

# Reflexiones Contemporáneas

Fátima  
Canalizada por Fernando



*Reflexiones*  
*Contemporáneas*

por *Fernando Ben*

Rio de Janeiro/RJ – 2023

IEFF

CATALOGACIÓN PREPARADA EN LA  
PROPIA EDITORA

Ben, Fernando

Reflexiones Contemporáneas | Fernando Ben

Río de Janeiro, RJ: IEFF, 2023, 41 páginas;  
14x21 cm

978-65-85015-04-2 by IEFF

Título: Reflexiones Contemporáneas – Julio de  
2023. Publicado no Brasil Published in Brazil

Transcripción de los mensajes: Daniela Burigato

Corrección ortográfica: Rosana Andrade

Arte de tapa: Andrea Modesto

Núcleo y edición: Adriana Monteiro

Durante mucho tiempo, la humanidad fue atormentada, por la lucha insana, por territorio y poder. Miles de personas fueron torturadas por el flagelo de la esclavitud. Muchos se han levantado y luchado contra este gran mal, pero siempre ha quedado una marca en las personas, durante generaciones. Así que no te sientas tan mal por seguir siendo esclavo de la opinión de los demás.

Tal vez pensamos, por mucho tiempo, que debemos esta obligación, sea en el trabajo, sea en las palabras. El tiempo de la falsa idea de culpa ha terminado, intentemos, con humildad, adaptarnos al tiempo de la conciencia, de salir de una vez por todas de las cadenas de cualquier esclavitud.

**Fátima**  
**14/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Muchos se acostumbraron a la idea de que el mundo sería un reflejo de sus propias necesidades. Unos alimentaron la fuerza de su ambición, otros el flagelo de inadecuación al mundo percibido. Tal vez el ego enfermo creó escenarios de odio, segregación y muerte de la esperanza. Quizás otros seres entendieron que la humanidad, sin unión, gira en círculos, con aparentes crecimientos, pero siempre en la inminencia de destrucción.

Seamos libres de las creencias que limitan y de las ideas que enferman. En el otro está la clave de la liberación personal y colectiva, pues solo en el otro podemos ver nuestra propia extensión en la creación.

**Fátima**  
**19/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

No te compares con nadie. Cada uno tiene su tiempo, sus elecciones, sufren o se felicitan con las elecciones de otras personas, tuvo su viaje hasta aquí.

No estamos en la Tierra para competir. La competencia, en cuanto a la supervivencia, es una idea pueril, pues mejor sobreviviríamos si cooperáramos unos con otros.

No deje que definan sus límites y acciones en el mundo.

Dé sus propios pasos. Simplemente continúe y construya, a su tiempo y manera, su historia.

**Fátima**  
**19/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Habr  momentos en que nuestros dolores, físicos o emocionales, nos llevarán a comprender que no somos tan fuertes. Nos conducirán a la interpretación de que no todas las personas est n dispuestas a acompañarnos en nuestros instantes de sufrimiento profundo.

Pero, recordemos: estos momentos son medios, no fin. Comprendamos que, en la humildad y lógica, de la dinámica en las relaciones humanas, en la contemporaneidad, entenderemos que, después de estos momentos, invariablemente, saldremos más fortalecidos.

**Fátima**  
**20/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

No esperes que tu pareja romántica sea la base de tu felicidad. El otro está hecho de fracasos, dolores e historia que no conoces, en su totalidad.

Ese otro, no tiene la obligación de comprenderte y acogerte en todo momento.

Quizás pensar que un ser humano pueda comprenderte y acogerte, en todas las situaciones, sea el punto crucial de su aflicción y angustia.

Que tu pareja romántica sea solo él; y tú, solo tú. Y juntos construir, en el respeto y el diálogo, un nuevo camino, claro, discutido y nunca fantasioso.

**Fátima**  
**20/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

No eres lo que ellos piensan de ti. Los juicios, los chismes y los hechos despectivos no son necesariamente un reflejo de la verdad. Así que no te valides por sus opiniones y no dejes que esas opiniones te enfermen.

Trata de no luchar contra los calumniadores, lucha por la verdad. La diferencia es que uno planea el cumplimiento de la justicia y la verdad. Y la lucha contra los difamadores, anhela venganza. ¡

Intenta aprovechar esta oportunidad para reforzar tu paciencia y persistencia, pues cualquiera que mienta sobre la realidad del otro, depone contra sí mismo en la Tierra y en el más allá!

**Fátima**  
**20/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

No te culpes por decisiones imprudentes de tu pasado. Comprenda que, a pesar de las innumerables perspectivas sobre el mundo disponibles actualmente, básicamente nos colocamos en la Tierra para una experiencia de supervivencia.

Luego, si has elegido actuar de una manera que no se adapta a tu realidad actual, perdónate, realice un acto de acogida y siga eligiendo mejor. A cada día una elección más humana, justa y acogedora.

**Fátima**  
**21/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Existe sufrir con las posibilidades de futuro. Existe utilizar su tiempo con preocupaciones.

Hay que diferenciar planificación con preocupaciones.

Al planear, buscamos estar preparados y, "solamente", sufrir menos con situaciones inesperadas.

La preocupación, solo se ocupa de traer sufrimientos mentales que, incluso, pueden nunca ocurrir.

Cuida hoy de ti y de los tuyos y planea, si es posible, el futuro con celo y amor.

**Fátima**  
**21/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Cuando haga una oración, comprenda que lo que sucede es una comunicación. Aunque no te des cuenta, la señal que emites llega a un ser que vibra en una frecuencia similar y responde en ideas, imágenes y percepciones.

Así que no ores esperando que ellos cambien tu vida por ti.

Ore, buscando comprensión, claridad de ideas. Buscando apoyo para elegir mejor. Aquí somos tus amigos, no esclavos o genios para cumplir tus deseos.

**Fátima**  
**21/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Cuando puedas mirar hacia arriba, observa el cielo, las nubes, las estrellas, si es de noche, y recuerda que la Fuerza Creadora te permitió nacer y estar en ese movimiento ininterrumpido hacia nuevos caminos, bajo la órbita del sol. La lucha por propiedades, poder y esclavitud, dieron a las sociedades, en la Tierra, un aire de tristeza y soledad, principalmente a los que fueron colocados al margen de la mesa abundante.

Busca esperanza, olvida un poco las miserias humanas.

**Fátima**  
**24/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

No acumule tantas actividades a la vez. El cuerpo biológico no está programado para soportar tantos estímulos estresantes. Intente realizar una tarea a la vez. Busque una red de apoyo. Hable con personas de confianza sobre sus preocupaciones.

Ore y confíe en la Fuerza Creadora.

Recuerde, no hay recompensa por enfermarse por exceso, salvo el tiempo sin compromisos para recuperarse.

**Fátima**  
**24/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

No dejes que un día termine sin que medites u ores. El ser encarnado está fuertemente influenciado por las noticias cotidianas tendenciosas, por la charlatanería de los vecinos sin responsabilidades, por el guion sórdido de los líderes perversos. Continuar en la Tierra sin conectarse con la Fuerza Creadora, es permitirse vivir bajo la égida de la maldad y la ignorancia.

Basta una gota de paz para apaciguar un río de discordia que te rodea.

**Fátima**  
**24/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

¿Cuál es el criterio de sus decisiones diarias? ¿El criterio de la utilidad? ¿De qué puede ser útil? ¿Si es útil, ¿para quién? ¿Para usted? ¿Para los demás? ¿O para ambos y la sociedad?

¿Este criterio debe ser validado en la opinión de otros? ¿O por una acción que se refiera a tus valores?

Y sobre ese criterio, ¿ya se dio cuenta de que las informaciones transmitidas por su familia, medios, libros y conversaciones pueden influenciar en los criterios de las elecciones?

De esta forma, le pido: entre decidir por impulso, piense, evalúe, respire, escuche, antes de elegir, pues su vida y la de otras personas siempre son impactadas por todas las elecciones.

**Fátima**  
**26/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

No hay discurso de paz, si la mirada a la paz es individual.

En muchas ideologías religiosas, la paz es una búsqueda individual que impacta socialmente. Sin embargo, más allá de esta perspectiva, si no hay conciencia social colectiva, la perspectiva del papel individual es mal comprendida. Por consiguiente, afecta en las repercusiones de relaciones interpersonales y en las decisiones que impactan en la sociedad.

No basta la meditación, no basta orar. ¡Sin la acción y conciencia social, del bienestar colectivo, no llegaremos a la paz!

**Fátima**  
**26/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Note que la utilización práctica de lo que se concibe ser la caridad, no se adecua al núcleo del pensamiento de Jesús, en mi comprensión.

La caridad, muchas veces, es vista como cumplimiento de demanda asistencialista o como únicamente entendida, como un punto de apoyo a los más necesitados. Sin embargo, su actuación es más amplia.

Al ofrecer el pan, también enseñamos a conseguirlo, sin crear codependencia.

¡Jesús daba el pan, festejaba con los infelices, pero siempre enseñaba el camino para una sociedad más justa!

**Fátima**  
**26/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Se hace importante entender lo que usted es y lo que usted cree ser.

¿Su búsqueda de cosas materiales está asociada a su necesidad de supervivencia en este mundo o de validación social?

¿Trabajas para vivir dignamente con tu familia, si es posible, o para presentar una falsa idea de riqueza o conquista para otras personas?

Tú eres el que pasa por las cosas que las disfrutan. La idea que ha creado de usted para componer un papel para la sociedad se satisface con las migajas de la riqueza humana.

**Fátima**  
**28/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

¡No desista de vivir!

No acepte la idea de que este mundo no va a cambiar y luego es preferible dejarlo. Esta idea es pésima y no está en el foco adecuado.

El mundo es un reflejo de la mente social. La mayoría de las personas están enfermas. Ahora, si decido dejar el mundo por las personas enfermas, estoy afirmando que mi mundo es las personas que necesitan de amparo y, definitivamente, ¡no lo es!

Cuando digo que "nuestra religión es el otro", hablo de parámetros de compasión, nunca de reducción al escenario de autodestrucción del otro, en mi subjetividad.

Sigue tu camino, es tuyo. Esquiva los obstáculos y sigue. ¡Vale la pena vivir!

**Fátima**  
**28/04/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

¡No tengas miedo de empezar de nuevo!

La sociedad ha creado una perspectiva de ideas, donde sugiere que tenemos o necesitamos seguir un camino de éxito, como si todos pudieran alcanzar este ideal de éxito.

Pero, en mi perspectiva, divido personas encarnadas, y múltiples experiencias bajo la necesidad de sobrevivir y luchar para sufrir menos. El éxito es, por eso mismo, en su concepción real, inalcanzable. Pues es subjetivo y no igual para todas las personas.

Que su camino se vuelva fluido, sin ataduras de validación social y abierto a muchos recomienzos, pues son en los recomienzos que podemos repudiar nuestro ser con amplitud.

**Fátima**

**28/04/2023**

**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Las religiones aún son importantes en la actual realidad social. Fortalecen la pertenencia humana. Ratifican valores y, sin embargo, encaminan a muchos a las creencias de cada religión que los lleva a pensar en una vida más moderada y justa.

Con todo, alertamos que las religiones han sido blanco de líderes sin escrúpulos y por eso se busca integrar en la sociedad un ambiente ético, donde la fe sea siempre el culto al respeto y al bien y no al culto de ideologías egoicas y que segregan.

Nuestro esfuerzo, en esta filosofía de vida es respetar todas las religiones y tener en el otro nuestro puerto de conexión a la Fuerza Creadora.

Ninguna religión trae en sí toda la verdad, pero juntas son pistas del punto de vista, de la gota de agua que en la Tierra se puede divisar.

**Fátima**

**20/05/2023**

**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Usa tu tiempo sabiamente. Es común, las perspectivas religiosas espiritualistas, interpretar la vida física como algo secundario y menos importante que la vida que sigue más allá de la muerte física. Pero si usted reencarnó, hubo un objetivo y lejos está de ser esclavo de un sistema o perderse de la angustia cotidiana.

Su tiempo es su mayor tesoro, su mayor riqueza, úselo con sabiduría y alegría.

**Fátima**  
**20/05/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Mientras las personas en la Tierra continúen segregando, dividiendo bajo una supuesta demanda de conquista por poder y territorio, no tendrán oportunidades de divisar la paz anhelada.

La tierra, el aire, el agua les fueron dados gratuitamente.

¡Cúidense unos a otros, sostengan unos a otros y entiendan, que fuera del amor y de la armonía, no habrá paz!

**Fátima**  
**20/05/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Todavía hay esperanza para los habitantes del planeta.

La falsa construcción de la identidad por el cuerpo temporal y su percepción del medio, las fuertes influencias culturales y sociales, las noticias inflamadas de pseudo-verdades, evocan siempre al ser humano primitivo, que necesitaba explorar, destruir y emerger en fuerza ante su grupo.

Pero atraviesa, en los pueblos, un clamor de conciencia colectiva y personal.

Esta es la semilla de una comunidad que se cuida. En la conciencia surge la esperanza.

**Fátima**  
**20/05/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

No te fragilices ante la vida. Todos tienen problemas a resolver, indiferentemente de posición social, estatus, credo o territorio de nacimiento o vivienda.

No se culpe también de haberse fragilizado, son humanos.

Sin embargo, busque interpretar el mundo con más levedad y menos cobros.

Pues muchos problemas se resuelven con el tiempo y su fragilidad y preocupación solo aumentan el tamaño del problema.

Tal vez el desafío no sea tan grande, y si lo es, es en su simplicidad y persistencia que las posibilidades de solución aparecen. Trate de no debilitarse, confíe, siga adelante y vea los problemas de otra forma.

**Fátima**  
**20/05/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

No pierdas el tiempo hablando mal de alguien. Si tu objetivo es retirarte a honrar o la dignidad de quien hablas, no obstante, te interpretarán como el agente de la maldad.

Es prudente alejarse de quien practica el mal.

Es inteligente no ser conexión de chismes y maldiciones.

Es extremadamente perjudicial ser el promotor del odio.

Invierta su tiempo para seguir haciendo el bien.

**Fátima**

**20/05/2023**

**Rio de Janeiro - Sepetiba**

En la esfera de las emociones humanas, aún no se le ha concedido el amor ágape. Quizás, por la imposibilidad de vislumbrar la realidad del otro, quizás por ser espectadores de sí mismos y de sus miedos, no logran vislumbrar cuánto de nosotros hay en el otro.

Procedentes de una misma partícula, que reúne muchos elementos y en la multiplicación y perpetuación de la máquina biológica, se entienden como únicos. Y somos como gotas, pero también somos océanos.

¡En el otro Dios habla con nosotros!

**Fátima**  
**20/05/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

El refugio de cada ser en la Tierra tiene como base sus obras.

Las ideas, invariablemente, generan producciones y resultados materializados.

Y sabemos que las ideas se immortalizan, sin embargo, son las obras en el bien, la comida, ropa y tiempo donados, que configuran el abrigo de cada uno de nosotros. El bien hecho, crea una corriente invisible que siempre vuelve a quien se entrega a esa práctica.

**Fátima**  
**20/05/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Los intereses de las personas, insertadas en las religiones, promovieron verdaderos discursos ideológicos que, repetidos en las conferencias y cultos, suenan hoy, como un mantra en la mente de muchas personas, que cuando llegaron a las religiones estaban completamente desamparadas. Y ahora, después de años, escuchando y leyendo los mismos discursos ideológicos, perdieron su capacidad de análisis crítico y asumieron el pensamiento dogmático.

Dogmas, no son solo exposiciones de objetos, ritos, o actividades que pueden ser vistas, sino también, las ideas centrales de una religión que ni siquiera pueden ser cuestionadas, también son dogmas.

Pregúntate a ti mismo si en este momento tu mente está liberada o presa de los dogmas de la religión. ¿Puedes escuchar libremente la voz de Dios en la música, en el arte, en los libros no religiosos? Puedes comprender que además del formato que les enseñaron en la religión, ¿existe

la presencia de Dios en todo? ¿Y 33 que Dios, incluso, puede no ser un ser que creó todo, pero sea justamente la parte que usted ve de algo que hay, de algo que es, de algo que siempre existió?

Para mí, las religiones son ventanas para mirar al cielo, incluso puedes cambiar de ventana para observar mejor, pero el cielo seguirá ahí, de la misma manera. Es decir, las religiones son espacios de observación de algo que, incluso, está dentro de cada uno de nosotros y que podría resumirse como: Dios es la forma como tú te ves y ves al otro.

**Fátima**  
**31/05/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Durante mucho tiempo, se ha enseñado a la gente que todos pueden alcanzar el éxito, pueden lograr el mismo objetivo si lo desean, y eso no es una verdad, pues cada persona parte de una realidad diferente, de un territorio, de una cultura e incluso de una estructura biológica diferente. Por lo tanto, si el punto de partida no es el mismo, la carrera hacia el mismo objetivo ya sería desigual. Siendo así, la mejor forma de que las religiones ayuden a las personas sería contribuir a disminuir esa desigualdad social, favoreciendo la inclusión de los más pobres y de todas las minorías, incluso erradicar, en sus discursos y prácticas, cualquier acto racista.

Quizá porque la gente ha aceptado este discurso de que cada uno conseguirá lo que quiera, ha llevado a las mismas personas a olvidar que, para conseguir algo en la vida, necesitaban ayuda.

Y, dentro de este contexto de desigualdad social, la solución para las personas sin hogar está en manos de quienes entienden que la mayoría de

los que viven en la calle solo saldrán de esta situación si son ayudados también. Mientras esperamos las soluciones provenientes de las políticas públicas, debemos como personas de fe, ponernos a disposición y disponibilidad para aquellos que se encuentran sin techo, sin hogar y sin amparo, porque solos, ellos no conseguirán sus objetivos, que pueden ser solamente tener un lugar para quedarse y un plato de comida para saciar el hambre.

**Fátima**  
**31/05/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

Evita vivir como si nunca fueras a morir, pero no pases todos los días de tu vida pensando que tu muerte será inmediata. El propósito de la corta temporada en la vida física se da cuando hay condiciones biológicas y sociales para eso, para adquisición de repertorio intelectual y emocional. Ningún ser nace para una demanda de obligatoriedad, como un cumplimiento moral donde necesitamos actuar de esa o de aquella manera para una supuesta ascensión espiritual. Porque si hay ascensión, también hay desigualdad. Jesús nos enseñó que nuestro desarrollo es horizontal, comunitario, social, que da derechos y oportunidades a todas las personas.

De qué te servirá ser un ángel si, en esta supuesta ascensión de privilegios y benevolencias, los sufridos del alma no están a tu lado, comulgando contigo de esa tal felicidad. Sería como si alguien siguiera las reglas de una religión para vivir en el techo de un edificio, mientras cientos de personas viven en la calle debajo de ese mismo edificio y pasan hambre.

Toda ascensión que olvide a los demás es pueril, egoica y no ha sido enseñada por Jesús.

Feliz del que vive en la azotea del edificio, pero trabaja incesantemente para que no falte oportunidades para aquellos que pasan hambre.

Y feliz de los que sufren aún en las calles, pero que aprovechan la primera oportunidad para trabajar y buscar sus recursos de supervivencia.

Trate de no crecer a los ojos de una demanda y perspectiva ficticias, sino que se desarrolle de tal manera que el otro se inspire en usted, y que usted esté accesible a él para compartir espontáneamente conocimiento y oportunidades.

Para cuidarse, confíe. Para el pleno desarrollo en su vida física, continúe. Para la búsqueda de una paz en el mundo donde vives, solo hay un camino, compártelo.

**Fátima**

**31/05/2023**

**Rio de Janeiro - Sepetiba**

La vida física requiere renuncia y desapego. Pero no estoy hablando de renunciar a tus deseos cuando no encuentran la manera de perjudicar al otro. Hablo de renunciar al deseo de no perdonarse, hablo del sacrificio que es comprenderse y que usted hizo lo mejor que pudo hasta ahora. Hablo de huir de la idealización que hicieron de ti y tal vez la peor elección, la de intentar pasar toda la vida física intentando cumplir la imagen que los otros crearon de ti.

La vida física no es escenario para que te vean bajo la égida de la vanidad y seas visto como un gran conquistador. La vida física no es el escenario de tus ilusiones en la maniobra y manipulación del otro para solo su satisfacción personal. Pero no puede olvidarse de ti tampoco. Tal vez la mayor dificultad en la vida física es comprender el equilibrio de las cosas, ya que para cuidar del otro necesitas cuidar de ti primero, pero si cuidas solo de ti, inevitablemente te enfermarás. Y si cuidas exclusivamente del otro, inevitablemente se enfermará también. Así que

antes de cuidar del otro, trate de cuidar de ti, cuidar de su familia directa, cuidar de los amigos y el grupo de la institución filosófica o religiosa a la que pertenece. Y después de estar fortalecido, cuida del otro, que no forma parte de ese entrelazamiento interpersonal.

Nuestra religión es el otro, pero recuerde que usted es el otro de alguien también. Esté bien, para que ese alguien encuentre en ese otro alguien, que está buscando, perdonarse y amarse, en esta trayectoria terrena.

**Fátima**  
**31/05/2023**  
**Rio de Janeiro - Sepetiba**

## *¿Qué es la Filosofía de Fátima?*

La Filosofía de Fátima es una filosofía de vida con base ecuménica y que se divide en dos pilares, a saber:

- El estudio de la filosofía;
- La práctica de acciones sociales.

La Filosofía de Fátima se originó en la fundación del Instituto de Estudio de la Filosofía de Fátima en junio de 2019. Siendo considerada, la primera filosofía religiosa fundada en la ciudad de Río de Janeiro.

La sede del Instituto, conocida como Casa de Fátima, realiza numerosas acciones sociales en el barrio de Sepetiba en la ciudad de Río de Janeiro.

[www.casadefatima.org](http://www.casadefatima.org)

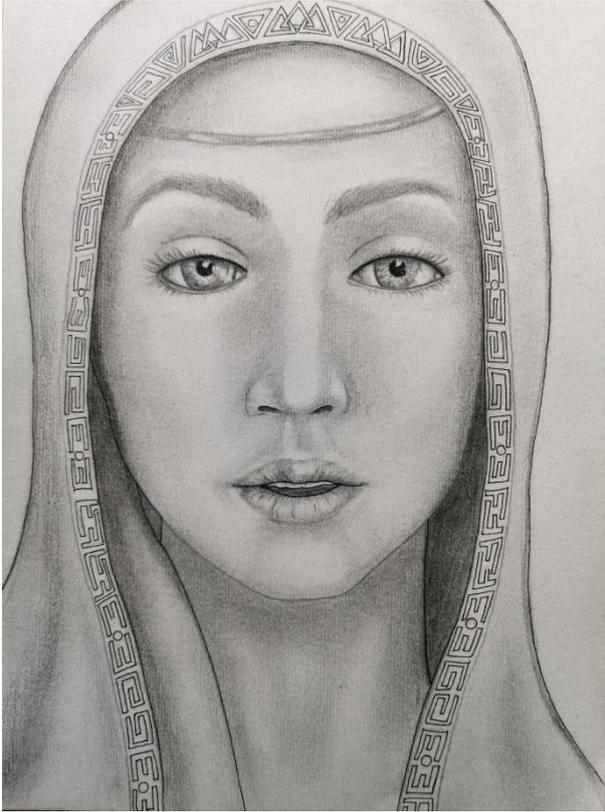
***¿ Quién es el fundador de la Filosofía de Fátima?***

O fundador da Filosofia de Fátima é Fernando Ben, psicólogo, professor, investigador científico de la UERJ y del Instituto Brasileño de Desarrollo y Perfeccionamiento Humano.

La fundación de esta filosofía de vida se basa en su campo de fe y tiene como foco el respeto entre las religiones y el amor al prójimo.

Con esta obra, Fernando Ben, dona 32 libros publicados para la Casa de Fátima. Todas las obras se pueden descargar de forma gratuita en el enlace:

[www.casafatima.org/livros](http://www.casafatima.org/livros)



Diseño de Fátima por: Luís Pedro de Castro – aka  
Strangelfreak

Esta obra forma parte del acervo del Instituto de Estudio de la Filosofía de Fátima - Casa de Fátima IEEF, cedido gentilmente por el psicólogo y fundador de la casa, Fernando Ben, de forma gratuita.

Este libro no puede ser vendido de ninguna forma ni publicado en otro lugar sin autorización, bajo LEY N.º 9.610, DE 19 DE FEBRERO DE 1998.