

# Giornale di Studi Psicologici

Scienza, Filosofia e Religione

## La Personalità Integrale e Spirituale

“L'uomo avrà indubbiamente molto tempo per liberarsi dai suoi pregiudizi, ma ciò avverrà nella misura in cui la sua fede si va affermando, con lo sviluppo di un'idea più sana della vita spirituale”. Allan Kardec. *Il Cielo e l'Inferno*.



Lungo il nostro cammino, come individui incarnati, affrontando le difficoltà che la vita ci presenta, quanti di noi non si è chiesto sullo scopo di tutto ciò che stiamo vivendo? Chi siamo noi? Qual'è lo scopo della nostra esistenza? Cosa ci aspetta in futuro? E mentre lasciamo da parte la ricerca di queste risposte, il tempo passa e spesso l'angoscia si impadronisce dei nostri cuori per la mancanza di comprensione della direzione che sta prendendo la nostra vita.

Spiriti immortali, esseri creati per la crescita, l'evoluzione continua, siamo in ogni momento invitati dalle nostre esperienze quotidiane a ripensare concetti portati nella nostra mente, così come a rimodellare sentimenti che sono ancora fuori posto nel nostro essere integrale.

E così, esperienza dopo esperienza, esistenza dopo esistenza, costruiamo noi stessi,

plasmando il nostro carattere, curando ferite portate nell'anima e sviluppando potenzialità che non avevamo nemmeno sognato che esistevano nel nostro essere.

Poi arriviamo a capire che il nostro io è molto più grande della personalità che presentiamo nell'attuale incarnazione.

Viaggiatori del tempo, portiamo nel profondo del nostro essere tutto il bagaglio acquisito lungo questo viaggio di molteplici esistenze che, sebbene la nostra memoria attuale possa non portare un ricordo chiaro, il nostro io più profondo porta i segni di queste esperienze che alla fine appaiono sulla

superficie della nostra coscienza, attraverso scelte, reazioni, tendenze, che molte volte non riusciamo a identificare la loro origine nell'esistenza attuale.

Tuttavia, esseri complessi quali siamo, in continuo miglioramento, abbiamo in ogni nuovo giorno l'opportunità di un nuovo risveglio: il risveglio della coscienza che porta maggiore lucidità a ciascuno di noi, permettendoci di reindirizzare le nostre scelte quotidiane, rimodellando la nostra personalità integrale.

Sbaglia di grosso chi crede che queste esperienze passate che hanno segnato le nostre anime avranno ripercussioni eterne sul nostro cammino, abbattendoci in certi momenti della nostra esistenza.

Se ci troviamo nel mezzo di un processo evolutivo, abbiamo la possibilità quotidiana di lavorare per guarire le ferite che portiamo

nell'anima e in questo modo collaborare consapevolmente e propositivamente alla costruzione della nostra personalità integrale.

Ben oltre ciò che rappresentiamo nella nostra personalità attuale, noi siamo il risultato di tutto ciò che abbiamo sperimentato durante il nostro viaggio come spiriti immortali, e siamo destinati a un futuro glorioso legato allo sviluppo delle potenzialità portate nell'anima.

Nel libro *O Homem Integral*, Joanna de Ângelis, attraverso la medianità di Divaldo Franco, ci insegna che “Gesù, superando ogni limite di conoscenza, divenne il biotipo dell'Uomo Integrale, per aver sviluppato tutte le attitudini ereditate da Dio, nella condizione dell'Essere più perfetto che si conosca”. La benefattrice ci insegna che la ricerca di modellarci secondo gli insegnamenti di Cristo ci aiuterà a raggiungere la pienezza sognata.

Proviamo allora a riflettere sull'importanza di rivolgere lo sguardo alla nostra personalità integrale, alla nostra personalità spirituale e, in questo modo, cerchiamo di lavorare sui contenuti che portiamo dentro di noi e che hanno un impatto diretto sulle nostre esperienze quotidiane.

Cerchiamo di portare in primo piano ciò che consideravamo secondario. La ricerca dell'autoconoscenza, lavorando sulle nostre emozioni e sui nostri sentimenti, guardando attivamente le ferite e le distonie che ci portiamo dietro da un passato in cui non avevamo ancora la comprensione e la consapevolezza che abbiamo oggi e, in questo modo, lavorando attivamente per il buon indirizzo di formazione della nostra personalità integrale, avendo la nostra attenzione rivolta anche alle questioni dello Spirito, saremo sempre più vicini alla pace che tanto desideriamo.

**Dra. Livia C. Poli**

**Medica**

## Il potere della Volontà. L'attributo dello Spirito

L'universo è il risultato della volontà e del potere del creatore. Tutto ciò che esiste in essa ha il sigillo divino e lo spirito è una particella intelligente e raffinata di questa meravigliosa opera.

Creando lo spirito, Dio lo ha contrassegnato con l'essenza della perfezione e tutte le qualità che esistono in esso, in modo latente,

magico processo di *autocoscienza*.

Un evento simile si verifica nel processo di sviluppo millenario dello spirito. All'inizio, all'alba dell'evoluzione, il *narcisismo*, che era il punto zero dell'inizio del suo percorso evolutivo - come nei bambini -, gli ha permesso di risvegliare la sua autocoscienza e la sua percezione dell'io e del mondo, che ha funzionato come bussole interne e segnarono il primo grande passo nel cammino verso la perfezione.

Comune nei primi giorni dell'evoluzione, il narcisismo è diventato, nella maggior parte di noi, egoismo, e ora, nel presente, è diventato l'ostacolo che ostacola il nostro cammino, ritarda la nostra felicità e rende difficile salire alle stelle per costruire la nostra

rimangono indelebili, in attesa del suo sbocciare. Il miglioramento avviene quando diventa capace di sviluppare ed esternare queste virtù divine.

I principali attributi e valori dello spirito sono l'intelligenza, la volontà, l'autonomia e l'autocoscienza. Sono questi predicati che ti permetteranno, nel tempo, di strutturare la tua più grande virtù: l'amore. I maggiori ostacoli alla germinazione dell'amore sono l'orgoglio e l'egoismo.

Nello studio della Psicologia dello Sviluppo, ogni bambino passa dalla fase orale (l'abitudine del bambino di mettere tutto in bocca) alla fase *narcisistica* (quando il bambino ha bisogno di sentirsi al centro dell'attenzione). Questo processo naturale nei bambini avvia la percezione dell'io, del mondo e delle persone che li circondano. È quando il bambino scopre se stesso e inizia il

coscienza cosmica. Ramificato nell'orgoglio, nella prepotenza e nell'arroganza, l'egoismo ha bisogno di essere represso dalla nostra volontà cosciente, per rendere possibile l'alba dell'uomo spiritualizzato, sveglio e con dominio su se stesso.

Leon Denis ha insegnato: Nell'Universo, tutto si evolve e tende verso uno stato superiore. Tutto si trasforma e viene raffinato.

Tutto nell'Universo si evolve, solo una cosa non cambia: il cambiamento. Per prendere il volo dell'evoluzione, insegna Emmanuel, abbiamo bisogno di due ali: l'ala dell'amore e l'ala della saggezza. E riassume: *ci vuole un amore che sa e una sapienza che ama*.

Davidson Lemela

Neuropsicologo

## Il potere del pensiero creativo

Il pensiero è la conquista dell'evoluzione. L'essere umano è l'unico nella creazione che ha la capacità di pensare sui propri pensieri e, da lì, essere in grado di discernere tra bene e male, tra giusto e sbagliato. Questa possibilità permette il raffinamento della forza creativa del pensiero!

Lo Spirito Joanna de Ângelis, nel libro *Vida Plena*, nel capitolo Paesaggio Mentale, indica: "Eleggere i pensieri migliori, anche quando la situazione è estremamente pericolosa e negativa. (...) Sforzati di essere gentile con tutti (...). Conserva l'idea della vittoria in circostanze sfortunate (...)".

La proposta della Benefattrice è quella di creare un universo ottimista, senza fantasie e illusioni, ma in linea con le leggi divine e le conseguenze naturali che derivano dal rispettarle. Ogni giorno, esercitare a sostituire il cattivo pensiero con il buono, e creare meccanismi educativi per l'apprezzamento delle buone idee, mantenendo sempre attiva la memoria di uso continuato con buone riflessioni.

Pertanto, nel tempo, l'abitudine di pensare cambia e vengono costruite parole e azioni migliori.

Joanna consiglia anche: "Considerando che la tua mente è un giardino che porta una bellezza inimmaginabile, seleziona ciò che planterai in esso, con la certezza, però, che raccoglierai secondo il seme che affiderai alle sue cure. Gesù è stato perentorio affermando che: - A ciascuno secondo le sue opere".

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 Spagnolo  
Clarivel D. Gimenez - Traduzione in Italiano  
Nicola P Colameo - Traduzione in Italiano  
Seweryna Akpabio-klementowska -  
Tłumaczenie na język polski

#### In Redazione

Lívia C. Poli  
Davidson Lemela  
Lusiane Bahia  
Evanise M Zwirtes  
Cláudio Sinoti  
Sérgio Thiesen

#### 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



**La Mente, Specchio della Vita**

Siamo esseri biopsicosociospirituali. Comprendiamo così che la Mente è un attributo essenziale dello Spirito, che abilita l'attività psichica dinanzi la Vita.

Siamo portatori del libero arbitrio di fronte agli eventi in cui siamo coinvolti e veniamo coinvolti nella Vita. Il comando mentale è riguarda in particolare lo Spirito, e anche se è influenzato da un'altra mente, incarnata o meno, sarà solo sotto la sua responsabilità, anche se incosciente.

Nel libro *Pensamento e Vida*, lo Spirito Emmanuel insegna che, "studiando la mente dalla nostra posizione spirituale..., siamo costretti ad interpretarla come il campo della nostra coscienza risvegliata, nell'ambito evolutivo in cui la conoscenza acquisita ci permette di operare. Definendolo specchio della vita, riconosciamo che il cuore è il suo volto e che il cervello è il centro delle sue ondulazioni, generando la forza del pensiero che tutto muove, creando e trasformando, distruggendo e rifacendo per raffinare e sublimare."

E aggiunge: "respiriamo nel mondo delle immagini che proiettiamo e riceviamo. Attraverso di loro, ci fermiamo sotto il fascino degli elementi che ci rendono temporaneamente schiavi e, attraverso di loro, incorporiamo l'afflusso rinnovatore di poteri che ci inducono alla purificazione e al progresso."

L'influenza reciproca vibra ovunque nell'Universo, secondo i valori etici e morali di ciascun individuo.

I nostri pensieri ci modellano, manifestando luce o ombra, equilibrio o squilibrio, salute o malattia, e possono influenzare gli altri, positivamente o negativamente.

La Vita ci invita ad amare. Scegliere di sperimentarlo è maturità, è saggezza, è grandezza d'animo! La mente in Dio, rispecchia il Bene.

**Evanise M Zwirtes**

**Psicoterapeuta Transpessoal**

**L'Etica della Responsabilità**

Nella radice greca della parola, l'etica simboleggia "la dimora dell'umano", nel senso dei principi e valori che regolano la vita degli individui e delle collettività. Il modo in cui questi principi vengono vissuti stabilisce la condotta morale. Certamente ci sono variazioni concettuali, secondo il tempo, la cultura e i vari elementi che interferiscono nel comportamento degli esseri umani e dei gruppi umani, ma certi valori sono universali, anche se varia il modo in cui si manifestano. E come portatori di coscienza, abbiamo la responsabilità non solo verso noi stessi, poiché i nostri atteggiamenti e le nostre scelte interferiscono con la collettività, e da ciò nasce la necessità di riflettere su ciò che stiamo facendo con le nostre vite.

Ma è necessario fare attenzione al fatto che la coscienza etica non è qualcosa di preconfezionato, e che definisce in modo immutabile il carattere dell'individuo. È qualcosa che passa attraverso un processo di maturazione, basato su ciò che viviamo, impariamo e su come interiorizziamo tutto questo e lo trasformiamo in atteggiamenti. In questo senso, la capacità di riflessione, autocritica e revisione dei comportamenti sono alleati importanti per stabilire un parametro della nostra condotta etica. Alcune domande di solito aiutano a fare questa valutazione, come ad esempio:

- Voglio? - Io posso? - Devo? - Deve essere così? - Quali saranno le conseguenze?

Essere guidati solo dai propri desideri - dalle istanze "voglio", "posso" - finisce spesso per avere conseguenze nefaste, per se stesso e per gli altri. Pertanto, occorre anche valutare la necessità



di tale scelta, il modo specifico in cui essa dovrebbe manifestarsi e, soprattutto, le sue conseguenze. Se è vero che non sempre siamo in grado di prevedere con precisione queste conseguenze, la riflessione aiuta ad allargare la lente di osservazione, nonché a stabilire un contatto più profondo con la nostra coscienza etica, che dimostra l'espansione della responsabilità individuale e collettiva.

Paulo de Tarso stabilì molto bene questa sintesi tra etica e responsabilità: "tutto mi è lecito, ma non tutto mi conviene."

**Cláudio Sinoti**

**Terapeuta Junguiano**



### Come Riflettere Luce, Pace e Amore?

La Terra è un mondo di esseri molto imperfetti, dal punto di vista morale e spirituale. Siamo figli di Dio iscritti alla scuola terrena, compiendo tappe evolutive caratterizzate da espiazioni e prove, che rispecchiano millenni di quasi stagnazione, in termini di vita eterna.

La luce spirituale, la vera pace e l'amore incondizionato sono il risultato del progresso individuale e della costruzione dell'Uomo Buono', secondo quanto ci hanno avanzato gli Spiriti della Codificazione, nel capitolo 'Siate perfetti' de "Il Vangelo secondo lo Spiritismo", di Allan Kardec. E per ogni figlio di Dio che ha progredito in questo mondo grazie ai suoi sforzi, liberandosi dall'orgoglio, dall'egoismo, dalla vanità e dall'indifferenza.

Sono coloro che, gradualmente, fanno a meno della necessità di rivivere una vita fisica, godendo delle sfere più sottili e illuminate che circondano l'orbe terrestre e ne fanno parte, progredendo senza ulteriori tuffi nella dimensione materiale del pianeta.

Ma il nostro mondo è solo un granello di sabbia su una spiaggia cosmica e divina che è il Grande Universo, con i suoi innumerevoli mondi abitati e conglomerati di galassie con infiniti pianeti e stelle. In Lui tutto è Luce, Amore e Pace.

Man mano che ci risvegliamo in questa realtà, anche le nostre anime iniziano a raffinare i loro tessuti mentali, psichici ed emotivi, sviluppando forze che corrispondono al risveglio del Cristo

interiore che ognuno porta dalle proprie origini divine. Di conseguenza, la felicità diventa reale e ognuno diventa anche uno specchio, come da un cristallo purissimo che riflette le potenze divine degli spiriti di primo ordine con i quali ci stiamo sintonizzando e attirando verso le nostre realtà.

La preghiera, sincera e disinteressata, umile e consapevole, permette ai figli di Dio, in qualsiasi scenario dell'esperienza quotidiana, non solo di accendere la loro luce interiore, in scintille crescenti, ma anche di permettere il riflesso della Luce Divina, diffondendo intorno a sé, in ambiti variabili, la pace e l'amore, all'interno dei sublimi suggerimenti del Divino Maestro Gesù, così come appaiono nei racconti evangelici.

I Vangeli ricordano ripetutamente che Gesù, all'imbrunire, si ritirava sulle alture dei monti o nella solitudine dei deserti, e lì, solo con Dio, trascorrevano ore, talvolta intere notti, immerso nella più profonda comunione con l'Eterno, l'Infinito, l'Assoluto, o, nel suo linguaggio poetico, in comunione con il Padre Celeste.

Il Maestro aveva una predilezione speciale per questi silenziosi santuari di Dio.

Nessuno sa cosa accadde in quelle lunghe ore trascorse da solo con il Padre, nelle maestose vette dei monti e dei boschi della Galilea o nella vasta solitudine del deserto palestinese, sotto il misterioso bagliore di stelle lontane e il

discreto sussurro di brezze...

Una mattina, all'alba, Gesù era ancora immerso in questa profonda interazione con Dio, nel deserto, quando i discepoli lo sorpresero per riportarlo tra la folla che lo cercava. L'impressione che ebbero dell'apparizione di Gesù in preghiera dovette essere profonda e intensa, perché, rapiti dallo spettacolo, proruppero in queste parole:

- Maestro, insegnaci a pregare!

Gli apostoli, in quanto figli d'Israele, erano abituati alla preghiera, e avevano già imparato molto dal Maestro stesso. Ma, visto ciò a cui hanno assistito, si sentivano ancora ignoranti e impreparati a questi impegni. Pieni di incanto e di sacra reverenza, guardarono poi, una delle lezioni più belle e profonde, un lascito sublime inscritto nelle pagine dei Vangeli, paragonabile al Discorso della Montagna, in sintesi religiosa e sublimità, per l'iscrizione dell'amore, definitivamente, nei cuori umani. Il riflesso più divino dell'Amore, della Luce e della Pace che hanno segnato per sempre il cammino umano sulla Terra!

- Padre nostro che sei nei cieli!...

**Dr. Sérgio Thiesen**

**Medico Cardiologo, Fisico**