

O Espírita E A Vivência Do Amor...

O que é a gratidão

■ **A gratidão é um sentimento mais profundo e significativo, pois não se limita apenas ao ato da recompensa habitual. É mais grandioso, porque traz satisfação e tem caráter psicoterapêutico.**

■ Livro Psicologia da Gratidão Espírito Joanna de Ângelis pg:22

A bênção da gratidão

■ Quando observamos uma rosa exteriorizando perfume carregado pela brisa, deparamo-nos com a gratidão do vegetal que transformou húmus em água em aroma delicado.

■ Livro Psicologia da Gratidão Espírito Joanna de Ângelis pg:23

A bênção da gratidão

- **Todo aquele que é grato, que compreende o significado da gratidão real, goza de saúde física, emocional e psíquica, porque sente alegria de viver, compartilha de todas as coisas, é membro atuante na organização social, é criativo e jubiloso.**





ALLAN KARDEC

“O Espiritismo dilata o pensamento e lhe rasga horizontes novos. Em vez dessa visão, acanhada e mesquinha, que o concentra na vida atual, que faz do instante que vivemos na Terra único e frágil eixo do porvir eterno, ele, o Espiritismo, mostra que essa vida não passa de um elo no harmonioso e magnífico conjunto da obra do Criador...”

Evangelho Segundo o Espiritismo, Capítulo II — Item 7



JOANNA DE ÁNGELIS

***“A tarefa da psicologia espírita é tornar-se ponte entre os notáveis contributos dos estudos ancestrais dos eminentes psicólogos, oferecendo-lhes uma ponte com pensamento spiritista, que ilumina os desvãos e os abismos do inconsciente individual e coletivo, os arquétipos, os impulsos e tendências, os conflitos e tormentos, as aspirações da beleza, do ideal, da busca da plenitude como decorrência dos logros íntimos de cada ser, na larga escala reencarnacionista.*”**



FEEMT

FEDERAÇÃO ESPÍRITA DO ESTADO DE MATO GROSSO

CONHEÇA O PROJETO ESPIRITIZAR ACESSE O SITE:

WWW.ESPIRITIZAR.ORG



PROJETO

ESPIRITIZAR

Qualificar e Humanizar para Espiritizar

POR QUE EXISTO?

POR QUE ESTOU NESTE MUNDO?

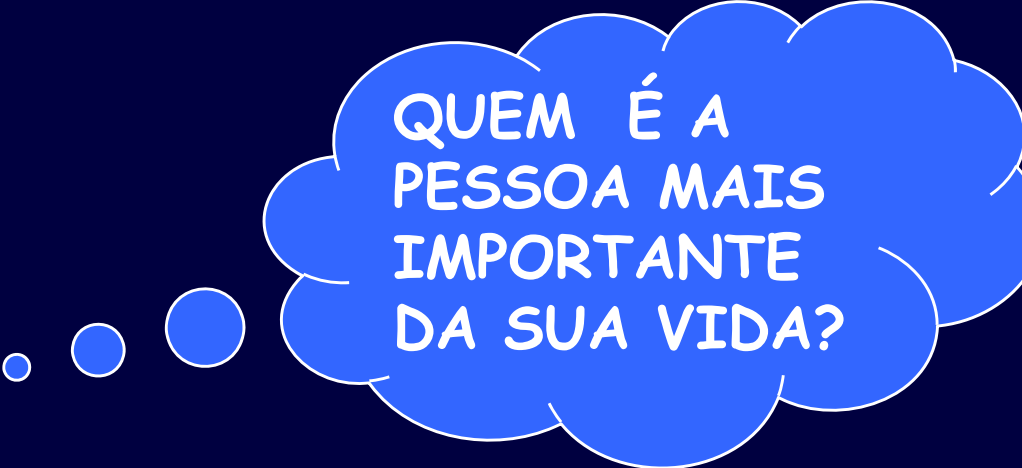
O QUE EU SOU?

*O QUE ESTÁ FALTANDO EM MINHA
VIDA?*


EU SOU FELIZ?

O QUE É A FELICIDADE?

QUAL O SENTIDO DA VIDA?



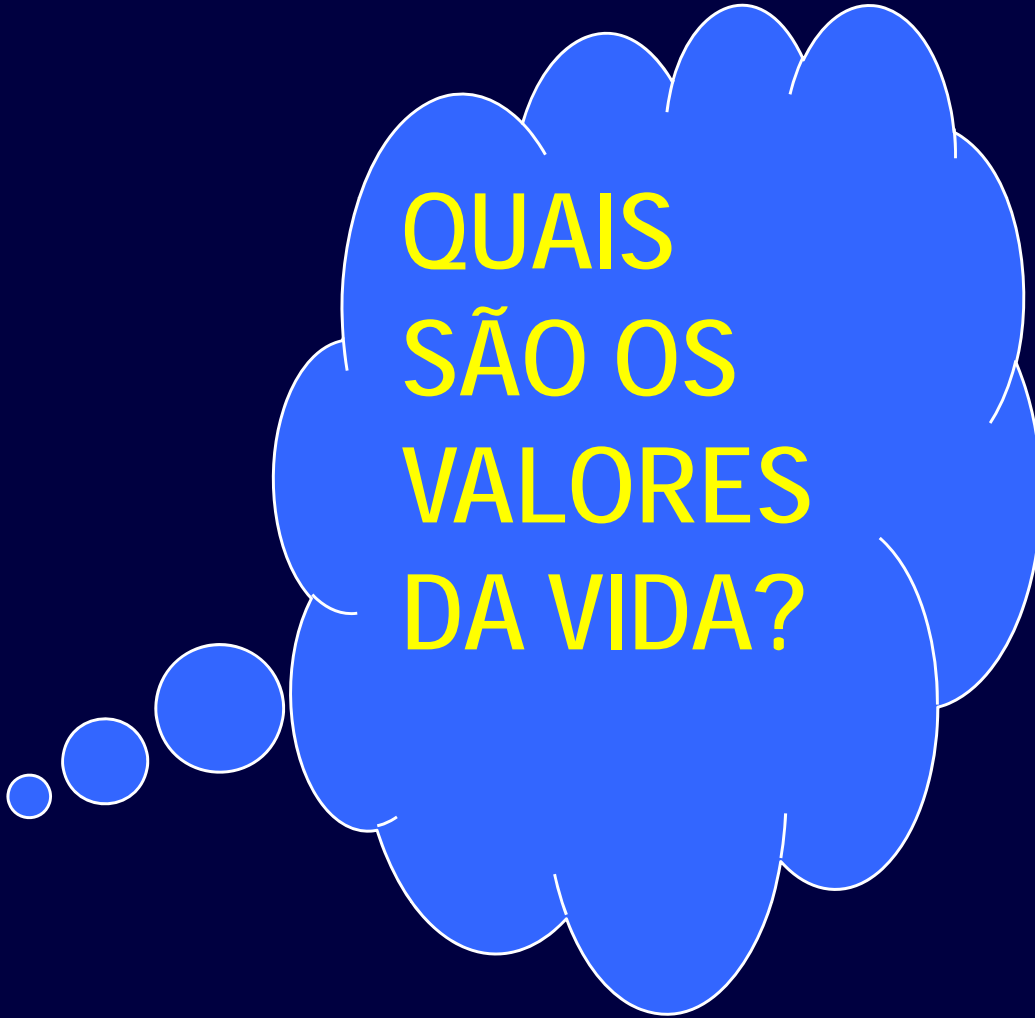
QUEM É A
PESSOA MAIS
IMPORTANTE
DA SUA VIDA?



QUEM
SOU
EU?

Atributos da Divindade

- *Eternidade;*
- *Imutabilidade e imaterialidade;*
- *Unicidade e Onipotência;*
- *Suprema e soberana inteligência;*
- *Soberana justiça e bondade;*
- *Perfeição infinita;*



**QUAIS
SÃO OS
VALORES
DA VIDA?**

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

PERMANENTE



SER

IMPERMANENTE



*TER, ESTAR, FAZER
GOSTAR, FICAR, ETC.*

Valores da Vida



SER

Auto-Realização

Sentido da Vida

Satisfação

Plenitude

Felicidade

Bem-estar

Saúde Integral

Espiritualidade

Religiosidade

Amor com Desapego

Valores da Vida



FAZER

Trabalho

Profissional e Voluntário

Atividades Familiares

Atividades Esportivas

Atividades de Lazer

Repouso



TER

Profissão

Companheiro(a)

Amigos

**Família (Pai, mãe,
irmão e parentes)**

Religião

**Bens (dinheiro, Objetos,
Carro, Casa e Etc.)**

TER

Profissão

Companheiro(a)

Amigos

**Família (Pai, mãe,
irmão e parentes)**

Religião

**Bens (dinheiro, Objetos,
Carro, Casa e Etc.)**



O QUE É O AMOR



O QUE É O AMOR

Lázaro em O Evangelho Segundo o Espiritismo, capítulo XI, item 8: “O amor resume a doutrina de Jesus toda inteira, visto que esse é o sentimento por excelência, e os sentimentos são os instintos elevados à altura do progresso feito. Em sua origem, o homem só tem instintos; quando mais avançado e corrompido, só tem sensações; quando instruído e depurado, tem sentimentos.”

O QUE É O AMOR

“E o ponto delicado do sentimento é o amor, não o amor no sentido vulgar do termo, mas esse sol interior que condensa e reúne em seu ardente foco todas as aspirações e todas as revelações sobre-humanas. [...] Ditoso aquele que ama, pois não conhece a miséria da alma, nem a do corpo. Tem ligeiros os pés e vive como que transportado, fora de si mesmo. Quando Jesus pronunciou a divina palavra - amor, os povos sobressaltaram-se e os mártires, ébrios de esperança, desceram ao circo.”

O QUE É O AMOR

O Amor Terapêutico

“Um novo mandamento vos dou: Que vos ameis uns aos outros; como eu vos amei a vós, que também vós uns aos outros vos ameis.” João, 13:34

A trajetória incomparável do amor e sua manifestação no sentimento humano revela a organização do poder supremo de Deus sobre todas as coisas.



O QUE É O AMOR

O Amor Terapêutico

“...Nos primórdios de sua expressão constitui-se em manifestação instintiva, quando no movimento de proteção à prole, o animal somente o percebe nesse movimento involuntário e toda natureza em festa de amor se revela no primitivo instinto de conservação da espécie, demonstrando que o processo de agregar os seres em grupos familiares constrói a futura visão universal entre os Espíritos cósmicos que, mais tarde, albergarão as plêiades estelares e os seres de múltiplos mundos.”



O QUE É O AMOR

O Amor Terapêutico

“...Na expressão singela do amor, está ínsita, em proporções ínfimas, a grandeza do propósito divino e seu cuidado celeste em dotar todas as suas criaturas desse sentimento imprescindível à felicidade.”



O AMOR A DEUS

Mateus 22: 37 a 39 –

Respondeu-lhe Jesus: Amarás ao Senhor teu Deus de todo o teu coração, de toda a tua alma, e de todo o teu entendimento. Este é o grande e primeiro mandamento. E o segundo, semelhante a este, é: Amarás ao teu próximo como a ti mesmo.

O AMOR A DEUS

- *Qual o significado de amar a Deus de todo o nosso coração, de toda a nossa alma e de todo o nosso pensamento?*

O AMOR A DEUS

- Significa amar as Leis Divinas presentes em nossa consciência em nível do *saber* ("de todo o entendimento"), do *sentir* ("de toda o coração") e do *vivenciar* ("de toda a alma"), num processo de fidelidade consciencial, tornando-nos Seres Conscienciais.

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 ... “Fizei 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...”

LE Q.621



MENTE VICIADA



O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

A Vivência do Auto-amor

■ *O QUE É
AUTO-AMOR?*

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

- O AUTO-AMOR É UM EXERCÍCIO QUE AO SER PRATICADO, FAZ COM QUE NOS REPLETEMOS DE AMOR, E CHEIOS DE AMOR POSSAMOS OFERECÊ-LO AO NOSSO PRÓXIMO E POR EXTENSÃO A DEUS, À VIDA.
- NÃO SE PODE DAR AQUILO QUE NÃO SE TEM.
- O AMOR É UM PROCESSO DE DAR E RECEBER. DAR E RECEBER A SI MESMO PARA DAR E RECEBER DO OUTRO

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

- AUTO-AMOR É A
MESMA COISA QUE
EGOÍSMO?


O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

- *Egoísmo* – *significa literalmente culto ao ego. A pessoa egoísta quer tudo para si mesma em detrimento dos outros.*
- *É um falso auto-amor.*

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

- *A pessoa que se auto-ama quer o melhor para si mesmo, mas também o melhor para os outros, pois não há auto-amor sem alo-amor.*

O Amor Terapêutico



“...Para aqueles de nós que nos esforçamos em tomar o amor terapêutico de Jesus em nossas vidas, com a finalidade de transmutar todos os azorragues do egoísmo, tenhamos como única recompensa a felicidade que o poder de amar é capaz de nos oferecer não se iludindo, exigindo sermos amados pelas pessoas, pois essa conduta é de domínio do ego.”

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Q.115.LE. Dos Espíritos, uns terão sido criados bons e outros maus?

■ *Resp. “Deus criou todos os Espíritos simples e ignorantes, isto é, sem saber.*

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Q.115.LE. Dos Espíritos, uns terão sido criados bons e outros maus?

- *A cada um deu determinada missão, com o fim de esclarecê-los e de os fazer chegar progressivamente à perfeição, pelo conhecimento da verdade, para aproximá-los de si"...*

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Q167, L.E. Qual o fim objetivado com a reencarnação?

R: "Expição, melhoramento progressivo da Humanidade. Sem isto, onde a justiça?"

O ESPÍRITA E A VIVÊNCIA DO AMOR

Q189,LE. Desde o início de sua formação, goza o Espírito da plenitude de suas faculdades?

R: "Não, pois que para o Espírito, como para o homem, também há infância.

Em sua origem, a vida do Espírito é apenas instintiva. Ele mal tem consciência de si mesmo e de seus atos. A inteligência só pouco a pouco se desenvolve."

A Personalidade Humana

**Joanna de Ângelis
no livro Amor
Imbatível Amor diz
o seguinte:**

A Personalidade Humana

“O ser essencial é amor, no entanto, no processo de despertamento da sua potencialidade divina, adquire expressões não legítimas,

A Personalidade Humana

...que passam a atormentá-lo, já que fazem parte do processo de maturação através de negatividades, que são o desamor e as máscaras do ego, expressando-se como pseudo-amor”.

SUBPERSONALIDADES

*Existem dentro de nós
várias partes diferentes
de nossa personalidade
as quais denominamos
em psicologia
transpessoal,
subpersonalidades.*

SUBPERSONALIDADES

*Estas subpersonalidades
“agem” como se fossem
pessoas diferentes nos
ditando regras de
conduta, conforme a sua
característica.*

SUBPERSONALIDADES

Assim, temos em nós subpersonalidades que poderíamos denominar como sendo A Dominadora, A Crítica, A Vítima, a Sabotadora, A Mãezona ou o Paizão, a Julgadora, etc.

SUBPERSONALIDADES

Podemos ter várias subpersonalidades. Elas ditam padrões estereotipados de procedimento baseados em valores distorcidos, os quais se constituem crenças limitadoras, gerando obstáculos em nossa vida se não soubermos identificá-las, para a partir do Ser Essencial que somos, ressignificá-las, utilizando a sua intenção positiva, direcionando-as adequadamente.

A Psique Humana Em Uma visão da Abordagem Transpessoal

SER ESSENCIAL E EGO



SER ESSENCIAL



FACE EVIDENTE DO EGO



FACE MASCARADA DO EGO



FACE MASCARADA DO EGO

Puritanismo: o indivíduo puritano exige de si mesmo, e dos demais, uma pureza que ele próprio está distante de ter internalizada. Tende a dar ênfase muito grande às questões sexuais. Coloca essas manifestações naturais do ser humano como algo pecaminoso, impuro.

FACE MASCARADA DO EGO

Exige de si e dos outros uma conduta “impoluta”. Está sempre pronto a acusar os outros.

Analisando a questão com profundidade, percebe-se que esse fenômeno é pura compensação por desejos sexuais reprimidos e vontade de levar uma vida promíscua, originados nas profundezas do ego, que a própria pessoa consciente ou subconscientemente se recusa a aceitar.

FACE MASCARADA DO EGO

Fanatismo: o indivíduo fanático caracteriza-se pelo excesso de devotamento a uma causa, ou idéia. Quem observa apenas o exterior acha que é uma pessoa muito devotada à sua causa, ou ideal. Mas é apenas aparência, pois percebe-se, em uma análise profunda, que esse devotamento é apenas uma compensação subconsciente, resultado da insegurança interior, sobre a veracidade daquilo em que se pensa acreditar.

FACE MASCARADA DO EGO

Martírio: o indivíduo que se coloca como mártir é aquele que faz o papel do bom/boa moço(a), é o bonzinho, a boazinha. Está sempre disposto a *“sacrificar-se”* para *“ajudar”* os outros, mesmo que para isso ele tenha que passar por cima de suas necessidades. Não é capaz de dizer *não*. Diz *sim* para tudo e para todos.

FACE MASCARADA DO EGO

Por isso, todo mártir está quase sempre envolvido por uma ou mais “vítimas” para serem socorridas, atendidas por ele. Quem observa apenas a aparência, acha que ele é uma pessoa carismática, muito boa, sempre disposta a ajudar os outros.

Mas, analisando a situação sem máscaras, percebe-se que o mártir bonzinho é apenas um indivíduo buscando compensar os sentimentos negativos que detém e, por se sentir inferior aos demais, devido a esses sentimentos, procura disfarçá-los fazendo tudo para os outros, para com isso ser aceito e querido por eles.

FACE MASCARADA DO EGO

Vitimização: a pessoa que se faz de vítima, normalmente apresenta um sentimento de autopiedade muito grande. Coloca-se como *coitada*, necessitando do auxílio dos outros.

Quase sempre está associada com os mártires que busca prover as vítimas em todas as suas “necessidades”.

FACE MASCARADA DO EGO

A autopiedade surge como um movimento de compensação ao profundo sentimento de culpa e autopunição que a caracteriza. Analisando-se profundamente, percebe-se que a pessoa que assim age, acha-se indigna do amor, devendo ser punida pelos seus erros e, ao mesmo tempo, coloca-se como “*coitadinha*” para conseguir migalhas de atenção para si.

FACE MASCARADA DO EGO

Perfeccionismo: a pessoa perfeccionista é aquela que procura fazer tudo perfeito, certinho, sem o mínimo erro. Exige essa perfeição de si mesma e das outras pessoas também.

Quando algo sai errado, como é comum acontecer, pois ainda estamos muito distantes da perfeição, o perfeccionista não aceita o erro. Culpa-se e pune-se por isso, quando é ele mesmo a errar, ou culpa e pune a outrem, quando outra pessoa praticou o ato errado.

FACE MASCARADA DO EGO

Euforia: a euforia é muito utilizada para compensar sentimentos de tristeza ou depressão. Para mascarar esses sentimentos, as pessoas utilizam recursos como o álcool, as drogas, festas, compras, sexo, etc. para fugir da tristeza ou depressão que sentem.

FACE MASCARADA DO EGO

Dizem que esses recursos lhes dão alegria, tirando-as do estado de depressão. Mas, se observarmos atentamente, perceberemos que essa alegria é falsa; é apenas euforia, pois uma vez cessado o efeito do álcool e das drogas ou terminada a festa, ou as compras, elas voltam a sentir uma depressão ainda maior que a anterior até que, novamente, voltam a fazer uso do mesmo expediente, num círculo vicioso.

FACE MASCARADA DO EGO

Projeção

É também chamada de transferência. Mecanismo de defesa que leva o indivíduo a interpretar os pensamentos, os sentimentos e as atitudes de outras pessoas, em função de suas próprias tendências. O ego reprime os seus conflitos de personalidade, projetando-os em outras pessoas, fugindo da aceitação de seus erros e da responsabilidade por eles.

FACE MASCARADA DO EGO

A projeção dos sentimentos interiores no mundo exterior comumente significa ver, no outro, aquilo de que não se gosta em si mesmo. Toda vez que alguém acusa, com veemência, determinadas características negativas dos outros está, na realidade, projetando-se nele, transferindo as negatividades do ego que o indivíduo não deseja reconhecer em si mesmo, para outra pessoa. Há uma necessidade de combater no outro, o que ele gostaria de ocultar em si mesmo.

FACE MASCARADA DO EGO

Uma das formas mais comuns de projeção é a necessidade de se culpar os outros pelas próprias atitudes, transferindo para outrem a responsabilidade sobre si mesmo.

Por exemplo: uma mãe que não dedica todo o tempo que é necessário para ajudar o seu filho com o dever de casa, pode projetar a professora como a culpada pelo insucesso de seu filho na escola.

FACE MASCARADA DO EGO

A única forma de se libertar da projeção é interromper esse mecanismo de transferência, aceitando os seus defeitos e responsabilizando-se pelos seus erros e acertos e, com isso, tornar-se uma pessoa melhor.

FACE MASCARADA DO EGO

Racionalização: É um processo pelo qual o indivíduo busca justificar quaisquer pensamentos, sentimentos ou ações que julgou inaceitáveis, mediante motivos justos aparentes que são mais toleráveis do que os verdadeiros. As razões reais de sua conduta são mascaradas por alegações falsas. A pessoa não admite que aquela ação que ela quer realizar é errada, embora em sua consciência isso esteja bem claro. Apesar disso, assume a máscara egóica da racionalização.

FACE MASCARADA DO EGO

Por exemplo: uma pessoa que explora uma empregada doméstica que recebe um salário baixo, não podendo suportar a angústia de se perceber como exploradora da outra, justifica a sua atitude dizendo: “Ela é muito incompetente e não merece ganhar mais do que isso”, “Se fosse trabalhar na casa de outra pessoa, ela ganharia menos, porque é muito burra”.

FACE MASCARADA DO EGO

Identificação: Também chamado introjeção. É o mecanismo pelo qual o indivíduo se identifica com valores observados em outra pessoa e que passam a ser vistos como sendo seus valores.

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.

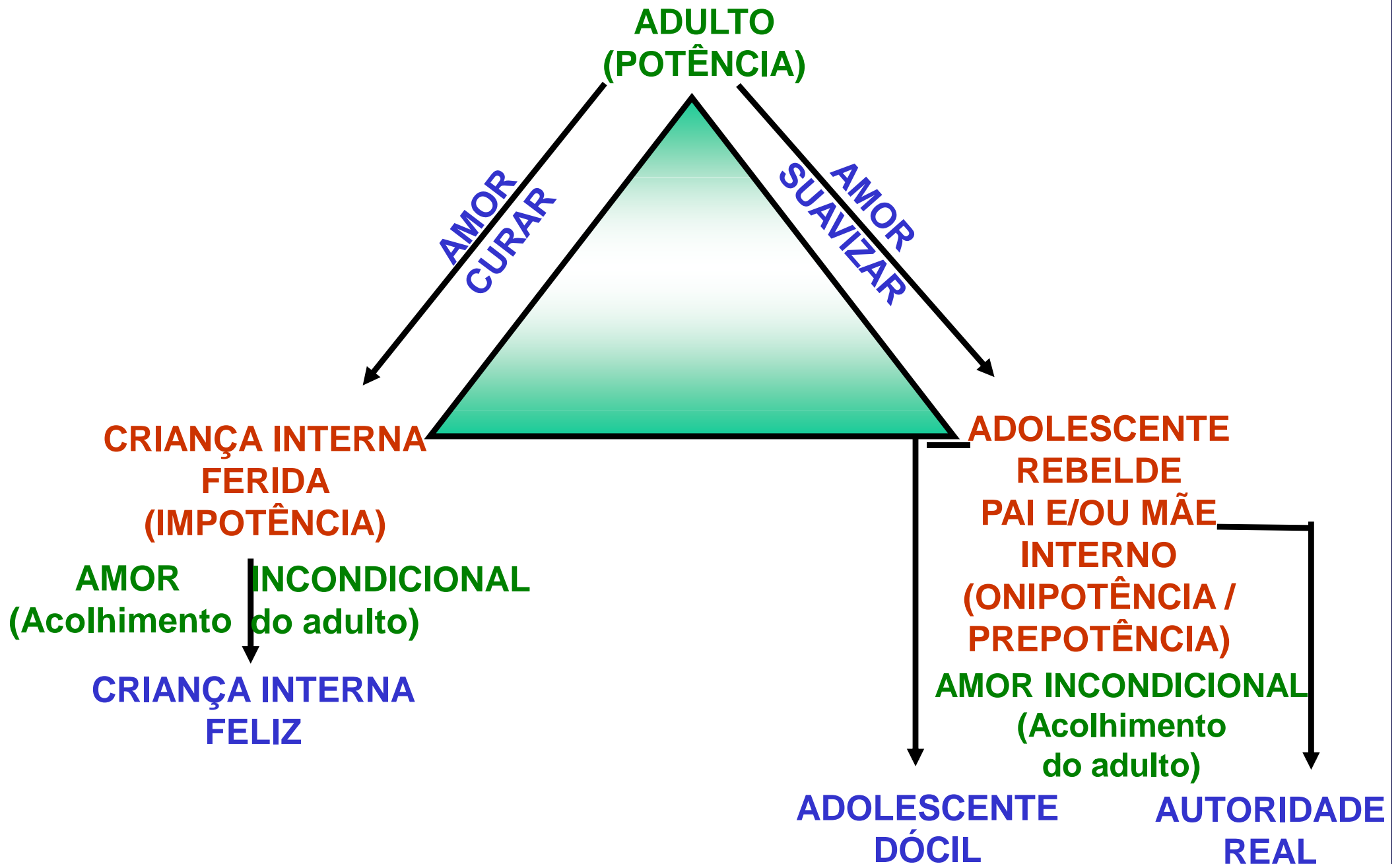
Aceitação, Desidentificação e Transmutação

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

O SER HUMANO EM SUA RELAÇÃO COM O PODER



OBSTÁCULOS AO AUTO-AMOR

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

*OBSTÁCULOS
AO
AUTO-AMOR*

■ *CULPISMO*

■ *DESCULPISMO*

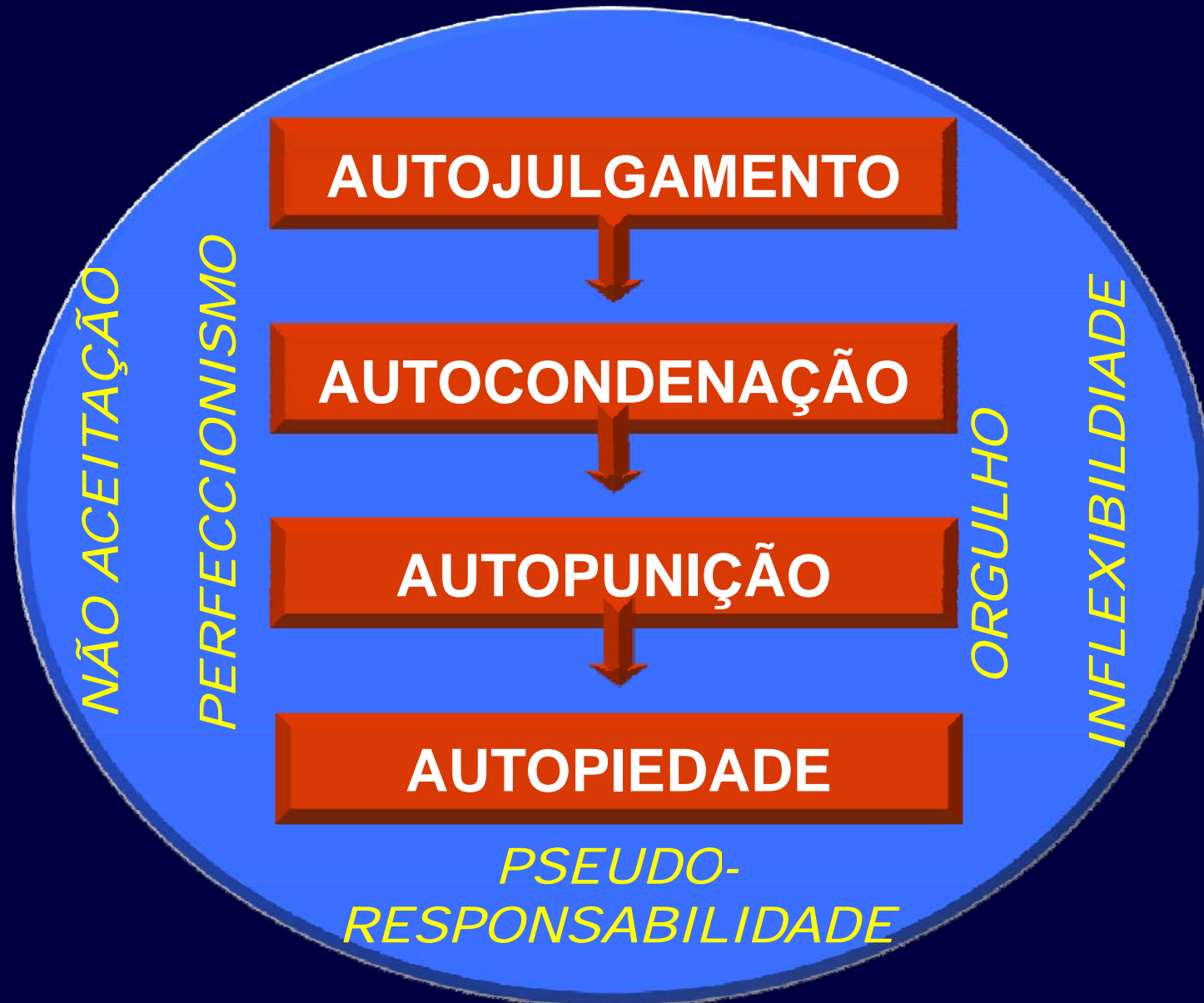
■ *PASSIVIDADE*

■ *REATIVIDADE*

OBSTÁCULOS AO AUTO-AMOR

Atitude diante dos erros cometidos

CULPISMO



OBSTÁCULOS AO AUTO-AMOR

Atitude diante dos erros cometidos
DESCULPISMO



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

PASSIVIDADE



IMATURA,
EGÓICA

*DESEJA ALGO
OU
ALGUÉM PARA
RESOLVER SEU
PROBLEMA.
QUER
SOLUÇÕES
MÁGICAS OU
MIRACULOSAS*

ACOMODA-SE

PROATIVIDADE



MADURA, COM
COMPETÊNCIA ESSENCIAL

*ATITUDE DE
ACEITAÇÃO E
SERENIDADE. FRENTE
A UM PROBLEMA,
MEDITA:
- PORQUE ESTOU
NESTA SITUAÇÃO?
- O QUE ESTE
PROBLEMA QUER ME
DIZER?
- COMO POSSO AGIR
PARA ME LIBERTAR?*

REATIVIDADE



IMATURA,
EGÓICA

*REVOLTA-SE,
DESESPERA-SE
COM
OS PROBLEMAS.
QUER ACABAR
COM
OS PROBLEMAS
REBELANDO-SE
CONTRA OS
MESMOS*

REAGE

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

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



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-anulação de suas vontades
para servir, ser útil, amar o outro

Mais cedo ou mais tarde ocorre
uma saturação resultando em
cobranças de reconhecimento

Pseudo-amor para o outro
O outro é um necessitado

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

Quando não faz ou pensa em
não fazer sente culpa

**Relação com o outro se torna um peso que a pessoa busca fugir ou lhe traz muita
amargura e insatisfação**

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.

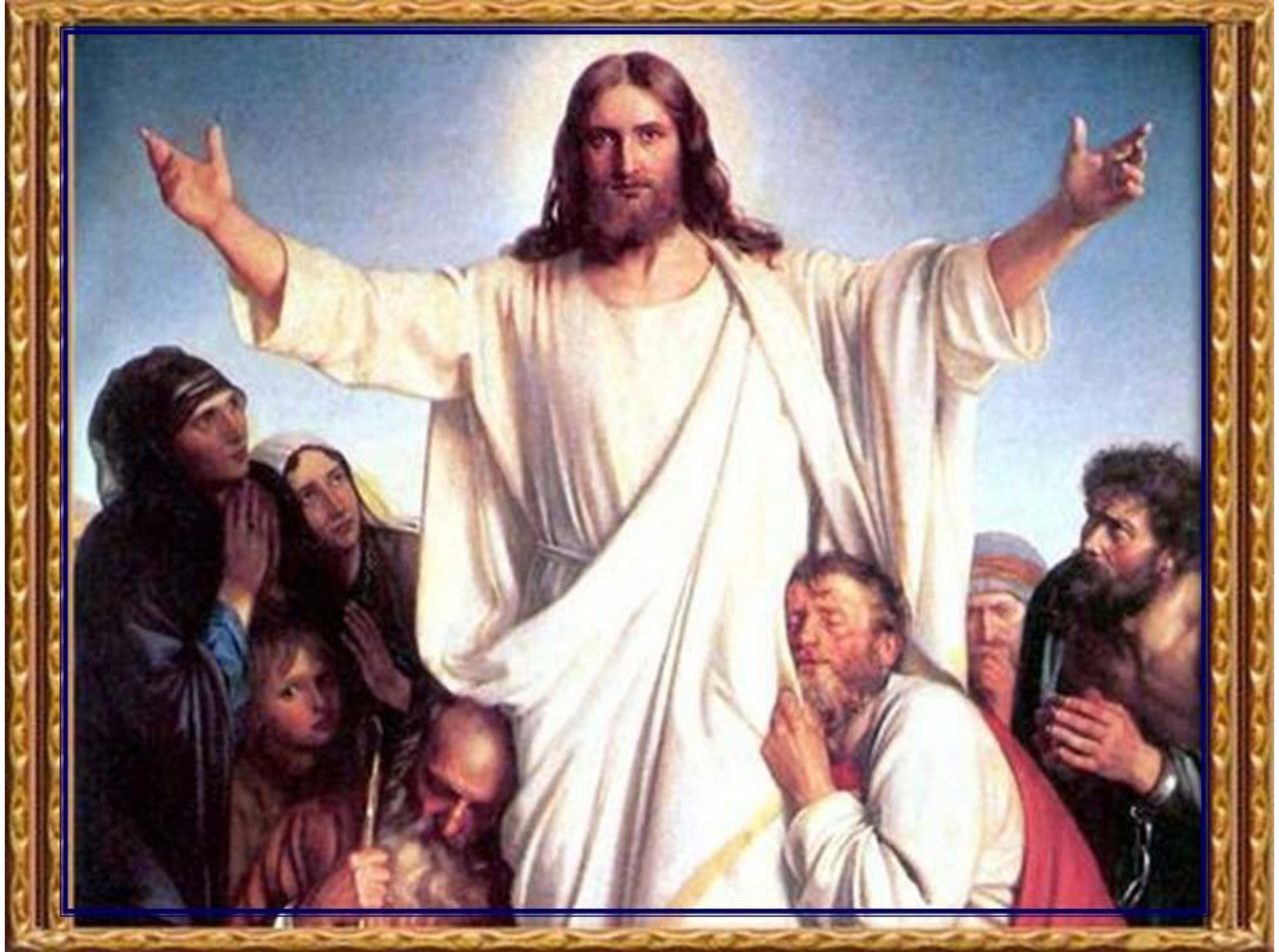
Trata-se da caridade de pensarmos, falarmos e agirmos, segundo os ensinamentos do Divino Mestre, no Evangelho.

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





**O Espírita E A
Vivência Do Amor...**