

Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

Felicidad

Evanise M Zwirtes

¿Qué viene a ser la felicidad? ¿Cómo conquistarla? Son indagaciones relevantes en el proceso de la realización personal.

La mayoría de las personas procura la felicidad como un fin, y no como un camino. Tal vez por eso, ella parezca tan difícil de ser alcanzada. Solamente cuando comprendemos que el mundo no es para ser concurrido, pero compartido, pasaremos a percibir y a entender que la humanidad es privilegio de los grandes y es la ruta cierta para alcanzar la felicidad.

Ser humilde y tratar al otro de igual para igual nos hace mejorar como persona. ¿La recompensa? Recibir la misma consideración y experimentar el sabor de la alegría del día a día.

La felicidad es una sucesión de momentos en el presente. Se origina de nuestra fuerza interior, de la fuerza vital, de nuestra fe. Es la capacidad de encarar la vida de manera positiva.

Por lo tanto, felicidad es un camino que se descubre, es la esperanza creciente, es el coraje de renovarse, es amar, amar

totalmente los momentos de la vida. Es la realización con equilibrio en una invitación a la armonía, es sentir con serenidad la certeza de que la verdad, perseverante, vencerá la maldad en la reconstrucción del bien, por la paz.

Las causas de la felicidad no se encuentran en lugares determinados del espacio. Ellas están en nosotros, en lo más profundo del alma. "El reino de los cielos está dentro de nosotros", dijo el Cristo.

Así, por ejemplo, sonreír numerosas veces, procurar el lado bueno de todo, olvidar los errores del pasado, caer, pero levantarse siempre, rechazar la envidia y la ingratitud son actitudes que tornan nuestra vida mucho mejor. Tal vez no sean fáciles, pero todo es cuestión de aprendizaje.

Es en la vida íntima, en el despertar de nuestras virtudes, que está el manantial de la felicidad presente y futura.

En síntesis, podemos decir que la felicidad es una actividad del alma.

Evanise M. Zwirtes es Psicoterapeuta y Coordinadora del The Spiritist Psychological Society en Londres.

Libro: El Cielo y el Infierno



01.08.1865

Denominado también "*La Justicia Divina Según el Espiritismo*", este libro ofrece el análisis comparado de las doctrinas sobre el pasaje de la vida corporal a la vida espiritual.

El Cielo y el Infierno pone al alcance de todos el conocimiento del mecanismo por el cual se procesa la Justicia Divina, en concordancia con el principio evangélico: "A cada uno, según sus obras".

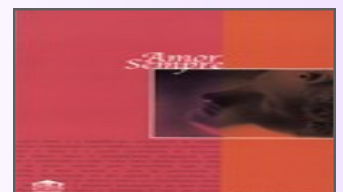
Amor Siempre

Adenauer Novaes

El amor es la fuerza propulsora del Universo. Razón primera y última de la existencia humana. Principio causal y motivo esencial para que la vida se realice y el ser humano se conozca. Su ascensión en la consciencia viene siendo paulatina, promoviendo la integración de importante ley divina. Aunque considere la necesidad de amar y amar siempre, percibiendo la gran cantidad de ejemplos existentes en la vida humana (amor materno, amor de hermanos, amor entre amigos etc.), el ser humano todavía está lejos de poder decir que sabe amar verdaderamente.

La dificultad es más interna que externa. Las personas, en su mayoría, desean tener un amor, amar a alguien. Sin embargo, no saben como hacerlo y como vencer las sombras que aun están en el íntimo de sí mismas. Obstáculos interiores perjudican las relaciones interpersonales con defensas, inhibiciones, miedos y todo tipo de imaginación al respecto del sentimiento del otro. La relación entre dos personas, para la construcción del amor, es un desafío, pues todos somos diferentes unos de otros. Vencer esa diferencia es el gran desafío. No falta voluntad, tampoco disposición para hacerlo, pero la incapacidad de concretizar es enorme. El amor es un sentimiento que debe ser materializado en acciones, pues la simple consciencia de su existencia en el corazón no es suficiente para que él esté de verdad siendo integrado a la personalidad como conocimiento ya conquistado. Acciones repetidas que consoliden el sentimiento y su realización espontánea son fundamentales para que se consiga conquistar la capacidad de amar. El sitio más propicio para adquirir esa capacidad y que constituye un campo de pruebas y de constante aprendizaje es la familia. En su espacio físico se materializan las expresiones del alma, sin que se consiga camuflar lo que de hecho se siente. Si, en él, el espíritu no consigue vivir las expresiones básicas del amor, difícilmente lo conseguirá fuera de él. El amor en familia es el embrión del verdadero amor, que deberá un día germinar en toda la humanidad.

Adenauer Novaes es Psicológico Clínico, que vive en Brasil. Es uno de los directores de la Fundación Lar Harmonia - Salvador - Bahía.



El Despertar de la Consciencia

Sonia Theodoro da Silva

El gran pensador de la antigüedad, Pitágoras, afirmaba que la Tierra era la morada de la opinión. Podríamos asegurar que, si en su época había ese reconocimiento, hoy no estamos lejos de esa definición. Aproximándonos a ella cada vez más, nos alejamos del proceso más importante y sugestivo que ya surgió entre nosotros, también traído por un sabio, que pautaba el desenvolvimiento del conocimiento a partir del propio hombre. Ese sabio, Sócrates, humilde por la concepción de Jesús pues los verdaderos humildes no tienen necesidad de actuar como "fuertes" ya que reconocen en sí mismos una parte de divinidad a través del ejercicio de las virtudes latentes, enseñaba, o mejor, guiaba sus seguidores y oyentes a través de los caminos ásperos de la opinión, hasta el reconocimiento de que los seres humanos mucho sabían de los otros, sin embargo, poco o nada sabían de sí mismos.

El concepto y la ironía socráticos, aplicados en el desenvolvimiento del verdadero y más profundo de todos los conocimientos, el saber de sí, conducía el pensamiento y el raciocinio, de forma natural, a otro momento: conocerse después ser sincero con lo que descubrió. La humanidad actual parece estar atravesando por ese proceso; y es ahí que surgen los desvíos de ruta. El ser humano se acostumbró a reducir la comprensión de las cosas a percepciones de la propia mente, pues es difícil romper con las estructuras de referencia y permitir que el Espíritu efectúe saltos cualitativos para otras dimensiones de conocimiento, trascendiendo a los límites impuestos por vidas de pensamiento estructurado.

Fue eso que él profesor Rivail, futuro Allan Kardec, realizó. Al ser informado de los fenómenos que ocurrían en todo el mundo, en particular en Francia, en París, pero conocedor de las leyes del magnetismo y de la inconsecuente utilización de sus mecanismos en las manos de ilusionistas para espectáculos de ocio, trasciende a sí mismo y a las estructuras de saber lineales de su época, da un salto de calidad y va al encuentro de la mayor propuesta que el ser humano podría recibir: la realización efectiva de la propia misión, ciertamente acepta en la vida espiritual, no obstante, pasible de alteraciones oriundas de su propio libre albedrío, de traer a la consciencia humana, de forma despojada de atavismos religioso, su verdadera y real naturaleza, la espiritual, con todos sus desdoblamientos. Eso im-

plificaría asumir un trabajo de peso, en el que el discernimiento, la impersonalidad y la renuncia estarían presentes en todo momento, exigiendo de sí donación plena, trabajo intenso, firmeza y coraje constantes.

La humildad del gran sabio, aquella que le revela que el conocimiento real es enorme y que nunca abarca una sola existencia, se manifiesta en Rivail y él entonces concluye la fase del trabajo inmenso que le competía, legando, a los que llamó "espiritas" (palabra nueva en el vocabulario de entonces), una herencia grandiosa, verdadera y que nunca podría estar sujeta a las opiniones transitorias, entretanto estuviesen ofuscadas en niveles de intelectualidades posiblemente envidiables, sin embargo siempre circunscritas y condicionadas a la evolución temporal de quien las elabora, y, por lo tanto, restrictivas, limitantes y limitadoras. Así, el camino ya estaba hecho. Libertado de las aristas reduccionistas, el proceso socrático precursor consolida, así, la ruta firme y segura por la cual el ser humano podría transitar sin recelos.

El auto-conocimiento, a través de la brújula espiritista, revelaría al ser humano que él evoluciona en espiral ascendente, perpetuamente, y que, por tanto, si bien comprendido, podría librarlo del miedo. Libre del miedo, acabaría con el odio. Libre del odio, estaría libre de la ganancia, de la envidia, de la guerra, del ímpetu de matar, de destruir. Él, el miedo, necesario a la conservación de la vida, cuando patológico miedo del fracaso, del dolor, de la muerte, de la humillación, de la soledad, del desamor, de sí mismo, y, en último análisis, miedo del miedo es insidioso, manipulado y manipulador, instrumento de fuerzas negativas y destructivas que se imponen al que se acobarda delante de la invitación que el auto-conocimiento le propone.

"Hay una necesidad urgente de reprogramarse la mente"

Mensaje claro y ennoblecedor, el Espiritismo postula la mayéutica socrática como método de auto-conocimiento seguro al alcance de aquel que no teme conocerse para renovarse, salir de la caverna oscura de sus errores de percepción de una supuesta realidad, la de las apariencias, para alcanzar los peldaños más altos, rehabilitándose junto a las leyes divinas en consciencia, siendo uno con el Padre tal como en la promesa de Jesús.

Sonia Theodoro da Silva es traductora y graduanda en Filosofía, vive en São Paulo, Brasil, colabora en la FEESP, Casa André Luiz y escribe para revistas y periódico espiritistas.

El Individuo y la Sociedad

Rodrigo Machado Tavares

Joanna de Ângelis, en su libro El Hombre Integral (uno de los libros de la serie psicológica, psicografiado por el querido hermano, el profesor Divivaldo P. Franco) afirma que "el hombre es un mamífero bio-social construido para experiencias e iniciativas constantes, renovadoras". Por lo tanto, se puede afirmar que los individuos están vivos para que puedan interactuar los unos con los otros de forma positiva, esto es, de acuerdo con las enseñanzas de Jesús.



A pesar de eso, el hombre, individuo social que es, generalmente toma *decisiones* las cuales no están basadas en la moral Divina (i.e., moral absoluta e inmutable, la cual, muchas veces, la moral de los hombres en la Tierra no consigue vislumbrar). En otras palabras, el hombre, al revés de actuar en concordancia con la Ley de Amor, pasa, consciente, o inconscientemente, a ser más vulnerable, con lo cual las influencias de los factores externos (impuestos por la sociedad) determinan su comportamiento. Y, de esa forma, las experiencias, que deberían ser renovadoras, pasan a generar trastornos en todos los niveles de su vida: personal, familiar y profesional.

Concluyendo: solamente cuando el individuo pasa a buscar ser el Hombre en el Mundo y deja de ser el hombre del mundo (vea ítem 10 del Capítulo XVII de El Evangelio Según el Espiritismo), tiende a una sociedad mejor, porque cada individuo será mejor. E independientemente de los valores de la sociedad en la cual vivimos, vale recordar: "todas las cosas me son lícitas, pero no todas me convienen" (I Corintios 6:12).

Rodrigo Machado Tavares es Ingeniero y pesquisador, residente en Londres. Colabora con la Revista Reformador.

CURSO DE EDUCACIÓN MEDIÚMNICA

Inicio: 05.08.09
Horario: 7.00pm - 09.00pm
Sitio: Bishop Creighton House
378, Lillie Road - SW6 7PH
INSCRIPCIONES:
02073711730

Expediente

Periodistas

João Batista Cabral - Mtb nº 625

Edición

Evanise M Zwirtes

Colaboración

Adenauer Novaes
Maria Angélica de Mattos
Renata Rinaldini
Christina Renner
Maria Madalena Bonsaver
Lenéa Bonsaver
Valle Garcia Bermejo
Karina Cardoso

Reportage

Evanise M Zwirtes
Adenauer Novaes
Sonia Theodoro da Silva
Rodrigo Machado Tavares
Ana Cécilia Rosa
Manuel Portásio Filho

Design Gráfico

Kelley Cristina Alves

Impresión

Brasil Graphics and Media Services Ltd.
Ejemplares: 2500 ejemplares

Reuniones de Estudios en los Domingos

(Em Português)
06.00pm - 09.30pm
BISHOP CREIGHTON HOUSE
378, Lillie Road - SW6 7PH
Informaciones: 0207 371 1730
spiritist.psychologicalsociety@virgin.net
www.spiritistps.org

Conflicto Familiar

Ana Cecília Rosa

Cada individuo ocupa una posición única en el mundo en relación a sus características genéticas y de comportamiento, a sus percepciones, creencias y necesidades. En ese contexto es que se forman las familias y las sociedades. Es en las relaciones humanas y espirituales que se permutan emociones y experiencias, se crean ansiedades y expectativas, por donde cargas de energías emocionales se convergen, desencadenando interacciones emocionales que se ajustan o se agreden, estableciendo los conflictos familiares.

Alirio de Cerqueira Filho

**SAÚDE
DAS RELAÇÕES
FAMILIARES**



Observamos que, a pesar de los conflictos, la familia es "única" en su papel determinante en el desenvolvimiento de la sociedad, de la afectividad y del bienestar físico de los individuos. Exponiendo esa idea bajo el punto de vista espiritista, recibimos en nuestro hogar, por la ley de afinidades, aquellos que, en el pasado, compartieran con nosotros acciones de todo orden. Destacamos que afinidad no implica necesariamente simpatía, y sí atracción. Partiendo de esa afirmación, muchos de los conflictos entre los matrimonios reposan en las uniones que no llevan en consideración la simpatía espiritual, única forma de asociación que establece y fortalece los lazos afectivos duraderos. Así, los desmadres debidos a las uniones compulsivas o sopesadas por valores materiales, inevitablemente, llevan al divorcio o, peor, a los crímenes pasionales, fuentes de nuevos compromisos reencarnatorios.

En cuanto a los hijos, los padres son los depositarios de la confianza en Dios, que los solicita al ejercicio del amor verdadero con la finalidad de edificarlos en el bien. Observando las tendencias inferiores en la infancia, traídas de otras encarnaciones, los padres deben vigilar y combatirlos para que esos vicios no "echen raíces profundas", cumpliendo, así, la misión divina de "sembradores del buen carácter". La educación, ejercida buscando el equilibrio perfecto entre amor y justicia, es la que confiere el perfeccionamiento de esas almas para la vivencia pacífica en el hogar y en la sociedad.

La responsabilidad ejercida en la convivencia del hogar es el mayor compromiso del hombre delante de Dios y su propia consciencia.

Ana Cecília Rosa es médica pediatra, vive en Brasil. Es miembro del Instituto de Divulgación Espirita - Araras/SP.

Apego y Renuncia

Manuel Portásio Filho

Algunos miles de años nos separan del despertar de la consciencia y del libre-albedrío, cuando pasamos a tener una noción más clara acerca de nosotros mismos, del mundo, y de nuestro entorno. De ahí en adelante, las conquistas se revelarán más rápidas y dirigidas para las necesidades básicas del hombre en el mundo. No obstante, somos todavía muy imperfectos e ignorantes. De eso resultan nuestros comportamientos más característicamente humanos y entre ellos, el apego, fruto de la inseguridad y del miedo.

Debido al desconocimiento del mundo espiritual y de la vida que le aguarda más allá de la muerte, el hombre se apega fácilmente a las cosas del mundo material y a las personas que le rodean. "El apego a las cosas materiales es un indicio notorio de inferioridad, pues cuanto más el hombre se apega a los bienes de éste mundo, menos comprende su destino." (L. E., preg. 895). Nos apegamos a cosas, que cuyo valor material o afectivo, juntamos, en nuestra casa. Cosas que difícilmente vamos utilizar un día; juntamos papeles, revistas y libros que jamás vamos a leer. Por ser accesibles a nuestros sentidos, las cosas de éste mundo nos fascinan por su forma, color o simbolismo.

Pero, la especie más dolorosa de apego aún es aquella que nos conecta a ciertas personas. Es verdad que hay generalmente una base afectiva en esas relaciones, pero invariablemente nos llevan a las últimas consecuencias. Pensamos que determinadas personas nos hacen felices y, por eso, nos sentimos incapaces de vivir sin tenerlas a nuestro lado. Entonces, nos acoplamos los unos a los otros, mental y sentimentalmente, llegando los casos extremos a ser identificados como verdaderas obsesiones. La marcha de nuestra "otra mitad", por la separación o por la muerte, acostumbra a revelarse insoportable. De ahí a la locura, la depresión o el suicidio hay apenas un paso.

En muchas culturas es común el culto del cuerpo. Nos creemos, en muchos casos, extremadamente bellos, verdaderos clones de Narciso, y hacemos de todo para mantener esa belleza o perfeccionarlo. Cuando no son suficientes los ejercicios, el gimnasio, recurrimos al bronceador. Cuando alguna cosa no es corregida por las vías regulares, recurrimos a la liposucción, a la liposucción, o aún a la cirugía plástica, en la búsqueda de la fuente de la eterna juventud. Y los ruegos de la

comunicación aún concurren para reforzar nuestra idea de que el cuerpo es más importante que el alma, lo que nos hace gastar ríos de dinero para tornarlo "curado".

La idea no es nueva y viene acompañando al hombre desde por lo menos la Grecia Antigua, donde se crearon los gimnasios para esa finalidad. Y en la Roma de los Cesares era natural decirse: *mente sana in cuerpo sano*. Kardec nos enseña, en El Evangelio Según el Espiritismo, cap. XVIII, N. 5, como es fácil traspasar la puerta ancha que nos lleva al cultivo de las malas pasiones. Jesús, en verdad, nos enseñó a cuidar del alma más que del cuerpo. Su vida fue un ejemplo de eso. Y muchas de sus enseñanzas estaban volcadas para la renuncia a las cosas del mundo. Fue el caso de la recomendación al joven rico (Mt 19:16-24); de la necesidad de juntar tesoros en el cielo (Mt 6:19-21); y de una mirada hacia dentro de sí mismo, como en el caso de prestar más atención a lo que sale de la boca, por ejemplo.

No obstante, renunciar no es una cosa fácil para el hombre, en el actual estado evolutivo de la humanidad terrestre. Renunciar implica, muchas veces, luchar contra nuestro propio orgullo, declinar de nuestro gran egoísmo, en abrir la mano de nuestra evidente vanidad, para beneficiar a otro. Renunciar es salir y caminar en la dirección del otro. Renunciar es dejar al otro ser él mismo. Renunciar es encarar sufrimientos, dificultades, sacrificios, y "todo sacrificio hecho a costa de la propia felicidad es un acto soberanamente meritorio a los ojos de Dios, porque es la práctica de la ley de caridad", conforme enseña el Espíritu de la Verdad (L. E., preg. 951). Y él también nos dice que "el mérito del bien está en la dificultad" (preg. 646). "Renuncia, ¡Cuán pocos son capaces de entenderla en su sublimidad!", en la bendecida lección de Jerónimo Mendonça, *En las Huellas de un Ángel*, pág. 38.

Manuel Portásio Filho es Abogado, que vive en Londres. Es miembro del The Solidar Spiritist Group, Londres-UK.



III MES ESPÍRITA - ABRIL 2010

Tema Central:

POR LOS CAMINOS DEL AMOR

Programación:

Día: 04.04.10 - Inicio: 05.00pm

SEMINARIO

Tema:

El Espíritu y Sus Elecciones del Camino

Expositora: **Ana Cecília Rosa** (Brasil)

Día: 11.04.10 - Inicio: 05.00pm

CONFERENCIA

Tema:

FAMÍLIA : Aprendizaje de Amor

Conferencista: **Maria Isabel C.P.Saraiva** (Portugal)

Día: 18.04.10 - Inicio: 05.00pm

CONFERENCIA

Tema:

El Spiritismo en la Diseminación del Amor

Conferenciante: **Emanuel Cristiano** (Brasil)

Día: 23.04.10 - Inicio: 06.45pm

SEMINARIO

Tema:

Felicidades Sin Culpa

Expositor: **Adenáuer Novaes** (Brasil)

Día: 25.04.10 - Inicio: 05.00pm

SEMINARIO

Tema:

Auto-Amor en la Evolución del Espíritu

Expositor: **Adenáuer Novaes** (Brasil)

Otros Eventos

Con

Adenáuer Novaes

Brasil

Día: 24.04.10

Inicio: 04.00pm

Seminario:

ESPIRITISMO, PSICOLOGÍA Y UNIVERSO CUÁNTICO

SITIO: The Wharf Rooms, Imperial Road, SW6

THE FRATERNITY SPIRITIST GROUP

Informaciones: 0207 702 8253

Día: 24.04.10

Inicio: Por la Parte de la Mañana

Palestra:

ESPIRITISMO E ILUMINACIÓN INTERIOR

SITIO: A ser confirmado

BRITISH UNION OF SPIRITIST SOCIETIES

Informaciones: 0207 729 3214

Día: 25.04.10

Inicio: 11.00am

SEMINARIO:

**OBSESIÓN ESPIRITUAL Y SUS
CORRELACIONES PSICOLÓGICAS**

SITIO: 269, Caledonian Road - N1 1EE

SIR WILLIAM CROOKES SPIRITIST SOCIETY

Informaciones: 0208 648 7838

Dirección:

BISHOP CREIGHTON HOUSE - 378 Lillie Road - SW6 7PH - Entrada Franca - **Informaciones:** 0207 244 9648

www.spiritistsps.org - **E-mail:** spiritist.psychologicalsociety@virgin.net