

# Giornale di Studi Psicologici

Scienza, Filosofia e Religione

## Amore ed Equilibrio

Secondo le tradizioni greche, l'Oracolo di Delfi portava insegnamenti iscritti al suo interno, incoraggiando la riflessione di quelli che cercavano le più svariate risposte. Una di essi conteneva la seguente frase: "Niente in eccesso"...

che l'*auto-disamore* è alla base di queste distonie. In linea con questo pensiero, Rollo May crede che quando ci distacciamo dalla esperienza dell'amore, sorgono come conseguenza, l'apatia e la violenza stessa perché se non cerchiamo di vinco-

nostre parti distruttive richiede uno sforzo morale. Ma questo atteggiamento riflette anche l'auto-amore poiché nessuno è in grado di amare gli altri se il sentimento verso se stesso non è sano.

Dall'auto-analisi e dal riconos-

cimento della propria ombra, il passo successivo è la modifica degli atteggiamenti e comportamenti distruttivi nella forma d'essere dell'individuo. Questo è l'amore che va al di là delle barriere dell'ego e comincia a far



Ma anche se antico, l'insegnamento sembra non essere stato assimilato molto bene perché continuiamo a osservare vari tipi di eccesso, che dimostrano quanto siamo ancora lontani dall'equilibrio: violenza eccessiva, di consumo, di informazioni e di disturbi fisici, mentali, emotivi, ecc. Certamente ci sono diversi fattori che portano a eccessi ma, nella ricerca di un denominatore comune, troviamo un elemento essenziale: l'individuo separato da se stesso, alienato da una istanza interiore che avrebbe potuto guidarlo ad una esistenza profonda ed equilibrata.

Stabilendo un'analisi sui fattori principali che portano gli esseri umani alla perdita del senso esistenziale e, quindi, agli eccessi e squilibri di ogni tipo. Joanna de Ângelis ritiene

l'arci agli altri in modo sano, lo faremo in modo cupo. Nessuna meraviglia che la Depressione, catalogata come *Disturbo Affettivo*, è emersa in modo schiacciante. Pertanto, lo sviluppo del sentimento diventa un fattore essenziale per trovare il punto di equilibrio.

E se l'assenza d'amore è una delle radici dello squilibrio nei tempi moderni, abbiamo bisogno di stabilire una riconnessione con il sentimento, con i valori importanti che abbiamo lasciato alle spalle, desiderosi di conquistare il mondo fuori di noi, di realizzarci con i valori esterni. La "riconquista del sentimento" inizia quando l'individuo comincia a valutare la propria vita, dovendo essere abbastanza maturo per riconoscere i punti da trasformare. Ciò richiede umiltà perché gestire le

beneficiare gli altri perché le relazioni sociali diventano più ricche e profonde quando l'amore è stabilito su basi sane. Quando l'amore si assesta nei rapporti dell'individuo, con se stesso e con gli altri, *amare a Dio* diventerà la sequenza naturale nell'evoluzione del sentimento poiché liberi da contaminazioni personali e collettive, il nostro cuore sarà abbastanza puro da affrontare in modo equilibrato la dinamica della vita.

**Cláudio Sinoti**

**Terapeuta Junguiano**

## Allenare la dignità

Un giorno un'amica mi ha raccontato una esperienza curiosa del suo figlio, che all'epoca aveva 8 anni. Con un blocco e penna per prendere appunti, lui ha chiesto ad un amico della sua madre, un psicoterapeuta che ammirava: "Che cosa devo fare per diventare un arcangelo?". Preso alla sprovvista dalla domanda ha

dignità quando siamo sinceri perché mostriamo agli altri ciò che realmente siamo; anche quando riconosciamo i nostri errori e limiti perché solo allora potranno essere lavorati e trasformati; continuiamo a mettere in pratica quando ci mettiamo alla disposizione per fare il meglio che possiamo in modo etico e rispettando

## Alla Ricerca dell'Identità

Siamo spiriti immortali che viviamo l'esperienza di un personaggio creato dalle contingenze della cultura, dell'ambiente e dai limiti del corpo fisico. Il personaggio, rappresentazione circostanziale e limitata dello Spirito, costruito in modo che sia utilizzato nel faticoso lavoro di integrare competenze, nasce e muore affinché il suo

proprietario raggiunga gli obiettivi massimi di ogni incarnazione. Nel ripetitivo processo di andare e rivivere della reincarnazione a venire e tornare, lo Spirito assume varie personalità, identificandosi temporaneamente con ciascuna di esse, fino a scoprire la sua vera individualità nell'incontro con se stesso. La ricerca di un sua identità

diventa più vicina a quell'incontro e nel modo più utilizzabile quando la consapevolezza dell'immortalità si manifesta su tutto ciò che vuole fare. L'identità si ottiene quando, nel vivere pienamente la sua condizione di Spirito immortale, si rende conto della sua Designazione Personale. Questa designazione è caratterizzata dalla diffusa consapevolezza dei motivi per cui esiste ed è stato creato da Dio. Designarsi vuol dire capire, in base alle tendenze comportamentali, quali sono gli obiettivi della sua propria esistenza. Trovare la propria identità richiede la percezione che lo Spirito è maggiore del suo personaggio che sta utilizzando per la sua evoluzione, così come la presa di coscienza delle competenze acquisite nelle varie incarnazioni già provate. L'identità dello Spirito non si limita solo alla personalità incarnata, la cui attuazione deve essere costantemente modellata per capire gli obiettivi che favoriscono la coscienza. Cercare la propria identità richiede l'integrazione delle competenze e, soprattutto, il consolidamento della consapevolezza della propria immortalità.

Adenauer Novaes

Psicologo



X Mese Spiritico/Aprile 2017

risposto che gli arcangeli si distinguono per avere una virtù in particolare che sviluppano più profondamente. E continuando il dialogo, ha cercato di spiegare al ragazzo, chiedendogli: "Sei un ragazzo coraggioso?". Il ragazzo pensò e rispose: "Penso che sia più una questione di opportunità perché tutti abbiamo coraggio ma alle volte non abbiamo l'opportunità per dimostrarlo o non sappiamo di averlo, e allora abbiamo paura..."

Questo dialogo curioso, riassunto qui, in un certo senso può servire per comprendere la messa in pratica della dignità umana. Nella nostra essenza, abbiamo valori e competenze che nemmeno conosciamo ma che solo dopo la lunga giornata dell'individuazione si manifestano completamente, facendo beneficiare non solo alla nostra individualità ma anche alla collettività che ci circonda. Ma prima di raggiungere il pieno sviluppo, le virtù richiedono un profondo impegno dell'individuo per la sua conquista, così come lo sfruttamento delle opportunità che si presentano per manifestarle.

La conquista della dignità diventa ampiamente una sfida perché si riveste di varie qualità che lo accompagnano: nobiltà, sincerità, rispetto, etica, umiltà e molte altre che avremo potuto elencare. EsercitiAMO la

le differenze. E anche se nessuno riconosce la nostra dignità, avere la coscienza tranquilla è il miglior segnale che siamo sulla strada per conquistarla.

Rispondendo al ragazzino: "Certamente un giorno saremo arcangeli ma prima di questo, dobbiamo essere umani in tutto ciò che significa; allora saremo degni della conquista della pienezza."

Iris Sinoti

Terapeuta Jungiana



X Mese Spiritico/Aprile 2017

### Sezione Editoriale

#### Giornalista

João Batista Cabral - Mtb n° 625

#### Editoriale

Evanise M Zwirtes

#### Collaborazione

Maria A de Mattos - Revisore  
Daniela Righi - Traduzione in Inglese  
Mark Pohl - Inglese Revisore  
Karen Dittich - Traduzione in Tedesco  
Hannelore P. Ribello - Traduzione in Tedesco  
Maria M Bonsaver - Traduzione in Spagnolo  
Lenéa Bonsaver - Revisore in Spagnolo  
Nicola P Colameo - Traduzione in Italiano  
Sophie Giusti - Traduzione in Francese  
Irène Gootjes - Traduzione in Francese

#### In Redazione

Cláudio Sinoti  
Iris Sinoti  
Adenauer Novaes  
Evanise M Zwirtes  
Sonia Theodor da Silva  
Davidson Lemela

#### Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

#### Stampa

Tiratura:  
2000 copie - Portoghese  
1500 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  
**Sabato**: Ore 18.30 - 20.00

#### 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

**Inviti Rinnovatori**

La vita è un invito sublime.

Evolviamo attraverso la reincarnazione, attendendo ai richiami della vita, mettendo in pratica i valori della ragione, toccati dalla luce del sentimento, guidati dalle leggi universali.

Con lo sviluppo e la valorizzazione della ragione, attraverso la pratica, la ragione umana sarà un riflesso della Ragione eterna, Dio.

Deliziamoci con l'onore di emanciparsi ancora oggi, ora, dall'oppressione del male.

Coltiviamo la gioia di vivere, il coraggio di progredire, il discernimento nell'apprendimento, l'umiltà per il distacco dalle illusioni, la responsabilità

nell'autonomia del Self, il dovere dell'autoeducazione, la fedeltà all'ordinanza divina, il vantaggio della laboraterapia, la rinuncia alle tendenze infelici, la misericordia verso tutti, la disciplina etica, la terapia del perdono, la decisione dell'autosuperamento, la scelta della semplicità, vivere la fratellanza e la solidarietà, la pratica della tolleranza, la pratica del rispetto umano, consegnarsi alle testimonianze della Verità, la fermezza della volontà lucida, la speranza nell'organogramma della vita, la felicità derivante dall'autodonazione, pratica della bontà, scegliere la gratitudine, la benedizione della preghiera, la rendizione alla santa obbedienza, l'apprezzamento del tempo, il pensiero prudente, il reinizio del programma di dignità, la tranquillità nel perseverare con onestà, la sicurezza nella Giustizia del Creatore, la fede per vivere la Verità, l'amore verso la conoscenza e pratica delle Leggi Naturali, la pazienza per le realizzazioni profonde.

In ogni caso, la riflessione, con amore e saggezza.

**Evanise M Zwirtes**

**Psicoterapeuta Transpessoal**

**Avversità e Insuccessi**

Nel momento esistenziale in cui viviamo, ci fissiamo troppo sulle apparenze del fallimento, sia professionale, personale, che sociale. Continuiamo, da tempo, aprigionati al mondo sensibile, a tutto ciò che impressiona i nostri sensi a scapito del mondo intelligibile platonico, il mondo reale, delle cose spirituali,

e di tutto ciò che impedisce l'essere umano di crescere verso la vita reale.

Dio si manifesta nelle nostre vite in molti modi. Le Sue risposte alle nostre afflizioni sorgono in modo a beneficiarci e tenerci in equilibrio e autoconservati. Pertanto, Gesù di Nazaré ci portò la stra-



X Mese Spiritico/Aprile 2017

dei sentimenti più puri, come l'aggiornamento delle proprie parole del filosofo, contenute nella Codificazione Spiritica.

Secondo le definizioni dei lessicografi, avversità è un evento sfortunato, scomodo, inadeguato, insufficiente. È un evento tragico, una mancanza di fortuna, una disgrazia, un infortunio, una infelicità.

Dobbiamo però considerare se una disgrazia porta con se la necessità di riflettere sui valori accreditati. Quali sono le cause che la motivano? Erano evitabili? Quali i macromotivi dietro a un evento verificatosi a livello personale? Quali gli impegni precedenti e i motivi per i quali si sono verificati? Si deve ancora considerare se la sfortuna non sarebbe un invito ai cambiamenti necessari: visione di mondo, delle relazioni, dei valori.

Lo Spirito Joanna de Ângelis, a sua volta, in un messaggio dal titolo "Successo e *Successo*", definisce il Successo nella vita materiale come il risultato delle realizzazioni umane, ma sottolinea che v'è un altro *Successo*, che proviene dalla forza della volontà e superamento delle infelicità umane, delle imperfezioni morali

da, rivelandoci la verità così cercata dalle filosofie umane, la Vita reale, stipulata da una Filosofia Spiritica così chiara, così limpida come potrebbe essere il Suo messaggio.

Quindi, seguire questi insegnamenti, anche nei giorni di grande incredulità come quelli attuali, cercando le spiegazioni necessarie e limpide della Dottrina della Luce, lo Spiritismo, trarrà in modo inequivocabile le risposte appropriate e coerenti per il mantenimento della pace interiore e per l'armonia delle relazioni.

**Sonia Theodoro da Silva**

**Filosofo**



X Mese Spiritico/Aprile 2017

## Esaltando la Vita

La signora Nilda Fernandes era una vicina dolce, di 90 anni, capelli bianchi e corpo piegato dai lunghi anni già vissuti. Nilda aveva un pensiero agile, nonostante l'età. Laureata in Antropologia Culturale, ha lavorato come revisore fiscale presso il Ministero delle Finanze in Brasilia, la città dove militava nel movimento Spiritico per molti anni fino alla sua partenza per São Paulo.

Era affascinante ascoltare le sue storie con quella sua parlantina delicata, interrotta, di tanto in tanto, dalla dimenticanza di qualche parola. Una volta, disse che la società ha delle regole strane, discrimina tutto: razza, colore, sesso, età, livello sociale. Allora quando si raggiunge una certa età, ha detto lei, dobbiamo morire ma "siccome io non sono morta..."

Per molti anni è stata maestra di Yoga. Ha scritto due libri, il terzo ancora in stampa, e il quarto oggetto di revisione: *I miei Viaggi in India*.

In quest'ultimo, lei racconta che, una volta, si trovava nella città di Rishikesh, nel nord dell'India, distante circa due ore di auto da Nuova Delhi. Sotto correva il fiume Gange, considerato sacro dagli indu. In lontananza, come una tenda bianca lussureggiante, c'erano le montagne himalayane. La visione era affascinante, mozzafiato. Quindi Nilda non oppose resistenza. Si è avvicinata ad un albero d'Ashoka, molto popolare in



X Mese Spiritico/Aprile 2017

India, utilizzata spesso per ornare i corsi, strade e templi. Si sedette sotto i rami verdi che coprono l'ingresso di una piccola abitazione. Nonostante il sole, faceva freddo, con una fresca brezza che soffiava dal sud. Racconta lei: "mi sono seduta sul marciapiedi di una piccola casa che era chiusa. Pensai che nessuno abitasse lì, per questo ero a mio agio, con gli occhi chiusi, sentendo la natura intorno a me. Circondata da alberi, scimmie, uccelli e una mucca lenta sdraiata sulla mia sinistra. Poi ho cominciato a meditare".

Perché aveva fatto questo per molti anni, Nilda non ha trovato difficoltà ad entrare in un profondo stato meditativo.

Improvvisamente, ho sentito qualcosa che non avevo mai sperimentato. Durante una frazione di secondi, Nilda conobbe il senso di appartenenza a tutto quel paesaggio dinanzi a se, come se facesse parte (di tutta o della) natura, del Gange, delle montagne, degli animali, degli alberi. Nilda si è spaventata, interrompe la meditazione ma quello che ha provato in quel momento non sarà giammai dimenticato. In modo improvviso, lei ha sentito profondamente cosa vuol dire sentirsi figlia dell'Universo. Nilda ha vissuto brevemente ciò che immaginiamo che un angelo provi costantemente.

Più tardi, nello stesso giorno, ispirata, ha scritto:

Oh! Dio, ti ho trovato nelle cose più semplici della vita, nel rumore del Gange sacro, che corre maestoso, sinuoso, attraverso i millenni.

Oh! Dio, ti ho trovato. Nelle cose più semplici della vita, nel vento che tocca le foglie degli alberi. Sento nel suo fruscio poetico, una canzone di vibrazioni e amore.

Oh! Dio, ti ho trovato. Nelle cose più semplici della vita, nella voce della natura hai parlato con me. Nel canto dell'uccello, nel muggito della mucca, nella magnificenza del Himalaya.

Oh! Dio, ti ho trovato. Nelle cose più semplici della vita. Nei colori del sole, nelle acque dei fiumi, negli alberi dolenti battuto dai venti, nelle piume degli uccelli, nelle scimmie agitate, agili e allegri.

Oh! Dio, ti ho trovato. Qui ai piedi del Himalaya, ai margini del Gange. Grazie mille per aprire il mio cuore per te. Tu ed io ora siamo uno, io piango di amore ed emozione, perché stiamo insieme e uniti per sempre.

Davidson Lemela

Neuropsicologo



X Mese Spiritico/Aprile 2017