

# Jornal de Estudos Psicológicos

Ciência, Filosofia e Religião

## Paz e Imortalidade

Em todos os cantos do planeta, a paz é proclamada como aspiração maior entre os povos. Contudo, apesar dos esforços despendidos por todos aqueles que dedicaram e dedicam suas vidas a desconstruírem os preconceitos

na inconsciência de suas vidas perdidas, os novos apóstolos de Jesus, que se espalham pela Terra como pequeninas luzes que se acendem ao contato da dor e do sofrimento alheios.

A tão sonhada Paz que tantos



almejam jamais poderá acontecer se o ser humano não olhar o outro ser humano como seu semelhante, seu irmão, como queria Jesus. O ódio de um homem contra o outro e que o leva à barbárie, a o extermínio de populações inteiras, à violência contra a mulher e à criança, demonstra o grau de indiferença que atingimos, jogando

com a Vida como se ela nada representasse.

Não basta conhecer que somos imortais. Isso poderia gerar um sentimento de prepotência patológica jamais vivenciado entre almas desprovidas de ética e de moral. O planeta está enfermo, disse a mãe desesperada de um filho morto pelo terrorista que se diz muçulmano. Sim, o planeta está enfermo, contudo, ainda mantemos a esperança frente a essa Caixa de Pandora que continua a lançar as suas mazelas para o mundo. Ele, Jesus de Nazaré, nos garante que está à frente desta nau aparentemente desgovernada. E lá da Imortalidade, entre os Imortais, Ele surge sempre, em todos os corações que sofrem pelos descaminhos e pela indiferença do outro, como uma voz que diz incessantemente: Eu estou aqui, não se turbe o teu coração, creia em Deus, creia também

construídos e exacerbados pelo individualismo feroz que grassa como epidemia em toda a parte, fruto do materialismo e da descrença em Deus e em seu filho amado Jesus de Nazaré, bem como em seus enviados que anunciaram que o Amor é o objetivo maior da humanidade, seres humanos estertoram em meio às guerras fratricidas, à destruição de culturas milenares, às doenças altamente contagiosas e mal atendidas pelos órgãos de preservação da vida e do bem estar das populações africanas, que se não fossem os voluntários heróis do Médicos Sem Fronteiras, estariam à mercê da morte lenta e degradante. Os organismos não governamentais que lutam para preservar a fauna e a flora do planeta são hoje, junto aos que amparam às crianças abandonadas, aos velhos sem atendimento familiar e médico, aos que tratam dos viciados mergulhados

em Mim... Façamos a nossa parte.

**Sonia Theodoro da Silva**

**Bacharelada em Filosofia**

"Alma humana, tu és o enigma vivo no qual se agitam e se fundem confusamente tantas paixões e aspirações vagas. Tu és capaz dos mais belos pensamentos e dos piores sentimentos: amores e ódios, grandiosidades e misérias, ingratidão e devotamento. Porém existe em ti uma força divina que a tua evolução ao longo dos tempos tem o objetivo de despertar, de desenvolver a fim de preparar-te às tarefas mais elevadas, a uma participação maior nas obras eternas. É esse o objetivo da tua vida, de todas as tuas vidas, é o papel determinado à Terra na cadeia dos mundos...

Frequentemente, nos momentos de angústias, acusamos Deus, a natureza, o mundo inteiro, sem pensar que a fonte de nossos males reside em nós mesmos...

A reforma do indivíduo deve conduzir à reforma da coletividade de forma que todo o triunfo do homem sobre si mesmo, sobre suas paixões, se repercuta sobre aqueles que o cercam. E que os progressos do conjunto interajam sobre cada indivíduo. É trabalhando a elevação dos outros que nós trabalhamos mais eficazmente para elevarmos a nós mesmos. E ao mesmo tempo se desenvolve, cresce e se confirma em nós, e em torno de nós, essa noção essencial de fraternidade que nos liga uns aos outros...

Não se trata mais da fraternidade dos corpos, mas sim das almas que se unem em todos os degraus de sua grandiosa evolução."

**Socialismo e Espiritismo**

**Léon Denis**

## Convivência Familiar

A convivência em família, como em todo agrupamento de pessoas, é um grande desafio e, ao mesmo tempo, uma excelente oportunidade de exercitar o amor indistintamente. A vida se desdobra em muitos processos quando se vive em família, pois se aprende a dividir, compartilhar, dialogar, respeitar, ceder, renunciar, amar, etc. O Espírito, quando reencarna, é inserido no grupo familiar que lhe proporcionará as melhores oportunidades para evoluir, atraindo seus entes queridos, bem como



aqueles com quem tem pendências emocionais mal resolvidas no passado. As antipatias e simpatias no ambiente familiar revelam a qualidade das relações que ocorreram no passado, bem como as particularidades que caracterizam as personalidades de cada um na presente encarnação. Em muitos casos, o Espírito se sente deslocado no grupo familiar de que faz parte, dificultando sua convivência, tendo que adaptar-se com algum sacrifício. Nestes casos, por ter reencarnado num ambiente diferente em que tem dificuldade de se adaptar, tem algo específico a aprender e a ensinar, motivo pelo qual ali se encontra. Aproveitar a oportunidade de conviver com diferentes personalidades, cuidando para não projetar nelas suas próprias deficiências é uma arte a ser exercitada. Muito comum, na convivência humana, o fenômeno da transferência, em que aqueles

que se relacionam costumam criar expectativas em relação ao comportamento dos outros, atribuindo-lhes responsabilidades para consigo, como se lhes fosse credor. Todos querem pais ótimos, irmãos exemplares e familiares

fraternos, sem avaliar o merecimento, bem como o esforço necessário para conquistar tais condições. A convivência familiar é um campo de experiências em que o Espírito desenvolve habilidades a serem integradas e que proporciona a promoção de oportunidades para que outros cresçam e ampliem suas possibilidades de evolução. Sem a convivência familiar ou com poucas interações sociais, o Espírito tem seu repertório de experiências, que geram a integração de novas habilidades, reduzido, empobrecendo o universo em que vive e que lhe traria melhores oportunidades de aprendizado na encarnação. Conviver é preciso, porém não basta estar presente ou simplesmente emitir uma opinião, pois é preciso tomar-se ator e diretor do teatro de sua própria reencarnação.

**Adenauer Novaes**

*Psicólogo Clínico*

## Conflitos Globais

A humanidade terrena vive um momento grave de transtornos psicopatológicos. No mundo, 350 milhões de pessoas sofrem de Depressão, o que é responsável por mais de 850 mil suicídios este ano.

A violência entre os povos árabes e israelenses se intensifica. À custa de muito sangue derramado, mais de 2 mil pessoas perderam a vida só no último conflito.

Segundo pesquisa, estima-se que, no mundo todo, anualmente, cerca de 40 milhões de crianças sofrem algum tipo de violência. Perdem a vida, todo ano, por maus-tratos, 3.500 jovens e 57 mil crianças menores de 15 anos morrem por homicídio.

Segundo mensagem do espírito Bezerra de Menezes, nosso mundo vive um momento grave de transição: "Nunca houve tanta conquista da ciência e da tecnologia, e tanta hediondez do sentimento e das emoções". A crueldade ofusca as conquistas mais nobres e a obsessão campeia de forma avassaladora. Cresce o nível de intolerância e o egoísmo é a nódoa destes tempos modernos.

O momento é de reafirmar nossa fé e esperança em dias felizes. Não há mais espaço para a incerteza e para a descrença. Ou mudamos, ou seremos expatriados para regiões de sofrimento profundo. Aos médiuns, principalmente, cabe a responsabilidade de fazer a ponte entre a dor e as consolações.

Reencarnamos para contribuir com a nova era, e o Espiritismo é Jesus de retorno, liberto da cruz, vivo, entoando a glória da SOLIDARIEDADE entre os povos.

**Davidson Lemela**

*Neuropsicólogo*



### Expediente

#### Jornalista

João Batista Cabral - Mtb nº 625

#### Edição

Evanise M Zwirtes

#### Colaboração

Maria Angélica de Mattos - Revisora  
 Maria Novelli - Tradução Inglês  
 Cricieli Zanesco - Tradução Inglês  
 Karen Dittrich - Tradução Alemão  
 Hannelore P. Ribeiro - Tradução Alemão  
 Maria M Bonsaver - Tradução Espanhol  
 Lenéa Bonsaver - Tradução Espanhol  
 Maria V. G. Bermejo - Revisão Espanhol  
 Nicola P. Colameo - Tradução Italiano  
 Sophie Giusti - Tradução Francês  
 Irène Gootjes - Tradução Francês  
 Andrei Latinnik - Tradução Russo  
 Spartak Severin - Tradução Russo

#### Reportagem

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

#### Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

#### Impressão

Tiragem:  
 2500 exemplares - Português  
 1000 exemplares - Inglês

#### Reuniões de Estudos (Em Português)

**Domingos** - 05.45pm - 09.00pm  
**Segundas** - 07.00pm - 09.00pm  
**Quartas** - 07.00pm - 09.30pm

#### Reunião de Estudo (Em Inglês)

**Quartas** - 05.20pm - 06.20pm

#### Reunião Mediúnic (Privada)

**Quintas** - 09.00am - 10.30am

BISHOP CREIGHTON HOUSE  
 378, Lillie Road - SW6 7PH - London  
 Informações: 0207 371 1730  
 E-mail: spiritistps@gmail.com  
**www.spiritistps.org**  
 Registered Charity Nº 1137238  
 Registered Company Nº 07280490

## Comunicação Ética

A palavra comunicação provém do latim *communicare*, significando participar algo.

A Ética é a ciência da moral que investiga o que é bom e está relacionada com a arte de viver. A palavra deriva do grego e significa aquilo que pertence ao caráter. A Ética estuda a moral, buscando-lhe as justificativas e não impõe regras. Mostra o que é adequado ou não e as consequências dos comportamentos no processo evolutivo. A Moral fundamenta-se na obediência a normas, costumes, hábitos culturais, hierárquicos ou religiosos, fundamentados no pensamento humano.

A Ética constitui um modo de ser que visa alcançar a essência do homem-espírito, o *Self*, promovendo-o à convivência fraterna, prevalecendo na comunicação o respeito entre as pessoas, transformando o egoísmo e o orgulho, por almejar vivenciar os caracteres do ser de bem.

A conduta ética na comunicação favorece transparência, honestidade e eficiência nos interrelacionamentos. Constrói, assim, relacionamentos baseados em confiança e respeito mútuos, relacionamentos de valor, pautados em atitudes leves, próximas, possibilitadoras, colaborando para a manifestação do bem no processo interativo, unindo indivíduos, povos e nações.

O estudo, a meditação e a prática da Ética, que é a ciência do coração, é fundamental ao respeito à dignidade da pessoa humana, à preservação da sua intimidade, ao interesse social. A ética de responsabilidade nas comunicações facilita acordos de paz entre os povos e nações, ampliando as possibilidades de resoluções com limites claros, gerando segurança e harmonia.

**Evânise M Zwirtes**

**Psicoterapeuta Transpessoal**

## A Coragem do Perdão

Na jornada de conquista da plenitude, temos o desafio de aprender a lidar com as emoções, cujo exercício principal é feito através dos relacionamentos. Do convívio surgem os atritos naturais, advindos das nossas diferenças na forma de ver a vida, dos interesses



conflitantes, além das limitações que tipificam o estágio atual da consciência humana, marcada pelo egoísmo.

Nas relações, também criamos expectativas quanto às atitudes do outro que nem sempre se cumprem, assim como nos sentidos feridos em nossas emoções, defraudados nas aspirações que acalentamos e magoados por não termos os desejos atendidos. Quando não possuímos estrutura psicológica para lidar com tudo isso, o ressentimento surge como consequência. O problema é que o primeiro prejudicado é aquele que abriga a emoção perturbadora.

Nesse contexto, o perdão é um gesto de autoamor, pois, ao nos libertar do conteúdo conflitante, disponibilizamos, para a consciên-

cia, energias preciosas, antes aprisionadas na questão mal resolvida. Nem sempre é um caminho simples, porquanto às vezes envolve dores profundas vinculadas a seres muito próximos a nós. O impulso direciona à reação, mas o ser consciente não deve ser

escravo dos seus impulsos. Por isso mesmo o perdão, ao invés de covardia, é um ato de coragem, pois é preciso construir resistências para travar o embate com emoções profundas, sem igualar-se ao agressor na atitude.

Não se trata apenas

de uma questão de memória, de recordar ou não o evento que nos traz dor, mas de cuidar da emoção vinculada ao fato. E para sanar o conteúdo emocional é preciso recordar da nossa própria condição humana. Assim como os outros cometem equívocos que nos atingem de alguma forma, também nós atingimos e ferimos os outros e, às vezes, nem nos damos conta disso. Esse ponto se amplia quando agregamos, à nossa história, a trajetória do espírito, pois quem é *que pode atirar a primeira pedra* e dizer que nunca cometeu equívocos?

Perdoar é exercício importante para aquele que deseja alcançar a plenitude.

**Iris Sinoti**

**Terapeuta Junguiana**

## A Terapia do Amor

Sendo o amor a força mais sublime do Universo, por que será que ainda resistimos tanto à sua presença?

Nas experiências cotidianas, assim como nas observações do consultório terapêutico, não é raro encontrar pessoas que dizem não acreditar no amor, ou mesmo que

marcas no comportamento, na forma de complexos perturbadores. Isso se soma a toda uma cultura que negligencia a força terapêutica do amor e que constrói a sociedade doente dos dias atuais. Aquele que não recebeu amor de forma saudável tem mais chances de apresentar

Fora isso, alguns dos seres que mais se notabilizaram, em nosso planeta, de forma positiva abrigaram em si o amor como exemplo de conduta. Buda, Gandhi, Madre Teresa, Francisco de Assis, dentre outros, conseguiram vencer os desafios que a vida lhes apresentou, que

não foram poucos. Através do amor, atingiram um patamar de consciência que nos deve servir de estímulo a superar as nossas dificuldades e a escolher, hoje, ser os que amamos, apesar das forças contrárias



desistiram de "tentar", como se tratassem de algo que deva apresentar retorno imediato. Sem julgar o caminho que cada um escolhe para si, é necessário avaliar se não se trata de uma defesa contra esse sentimento que nos invade e que faz com que a mais forte razão se submeta a um poder superior. Justamente por isso, aqueles que desejam ter o controle de todas as coisas temem "perder-se" e terminam por se perderem ao escolher "não amar".

Nos estágios iniciais do desenvolvimento da personalidade, o aprendizado afetivo tem lugar de destaque, pois é através dos vínculos construídos com os nossos pais ou substitutos que elaboramos modelos para os relacionamentos posteriores.

Mas infelizmente não são raros os casos de violência, abandono ou negligência em vários níveis, desde a infância até a fase adulta, que vão acumulando

dificuldades em sua expressão.

Por outro lado, a força natural da vida nos impulsiona ao encontro do amor, e não há como fugir dessa força sem consequências desastrosas. É importante reconhecer que, ao lado das feridas, também fomos objeto de muito carinho e cuidado por parte daqueles que nos acolheram. Claro que eles tinham suas limitações, assim como nós temos as nossas, mas todos estamos aprendendo a amar, e isso requer tempo e experiência, que somente ao longo das encarnações vamos conquistando.

A natureza proporcionou todas as condições possíveis para que tivéssemos hoje a estrutura biológica e psíquica para abrigar o espírito em sua jornada evolutiva, e todo esse processo durou eras incontáveis, nas quais pacientemente a natureza nos preparou. Não será esse um grande exemplo de amor?

que tentam impedir essa marcha, mas que conseguirão apenas postergá-la. Por isso, nos ensina Joanna de Ângelis: "é necessário aprender a amar, porquanto amar se aprende amando..."

E Jesus, o Mestre dos mestres, apresentou-o e vivenciou-o de forma singular para que a Terapêutica do Amor se estabelecesse na condição de caminho sublime para encontrar Deus.

*Cláudio Sinoti*

*Terapeuta Junguiano*

**"O mundo está miniaturado no lar. A família é a sociedade em embrião. O indivíduo é o próton do átomo social."**