Actualidad Espiritista

Nº22

Conexiones solidarias

Apuntes sobre la psicología de la gratitud

Sinceridad

La salud y la enfermedad bajo una mirada espírita

Entrevistando a Divaldo

Contenidos

Editorial 3

Pluralidad de existencias II - Doctrina Espírita 4

Conexiones solidarias 8

Sinceridad 12

Entrevistando a Divaldo 15

La salud y la enfermedad bajo una mirada espírita 19

Poesía a Kardec 23

Formación y propiedades del periespíritu - Doctrina Espírita 25

Apuntes sobre la psicología de la gratitud 28

"Actualidad Espiritista"

Año VI · Nº22 · Julio 2015

Dirección:
Centro Espírita Manuel y Divaldo

Redacción, maquetación y revisión:
Centros espíritas colaboradores

Agradecemos la colaboración especial de:
Divaldo Pereira Franco

Correo electrónico:
actualidadespiritista@gmail.com

Otras direcciones:
www.facebook.com/ActualidadEspiritista

Formato digital
Distribución gratuita

EDITORIAL

El trabajador espírita ha de ser consciente que los cambios necesarios en su conducta no son tareas que se finalicen en poco tiempo, sabe que son construcciones que precisan del concurso de largos años hasta alcanzar pequeñas pero significativas victorias.

Grandes dosis de humildad, mucha paciencia y perseverancia en el bien, son virtudes necesarias para ese trayecto de tan largo recorrido, al mismo tiempo que elegimos ejemplos válidos de comportamiento espírita en compañeros destacados (para la fe, no para el mundo) que se hacen merecedores de nuestro respeto y admiración, por su dedicación completa a la enseñanza de valores eternos iniciada por el Maestro.

"Fácilmente puedes identificarlos por el olor de amistad espontánea, por la irradiación de las claridades diamantinas del Señor, de que son portadores. Búscalos y ayúdalos con tu cordialidad, oyéndolos con respeto y meditando en torno de sus enseñanzas."[1]

No son personas célebres, ni se muestran ante el gran público, sino que prefieren los pequeños grupos donde el trato es directo, personal y humano, esparciendo bellas sinfonías de fe y esfuerzo, animando a sus oyentes a enfrentar las dificultades y las pruebas con el corazón alegre y confiando en la victoria final.

A su lado sentimos que nuestra luz brilla más fuerte, pero se debilita al apartarnos; es normal que esto suceda pues ellos lograron su luz luchando contra sus imperfecciones, y a cada uno le cabe conquistar por derecho lo que ansía para su futuro. Ahora nos corresponde a nosotros seguir su ejemplo.

Son grandes luceros que Jesús nos envía para alimentar de esperanza a los pequeños luceros que somos nosotros, aún débiles, parpadeando en la oscuridad, inseguros de nosotros mismos todavía, pero decididos ya a no abandonar nunca el camino que nos conduce a ser luces mayores, con el paso de los años, de los siglos; que no son nada en este Universo eterno donde el diapasón del Amor del Creador marca el ritmo de nuestra evolución y crecimiento.

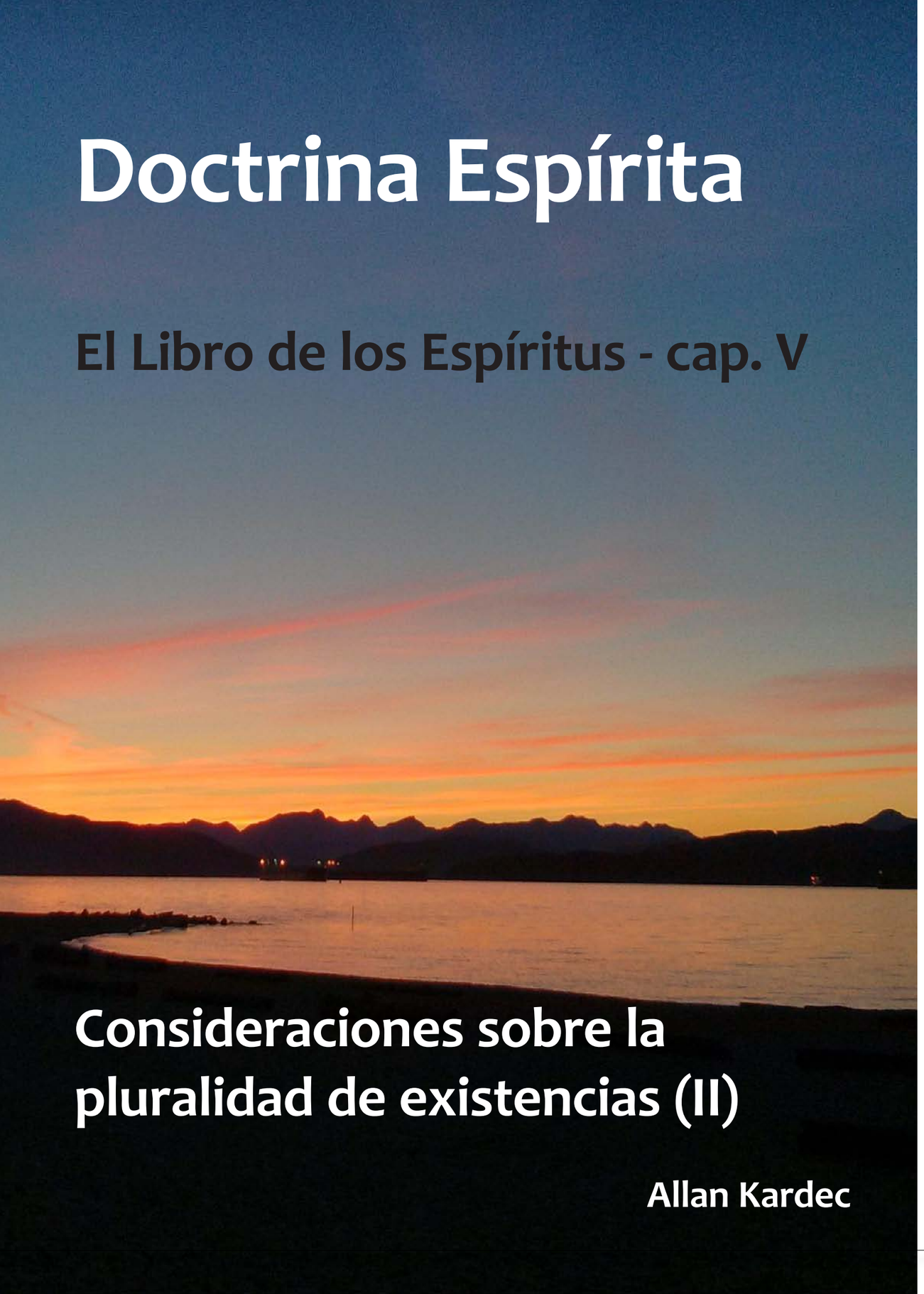
Es una ascensión larga, muy larga; pero hermosa, muy hermosa.

---

1 Joanna de Ángelis/Divaldo P. Franco (2015) *Victoria sobre la depresión*. Reus: editado por el Centro Espírita Manuel y Divaldo. Pág. 49.

Doctrina Espírita

El Libro de los Espíritus - cap. V



Consideraciones sobre la pluralidad de existencias (II)

Allan Kardec

(Continúa del número 21)

Admítase, por el contrario, una sucesión de anteriores existencias progresivas, y todo queda explicado. Los hombres nacen con la intuición de lo que ya han aprendido, y están más o menos adelantados según el número de existencias que han recorrido, según que estén más o menos lejanos del punto de partida, absolutamente lo mismo que en una reunión de individuos de distintas edades, tiene cada uno un desarrollo proporcionado al número de años que haya vivido, viniendo a ser para la vida del alma las existencias sucesivas, lo que los años para la vida del cuerpo. Reunid en un día mil individuos desde uno hasta ochenta años; suponed que un velo cubre todos los días anteriores, y que en vuestra ignorancia los creéis a todos nacidos en un mismo día. Naturalmente os preguntaréis por qué los unos son pequeños y los otros son grandes, viejos los unos y jóvenes los otros, e ignorantes éstos y aquéllos instruidos; pero, si se descorre el velo que os oculta el pasado, si comprendéis que todos han vivido más o menos tiempo, todo quedará explicado. Dios en su justicia no ha podido crear almas más o menos perfectas; pero, dada la pluralidad de existencias, la desigualdad que notamos nada contraria es a la más rigurosa equidad. Depende todo de que sólo vemos el presente, sin fijarnos en el pasado. ¿Se basa este raciocinio en un sistema, en una suposición gratuita? No; partimos de un hecho patente, incontestable, cual es la desigualdad de aptitudes y del desarrollo moral e intelectual, y vemos que semejante hecho es inexplicable por todas las teorías aceptadas, al paso que la explicación es sencilla, natural y lógica, acudiendo a otra teoría. ¿Es racional preferir la que no lo explica a la que lo explica?

Respecto de la sexta pregunta, se dirá que el hotentote es de raza inferior; pero entonces preguntamos si el hotentote es o no hombre. Si lo es, ¿por qué Dios lo ha desheredado a él y a toda su raza de los privilegios concedidos a la raza caucasiana? Si no lo es, ¿a qué procurar hacerlo cristiano? La doctrina espiritista es más expansiva que todo eso, puesto que para ella no hay varias especies de hombres, sino que el Espíritu de éstos está más o menos atrasado, siendo susceptible de progresar. ¿No está esto más conforme con la justicia de Dios?

Acabamos de estudiar el alma en su presente y en su pasado. Si la consideramos respecto de su porvenir, encontramos las mismas dificultades.

1. Si únicamente nuestra existencia actual es la que ha de decidir nuestra suerte futura, ¿cuál es en la otra vida la posición respectiva del salvaje y del hombre civilizado? ¿Están al mismo nivel, o desnivelados en la suma de felicidad eterna?

2. El hombre que ha trabajado toda la vida para mejorarse ¿ocupa el mismo rango que aquel que se ha quedado detrás, no por culpa suya, sino porque no ha tenido tiempo ni posibilidad para mejorarse?

3. El hombre que obra mal, porque no ha podido instruirse, ¿es responsable de un estado de cosas ajeno a su voluntad?

4. Se trabaja por instruir, moralizar y civilizar a los hombres, pero por uno que llegue a ilustrarse, mueren diariamente millares antes de que la luz haya penetrado en ellos. ¿Cuál es su suerte? ¿Son tratados como réprobos? En caso contrario, ¿qué han hecho para merecer el mismo rango que los otros?

5. ¿Cuál es la suerte de los niños que mueren en edad temprana antes de haber hecho mal, ni bien? Si moran entre los elegidos, ¿por qué esta gracia sin haber hecho nada para merecerla? ¿Por qué pri-

vilegio se les libra de las tribulaciones de la vida?

¿Qué doctrina hay que pueda resolver estas cuestiones? Admitid las existencias consecutivas, y todo se explica conforme con la justicia de Dios. Lo que no ha podido hacerse en una existencia, se hace en otra, y así es como nadie se substrae a la ley del progreso, como cada cual será recompensado según su mérito real, y como nadie queda excluido de la felicidad suprema, a la que puede aspirar, cualesquiera que sean los obstáculos que en su camino haya encontrado.

Estas cuestiones podrían multiplicarse hasta el infinito; porque los problemas psicológicos y morales que sólo se resuelven por medio de la pluralidad de existencias son innumerables. Nosotros nos hemos limitado a los más generales. Pero como quiera que sea, se dirá quizá que la doctrina de la reencarnación no es admitida por la Iglesia, y que sería derribar la religión. No es nuestro objeto tratar esta cuestión en este momento, bastándonos haber demostrado que aquella teoría es eminentemente moral y racional. Lo que es moral y racional no puede ser contrario a una religión que atribuye a Dios la bondad y la razón por excelencia. ¿Qué hubiera sido de la religión, si contra la opinión universal y el testimonio de la ciencia, se hubiese resistido a la evidencia y hubiera echado de su seno a todo el que no creyera en el movimiento del sol, o en los seis días de la creación? ¿Qué crédito hubiese merecido y qué autoridad hubiera tenido en los pueblos ilustrados una religión fundada en errores manifiestos, consagrados como artículos de fe? Cuando se ha demostrado la evidencia, la Iglesia, procediendo con cordura, se pone al lado de la evidencia. Si está probado que cosas que existen son imposibles sin la reencarnación, y si sólo pueden explicarse ciertos puntos del dogma por este medio, preciso será admitirlo, y reconocer que el antagonismo de la doctrina de la reencarnación con los dogmas de la Iglesia no es más que aparente. Más adelante demostraremos que acaso la religión está menos lejos de ella de lo que se cree, y que no sufriría menoscabo alguno, como no lo sufrió con el descubrimiento del movimiento de la Tierra y de los períodos geológicos, que al principio pareció que desmentían los textos sagrados. El principio de la reencarnación se deduce, por otra parte, de muchos pasajes de las Escrituras y se encuentra notoriamente formulado de un modo explícito en el Evangelio.

"Y al bajar del monte (después de la transfiguración) les puso Jesús precepto, diciendo: "No digáis a nadie lo que habéis visto, hasta tanto que el hijo del hombre haya resucitado de entre los muertos". Sobre lo cual le preguntaron los discípulos: "¿Pues, cómo dicen los Escribas que debe venir primero Elías?" A esto Jesús les respondió: "En efecto, Elías ha de venir, y entonces restablecerá todas las cosas. Pero yo os declaro que Elías ya vino, y no le conocieron, sino que hicieron con él todo cuanto quisieron. Así también harán ellos padecer al Hijo del hombre". Entonces entendieron los discípulos que les había hablado de Juan Bautista". (San Mateo, cap. XVII, v. 9, 10, 11).

Puesto que Juan Bautista era Elías, hubo, pues reencarnación del Espíritu o del alma de Elías en el cuerpo de Juan Bautista.

Por lo demás, cualquiera que sea la opinión que se tenga de la reencarnación, ya se la acepte o no, no se dejará de sufrirla, si existe, a pesar de la creencia contraria. Lo esencial es que la enseñanza de los Espíritus es eminentemente cristiana; está basada en la inmortalidad del alma, en las penas y recompensas futuras, en la justicia de Dios, en el libre albedrío del hombre y en la moral de Cristo, y por lo tanto, no es antirreligiosa.

Como lo prometimos hemos raciocinado, haciendo abstracción de la enseñanza espiritista, que no es autoridad para ciertas personas. Si nosotros, como otros muchos, hemos adoptado la opinión de la pluralidad de existencias, no es sólo porque procede de los Espíritus, sino porque también nos ha parecido más lógica y porque únicamente ella resuelve cuestiones hasta ahora insolubles. Aunque nos hubiese sido sugerida por un simple mortal, la hubiéramos aceptado del mismo modo, sin vacilar mucho tiempo en renunciar a nuestras propias ideas. Demostrado un error, más pierde que gana el amor propio, obstinándose en sustentar una idea falsa. De la misma manera, y aunque procedente de los Espíritus, la hubiésemos rechazado, de habernos parecido contraria a la razón, como lo hemos hecho con muchas otras; porque sabemos por experiencia que no debe aceptarse ciegamente todo lo que de ellos procede, como no debemos aceptar todo lo que de los hombres proviene. Ante todo, su primer título es para nosotros el de ser lógica, al cual se une el de estar confirmada por los hechos, hechos positivos, y por decirlo así, materiales, que el estudio atento y razonado puede revelar a todo el que se tome el trabajo de observar con paciencia y perseverancia, y en presencia de los cuales es imposible dudar. Cuando semejantes hechos se hayan popularizado, como los de la formación y el movimiento de la Tierra, será preciso rendirse a la evidencia, y los impugnadores habrán hecho en vano el gasto de su oposición.

Reconozcamos, pues, en resumen, que la doctrina de la pluralidad de existencias es la única que explica lo que, sin ella, es inexplicable; que es eminentemente consoladora y conforme con la más rigurosa justicia, y que es el áncora salvadora que Dios en su misericordia ha dado al hombre.

Las mismas palabras de Jesús no dejan duda sobre este particular. He aquí lo que se lee en el capítulo III del Evangelio de San Juan:

3. Jesús respondiendo a Nicodemo, dice: Pues en verdad, en verdad te digo, que quien no naciese de nuevo, no puede ver el reino de Dios.

4. Le dice Nicodemo: ¿Cómo puede nacer un hombre, siendo viejo? ¿Puede volver otra vez al seno de su madre para renacer?

5. En verdad, en verdad te digo, respondió Jesús, que quien no renaciera del agua y del Espíritu, no puede entrar en el reino de Dios. Lo que ha nacido de la carne, carne es; mas lo que ha nacido del Espíritu, es Espíritu. Por tanto no extrañes que te haya dicho: os es preciso nacer otra vez.

Allan Kardec

Conexiones Solidarias

Jorge Hessen

Christian McPhilamy, un niño de 8 años, de Melbourne, estado de Florida, EEUU, decidió dejar que su pelo creciera, a fin de hacer pelucas para niños con cáncer. McPhilamy tuvo la idea hace unos años, viendo un anuncio de cáncer pediátrico. En esa ocasión descubrió que los niños se quedaban calvos con la quimioterapia y que podría ayudarles donando sus propios cabellos. Para ello, dejó crecer su pelo. Su melena se hizo tan larga que empezó a sufrir acoso en la escuela, no obstante, soportó las críticas y el asedio moral. Fueron dos años de provocaciones de colegas y adultos que lo llamaban niña. Cuando los mechones ya estaban bastante largos, él se afeitó la cabeza y donó 30 centímetros de pelo a una institución que hace pelucas gratuitas para niños con cáncer.

También sobre el mismo asunto, en Irán, el profesor Ali Mohammadian percibió que Mahan Rahimi, de 8 años de edad y alumno suyo, era portador de una enfermedad rara que provoca la pérdida de pelo. Rahimi se aisló tras haberse quedado calvo. Su alegría desapareció completamente y el profesor, preocupado con el rendimiento escolar del niño debido al bullying, decidió afeitarse la cabeza y quedar calvo como el niño a fin de dar un "basta ya" a las agresiones verbales y físicas que Mahan sufría en el colegio. Algunos días después, inspirados por el profesor, todos los compañeros de clase de Mahan decidieron afeitarse la cabeza también, generando una onda de solidaridad que sorprendió a todos. La valiente actitud del profesor fue ampliamente divulgada en los medios de comunicación de Irán y Ali Mohammadian se convirtió en un héroe nacional.

Al visitar al enfermo en el lecho de un hospital, cuando extendemos las manos al preso en la cárcel, al remitir una tarjeta de "feliz cumpleaños" a un amigo, al donar las provisiones de la cesta básica a una familia carente, cuando telefoneamos a alguien que no vemos desde hace mucho tiempo, cuando prestamos atención al próximo, establecemos un vínculo solidario.

Obviamente, la solidaridad es una palabra que asombra a los individualistas, porque provoca la movilización de recursos en favor del prójimo, sin embargo, les guste o no, es la ley de la asistencia mutua y de la dependencia recíproca, sin la cual todo progreso, en el planeta, es prácticamente imposible. La Ley que rige las relaciones sociales impulsa al hombre a la solidaridad y al amor, chispa sublime que todos, sin excepciones, tenemos en el corazón, dado que un hombre, por más abominable que sea, dedica a alguien, o a un animal o a un objeto cualquiera, vivo y ardiente afecto.

Allan Kardec preguntó a los Espíritus:

"El hombre, al buscar a la sociedad, ¿obedece tan sólo a un sentimiento personal o hay en ese sentimiento un objetivo más general de la Providencia?

Los Benefactores esclarecieron: El hombre debe progresar. Solo, no puede hacerlo, porque no posee todas las facultades. Necesita el contacto con los demás. En el aislamiento, se embrutece y se marchita". [1]

Ser solidario es sentir la necesidad íntima de dividir algo o alguna cosa con el prójimo. Solidarizarse es el anhelo de identificación con las dificultades de los demás, que lleva a las personas a auxiliarse mutuamente. Es el compromiso por el cual nos percibimos en el comprometimiento de ayudarnos unos a los otros. Sin el debido culto a la solidaridad nuestros pasos, por más firmes que sean, solo encontrarían adelante intranquilidad y agitación, discordia y destrucción. Todo es interdependencia y sustentación reciproca en toda la naturaleza, para que disfrutemos la experiencia de la existencia física rumbo a la noble elevación de la inmortalidad vencedora.

En Devon, Inglaterra, la señora Molly-Mole Povey, preocupada con su hijo Roman que se quejó de no tener amigos en la escuela,

decidió colgar un mensaje en Facebook, solicitando a las personas que deseasen un "feliz cumpleaños" a su hijo. El mensaje de Molly "se hizo viral"[2] y centenares de tarjetas llegaron a casa de la familia, incluso de lugares tan distantes como Nueva Zelanda, Dubai, Finlandia, Dinamarca, Egipto, Noruega, Alemania y Australia. En realidad, Molly-Mole esperaba sólo que algunas personas de la escuela enviasen una tarjeta "virtual" a su hijo, pero (el post) fue muy compartido y personas del mundo entero se ofrecieron para enviar tarjetas de "feliz navidad". Esa es la prueba cabal de que el ser humano tiende a la solidaridad.

Aristóteles, el filósofo griego, afirmó que "el hombre es un animal social", es decir, él no se basta a sí mismo, pues (re)nació para interactuar con sus semejantes. Emmanuel enseña que la Tierra debe ser considerada una escuela de solidaridad para el perfeccionamiento y la regeneración de todos nosotros. "En el dolor como en la alegría, en el trabajo feliz como en la experiencia escabrosa debemos considerar la reencarnación como un proceso de sublime aprendizaje fraterno, concedido por Dios a sus hijos, en el camino del progreso y de la redención."[3] Sin embargo, diversas criaturas, de un modo general, aun tienen mucho de la tribu, encontrándose encarcelados en los instintos propiamente humanos, en la lucha de las posiciones y de las adquisiciones, dentro de un egoísmo casi feroz, como si guardasen consigo, indefinidamente, las herencias de la vida animal. "La fraternidad [solidaridad] conquista una nueva expresión en lo íntimo de la criatura, a fin de que el Espíritu pueda alzar el gran vuelo hacia los más gloriosos destinos." [4]

La fraternidad [solidaridad] puede traducirse "por cooperación sincera y legítima, en todos los trabajos de la vida, y, en toda cooperación verdadera, el personalismo no puede subsistir, resaltando que quien coopera cede siempre algo de sí mismo, dando el testimonio de abnegación, sin la cual la fraternidad no se manifestaría en el mundo, de modo alguno." [5]

Dentro de los auténticos manifiestos cristianos nace la solidaridad, que sólo puede ser ejercida por los que no viven sólo para sí. Atendamos a los impositivos de la solidaridad y comprendamos que la Ley Divina en ningún momento nos sugiere un aislamiento que, en realidad, es siempre egoísmo, aun cuando nos ausentemos de la batalla humana, bajo la argumentación de cultivar la virtud y garantizar la fe.

Observemos que la propia familia consanguínea es un orden de auxilio mutuo. Nadie reencarna sin el desvelo de la cuna y la cuna es sucesivamente el desvelo de la madre, el sostén del padre a deshacerse en disposiciones de paz y luz. La solidaridad es una actitud que tiene una función preponderante en esta batalla trabada por el hombre contra sí mismo. Algunos infelizmente permanecen bajo el yugo de la soledad, del estar en sí mismo, en el seno de un agrupamiento de siete mil millones de personas. Ser solidario es acudir incondicionalmente a los que carecen de ayuda. No podemos caer en la fosa profunda del egoísmo, o sea en la fosa que la experiencia ya demostró no ser tapada por bienes materiales. Un agujero que solo puede ser llenado por una vida honrada, cuyo designio básico es ser solidario, por el simple placer de serlo.

Jorge hessen

http://jorgehessen.net/

[1] Kardec, Allan. El Libro de los Espíritus, pregunta 768.

[2] Extenderse de tal manera para crear un efecto semejante al de un virus.

[3] Xavier, Francisco Cándido. El Consolador, dictado por el espíritu Emmanuel, RJ: Ed. FEB, 2002,

[4] ídem

[5] ídem

No tengas dudas sobre Espiritismo, infórmate en los canales que el Centro Espírita Manuel y Divaldo pone a tu disposición.

Página web con noticias, enlaces a canal de youtube, los vídeos espíritas más interesantes, actividades espíritas e información sobre conferencias y charlas del CEMYD y de otros grupos asociados.

www.cemyd.com
www.facebook.com/manuel.cemyd
www.facebook.com/ActualidadEspiritista
www.facebook.com/manuelydivaldo

Sinceridad

Érigos

Toda dificultad en el proceso evolutivo personal surge del choque entre la doble naturaleza del ser humano: la animal, materialista, guiada por el instinto de conservación, centrada en la supervivencia y las necesidades del cuerpo, pudiendo preocuparse por poco más[1]; y la espiritual, de aspiraciones elevadas, con la ley divina inscrita en el seno de su consciencia, sedienta de autorrealización, lista para seguir al Padre y ayudar a sus hermanos en el camino. Las acciones y los pensamientos de una persona a lo largo de su existencia son un sólido indicador de cuál predomina en su ser.

La reencarnación es el examen práctico por el que se ha de demostrar la propia capacidad de vencer sobre la materia y resistir las inclinaciones primitivas. Dios ya sabe de antemano si el encarnado sucumbirá o no; y los demás hermanos de evolución están ocupados en vencer sobre sus propias pruebas; de modo que en la reencarnación cada cual se demuestra su propia valía a sí mismo[2]. Es demostrar algo más que el conocimiento de las leyes divinas, pues encontrándose estas en la consciencia ya desde el primer segundo de existencia[3], todos en realidad saben que están ahí; se trata de demostrarse capaz de **aceptar** dichas leyes, por el producto de una decisión perfectamente consciente, e incluso en la más recrudecida adversidad.

Como es sabido, las pruebas a veces se superan y a veces no. Entre el triunfo absoluto y el fracaso rotundo, la performance en una prueba puede recorrer distintos y numerosos grados, como también puede hacerlo la capacidad de admitir que no se ha esforzado tanto como se podía. Dado que la mente es incapaz de sostener por largo tiempo dos ideas diametralmente opuestas, debido al cruel desgaste que esto supone para ella misma, ésta se ve obligada a activar una serie de mecanismos psicológicos para enmascarar el conflicto interno, obedeciendo a una necesidad de defensa propia.

Siendo que el conflicto surge del choque entre dos conceptos opuestos, la mente trata de paliar la situación anulando uno de esos dos conceptos. Cuando la lucha está centrada en el conflicto entre hacer el bien o hacer el mal, se opta o bien por atribuir las causas del fracaso a imponderables, o bien por negar las leyes que impelen al bien, concluyendo entonces erradamente que no hay necesidad de hacer bien. En ambos casos, la salida buscada es la misma: enajenarse de la propia culpa.

De entre las herramientas utilizadas para tal fin, es la mentira una de las más tradicionales, básicas y antiguas. El intelecto desarrollado y doblado al servicio de la moral torcida podrá ponerle mil adornos, pero la mentira será siempre la mentira: transmitir una información totalmente opuesta a aquella que la propia consciencia tiene por cierta para con una determinada cuestión, sean datos objetivos, ideales, emociones u opinión.

Es importante entender bien la frontera entre mentira e ignorancia, porque los moradores de la Tierra tienen un conocimiento todavía muy limitado de las cosas, además de unas herramientas de comunicación interpersonal nada maduras y poco precisas, resultando todo ello en que muy a menudo, la información que se comparte con el pleno convencimiento de su veracidad resulta ser imprecisa o incluso lejana de la realidad. Si la persona no conocía mayor verdad que la que pronunció, no puede ni debe concluirse que mintió, y el Padre no lo juzgará como tal.

El alegato de ignorancia no existe para quienes saben que han mentido. La inexorable ley de causa y efecto se pone en marcha tan pronto como la mentira es pronunciada, porque si bien con esta última se logra enmascarar el conflicto entre el deber y la irresponsabilidad, surge con ella el conflicto entre la verdad conocida y la mentira verbalizada, debiéndose acuñar cada vez más mentiras para sostener la situ-

ación, y tal es la espiral de la perdición. Más temprano que tarde llega el momento en que la verdad sale a la luz y la triste construcción cae por su propio peso.

Entre los muchos regalos que Dios da al humano, se encuentra el cansancio ante situaciones de estancamiento, debido a la necesidad inherente de progreso(4). Ya sea por látigo material o por látigo moral, finalmente el mentiroso, tanto el ocasional como el compulsivo, se cansa de su situación y decide salirse del camino del subterfugio. Lo primero que encuentra a su nuevo rumbo es la cosecha, de la que nada bueno puede esperarse si mala fue la siembra. Y es que las mentiras esparcidas crearon una inercia opuesta al nuevo camino que quiere ahora transitar.

Antiguos afectos heridos, compromisos adquiridos, compañeros de la deshonestidad, cobradores de la vileza… Tormenta de consecuencias que sirve para el pago de las deudas adquiridas, y para hacer entender al espíritu en rehabilitación las contrariedades que hizo sufrir a su alrededor cuando era servidor de aquello a lo que ahora se enfrenta, siendo por tanto también una prueba de fe. Resistiendo la tentación de la recaída, el convaleciente se reafirma en la terapia.

La conquista de la sinceridad requiere de buena dosis de autoconocimiento, humildad y voluntad; el primero para saber quién se es, la segunda para admitirlo, y la tercera para trabajar en la reparación. Al conocerse mejor, empieza a conocer mejor su entorno, pues las virtudes y los vicios se repiten de un ser humano a otro. Al aceptarse tal como es, aprende a aceptar a los demás tal como son, volviéndose caritativo, y con el tiempo se ve rodeado de amistades que hacen lo propio. Al desprenderse de todo fingimiento, facilita la comunicación con otras personas, porque las conversaciones jamás volverán a ser forzadas. Al recibir los beneficios de la cura, se fortalece en los valores morales prescritos por su Creador.

Para evitar la tentación de la mentira procura minimizar los choques entre el 'yo animal' y el 'yo espiritual', por lo que se esfuerza para elevarse por encima de la materia, puliendo progresivamente sus defectos, y asienta las bases de su integridad y su responsabilidad. El deseo de armonizar su palabra con la verdad le lleva a la búsqueda constante del conocimiento, lo que refuerza la humildad, para aceptar que puede aprender de todo y de todos. Para determinadas situaciones se acuerda de un poderoso aliado: el silencio, descanso de los sabios y escudo ante la necedad, que puede ser más caritativo que una reprimenda y decir más que un discurso.

Así es como la expansión de la sinceridad conecta al espíritu con las demás actitudes nobles, demostrando una vez más la grandeza de ese Arquitecto Supremo que coloca incontables puentes en la Creación, volviéndolo todo solidario e interconectado(5), de manera que ninguna virtud puede ser perfeccionada en ausencia de las demás, y cualquiera de ellas es un buen comienzo porque conduce al mismo fin.

Los hijos obedientes que persiguen la pureza de corazón sirven de ejemplo e inspiración a sus hermanos, y ya mientras se encuentran en el camino de la mejora personal su palabra se gana el derecho de ser siempre tenida en cuenta, lo cual, hermanos, constituye un goce elevado en un mundo de abyección.

Érigos

(1) Ver "Motivación espiritual", en el número 21 de esta revista, para saber más sobre los diferentes niveles de motivación personal y los factores que la alientan.

(2)Ver respuesta 871 de *El Libro de los Espíritus.*

(3) Ver respuesta 621 de *El Libro de los Espíritus.*

*(4)*Ver respuesta 333 de *El Libro de los Espíritus.*

(5)"Así, todo sirve, todo se encadena en la Naturaleza, desde el átomo primitivo hasta el arcángel, que a su vez ha empezado por el átomo". (Respuesta 540 de *El Libro de los Espíritus)*

Entrevistando a Divaldo

En la cuestión 798 de *El Libro de los Espíritus*, los Espíritus Nobles nos indican que el Espiritismo llegará a ser una creencia común. ¿Cómo se llevará a cabo la integración o adopción de los postulados espíritas en las religiones y, en especial, en el seno del catolicismo?

Divaldo P. Franco: El Papa Juan Pablo II, en la década de 1980, en una ceremonia celebrada en la Iglesia de San Pedro de la Ciudad del Vaticano delante de unos quince mil fieles llegó a declarar que *los muertos vuelven*, en los siguientes términos: *El diálogo con los muertos no debe ser interrumpido pues, en realidad, la vida no está limitada a los horizontes del mundo.*

Posteriormente, en el periódico de la curia romana, *L'osservatore romano*, en una entrevista realizada al teólogo y Hermano de la Orden de los Franciscanos Menores, Gino Concetti, éste manifiesta que la Iglesia sí cree en la comunicación con los espíritus siempre y cuando se realice de una forma responsable. Utiliza Concetti la palabra santos, que se refiere a las personas dignas, nobles, de conducta correcta con las que los espíritus sabios pueden comunicarse.

Concetti afirma que es preciso que el médium adquiera una santificación, al igual que hicieron Teresa de Ávila, Juana de Arco o Francisco de Asís, o bien como todos estos santos más recientes que se han ido comunicando con los seres espirituales, trayendo el mensaje de Jesucristo, ofreciendo a la Tierra un mensaje de vida, de sabiduría y de bendiciones.

A partir de aquí otras corrientes religiosas irán poco a poco adoptando los aspectos básicos del Espiritismo, como son la reencarnación o la pluralidad de los mundos habitados, porque esas corrientes religiosas se irán sumergiendo en niveles de conciencia diferentes. Existen algunos individuos que precisan ver para creer, necesitando de cultos exteriores, de imágenes, necesitando por tanto tener algo palpable y, en cambio, otros pueden creer de una forma abstracta por intermedio de concepciones matemáticas, de ideas transpersonales.

Las religiones permanecerán en pie, teniendo casi todas ellas los mismos fundamentos pero con métodos pedagógicos y de exposición de acuerdo con la cultura de cada pueblo, de su idiosincrasia, de su historia sociológica y psicológica.

Entrevista realizada por **Xavier Llobet**

Centro Espírita Irene Solans, Lleida

* * *

A colación de que Divaldo P. Franco nombra al Papa Juan Pablo II y al Padre franciscano Concetti, al haber alzado sus voces en sus días, en el seno del catolicismo, poniendo de manifiesto la existencia del mundo espiritual y la comunicabilidad con los espíritus, creemos oportuno mencionar brevemente las manifestaciones efectuadas por este último, cuya fuente ha sido tomada de la Iglesia Católica Carismática de Belén.

Puede el lector observar que si bien la base de dichas afirmaciones entra en conexión con lo que el eminente Codificador de la Doctrina Espírita, Allan Kardec, desglosa en El Libro de los Médiums, existen todavía algunos puntos de interpretación con tintes personales del Padre Concetti y/o del catolicismo que son manifestados y que no son exactamente concordes con la Doctrina Espírita. En todo caso, para su análisis y a fin de evitar confusiones, como siempre recomendamos encarecidamente el estudio profundo de la Codificación Espírita, y en este caso en especial, el estudio profundo de El Libro de los Médiums.

Deseamos no detener el examen en cada una de las reflexiones aisladamente, sino en su globalidad a fin de tener conocimiento y hacer pública la postura de la iglesia católica en referencia a la comunicabilidad con el mundo espiritual en general y, en particular, a ofrecer un sencillo testimonio al respecto del cumplimiento de aquello que afirman los Espíritus Superiores en la contestación a la pregunta 798 de El Libro de los Espíritus formulada por Allan Kardec.

Así, a continuación, reproducimos un extracto de la entrevista que realizó el periodista Ilze Scamparini al Padre Gino Concetti, uno de los teólogos más competentes del Vaticano en el periódico oficial del Vaticano, *L'osservatore romano*, que se efectuó en los siguientes términos:

Ilze Scamparini: ***¿Existe comunicación entre los vivos y los muertos?***

Padre Gino Concetti: Yo creo que sí. Yo creo y me baso en un fundamento teológico que es el siguiente: "Todos nosotros formamos en Cristo, un Cuerpo místico, en el que Cristo es el Soberano. De Cristo emanan muchas gracias, muchos dones, y si estamos todos unidos, formamos una comunión. Y donde hay comunión existe también comunicación".

Ilze Scamparini: ***¿Qué piensa usted del Espiritismo?***

Padre Gino Concetti: El Espiritismo existe. Hay señales en la Biblia, en la Sagrada Escritura, en el Antiguo Testamento. Mas, no es del modo fácil como las personas creen. Nosotros no podemos llamar al Espíritu de Miguel Ángel o de Rafael. Pero como existen pruebas en las Sagradas Escrituras, no se puede negar que existe esa posibilidad de comunicación.

En noviembre de 1996, fue publicado en el periódico italiano *Ansa* otra entrevista al Padre Gino Concetti que reproducimos de forma parcial en los siguientes términos:

"Según el catecismo moderno, Dios permite a nuestros queridos difuntos, que viven en la dimensión ultraterrestre, enviar mensajes para guiarnos en ciertos momentos de nuestra vida. Después de los nuevos descubrimientos en el dominio de la psicología sobre lo paranormal, la Iglesia decidió no prohibir más las experiencias del diálogo con los antepasados, en la condición de que ellas sean llevadas con una finalidad seria, religiosa, científica."

Pregunta periódico Ansa: ***Según la doctrina católica, ¿cómo se producen los contactos?***

Padre Gino Concetti: "Los mensajes pueden llegarnos (…) por ejemplo, por los sueños, que a veces son premonitorios, o a través de impulsos espirituales que penetran en nuestro espíritu. Impulsos que se pueden transformar en visiones y en conceptos".

¿Todos pueden tener esas percepciones?

P.G.C. Aquellos que captan más frecuentemente esos fenómenos son las personas sensitivas, esto es, personas que tienen una sensibilidad superior en relación a esas señales ultraterrestres. Me refiero a los clarividentes y a los médiums. Pero las personas pueden tener algunas percepciones extraordinarias, una señal extraña, una iluminación repentina.

Para interpretar esos fenómenos, ¿la Iglesia les permite recorrer a los llamados sensitivos y a los médiums?

P.G.C. Sí, la Iglesia permite recorrer a esas personas particulares, pero con una gran prudencia y en ciertas condiciones. Los sensitivos a los cuales se puede pedir asistencia, deben ser personas que llevan sus experiencias, incluso aquellas con técnicas modernas, inspiradas en la fe. (…) La Iglesia interdicta (sic) todos los contactos de los fieles con aquellos que se comunican con el Más Allá, practicando la idolatría, la evocación de los muertos, la necromancia, la superstición y el esoterismo; todas las prácticas ocultas que inciten la negación de Dios y de los sacramentos.

¿Con qué motivaciones se puede llegar al diálogo con los antepasados?

P.G.C. Es necesario no aproximarse mucho al diálogo con los difuntos, a no ser en las situaciones de gran necesidad. A alguien que perdió en circunstancias trágicas, su padre o su madre, su hijo, o incluso su marido y no se resigna con la idea de su desaparición, puede aliviarle el hecho de tener un contacto con el alma del querido difunto. Se puede acudir igualmente a los difuntos si se tiene necesidad de resolver un gran problema de la vida. Nuestros antepasados, en general, nos ayudan y nunca nos enviarán mensajes ni en contra de nosotros mismos ni en contra de Dios.

¿Qué actitudes conviene evitar durante los contactos mediúmnicos?

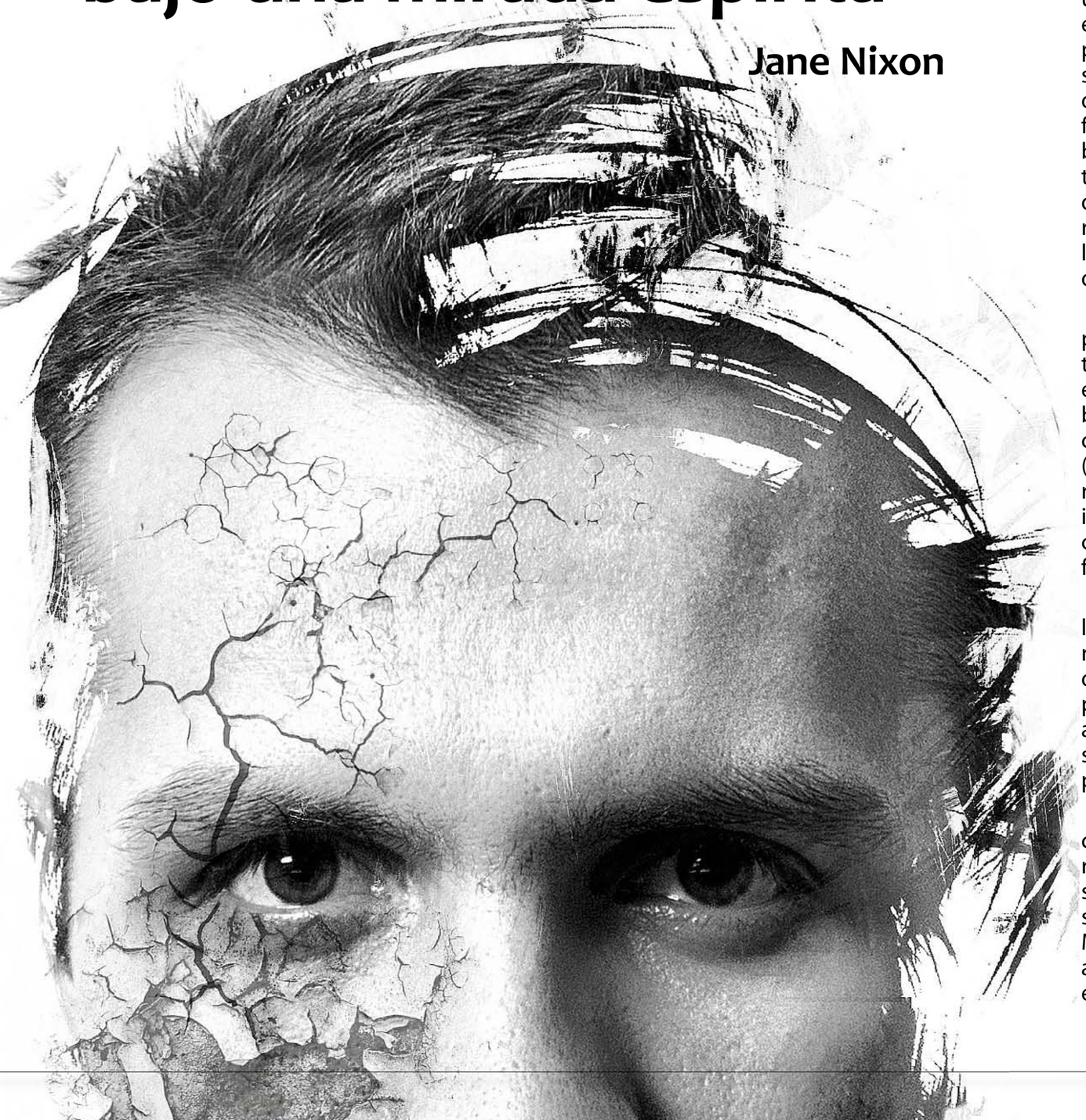
P.G.C. No se puede jugar con las almas de los antepasados. No se puede evocarlos para motivos fútiles, para obtener por ejemplo un número de lotería. Conviene también tener un gran discernimiento al respecto de las señales del Más Allá y no enfatizarlas mucho. Se puede caer en la más sospechosa y excesiva credulidad. Antes de nada no se puede abordar el fenómeno de la Mediumnidad sin la fuerza de la fe.

Xavier Llobet

Centro Espírita Irene Solans, Lleida

La salud y la enfermedad bajo una mirada espírita

Jane Nixon



En el capítulo XVII, Sed Perfectos, de El Evangelio según el Espiritismo, encontramos en una de las instrucciones de los espíritus, un punto intitulado "Cuidad el Cuerpo y el Espíritu". El Espíritu Protector nos advierte sobre la necesidad de cuidar de los dos aspectos de forma ecuánime ya que el buen o mal funcionamiento de uno, afecta el otro, y que la ciencia del buen vivir reside en encontrar el equilibrio en el mantenimiento de ambos.

Para comprender la importancia y el peso que tiene el cuerpo y el espíritu en nuestras existencias, debemos saber que estamos constituidos de espíritu (parte inteligente), periespíritu (envoltorio del espíritu y intermediario entre este y el cuerpo) y materia (el cuerpo físico).

Siendo así, se equivocan los materialistas que desean rebajar el alma, los ascetas que quieren abatir el cuerpo y los que adoptan una actitud indiferente cuanto a su propio cuerpo y a su espíritu.

Allan Kardec, el codificador de la Doctrina Espírita, afirmó que el cuerpo sólo existe para que en él se manifieste el espíritu, y la Mentora Joanna de Ângelis amplia este conocimiento exponiéndonos que:

"El cuerpo debe ser considerado un instrumento transitorio para el ser eterno, un santuario provisional, ante la finalidad edificante de propiciar al alma su ascensión, mediante las experiencias iluminantes que posibilitan, en los aspectos moral, espiritual, intelectual, por el ejercicio de las virtudes que deben ser puestas en práctica, y jamás para la atención de las sensaciones que caracterizan su constitución molecular." (Libro Plenitud, capítulo VII - Motivos de sufrimiento, página 67)

Esa convicción de la estrecha relación existente entre el cuerpo y la mente era compartida por los médicos de la antigüedad y tal pensamiento fue sintetizado en la célebre frase atribuida al poeta latino Juvenal, del inicio de la era cristiana: "Mens sana in corpore sano". Tal creencia perduró hasta en siglo VII en el Oriente, cuando el surgimiento del racionalismo exacerbado estableció una nueva mentalidad que separó la mente del cuerpo. Posición que produjo una mayor dificultad para encontrar la respuesta a muchas dolencias que nos afectan, pues sin una visión del hombre integral, solo tenemos partes aisladas de un gran rompecabezas.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) declara que la ausencia de la enfermedad no significa necesariamente un estado de salud, más bien, esta resulta de la armonía de tres factores esenciales: bienestar psíquico, físico y social, y añadiendo más recientemente que también hay que considerar la contribución del bienestar espiritual para la situación saludable del individuo.

Debemos entender que los conceptos de salud y enfermedad se refieren al estado en que se encuentran las personas y no a las partes o órganos de sus cuerpos y que por eso no podemos decir que sólo el cuerpo o sólo la mente están enfermos. El cuerpo físico nunca está sólo enfermo o sólo saludable, ya que en él se expresan las informaciones de la conciencia, lo que significa que el cuerpo sirve como una señal de advertencia para expresar que el espíritu se encuentra en un nivel de desequilibrio exagerado.

Si pensamos solo en términos físicos, diríamos que la enfermedad se manifiesta por un desequilibrio bioquímico o celular pero tras un análisis un poco más detenido, veremos que hay una inexactitud en tal teoría.

Traemos en nuestro organismo desde el nacimien-

to microorganismos (virus, bacterias, bacilos y microbios) capaces de producir innúmeras enfermedades y que sin embargo, allí viven sin causarnos molestias, malestar o enfermedades mórbidas, siempre y cuando no tengan una proliferación más allá de la cuota mínima que el cuerpo humano pueda soportar sin enfermar. En algunos casos, cuando esos gérmenes exceden el límite de seguridad establecido por la sabiduría de la naturaleza biológica, se instalan en áreas en las cuales la energía está debilitada, proliferan y destruyen los tejidos de su propio huésped, causando debilidad física y mental y favoreciendo así la aparición de la enfermedad que es resultado del desequilibrio energético del cuerpo debido a la fragilidad emocional del espíritu.

Gracias a los avances de la medicina, tenemos a nuestra disposición los medicamentos que se encargan de matar los invasores, pero mientras no comprendamos que nuestro cuerpo es accionado por el espíritu y que nuestra conducta moral y mental contribuye de manera significativa para la proliferación de los agentes degenerativos que en él se instalan, seguiremos desarrollando cuadros patológicos.

Bombardeamos nuestro cuerpo incesantemente con energías nocivas, cada vez que cultivamos los sentimientos de odio, rencor, celos, irritabilidad y cuando pasamos por tensiones físicas, mentales y emocionales. Impregnamos nuestro organismo con vibraciones letales que se encargan de bloquear las áreas por donde se extiende la energía saludable, propiciando la instalación de las dolencias. De ahí la gran importancia de nuestra conducta moral y mental en la preservación de la salud.

Es cierto que en el estado evolutivo en que nos encontramos, las dolencias orgánicas en muchos casos se presentan como consecuencia de nuestras necesidades cármicas, convidándonos a reflexionar y a realizar los cambios que nos facultarán el reequilibrio. No obstante, debemos tomar conciencia de que a través de nuestro pensamiento podemos propiciar nuestra recuperación parcial, cuando se refiere a un efecto que corresponde a nuestras acciones dolorosas del pasado, o la recuperación total mediante la instalación de la salud.

En el libro *Plenitud*, Joanna de Ângelis nos habla de cómo nuestra forma de afrontar las vicisitudes generan enfermedades y nos indica el antídoto: El *hombre, desde sus orígenes sociales, aprende a tener miedo, a conservar amarguras, a desequilibrarse por acontecimientos de menor importancia, desarticulando su sistema energético. Pasa de un aborrecimiento a otro, cultivando virus emocionales que facilitan la instalación de otros, degenerativos, responsable por la gravedad de sus enfermedades. Las causas profundas de las enfermedades, están en el individuo mismo, que se debe autoexaminar, autoconocer, a fin de liberarse de ese tipo de sufrimiento. (Cap. II - Análisis de los sufrimientos páginas 19-20)*

Cuidemos pues nuestros pensamientos, conscientes de que el cultivo de ideas perturbadoras contribuyen de manera significativa para nuestro desequilibrio físico, psíquico y emocional, y que solo "hay enfermedades porque hay enfermos". La forma en que uno afronta su enfermedad determina si está enfermo o no, es decir podemos tener una dolencia, pero mantener una actitud positiva frente a ella sin dejar que condicione nuestra vida y que nos impida vivirla, sacando el máximo provecho de las oportunidades de crecimiento que nos fueron concedidas por el mecanismo sublime de la reencarnación.

Jane Nixon

EN EL REINO DE LA INSENSATEZ

Guárdate el derecho de permanecer indiferente
a las provocaciones de cualquier naturaleza.
En una época de insensatez como esta, el mal anda suelto
seduce a los incautos.

•

Aquí, es la ira de los otros que te agrede.
Allí, está el sexo sin freno que te sensibiliza.
Por allá es la ambición que te despierta el interés.
Cerca se encuentra el vicio que enreda víctimas.
A tu alrededor la diversión perturbadora reina.
En todo lugar, la victoria del crimen y la disolución
de las costumbres multiplica sus tentáculos
como pulpo cruel y dominador.

•

Mira esas facilidades como siendo al camino de espinos
venenosos que la grama verde y agradable esconde en el suelo
y no te permitas ponerle los pies, evitándote los accidentes de
efectos dañinos.

Joanna de Ángelis
Vida Feliz

POESÍA A KARDEC

Querido Kardec:

Llegaste sin hacer ruido, lleno de entendimiento y sabiduría,
*santificaste con tu intelecto la **razón**,*
gastaste horas de tiempo y sueño,
la humanidad necesitaba un nuevo código de redención.

Las mesas giraban, hablaban, hervían, las risas sonoras
*daban paso al jolgorio y la **novedad**,*
mientras ¡Oh París! Tu sangre bullía de sueños frívolos,
llegaban mensajes del más allá.

*Fuiste un respetado maestro que guió su vida con **lealtad**,*
mientras los demás reían con sorna grotesca,
tú vivías momentos sagrados junto al Espíritu de la Verdad.

¡Cuántas lágrimas derramaste! ¡Cuántas noches sin dormir!
¡Cuánto infortunio vivido recayó sobre ti!

Fiel servidor del trabajo espírita,
*trabajaste en la vanguardia de una nueva **concepción**,*
redirigiste el buscado fenómeno,
aportando sublimes textos de información.

¡Gran libro el de los Espíritus!
*Con preguntas y respuestas de gran **tenor**,*
ante todo aquello que inquieta al hombre
sobre la muerte y la concepción.

Llegó más tarde el de los Médiums,
*como guía segura de **trabajar***
retando a burlones y mentirosos,
para a nadie más poder embaucar.

Directrices formales de estudio y vivencia
*aportó el Evangelio de oro y **luz**,*
magistrales enseñanzas del amado Jesús.
Las adaptó a los nuevos tiempos,
*les dio vigencia de **modernidad**,*
palabras dichas a más de dos mil años
suscriben tono de realidad.

*Con el Génesis llegó la vida, el intelecto y la **comprensión***
páginas sublimes y eternas que hablan directas al corazón.
*En el Cielo y el Infierno la luz volvió a **brillar**,*
apuntes netos del dilema oculto,
sobre la vida y su despertar.

Configura así el comportamiento humano
*en cinco libros que abren **mentes**,*
espiga ardiente de aurora y fuego,
fermento noble de las simientes;
de aquellas viejas, ayer podridas, hoy renovadas y recogidas.

Cinco libros y un solo camino
actitudes renovadas para un viejo psiquismo,
psicología cristiana, anunciado espiritismo.

Gracias te damos maestro y guía
*que con tu sacrificio y **perseverancia**,*
trajiste un mensaje de alegría y esperanza.
¡Somos espíritas gracias a ti,
*mediums seguros, estudiantes **certeros**,*
cristianos de orden y propagadores sinceros!

Longina

EL GÉNESIS
Los milagros y las profecías según el Espiritismo
Capítulo XIV: "Los fluidos"

El periespíritu, o cuerpo fluídico de los Espíritus, es una de las formas más importantes que adopta el fluido cósmico. Constituye la condensación de ese fluido en derredor de un centro de inteligencia o alma. Ya vimos que el cuerpo carnal basa su principio en el mismo fluido transformado y condensado en materia tangible. En el periespíritu, la transformación molecular se opera de otra manera, ya que el fluido conserva su imponderabilidad y sus cualidades etéreas. El periespíritu y el cuerpo carnal se originan en el mismo elemento primitivo: uno y otro son materia, aunque en estados diferentes.

Los Espíritus conforman su periespíritu con elementos del medio en que se encuentran, es decir, que esta envoltura se integra con fluidos propios del ambiente; en consecuencia, los elementos constitutivos del periespíritu varían de acuerdo con los mundos. Júpiter es considerado un mundo muy avanzado en comparación con el nuestro. Allí la vida corporal no es de la materialidad grosera que hay en la Tierra, por lo que los cuerpos periespirituales deben ser de naturaleza infinitamente más quintaesenciada que en nuestro planeta. Ahora bien,

al igual que no podríamos vivir en ese mundo con nuestro cuerpo carnal, nuestros Espíritus no podrían penetrar en él con su periespíritu terrestre. Al abandonar la Tierra, el Espíritu reviste su envoltura fluídica con los fluidos apropiados al mundo al que debe trasladarse.

La naturaleza de la envoltura fluídica se relaciona siempre con el grado de progreso moral del Espíritu. Los Espíritus inferiores no pueden cambiarla a voluntad y, en consecuencia, no les es posible por iniciativa propia trasladarse de un mundo a otro. Los hay cuyos cuerpos fluídicos, aunque etéreos e imponderables en relación con la materia tangible, son aún demasiado groseros, si así podemos calificarlos, en relación con el mundo espiritual, como para permitirles salir de su medio. Debemos incluir en esta categoría a esos Espíritus que, en razón de ser sus periespíritus muy condensados confunden a éstos con sus cuerpos carnales pretéritos y, por ello, creen estar vivos aún. Estos Espíritus, cuyo número es cuantioso, permanecen en la superficie de la Tierra al igual que los encarnados, creyendo ocuparse de sus asuntos. Otros, más desmaterializados, no lo son lo bastante, sin embargo, como para elevarse por encima de las regiones terrestres.(1)

Los Espíritus superiores, por el contrario, pueden acercarse a los mundos inferiores e incluso encarnar en ellos. Extraen del mundo en que entran los elementos necesarios para recubrir la envoltura fluídica o carnal adecuada al nuevo milenio. Actúan como el noble que abandona sus hermosos ropajes para vestir momentáneamente el sayal, sin dejar por ello de ser un gran señor.

Así es como los Espíritus del orden más elevado pueden manifestarse a los habitantes de la Tierra o encarnar entre ellos en misión. Estos Espíritus no traen consigo la vestidura, pero sí el recuerdo intuitivo de las regiones de donde vienen, percibiéndolas con el pensamiento. Son los iluminados en el país de los ciegos.

La capa de fluidos espirituales que rodea a la Tierra puede comparase con las capas inferiores de la atmósfera: más pesadas, más compactas, menos puras que las capas superiores. Estos fluidos no son homogéneos, constituyen una mixtura de moléculas de calidad diversa, entre las que encontramos a las moléculas que forman la base, pero con determinadas alteraciones. Los efectos que producen estos fluidos guardan relación con la suma de partículas puras que contengan. Tal es, en comparación, el alcohol rectificado o mezclado en proporciones diversas con el agua u otras sustancias: su peso específico aumenta en razón de la mezcla, al mismo tiempo que su fuerza e inflamabilidad disminuyen, aunque en el todo haya alcohol puro.

El Espíritu destinado a vivir en ese medio obtiene de él los elementos para recubrir su periespíritu, pero, en razón del mayor o menor grado de pureza del Espíritu, su periespíritu se revestirá con las partículas más puras o más groseras del fluido propio del mundo en el que deba encarnar. El Espíritu produce allí, por comparación y no por asimilación, el efecto de un reactivo químico que atrae hacia él las moléculas asimilables a su naturaleza.

De ello resulta un hecho capital: la constitución íntima del periespíritu no es igual en todos los Espíritus encarnados o desencarnados que pueblan la Tierra o el espacio circundante. Por el contrario, el cuerpo carnal se forma siempre con los mismos elementos, sin influir nada en ello la superioridad o inferioridad del Espíritu. También, en todo, son iguales los efectos producidos por el cuerpo y sus necesidades, mientras que difieren en todo lo que sea inherente al periespíritu.

Otro resultado es que la naturaleza periespiritual de un mismo Espíritu se va modificando en cada encarnación a medida que progresa moralmente, aunque encarne en el mismo medio, y que los Espíritus superiores encarnados excepcionalmente en misión en un mundo inferior poseen un periespíritu menos grosero que el de los nativos de ese mundo.

El medio siempre guarda relación con la naturaleza de los seres que en él viven: los peces lo hacen en el agua, los seres terrestres en la atmósfera, los seres espirituales en el fluido espiritual o etéreo, mismo sobre la Tierra. El fluido etéreo es para las necesidades del Espíritu lo que la atmósfera para las necesidades del encarnado. Ahora bien, al igual que los peces no pueden vivir en el aire, ni los animales terrestres en una atmósfera demasiado rarificada para sus pulmones, los Espíritus inferiores no soportan el esplendor ni la impresión de los fluidos más etéreos. No morirían al contactarse con los mismos, porque los Espíritus no mueren, pero una fuerza instintiva los mantiene alejados, como nosotros nos apartamos de un fuego demasiado vivo o de una luz que ciega. He aquí por qué no pueden salir del lugar apropiado a su naturaleza. Para cambiar de medio tendrán que modificarla a fin de estar conforme a él: deberán despojarse de los instintos materiales que los mantienen sujetos a los mundos físicos. En resumen: si se depuran y transforman moralmente se irán identificando en forma gradual con medios más depurados, y esta transformación moral terminará por convertirse en una necesidad, así como los ojos de quien ha vivido largo tiempo en las tinieblas se habitúan paulatinamente a la luz del día y al brillo del Sol.

Todo se une y eslabona en el Universo. Todo está sujeto a la importante y armoniosa ley de unidad, desde la materialidad más compacta hasta la espiritualidad más pura. La Tierra es como un lodazal del que escapa un humo espeso que se va aclarando a medida que se eleva y cuyas partículas dispersas se pierden en el espacio infinito.

El poder divino se manifiesta en todos los cuadros de tan grandioso conjunto. ¡Y se quisiera que Dios, para probar mejor su poder, viniese a enturbiar tamaña armonía rebajándose al papel de un mago, brindando efectos pueriles dignos de un prestidigitador! ¡Y, por añadidura, se le crea un rival en habilidades: Satanás! No se podría disminuir más a la majestad divina, y, sin embargo, ¡aún se sorprenden del avance de la incredulidad!

Tenéis razón en decir: "¡La fe se va perdiendo!" Mas, la fe que se extingue es aquella que molesta al buen sentido y a la lógica, esa fe que otra época llevó a decir: "¡Los dioses se alejan!" Pero la fe en las cosas serias, en Dios y en la inmortalidad del alma permanece viva en el corazón del hombre, y si fue sofocada a raíz de las historias pueriles con que se la abrumó, resurge fortalecida desde el instante en que se libera, como una planta enferma se anima cuando vuelve a encontrarse con el Sol.

Sí, todo es milagroso en la Naturaleza, porque todo es admirable y testimonia la sabiduría divina. Tales milagros son para todos, para quienes tienen ojos para ver y oídos para oír y no en beneficio de unos pocos. ¡No!, no hay milagros, según el sentido que se da a esta palabra, porque todo surge de las leyes eternas de la Creación y porque tales leyes son perfectas.

Allan Kardec

(!) Véanse ejemplos de Espíritus que aún creen pertenecer a este mundo en la Revista Espírita de diciembre de 1859: "Un Espíritu que no se considera muerto", y de noviembre de 1864 y abril de 1865: "Pierre Legay, el Gran Pierrot." [N. de A. Kardec.]

Apuntes sobre la Psicología de la gratitud

Marina Castells

Joanna de Ángelis, a través de su libro "Psicología de la Gratitud" nos ofrece nuevamente una serie de herramientas para el bien de nuestro progreso espiritual. Ese libro desgrana de forma magistral un recurso terapéutico aún poco explotado a través de las distintas disciplinas psicoterapéuticas o psiquiátricas. No me corresponde dar a conocer la gran profundidad que esconden sus libros. Gracias al tándem espiritual formado por Divaldo Pereira Franco y Joanna de Ángelis, disponemos entre nosotros de esos libros, verdaderas joyas, que nos ofrecen herramientas y recursos terapéuticos indispensables para nuestra evolución y autoconocimiento. Trabajo imprescindible para llegar a alcanzar esa paz interior o estado de autoiluminación ansiadas. Los libros de Joanna de Ángelis resuelven de forma minuciosa la mayoría de los más profundos conflictos del ser humano, desde una aproximación totalmente innovadora respecto a las distintas escuelas de psiquiatría. Joanna ofrece un abordaje global de los conflictos, aproximándose a ellos desde la premisa que el ser humano es un ser con una dimensión espiritual en evolución y aprendizaje. De este modo, los conflictos que se generan entre el *self*, el ego y el ello o yo social se pueden abordar con un sentido terapéutico verdaderamente auténtico y completo. Joanna nos demuestra en estos libros como debemos ser capaces de desarrollar esta capacidad "auto-sanadora" mediante el auto-conocimiento, el auto-análisis y la aplicación de los recursos indispensables para nuestra salud mental, espiritual y física; el desarrollo del auto-amor.

Afortunadamente la espiritualidad (que es quien mejor conoce nuestras sombras y debilidades) no nos deja a nuestra suerte. Igual que Joanna o el propio Divaldo, muchísimos guías, mentores, espíritus de luz y por supuesto, Jesús, son el ejemplo intachable del amor verdadero e incondicional. Ese amor que va más allá de los lazos físicos. Estos lazos de amor persisten irrompibles a través de las distintas existencias y que nos sostienen a modo de red cada vez que caemos. Pero amigos y compañeros de batallas… el trabajo es nuestro, no podemos postergarlo más. Al menos dejemos ya a un lado de "auto-obsesionarnos" y de "auto-enfermarnos".

Joanna en el libro "Psicología de la Gratitud", aborda este recurso terapéutico tan potente: la gratitud. Hablar de amor universal, amor al prójimo… dejemos de lado por un momento palabras etéreas, u utopías que quizás aún no están a nuestro alcance. Pongamos en práctica algo más concreto y más a nuestro nivel puesto que la gratitud nace de una evolución del instinto a la emoción que forma parte de nuestro desenvolvimiento ético-moral y que permite nuestra transformación hacia un ser realmente más equilibrado, alegre, amable y sano.

¿Somos agradecidos? El análisis de este sentimiento nos indica de forma directa nuestro grado de madurez psicológica. La infancia psicológica la dejamos cuando empezamos a ser agradecidos. Pasamos de sentirnos ególatras, egoístas, envidiosos, desconfiados y empezamos a ensayar sentimientos de gentileza, humildad y altruismo. Es decir dejamos la infancia psicológica del ego y permitimos que el *self* se manifieste y se transforme en un ser realmente maduro, equilibrado y generador de sentimientos elevados. A medida que conectamos con nosotros mismos, conectamos con las personas que nos rodean y de ese modo vamos conectando... llegará algún día… con el amor universal.

Muchas corrientes psicológicas, llamadas positivas, hoy en día hablan de las fortalezas del ser humano como la gratitud, la empatía, la resiliencia, el optimismo, el altruismo.

Distanciándose del pesimismo, la depresión, el egoísmo, la envidia y la ansiedad.

¿Qué significa trabajar estas fortalezas? En mi opinión, significa encontrar la salud "integral" espiritual, psicológica y física. Joanna eleva el grado de estas fortalezas del ser humano hacia verdaderos recursos terapéuticos que es el lugar real que le corresponde.

Las investigaciones efectuadas en el campo de la psicología han ofrecido datos sobre el efecto beneficioso que tiene la gratitud disposicional y las conductas prosociales con las emociones positivas, como la satisfacción con la vida, el optimismo, la esperanza, la vitalidad y la percepción subjetiva de felicidad. Además estos estudios demuestran que la gratitud nos protege de trastornos psicológicos como la depresión, la ansiedad o el consumo de sustancias.

Pensado desde este punto de vista, la gratitud representa una habilidad primordial para desarrollar y mantener niveles adecuados de bienestar emocional, satisfacción y calidad de vida. Es una fortaleza del ser humano que debemos reforzar para prevenir conflictos internos o si ya nos afectan ayudar a vencerlos.

Joanna, por otro lado, profundiza acerca de las raíces de esa ingratitud que nace de los conflictos entre el yo y el *self*, Joanna cita en este libro: "la ingratitud surge al florecer las sombras que son los egoísmos que hemos interiorizado a lo largo de tantas existencias dominados por instintos inferiores". Esas sombras pueden habernos convertido, como explica la autora, en "miopes emocionales". Dejamos de percibir la armonía que existe en la vida, los momentos mágicos que nos ocurren, e incluso la belleza estética que nos rodea. ¿Cuándo fue el último instante en el que fuimos conscientes de vivir un sentimiento realmente espontáneo de gratitud? ¿Lo hemos sentido jamás? Si al leer estas líneas nos damos cuenta que no es así, no debe ser motivo de preocupación puesto que la constatación, tomar conciencia, de que no se siente gratitud ya es una forma de comprenderla y por tanto de llegar a ansiarla y conquistarla.

Cuando la sombra domina al ego, convierte al individuo en un ser de carácter autopunitivo o bien vengativo. Las imperfecciones morales no modificadas en existencias anteriores atormentan al ser. Éste se complace en organizar mecanismos de evasión o de transferencia para simular una situación de bienestar irreal.

Pongamos ejemplos, por un lado están esas personas que todos conocemos que se complacen en sentirse víctimas y por lo tanto hacer sentir culpables a su objetivo, también aquellas que reclaman la falta de atención y aplauso de forma constante. Se proyectan en los demás esas emociones de ira, amargura y desconfianza que alberga su interior. Personas críticas que jamás hayan una actitud desinteresada en los demás, mostrándose siempre desconfiadas y dispuestas a desprestigiar cualquier comportamiento loable.

El ingrato, en consecuencia, padece de ansiedad, de bajo nivel de autoestima, teme las confrontaciones y es portador de un complejo de inferioridad.

Joanna explica que debemos entender y respetar estos sentimientos que se pueden albergar en cualquiera de nosotros, solo el discernimiento del deber, o dicho de otro modo, madurar, conseguirá que se liberen del ego estas debilidades que albergamos en nuestro interior. Entenderlas y amarlas porque en un momento pasado probablemente estas sombras contribuyeron a superar condiciones adversas del medio ambiente en nuestros estadios más primarios. Debemos adoptar nuevas conductas que despierten en nosotros esos valores que nos hagan salir de nuestra individualidad hacia la comunidad donde podremos perfeccionarnos aprendiendo a conquistar emociones superiores como la alegría y la paz.

Sentir gratitud aporta luz a nuestro corazón, proporciona armonía interna, liberación de conflictos, salud emocional y física… proyecta a Dios en nuestro corazón.

La gratitud es una experiencia de dimensión moral, no cerebral, inherente al *self*, no al ego, porque le primero es de origen divino y el segundo de naturaleza humana. Cuando se instala en el *self* ya no hay vuelta atrás.

A medida que los sentimientos superiores de alegría y de gratitud se apoderan del individuo, se curan los males que lo afligen durante el trayecto de inmadurez psicológica, liberándolo de los conflictos que deterioran su comportamiento favoreciendo que profundice la capacidad para comprender la vida y su finalidad. Todo lo que le parecía desafiante se muestra como un continente conquistado, las manifestaciones de susceptibilidad de "víctima" se va superando y toma lugar la confianza en uno mismo y el respeto por los otros. Aparece espontáneamente la alegría de vivir y de luchar. La calma sustituye la ansiedad. Se irradia bondad de forma espontánea enfocándose en el trabajo para el bien de las demás personas.

Para finalizar este pequeño artículo que resume algunos aspectos de "Psicología de la Gratitud", queríamos recordar como hace Joanna a Francisco de Asís. Al alcanzar el estado de iluminación Francisco de Asís exclamó su famosa loa de gratitud hacia la existencia de todas las criaturas, el hermano sol, la hermana luna, hermana lluvia, las plantas y todo lo que vibra y glorifica la creación de nuestro padre.

Gracias.

Marina Castells

Centros Espíritas Colaboradores

Centro Espírita Manuel y Divaldo
Reus · Tarragona
www.cemyd.com
cemyd@cemyd.com

Centro Espírita Irene Solans
Lleida
http://ceis.spirity.com
ceirenesolans@gmail.com

Centro Espírita Pablo y Esteban
El Vendrell · Tarragona
http://pabloyesteban.espiritas.net
pabloyesteban@espiritas.net

Centro Espírita Clara de Asís
Montequinto, Sevilla
geclaradeasis@gmail.com

Centro Espírita de Ponent
Benavent de Segrià
acep@espiritas.net
http://acep.espiritas.net

Asociación Espírita Otus i Nèram
Tàrrega · Lleida
www.kardec.es/otusineram
otusineram@terra.es