

Giornale di Studi Psicologici

Scienza, Filosofia e Religione

Ansia, tristezza, paura, scoraggiamento e medianità

Tra le innumerevoli categorie di esperienza che coinvolgono la creatura umana, abbiamo un'esperienza differenziata nella medianità, poiché chi la possiede in qualche misura inizia a convivere

sentimenti), il medium transiterà tra l'estasi spirituale e le emanazioni oscure, trovando modi per discernere e relazionarsi, cercando di adempiere al compito invece di soccombere alla malattia della facoltà e delle sue forze psicologiche.

Alcuni sintomi caratteristici di oggi possono far parte di queste "visite scomode", come ansia, paura, tristezza e scoraggiamento. Le immagini di emozioni primitive (perché fondamentali) costituiscono una vera e propria pandemia soggettiva nella postmodernità, sia per la cattiva gestione intima dell'individuo, sia per le immagini

(senza un obiettivo chiaro) e onnipresente. Questa irrequietezza toglie una piena esperienza con il presente. Secondo Joanna de Ângelis, sarebbe incostanza rispetto alle acquisizioni appaganti della vita.

La tristezza e lo scoraggiamento sono strumenti necessari per il ripensamento della coscienza, o stimolo iniziale al cambiamento. Già come stile di vita, caratterizza l'essere che si allontana dalle possibilità di realizzazione personale (e spirituale), sabotando inconsapevolmente le proprie forze per non pagare il prezzo sacrificale (e trasformante) del processo. Attribuire un valore basso presuppone che tu non voglia combattere. Ma la situazione non può essere ridotta a una sorta di simulazione, trattandosi di un grave disturbo, possibilmente con matrici spirituali e ossessive a lungo termine.

Innanzitutto il medium in allenamento deve stare attento a non identificarsi con queste emozioni. Ma come facciamo a sapere se si tratta di contenuti personali su cui lavorare o di emozioni altrui, provenienti dall'ambiente? La risposta può essere ottenuta solo attraverso l'autoconoscenza psicologica e l'educazione medianica – esercizi che si estendono per tutta la vita (e oltre).

Non c'è sicuramente medianità sicura senza pratica responsabile e caritatevole, senza la "scienza del vivere", senza educazione morale e immersione nei propri pensieri, emozioni e sentimenti. Acquisizioni eterne, questi sono i veri tesori nascosti nell'esperienza dello Spirito immortale in mezzo al mondo delle forme deperibili.

Alexandre Fontoura dos Santos

Psicologo



con ogni sorta di forze e contenuti che sono presenti nella vastità interiore dell'umanità - impulsi sani e distruttivi, vizi e virtù, pensieri e sentimenti repressi, desideri e volontà coltivate consapevolmente o inconsciamente, ecc. La sua comparsa improvvisa può essere una pietra miliare nella formazione della personalità, l'ingresso in un universo di vibrazioni, benedizioni e pericoli, possibilità e responsabilità. E se il soggetto stesso è già nella sfida psicologica di decifrare se stesso, cosa dirà quando sarà in stretto rapporto con gli aspetti che animano la collettività?

Tutti gli aspetti non ancora ben lavorati nella sfera della vita interiore potrebbero essere chiamati *Ombre* umane, o "paludi dell'anima", come le chiama James Hollis.

A causa del fatto di presentare un sistema nervoso ed endocrino coerente con l'acuta sensibilità di forze e vibrazioni (che si traducono in diverse sensazioni, pensieri e

ossessive insite in queste sofferenze.

Emozioni in un certo senso necessarie, la loro presunta scomparsa non rappresenterebbe un quadro salutare, poiché hanno la funzione di allertare qualcosa. Il pericolo risiede nella condizione cronica, quando esse dominano l'essere, che comincia a vivere sotto il quanto delle emozioni sconcertanti, eclissando capacità e possibilità felici che sarebbero nella traiettoria della sua esperienza terrena.

La paura persistente plasma il soggetto a un'esperienza distorta di se stesso, che corrode le capacità e intacca l'auto-identità, portando a un calcolo esagerato delle azioni che dovrebbero essere comuni; oppure portare a compensi impulsivi e aggressivi, persino paranoici.

Intendiamo l'ansia patologica come una tensione preventiva (in relazione al futuro lungo o immediato), una sorta di paura cronica, diffusa

Sensibilità umana. Livelli di consapevolezza medianica

La sensibilità medianica, come facoltà umana, va oltre ogni credenza, essendo quella che permette uno scambio con le forze spirituali, in varie forme ed espressioni. Non ha un legame

dissociate dalla propria coscienza.

Al livello del "Sonno con sogno" c'è un po' più di partecipazione della volontà egoica, anche se ancora senza un maggiore setaccio della coscienza. Sarebbe come un medium disadattato, che pur sapendo di agire in modo sbagliato, facendo spazio a forze non governate, ne trae piacere.

La maturità, lo studio e la volontà di trasformazione permettono di incanalare la facoltà in modo più consapevole, portandola ad un terzo livello: quello del "Sonno sveglio". Non è ancora il livello ideale, provocando alcune

frustrazioni e cadute, derivanti dalle distrazioni e dall'ombra stessa al lavoro, ma che vengono presto percepite e riadattate, fino a quando l'individuo può avere un

maggiore controllo e potere di gestione della sua sensibilità.

La perseveranza nei propositi, l'approfondimento della propria trasformazione e lo sviluppo delle virtù porta al livello di "Autocoscienza". Questo livello permette uno scambio profondo con le forze spirituali della vita, non più come un burattino, ma con un'alterità, in cui si producono le più belle e profonde costruzioni umane.

Il massimo grado di sensibilità associato alla coscienza è il "Livello di Coscienza Cosmica", in cui Gesù dichiara: "Io e il Padre siamo Uno!"

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiano

Molestie spirituali e auto-responsabilità

"Bisogna vigilare sulle fonti del cuore da cui provengono i pensieri buoni e cattivi, per mantenersi in sintonia con il Padre e non con lo spirito del male". Gesù dice queste parole a Pietro, dopo che ha permesso a Dio di comandare il suo pensiero.

Tuttavia, di fronte alla paura di Pietro riguardo agli eventi del Calvario, Gesù indicò che il discepolo era uno strumento di Satana, lo Spirito sfortunato che cerca di essere un ostacolo in relazione al ministero della liberazione delle creature.

Ciascuno è responsabile dei contenuti che produce, ma anche di ciò che consuma e custodisce dentro di sé. Ciò che si cerca, gli ideali che si perseguono, definiscono il tipo di connessione, di legame, che si instaura.

Le sintonizzazioni spirituali inferiori, le cosiddette molestie spirituali, sono permessi generati da pensieri non vigilianti, che entrano in schemi vibratorii equivalenti e, da lì, si instaurano scambi, generando effetti dannosi per entrambe le parti.

Il disturbo del discernimento, la confusione mentale, le idee scoraggianti sono responsabilità di chi genera questi stimoli, ma anche di chi propaga e permette l'insistenza su di sé.

Essenziali, dunque, sono la lettura edificante, la preghiera, il buon colloquio, la musica ispiratrice, l'azione nel bene, la parola di pace e di consolazione, in quanto sono strumenti che conducono a Dio pensieri, parole e azioni, allontanando dal cuore le fonti delle cattive suggestioni.

Lusiane Bahia

Avvocata



Sezione Editoriale

Giornalista

Rita de Cássia Escobar

Editoriale

Evanise M Zwirtes

Collaborazione

Maria A de Mattos - Revisore
Cintia C. dos Santos - Traduzione in Inglese
Karen Dittrich - Traduzione in Tedesco
Hannelore P. Ribeiro - Traduzione in Tedesco
Clarivel D. Gimenez - Traduzione in Spagnolo
Nicola P Colameo - Traduzione in Italiano
Seweryna Akpabio-klementowska -
Tumaczenie na język polski

In Redazione

Alexandre Fontoura da Silva
Cláudio Sinoti
Lusiane Bahia
Livia C. Poli
Davidson Lemela
Aldeniz Leite

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 18.00 - 19.00

BISHOP CREIGHTON HOUSE
378, Lillie Road - SW6 7PH - London
Per informazioni: + 44 0778484 0671
E-mail: spiritistps@gmail.com
<http://www.spiritistps.org>
Società Registrata sotto il No. 07280490.
Organizzazione caritativa Registrata
sotto il No. 1137238

diretto con la morale dell'individuo, nel senso che non è sempre al servizio di scopi nobili, che dipenderanno dal livello di coscienza di chi lo esprime.

In questo senso, è possibile stabilire dei parallelismi tra i diversi livelli di coscienza e il modo in cui la sensibilità viene condotta a questi livelli. Ricorda che si tratta più della forma che dell'intensità della facoltà, in quanto non sono direttamente collegati.

A livello di "Sonno senza sogno", la sensibilità medianica trasforma l'individuo in un burattino al servizio dell'intelligenza che riesce a manipolarlo. Diventa estremamente pericoloso e distruttivo, in quanto non riceve il filtro del buon senso e dell'autocritica, portando ad azioni



Equilibrio Psicico o Medianico**Trance medianica o stato alterato di coscienza**

Lo spiritismo, considerato pericoloso da alcuni, meraviglioso da altri, ha bisogno di essere ben compreso per essere ben lavorato, portando benefici a tutti.

Molte persone cercano di avventurarsi in esperienze con il piano spirituale senza un'adeguata preparazione e finiscono per vivere esperienze difficili a causa dello squilibrio in cui sono coinvolte.

Léon Denis, nel libro "No Invisível", in un capitolo intitolato "Educazione e funzione dei medium", ci dice che "Niente di veramente importante si acquisisce senza lavoro", come se affermasse che, se vogliamo raggiungere l'equilibrio psicico o medianico, è urgente che iniziamo a lavorare sui contenuti che portiamo dentro di noi.

In questo stesso libro, l'apostolo dello spiritismo ci insegna che, entrando in contatto con il piano spirituale, ognuno di noi attrae esseri in affinità con il proprio stato morale e mentale. Tuttavia, questo scambio non avviene solo con coloro che manifestano la medianità in modo più ostensivo, poiché tutte le persone, con maggiore o minore intensità, influenzano e sono influenzate dal piano spirituale.

Pertanto, se vogliamo raggiungere l'equilibrio psicico o medianico, è urgente guardare dentro il nostro essere e riallineare il nostro cammino secondo i precetti insegnati dal Maestro Gesù. La ricerca della conoscenza associata alla ricerca dell'elevazione morale porterà certamente la protezione, l'equilibrio psicico o medianico, che tutti desideriamo.

Dra. Livia C. Poli

Medica



Durante la trance medianica, l'individuo si trova in uno stato alterato di coscienza soprannormale. In questo stato è in grado di potenziare le sue capacità paranormali e riprodurre fenomeni che sfuggono alla comprensione intellettuale accademica, in quanto non ha un aspetto fisico, oggettivo, è un'esperienza extra-sensoriale, quindi non può essere misurata o testata secondo gli standard della scienza organicista.

Anche altre esperienze trascendentali causano uno stato alterato di coscienza come la meditazione profonda, la telepatia, la premonizione, l'ipnosi, la regressione della memoria, ecc.

Lo psichiatra svizzero Jung, studiando gli stati alterati di coscienza attraverso la medium Helena, confermò la tesi che in questo stato parti dissociate dell'inconscio possono manifestarsi attraverso allucinazioni e presentarsi nelle sedute medianiche come spiriti disincarnati.

Per lui le sedute con il medium erano interessanti perché rivelavano l'esistenza di una dimensione inconscia. Jung capì che il nostro inconscio è abile e può accedere a livelli più alti del normale, provocando stati di coscienza alterati. Intorno al 1919, Jung pubblicò un'opera il cui suggestivo titolo è *Fondamenti Psicologici della Credenza negli Spiriti* e la presentò alla Società Britannica per la Ricerca Psicica.

Lo scrittore Hermínio Miranda, commenta nel suo libro *A Memória e o Tempo*, che nei fenomeni di stati alterati di coscienza, c'è un allentamento dei legami che uniscono lo spirito al corpo. L'anima si libera parzialmente dal veicolo

denso, entrando in una condizione che assomiglia al sonno profondo, eppure è cosciente. Questo fenomeno è noto anche come stadio ipnagogico, quando la



neocorteccia presenta basse frequenze, ma con elevata ampiezza. Una semilibertà accade allo spirito in questo stato, fornendogli più lucidità, chiarezza e discernimento, quando poi si riproducono i meravigliosi fenomeni che spaventano la nostra immaginazione.

Nel suo libro *Teoria e Pratica della Medianità*, Miranda cita il caso di una giovane donna, Regina, che aveva una spiccata sensibilità paranormale al punto da staccarsi dal proprio corpo senza rendersene conto. Una volta, camminando per la strada distratta, notò improvvisamente un colore diverso nei fiori del giardino vicino, spaventata, rendendosi conto di essere distaccata dal suo corpo e vedendo con gli occhi della sua anima.

In un futuro non troppo lontano, dopo la transizione planetaria con l'avvento del mondo di rigenerazione, questi fenomeni saranno comuni e completamente conosciuti. L'uomo di domani cederà il passo alla sua essenza spirituale e vivrà naturalmente, con un piede nel mondo fisico e l'altro nel mondo spirituale.

Davidson Lemela

Neuropsicologo



Visione Spiritica della Fibromialgia

INTRODUZIONE

La fibromialgia è una sindrome dolorosa crônica caratterizzata da dolore muscoloscheletrico generalizzato, solitamente accompagnato da altri sintomi come stanchezza, irritabilità, affaticamento e alterazioni del sonno e dell'appetito.

Risulta da un'alterazione nell'elaborazione dei centri sensoriali afferenti e non è di natura autoimmune o infiammatoria. I criteri diagnostici per la fibromialgia richiedono un periodo di esperienza di dolore diffuso superiore a tre mesi. La sua prevalenza in Brasile varia dal 2 al 5% e colpisce più donne tra i 35 ei 44 anni. È considerata la seconda malattia reumatica più frequente, seconda solo all'artrosi.

CAUSE

Per quanto riguarda i meccanismi di insediamento e perpetuazione della malattia, è ormai riconosciuto che la Fibromialgia deriva da una sensibilizzazione a livello del sistema nervoso centrale (SNC) e questa ipereccitabilità dei neuroni favorisce la percezione di una marcata condizione dolorosa che limita globalmente il funzionamento dell'individuo oltre a compromettere la cognizione (pensieri), l'umore e il comportamento finale.

DIAGNOSI

I sintomi della fibromialgia comprendono dolore diffuso e cronico localizzato prevalentemente come punti dolorosi situati sotto e sopra la vite, nello scheletro assiale e ai lati, che durano più di tre mesi, seguiti da affaticamento, sonno non ristoratore, sintomi somatici come mal di testa, vertigini, dolore addominale, cambiamenti nelle abitudini intestinali. L'attuale classificazione diagnostica del 2010/2011 ha rimosso il conteggio

dei punti dolorosi come misura diagnostica per la malattia, sebbene la localizzazione di questi siti dolorosi sia ancora oggi considerata rilevante.

TRATTAMENTO

Il trattamento della Fibromialgia dovrebbe essere multidisciplinare, comprendente: terapia farmacologica, terapia cognitivo-comportamentale e fisioterapia. La partecipazione del paziente è fondamentale per ottenere risultati soddisfacenti nell'approccio terapeutico.

Analgesici oppioidi, antidepressivi che agiscono sul dolore, miorellassanti e anticonvulsivanti che agiscono riducendo lo stimolo doloroso sono i farmaci più indicati.

Il trattamento del sonno non ristoratore è fondamentale e un'attività fisica ben orientata, aggiunta ad esercizi programmati accompagnati da un professionista esperto, aiutano notevolmente il recupero. Trovano un'efficacia complementare alla meditazione, alle tecniche di mindfulness, all'ipnoterapia e al biofeedback.

LA QUESTIONE SPIRITUALE

È impossibile dissociare l'essere umano da una qualsiasi delle dimensioni a cui appartiene, vale a dire: l'organismo (corpo fisico); la psiche (la mente); la formazione gregaria (società) e la sua natura spirituale (Io Spirito). Ogni volta che una qualsiasi di queste dimensioni viene ignorata, siamo condannati al fallimento terapeutico poiché sono intimamente correlate, si compenetrano e si riverberano l'una sull'altra. Tuttavia, la dimensione dello Spirito è proprio quella sovrana che getta i suoi contenuti sugli altri, producendo benessere o disorganizzazione.

Siamo Spiriti immortali e costruttori del nostro destino. Dotati di una coscienza morale che

punta come bussola al cammino legato alle leggi naturali, spesso, attraverso molteplici esperienze di incarnazione, ci allontaniamo dagli obiettivi essenziali della vita, che sono amare e servire nella sfera che il Creatore ci ha offerto e, ovviamente, con conseguenze dannose.

Ogni volta che schiviamo il bene da fare, è comprensibile che subiamo gli esiti dolorosi di questi impegni e che servono a riposizionarci sui sani "binari" della traiettoria. Questi risultati, non di rado, appaiono come malattie, sia quelle ben catalogate dalla scienza, sia quelle ancora estranee alla comprensione degli studiosi. Tutti traducono, a livello spirituale, una vulnerabilità dell'essere che ha bisogno di essere identificato, una lezione che ha bisogno di essere appresa. E la fibromialgia non fa eccezione alla regola.

La causa deve ancora essere chiarita, il messaggio spirituale di questa complessa sindrome è la necessità di tornare alla ricerca dell'amore e del bene. Questa sindrome dolorosa dimostra un eccessivo attaccamento a se stessi, un'iperconcentrazione nel concetto di se stesso (bisogno di essere perfetti, autocritica esagerata) ed emozioni di cui il senso di colpa è una parte importante e la rappresentazione somatica sono dolori generalizzati nel sistema muscoloscheletrico.

Il trattamento mira all'autodistanziamento e alla dedizione ai compiti che portano al bene degli altri, all'attenzione ai bisognosi in grado di favorire la gioia e l'approvvigionamento di cui hanno bisogno. Dopotutto, come ammoniva il Codificatore Allan Kardec, non c'è salvezza al di fuori della carità.

Dr. Aldeniz Leite

Psichiatra