

Giornale di Studi Psicologici

Scienza, Filosofia e Religione

Sogni, Messaggi dall'Anima

Lo Spirito, nel suo percorso evolutivo, prova diversi gradi di emancipazione quando si trova vincolato al corpo fisico. Uno di questi avviene mentre sperimenta il sonno del corpo, staccandosi da

può essere fisicamente rilevato nel cosiddetto sonno REM. C. G. Jung diceva che i sogni non mentono, non falsificano e che sono una realtà del sognatore, dando preziose informazioni sul suo stato psichico.



ciò col corpo spirituale, per rapportarsi con gli altri nella sua dimensione d'origine. Quanto ritorna e si sveglia nel corpo fisico, porta le sue impressioni in forma di sogni. Ma i sogni non sono solo la risultante delle esperienze dello spirito mentre il corpo fisico dorme. Sono anche le risultanti dei processi psichici provenienti dall'Inconscio che, per compensazione e complementarietà, inondano il campo della Coscienza. Il linguaggio dei sogni, con le sue immagini, è simbolico e necessita di una decodifica per la sua comprensione. Grazie alle ricerche di Asserisnky e Kleitman nel 1953, a proposito del sonno, si è scoperto che tutti sognano e che ciò, quando avviene,

In genere, quando il sognatore prova ad interpretare i suoi sogni, commette l'equivoco di farlo secondo una logica del conscio che fa riferimento ad una teleologia utopica che qualcosa di fatale potrebbe succedergli. I sogni danno informa-

zioni importanti sul passato, dal punto e sulle probabilità rispetto al futuro, sotto il punto di vista dello psichismo che li genera. In molti casi, presentano una o più situazioni di conflitto che accusano il nucleo centrale del messaggio che vogliono trasmettere all'ego. Fondamentale è la comprensione che l'interpretazione del suo significato può essere di grande utilità per l'essere umano, soprattutto quando si comprende il paradosso che in generale presentano. Una particolarità può essere percepita nei cosiddetti sogni spirituali, la cui caratteristica basilare è la presenza di spiriti disincarnati. Tali sogni riguardano, di solito, incontri con coloro che non si trovano più nel corpo fisico e che man-

tengono contatto con gli incarnati, a testimonianza della continuità della vita oltre la materia. Allan Kardec, in *Il Libro dei Medium*, ci informa che sognare con i disincarnati è un tipo di medianità.

Adenauer Novaes

Psicologo Clinico

Q.401 - Durante il sonno si riposa anche l'anima come il corpo?

"No; lo Spirito non rimane inerte. Durante il sonno si rallentano i legami che lo avvincano al corpo, e, poiché questo non abbisogna più di lui, egli percorre lo spazio, ed entra in relazione più diretta con gli altri Spiriti"

Q.402 - Quali cose ci provano la libertà dello Spirito durante il sonno?

"Ve lo provano i sogni. Quando il corpo riposa, lo Spirito ha più facoltà che nella veglia: si ricorda del passato; qualche volta prevede l'avvenire..."

Q.404 - Che valore ha l'interpretazione dei sogni?

"Nessuno, quale la intendono i pretesi indovini, poiché è assurdo credere che l'avveramento di un fatto possa dipendere da un sogno, o meglio, è assurdo credere che il sognare una data cosa ne annunci sempre l'avvenimento. I sogni sono veri in quanto rappresentano immagini reali per lo Spirito; ma queste normalmente non hanno alcun rapporto con le vicende della vita corporea..."

Il Libro degli Spiriti, 79ª ed, Feb.

Allan Kardec



Dormire: Il Risveglio Integrale

Considerando che trascorriamo quasi un terzo delle nostre vite dormendo, sarà che questo processo è appena fisiologico o esiste un signifi-



cato più profondo nell'atto di dormire?

Nella visione spiritica, dormiamo non solo per riposare il corpo poiché "Quando si addormenta il corpo, lo Spirito...si emancipa", come chiarito dagli Spiriti nella domanda Q.416 di *Il Libro degli Spiriti*. Spiegano inoltre che questo processo serve come un allenamento per la morte perché lo Spirito vive, in parte, quel che gli succederà dopo la disincarnazione. Questo perché durante il sonno, lo spirito ha uno sprazzo dei circoli della vita che si dispiegano oltre il piano fisico, e sui quali potrà esercitarsi giorno per giorno fino all'esito finale.

Secondo Joanna de Ângelis, durante il sonno "la vita è più spirituale di quella fisica in quanto nell'esperienza dell'azione corporale i valori si invertono." Esercitiamo quindi la realtà spirituale, tante volte con la percezione impedita dell'ego ancora immaturo.

Ma sarà che approfittiamo effettivamente di questo viaggio? Questo varia secondo il nostro grado di coscienza. E ciò perché transitiamo nel mondo con gradi diversi di coscienza,

sin dalla coscienza del sonno fino alla coscienza cosmica. Alcuni, anche se svegli nel corpo, si trovano in uno stato di sonno profondo del conscio e non riescono a percepire i fenomeni della vita oltre i sensi fisici. Guidati quasi sempre esclusivamente dalle intenzioni egoistiche, non si rendono conto della realtà spirituale che ci circonda, e rimangono "addormentati" a lungo, finché decidono di svegliarsi.

Quando riusciamo a liberarci dalle ombre in cui ci troviamo, ampliando le lenti dello spirito che siamo, capiremo che dormire è molto di più che svegliarsi: è la possibilità del risveglio integrale. Svegliarsi per la vita e per le numerose possibilità di crescita che ci circondano; svegliarsi per la realtà che ci attende dopo la vita fisica; svegliarsi per questo un terzo della vita che sprechiamo e che ci permette di conoscere e vivere la realtà dello spirito che siamo.

Iris Sinoti

Terapeuta Jungiana

Sogni Fisiologici, Psicologici e Spirituali

La causa dei sogni e il suo significato furono sempre motivo di grande curiosità e preoccupazione. In *Il Libro dei Medium*, Allan Kardec segnala che la Scienza del suo tempo non ha mai spiegato le origini di tali fenomeni. Le spiegazioni attuali, ancora incomplete, che considerano solo i moventi psicofisiologici - infermità, disturbi psichici, condizione professionale ed economica, influenze relative ai costumi della modernità tali quali l'uso di sostanze lecite ed illecite, la sessualità come prodotto scartabile, le ansie e lo stress generati da questo processo, aggiuntivi alle condizioni politiche mondiali che ci portano aspettative rispetto al futuro - in effetti causano sintomi, i più diversi, che riflettono sulla qualità del sonno. Però ciò che la Scienza insiste nell'ignorare sono le ragioni spirituali - esperienze contundenti relazionate alle vite pregresse che interferiscono nei rapporti e nel comportamento dell'esistenza attuale, le influenze di menti e emozioni di disincarnati sugli individui, stiano o meno relazionate direttamente alle sue azioni pregresse, oltre ai conflitti di ordine interno relativi alla sua eredità genetica.

Con *Il Libro degli Spiriti*, domanda Q.400 a Q.412, deduciamo che: siamo eredi di noi stessi, ossia la nostra storia si ripete perché insistiamo nel rappresentare gli stessi personaggi. L'attuale momento è di riflessione e di cambiamenti nel modo di agire, pensare e di sviluppare, senza timore, valori e virtù. Questa è la strada.

Sonia Theodoro da Silva

Articlista



Sezione Editoriale

Giornalista

João Batista Cabral - Mtb nº 625

Editoriale

Evanise M Zwirtes

Collaborazione

Adenauer Novaes
Maria Angélica de Mattos
Maria Novelli
Cricieli Zanesco
Christina Renner
Maria Madalena Bonsaver
Lenéa Bonsaver
Valle García Bermejo
Nicola Paolo Colameo
Sophie Giusti
Regina Ambrósio

In Redazione

Adenauer Novaes
Iris Sinoti
Sonia Theodoro da Silva
Karina Cardoso
Evanise M Zwirtes
Cláudio Sinoti

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Stampa

Tiratura: 2500 copie

Riunioni di Studio (In portoghese)

Domenica - Ore 17.45 - 21.00

Lunedì - Ore 19.00 - 20.30

Mercoledì - Ore 19.00 - 21.00

BISHOP CREIGHTON HOUSE

378, Lillie Road - SW6 7PH

Per informazioni: 0207 371 1730

E-mail: spiritistps@spiritistps.org

<http://www.spiritistps.org>

Società Registrata sotto il No.

07280490.

Organizzazione caritativa Registrata

sotto il No. 1137238

Incubi**Stati Differenziati di Coscienza**

Fino a che punto riusciamo a fuggire da noi stessi? Avrà la vita dei meccanismi per svegliarci dal nostro sonno psicologico profondo? Il nostro libero arbitrio si interrompe durante il sonno fisico? Tutti noi sogniamo ma intanto non tutti ci ricordiamo dei nostri sogni o ci piace sognare. Sognare è semplicemente continuare a vivere, entrando in contatto con dimensioni intrapersonali frequentemente dimenticate. Gli incubi possono essere il risultato delle esperienze inconse non processate oppure dal riincontro con i compagni incarnati e disincarnati attraverso il distacco parziale che avviene durante il sonno fisico. Mantenendo il nostro libero arbitrio, scegliamo con chi sintonizzarci e verso dove incamminarci. Da un'altra parte, siamo beneficiari di esperienze del nostro inconscio che possono essere interpretate come incubi e che ci permettono di svegliarci per l'immortalità dell'anima. A prescindere della sua natura, l'incubo ci presenta sempre un invito della Vita verso l'autoincontro. L'incubo parla sempre di noi verso di noi, essendo la rappresentazione interna dell'essere. Analizzarlo con umiltà e coraggio, superando la paura iniziale, denota un'opportunità di crescita giacché presenta esperienze che necessitano un'apertura coscienziale per la sua comprensione e reintegrazione. La preparazione per un sonno tranquillo attraverso la preghiera, le attività e pensieri elevati, inclusa una sana lettura, scegliendo di sintonizzarsi con i benefattori spirituali, si fa essenziale affinché possiamo apprendere, servire ed evolvere durante il riposo fisico.

Karina Cardoso

Psicoterapeuta



Il Libro degli Spiriti di Allan Kardec afferma che "l'uomo porta la legge di Dio nella sua coscienza" e che la coscienza preesiste all'uomo incarnato, pertanto è un attributo dell'uomo.

Il biochimico Robert De Ropp ha incluso nel suo campo di ricerche scientifiche lo studio degli stati alterati della coscienza. Nel 1968, ispirato da George Ivanovitch Gurdjieff, ha proposto la *Psicologia Creativa* come un metodo di ampliamento della coscienza che integra informazioni delle esperienze accumulate.

Nella struttura della vita psichica dell'individuo, la coscienza dell'io può cambiare di livello, sin dai più primitivi ai trascendenti, seguendo la sua attualizzazione naturale, propiziando una maggiore lucidità e integrazione.

In un'analisi basata sul sistema di psicologia e spiritismo, i diversi stati di coscienza si evidenziano nei seguenti livelli:

Primo - il sonno senza sogni - dove c'è un'assenza totale di idealismo e l'essere è più fisiologico che psicologico. Dorme, mangia, riproduce, e l'assenza di volontà contribuisce per il lento avanzo dell'istinto verso la conquista della logica e della ragione.

Secondo - il sonno con sogni - sorgono i primi segnali di idealismo e di interesse. L'essere utilizza dei clichés, passando attraverso le fasi drammatiche, gli incubi, gli spaventati; dopodiché quelle della libido e i rivelatori.

Terzo - il sonno sveglio - l'uomo inizia ad osservarsi e ad osservare il prossimo, ampliando il grado di relazionamento sociale ed emotivo in cui la determinazione e la volontà conducono l'essere alla scoperta della finalità della sua esistenza, l'autoincontro.

Quarto - trascendenza dell'io - c'è una rivoluzione della coscienza,



obiettivando l'interiorizzazione per la percezione soggettiva della realtà. Scegliendo la condotta cristiana come meccanismo facilitatore dell'evoluzione, essa supera conflitti, affezioni e non si identifica con contenuti psicologici penosi. L'esperienza in questo stato di coscienza si torna così naturale che subito raggiunge il prossimo livello.

Quinto - coscienza cosmica - la sincerità e la volontà emanano dal cuore, facendo luce intima per la comprensione della verità, vincendosi con la coscienza cosmica.

Attraverso l'autoamore, la creatura si unirà al Creatore attraverso le reincarnazioni, eseguendo la sua realizzazione profonda poiché chi si illumina, sente e irradia l'amore.

Evanise M Zwirtes

Psicoterapeuta

Sogni nel Processo di Individuazione

Lungo la storia dell'umanità, varie culture si sono dedicate allo studio e all'osservazione dei sogni nel tentativo di svelare il suo significato. Ci sono racconti di templi dedicati alla cura nella Grecia antica - in omaggio al dio Asclepio - perché i greci credevano che gli dei si manifestassero con le risposte necessarie affinché la cura si completasse. In Egitto, troviamo dei racconti biblici di Giuseppe che nel decifrare correttamente i sogni del re, è riuscito non solo a salvare se stesso come pure a salvare l'Egitto da gravi difficoltà.

Millenni più tardi, la psicologia tornò ad interessarsi del fenomeno onirico, arrivando Sigmund Freud a trovare nei sogni "la via regale verso l'inconscio". Basato sulle scoperte del padre della psicoanalisi ma arrivando a fare interpretazioni e conclusioni che amplificavano lo sguardo oltre la sessualità umana, Jung ha concluso che "In ognuno di noi c'è un altro che noi non conosciamo. Lui ci parla attraverso i sogni."

Fu nell'attenta osservazione dei sogni dei suoi pazienti (Jung ritiene di aver analizzato all'incirca 80 mila sogni) che lui ha osservato un ruolo fondamentale dei sogni sulla psiche: loro sono al servizio del nostro processo di individuazione, secondo il quale l'individuo sviluppa le sue potenzialità e fa emergere nella coscienza la sua personalità nel suo insieme. Traducendo verso una visione spiritica, i sogni sono al servizio dello spirito nel suo percorso evolutivo.

Mi ricordo una volta che avevo un gran dubbio su quale strada prendere nel lavoro a cui mi dedicavo. Dovevo rimanere in un tipo di attività o seguirne uno nuovo? Poi di notte, in preghiera, ho chiesto protezione alla spiritualità; una luce, un'indicazione che mi potesse guidare. E allora ecco che in un sogno mi vedo percorrendo una strada, con ampie costruzioni ai due lati. Ho sentito una voce che mi diceva: nuove piantagioni ti aspettano ora ... Mi svegliai. Ho capito in questa esperienza il perché dobbiamo fare attenzione ai sogni che riescono a rivelare la nostra propria natura, ritrattare i nostri desideri e speranze, mostrare incontri spirituali e soprattutto servire il grande proposito di sviluppare l'essere che nasciamo per essere.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junghiano

