

Giornale di Studi Psicologici

Scienza, Filosofia e Religione

Chi siamo?

Nonostante il lungo viaggio storico che l'umanità sta compiendo, con varie conquiste e lezioni apprese lungo questo percorso, ci sono innumerevoli enigmi da decifrare. Quando pensavamo che la Medicina e

te stesso". Le sacerdotesse erano note per fornire risposte profetiche, attribuite al dio Apollo, ma anche così, la responsabilità di ciascuno di esaminarsi non poteva essere delegata. Socrate, che immor-

la storia personale, al fine di fornire al paziente una consapevolezza circa la formazione dei modelli di comportamenti, il modo appreso di gestire le sfide in un contesto familiare e i complessi che si sono strutturati in questo contesto. L'analisi dei sogni che Freud chiamava di "la via maestra che conduce all'inconscio", sono grandi alleate della giornata dell'autoconoscenza. Purtroppo, al ritmo che molte persone si impongono nella vita moderna, è diventato limitato lo spazio per il contatto con il mondo dei sogni e per uno sguardo più attento alla vita stessa, il che avrebbe potuto risparmiare molti fastidi.

Sappiamo molto poco di noi stessi e questo può essere impegnativo e affascinante allo stesso tempo. Impegnativo perché non dobbiamo mai accontentarci di ciò che abbiamo già imparato su noi stessi, perché ci sono sempre nuovi apprendimenti da realizzare, nuove facoltà da sviluppare e limiti da superare. Affascinante perché questa giornata ci condurrà al nostro vero io, che attende di essere svelato dall'impegno nei nostri confronti e con questa meravigliosa giornata che chiamiamo Vita.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiano



Scienza avessero raggiunto una conoscenza in grado di fornire sicurezza alla vita umana, ecco che virus e calamità ci sfidano, dimostrando che l'esistenza, compresi i fenomeni biologici e universali, è largamente ignorata da uomini e donne. Ciò dovrebbe quanto meno metterci in una posizione di umiltà verso la conoscenza, nella condizione di eterni apprendisti, sempre pronti a cambiare i punti di vista e ad ampliarli così da poter ridurre l'ignoranza che ci circonda e che porta molta sofferenza.

E se non conosciamo il mondo "esterno", conosciamo davvero noi stessi? Possiamo dire con certezza "chi siamo"? Fin dall'avvento della Psicologia, e ancor prima, con la Filosofia, la ricerca del mondo interno era già stata additata come un'esigenza fondamentale per lo sviluppo dell'essere. Nella Grecia Antica, nel famoso Oracolo di Delfi, luogo dove passanti provenienti da diverse parti venivano a cercare risposte sul destino e sulla propria vita, veniva celebrata la frase contenuta nel portico d'ingresso: "Conosci

talò il detto delfico, avrebbe poi completato "una vita senza esame non è degna di essere vissuta".

Per lungo tempo si è pensato che l'esame di vita consapevole sarebbe stato sufficiente perché l'individuo potesse pretendere di conoscere se stesso. Tuttavia, con l'approfondimento degli studi di Psicologia, si è scoperto che l'inconscio sarebbe stato il grande sconosciuto da svelare, essendo un vero oceano da esplorare. Quando Jung approfondì il concetto di inconscio collettivo, dimostrando che portiamo con noi non solo la storia personale, ma anche la storia dell'umanità in noi, sotto forma di archetipi che ci spingono a un certo comportamento, la sfida si è rivelata ancora più grande.

Certamente, la sfida di conoscere se stessi deve iniziare con l'osservazione di ciò che è alla nostra portata: il nostro mondo emotivo, il nostro comportamento, i nostri pensieri e conflitti, e il modo in cui guidano le nostre azioni. Parallelamente a ciò, nel processo terapeutico, ripercorriamo solitamente



Spiritualità e Scopo Esistenziale

La spiritualità può essere definita come una tendenza umana a cercare il significato nella vita attraverso concetti che trascendono il mondo materiale o la ricerca di un senso di connessione con qualcosa di più grande, più profondo o più grande di se stessi.

La spiritualità può essere o non collegata a un'esperienza religiosa. Secondo diverse confessioni di fede, la spiritualità traduce il modo di vivere caratteristico di un credente che cerca raggiungere la pienezza del suo rapporto con il trascendente, con ciò che è invisibile agli occhi, il divino, l'eterno.

migliore e più proficua nella vita. L'introspezione, l'auto-conoscenza e la risignificazione sono esperienze desiderabili per tutti.

Cercando di trovare e comprendere le ragioni per cui Dio ci ha posto nel mondo, nel tempo presente, in mezzo alle realtà in cui ci troviamo, indirizzandoci a coltivare le virtù che abbiamo tanto bisogno di conquistare, sotto i parametri della vita eterna.

La nostra permanenza sulla Terra, la vita fisica, è molto importante. Ecco perché abbiamo bisogno di fissare degli obiettivi, per vivere una vita significativa.



La spiritualità è l'insieme di tutte le emozioni e credenze di natura immateriale che presuppongono che ci siano più cose quanto possono essere percepite o comprese appieno, rimandando all'individuo questioni come il significato della vita, non necessariamente da un punto di vista di una credenza o della pratica religiosa.

Riconoscendo la sua importanza per la qualità della vita, l'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) ha incluso la spiritualità tra gli ambiti che devono essere presi in considerazione nella valutazione e promozione della salute a tutte le età.

Da esseri mortali quali siamo, è molto triste usare un corpo fisico, durante anni di esistenza fisica sulla Terra, senza la minima idea di cosa dovremmo fare nel mondo.

Abbiamo davvero bisogno di prendere una pausa dal trambusto della vita quotidiana, al fine di fissare verso tutto ciò che stiamo facendo e controllare se c'è un significato

È un errore pensare che lo scopo della nostra esistenza risieda unicamente nella semplice conquista di valori materiali deperibili. Come diceva il nobile scrittore francese, Antoine de Saint-Exupéry, l'essenziale è invisibile agli occhi.

Scopo esistenziale è sviluppare il Cristo interiore e cercare la pienezza dell'essere. E mai lasciar perdersi nel ringhio dell'insensatezza e dell'indifferenza, del materialismo e dell'incredulità.

Dopo millenni di vite successive occupandosi solo di questioni materiali su base quotidiana, il mondo inizia a svegliarsi in una nuova era, in cui la spiritualità e le sue conseguenze sta guadagnando terreno e stanno dando un altro significato alla vita.

Non lasciarti vivere inconsciamente. Per tutto ciò che fai o non fai, che ci sia un significato chiaro o una ragione ponderabile.

Reincarnazione e Vita

La reincarnazione come processo descritto dalle religioni orientali di ritorno dallo Spirito a corpi diversi in una multiforme esperienze culturali, fisiche, morali, etiche e intellettuali non è stata mai accettata nel mondo occidentale. Nell'Antichità era conosciuta come palingenesi e accettata dai filosofi presocratici, come assolutamente naturale, poiché le loro osservazioni mostravano che la Natura era sempre in rinnovamento. Vengono attribuite alle credenze orientali le nozioni della reincarnazione come principio di fede e mai di ragione.

Tuttavia, il tempo ha assunto il compito di dimostrare attraverso le scienze mediche, principalmente la psicologia transpersonale, che lo Spirito o anima transita effettivamente in corpi diversi, rinnova comportamenti, idee, caratteri e, cosa più importante, lo Spirito o anima sopravvive al corpo fisico che perisce, che muore e ritorna agli elementi che lo hanno formato.

Nell'Antichità, la reincarnazione era accettata come naturale e come mezzo di progresso per l'anima o la ragione. Nel nostro tempo, la reincarnazione è vista dalla maggior parte degli spiritualisti non religiosi e dagli spiritisti, come un'opportunità per rifare le proprie vite, ricapitolazione di opportunità perdute e realizzazione di nuovi progetti.

La logica dell'osservazione della natura che si rinnova ad ogni stagione, così come ad ogni fenomeno più forte, è segno inequivocabile che la reincarnazione è una legge naturale, oltre a dare speranze quando attesta e prova le parole di Gesù a Nicodemo: "Non meravigliarti che ti viene detto che è necessario nascere dall'acqua" (materia) e "dallo Spirito" (anima rinnovata) in Giovanni, 3:1-14.

Sezione Editoriale

Giornalista

João Batista Cabral - Mtb n° 625

Editoriale

Evanise M Zwirtes

Collaborazione

Maria A de Mattos - Revisore
Cintia C. dos Santos - Traduzione in Inglese
Danusa Rangel - Inglese Revisore
Karen Ditttrich - Traduzione in Tedesco
Hannelore P. Ribeiro - Traduzione in Tedesco
Lenéa Bonsaver - Revisore in Spagnolo
Nicola P Colameo - Traduzione in Italiano
Irène Audi - Tradução Francês

In Redazione

Cláudio Sinoti
Sérgio Thiesen
Sonia Theodoro da Silva
Davidson Lemela
Evanise M Zwirtes
Iris Sinoti

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Riunioni di Studio (In portoghese)

Sabato - Ore 17.00 - 19.00
Domenica - Ore 20.00 - 21.30
Lunedì - Ore 20.00 - 21.30
Mercoledì - Ore 20.00 - 21.30

Riunioni di Studio (In Inglese)

Mercoledì - Ore 19.00 - 19.30

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

Sérgio Thiesen

Medico Cardiologo, Fisico

Sonia Theodoro da Silva

Filosofo

Salute dell'Anima

Prova a vedere la salute, dimensio-
nando la sua realtà spirituale. Vai
dal dottore, a causa di ricorrenti
fastidi addominali. Il medico chiede
un'endoscopia e ti dà una diagnosi
di gastrite nervosa, che è in gran
parte causata da un batterio chiamato
H Pylori.

La colonia di Helycobater Pylori fa
già parte del nostro organismo gas-
trointestinale, e conviviamo in armo-
nia. Abbiamo bisogno dei batteri tanto
quanto loro hanno bisog-
no di noi. Ma questa bat-
teriemia si instaura nel
tuo corpo a
causa di
guasti del
sistema
immunitario
Se il numero
di batteri è
alto, gli
anticorpi non
basteranno e
sarà neces-
sario un
intervento

farmacologico e il dottore lo prescri-
verà. Omeprazolo per proteggere le
pareti dello stomaco, oltre che antibi-
otico per controllare la batteriemia.

Ma questo patogeno causato dal
disturbo immunitario è sostanzialmen-
te influenzato dalle sue emozioni.
Rammarico, rabbia, ansia, senso di
colpa, queste sono alcune delle condi-
zioni emotive che possono interferire
con il tuo sistema immunitario e influ-
ire sulla tua salute. Così è con la mag-
gior parte delle malattie.

Quindi, la malattia è come un
allarme, affinché sei attento a ciò che
stai facendo di sbagliato nella tua vita.

In effetti, la salute dell'anima è
legata ai nostri tratti caratteriali nega-
tivi, a noi ben noti: orgoglio, egoismo,
arroganza, prepotenza, intransigenza,
meschinità, tra gli altri.

Dobbiamo quindi dedicarci alla loro
distruzione se vogliamo mantenere la
nostra salute.

La chiave per liberare la malattia
causata dall'orgoglio ed egoismo è
l'umiltà. Beati gli umili perché eredi-
teranno la terra e saranno felici.

Davidson Lemela**Neuropsicologo****Esiste il COVID-Morale?**

Studi scientifici affermano che la
malattia da Coronavirus, COVID-19,
è una malattia infettiva causata dal
coronavirus della sindrome respira-
toria acuta (SARS-CoV-2), che col-
pisce persone di tutte le nazionalità
ed etnie, che meritano compassione
e sostegno dalla scienza umana,
cooperando nella promozione del
solievo e benessere delle persone.

D'altra parte, siamo tutti invitati
a collaborare all'auto-tutela e tutela

rivitalizzando il sangue, le ossa e
gli arti. È ancora la forza mentale
responsabile dei cambiamenti nel
metabolismo umano, trasmettendo
al corpo fisico tutti i comandi prove-
nienti dallo Spirito.

"La mente è più potente per
installare malattie e disarmonie di
tutti i batteri e virus conosciuti",
insegna lo Spirito Emmanuel. Per-
tanto, ci chiediamo: esiste il COVID
-MORALE?



degli altri, rispettando le misure
restrittive, stabilite dagli organi
competenti per prevenire l'avanzare
del contagio fisico. Questo esercizio
di responsabilità individuale e collet-
tiva, mette in evidenza la solidari-
età.

È comprensibile che la pandemia
abbia portato cambiamenti impro-
vvisti in vari settori della vita umana,
richiedendo flessibilità, adattabilità,
cambiamenti. Questa situazione ha
generato stress mentale ed emotivo,
paure, ansie e insicurezze... Impara-
re a esprimere questi sentimenti e
pensieri in ambienti favorevoli può
alleviare notevolmente la psiche.

Inoltre, in una visione transperso-
nale dell'esistenza, il significato
delle esperienze assume proporzioni
olistiche, poiché mostrano
l'atemporalità della coscienza. Tra
tutte le scienze, la più impegnativa
da conoscere è la scienza interna,
che ci rimanda alla Scienza Divina,
presentando il paradigma trino
dell'essere umano. Spirito, perispi-
rito e corpo fisico. In questo senso,
la mente è il dirigente centrale che
trasmette gli ordini dello Spirito
e dirige il campo organico, produ-
cendo cellule, sostituendo i tessuti e

Spiriti in evoluzione, le nostre
menti sono ancora contaminate da
egoismo e orgoglio, le infezioni
peggiori, che infettano individui e
società, facendoli ammalare.

Abbiamo analizzato alcune ma-
lattie dell'anima e i rimedi spirituali
a disposizione di tutti per una vera
guarigione:

- C** = Cupidità - Sperimentare la carità
- O** = Orgoglio - Sperimentare l'umiltà
- V** = Violenza - Sperimentare la mitezza
- I** = Intolleranza - Vivere la fraternità
- D** = Disperazione - Sperimentare l'amore

È fondamentale prendersi cura
del corpo fisico, così come prender-
si cura dell'anima, rinnovando
pensieri, sentimenti e atteggiamenti.
Imparare a disintossicare la
mente, perdonare, accettare la
realtà, praticare la gratitudine ogni
giorno, cercando la fonte medica-
le universale, Dio. Dio è amore e
l'amore guarisce tutto e tutti.

Evanise M Zwirtes**Psicoterapeuta Transpersonale**



Continuità della Coscienza oltre il cervello

Il cervello umano è una formidabile "macchina", Essendosi sviluppato nel corso dei secoli, porta con sé le conquiste ottenute durante il processo evolutivo.

Gli studi del neuroscienziato Paul McLean hanno dimostrato i 3 strati sovrapposti in quello che è diventato noto come Cervello Trino, composto come segue. Nel primo strato, il cosiddetto "Cervello Rettile", responsabile dei movimenti di base, che avvengono automaticamente, che si sarebbe formato ¼ miliardi di anni fa; poco dopo, circa 150 milioni di anni fa, si sarebbe stato strutturato il "Cervello Limbico" o Mammifero, che ci ha aiutato ad ampliare le risposte emotive, la costruzione dei legami sociali e ad affrontare la realtà più complessa della Vita. Infine, non significando la fine del processo evolutivo, è stata sovrapposta la "Neocorteccia" o "Cervello primitivo", la cui costituzione ha permesso la capacità di auto-consapevolezza, auto-riflessione, il pensiero astratto, espansione della capacità di comunicazione, trascendenza, tra le altre funzioni. È curioso notare che anche prima degli studi di Maclean, André Luiz, nel libro "Mundo Maior" (1947), stabilisca che "non possiamo dire di avere tre cervelli contemporaneamente. Ne abbiamo solo uno, che però è diviso in tre regioni distinte. Prendiamolo come se fosse un castello a tre piani... In uno di essi dimorano l'abitudine e l'automatismo, nell'altro risiedono lo sforzo e la volontà; e nell'ultimo dimorano l'ideale e la meta superiore da raggiungere."

In questo fantastico apparecchio è stata riscontrata la presenza di circa 86 miliardi di neuroni, che realizzano tra di loro sinapsi e connessioni neurali che rendono conto della complessità dell'essere umano. Ma a cosa serve tutto questo? Usiamo tutto il potenziale che il cervello permette? Come si collegano coscienza e cervello? Questi sono grandi enigmi a cui gli scienziati rispondono in modi diversi.

Per António Damásio, famoso neuroscienziato portoghese, la consapevolezza è un grande pezzo sinfonico che ci permette di riflettere sulle esperienze che viviamo, su ciò che sentiamo, oltre a pianificare un copione per le nostre vite, adeguandolo alle occorrenze esistenziali. Dal punto di vista di questo e di altri studiosi, non ci sarebbe coscienza senza cervello. Tuttavia, secondo la profonda percezione di Carl Gustav Jung, la coscienza emerge dall'inconscio e questo stesso inconscio, alla nascita, non è una *tabula rasa*, un foglio bianco, ma porta già con sé i segni della storia dell'umanità. Questa concezione porta già un indizio che la nostra traiettoria viene prima della concezione stessa del cervello.

Da uno sguardo transpersonale, e sulla base dell'approccio junguiano, Joanna de Ângelis chiarisce che l'Inconscio Collettivo percepito da Jung porta la propria traiettoria dello Spirito e proprio per ciò riscatta il suo passaggio nella storia nelle fasi più diverse in cui ha transitato, consentendo al processo evolutivo di procedere,

verso nuove tappe dello sviluppo dell'essere. Acquisire consapevolezza, nel senso da essa proposto, significa risvegliarsi per equazionare le proprie incognite, con la conseguente comprensione delle responsabilità che ci riguardano. Questa consapevolezza che continua a svilupparsi per tutta la vita, sorge quando ci permettiamo guardare oltre i limiti della nostra normale percezione, oltre i limiti dell'ego... Ciò di cui diventiamo consapevoli diventa un aspetto integrato della nostra realtà personale.

E alla nascita portiamo già con noi questa storia passata registrata nell'Inconscio Collettivo, le varie manifestazioni della coscienza oltre la materia ci provano la continuazione del suo sviluppo oltre i limiti del cervello, dalle esperienze di materializzazione osservate da William Crookes, alle esperienze dell'ufficio di Brian Weiss e altri ricercatori della Mente, dei numerosi fenomeni di manifestazione spirituale provati dalle evidenze, oltre alla vasta bibliografia attraverso la medianità, che prova che lo Spirito, oltre al cervello materiale, continua a manifestarsi la realtà della coscienza. Questa coscienza che non ha ancora raggiunto il suo apice nel processo evolutivo, poiché siamo ancora all'inizio della comprensione di noi stessi e dell'Universo.

Iris Sinoti

Terapeuta Jungiana