

Programa Qualificar,
Humanizar e Espiritizar

**O Espírita E A
Vivência Do Amor
Na casa espírita...**



CONHEÇA O PROJETO ESPIRITIZAR ACESSE O SITE:

WWW.ESPIRITIZAR.ORG

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Sentimentos Egóicos Evidentes (Negatividades Do Ego) - Originam-se Da Energia De Desamor (Ex. Ódio, Raiva, Ressentimento, Mágoa, Orgulho, Vaidade, Egoísmo, Egocentrismo, Depressão, Tristeza, Violência, Crueldade, Angústia, Ansiedade, Medo, Pânico, Astúcia, Etc.)

Identificação

Inibição Dos Fulcros Energéticos Do Ser Essencial, Resultando Na Densificação Do Ego. Manifestado Através De Mal Estar, Desconforto, Desarmonia, Desequilíbrio, Infelicidade, Doenças, Etc.

Aceitação, Desidentificação e Transmutação

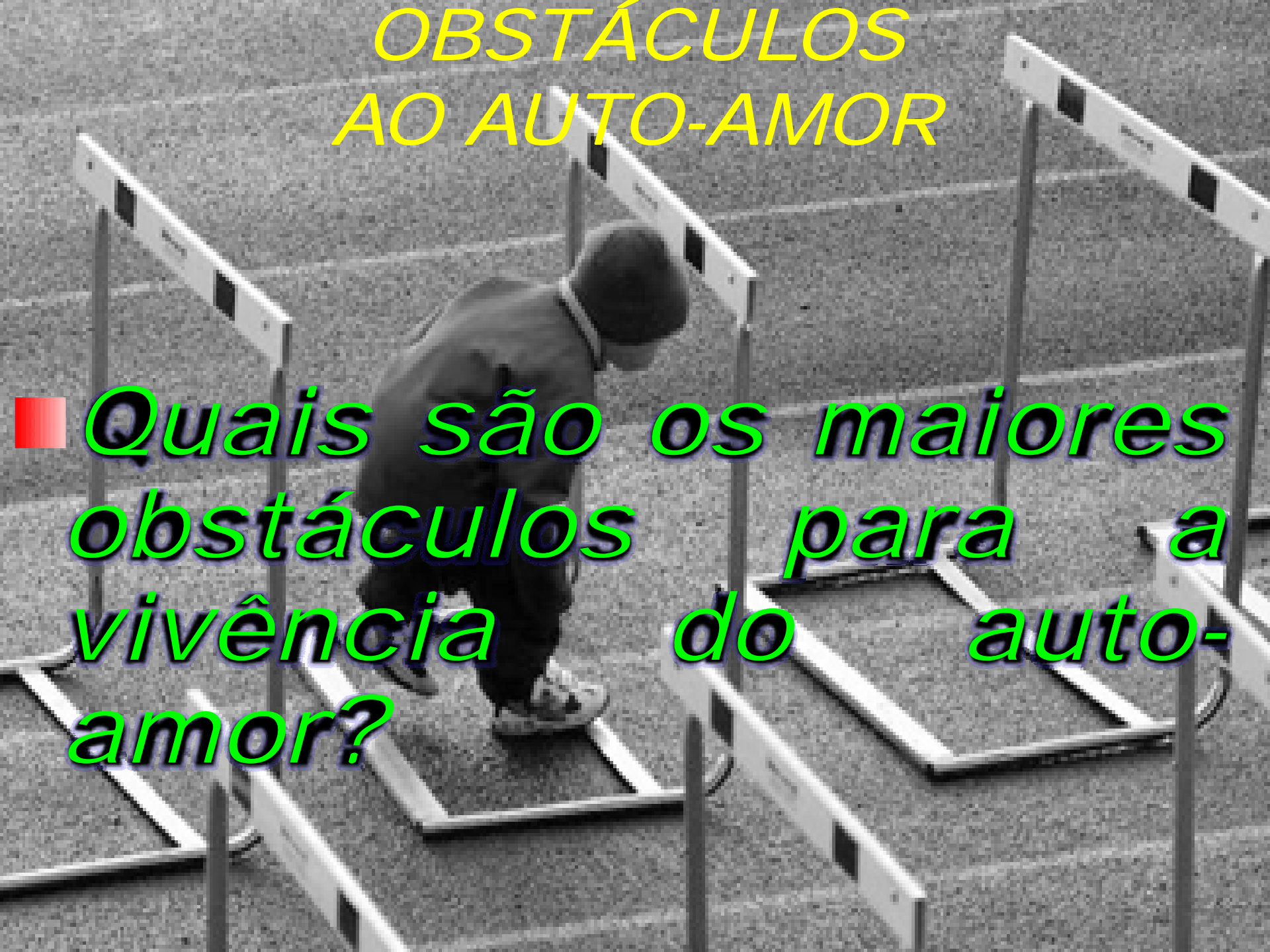
Negação, Repressão, Bloqueio

Sentimentos Egóicos Mascarados- Originam-se Da Energia De Pseudo-amor. Criam-se Disfarces (Máscaras) Dos Sentimentos Egóicos Negativos, Através De Sentimentos Aparentemente Verdadeiros (Ex. Autopiedade, Euforia, Bonzinho, Perfeccionismo, Timidez, Projeção, Etc), Resultando Em Uma Pseudo-harmonia, Pseudo-saúde, Pseudo-felicidade, Um Pseudo-conforto.

Identificação Com Os Sentimentos Essenciais Originários Da Energia De Amor (Compaixão, Bondade, Harmonia, Equilíbrio, Alegria, Etc.) Os Quais Geram A Potencialização Do Ser Essencial, Resultando Na Sutilização Do Ego, Propiciadora De Plenitude E Felicidade → Saúde Integral

OBSTÁCULOS AO AUTO-AMOR

■ *Quais são os maiores obstáculos para a vivência do auto-amor?*



*OBSTÁCULOS
AO
AUTO-AMOR*

■ *CULPISMO*

■ *DESCULPISMO*

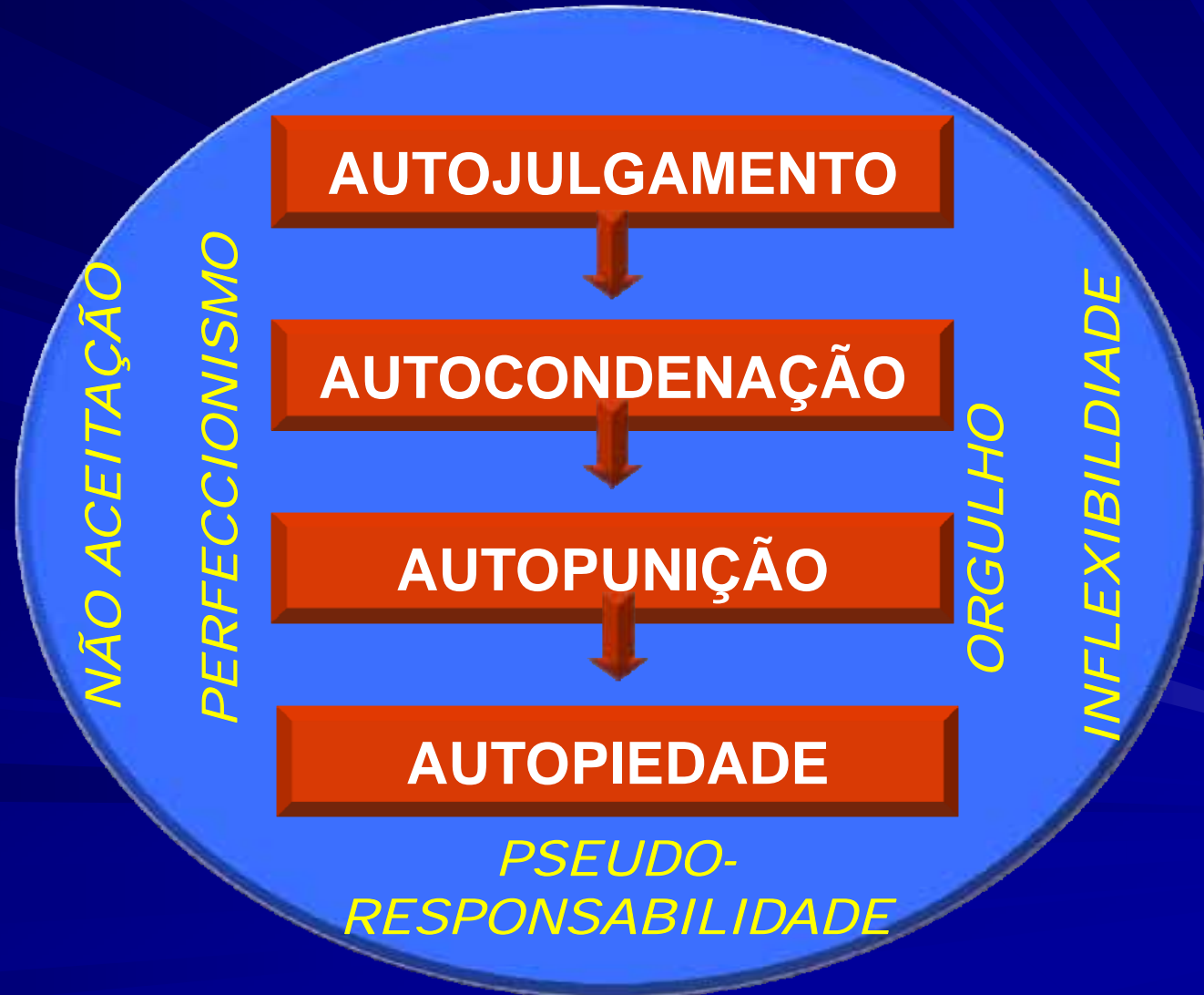
■ *PASSIVIDADE*

■ *REATIVIDADE*

OBSTÁCULOS AO AUTO-AMOR

Atitude diante dos erros cometidos

CULPISMO



OBSTÁCULOS AO AUTO-AMOR

Atitude diante dos erros cometidos

DESCULPISTAS



Atitude diante dos erros cometidos

AUTO-OBSERVAÇÃO AMOROSA

AUTO-AMOR

AUTOCONSCIÊNCIA

ARREPENDIMENTO

AUTO-ANÁLISE

APRENDIZADO

RESPONSABILIDADE

REPARAÇÃO

*VER-SE COMO UM SER
HUMANO PERFECTÍVEL*

HUMILDADE

AUTO-ACEITAÇÃO

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR



AMOR COMO LIBERTADOR DO SOFRIMENTO

Provação



Experiências



A aceitação amorosa das provas gera a Educação do Espírito

Expição



Sufrimento



O sofrimento expiatório gera a reeducação para que o ser possa retornar ao amor

MOTIVAÇÃO UM OLHAR

PARA

VIDA

www.neuberf.blogspot.com

DESENVOLVENDO UMA POSTURA PROATIVA E AMOROSA PERANTE A VIDA



ATRIBUTOS DA VONTADE

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Meios de buscar a identificação e desenvolvimento do Ser Essencial

- **Q.919LE- Qual é o meio prático e mais eficaz para se melhorar nesta vida, e resistir aos arrastamentos do mal ?**

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Meios de buscar a identificação e desenvolvimento do Ser Essencial

- **Q.919LE-** Resp: Um sábio da antiguidade já vo-lo disse: Conhece-te a ti mesmo ...
“Fazei o que eu fazia, quando vivi na Terra: ao fim do dia, interrogava a minha consciência, passava revista ao que fizera e perguntava a mim mesmo se não faltara a algum dever, se ninguém tivera motivo para de mim se queixar. Foi assim que cheguei a me conhecer e a ver o que em mim precisava de reforma...”

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Meios de buscar a identificação e desenvolvimento do ser essencial

- ❖ **Meditação:** Propicia o autodescobrimento
- ❖ **Através da meditação o indivíduo identifica as atitudes egóicas para poder transmutá-las. Reconhece os atos de desamor e de pseudo-amor (egóicos) por si mesmo e pelos outros e busca transformá-los em atos de Amor (essencial).**

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Meios de buscar a identificação e desenvolvimento do ser essencial

❖ **Atos de Amor**

A partir do **Autodescobrimento**, surge a necessidade da prática dos atos de amor por si mesmo e pelos outros, para com eles poder transmutar as energias egóicas negativas em energias amorosas propiciadoras de harmonia, plenitude e paz.

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Meios de buscar a identificação e desenvolvimento do ser essencial

❖ Identificação Cósmica

Tudo no Universo vibra Amor, porque tudo provém da Consciência Cósmica, da Grande Luz de Amor, Fonte Criadora do Cosmos. **Para se conseguir se autodescobrir e transmutar as energias egóicas é necessário o contato consigo mesmo em essência para que, automaticamente a criatura se ligue ao criador, Fonte de todo Amor, de modo que possa se fortificar na busca do Amor a Si mesma e para os outros.**

A VIVÊNCIA DO AMOR EM FAMÍLIA

Quais as razões para que o casamento seja visto, nos dias de hoje, de forma descartável por grande parte dos casais?

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Relacionamento Conjugal

Divergências

- ❖ Insegurança
- ❖ Insegurança em relação a si mesmo
- ❖ Transferência de objetivos
- ❖ Imaturidade
- ❖ Sócio-Econômica
- ❖ Educacional
- ❖ Culturais

União

- ❖ Amizade, companheirismo
- ❖ Diálogo
- ❖ Interesse nas realização do outro
- ❖ Alegria de sentir-se útil e estimado
- ❖ Tolerância; Renúncia; Compreensão

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Relacionamento Conjugal

Relacionamento Conjugal Saudável

Harmonia entre as Forças:

Amor

Eros

Sexo

Padrão de Carência Afetiva



Insegurança

Co-dependência

(Movimento de buscar o amor no outro)

Produz Energia Repulsiva pois a pessoa se torna dependente, pegajosa. Não há troca de energia

Apego, ciúme

Padrão de Amor Incondicional



*Independência interdependente
(Movimento de dar e receber amor)*

*A pessoa mantém sua independência,
pois o amor que ela se dá lhe basta.
Ao mesmo tempo se abre à
Interdependência que é o movimento de
Troca de energia amorosa com o outro*

Autoconfiança e confiança no outro

A VIVÊNCIA DO AMOR EM FAMÍLIA

Quais são as possíveis causas dos fatos que temos presenciado na mídia freqüentemente, de pais matando filhos, filhos matando pais, dentre outras notícias envolvendo a família?

A VIVÊNCIA DO AMOR EM FAMÍLIA

O QUE FAZER?



O QUE FAZER?

➤ **AUTORITARISMO**
CARACTERIZA-SE POR
UM EXCESSO DE
LIMITES, ORDENS,
AMEAÇAS PROIBIÇÕES
E CASTIGOS.

O QUE FAZER?

➤ **PERMISSIVIDADE – PAIS SENTEM-SE OBRIGADOS A ABRIR MÃO DE COISAS IMPORTANTES, A SEMPRE CEDER PARA ACABAR COM AS BRIGAS. COLOCAM-SE EM SEGUNDO PLANO.**

O QUE FAZER?

➤ **HÁ INSUFICIÊNCIA DE LIMITES E FALHAS NA TENTATIVA DE ENCONTRAR SOLUÇÕES QUE SATISFAÇAM AS NECESSIDADES DE AMBAS AS PARTES.**

O QUE FAZER?

➤ **PERMISSIVIDADE
ESTÁ LIGADA À
DISTORÇÃO DO
CONCEITO DE BOM
PAI E DE BOA MÃE.**

O QUE FAZER?

➤ **SER BONZINHO SIGNIFICA FAZER TODAS AS VONTADES DOS FILHOS. SURGE O MEDO DE QUE, AO CONTRARIAR O FILHO, ESTE FICARÁ COM RAIVA E DEIXARÁ DE GOSTAR DOS PAIS.**

➤ **HÁ PAIS QUE SE TORNAM PERMISSIVOS POR COMODISMO.**

O QUE FAZER?

RELAÇÃO PAIS/FILHOS

**MINHAS
NECESSIDADES**

**SUAS
NECESSIDADES**

AUTORITARISMO

PERMISSIVIDADE

**NOSSAS
NECESSIDADES**

AUTORIDADE AMOROSA

RESOLUÇÃO CONJUNTA

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Amor Condicional aos outros - Cônjuge, filhos, pais, parentes, amigos, etc.

Crenças de Necessidade

“Eu tenho que amar _____” - “Eu tenho que tratar bem _____”
“Eu tenho que fazer o melhor por _____” - “Eu preciso ser bom/boa com _____”

Obrigação de amar, de ser bom, de ajudar, útil, etc.

Gerador de 2 movimentos que geram um círculo vicioso

Desamor por si mesmo

Auto-anula o de suas vontades para servir, ser útil, amar o outro

Mais cedo ou mais tarde ocorre uma satura o resultando em cobranças de reconhecimento

**Pseudo-amor para o outro
O outro   um necessitado**

Martírio / Bonzinho - busca atender todas as necessidades do outro sem colocar limites

Quando não faz ou pensa em não fazer sente culpa

Rela o com o outro se torna um peso que a pessoa busca fugir ou lhe traz muita amargura e insatisfa o

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Amor Incondicional aos outros
(Cônjuge, filhos, pais, amigos, parentes, etc)

Auto-amor

Conscientização sobre o quanto é bom amar, ajudar, servir, ser útil ao outro
(Alo-amor)

Amor para si mesmo e amor ao outro, colocando limites e sentindo compaixão
(O outro é digno e responsável pela própria vida)

Leveza na relação com o outro, libertando-se da obrigação, da culpa, das cobranças, da amargura e insatisfação

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Capacidade de Administrar Conflitos: Como Surgem os Conflitos

*Sentimento Egóicos Evidentes:
Orgulho, Egoísmo, Egocentrismo, etc.*

*Levam o Indivíduo a impor
o seu ponto de vista sobre o outro*

*Isso gera um conflito imediato
na relação com o outro que será manifestado
de duas formas na pessoa que é alvo do conflito:*

*Passiva:
Conformação externa,
mas com uma grande
Revolta interior.
O Conflito
permanece de forma
oculta*

*Reativa:
Insurreição contra
o outro, contrapondo
com o seu próprio
ponto de vista. O
conflito se torna
bastante evidente*

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Forma Falsa de Administrar Conflitos

Imposição do Ponto de Vista

O outro busca solucionar o conflito com pseudo-humildade e auto-anulação

Pseudo-aceitação do ponto de vista do outro

O conflito é adiado, pois uma das pessoas envolvidas está se auto-anulando

Cedo ou tarde o conflito se manifesta pois ninguém consegue se auto-anular durante muito tempo

Após esgotado o movimento de auto-anulação, ocorre uma Insurreição muito mais violenta contra o outro, pois o conflito foi Reprimido e agora surge com toda força

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

*Forma Essencial Proativa de se Administrar
Conflitos*

*Conflito gerado pela imposição do ponto de vista de um
indivíduo sobre o outro*

*Identificação da pessoa envolvida com o sentimento de amor
essencial gerador de humildade e aceitação do outro como ele é,
com defeitos e qualidades*

*Aceitação da pessoa que está querendo se impor, sem contudo
aceitar a sua imposição, pois isso seria uma auto-anulação*

*Compreensão do movimento egóico do outro, buscando equacionar
o conflito através do consenso, onde cada um vai ceder no seu
ponto de vista para buscar um ponto de vista único que seja um
consenso entre ambos*

Resolução do Conflito

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Atendimento aos problemas ou necessidade dos outros

Vinculação Baseada no Desamor

Egoísmo e Egocentrismo

Geram 2 Movimentos

*Passivo
Indiferença*

*Reativo
Crueldade*

O Indivíduo não se importa com o que acontece com os outros

O Indivíduo tem um movimento de violência, desrespeito, maus-tratos, agressividade, etc, na relação com o outro

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Atendimento aos problemas ou necessidade dos outros

Vinculação Baseada no Pseudo-amor

*Pseudo-Altruísmo
ou Interesse*

*Geram 2
Movimentos*

*O Indivíduo tem uma postura de sentimentalismo:
Ocorre um sentimento de pena em relação ao outro que é visto como um coitado, o qual precisa ter os seus problemas resolvidos.
Atua com base no Sentimento de Culpa e de Obrigação*

*O Indivíduo tem uma postura de fingimento:
Movido por interesse ele mascara atitudes de desamor para conseguir levar vantagens*

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Atendimento aos problemas ou necessidade dos outros

Vinculação Baseada no Amor

Alo-Amor

Solidariedade

*O Indivíduo ajuda o outro a se ajudar.
Faz isso por consciência de si produzindo
o verdadeiro vínculo que se baseia no amor,
por ser este permanente*

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

A vivência do amor entre os Espíritas

Espíritas! Amai-vos, este o primeiro ensinamento ; Instruí-vos , este o segundo.

(Espírito da Verdade)

- ❖ **Espiritismo hoje é o Cristianismo de ontem, convidando-nos ao amor, para que todos saibam em definitivo que somos discípulos de Jesus.**
- ❖ **Colocai, nos seus corações infantis, a palavra de libertação, a educação, para que a sabedoria venha guiar-lhes os passos na era nova uni-vos, amando-vos uns aos outros, mesmo quando discrepando nas observações. (Adolfo Bezerra de Menezes)**

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Caridade Essencial

Antes, porém, da caridade que se manifesta exteriormente nos variados setores da vida, pratiquemos a caridade essencial, sem o que não poderemos efetuar a edificação e a redenção de nós mesmos.

Trata-se da caridade de pensarmos, falarmos e agirmos, segundo os ensinamentos do Divino Mestre, no Evangelho.

É a caridade de vivermos verdadeiramente nele para que Ele viva em nós. Sem esta, poderemos levar a efeito grades serviços externos, alcançar intercessões obras de pedra, mas, dentro de nós mesmos, nos instantes de supremo testemunho na fé, estaremos vazios e desolados, na condição de mendigos de luz.

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Bibliografia

- ❖ CERQUEIRA, Alírio F, A Arte da Competência Essencial – Ed. Totalidade – São Paulo – 2002
- ❖ CERQUEIRA, Alírio F, Saúde da relação pais e filhos - Editora Bezerra de Menezes – Santo André – 2009
- ❖ Psicoterapia à luz do Evangelho – Editora Bezerra de Menezes – Santo André – 2004
- ❖ FRANCO, Divaldo – pelo Espírito Joanna de Ângelis – Amor Imbatível Amor 1ª ed. Livraria Espírita Alvorada Editora – Salvador – 1998
- ❖ O Ser Consciente - 1ª ed. Livraria Espírita Alvorada Editora – Salvador 1993.
- ❖ Vida: Desafios e Soluções - 1ª ed. Livraria Espírita Alvorada Editora – Salvador 1997.
- ❖ Autodescobrimento uma busca interior - 1ª ed. Livraria Espírita Alvorada Editora – Salvador 1995.
- ❖ Livros Dos Espíritos -FEB



Programa de Qualidade no
Atendimento da Casa Espírita

O Espírita E A Vivência Do Amor

