

Las manos que ayudan son más



sagradas que los labios que solo oran.

Rubens Santini - Octubre/2023

- Distribución gratuita -

Índice

<i>Las manos que ayudan son más sagradas que los labios que solo oran.....</i>	<i>3</i>
<i>La espiritualidad desde la perspectiva de la psicología de C.G. Jung.....</i>	<i>4</i>
<i>El arte de vivir en busca de nuestra Espiritualidad.....</i>	<i>5</i>
<i>¿Qué es el amor por al prójimo?.....</i>	<i>6</i>
<i>La Compasión practicada por "Médicos sin Fronteras".....</i>	<i>7</i>
<i>Tolerancia hacia nuestros enemigos.....</i>	<i>8</i>
<i>La opción silenciosa, y creciente, de quienes no quieren tener una religión.....</i>	<i>9</i>
<i>Fuentes bibliográficas.....</i>	<i>10</i>
<i>Sobre el Autor.....</i>	<i>11</i>

Las manos que ayudan son más sagradas que los labios que solo oran

El tema de este material de estudio se basó en una cita famosa de la Madre Teresa de Calcuta.

Esta es la actitud que Jesús espera de todos nosotros.

Necesitamos ejemplificar sus enseñanzas en nuestra vida diaria y no limitarnos a repetir oralmente las frases del Evangelio.

No hay fe sólo en las palabras.

Esta frase de la Madre Teresa muestra la importancia de la acción, de la ayuda a los demás, de las acciones concretas y de la generosidad en la vida de las personas.

Es un incentivo para participar en acciones solidarias, para poner en práctica el amor por los demás como expresión de Compasión.

Existe un texto que complementa el pensamiento de Teresa de Calcuta, extraído del libro "Pão da Alma", dictado por el Espíritu Hermano José al médium Carlos A. Baccelli:

*"Si buscáis en oración
respuesta a tus deseos...
Más que con palabras,
ora con actitudes.
Cada acción incita
otra acción por respuesta.
Siempre haz el bien
y el bien te alcanzará.
Quien pregunta sólo de boca,
pide la mitad.
La oración de los que oran,
Dios escucha primero."*



La espiritualidad desde la perspectiva de la psicología de C.G. Jung

Carl Gustav Jung (1875-1961) fue un psiquiatra y psicoterapeuta suizo, fundador de la Psicología Analítica.

Jung estudió en profundidad varias religiones: cristianismo, hinduismo, budismo, taoísmo, entre otras, y realizó un estudio comparativo entre ellas. Creía que la raíz de la vida psíquica estaba en la vida espiritual.

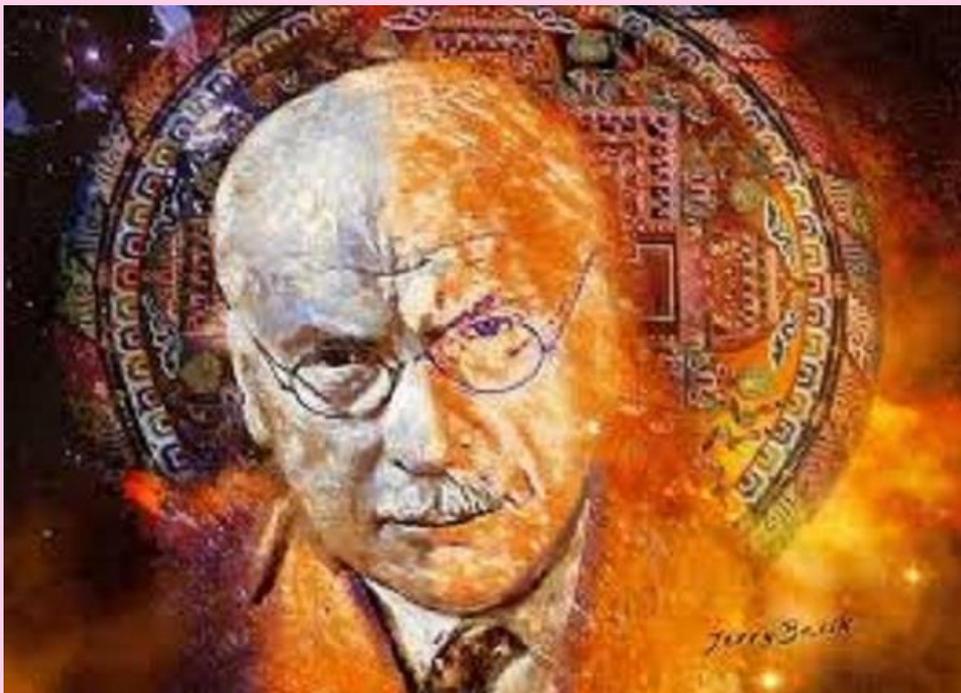
En muchas ocasiones sostuvo que toda experiencia espiritual era fundamental para proporcionar nuestro bienestar.

Jung tenía la siguiente convicción: "Mi opinión es que las religiones están tan cerca del alma humana, con todo lo que son y expresan, que la psicología de ninguna manera puede ignorarlas".

Creía que todos tenemos un impulso innato para desarrollar una vida espiritual, independientemente de si tenemos religión o no, ya que una vida espiritual nos ayuda a encontrar el significado de la vida y, así, a afrontar mejor nuestro sufrimiento.

El teólogo y escritor Leonardo Boff, que también fue coeditor de la traducción al portugués de la obra completa de C. G. Jung (19 vol) realizada por la Editora Vozes, nos hace la siguiente advertencia:

"El drama del hombre de hoy es haber perdido su espiritualidad y su capacidad de experimentar un sentido de pertenencia. Lo que se opone a la religión o a la espiritualidad no es el ateísmo ni la negación de la divinidad. Lo que se opone es la incapacidad de conectarse y reconectarse con todas las cosas. Hoy la gente está desarraigada, desconectada de la Tierra, del ánimo y, por tanto, sin espiritualidad." ("C.G.Jung: A espiritualidade como dimensão essencial da Alma" - artículo de Leonardo Boff).



El arte de vivir en busca de nuestra Espiritualidad

Tich Nhat Hanh (1926-2022) fue un monje budista, pacifista, escritor y poeta vietnamita; Thich es un título honorífico otorgado a los monjes, que significa "del clan Sakya". Fue uno de los maestros del budismo zen más conocidos y respetados en la actualidad, poeta y activista por la paz y los derechos humanos.

Escribió en su libro "El Arte de Vivir" la siguiente definición de Espiritualidad:

"La espiritualidad no es una religión. Es una forma de generar felicidad y amor, para que podamos vivir profundamente cada momento de nuestra vida". (...) "Desarrollar nuestra espiritualidad no implica tener que renunciar a los bienes materiales y a la vida en la Tierra. Espiritualizar no es alejarse del mundo, sino vivir en el mundo sin apegarse a él. Podemos poseer cosas sin ser poseídos por ellas. Los logros materiales muchas veces pueden ser importantes y necesarios para una supervivencia digna, sin embargo, más allá de este nivel, no son esenciales".

Para complementar este razonamiento, volverse espiritual, según Chico Xavier "(...) es llevar la vida por el camino del bien, del amor a los demás y de la caridad material y espiritual; Significa hacer un esfuerzo constante para corregir tus defectos y domar tus malos instintos, en definitiva, significa hacer crecer en nosotros el Reino de Dios"

"Para buscar a Dios no es necesario ir en peregrinación ni encender lámparas y quemar incienso, ni ungir la imagen de la deidad ni pintarla de rojo. Porque Él reside en nuestros corazones." (Mahatma Gandhi)



¿Qué es el amor por al prójimo?

El "amor al prójimo" es la enseñanza más importante de Jesús. Porque a través de él es posible practicar todos los demás.

Cuando amamos a nuestro prójimo, estaremos haciendo todo lo que nos gustaría que hicieran con nosotros, tratándolos con respeto, sin prejuicios, acogiéndolos y teniendo empatía.

Esto significa que inicialmente debemos amarnos a nosotros mismos, ya que una persona sólo puede ayudar a los demás y amar a los demás cuando se ama a sí misma también.

Después de todo, somos lo más parecido a nosotros mismos.

Me gustaría compartir una reflexión del psiquiatra suizo Carl Gustav Jung, extraída de su libro "Espiritualidad y Trascendencia" ("Espiritualidade e Transcendência"), sobre el tema de "amar a los demás", pero ante todo "amarnos a nosotros mismos":

"Que haga sentar a un mendigo a mi mesa, que perdone a quien me ofende y que me esfuerce por amar, incluso a mi enemigo, en nombre de Cristo, todo esto, naturalmente, sigue siendo una gran virtud. Lo que hago al más pequeño de mis hermanos es lo que le hago al mismo Cristo. ¿Pero qué sucederá si descubro, acaso, que el más pequeño, el más miserable de todos, el más pobre de los mendigos, el más insolente de mis calumniadores, mi enemigo, reside dentro de mí, soy yo mismo y necesita limosna, y que yo mismo soy el enemigo que debe ser amado?"

Podemos ver en esta reflexión de Jung que somos al mismo tiempo la persona que ama a los demás y la persona que necesita ser amado por nosotros mismos.



La Compasión practicada por "Médicos sin Fronteras"

"Médicos Sin Fronteras" (MSF) es una organización humanitaria internacional que lleva atención sanitaria a quienes más la necesitan, sin discriminación por motivos de raza, género, religión, nacionalidad o convicciones políticas.

Operan en 70 países, con 63.000 profesionales de diferentes áreas y nacionalidades.

Es una organización independiente y el 97,1% de su financiación proviene de donaciones individuales y del sector privado.

Podemos comparar las actividades de estos profesionales de la salud con lo que se describe en la parábola del Buen Samaritano (Lucas 10:25-27).

Operan en regiones de guerra, conflictos étnicos y donde los gobiernos locales suelen olvidar a las personas necesitadas y las instituciones religiosas las descuidan.

Uno de los lemas de MSF es "*La compasión es comprender que nunca estamos solos*".

Si bien estos profesionales de MSF no tienen religión, pero sí espiritualidad, están poniendo en práctica todo lo que Jesús nos enseñó mientras estuvo en este planeta. MSF aporta amor, respeto y solidaridad, demostrando que estas personas nunca estarán solas.

La compasión despierta el deseo de ayudar a los demás, consolándolos y brindándoles apoyo emocional, liberando a los demás de su sufrimiento.



Tolerancia hacia nuestros enemigos

Hagamos un autoanálisis y veamos cómo nos comportamos frente a nuestros enemigos (adversarios, rivales, alguien con quien tenemos dificultades para relacionarnos).

Normalmente nos alegramos cuando les pasa algo malo, ¿no? En general, no les deseamos nada bueno a estas personas.

Incluso si en nuestra vida diaria, a través de nuestras acciones y pensamientos, hacemos todo lo posible para hacer infelices a estas personas, ¿sería correcto? ¿Cuál es el placer de todo esto?

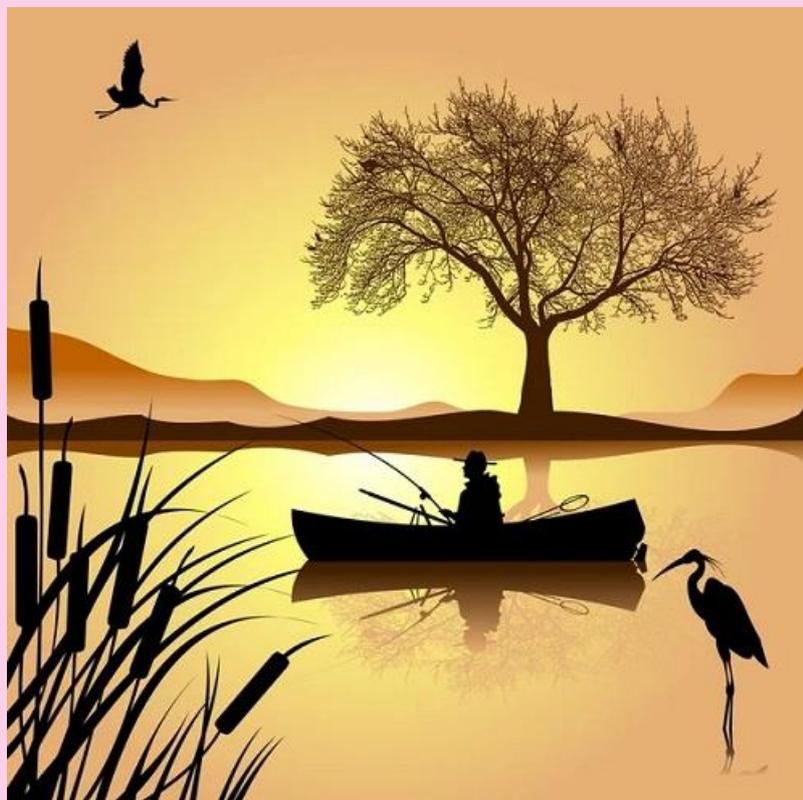
Si nos vengamos de uno de nuestros enemigos, esa persona se sentirá perjudicada y querrá vengarse, y esto generará un círculo vicioso que no tendrá fin. Uno vengándose del otro.

Con sentimientos de odio y resentimiento nunca tendremos paz interior. Encontramos en todas las religiones que nuestros enemigos son nuestros amos. Ellos son quienes señalan nuestros defectos y errores. Porque nos enseñarán a buscar la paciencia y la tolerancia. Y así la Compasión brotará en nuestro interior.

Para quienes queremos crecer espiritualmente, nuestros enemigos (adversarios, rivales, alguien con quien tenemos dificultades para relacionarnos) jugarán un papel fundamental en nuestras vidas.

En el libro "Minutos de Sabedoria", Carlos Torres Pastorinho nos trae la siguiente enseñanza:

"Quien alimenta el odio prende fuego a su propio corazón", escribió André Luiz. Si alguien te ha ofendido, te ha ofendido con calumnias, no lo imites, repitiendo los mismos errores. Ponte por encima de él, sabiendo perdonar. Y trata de olvidar, porque el pensamiento negativo de la ira atrae hacia nosotros la ola de maldad que nuestro infortunado adversario lanza contra nosotros. Para ser feliz hay que saber perdonar y olvidar."



La opción silenciosa y creciente de quienes no quieren tener una religión

Muchas personas, especialmente entre los 20 y los 37 años, de diversas clases sociales, han demostrado estar desilusionadas con las religiones y eligen no seguir ninguna de ellas.

Es un fenómeno silencioso y no faltan estudios que lo demuestren.

En 2022, el instituto de investigación Datafolha llevó a cabo una encuesta a nivel nacional en Brasil. Se encontró que el 14% de los entrevistados dijo no seguir ninguna religión, detrás de quienes se declararon católicos (49%) y evangélicos (26%).

Otro instituto de investigación, WIN/Gallup, también en 2022, entrevistó a 66.000 personas en 68 países sobre este tema: el 25% se declaró "sin religión", mientras que el 9% dijo que no creía en Dios, es decir, que eran ateos. Esta encuesta de WIN/Gallup dejó clara la diferencia entre aquellos "sin religión" y aquellos que eran ateos.

No tener una religión definida, como lo demuestran estas encuestas, no significa que estas personas no tengan fe, espiritualidad y creencia en una deidad.

Estos jóvenes no han encontrado respuestas a sus dilemas de vida: cuestiones relacionadas con el género, la sexualidad, el feminismo, la raza. Donde estos temas apenas se discuten en las religiones tradicionales.

Existe una visión del Dalai Lama sobre este tema, que extraemos de su libro "Más allá de la religión":

"Cuando comenzó la educación moderna, la religión todavía era una fuerza influyente en la sociedad y, por lo tanto, la introducción de virtudes como la templanza, la modestia y ayudar a otras personas eran parte de la crianza familiar y la participación en una comunidad religiosa" (...). "Hoy en día, la religión ya no tiene la influencia que alguna vez tuvo en la sociedad, y los fuertes valores familiares que en el pasado estaban basados en la fe religiosa y cultivados por fuertes identidades comunitarias, fueron debilitados por los valores materiales y presiones económicas"."

Aunque no tengan una religión, o no asistan a una iglesia o templo, estas personas pueden estar viviendo una espiritualidad cultivada de manera autónoma e individual. ¡Y esto debemos respetarlo!



Fuentes bibliográficas

- (1) "O Evangelho Segundo o Espiritismo" - Allan Kardec - Edições FEESP
- (2) "Minutos de Sabedoria" - Carlos Torres Pastorinho - Ed. Vozes
- (3) "A Arte de Viver" - Thich Nhat Hanh - Harper Collins Ed.
- (4) "Gandhi - Todos somos irmãos - Reflexões autobiográficas" - LPM Editores
- (5) "Aqui e Agora" - José Carlos de Lucca - Intelítera Ed.
- (6) "Minutos com Chico Xavier" - José Carlos de Lucca - Intelítera Ed.
- (7) "Além da Religião" - Sua Santidade o Dalai Lama - Lúcida Letra
- (8) "C.G.Jung - Espiritualidade e Transcendência" - seleção de Brigitte Dorst - Ed. Vozes
- (9) "C.G.Jung: a espiritualidade como dimensão essencial da alma (II). Artigo de Leonardo Boff" - <https://www.ihu.unisinos.br/categorias/632302-c-g-jung-a-espiritualidade-como-dimensao-essencial-da-alma-ii-artigo-de-leonardo-boff>
- (10) "A voz do monte" - Richard Simonetti - Feb
- (11) Site do Médicos Sem Fronteiras (MSF) no Brasil - <https://www.msf.org.br>



Rubens Santini (rubens.santini@gmail.com)

**Distribución gratuita. No está permitida su venta.
Se permite la copia para distribución gratuita.**

São Paulo, Octubre/2023.

Sobre el Autor



Tengo formación profesional en "Licenciatura en Ciencias de la Computación" en la Universidad Federal de São Carlos (UFSCar), actualmente trabajando en el área de Desarrollo de Software.

Mi formación espírita comenzó en 1990 en el "Grupo Espírita Casa do Caminho" - Vila Mariana - São Paulo - Brasil (www.casadocaminho.com.br), donde realicé varios cursos y el desarrollo de la mediumnidad, actuando luego como Pasista y Adoctrinador en actividades de Desobsesión y esclarecimientos a los Espíritus sufrientes.

Como escritor, comencé en 1994 con una Trilogía en Defensa de la Vida, con reflexiones sobre el Aborto, el Suicidio y el consumo de drogas. Estos estudios fueron inicialmente publicados en la "Revista Informação" (revista del Grupo Espírita Casa do Caminho).

Todos los e-books publicados referentes a los temas de desobsesión y mediumnidad fueron realizados solo después de algún tiempo de práctica y estudios en estas actividades:

- Conduta Mediúnica - É Preciso Se Educar Para Poder Servir (1995)
- Enquanto vivem na escuridão - Orientações Práticas para atividades de Desobsessão (2001)
- Vós Sois Deuses - Uma Reflexão Sobre a Mediunidade (2013)
- Saindo da Escuridão - Orientações práticas para atividades de desobsessão (2018)
- Mediunidade: para a Paz, para a Vida (2023)

Para mi sorpresa, y con gran alegría, varias reflexiones y estudios fueron publicados en sitios web ajenos al ámbito espírita. Se publicaron en algunas instituciones educativas y organizaciones no gubernamentales que se ocupaban de la diversidad y la inclusión social:

- Um Gesto de Gentileza, Por Favor (2011)
- Uma Ponte Para o Despertar - Uma Explicação Espiritual Para o Autismo (2014)
- A Diferença nos Enriquece, O Respeito nos Une (2015)

En estos días comparto mis libros electrónicos con varios sitios web, grupos de estudio, asociaciones y centros espíritas en 26 países en portugués, español e inglés.

Los principales materiales de estudio, publicados durante estos 30 años, están disponibles para su consulta en www.calameo.com .

¡Mucha paz para todos!

Rubens Santini de Oliveira