

# Jornal de Estudos Psicológicos

Ciência, Filosofia e Religião

## Amor, o Paradigma da Medicina da Alma

São inegáveis os avanços da Medicina, que na atualidade conseguem produzir diagnósticos e tratamentos com muito mais precisão e rapidez, auxiliando a manter o corpo fortalecido contra

de cura, pois a própria ciência moderna já consegue demonstrar que a vontade do paciente aliada à disciplina na transformação dos hábitos e rotina são fatores valiosos na recuperação e restauração da

Sócrates já propunha, ainda encontra resistência tanto por parte de profissionais quanto dos pacientes.

Somente quando nos dermos conta da excelência do Amor em todas as instâncias e dimensões e começarmos a praticá-lo como forma de vida, alcançaremos a Cura da Alma.

**Iris Sinoti**

**Terapeuta Junguiana**



males que antes conseguiam dizimar populações inteiras. Mas, se de um lado progredimos intelectualmente, a carência moral produz outros tipos de patologia tão ou ainda mais graves do que as que atingem somente o corpo.

Diante desse paradoxo, de avanços significativos de um lado e da paralisia por outro, somos levados a buscar as raízes dos males que nos atingem, porquanto somente assim conseguiremos a cura integral. Na Filosofia e ciência da antiga Grécia, dentre os vários expoentes que se destacam, encontramos em Sócrates e Hipócrates lições formidáveis para a saúde da alma.

Sócrates, filósofo de Atenas, ensinava que *o insucesso dos médicos no tratamento de muitas moléstias devia-se ao fato de que tratavam do corpo sem tratarem da alma e, não se achando o todo em bom estado, impossível seria uma parte dele passar bem*. Antecipava-se em milênios ao que a Psicossomática e os ensinamentos da Física Quântica iriam comprovar, porquanto o ser humano é um todo integrado em que as partes se comunicam e interagem constantemente.

Já Hipócrates, o Pai da Medicina, dizia que antes mesmo de curar alguém, deveríamos questionar se a pessoa estaria disposta a "abrir mão" do que lhe fazia adoecer. Essa recomendação mostra-se extremamente valiosa nos processos

saúde.

E se pudermos resumir a causa dos males da humanidade, o desamor – que pode ser considerado a patologia do amor – termina sendo a raiz das enfermidades, podendo ser considerado "o pai" do egoísmo, do orgulho, da vaidade e de tantos outros comportamentos destrutivos que marcam os dias atuais. Movidos pelo desamor, os seres se autodestroem e constroem relações tóxicas e abusivas, nas quais o interesse pessoal passa a ter prevalência.

Por isso mesmo, o Amor é o maior antídoto e remédio da Alma, e somente uma "Medicina" pautada em sua expressão será capaz de proporcionar ao ser humano a cura integral. Amor que deve se manifestar em cuidados que integrem corpo, emoções, psique e alma como expressões que se conjugam e, quanto mais harmonicamente atuam, mais possibilitarão ao ser demonstrar a sua real essência.

Um dos grandes problemas é que, mesmo sabendo que determinadas atitudes e comportamentos são nocivos, muitas pessoas têm dificuldade em fazer o esforço devido para se libertarem, dando vazão a desregramentos que cedo ou tarde terminam por afetar a saúde em todas as instâncias. A recomendação de Hipócrates, para muitos, é algo difícil de ser realizada. A Medicina da Alma, que

## XV - MÊS ESPÍRITA

Em comemoração aos 18 anos de  
fundação desta Sociedade.

Evento Online

## AMOR:

O Paradigma da Medicina da Alma

**01.04.22 - A Arte Musical Como Terapêutica da Alma:** Cacá Rezende | 8pm - 8.30pm.

**02.04.22 - Evento:**  
**A Depressão e a Busca de Deus**  
Eulália Bueno - Brasil  
Início: 5pm - 06.15pm

**03.04.22 - Evento:**  
**Psicoses, Esquizofrenia e a Reencarnação**  
Dr. Aldeniz Leite - Brasil  
Início: 8pm - 9.30pm

**04.04.22 - Evento:**  
**O Bullying e a Afetividade**  
Cláudio Sinoti - Brasil  
Início: 8pm - 9.30pm

**06.04.22 - Evento:**  
**Obsessões Espirituais e a Terapia do Perdão**  
Paula Uchoa - Brasil  
Início: 8pm - 9.30pm

**09.04.22 - Evento:**  
**Vitimização e o Poder da Autotransformação**  
Andréia Cândido dos Reis - Brasil  
Início: 5pm - 6.15pm

**10.04.22 - Evento:**  
**A Cura Pelo Amor**  
Jorge Elarrat Canto - Brasil  
Início: 8pm - 9.30pm

**11.04.22 - Evento:**  
**Agressividade e Assertividade**  
Lilian Buniak - Brasil  
Início: 8pm - 9.30pm

**13.04.22 - Evento:**  
**Por que Estamos Tristes, Apáticos?**  
Juselma Coelho - Brasil  
Início: 8pm - 9.30pm

**16.04.22 - Evento:**  
**Como Superar o Ciúme e a Inveja**  
Ana Tereza Camasme - Brasil  
Início: 5pm - 6.15pm

**17.04.22 - Evento:**  
**Psicopatologias e Medunidade**  
Dr. Sérgio Thiesen - Brasil  
Início: 8pm - 9.30pm

**18.04.22 - Evento:**  
**Conflitos Psíquicos e Ética**  
André Marouco - Brasil  
Início: 8pm - 9.30pm

**20.04.22 - Evento:**  
**Frustração, Ressentimento e a Neurose de Controle**  
Simone Ferreira - Brasil  
Início: 8pm - 9.30pm

**23.04.22 - Evento:**  
**Fugas Psicológicas e Autoconforto**  
Dra. Tânia Stevanin - London  
Início: 5pm - 6.15pm

**24.04.22 - Evento:**  
**Ansiedade. Reflexo dos Conflitos Íntimos?**  
Dr. Leonardo Machado - Brasil  
Início: 8pm - 9.30pm

**25.04.22 - Evento:**  
**Dependência Química e Autoamor**  
Dr. Alejandro Victor Daniel Vera - Brasil  
Início: 8pm - 9.30pm

**27.04.22 - Evento:**  
**Carência e a Exigência de Amor**  
Júlio Carvalho - New Jersey  
Início: 8pm - 9.30pm

**30.04.22 - Evento:**  
**O Paradigma das Virtudes e Autocura**  
Lusiane Bahia - Brasil  
Início: 5pm - 6.15pm

## A Depressão e a Busca de Deus

As estatísticas da Depressão têm sido tão assustadoras que, apesar de ainda estarmos no início do novo século (e milênio), ela tem sido apontada como um dos males, senão o mal, que marca os nossos tempos. Envolvendo questões de ordem física, psíquica e espiritual,

desarmonia, dentre os variados fatores que podem levar à depressão. Aliado ao tratamento médico, a psicoterapia auxilia o paciente a entender e a lidar com as próprias emoções. Como o quadro muitas vezes envolve uma profunda tristeza, emoção que muitas



por conta de afetar o ser de forma integral, embora todos os avanços nos diagnósticos e tratamentos, ainda há muito o que se aprender sobre o transtorno depressivo, porquanto se manifesta na particularidade de cada indivíduo. Tanto assim que o Psicólogo James Hollis prefere falar em "Depressões", no plural, dada a singularidade do processo de acordo com as características do paciente.

Diante do quadro complexo, não devemos minimizar a questão, dizendo se tratar da "falta de Deus", fraqueza ou outras expressões julgadoras, que terminam pondo a culpa somente no paciente e na sua falta de atitude perante a existência. Certamente que a atitude e vontade são fatores determinantes para superação do quadro, mas muitas vezes as questões genéticas e cerebrais requerem o uso de psicofármacos para equilíbrio das sinapses, assim como dos hormônios em

pessoas têm dificuldade em lidar e entender, a busca do sentido e significado da vida mostra-se de importância fundamental.

A Depressão se apresenta como um convite ao autoconhecimento, sendo para muitos pacientes uma jornada ao interior de si mesmos. Nesse sentido, podemos entender a busca de "deus" (em minúsculo), não como um processo religioso formal, mas que envolve a essência do "religare", pois somente quando estamos conectados a nós mesmos podemos falar de uma busca de Deus (em maiúsculo), que vai muito além de qualquer vínculo de ordem religiosa. Para muitos que passaram pela Depressão, ou que continuam lidando com ela, termina sendo uma jornada muito profunda, que embora sofrida apresenta um tesouro de enorme valia.

## Por Que Estamos Tristes?

Tristeza é caracterizada pela falta de alegria, ânimo, disposição e outras emoções de insatisfação perante a vida e seus eventos.

Porém o que não se diz na mídia é que a tristeza faz parte da existência humana. Não é possível passarmos a vida a sorrir o tempo todo, o que seria caracterizado como deficiência comportamental. O contrário do que as redes sociais e a mídia preconizam ao exibir pessoas sempre alegres, a mostrar uma felicidade constante, ainda que inexistente.

A vida nos coloca (ou apresenta) desafios a serem superados, momentos mais complexos que exigem a nossa atenção e muitas vezes expõem as nossas emoções.

A atual pandemia de coronavírus Covid 19 acabou por aumentar a distância entre desejo e realidade. Esta última, revelou-se mais difícil de ser enfrentada porque vai de encontro com as nossas expectativas e esperanças de uma vida melhor a curto prazo.

O *Evangelho Segundo o Espiritismo* refere-se à melancolia como um sentimento humano e natural, portanto, de nostalgia da vida espiritual. Contudo, a tristeza profunda pode levar à depressão, e é aqui que entra o trabalho do profissional da Psicologia.

A fim de evitarmos esse processo mais grave, devemos aceitar a vida como ela se apresenta e procurar meios de viabilizar nossas boas expectativas com pequenos prazeres: boa alimentação, exercícios físicos, boas leituras, fazer bons cursos, dedicar-se à profissão, manter o contato virtual com amigos e parentes, cuidar de plantas e animais, cuidar da casa, manter uma disciplina de horários. E sobretudo ter fé, ser otimista e orar sempre.

Sônia Theodoro da Silva

Filósofa

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiano

### Expediente

#### Jornalista

Katia Fabiana Fernandes - nº 2264

#### Edição

Evanise M Zwirtes

#### Colaboração

Maria Angélica de Mattos - Revisora  
Cintia C. Dos Santos - Tradução Inglês  
Karen Ditttrich - Tradução Alemão  
Hannelore P. Ribeiro - Tradução Espanhol  
Lenéa Bonsaver - Tradução Espanhol  
Nicola P. Colameo - Tradução Italiano  
Sophie Giusti - Tradução Francês  
Seweryna Akpabio-klementowska -  
Tłumaczenie na język polski

#### Reportagem

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

#### 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](http://www.spiritistps.org)  
Registered Charity Nº 1137238  
Registered Company Nº 07280490

**Autonomia Íntima**

Jesus não tergiversava em afirmar: "Eu Sou". Esta expressão traduz a consciência de si mesmo. Quem assim se comunica entende quem realmente é, quais são as suas vontades e objetivos, qual a verdade que habita o seu interior, compreende a inteireza do si.

Possui, portanto, a autonomia íntima, que é a capacidade de se autogovernar, o que não permite ilusões ou disfarces, ou mesmo, influências nos pensamentos, palavras e atos.

Propostas de desistência, de tristeza, de vingança, vez que outra, invadem o campo mental, apresentando-se como soluções para os diversos desafios da existência. Contudo, são engodos, e, enveredar por estes caminhos, conduz o ser à perda da própria autogestão.

Por isso, Jesus advertiu quanto à oração e à vigilância, a fim de que o ser espiritual se mantenha desperto, aprimorando o discernimento, mantendo a coerência, a lógica e a lucidez. E também sinalizou: "Vós sois o sal da terra... Vós sois a luz do mundo" (Mt 5,13-16). Destacou, assim, as potencialidades do Espírito, e, ao mesmo tempo, a meta a ser alcançada.

"Eu Sou"! Jesus convocou a Humanidade para viver a Era da verdade íntima que Ele veio inaugurar e conduzir. Observar os Seus passos e as Suas escolhas é decidir por fixar as claridades reais da vida e promover um programa eficiente de realizações pessoais.

**Lusiane Bahia****Advogada****Fuga Psicológica e Autoencontro**

Quando você se olha no espelho, vê sua imagem refletida. Porém essa imagem é aquela que seus olhos permitem ver; sua aparência física: mais gordo, mais velho, sua forma de falar, seus gestos, atitudes, etc. Mas quando você

quisesse me abraçar. Quando chegou perto, reconheci. Era uma criança de uns cinco anos, risonha, de olhos vivos, que me olhava fixamente. Emocionado e sem saber a razão daquilo, me agachei, colocando-me de joelhos.



precisa enfrentar obstáculos na vida, quando está diante de dificuldades físicas ou emocionais seu mundo interno se revela, aquele que não aparece no espelho. Pensando nisso, você acredita que existe um eco de ressonância entre seu mundo externo - que aparece no espelho - e o interno? - que você não vê? Aquilo que você revela por fora está de acordo com o que sente por dentro? Você se acha livre para decidir sobre suas escolhas, ou foge de si mesmo num arremesso psicológico para a culpa, insegurança ou estresse?

Essa noite eu tive um sonho. acordei lembrando que havia estado num lugar cheio de flores de todas as cores. O céu era de um azul incomparável. Soprava uma brisa fresca e o sol ameno iluminava e aquecia meu rosto.

Percebi que, ao longe, vinha alguém em minha direção, entretanto não conseguia distinguir. Aproximava-se rapidamente estendendo os braços como quem

abraçei a criança trazendo-a ao encontro do peito, depois a olhei nos olhos e não tive dúvidas, era eu mesmo. Sim, estava diante de mim mesmo com cinco anos de idade. Ela me olhava com seus olhinhos brilhantes esperando que eu dissesse algo. Pensei: *O que eu diria para aquela criança? O que eu diria a mim mesmo?*

Segurei seu rosto e com a voz embargada, disse: *Só eu sei o que você já viveu. Como lamento ter perdido meu tempo com coisas que não mereciam. Como me arrependo de ter chorado por algo que não valia a pena. Como sinto falta das recordações do meu passado que já não lembro mais, acho que elas foram roubadas de mim pelo medo ou pela tristeza. Mas nunca mais vou te deixar. Vou te proteger e você estará sempre comigo, quero ser novamente aquela criança que fui e não ter mais medo de nada...*

**Davidson Lemela****Neuropsicólogo**





## Dependência Química e Autoamor

Vários são os motivos que podem levar uma pessoa a se tornar um dependente químico: falta de amor-próprio, timidez, reprodução de comportamentos de outros familiares, solidão, depressão, dificuldade de lidar com as frustrações, processos obsessivos espirituais, etc.

Dependência química (álcool, tabaco, cocaína, crack, heroína, anfetaminas, opioides, etc.) é uma doença, um transtorno mental e costuma ser grave, podendo levar a consequências desastrosas para o paciente e para a família. E como tal deve ser considerada por todos, pacientes, familiares, sociedade, médicos e profissionais de saúde. Não tem cura e os resultados com o tratamento médico, envolvendo várias abordagens, ainda assim são muito limitados, lamentavelmente. Desse modo, o acompanhamento profissional é necessário e pode amenizar as consequências e o sofrimento dos que vivem esse drama. Sem ele, de regra, há uma piora progressiva do quadro, que pode levar à morte, seja por overdose, seja por consequências clínicas severas.

Alguns sintomas são observados no dependente, como por exemplo:

1. Forte desejo, compulsão por usar a substância.
2. Dificuldade em controlar o uso, em termos de início e término, ou seja, a quantidade. O dependente usa, abusa até perder o controle.
3. Presença de síndrome de abstinência, como por exemplo: náuseas, tremores, enxaquecas, alucinações, quando interrompe o uso da droga por certo tempo.
4. Presença de tolerância, evidenciada pela necessidade de aumentar a quantidade para manter os mesmos efeitos.

5. Persistência no uso, apesar das diversas consequências danosas. Observa-se muitas vezes problemas pessoais, familiares, perda do emprego e mesmo assim permanecem no uso da substância.

6. Abandono progressivo dos prazeres ou interesses em favor do uso das drogas.

O dependente químico não consegue fazer uso da substância de forma controlada. Além do tratamento médico especializado, muitas vezes com internações em clínicas especializadas, psicoterapia, bem como os grupos de autoajuda e até mesmo o apego religioso podem ser ferramentas de apoio, para o controle sobre o forte desejo do uso.

Através da psicoterapia o usuário vai entender as expectativas pessoais sobre o consumo da(s) substância(s), fortalecer sua decisão pela superação do vício, pela mudança de hábitos, deixando os comportamentos autodestrutivos fora de sua vida, resgatando a autoestima.

A par da dependência química, existe a adicção/compulsão pelo jogo, pelo abuso de comida, sexo, dependentes ao furto, ao trabalho e as compras, entre outros. Os mecanismos cerebrais e espirituais envolvidos são muito semelhantes.

Como médico e espírita tenho procurado cuidar dos casos que me chegaram nas últimas décadas, sempre disponibilizando a desobsessão e a fluidoterapia espírita. Os atendimentos são realizados nos centros espíritas, em equipes de médiuns capacitados e atendendo cada caso individualmente. Em absolutamente todos eles, verificamos processos obsessivos desde vidas pretéritas,

por vezes envolvendo grande número de entidades adocidas e cobradoras de dívidas cármicas sérias e complexas. Procuramos cuidar de todos eles, os desencarnados, atendendo-os nas suas necessidades individuais e coletivas. O tratamento fluídico presencial ou à distância é sempre o melhor complemento. Desse modo temos obtido resultados completamente mais promissores do que com apenas os recursos de uma medicina convencional mesmo de qualidade.

Não podemos deixar de saber que todos somos almas ou espíritos e vivemos em um mundo de expiações e provas. A Terra, um grande hospital, repleto de seres humanos imperfeitos e com muitas tendências às mais variadas doenças, por consequência das nossas más inclinações. Preciso se valorizar a razão de ser da própria vida e a noção de que devemos nos conhecer, avaliarmos as nossas dificuldades desde antes das enfermidades surgirem ou no decorrer delas. Autoconhecimento, autoamor, introspecção, transformação pessoal, ressignificação, reforma interior, substituição dos vícios morais como a tríade devastadora do orgulho, do egoísmo e da vaidade, pelas virtudes do Espírito imortal, empatia, compaixão, solidariedade, fraternidade, capacidade de perdoar. Amar o próximo, cuidarmos, por amor, de todos à nossa volta. É autoamor; é cuidar de nós mesmos. Esse, o primeiro amor, a raiz da cura e da prevenção dos nossos males e da felicidade.

**Sérgio Thiesen**

**Médico Cardiologista, Físico**