

# Jornal de Estudos Psicológicos

Ciência, Filosofia e Religião

## Dimensões Espirituais da Saúde Integral

Você, querido leitor, e eu somos incríveis seres complexos e tridimensionais compostos por Espírito, Perispírito e Corpo Físico. Para atingirmos saúde real e integral, necessitamos de uma abordagem multidimensional.

nosso Pai/Mãe Divino.

Em se tratando de conexões, a mente do Espírito tem a dupla capacidade de enviar para e receber informação de outras mentes, fazendo com que as correntes mente a mente se tornem fator

para renovação de nossos seres. Afinal, a alegria de um novo dia irá estimular a nossa esperança e a nossa coragem para sempre recomeçarmos até finalmente alcançarmos nossa saúde integral.

**Vanessa Anseloni**

**Neuropsicóloga**



## VI MÊS ESPÍRITA

Prosseguindo com a proposta de iluminação de consciências, objetivando beneficiar o público em geral, esta Sociedade realiza o **VI Mês Espírita, em abril 2013**, tendo como tema central **DI-MENSÕES ESPIRITUAIS DA SAÚDE INTEGRAL**.

Assim como o corpo físico precisa de, diariamente, adequada higiene, nutrição e adequado exercício, o corpo espiritual e o Espírito também carecem destes movimentos para atingirem saúde integral.

essencial em nossa saúde. A cada pensamento e sentimento sintonizamo-nos ou não com diversas correntes mentais. Portanto, a busca da saúde integral depende, em grande parte, de mantermos constante sintonia com as Mentes Iluminadas e Superiores do Universo.

Como cocriadores, somos os verdadeiros engenheiros de nossa saúde, em que esculpimos a nossa condição saudável ou doentia. Alimentado por nossa mente, o corpo espiritual recebe informações vibracionais baseadas em nossos pensamentos e sentimentos, então imprimindo aqueles padrões vibracionais em nossos corpos físicos quando encarnados.

Esta sintonia constante é verdadeiro **exercício** para a alma, uma vez que conta com nosso treinamento emocional, no qual desenvolvemos nossa consciência emocional e nossa vontade de conscientemente administrá-las. No entanto, somente iremos calibrar a base de nossas emoções quando as alinharmos ao novo padrão de virtudes imortais. Um indivíduo virtuoso inevitavelmente torna-se um indivíduo saudável. O enobrecimento da mente através do exercício de virtudes **nutre** todo o ser a partir da troca com mentes enobrecidas. E ainda quando não acertamos, a prece e a meditação servirão como **higiene** ponderosa

Contando com expositores nacionais e internacionais, serão abordados os tópicos:

**07.04.13 - Alírio de C. Filho**  
CURA ESPIRITUAL, Ansiedades, Fobias e Pânico

**08.04.13 - Alírio de C. Filho**  
Energia dos Chakras e Autocura

**14.04.13 - Maria Novelli**  
Jesus, Médico das Almas

**21.04.13 - Evanise M Zwirter**  
O Desafio das Doenças Espirituais

**28.04.13 - Adenáuer Novaes**  
Reencarnação e Reprogramação da Vida

**29.04.13 - Adenáuer Novaes**  
Evangelhoterapia a Ciência de Amar

Todos os eventos são em português, com transmissão ao vivo: <http://www.spiritistps.org.br/ao-vivo/> - a programação completa poderá ser acessada pelo site: [www.spiritistps.org.br/eventos/](http://www.spiritistps.org.br/eventos/)

## O Desafio das Doenças Espirituais

São extraordinários os avanços da medicina moderna, que consegue diagnosticar e tratar com precisão e rapidez inúmeras enfermidades,



algumas que dizimaram populações inteiras em períodos recentes da história. Não obstante, novas doenças surgem regularmente, ou as antigas apresentam-se sob novos prismas, desafiando os especialistas a aprofundarem a investigação em torno dos enigmas da saúde - doença. E isso nos leva a questionar: afinal, qual a origem das nossas doenças?

Durante largos períodos, a pesquisa em torno das enfermidades manteve seu foco nos aspectos fisiológicos e ambientais, em detrimento do ser espiritual que somos. As religiões, que deveriam cuidar e aprofundar o olhar espiritual, consideravam as doenças como punição divina, com algumas poucas exceções.

Mais recentemente a Psicossomática, que investiga a interferência das emoções e do estado psíquico sobre o corpo físico, promoveu uma revolução ao afirmar que muitas das enfermidades são geradas do nosso desequilíbrio psíquico e da dificuldade em lidarmos com as nossas emoções.

Mas, sem negar os avanços da medicina e da psicologia, ressaltamos o pensamento profundo de Allan Kardec, quando estabelece

e m *O Evangelho Segundo o Espiritismo*: "Se os médicos são o malsucedidos, tratando da maior parte das moléstias, é que tratam do corpo, sem tratarem da alma. Ora, não se achando o todo em bom estado, impossível é que uma parte dele passe bem."

O Espiritismo, aliando-se à Ciência, mostra-nos que as doenças resultam, em grande parte, do espírito que somos. Quando o espírito encontra-se enfermo, a onda que emite e que forma o seu corpo espiritual - o perispírito - atinge o corpo físico, desde sua formação. Ademais, os genes não são fruto do acaso, e mesmo as doenças "herdadas" fazem parte do processo de evolução do espírito, que traz no corpo as marcas do passado, de escolhas acertadas ou equivocadas.

Equilibrar e harmonizar o ser espiritual que somos passa a ser o grande desafio para conquista da saúde. Poderemos até ter doenças, mas o principal é que não sejamos doentes!

**Cláudio Sinoti**

*Terapeuta Junguiano*

## Reencarnação

A ideia da reencarnação teve sua origem nos primórdios da humanidade, a partir de duas crenças: primeiro, nós, seres humanos, temos alma e esta pode separar-se do corpo temporariamente durante o sono e permanentemente durante a morte; segundo, as almas podem ser transferidas de um organismo para outro.

Muitos credos religiosos e filosofias já pregavam a crença na reencarnação: no antigo Egito, na Índia, na Grécia, na China, em tribos africanas, indígenas etc.. Em Jesus Cristo, encontramos de forma clara o conceito: "*Em verdade, em verdade, digo-te: Ninguém pode ver o reino de Deus se não nascer de novo*" (João 3: 1 a 12). Entretanto, conveniências pessoais encarregaram de abolir, do Cristianismo, a crença na reencarnação a partir do Concílio de Constantinopla (553 d.C)

Portanto, o Espiritismo não inventou a reencarnação, mas apresentou-a de maneira mais lúcida, conforme a questão 166 de *O Livro dos Espíritos*: "Como pode a alma, que não alcançou a perfeição durante a vida corpórea, acabar de depurar-se?" A resposta dos espíritos é categórica: "Sofrendo a prova de uma nova existência" ... "Depurando-se, a alma indubitavelmente experimenta uma transformação, mas para isso necessária lhe é a prova da vida corporal".

Sendo os que cremos na reencarnação, precisamos refletir isso em nossas atitudes, promovendo uma renovação imediata e agindo com a consciência de que os nossos atos presentes são a construção da futura reencarnação.

**Iris Sinoti**

*Terapeuta Junguiana*



### Expediente

#### Jornalista

João Batista Cabral - Mtb nº 625

#### Edição

Evanise M Zwirtes

#### Colaboração

Adenauer Novaes  
 Maria Angélica de Mattos  
 Maria Novelli  
 Cricieli Zanescio  
 Christina Renner  
 Maria Madalena Bonsaver  
 Lenéa Bonsaver  
 Valle Garcia Bermejo  
 Nicola Paolo Colameo  
 Sophie Giusti

#### Reportagem

Vanessa Anseloni  
 Cláudio Sinoti  
 Iris Sinoti  
 Karina Cardoso  
 Adenauer Novaes  
 Evanise M Zwirtes

#### Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

#### Impressão

Tiragem:  
 2500 exemplares - Português  
 1000 exemplares - Inglês

#### Reuniões de Estudos (Em Português)

**Domingos** - 05.45pm - 09.00pm  
**Segundas** - 07.00pm - 09.00pm  
**Quartas** - 07.00pm - 09.30pm  
 BISHOP CREIGHTON HOUSE  
 378, Lillie Road - SW6 7PH  
 Informações: 0207 371 1730  
 e-mail: spiritistps@spiritistps.org  
 www.spiritistps.org  
 Registered Charity Nº 1137238  
 Registered Company Nº 07280490



**Vontade Dirigida****Evangelhoterapia a Ciência de Amar**

A vontade é um dos magníficos atributos do Espírito imortal que somos, os quais se encontram em estado latente no momento da criação e se desenvolvem a partir do esforço individual do ser. Através da vontade bem dirigida, ativamos outras potencialidades íntimas e permitimos gradualmente nos transformar, evoluir e construir a vida que almejamos.

Em *O Livro dos Espíritos* (Q.909), aprendemos que podemos sempre superar as nossas más inclinações, faltando-nos apenas a vontade para tal. Nos perguntamos: será que não temos vontade de evoluir e deixar de sofrer? Sim, desejamos ser felizes. Porém já renunciamos nossos desejos transitórios, interesses pessoais e prazeres irreais a conquista de valores eternos? Perseveramos neste processo nos momentos difíceis quando a tentação interior se manifesta? E ainda quantos de nós não nos sentimos merecedores dessa felicidade, por cultivar culpas e baixa autoestima, acreditando erroneamente que merecemos dificuldades, castigos ou sofrimentos?

Somos capazes de dirigir nossa vontade para alcançar qualquer objetivo e, assim, devemos escolher conscientemente o que queremos, trabalhando incansavelmente para alcançá-lo, aprendendo com os próprios equívocos e recomeçando o aprendizado constantemente. Não existe vontade dirigida sem disciplina mental, emocional e atitudinal, ou seja, independente do que sentimos, desejamos e pensamos, nos cabe adotar postura firme e determinada, nos esforçando honestamente para obedecer ao maior de todos os mandamentos "Amar ao próximo como a si mesmo" por meio da educação da nossa vontade.

**Karina Cardoso**

**Psicoterapeuta**

O Evangelho ou Boa Nova é um conjunto de ensinamentos úteis à convivência humana, bom como apresenta ideias para uma melhor compreensão a respeito da vida, do destino e sobre Deus. São escritos que, muito embora tenham recebido contribuições de tradutores e enxerto

de diferentes doutrinas, conservam uma mensagem propositiva de valorização da vida, do ser humano e da ação positiva em favor da harmonia entre as pessoas. O ponto central dos escritos é o anúncio de um certo reino dos céus, no qual vigoram a paz, a harmonia e o amor. Nele, todos os seres humanos são reconhecidos como irmãos, são convidados a praticar a caridade e a viver na mais perfeita justiça. A mensagem, quando utilizada como prática vivencial, transforma-se em recurso terapêutico de grande poder curador, proporcionando consolo, criatividade e sensação de propriedade de si mesmo. Em seus ensinamentos, Jesus propôs, diferentemente do que rezava a tradição em sua cultura, que deveríamos amar os inimigos. Essa proposta, de formidável efeito terapêutico, eleva o ser humano acima de sua herança animal, colocando-o na condição de herdeiro de Deus, digno de olhar para seu irmão sem lhe transferir a mesma animosidade. Esse é o amor maior, que se sobrepõe ao orgulho, à vaidade e ao egoísmo, pois elimina as barreiras que se erguem entre os seres humanos e que promovem guerras, disputas

intermináveis e dissensões que dificultam a paz na Terra. Nosso planeta ainda contempla a convivência com a injustiça, o apego, o poder que corrompe e a ignorância espiritual, o que exige instrumentos eficientes de educação a serviço da evolução. Para mudar



esse estado e proporcionar o efetivo equilíbrio e a paz interior, é preciso que o ser humano pratique o amor aconselhado no Evangelho, que vence o preconceito, o excesso de racionalismo e, principalmente, o fundamentalismo religioso. O Evangelho, à semelhança de outros códigos religiosos, apresenta o amor como instrumento de evolução do Espírito a ser vivido intensamente, bem como disseminado como a melhor terapêutica para os males humanos.

**Adenauer Novaes**

**Psicólogo Clínico**

## A Psicoterapia Essencial

A evolução do Espírito humano contribui para a evolução do pensamento em Psicologia. Os pontos de concordância entre as teorias contemporâneas e os ensinamentos de Jesus são marcantes.

Allan Kardec, na *REVISTA ESPIRITA Jornal de Estudos Psicológicos* (1858), aponta: "o que testemunhamos hoje não é uma descoberta moderna, é o despertar da antiguidade." Hanna Wolff, em *Jesus Psicoterapeuta*, diz que "a psicologia profunda, que representa, no debate sobre o homem, uma mudança que assinala uma época, só pode desenvolver-se no campo cultural em cujo fundamento os impulsos de Jesus são determinantes."

Na atualidade, a Teoria Reencarnacionista, considerando a imortalidade da alma, evidencia a verdadeira natureza do ser humano, apresentando-o como Espírito, sendo ele a base da Psicologia Transpessoal.

O Espírito é o princípio inteligente, ser pensante. É a individualidade preexistente em constante atualização, vivenciando a lei de causa e efeito como metodologia terapêutica. Criado simples e ignorante, é possuidor de múltiplas possibilidades renovadoras, sendo fundamental despertar suas capacidades divinas. Considerando sua anterioridade e memória extra física, herda a si mesmo, como ser psicológico e emocional, na sua expressão corporal. O Espírito, diante das suas escolhas passadas ou presentes, ajusta-se ou desajusta-se às leis naturais da Vida, equilibrando-se ou desequilibrando-se na sua estrutura psíquica.

A psicoterapia essencial objetiva a apreensão das leis de Deus pelo indivíduo, contribuindo para seu autoconhecimento, facilitando a modificação comportamental, bem como a educação emocional, intelectual e espiritual, num processo ininterrupto.

O reconhecimento do falso já é o surgimento do real. Do entendi-

mento da pluralidade das existências promana a explicação de muitos conflitos da vida humana. A psicoterapia divina facilita a identificação dos paradigmas primitivos do ser, bem como ensina a solucionar os conflitos intra e interpessoais, contribuindo para o despertar da consciência responsável, dirigindo a vontade para o querer mental e atitudinal segundo a consciência Cósmica.

N e s s a  
m u d a n ç a ,  
gradual e  
progressiva,  
de ajusta-  
mento inter-  
ior e exterior,  
o ser desco-  
bre suas  
faculdades  
superiores,  
tais como, a  
escolha, a  
aceitação, a  
responsabi-  
lidade, o  
discernimen-  
to, o perdão,  
a disciplina, a  
perseveran-  
ça, o amor,...  
necessitando  
de constante  
treinamento  
e atualização

diante das tendências primitivas emergentes. Segundo C.G.Jung "ninguém se torna iluminado, imaginando figuras de luz, mas sim tornando a escuridão consciente."

A proposta da psicologia do espírito, considerando o nascer, viver, morrer e renascer, como mecanismo experimental da conquista do Eu profundo, evidencia que o Espírito, pelo seu livre-arbítrio, é convidado a participar da sua proposta terapêutica, que é pessoal e intransferível, ajustando suas crenças, sentimentos, comportamentos em concordância com o que é bom, belo, ético e estético. Para tanto, o aqui e agora é o

momento oportuno, único, para remover as causas dos conflitos, as inseguranças, os medos, as enfermidades, adotando uma postura amorosa, porém firme, diante do autoencontro inevitável, movimentando-se pelas experiências felicitadoras, autorrealizadoras e libertadoras.

Assim, estudando e autoestudando-se, dilata suas faculdades autoperceptivas, compreendendo



que "o corpo não está separado da alma; é a sua representação. As suas células são organizadas segundo as disposições perispiríticas dos indivíduos, e o organismo doente retrata um espírito enfermo. A patologia está orientada por elementos sutis, de ordem espiritual", segundo ensina Emmanuel, no livro *Emmanuel*. Como resultante do amadurecimento espiritual, a harmonia psicológica proporciona a visão otimista da vida sob qualquer aspecto que se apresente, considerando que "em Deus vivemos, nos movemos e existimos." Paulo, Atos 17:28.

**Evanise M Zvirtes**

**Psicoterapeuta**