plenitude e a libertação do Ser que somos, filhos de Deus.

Iris Sinoti

Terapeuta Junguiana e Transpessoal

Expediente

Jornalista

João Batista Cabral - Mtb nº 625

Edição

Evanise M Zwirtes

Colaboração

Adenáuer Novaes
 Maria Angélica de Mattos
 Maria Novelli
 Cricieli Zanesco
 Christina Renner
 Maria Madalena Bonsaver
 Lenéa Bonsaver
 Valle García Bermejo
 Nicola Paolo Colameo
 Sophie Giusti

Reportagem

Ercília Zilli
 Adenáuer Novaes
 Iris Sinoti
 Evanise M Zwirtes
 Cláudio Sinoti

Design Gráfico

Kelley Cristina Alves

Impressão

Tiragem: 2500 exemplares

Reuniões de Estudos (Em Português)

Domingos - 05.45pm - 09.00pm
Segundas - 07.00pm - 09.00pm
Quartas - 07.00pm - 09.30pm
 BISHOP CREIGHTON HOUSE
 378, Lillie Road - SW6 7PH
 Informações: 0207 371 1730
 spiritist.psychologicalsociety@virgin.net
www.spiritistps.org
 Registered Charity Nº 1137238
 Registered Company Nº 07280490

Saúde Psicoemocional

Daniel Goleman, em *Inteligência Emocional*, afirma que os grandes mestres espirituais, como Jesus e Buda, "tocaram o coração dos seus discípulos falando na linguagem da emoção..."

Mas o que é emoção? O dicionário Aurélio refere-se a "ato de mover (moralmente); perturbação ou variação do espírito advinda de situações diversas, e que se manifesta como alegria, tristeza, raiva etc.." Segundo Goleman, "emoção se refere a um sentimento e seus pensamentos distintos, estados psicológicos e biológicos e a uma gama de tendências para agir."

As emoções se manifestam de formas muito diversas, negativas ou positivas, sendo as básicas:

IRA: fúria, revolta, ressentimento, raiva, exasperação, animosidade, irritabilidade, hostilidade e, talvez no extremo, ódio e violência patológicos.

TRISTEZA: sofrimento, mágoa, desânimo, solidão, autopiedade, desespero e, quando patológica, severa depressão.

MEDO: ansiedade, apreensão, nervosismo, preocupação, cautela, inquietação, pavor, susto, terror e, como psicopatologia, fobia e pânico.

PAZ: felicidade, alegria, contentamento, deleite, orgulho, gratificação, satisfação, bom humor, disposição e entusiasmo, euforia, êxtase e, no extremo, mania.

AMOR: aceitação, amizade, confiança, afinidade, dedicação, adoração, caridade.

A saúde psicoemocional, sendo resultado do equilíbrio do pensar, sentir e agir, estimula-nos à autocura, através do autodescobrimento, autoconhecimento e da autotransformação.

Desenvolver exercícios de interiorização, meditação e reflexão, facilita a autopercepção, facultando a aprendizagem do gerenciamento psicoemocional e conduzindo o ser a escolhas mais saudáveis perante a sua consciência, equilibrando-o.

Evanise M Zvirtes

Psicoterapeuta

Fé, Segurança e Autoestima

O que efetivamente nos sustenta, quando tudo o mais desmorona à volta? O que nos faz manter a conduta e os princípios, mesmo quando todos ao redor parecem não se preocupar efetivamente com valores éticos? Refletir sobre essas questões pode ser útil para avaliar internamente a presença da fé, da segurança e da autoestima.



Durante um longo período, a fé associou-se apenas ao vínculo religioso estabelecido. Mas como esse vínculo permanece muitas vezes na superfície, sem que participe efetivamente da vida dos que se dizem religiosos, muitos viram ruir sua crença perante os desafios existenciais, demonstrando a fragilidade em que se encontrava pautada.

Com muita propriedade, Allan Kardec em *O Evangelho Segundo o Espiritismo*, estabelece que "fé inabalável só o é a que pode encarar frente a frente a razão, em todas as épocas da humanidade". Ao incluir a razão como instância de construção da fé, sem querer dizer que seja exclusivamente intelectual, o Espiritismo nos ensina a vivê-la de forma consciente. E se a fé, vivenciada dessa forma profunda, nos leva a encarar a história coletiva com lucidez, deve nos conduzir também à harmonização com nos-

sa história individual, perante toda e qualquer circunstância, nos proporcionando segurança interior. Não nos referimos à segurança que o ego busca, resistente às mudanças, mas àquela que nos permite entender e acreditar firmemente que a nossa existência serve a um propósito maior, tanto individual quanto coletivamente.

A construção de uma fé madura está associada à autoestima, comparada à fé ou segurança que sentimos em nós mesmos, sendo fator de grande relevância para o desenvolvimento pessoal. Quando debilitada, faz com que percebamos as qualidades de que somos portadores, entregando-nos a limitações por nós mesmos elaboradas. Quando excessiva, leva-nos a uma visão distorcida de nós mesmos, fazendo-nos enxergar valores e qualidades inexistentes. Quando na medida certa, ao lado da fé e da segurança interior, conseguirá ativar, em nossa jornada, as energias transpessoais necessárias para que finalmente atinjamos a plenitude existencial.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiano



IV MÊS ESPÍRITA - ABRIL 2012

Programação:

Tema Central:

AUTOENCONTRO

Uma Proposta de Psicologia Profunda

Dia: 01.04.12 - Início: 05.45pm

SEMINÁRIO

Tema:

Pensamento e Fisiologia do Pensamento

Expositora: **Maria Novelli** (Londres)

Dia: 08.04.12 - Início: 05.45pm

SEMINÁRIO

Tema:

Como Desenvolver a Inteligência Emocional

Expositora: **Evanise M Zwirtes** (Londres)

Dia: 15.04.12 - Início: 05.45pm

SEMINÁRIO

Tema:

Fé, Segurança e Autoestima

Expositora: **Maria Novelli** (Londres)

Dia: 22.04.12 - Início: 04.30pm

SEMINÁRIO

Tema:

Homossexualidade Sob a Ótica do Espírito Imortal

Expositor: **Andrei Moreira** (Brasil)

Dia: 23.04.12 - Início: 06.45pm

SEMINÁRIO

Tema:

Sexualidade, Afetividade e Evolução

Facilitador: **Andrei Moreira** (Brasil)

Dia: 29.04.12 - Início: 05.00pm

SEMINÁRIO

Tema:

O Sentido Psicológico da Existência

Expositor: **Adenauer Novaes** (Brasil)

Dia: 30.04.12 - Início: 06.45pm

SEMINÁRIO

Tema:

Felicidade Sem Culpa

Expositor: **Adenauer Novaes** (Brasil)

OUTRO EVENTO

Com

Adenauer Novaes

(Brasil)

Dia: 28.04.12 Início: 04.00pm

SEMINÁRIO:

REENCARNAÇÃO e REPROGRAMAÇÃO DA VIDA

LOCAL: 269 Caledonian Road - N1 1EE
SIR WILLIAM CROOKES SPIRITIST SOCIETY

Informações: 07878 760 609