

Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

¿Quiénes somos?

A pesar de la larga jornada histórica que la humanidad viene realizando, con variados logros y lecciones aprendidas en este camino, existen innumerables enigmas a ser descifrados. Cuando pensábamos que la Medicina y la

de diversas partes acudían en busca de respuestas sobre el destino y sus propias vidas, se celebraba la frase contenida en el pórtico de entrada: "Conócete a ti mismo". Se sabía que las mujeres Pythia pro-

conocerse a sí mismo debe comenzar por observar lo que está a nuestro alcance: nuestro mundo emocional, nuestro comportamiento, nuestros pensamientos y conflictos, y la forma en que impulsan nuestras acciones. Aliado a esto, en el proceso terapéutico, solemos revisar la historia personal, con el fin de proporcionar consciencia a los pacientes sobre la formación de patrones de comportamiento, la forma aprendida de lidiar con los desafíos del contexto familiar y los complejos que se estructuraron en este contexto. El análisis de los sueños, que Freud llamó "El camino real que conduce al inconsciente", son grandes aliados en el camino del autoconocimiento. Lamentablemente, el ritmo que mucha gente impone a la vida moderna, el espacio de contacto con el mundo de los sueños y de una mirada más a la vida misma se ha vuelto limitado, lo que podría disminuir muchos disgustos.

Conocemos muy poco sobre nosotros mismos, y eso puede ser desafiante y fascinante al mismo tiempo. Desafiante porque nunca debemos contentarnos con lo que ya hemos aprendido sobre nosotros mismos, pues siempre hay nuevos aprendizajes que hacer, nuevas facultades que desarrollar y límites que superar. Fascinante porque este viaje nos conducirá a nuestro verdadero yo, que aguarda ser desvelado a partir del compromiso con nosotros mismos y con ese maravilloso viaje que llamamos Vida.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junuiano

Ciencia habían llegado a un conocimiento capaz de proporcionar seguridad a la vida humana, viene este virus y varias calamidades que nos desafían, demostrando que la existencia, incluidos los fenómenos biológicos y universales, son en gran parte ignorados por hombres y mujeres. Como mínimo, eso debería ponernos en una postura de humildad hacia el conocimiento, como eternos aprendices, siempre dispuestos a modificar puntos de vista y ampliarlos, de modo que podamos reducir la ignorancia que nos rodea, que lleva a tanto sufrimiento.

Si desconocemos el mundo "exterior", ¿Realmente nos conocemos a nosotros mismos? ¿Podemos decir con certeza "quiénes somos"? Desde el advenimiento de la Psicología, e incluso antes, con la Filosofía, ya se señalaba la búsqueda del mundo interno como una necesidad fundamental para el desarrollo del ser. En la Antigua Grecia, en el famoso Oráculo de Delfos, lugar donde los transeúntes

porcionaban respuestas proféticas, atribuidas al Dios Apolo, pero, aun así, la responsabilidad para cada uno de examinarse a sí mismo no podía ser delegarse. Sócrates, que inmortalizó el dicho de Delfos, continuaría completando: "una vida sin examen no vale la pena vivirla".

Durante un largo período se pensó que el examen de la vida consciente sería suficiente para que el individuo pudiera pretender conocerse a sí mismo. Sin embargo, con la profundización de los estudios de Psicología, se encontró que el inconsciente sería la gran incógnita por desvelar, siendo un verdadero océano que explorar. Cuando Jung profundizó el concepto del inconsciente colectivo, demostrando que no solo llevamos con nosotros la historia personal, sino también la historia de la humanidad en nosotros, en forma de arquetipos que nos conducen a una determinada forma de comportamiento, el desafío resultó aún mayor.

Ciertamente, el desafío de



Espiritualidad y Objetivo Existencial

La espiritualidad puede ser definida como una tendencia del ser humano de buscar sentido a la vida por medio de conceptos que trascienden el mundo material o la búsqueda de un sentido de conexión con algo mayor, más profundo o superior que uno mismo.

La espiritualidad puede no estar vinculada a una experiencia religiosa. Según diversos relatos de fe, la espiritualidad traduce el modo de vida característico de un creyente que busca alcanzar la plenitud de su relación con lo trascendental, con lo invisible a los ojos, lo divino, lo eterno.

La introspección, autoconocimiento y la resignificación son experiencias deseables para todos.

Tratando de encontrar y comprender los motivos por los cuales Dios nos situó en este mundo, en el tiempo presente, en medio de las realidades en las que nos encontramos, dirigiéndonos a cultivar las virtudes que tanto necesitamos conquistar, bajo parámetros de vida eterna.

Nuestra estancia en la Tierra, la vida física, es muy importante. Razón por la cual necesitamos establecer metas, para vivir una vida significativa.

Reencarnación y Vida

La reencarnación como un proceso descrito por las religiones orientales como el retorno del Espíritu a diferentes cuerpos en una experiencia cultural, física, moral, ética e intelectual multifacética nunca ha sido aceptada en el mundo occidental. En la Antigüedad era conocida como palingénesis y aceptada por los filósofos presocráticos, como absolutamente natural, ya que sus observaciones evidenciaban que la Naturaleza siempre en renovación. Las nociones de reencarnación como principio de fe y nunca de razón se atribuyen a las creencias orientales.

Sin embargo, el tiempo se encargó de demostrar a través de las ciencias médicas, principalmente de la psicología transpersonal, que el Espíritu o alma en realidad transita en diferentes cuerpos, renueva comportamientos, ideas, carácter, y lo que es más importante, el Espíritu o alma sobrevive al cuerpo físico que perece, que muere y vuelve a los elementos que lo formaron.

En la Antigüedad, la reencarnación era aceptada como algo natural y como medio de progreso para el alma o la razón. En nuestro tiempo, la reencarnación es vista por la mayoría de los espiritistas y espiritistas no religiosos, como una oportunidad de rehacer sus vidas, recapitular oportunidades perdidas y llevar a cabo nuevos proyectos.

La lógica de la observación de la naturaleza, que se restituye en cada estación, así como en cada una de las más contundentes, es signo inequívoco de que la reencarnación es una ley natural, además de dar esperanzas cuando atestigua y prueba las palabras de Jesús a Nicodemo: "No te extrañes que digas que es necesario nacer del agua" (materia) "y del Espíritu" (alma renovada) en Juan, 3:1 al 14.



La espiritualidad es el conjunto de todas las emociones y creencias de naturaleza no material que presupones que hay más en la vida de lo que puede ser percibido o plenamente comprendido, remitiendo al individuo a cuestiones como el significado y el sentido de la vida, no necesariamente desde un punto de vista, creencia o práctica religiosa.

Reconociendo su importancia para la calidad de vida, la OMS (Organización Mundial de la Salud) incluyó la espiritualidad en los dominios que deben tenerse en cuenta en la evaluación y promoción de salud en todas las edades.

Como seres inmortales que somos, es muy triste utilizar un cuerpo físico, durante años de existencia física en la Tierra, sin la más mínima noción de lo que deberíamos hacer en el mundo.

Sería bueno tomarse un descanso del ajetreo y el bullicio de la vida diaria, para mirar todo lo que se está haciendo y ver si hay un sentido mejor y más provechoso para la

Se equivoca quien piensa que el objetivo de nuestra existencia reside únicamente en la simple conquista de los valores materiales. Como decía el noble escritor francés, Antoine de Saint-Exupéry, el esencial es invisible a los ojos.

El objetivo existencial es desarrollar el Cristo interior y buscar la plenitud del ser. Y jamás dejarse perder en el gruñido del sinsentido y la indiferencia, el materialismo y la incredulidad.

Después de milenios de vidas sucesivas simplemente lidiando con temas materiales en la vida cotidiana, el mundo empieza a despertar para una nueva era, en la que la espiritualidad y sus consecuencias están ganando terreno y dando otro sentido a la vida.

No te dejes vivir inconscientemente. Para todo lo que haga o deje de hacer, deje que tenga un sentido claro o una razón ponderable.

Sérgio Thiesen

Cardiólogo, Físico

Sonia Theodoro da Silva

Filósofa

Expediente

Periodistas

Katia Fabiana Fernandes - n° 2264

Edición

Evanise M Zwirtes

Colaboración

Maria A de Mattos - Crítico
Cintia C. dos Santos - Traducción Inglés
Danusa Rangel - Revisión Inglés
Karen Dittrich - Traducción al Alemán
Hannelore P.Ribeiro - Traducción Alemán
Lenéa Bonsaver - Revisión Español
Nicola P. Colameo - Traducción Italiano
Irène Audi - Traducción al Francés

Reportage

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

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Reuniones de Estudios em los

(Em Português)

Sábados: 05.00pm - 07.00pm

Domingos: 08.00pm - 09.30pm

Miércoles: 08.00pm - 09.30pm

Lunes: 08.00pm - 09.30pm

Reuniones de Estudios em los

(Em Inglês)

Miércoles: 07.00pm - 07.30pm

BISHOP CREIGHTON HOUSE
378, Lillie Road - SW6 7PH - London
Informaciones: 0207 371 1730
E-mail: spiritistps@gmail.com
www.spiritistps.org
Registered Charity N° 1137238
Registered Company N° 07280490

Salud del Alma

¿Existe la COVID-Moral?

Procure ver la salud, escalando su realidad espiritual. Usted va al médico, por molestias abdominales recurrentes. El médico solicita una endoscopia y le da un diagnóstico de *gastritis nerviosa*, que en gran parte es causada por una bacteria denominada *H Pylori*.

La colonia de *Helicobacter Pylori* ya es parte de nuestro organismo gastrointestinal, convivimos en armonía. Necesitamos bacterias tanto como ellas nos necesitan a nosotros. Sin embargo, esta bacteria se establece en su cuerpo como resultado de fallas del sistema inmunológico. Si el número de bacterias es elevado, los anticuerpos no serán suficientes y será necesaria una intervención farmacológica y el médico le prescribirá Omeprazol para proteger las paredes de su estómago, además de un antibiótico para controlar la bacteriemia.

Pero este patógeno es causado por el trastorno inmunológico y este se ve afectado sustancialmente por sus emociones. Dolor, ira, ansiedad, culpa, estas son algunas de las condiciones emocionales que pueden interferir con su sistema inmunológico y afectar su salud. Lo mismo ocurre con la mayoría de las enfermedades.

Entonces, la enfermedad es como una alarma, para que pueda estar consciente de lo que está haciendo mal en su vida.

De hecho, la salud del alma está relacionada con nuestros rasgos negativos de carácter, bien conocidos por nosotros: orgullo, egoísmo, arrogancia, prepotencia, intransigencia, mezquindad, entre otros.

Por lo tanto, debemos dedicarnos a destruirlos, si queremos mantener nuestra salud.

La clave para liberar la enfermedad causada por el orgullo y el egoísmo es la humildad. Bienaventurados los humildes, porque heredarán la tierra y serán felices.

Davidson Lemela

Neuropsicólogo

Estudios científicos afirman que la enfermedad por Coronavirus, COVID-19, es una enfermedad infecciosa causada por el síndrome respiratorio agudo (SARS-CoV-2), que afecta a personas de todas las nacionalidades y etnias, que merecen la compasión y el apoyo de la ciencia humana, cooperando en promover alivio y bienestar de las personas.



Por otro lado, todos somos invitados a cooperar en la autoprotección y protección de los demás, cumpliendo con las medidas restrictivas, establecidas por los órganos competentes, para prevenir el avance del contagio físico. Este ejercicio de responsabilidad individual y colectiva muestra solidaridad.

¡Es comprensible que la pandemia haya traído cambios repentinos, en varios sectores de la vida humana, exigiendo flexibilidad, adaptabilidad, cambios! Esta situación ha generado estrés mental y emocional, miedos, ansiedades, inseguridades... Aprender a expresar estos sentimientos y pensamientos en entornos de apoyo puede aliviar enormemente la psique.

Además, bajo una visión transpersonal de la existencia, el significado de las experiencias adquiere proporciones holísticas, ya que muestran la atemporalidad de la consciencia. Entre todas las ciencias, la más desafiante para ser conocida es la ciencia interna, que nos remite a la Ciencia Divina, presentando el paradigma trino del ser humano: Espíritu, per espíritu y cuerpo físico. En este sentido, la mente es la planta rectora que transmite los órdenes del Espíritu y dirige al campo orgánico, produciendo células, reemplazando tejidos y revitalizando la sangre, huesos y miembros. Es aún el poder mental res-

ponsable de los cambios del metabolismo humano, transmitiendo al cuerpo físico todos los mandamientos provenientes del Espíritu.

"La mente es más poderosa para instalar enfermedades y desarmonías que todas las bacterias y virus conocidos", enseña el Espíritu Emmanuel. Por tanto, nos preguntamos: ¿Existe la COVID-MORAL?

Espíritus en evolución, nuestras mentes todavía están contaminadas por el egoísmo y el orgullo, las infecciones por infecciones, que infectan a individuos y sociedades, los enferman.

Analizamos algunas enfermedades del alma y los remedios espirituales disponibles para todos, para una cura real:

- C** = Codicia - Experimentar la caridad
- O** = Orgullo - Experimentar la humildad
- V** = Violencia - Experimentar la mansiedad
- I** = Intolerancia - Experimentar la fraternidad
- D** = Desesperanza - Experimentar el amor

Es fundamental cuidar del cuerpo físico, tanto como cuidar del alma, renovando pensamientos, sentimientos y actitudes. Aprender a desintoxicar la mente, perdonar, aceptar la realidad, practicar la gratitud a diario, buscar la fuente medicinal universal, Dios. Dios es Amor y el amor lo cura todo y a todos.

Evanise M Zwirtes

Psicoterapeuta Transpessoal



Continuidad de la Consciencia más del cerebro

El cerebro humano es una "máquina" formidable. Habiéndose desarrollado a lo largo de los siglos, trae consigo los logros alcanzados a lo largo del proceso evolutivo.

Los estudios del neurocientista Paul McLean han demostrado las 3 capas superpuestas en lo que se conoce como el Cerebro Triuno, compuesto de la siguiente manera. En la primera capa el llamado "Cerebro Reptil", responsable de los movimientos básicos, que ocurren automáticamente, que se habría formado hace ¼ billones de años; poco después, hace unos 150 millones de años, se habría estructurado el "Cerebro Límbico" o Mamífero, que nos ayudó a expandir las respuestas emocionales, la construcción de vínculos sociales y afrontar una realidad de vida más compleja. Finalmente, sin significar el final del proceso evolutivo, se superpuso el "Neocórtex" o "Cerebro primitivo", cuya constitución posibilitó la capacidad de autoconciencia, autorreflexión, pensamiento abstracto, expansión de la capacidad comunicativa, trascendencia, entre otras funciones. Es curioso que incluso antes de los estudios de Maclean, André Luiz, en la obra "Mundo Mayor" (1947), establezca que *"no podemos decir que tengamos tres cerebros simultáneamente. Solo tenemos uno que, todavía, se divide en tres regiones distintas. Tómelo como si fuera un castillo de tres pisos... En uno de ellos habitan el hábito y el automatismo; en el otro reside el esfuerzo y la voluntad; y en el último el ideal y la meta superior tardan en alcanzarse."*

En este fantástico dispositivo se encontró la presencia de cerca de 86 mil millones de neuronas, que realizan entre sí sinapsis y conexiones neuronales que dan cuenta de la complejidad del ser humano. Pero ¿Para qué sirve todo esto? ¿Utilizamos todo el potencial que nos permite el cerebro? ¿Cómo se conectan la consciencia y el cerebro? Estos son grandes enigmas, que los científicos responden de las más diversas formas.

Para Antonio Damásio, célebre neurocientífico portugués, la consciencia es *una gran pieza sinfónica*, que nos permite reflexionar sobre las experiencias que vivimos, sobre lo que sentimos, así como planificar un guion para la nuestra vida, ajustándose según los sucesos existenciales. En opinión de este y de otros eruditos, no habría consciencia sin cerebro. Sin embargo, según la percepción profunda de Carl Gustav Jung, la consciencia surge del inconsciente, y este mismo inconsciente, al nacer, no es una *tabla rasa*, una hoja en blanco, más ya trajo consigo las marcas de la historia humana con nosotros. Esta concepción ya trae una pista de que nuestra trayectoria viene antes de la propia concepción misma del cerebro.

Desde una mirada transpersonal, y basada en el enfoque junguiano, Joanna de Ángeles esclarece que el Inconsciente Colectivo percibido por Jung trae la trayectoria misma del Espíritu, y por eso mismo rescata su paso por la historia, en las más diversas fases en que transitó, posibilitando que el proceso evolutivo prosiga, hacia

nuevas etapas del desarrollo del ser. Adquirir consciencia, en el sentido que propone, *significa despertar la ecuación de las propias incógnitas, con la consecuente comprensión de las responsabilidades que le conciernen*. Esta consciencia, que prosigue desarrollándose a lo largo de la vida, surge cuando nos permitimos mirar más allá de los límites de nuestra percepción normal, más allá del límite del ego... Aquello de lo que tomamos consciencia se convierte en un aspecto integrado de nuestra realidad personal.

Y si al nacer ya traemos con nosotros esta historia pasada registrada en el Inconsciente Colectivo, las diversas manifestaciones de la consciencia más allá de la materia nos dan pruebas de la continuación de su desarrollo más allá de los límites del cerebro, a partir de las experiencias de materialización encontradas por William Crookes, a las experiencias del despacho de Brian Weiss y otros investigadores de la Mente, de los innumerables fenómenos de manifestación espiritual probados por las evidencias, además de la extensa bibliografía a través de la mediúmnidad, comprobando que el Espíritu, además del cerebro material, continúa manifestando la realidad de la consciencia. Esta consciencia aún no ha alcanzado su punto máximo en el proceso evolutivo, pues aún estamos en el comienzo de comprendernos a nosotros mismos y al Universo.

Iris Sinoti

Terapeuta Junguiana