

Artykuł badań psychologicznych

Nauka, Filozofia i Religia

Kim Jestem?

Pomimo długiej historycznej podróży, którą ludzkość przeczyla, z wieloma podbojami i lekcjami wyciągniętymi na tej ścieżce, istnieją niezliczone zagadki do rozszyfrowania. Kiedy myśleliśmy,

ludzie z różnych części świata przychodzili szukać odpowiedzi na temat przeznaczenia i własnego życia, słynne było zdanie zawarte w portyku wejściowym: "Poznaj siebie". Pythonessy były znane z

zachowania, naszych myśli i konfliktów oraz sposobu, w jaki napędzają nas te działania. W związku z tym, w procesie terapeutycznym zwykle powracamy do historii osobistej, aby uświadomić pacjentowi kształtowanie się wzorców jego zachowań, wyuczonych sposobów radzenia sobie z wyzwaniami w jego środowisku rodzinnym i kompleksów, które zostały w tym kontekście ustrukturyzowane.

Analiza snów, którą Freud nazwał "królewską drogą prowadzącą do nieświadomości", to dobry sprzymierzeniec w podróży do poznania samego siebie. Niestety, tempo, jakie wiele osób narzuciło współczesnemu życiu, umożliwiło kontakt ze światem marzeń i do uważnego spojrzenia na własne życie, które mogłoby zaoszczędzić wiele przykrości, stało się bardzo małe. Niewiele o sobie wiemy, a to może być jednocześnie trudne i fascynujące. Trudne, ponieważ nigdy nie powinniśmy być usatysfakcjonowani tym czego już nauczyliśmy się o sobie, jako że zawsze mamy nową naukę i nowe zdolności do rozwinięcia i ograniczenia do pokonania. Fascynujące to jest, ponieważ ta podróż doprowadzi nas do odkrycia naszego prawdziwego ja, które czeka na odkrycie i zaangażowanie z samym sobą i z tą wspaniałą podróżą, którą nazywamy Życiem.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Jungowski



że medycyna i nauka osiągnęły poziom wiedzy zdolnej zapewnić bezpieczeństwo ludzkiemu życiu, wirusy i nieszczęścia rzuciły nam wyzwania, pokazując, że egzystencja, wliczając w tym zjawiska biologiczne i uniwersalne, nadal jest w dużej mierze ignorowana przez mężczyzn i kobiet. Powinno to przynajmniej upokorzyć nas w obliczu samej wiedzy, będąc zawsze gotowymi do modyfikowania i poszerzania punktów widzenia, jako wieczni uczniowie, abyśmy mogli zmniejszyć ignorancję, która nas otacza i prowadzi do tak wielu cierpień.

A jeśli nie znamy świata "zewnątrznego", to czy naprawdę znamy samych siebie? Czy możemy powiedzieć z całą pewnością "kim jesteśmy"? Od czasu pojawienia się psychologii, a nawet wcześniej, wraz z filozofią, poszukiwanie świata wewnętrznego zostało wskazane jako podstawowa potrzeba rozwoju bytu. W starożytnej Grecji, w słynnej Wyroczni w Delfach, miejscu, gdzie

udzielania proroczych odpowiedzi, przypisywanych bogu Apollinowi, ale mimo to odpowiedzialność za zbadanie siebie przez każdą osobę nie mogła być nikomu delegowana. Sokrates, który uwiecznił delfickie powiedzenie, dodałby: "życie bez badania nie jest warte życia".

Przez długi czas uważano, że badanie czyjegoś świadomego życia wystarczy, aby jednostka mogła twierdzić, że zna siebie. Niemniej jednak, wraz z pogłębieniem badań psychologicznych, stało się jasne, że nieświadomość jest wielką niewiadomą, którą należy odkryć, prawdziwym oceanem do zbadania. Kiedy Jung pogłębił koncepcję nieświadomości zbiorowej, pokazując, że nosimy ze sobą nie tylko naszą osobistą historię, ale także historię ludzkości w nas, w postaci archetypów, które prowadzą nas do pewnej formy zachowania, wyzwanie stało się jeszcze większe.

Pewne jest to, że wyzwanie poznania samego siebie musi rozpocząć się od obserwacji tego, co jest w naszym zasięgu: naszego świata emocjonalnego, naszego



Duchowość i cel egzystencjalny

Duchowość można zdefiniować jako skłonność człowieka do poszukiwania sensu życia poprzez koncepcje, które wykraczają poza świat materialny lub poszukiwanie poczucia połączenia z czymś większym, głębszym lub wyższym od siebie.

Duchowość może, ale nie musi być związana z doświadczeniem religijnym. Według niektórych wyznań religijnych, duchowość tłumaczy typowy sposób życia wierzącego, który stara się osiągnąć

istnieje lepszy i bardziej użyteczny sens naszego życia. Introspekcja, samopoznanie i re-sygnifikacja są pożądanymi doświadczeniami dla każdego.

Próba odnalezienia i zrozumienia powodów, dla których Bóg umieścił nas na ziemi w obecnym czasie, pośród rzeczywistości, w której się znaleźliśmy, prowadzi nas do rozwoju cnót, których tak bardzo nam brakuje, w ramach parametrów życia wiecznego.

Nasz pobyt na Ziemi, nasze

pełnię swojej relacji z czymś nadzmysłowym, z tym, co niewidzialne dla oczu, boskie, wieczne.

Duchowość jest zbiorem wszystkich emocji i przekonań natury niematerialnej, która zakłada, że w życiu jest coś więcej, niż to co można dostrzec lub w pełni zrozumieć, prowadząc jednostkę do kwestionowania sensu życia, niekoniecznie z punktu widzenia wiary lub praktyki religijnej.

Dostrzegając duże znaczenie spiritualności dla jakości życia danej osoby, WHO (Światowa Organizacja Zdrowia) włączyła duchowość do dziedzin, które powinny być brane pod uwagę przy ocenie i promowaniu zdrowia w każdym wieku.

Jako istoty nieśmiertelne, którymi jesteśmy, bardzo smutne jest to, że używamy tylko fizycznego ciała do zrozumienia, podczas lat naszej fizycznej egzystencji na Ziemi, bez najmniejszego pojęcia o tym, co powinniśmy robić na tym świecie.

Trzeba byłoby zawsze zatrzymywać się w zgiełku codziennego życia, i spojrzeć na wszystko, co robimy i zobaczyć, czy

życie fizyczne, jest bardzo ważne. To jest powód, dla którego musimy ustalić cele, aby wieść sensowne życie.

Mylą się ci, którzy myślą, że celem naszej egzystencji jest wyłącznie zwykły podbój łatwo psujących się wartości materialnych. Jak mawiał szlachetny francuski pisarz Antoine de Saint-Exupéry, to, co istotne, jest niewidoczne dla oka.

Celem egzystencjalnym jest rozwijanie wewnętrznego Chrystusa i poszukiwanie pełni bytu. I nigdy nie pozwól się zagubić w labiryncie bezsensowności i obojętności, materializmu i niewiary.

Po tysiącletnich kolejnych żywotów zajmujących się na co dzień tylko sprawami materialnymi, świat zaczyna budzić się do nowej ery, w której duchowość i jej konsekwencje zyskują na wadze i nadają życiu inny sens.

Nie pozwól sobie żyć nieświadomie. Niech wszystko, co robisz lub przestajesz robić, ma jasny sens lub znaczący powód.

Sérgio Thiesen

Kardiolog, fizyk

Reinkarnacja i życie

Reinkarnacja nigdy nie została zaakceptowana w świecie zachodnim - jako proces opisywany przez religie Wschodu i - jako powrót Ducha w innym ciele, w wieloaspektowym doświadczeniu kulturowym, fizycznym, moralnym, etycznym i intelektualnym. W starożytności była znana jako palingeneza i akceptowana przez filozofów przedsokratejskich jako całkowicie naturalna, ponieważ ich obserwacje wykazały, że Natura zawsze się odnawia. Wierzeniom wschodnim przypisuje się pojęcia reinkarnacji jako zasady wiary, a nigdy motywu.

Czas jednak zadbał o udowodnienie poprzez nauki medyczne, głównie psychologię transpersonalną, że Duch lub dusza

rzeczywiście przemieszcza się w różnych ciałach, odnawia zachowania, idee, charakter, a co ważniejsze, Duch lub dusza przeżywa ciało fizyczne, które ginie, umiera i powraca do elementów, które ją stworzyły.

W starożytności reinkarnacja była uznawana jako naturalny środek, do postępu duszy lub rozumowania. W naszych czasach reinkarnacja jest postrzegana przez większość niereligijnych spirytualistów i spirytystów jako okazja do przekształcenia swojego życia, przeglądu utraconych możliwości i realizacji nowych projektów.

Logika obserwacji natury, która odradza się z każdą porą roku, każdym przytłaczającym zjawiskiem - jest jednoznacznym znakiem, - że reinkarnacja jest prawem natury. Dając nam nadzieję, ponieważ potwierdza i dowodzi słowa Jezusa do Nikodema (J 3, 1-14): "Nie zdziw się, jeśli powiem ci, że musisz narodzić się z wody" (materia) "i z Ducha" (odnowiona dusza).

Sônia Theodoro da Silva

Filozof



Expediente

Jornalista

Katia Fabiana Fernandes - n° 2264

Edição

Evanise M Zwirtes

Colaboração

Maria Angélica de Mattos - Revisora
Cintia C. Dos Santos - Tradução Inglês
Danusa Rangel - Revisão Inglês
Karen Dittrich - Tradução Alemão
Hannelore P. Ribeiro - Tradução Alemão
Lenéa Bonsaver - Tradução Espanhol
Nicola P. Colameo - Tradução Italiano
Irene Audi - Tradução Francês
Seweryna Akpabio-klementowska -
Tłumaczenie na język polski

Reportagem

Claudio Sinoti
Sérgio Thiesen
Sonia Theodoro da Silva
Davidson Lemela
Evanise M Zwirtes
Inis Sinoti

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Reuniões de Estudos (Em Português)

Sábados: 05.00pm - 07.00pm
Domingos: 08.00pm - 09.30pm
Segundas: 08.00pm - 09.30pm
Quartas: 08.00pm - 09.30pm

Reunião de Estudo (Em Inglês)

Quartas: 07.00pm - 07.30pm

BISHOP CREIGHTON HOUSE
378, Lillie Road - SW6 7PH - London
Informações: 0207 341 4948
E-mail: spiritistps@gmail.com
www.spiritistps.org
Zarejestrowana organizacja
charytatywna 1137238
Registered Company N° 07280490

Zdrowie duszy

Staraj się widzieć zdrowie, mierząc je według swojej duchowej rzeczywistości. Idziesz do lekarza z powodu nawracającego dyskomfortu w jamie brzusznej. Lekarz prosi o endoskopię i stawia diagnozę nerwowego zapalenia błony śluzowej żołądka, które w dużej mierze jest spowodowane przez bakterię o nazwie H Pylori.

Kolonia Helicobacter Pylori jest już częścią naszego organizmu żołądkowo-jelitowego, dlatego żyjemy harmonijnie.

Potrzebujemy bakterii tak samo, jak one potrzebują nas. Jednak ta bakterie zainicjowała w twoim organizmie z powodu niewydolności w układzie

odpornościowym. Jeśli liczba bakterii jest wysoka, przeciwciała nie poradzą sobie i konieczna będzie interwencja farmakologiczna, a lekarz przepisze ci Omeprazol w celu ochrony ścian żołądka, a także antybiotyki kontrolujące bakterie.

Ale ta patogenezą jest przyczyną zaburzenia immunologicznego, i na to, znacząco wpływają twoje emocje. Smutek, złość, gniew, niepokój, poczucie winy, to tylko niektóre z emocjonalnych warunków, które mogą zakłócać układ odpornościowy i wpływać na zdrowie. Tak dzieje się z większością chorób.

W konsekwencji, choroba jest jak dzwonek alarmowy, dlatego jesteś świadomy tego, co robisz źle w swoim życiu.

W rzeczywistości zdrowie duszy jest powiązane z naszymi negatywnymi cechami charakteru, dobrze nam znanymi: dumą, egoizmem, arogancją, wyższością, uporem, podłością, i innymi.

Musimy zatem poświęcić się ich zniszczeniu, jeśli chcemy zachować nasze zdrowie.

Kluczem do uwolnienia nas od chorób spowodowanych pychą i egoizmem jest pokora. Błogosławieni są pokorni, gdyż oni odziedziczą ziemię i będą szczęśliwi.

Davidson Lemela

Neuropsycholog

Czy istnieje coś takiego jak Moral-COVID?

Badania naukowe potwierdzają, że choroba koronawirusowa, COVID-19, jest chorobą zakaźną wywołaną przez koronawirusa ostrego zespołu oddechowego (SARS-CoV-2), dotykającą ludzi wszystkich narodowości i grup etnicznych, którzy zasługują na współczucie i wsparcie ze strony nauki humanitarnych,

sensie umysł jest elektrownią, która przekazuje rozkazy Ducha i kieruje polem organicznym, produkując komórki, zastępując tkanki i rewitalizując krew, kości i kończyny. Jest to również moc umysłowa, która jest odpowiedzialna za zmiany w ludzkim metabolizmie, przekazując ciało fizycznemu wszystkie polecenia pochodzące od Ducha.



współpracujących w promowaniu ulgi i dobrobytu ludzi.

Z drugiej strony wszyscy jesteśmy zaproszeni do współpracy w zakresie samoobrony, a także do ochrony innych, poprzez przestrzeganie zasad i reguł ustanowionych przez właściwe organy, aby zapobiec postępowi fizycznego zarażenia. Przestrzeganie tych zasad jest ćwiczeniem odpowiedzialności indywidualnej i zbiorowej i świadczy również o naszej solidarności z innymi.

Zrozumiałe jest, że pandemia przyniosła nagłe zmiany w różnych sektorach ludzkiego życia, wymagające elastyczności, zdolności adaptacyjnych i zmian! Ten kontekst wywołał stres psychiczny i emocjonalny, lęki, niepokoje, niepewność... Umiejętność wyrażania tych uczuć i myśli w środowiskach wspierających je, może znacznie złagodzić psychikę.

Ponadto, w transpersonalnej wizji istnienia, sens doznań przybiera holistyczne proporcje, gdyż ukazują one ponadczasowość świadomości. Spośród wszystkich nauk najtrudniejszą do poznania jest nauka wewnętrzna, ta, która przenosi nas z powrotem do Boskiej Nauki, przedstawiając trójjedyny paradygmat istoty ludzkiej: Ducha, ciała ducha i ciała fizycznego. W tym

"Umysł jest potężniejszy w instalowaniu chorób i dysharmonii, niż wszystkie znane bakterie i wirusy", uczy Duch Emmanuel. Pytamy więc: czy istnieje Moral-COVID?

Dusze w ewolucji, nasze umysły są nadal skażone egoizmem i pychą, infekcjami infekcji, skażają jednostki i społeczeństwa, czyniąc je chorymi.

Analizujemy niektóre choroby duszy i duchowe lekarstwa dostępne dla wszystkich, aby uzyskać prawdziwe lekarstwo:

- C** chciwość - praktykuj dobroczynność
- O** apodyktyczna duma - praktykuj pokorę
- V** przemoc - ćwicz łagodność
- I** Nietolerancja - praktykuj braterstwo
- D** rozpacz - praktykuj miłość

Ważne jest, aby dbać o ciało fizyczne, a także o duszę, poprzez odnawianie myśli, uczuć i postaw. Naucz się odtruwać umysł, wybaczając, akceptować rzeczywistość, codziennie praktykować wdzięczność, szukać uniwersalnego źródła leczniczego, Boga. Bóg jest Miłością, a miłość uzdrawia wszystko i wszystkich.

Evanise M Zwirtes

Psychoterapeuta transpersonalny



Ciągłość świadomości poza mózgiem

Mózg ludzki to potężna "maszyna". Rozwijając się na przestrzeni wieków, niesie ze sobą osiągnięcia dokonane w trakcie procesu ewolucyjnego. Badania neurologa Paula McLeana wykazały trzy nakładające się na siebie warstwy w tym, co stało się znane jako Trójjedyny Mózg, skomponowany w następujący sposób. W pierwszej warstwie, jest tak zwany "Gadzi Mózg", który powstał prawdopodobnie, około 1/4 miliardów lat temu i który jest odpowiedzialny, za podstawowe ruchy, które zachodzą w sposób automatyczny. Wkrótce potem, około 150 milionów lat temu, powstał najprawdopodobniej "Mózg Limbiczny" lub Mózg Ssaków, który pomógł nam wzmocnić reakcje emocjonalne, budować więzi społeczne i radzić sobie z bardziej złożoną rzeczywistością Życia.

Wreszcie, nie oznaczając końca procesu ewolucyjnego, nałożono "Neokorteks" lub "Prymitywny Mózg", którego konstytucja umożliwiła między innymi zdolność samoświadomości, autorefleksji, abstrakcyjnego myślenia, rozszerzenia zdolności do komunikowania się, a także transcendencji. Warto zauważyć, że jeszcze przed studiami Macleana André Luiz w książce "Mundo Maior" (Większy świat) (1947) stwierdził, że "nie możemy powiedzieć, że mamy trzy mózgi jednocześnie. Mamy tylko jeden, który jednak jest podzielony na trzy odrębne regiony. Wyobraźmy sobie, jakby był to trzypiętrowy zamek. W jednym z nich tkwi nawyk i automatyzm; w drugim tkwi wysiłek i wola; a w tym ostatnim tkwi ideał i nadrzędny

cel, do osiągnięcia".

W tej fantastycznej maszynie zweryfikowano obecność około 86 miliardów neuronów, które przeprowadzają synapsy i połączenia nerwowe między sobą, które odpowiadają za złożoność człowieka. Ale po co to wszystko? Czy wykorzystujemy cały potencjał, który mózg nam umożliwia? W jaki sposób świadomość i mózg są ze sobą połączone? Są to wielkie zagadki, na które naukowcy odpowiadają na najróżniejsze sposoby.

Dla António Damásio, słynnego portugalskiego neurologa, świadomość jest wspaniałym utworem symfonicznym, który pozwala nam zastanowić się nad doświadczeniami, którymi żyjemy, nad tym, co czujemy, a także zaplanować ścieżkę naszego życia, dostosowując ją do okoliczności egzystencjalnych. W oczach tego i kilku innych uczonych nie byłoby świadomości bez mózgu. Jednak zgodnie z pogłębioną percepcją Carla Gustava Junga, świadomość wyłania się z nieświadomości i ta sama nieświadomość, kiedy się rodzi, nie jest tabulą rasą, czystą kartką papieru, ale już niesie ze sobą ślady historii ludzkości. Ta koncepcja już daje nam wskazówkę, że nasza trajektoria poprzedza samą koncepcją mózgu.

Z transpersonalnego punktu widzenia i poparta podejściem Junga, Joanna de Ângelis wyjaśnia, że postrzegana przez Junga, Nieświadomość Zbiorowa, przynosi trajektorię samego ducha i właśnie z tego powodu, ratuje jego przejście przez historię w najważniejszych azach, przez

które przeszła, umożliwiając procesowi ewolucyjnej, przejście do nowych etapów rozwoju istoty. Zdobyć świadomości, w sensie, jaki proponuje Joanna, to przebudzenie się do zrównania własnych niewiadomych, z wynikającym z tego zrozumieniem obowiązków, które nas dotyczą. Ta świadomość, która rozwija się przez całe życie, powstaje, gdy pozwalamy sobie spojrzeć poza granice naszej normalnej percepcji, poza granicę ego... To, czego stajemy się świadomi, staje się zintegrowanym aspektem naszej osobistej rzeczywistości.

A jeśli w chwili narodzin przynosimy już ze sobą tę poprzednią historię zapisaną w Zbiorowej Nieświadomości, to kilka przejawów świadomości poza materią, daje nam dowód kontynuacji jej rozwoju poza granicami mózgu, ponieważ doświadczenia materializacji zweryfikowane przez Williama Crookesa, doświadczenia praktyczne Briana Weissa i innych badaczy Umysłu, niezliczone zjawiska manifestacji duchowej udowodnione dowodami, oraz obszerna bibliografia zjawisk mediumistycznych, dowodzą, że Duch, poza materialnym mózgiem, nadal manifestuje prawdziwą świadomości. Świadomość, która nie osiągnęła jeszcze swojego szczytu w procesie ewolucyjnym, ponieważ wciąż pełzamy w zrozumieniu siebie i Wszechświata.

Iris Sinoti

Terapeuta Jungowski