

Giornale di Studi Psicologici

Scienza, Filosofia e Religione

L'Educazione dell'Affetto

"Sarà che veramente io amo qualcuno?" Questa era la domanda di Rosa dopo un workshop sull'*Educazione dell'Affetto* in un centro spiritico. La domanda era

avverto per il mio ragazzo è diverso. È l'amore romantico!" E il conferenziere aveva menzionato che nella Neuroscienza c'era una ricerca che fa vedere che il sistema

concluso Rosa - "cos'è più importante nella vita dell'amore?"

Vanessa Anseloni

Neuropsicologa



valida perché lei aveva avuto una discussione con la sua madre riguardo un'incontro con i suoi nonni nel fine settimana. Si domandò allora: "Amo i miei genitori e nonni, ma vorrei trascorrere il fine settimana con i miei amici e il mio ragazzo..."

Si ricordò di stralci del seminario che chiarivano le sue domande. Il conferenziere aveva menzionato: "L'amore è il sentimento per eccellenza, e i sentimenti sono gli istinti all'altezza del progresso raggiunto. All'origine, l'essere umano ha solo istinti; quando istruiti e depurati, ha sentimenti." Rosa ha riflettuto su quell'insegnamento: "In effetti, sento che i miei sentimenti verso i miei genitori si stanno modificando. Prima li vedevo come degli eroi. Oggi li vedo come degli esseri umani in evoluzione, proprio come me, i quali si sono anche impegnati per il mio progresso."

Ha continuato ricordando i passaggi di quel workshop indimenticabile. "Ma ciò che avverto

cerebrale di ricompensa è specialmente attivato nelle persone innamorate. Aveva concluso che forse, con il tempo, avrebbero maturato il sentimento della passione, così istintivo, e farlo divenire più sublime. "Chi lo sa?" Si è chiesta Rosa.

L'apice della riflessione di Rosa fu un passaggio ispiratore del seminario: "Siamo destinati all'amore poiché siamo venuti da Lui che è Amore puro e in Lui viviamo. E il maggior esempio dell'Amore, Affetto Universale nella Terra, è quello di Gesù Cristo verso l'Umanità." André Luiz, nel libro *Evolução em Dois Mundos*, ci mostra che siamo destinati alla stessa esperienza, una volta che "(...) l'affettività si trasforma in amore, con la capacità di sacrificio, raggiungendo la completa rinuncia."

Piena di ispirazione, Rosa ritornò a casa. Trovando la sua madre, l'ha abbracciata e riaffermato quanto l'amava. Si rese conto che aveva bisogno di esprimere al meglio il suo affetto. "Perché" - aveva

"Siamo uniti a Dio da uno stretto rapporto che lega la causa all'effetto, e siamo così necessari all'esistenza quanto Lui è necessario alla nostra. Dio, Spirito Universale, si manifesta nella Natura, e l'uomo è, sulla terra, la più alta espressione di questa Natura. Siamo la creazione e l'espressione di Dio, che è la sorgente del Bene. Ma questo Bene, lo possediamo solo allo stato germinale, e il nostro compito consiste nello sviluppare il Bene..."

È tutto scritto in fondo all'Anima in caratteri misteriosi: il passato, da cui siamo emersi e dobbiamo imparare a sondare; il futuro, verso il quale ci evolviamo, futuro che noi stessi costruiremo..., fatto di pensieri elevati, di nobili gesta, di devozione e di sacrifici.

Il compito che ognuno deve realizzare si riassume in tre parole: sapere, credere e volere - cioè, sapere che abbiamo recondite e innate risorse incalcolabili; credere nell'efficienza della nostra azione sui due mondi, quello della Materia e dello Spirito; volere il Bene, dirigendo il nostro pensiero verso ciò che è bello e grandioso, conformando le nostre azioni alle leggi eterne del lavoro, della giustizia e dell'amore."

Il Grande Enigma

Léon Denis

La Scienza della Fede

Sin dal sorgere della scienza, o più precisamente delle scienze, a cominciare da Aristotele, e poi con René Descartes, la religiosità è stata separata dallo sviluppo delle ricerche scientifiche. La filosofia di Aristotele ha dominato il pensiero europeo a partire dal XII secolo, però la

Ricardo Leme, legato all'Associazione Medica Spiritica del Brasile, preconizza lo sviluppo di sentimenti di gratitudine verso la vita, che lui definisce come un dono supremo (di Dio), l'amore, esemplificato da Gesù, per il benessere fisico, emotivo e



rivoluzione scientifica dei secoli XVI e XVII cambia questo quadro, inserendo i cambiamenti nei metodi scientifici. Senza dubbio che la Scienza è una delle voci della cultura umana, tuttavia, con la non ammissione della forza della fede, soprattutto in campo medico, in particolare nei trattamenti per ripristinare la salute umana, non riesce a condividere una delle più belle forme di integrazione dell'uomo con la vita. Negli Stati Uniti, ricercatori qualificati nel campo della Neurobiologia dicono di aver individuato, nel sistema limbico cerebrale, un deflagratore di esperienze religiose. Questa regione del cervello lega le esperienze vissute nel nostro universo emotivo, e i test eseguiti con i monaci buddisti e suore cattoliche hanno mostrato attività cerebrali intense quando si trovavano in uno stato di meditazione e preghiera.

In Brasile, il neuroscienziato Dr.

Ragione ed Emozione

Una parte definisce, ragiona, chiarisce e cerca di capire. L'altra parte sente, si mobilita, affetta e valorizza.

La ragione, a dimostrazione della fertilità del cervello umano, rivela i campi della conoscenza, consente la costruzione di macchine potenti e ingegnose, assiste tutti i settori delle scienze nelle loro scoperte e l'essere a capire ulteriormente i meccanismi della vita. Nel frattempo, priva di sentimento, diventa fredda e spesso distruttiva, rivoltandosi contro la propria vita.

L'emozione arriva in un lampo, innescata da eventi esterni ed interni, e mobilita tutto il nostro corpo portando segni di paura, rabbia, affetto, ecc... Quando siamo attenti a parte dei nostri istinti, capiamo di più su noi stessi. Per quanto possa sembrare peggiore, non deve essere negata, se no capita, affinché possa essere incanalata in modo costruttivo. Dissociata dalla ragione, può condurre a passioni travolgenti e al fanatismo, e anche ad agire in modo distruttivo.

Nella traiettoria umana, abbiamo visto i grandi voli della ragione ma siccome ancora rimaniamo in una sorta di infanzia emotiva, questi progressi non si traducono ancora in condizioni di vita ideali.

La sfida dell'essere umano è quella di coniugare queste due parti, alleando l'intuizione e la percezione extrasensoriale, affinché possa svilupparsi in modo integrale. Per questo, già ci insegnava Emmanuel: *"Il sentimento e la saggezza sono le due ali con le quali l'anima si innalzerà verso la perfezione infinita."*

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiano



spirituale, poiché questi stati dell'animo agiscono sui neurotrasmettitori e sulle endorfine, facilitando il mantenimento dello stato di salute e perfino la cura delle infermità. Secondo lui, lo studio della neurobiologia della fede forse possa essere lo strumento in più nella ricerca di un qualcosa che manca all'umanità per il suo funzionamento più armonioso, in generale.

Gesù di Nazaret, nella sua giornata di pace sulla Terra, diceva agli infermi guariti con il suo amore: "la tua fede ti ha guarito". Però aggiungeva: "non peccare più", come un avvertimento sulla grande responsabilità che abbiamo dinanzi il dono della Vita e l'opportunità della reincarnazione, a noi concessi per l'immenso amore di Dio. Facciamo in modo di meritarlo - oggi e sempre.

Sonia Theodoro da Silva

laureanda in Filosofia

Sezione Editoriale

Giornalista

João Batista Cabral - Mtb n° 625

Editoriale

Evanise M Zwirtes

Collaborazione

Maria A de Mattos - Revisore
 Maria Novelli - Traduzione in Inglese
 Cricieli Zanesco - Traduzione in Inglese
 Karen Dittrich - Traduzione in Tedesco
 Hannelore P. Ribeiro - Traduzione in Tedesco
 Maria M Bonsaver - Traduzione in Spagnolo
 Lenéa Bonsaver - Traduzione in Spagnolo
 María V. G. Bermejo - Traduzione in Spagnolo
 Nicola P Colameo - Traduzione in Italiano
 Spartak Severin - Traduzione in Francese
 Andrei Latinnik - Traduzione in Russo
 Natalia Latinnik - Traduzione in Russo
 Spartak Severin - Traduzione in Russo

In Redazione

Vanessa Anseloni
 Sonia Theodoro da Silva
 Cláudio Sinoti
 Evanise M Zwirtes
 Davidson Lemela
 Adenauer Novaes

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Stampa

Tiratura:
 2500 copie - Portoghese
 1000 copie - Inglese

Riunioni di Studio (In portoghese)

Domenica - Ore 17.45 - 21.00
Lunedì - Ore 19.00 - 21.00
Mercoledì - Ore 19.00 - 21.00

Riunioni di Studio (In Inglese)

Mercoledì - Ore 17.20 - 18.20

Reunioni Privata

Giovedì - Ore 09:00 - 10.30

BISHOP CREIGHTON HOUSE
 378, Lillie Road - SW6 7PH - London
 Per informazioni: 0207 371 1730
 E-mail: spiritistps@gmail.com
<http://www.spiritistps.org>
 Società Registrata sotto il No. 07280490.
 Organizzazione caritativa Registrata
 sotto il No. 1137238

Volontà Indirizzata

Come definire la volontà? Il Dizionario Aurélio ci informa che "è una facoltà di rappresentare mentalmente un atto che può o meno essere praticato a causa di un impulso o dettato dalla ragione. Sentimento che sollecita qualcuno a raggiungere il fine preposto per questa facoltà: aspirazione, ansia, desiderio, capacità di scelta, di decisione. Disposizione di Spirito, espontanea o compulsiva."

La tua volontà è attiva? Indirizzata, genera felicità o infelicità? Come differenziarla? Riflettiamo. La persona parla: non ho voglia di lavorare, nè di mangiare, nè di parlare con le persone, odio la vita che non ha più senso per me. Ma secondo te questa persona ha tanta volontà? La volontà di non responsabilizzarsi per

la propria vita, indirizzandola verso la propria infelicità. Nel parlare che non ha voglia, sta usando la volontà per non sentire voglia, ma la volontà rimane attiva.

La volontà è una forza neutrale, esistente negli individui, in grado di definire le azioni, in base alle sue scelte. Quanto alla volontà di morire, sceglie di dirigere questa forza verso la volontà di vivere; quanto alla volontà di denigrare, sceglie di indirizzare questa forza per il ben dire. La forza non si cambia, ma cambia la direzione. Spesso lo stato morboso è preferito, richiamando l'attenzione degli altri, manifestando la vittimizzazione. È fondamentale indirizzare la volontà con lucidità per costruire la felicità effettiva, senza la morbosità di malaugurare quelli che sono felici. Pensa bene e riprogramma la tua vita.

Evanise M Zwirtes

Psicoterapeuta

Il Potere del Pensiero

Saprebbe il caro lettore descrivere la differenza che esiste tra ciò che è reale e ciò che è solo immaginazione? Sembra che la risposta sia ovvia: reale è ciò che possiamo vedere, toccare, odorare, ecc. L'immaginazione è qualcosa che creiamo nella mente, che fantastichiamo, qualsiasi cosa irreali.



Come una macchina fotografica, i nostri occhi catturano la luce. La retina, con più di 150.000 trasduttori, trasforma questa luce in un segnale elettrico che viaggia attraverso il nervo ottico fino al lobo occipitale. Esso, formato da più di 400 milioni di neuroni, decodifica il segnale elettrico in un'immagine. Ad esempio, quando guardiamo un tavolo, creiamo nel nostro cervello una rappresentazione di questo oggetto. Il tavolo che vediamo, ha una durata temporanea, però ciò che è stato immagazzinato nella mente è perenne, rimane registrato per sempre. Questo è ciò che chiamiamo engramma, traccia definitiva e permanente che viene fissata nella nostra memoria integrale. L'altro tavolo (di legno) fa parte del mondo materiale o mondo dell'illusione.

Quando chiudiamo gli occhi e immaginiamo il tavolo che abbiamo visto o quando vediamo un oggetto,

l'area del cervello attivata è la stessa. Cioè, l'oggetto sarà rappresentato nello stesso posto (lobo occipitale). Il nostro cervello non sa distinguere quando stiamo vedendo qualcosa, o quando stiamo immaginando. Per il cervello, tutto è reale e vero.

Per questo motivo, le immagini positive - reali o immaginarie -

impongono vibrazioni che causano conforto e sensazione di benessere. Mentre le immagini che formano pensieri negativi, provocano vibrazioni di angoscia, sofferenza e tristezza.

Nel capitolo XIV, punto 16 di *Le Rivelazioni degli Spiriti - Genesi Miracoli Profezie*, Kardec spiega che ciò che pensiamo può modificare le proprietà dei fluidi, che saranno impregnati di buone o cattive qualità dei nostri pensieri, e questi sono legati direttamente alla purezza o impurezza dei sentimenti.

Le immagini formano idee e storie che possono diventare spazzatura mentale. Allora ricordati che la tua mente non sa quando stai vivendo, o immaginando, una realtà. Per questo, controlla i tuoi pensieri!

Davidson Lemela

Neuropsicologo

Componente Emotiva nella Salute

Essere sani è raggiungere e conciliare l'equilibrio organico, benessere psichico, buona convivenza sociale e armonia spirituale. La combinazione di questi stati richiede sforzo continuo, esperienze, realizzazione personale e la scoperta della Designazione Personale. Non sempre essere sani significa essere al passo con i livelli fisico-chimici equilibrati nel corpo fisico. Essere sani significa raggiungere il benessere intimo con la conquista della pace interiore, condizione principale per una vita equilibrata e sana. Il corpo fisico è un importante strumento di manifestazione dello Spirito nella dimensione materiale, il cui funzionamento richiede la confluenza di fattori chimici e psicologici per il suo perfetto funzionamento. L'essere umano ancora si identifica molto con il suo corpo fisico, immantandosi come se esso fosse la sua propria essenza, che è il motivo per cui le emozioni ed i sentimenti interferiscono in modo significativo nel suo funzionamento. Se una persona si rattrista o si rallegra, il suo corpo si mostra esteticamente diverso, con effetti sottili sul funzionamento e sulla dinamica dell'organismo quando un certo stato emotivo si ripete sistematicamente. Non sono solo le emozioni coscienti che interferiscono con la salute della persona poiché la mente umana è composta da un immenso contenuto inconsciente che sarebbero le esperienze e tutto il materiale immagazzinato nel corso delle vite successive. Nuclei emotivi non sciolti, traumi accumulate, colpe irrisolte e tutti i tipi di *complessi* psicologici, accumulati nelle varie reincarnazioni, alimentano la mente cosciente, la cui parte più esterna è il corpo fisico. Sono questi processi nucleati nell'inconscio che, in modo auto-

mo, influenzano l'ego, colpendo la salute emotiva della persona quando non sono dovutamente coscientizzati. Nello stesso modo in cui i processi inconscienti possono influenzare il funzionamento del corpo fisico, la qualità delle compagnie spirituali di una persona cambia notevolmente la sua salute. Buoni spiriti, per esempio, alimentano con buoni fluidi gli incarnati con cui

avere buoni pensieri, buone azioni e autostima elevata, diventano importanti per gli effetti, a medio e lungo termine, che possono promuovere sulla salute fisica. È risaputo, dalle ricerche scientifiche, che la preghiera interferisce sul benessere generale della persona, con importanti riflessi fisiologici. Pazienti terminali, sottoposti alle cure complementari a base di



convivono. L'organismo fisico di una persona può trovarsi perfettamente funzionante però la sua mente, indipendentemente dal comportamento esterno, così come la qualità del pensiero cosciente, può colpirlo, a medio e lungo termine, provocando disordini fisiologici. Questa influenza si deve all'esistenza del perispirito, veicolo della manifestazione dello Spirito, dove sono immagazzinati i pensieri, idee, immagini, emozioni e sentimenti, veri vettori direzionali della salute, che si riverberano sul corpo fisico. Nello stesso modo in cui questi vettori possono promuovere disarmonie organiche, possono anche, per la qualità generata nelle esperienze dello Spirito, permettere il riequilibrio della salute. Le raccomandazioni a proposito di

fluidoterapia, preghiere e stimoli costanti di ottimismo, hanno raggiunto una maggiore sopravvivenza rispetto a quelli che non hanno usufruito di tali cure. In alcuni casi, l'equilibrio organico non è raggiunto però siccome lo Spirito, attraverso il suo *ego*, si trova in pace, ed emotivamente e socialmente in armonia, si può affermare che sia sano. Pratiche meditative, l'abitudine alla preghiera, socialità attiva e cure con il corpo sono mezzi opportuni per avere una buona salute. Ancora più importante della salute del corpo, è lo Spirito con la coscienza in pace, con le sue emozioni educate ed in sintonia con Dio.

Adenáuer Novaes

Psicologo Clínico