

Jornal de Estudos Psicológicos

Ciência, Filosofia e Religião

Superando as dificuldades na convivência familiar

A vivência familiar é fundamental para a formação psicológica do indivíduo, pois na condição de seres gregários, sociáveis, ela oferece a possibilidade dessa convivência em plano micro, devendo preparar o indivíduo para a vivência mais am-

- auxiliar a construção da autonomia, libertando o indivíduo de qualquer tipo de dependência;
- propiciar uma educação pautada no altruísmo, que promova o ser além das fronteiras do próprio ego;
- proporcionar o desenvolvimen-

to da consciência de espírito imortal que somos.

condições propícias para um lar acolhedor. Quanto mais o espírito que reencarna se sinta acolhido e respeitado, os laços de família se fortalecem.

A construção da autonomia – a capacidade de autogerir-se – não pode deixar de ser vista pela família. James Hollis enfatiza: “a tarefa psicológica mais importante do pai/mãe não é “facilitar” as coisas, mas preparar a passagem para a separação total, para aquele estado subsequente que chamamos de idade adulta.” Nesse aspecto, os pais devem aprender a dar responsabilidade a seus filhos, o que não significa falta de amorosidade, pois não há gesto mais amoroso que preparar os filhos para os embates naturais da existência.

Ao invés da vivência e das buscas de realização pautadas no ego, que se traduzem normalmente no “ter, possuir, controlar etc.”, a educação familiar deve preparar a criança para “ser”; não para ser “alguém no mundo”, mas para realizar sua própria essência de ser espiritual.

Por isso mesmo todas as questões, de alguma forma, devem convergir para a tarefa mais sublime: auxiliar o ser no seu desenvolvimento espiritual. Não se trata simplesmente do desenvolvimento dogmático da religião, mas da construção de um ambiente propício à religiosidade, em que o ser se aprimora no vínculo consigo mesmo, com o seu próximo e com Deus.

Iris Sinoti

Terapeuta Junguiano

pla na sociedade. No entanto, ao observar os panoramas da atualidade, constatamos que não chegamos ainda à vivência plena da sua finalidade. Relações de dependência e codependência, a violência presente nas relações, a falta de diálogo, as relações abusivas, entre outros fatores, infelizmente ainda são frequentes nos retratos familiares.

Nesse triste quadro que se apresenta, as verdadeiras funções da família vão se perdendo. É sempre importante recordar algumas das tarefas para as quais a família deve estar preparada:

- estimular o desenvolvimento da afetividade de forma saudável e cada vez mais ampla: o amor que sai do círculo familiar e encontra a humanidade;

to da consciência de espírito imortal que somos.

São objetivos desafiadores e, por isso mesmo, devem ser encarados com responsabilidade. O grande problema é que, na maioria das vezes, os indivíduos não se preparam adequadamente para as responsabilidades familiares, gerando conflitos que interferem negativamente na psicologia individual do ser, e consequentemente na sociedade.

No desenvolvimento da afetividade, o grande desafio da família é o aprendizado do amor. Deve iniciar-se antes mesmo da gestação, quando o casal é convidado a uma convivência amorosa entre si, respeitando as individualidades – exercício do amor próprio – e criando



Relacionamentos espirituais no lar

O Espiritismo nos oferece respostas para as mais intrincadas questões humanas, desde as eminentemente existenciais, como "quem verdadeiramente eu sou?", "por que este lugar e com essas pessoas que me cercam?", "por que nasci nesta família?", "por que, por mais que eu faça, não consigo mudar minha vida?", "por que este país

conjugal, exercido por ambas as partes.

A convivência familiar entre pais e filhos quando orientada sob os auspícios do Evangelho de Jesus, explicado à luz da Doutrina dos Espíritos, abre perspectivas de entendimento muito mais abrangente e conseqüentemente solidário do que se assim não fosse.



e não o outro cuja cultura eu mais admiro?", "por que os conflitos humanos?", e por aí vai... até as mais profundas questões filosóficas, como "que é Deus?", "que é o Ser?", "que espécie de Ser eu sou?", "que é o Universo?", "há vida como a conhecemos no Universo?", "quem realmente foi e é Jesus?" etc.

As relações humanas também cabem nessas questões que vão desde as mais intrincadas até as mais simples de serem respondidas; desde as relações sociais e de trabalho profissional até as relações em família e conjugais. Esta última, com base no entendimento balizado pelo Espiritismo, ultrapassa o simples "discutir a relação".

As relações humanas com base na empatia e na solidariedade podem e devem se estender aos cônjuges. Sem esta base que o Espiritismo nos oferece, a relação caminha para a agressividade, a imposição, a ausência de respeito mútuo, podendo resvalar para o despotismo

No momento atual vivemos uma sociedade em transição, seja em valores materiais, culturais, sociais, e, o mais importante, que o Espiritismo explica, com o fluxo e refluxo de ideias arraigadas e surgidas dos lastros que nos prendem ao passado e que poderão gerar conflitos de relacionamento. Todas essas questões abalam as relações conjugais, que ultrapassam a harmonia afetiva e desembocam na agressão mútua.

O Espiritismo nos oferece alternativas para que estudemos as causas de nossos problemas anteriores à atual reencarnação quando, convidando-nos a nos conhecermos, podemos localizar no tempo tais problemas, através das tendências inatas.

Portanto, há como obtermos as respostas necessárias para que conquistemos a paz e a harmonia no lar.

Educação integral

Você acha que a reencarnação é um castigo?

Em *O Livro dos Espíritos*, na questão 167, os instrutores de Kardec explicam que a finalidade da reencarnação é o adiantamento progressivo da humanidade.

Baseado nesse conceito, podemos comparar a reencarnação a uma escola? Tanto a reencarnação como a escola, possuem uma finalidade educativa ao propiciar o crescimento de *forma integral*, em todas as dimensões do ser: intelectual, social e moral. Assim, se a reencarnação é uma escola, nós somos os alunos.

Mas se podemos comparar a reencarnação com a escola, quando achamos então que estudar é um castigo? Quando o aluno não estuda, gazeteia a aula e repete de ano. Nesse caso estudar vira um castigo: Refazer o ano letivo com as mesmas aulas, os mesmos professores e ainda por cima ter a responsabilidade de se sair bem e tirar boas notas, uma vez que são lições já conhecidas.

Levando a ideia da escola para a reencarnação, perguntamos: quando então reencarnar é um castigo? Da mesma forma, quando se precisa nascer de novo e repetir a mesma lição que ainda não foi aprendida: aquele velho hábito pernicioso da maledicência, o comportamento exigente e perfeccionista, a falta de confiança em si mesmo, o medo de errar que trava a pessoa e ainda o não perdoar aquele desafeto do passado.

Educar-se integralmente vai além do conceito de que só o tempo ensina. Se assim fosse, quanto mais existências físicas, mais sábios seríamos. Mas a educação integral se destina à construção do conhecimento com aplicação prática na vida, exteriorizando potencialidades que em nós existem, deixando *brilhar a nossa luz*.

Davidson Lemela

Neuropsicólogo



Sônia Theodoro da Silva

Filósofa

Expediente

Jornalista

Katia Fabiana Fernandes - nº 2264

Edição

Evanise M Zwirtes

Colaboração

Maria Angélica de Mattos - Revisora
Cintia C. Dos Santos - Tradução Inglês
Tanya Moore - Revisão Inglês
Karen Dittrich - Tradução Alemão
Hannelore P. Ribeiro - Tradução Alemão
Mária M Bonsaver - Tradução Espanhol
Lenéa Bonsaver - Tradução Espanhol
Nicola P. Colameo - Tradução Italiano
Sophie Giusti - Tradução Francês

Reportagem

Iris Sinoti
Sonia Theodoro da Silva
Davidson Lemela
Evanise M Zwirtes
Cláudio Sinoti
Adenauer Novaes

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Reuniões de Estudos (Em Português)

Domingos: 05.45pm - 09.00pm
Segundas: 07.00pm - 09.00pm
Quartas: 07.00pm - 09.30pm
Sábados: 06.30pm - 08.00pm

Reunião de Estudo (Em Inglês)

Quartas: 05.20pm - 06.30pm

BISHOP CREIGHTON HOUSE
378, Lillie Road - SW6 7PH - London
Informações: 0207 341 4948
E-mail: spiritistps@gmail.com
www.spiritistps.org
Registered Charity Nº 1137238
Registered Company Nº 07280490

Alegria de aprender

A vida humana é belíssima, mas brevíssima. Onde te encontras? No palco, dirigindo, ou na plateia, sendo espectador passivo dos teus conflitos, perdas, decepções, frustrações, culpas?

Como herança da filiação divina, a alegria de viver é um atributo natural do Espírito. Tu és aprendiz na grande escola da Vida.

O que estás aprendendo? Sob qual ponto de vista? Já ouviste falar do autoamor?

O autoamor inicia-se pela compreensão, aceitação e prática das leis de Deus, as leis do Amor. A escolha de sintonizar com a Vontade Divina é fundamental no desenvolvimento do autoamor, portanto, na alegria de aprender.

Para se ser receptivo ao poder orientador de Deus, a mente deve ser treinada a acreditar na ajuda divina. O poder mental traz consigo a infalível energia de Deus. Queres tentar?

O maior desafio a ser enfrentado é aprender a liderar o teu psiquismo, gerenciando pensamentos e emoções. Se és capaz de te libertar dos maus hábitos e de fazer o bem porque desejas fazê-lo, e não somente porque o mal traz sofrimento, então desenvolverás o autodomínio.

Aprende a ver Deus em todas as pessoas. Teu objetivo maior é encontrar o caminho de volta para Deus. Os processos espirituais de educação se estabelecem através do exercício da liberdade interior, escolhendo entre experiências saudáveis e destrutivas. Assim, direcionando a vontade, podes aprender e seguir espontaneamente os rumos certos da tua destinação, a felicidade.

Evanise M Zwirtes

Psicoterapeuta Transpessoal

A Verdadeira liberdade

Movidos pelo imperativo da individuação, jornada que impulsiona o ser humano à plenitude, partimos da ignorância a caminho da luz do conhecimento na longa trajetória direcionada pelas divinas leis. O Self, arquétipo da totalidade, é o representante divino na psique a impulsionar todo o percurso.

Do momento de sua concepção

dos próprios complexos e conflitos, mais suas relações com os outros e com a própria vida é afetada. Quando isso ocorre, mesmo que pense ser livre, responde às questões da vida prisioneiro de padrões e crenças limitantes, que não raro o levam a constantes frustrações. Por isso mesmo, a liberdade é mais uma conquista íntima do indivíduo, da



até o nascimento, o ser humano depende daqueles que o cercam e das forças da vida para sua sobrevivência. A forma como suas necessidades – físicas, emocionais e espirituais – são atendidas irá exercer forte influência na personalidade. Não obstante, o Espírito, em si, não é uma "Tabula Rasa", uma folha em branco sem conteúdo. Traz consigo os aprendizados milenares, adquiridos ao longo das reencarnações.

Por isso mesmo as influências externas ecoam e produzem respostas diferentes nos indivíduos, mesmo vivendo questões semelhantes. E é nesse campo interno que a liberdade se faz presente de maneira peculiar. Nem sempre, ou quase nunca, podemos escolher as circunstâncias que enfrentaremos, mas podemos escolher as nossas atitudes perante a vida, e isso resulta de nossa liberdade.

Quanto mais o indivíduo é refém

sua batalha interminável contra os fatores opressores existentes em suas fronteiras intrapsíquicas, do que do controle das circunstâncias em que vive, porque lhe foge.

Estabeleceu Jesus que o conhecimento da Verdade é o caminho para tornar-se livre. A que Verdade o Mestre referiu-se? A Verdade absoluta é inalcançável, porquanto somente Deus a abarca. No entanto, a verdade sobre si mesmo é um caminho factível de ser percorrido.

Quanto mais conseguirmos solucionar os próprios enigmas, quanto mais a força do Amor encontrar ressonância em nossas ações, quanto mais nos alimentarmos da vontade e dos valores morais e espirituais, mais nos aproximaremos da Verdadeira Liberdade.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiana





Jesus, o terapeuta maior

Ser terapeuta é ser curador no sentido de favorecer ao outro a ampliação de sua consciência para que encontre interiormente a razão de sua doença e assim possa erradicá-la. Um terapeuta é alguém comprometido com a ética e a vontade de auxiliar o outro. Uma terapia compreende mais do que se ocupar da cura do corpo e da simples erradicação de uma doença; deve incluir o esclarecimento para a devida compreensão dos fatores que a causaram bem como a razão pela qual tornou-se um acontecimento que atingiu sua consciência. Uma doença não é um castigo nem consequência de um mal feito, mas a resultante de uma proposta da Vida para que o Espírito inicie um processo de aquisição de alguma habilidade que necessita para dar continuidade à sua evolução.

Um consolo, uma orientação ou uma mensagem que promovem novas perspectivas para a vida de uma pessoa configuram-se como uma proposição terapêutica, sobretudo quando levem a percepção da consciência para o entendimento de si mesmo e a compreensão de que há uma nova dimensão existencial. Esta nova dimensão pode ser encontrada na grande maioria dos ensinamentos deixados por Jesus, que a denominou Reino dos Céus.

O grande feito de Jesus não foi apenas a consolação dos aflitos, a

demonstração do amor ilimitado nem mesmo o ensinamento do perdão, mas principalmente a apresentação da dimensão espiritual para aqueles que o escutavam. Este feito significa a informação da existência de uma realidade mais ampla, que extrapolava o imediatismo típico de quem só enxergava a vida no corpo. A dimensão apresentada, mesmo que de uma forma metafórica, servia como uma realidade compensatória e restauradora em face de uma vida sofrida e sem muito sentido.

A terapia oferecida por Jesus vai mais além do que a assunção da resiliência frente as agruras da vida, pois remete o indivíduo para a percepção de sua imortalidade, que lhe retira os medos e o liberta de doutrinas limitadoras da consciência. Em face do grande poder transformador, da fundamentação na realidade essencial do Espírito e da ampliação da autoestima, tornou-se uma fantástica alavanca impulsionadora de um novo modo de vida e de entendimento de seu significado.

Sua revelação alcançou a essência do Espírito, permitindo o surgimento de uma nova religião que cooptou o modo de viver mítico e politeísta dos dominadores de seu povo, alastrando-se para além das fronteiras do império conquistador. Os elementos que fundamentam sua doutrina se encontram nas leis da Natureza, na rea-

realidade espiritual e na própria concepção de Deus por ele apresentada.

Por ter promovido uma nova visão de mundo, apresentado um modo harmônico de viver e demonstrado a consistência da imortalidade do Espírito, tornou-se o libertador do ser humano de sua baixa autoestima, o curador da alma, portanto o Terapeuta Maior. Não veio para salvar, mas para que o ser humano integrasse à sua personalidade a consciência da própria imortalidade.

Apropriar-se de seu método de cura, portanto, de sua doutrina, implica assumir a imortalidade de si mesmo, vivendo esta superior condição em todas as experiências da vida, enquanto contribui para a construção de uma sociedade melhor. A terapia de Jesus é revolucionária pela noção de responsabilidade pessoal que busca transferir para aqueles que dela se apropriam, disseminando a ideia de que a caridade deve promover a autodeterminação de quem dela se beneficia. O ponto central, portanto, de sua proposta de vida é: "torna-te consciente de tua imortalidade e atua de acordo com tua condição essencial de Espírito, promovendo o bem, a paz e a harmonia, respeitando a dignidade de cada ser humano".

Adenáuer Novaes

Psicólogo Clínico