

Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

Amor, el paradigma de la Medicina del Alma

Son innegables los avances de la Medicina, que en la actualidad consiguen detectar diagnósticos y tratamientos con mucha más precisión y rapidez, auxiliando a mantener el cuerpo fortalecido

lo tanto el ser humano es un todo integrado en que las partes se comunican e interactúan constantemente. Ya Hipócrates, el Padre de la Medicina, decía que antes mismo de curar alguien,

proporcionar al ser humano la cura integral. Amor que debes manifestar en cuidados que integre al cuerpo, emociones, psique el alma como expresiones que se conjugan y, cuanto más harmónicamente actúen, más posibilitarán demostrarse en su real esencia.

Uno de los grandes problemas es que, mismo sabiendo que determinadas actitudes y comportamientos son nocivos, muchas personas tienen dificultad en hacer el esfuerzo debido para liberarse, dando permiso y descuido personal que tarde o temprano terminan por afectar la salud en todas las instancias. La recomendación de Hipócrates, para muchos, es algo difícil de realizarse. La Medicina del Alma, la propuesta de Sócrates, aún encuentra resistencia tanto por parte de profesionales cuanto de los pacientes.

Solamente cuando démonos cuenta de la excelencia del Amor en todas las instancias y dimensiones y empezemos a practicarlo como forma de vida, alcanzaremos la verdadera Cura del Alma.

contra molestias y enfermedades que antes no conseguían, y que decimaba las personas y pueblos y traían muchos sufrimientos. Pero, si de un lado progresamos intelectualmente, la carencia moral produce otros tipos de patología tan o aún más graves del que las que alcanzaban solamente el cuerpo.

Delante de ese paradigma, de adelanto significativo de un lado y de la parada por otro, somos llevados a buscar las raíces de los males que nos alcanzan, por eso solamente así conseguiremos la cura integral. En la Filosofía y ciencia de la antigua Grecia, de entre los varios exponentes que se destacan, encontramos en Sócrates y Hipócrates lecciones formidables para la salud del alma.

Sócrates, filósofo de Atenas, enseñaba que *el fracaso de los médicos en el tratamiento de muchas molestias se debe al hecho de que trataban el cuerpo sin tratar el alma y, no se encontrando el todo en buen estado, imposible sería un buen diagnóstico*. Anticipabas en milenios al que la Psicósomática y los enseñamientos de la Física Quántica irían comprobar, por

deberíamos cuestionar se la persona estaría dispuesta a "abrir mano" de lo que le hacía enfermar. Esta recomendación muestra extremadamente valiosa en los procesos de curación, pues la propia ciencia moderna ya consigue demostrar que la voluntad del paciente aliada a la disciplina en la transformación de las costumbres y la rutina son factores valiosos en la recuperación de la salud.

Y si podemos resumir la causa de los males de la humanidad, el desamor – que puede ser considerado la patología del amor – termina siendo la raíz de las enfermedades, pudiendo ser considerado "el padre" del egoísmo, del orgullo, la vanidad y de tantos otros comportamientos destructivos que marcan los días actúais. Movidos por el desamor, los seres se autodestruirían y construirían relaciones tóxicas y abusivas, en las cuales el interés personal pasa a tener prevalencia.

Por esto mismo, el Amor es el mayor antídoto y remedio del Alma, y solamente una "Medicina" pautada en su expresión será capaz de



Iris Sinoti

Terapeuta Junguiana



La Depresión y la busca de Dios

Las estadísticas de la Depresión han sido tan asustadoras que, a pesar de que aun estemos en el inicio del nuevo siglo (y milenio), ella tiene sido apuntada como uno de los males, quizás el mal, que marca nuestros tiempos. Envolviendo cuestiones de orden física, psí-

de entre los variados factores que pueden llevar a la depresión. Aliado a tratamiento médico, la psicoterapia auxilia el paciente a entender y a lidiar con las propias emociones. Como el cuadro muchas veces envuelve una profunda tristeza, emoción que muchas personas



quica y espiritual, por cuenta de afectar el ser de forma integral, sin embargo todos los avances en los diagnósticos y tratamientos, todavía hay mucho en lo que se aprender sobre el trastorno depresivo, porque se manifiesta en la particularidad de cada individuo. Tanto así que el Psicólogo James Hollis prefiere hablar en "Depresiones", en el plural, dada la singularidad del proceso de acuerdo con las características del paciente.

Delante del cuadro complejo, no debemos minimizar la cuestión, diciendo se tratar de la "falta de Dios", flaqueza y otras expresiones juzgadoras, que terminan echando la culpa solamente en el paciente y en su falta de actitudes delante de la existencia. Ciertamente que las actitudes y la voluntad son factores determinantes para la superación del cuadro, pero muchas veces las cuestiones genéticas y cerebrales requiere el uso de psicofármacos para equilibrio das sinapsis, así como dos armonios en desarmonía,

tiene dificultad en lidiar e entender, en busca del sentido e significado de la vida mostrase de importancia fundamental.

La Depresión se presenta como una invitación al autoconocimiento, siendo para muchos pacientes una jornada al interior de si mismo. En este sentido, podemos entender la busca de "dios" (en minúsculo), no como un proceso religioso formal, pero que envuelve la esencia del "religare", pues solamente cuando estamos conectados a nosotros mismos podemos hablar de una busca de Dios (en mayúsculo), que va mucho más allá de cualquier vínculo de orden religiosa. Para muchos que pasaron por la Depresión, ó que continúan lidiando con ella, termina siendo una jornada muy profunda, que mismo sufrida presenta un tesoro de enorme validez.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junuiano

¿Por Que Estamos Tristes?

Tristeza es caracterizada por la falta de alegría, ánimo, disposición y otras emociones de insatisfacción delante de la vida y sus eventos.

Además de lo que no se dice en la mídia es que la tristeza hace parte de la existencia humana. No es posible pasarnos la vida sonreíndo todo el tempo, lo que sería caracterizado como deficiencia comportamental. El contrario de lo que las redes sociales y la mídia preconizan al exponer personas siempre alegres, y mostrar una felicidad constante, aún que sea inexistente.

La vida nos coloca (o presenta) desafíos a ser superados, momentos más complejos que exigen nuestra atención y muchas veces hieren nuestras emociones.

La actual pandemia del coronavirus Covid 19 por aumentar la distancia entre deseo y realidad. Esta última, revelase más difícil de ser enfrentada porque va de encuentro con nuestras expectativas y esperanzas de una vida mejor a corto plazo.

El Evangelio Según el Espiritismo refiere a la melancolía como un sentimiento humano y natural, por tanto, de nostalgia de la vida espiritual. Con todo, la tristeza profunda puede llevar a la depresión, es aquí que entra el trabajo del profesional de la Psicología.

Para evitar ese proceso más grave, debemos aceptar la vida como ella se presenta y buscar medios de viabilizar nuestras buenas expectativas con pequeños placeres: buena alimentación, ejercicios físicos, buenas lecturas, hacer buenos cursos, dedicarse a nuestro trabajo, mantener el contacto virtual con amigos y familiares, cuidar de plantas y mascotas, cuidar de la casa, mantener una disciplina de horarios. Y sobre todo tener fe, ser optimista y orar siempre.

Sonia Theodoro da Silva

Filósofa

Expediente

Periodistas

Katia Fabiana Fernandes - nº 2264

Edición

Evanise M Zwirtes

Colaboración

Maria A de Mattos - Crítico
Cintia C. dos Santos - Traducción Inglés
Karen Dittrich - Traducción al Alemán
Hannelore P.Ribeiro - Traducción Alemán
Lenéa Bonsaver - Traducción Español
Lorena S. Pastor - Revisión Español
Nicola P. Colameo - Traducción Italiano
Sophie Giusti - Traducción al Francés
Severyna Akpabio-klementowska -
Tłumaczenie na język polski

Reportage

Iris Sinoti
Cláudio Sinoti
Sonia Theodoro da Silva
Lusiane Bahia
Davidson Lemela
Sérgio Thiesen

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 Nº 1137238
Registered Company Nº 07280490

Autonomía Íntima

Jesús no tergiversaba al afirmar: "Yo Soy". Esta expresión traduce la consciencia de sí mismo. Quien así se comunica entiende que realmente es, cuáles son sus voluntades y objetivos, cual la verdad que habita en su interior, comprende el interés en sí mismo.

Por tanto, la autonomía íntima, que es la capacidad de ser autogobernar, lo que no permite ilusiones o disfraces, o mismo, influencias en pensamientos, palabras y actos.

Propuestas de desistir, de tristeza, de venganza, vez que otra, invaden el campo mental, presentándose como soluciones para los diversos desafíos de la existencia. Con todo, son mentiras, y, seguir por estos caminos, conduce el ser a la pérdida de la propia autogestión.

Por eso, Jesús advertía cuanto a la oración y la vigilancia, a fin de que el ser espiritual se mantenga despierto, priorizando el discernimiento, manteniendo la coherencia, la lógica y la lucidez. Y también señaló: "Vosotros sois la sal de la tierra... Vosotros sois la luz del mundo" (Mt 5,13-16). Destacó, así, las potencialidades del Espíritu, y, al mismo tiempo, la meta a ser alcanzada.

"Yo Soy" Jesús convocó la Humanidad para vivir la Era de la verdad íntima que Él ha venido inaugurar y conducir. Observar los Sus pasos y las Sus escolias es decidir por fijar las claridades reales de la vida y promover un programa eficiente de realizaciones personales.

Lusiane Bahia

Advogada



Huida Psicológica y Autoencuentro

Cuando usted se mira en el espejo, mira su imagen reflejada. Además de esta imagen es aquella que sus ojos permiten ver; Su apariencia física: pero grueso, más viejo, su forma de hablar, sus gestos, actitudes, etc. Más cuando usted necesita

reconoció. Era una niña de unos cinco años, sonriendo, de ojos vivos, que me miraba fijamente. Emocionado y sin saber la razón de aquello, me agaché, colocándome de rodillas.

Abracé la niña trayéndola al



enfrentar obstáculos en la vida, cuando está delante de dificultades físicas o emocionales su mundo interno se rebela, aquel que no aparece en el espejo. Pensando en esto, usted acredita que existe un eco de resonancia entre su mundo externo – que aparece en el espejo ¿Y el interno? – ¿que usted no ve? ¿Aquel que usted revela por fuera está de acuerdo con lo que siente por dentro? Usted se cree libre para decidir sobre sus escolias, o huye de sí mismo en uno arrebato psicológico para la culpa, ¿inseguridad o estrés?

Esta noche yo tuve un sueño. Desperté recordando que había estado en un lugar lleno de flores de todos los colores. El cielo era de un azul incomparable. Soplabla una brisa fresca y el sol ameno iluminaba y calentaba mi rostro.

Percibí que, a lo lejos, venía alguien en mi dirección, entretanto no conseguía distinguir. Quien se aproximaba rápidamente extendiendo los brazos como quien quisiera abrazarme. Cuando llegó cerca,

encuentro de mi pecho, después la miré en los ojos y no tuve dudas, era yo mismo. Si, estaba delante de mí mismo con cinco años de edad. Ella me miraba con sus ojitos brillantes esperando que yo dijera algo. Pensé: *¿Lo que yo diría para aquella niña? ¿Lo que yo diría a mí mismo?*

Cogiendo su rostro y con la voz embargada, dijo: *Solo yo sé lo que usted ya vivió. Como lamento tener perdido mi tiempo con cosas que no merecían. Como me arrepiento de tener llorado por algo que no valía la pena. Como siento falta de las recordaciones de mi pasado que ya no recuerdo más, creo que ellas fueran robadas de mí por el miedo o por la tristeza, Pero nunca más te dejare. Voy a protegerte y usted estará siempre conmigo, quiero ser nuevamente aquella niña que fue no tener más miedo de nada...*

Davidson Lemela

Neuropsicólogo



Dependencia Química y Autoamor

Varios son los motivos que pueden llevar a una persona a tornarse un dependiente químico: falta de amor propio, timidez, reproducción de comportamientos de otros familiares, soledad, depresión, dificultad en lidiar con las frustraciones, procesos obsesivos espirituales, etc.

Dependencia química (alcohol, tabaco, cocaína, crack, heroína, anfetaminas, opio, etc). Es una dolencia, un trastorno mental y acostumbra a ser grave, pudiendo llevar a consecuencias desastrosas para el paciente y para la familia. Y como tal debe ser considerada por todos, pacientes, familiares, sociedad, médicos y profesionales de salud. No tiene cura y los resultados con el tratamiento médico, envolviendo varias situaciones, aun así son muy limitados, lamentablemente. De ese modo, el acompañamiento profesional es necesario y puede amenizar las consecuencias y el sufrimiento de los que conviven ese drama. Si el, de regla, es un empeoramiento progresivo del cuadro, que puede llevar a la muerte, sea por sobredosis, sea por consecuencias clínicas severas.

Algunos síntomas son observados en el dependiente, como por ejemplo:

1. Fuerte deseo, compulsión por usar la sustancia.
2. Dificultad en controlar el uso, en términos de inicio y términos, o sea, la cantidad. el dependiente usa, abusa hasta perder el control.
3. Presencia de síndrome de abstinencia, como por ejemplo: náuseas, temblores, alucinaciones, cuando interrumpe el uso de la droga por cierto tiempo.
4. Presencia de tolerancia, evidenciada por la necesidad de aumentar la cantidad para mantener

los mismos efectos.

5. Persistencia en el uso, a pesar de las diversas consecuencias que tanto daño hacen. Observas muchas veces problemas personales, familiares, pérdida del empleo y mismo así permanecen dependiente del uso de la sustancia.

6. Abandono progresivo de los placeres o intereses en favor del uso de las drogas.

El dependiente químico no consigue hacer uso de la sustancia de forma controlada. Además del tratamiento médico especializado, muchas veces con interacciones en clínicas especializadas, psicoterapia, bien como los grupos de autoayuda y hasta mismo el apoyo religioso pueden ser herramientas de apoyo, para el control sobre el fuerte deseo del uso.

A través de la psicoterapia el usuario va entender las expectativas personales sobre el consumo de la(s) sustancia(s), fortalecer su decisión por la superación del vicio, por los cambios de hábitos, dedicando los comportamientos autodestructivos fuera de su vida, rescatando la autoestima.

A par de la dependencia química, existe la adicción/compulsión por el juego, por el abuso de comida, sexo, dependientes a robo, a trabajo y las compras, entre otros. Los mecanismos cerebrales y espirituales envueltos son muy semejantes.

Como médico y espírita tengo buscado cuidar los casos que me llegaron en las últimas décadas, siempre la desobsesión y la fluida terapia espírita. Los atendimientos son realizados en los centros espíritas, en equipos de médiums capacitados y atendiendo cada caso individualmente. En absolutamente todos ellos, verificamos procesos obsesivos desde vidas

pretéritas, por veces envolviendo gran número de entidades adecuadas y cobradoras de deudas carmicas serias y complejas. Buscamos cuidar de todos ellos, los desencarnados, atendiéndolos en sus necesidades individuales y colectivas. El tratamiento fluidico presencial o a la distancia es siempre el mejor complemento. De ese modo tenemos obtenido resultados completamente más promisorios del que con apenas los recursos de una medicina convencional mismo de cualidad.

No podemos dejar de saber que todos somos almas o espíritus y vivimos en un mundo de expiaciones y pruebas. La Tierra, un gran hospital, repleto de seres humanos imperfectos y con muchas tendencias a las más variadas dolencias, por consecuencia de las nuestras malas inclinaciones. Preciso es valorizarse la razón de ser de la propia vida de la noción de que debemos conocer, avalar nuestras dificultades desde antes de las enfermedades surgen o no de correr de ellas. Autoconocimiento, autoamor, introspección, transformación personal, resignificación, reforma interior, sustitución de los vicios morales como la tríade devastadora del orgullo, del egoísmo y de la vanidad, por las virtudes del Espíritu inmortal, empatía, compasión, solidaridad, fraternidad, capacidad de perdonar. Amar el prójimo, cuidarnos, por amor, de todos a nuestra vuelta. Es autoamor; es cuidar de nosotros mismos. Ese, es el primer amor, la raíz de la cura y de la prevención de los nuestros males y de la felicidad.

Sérgio Thiesen

Cardiólogo, Físico