

Giornale di Studi Psicologici

Scienza, Filosofia e Religione

Nell'era dello Spirito

Un'analisi anche superficiale dell'attuale panorama della società rivela gravi problemi da affrontare, senza intravedere l'esperienza, almeno a medio o breve termine, di quella che possiamo chiamare l'"Era dello Spirito".



Le urgenti questioni climatiche, nonostante abbiano già effetti immediati sulle comunità (e studi dimostrano che molti disastri potrebbero essere evitati se ci fosse un altro livello di consapevolezza collettiva), non ricevono ancora la dovuta attenzione. Soprattutto perché comportano azioni immediate e rinuncia a "piaceri" e comodità, che i "potenti" del mondo rifiutano. Gli esseri umani, ancora intrappolati nell'egocentrismo e nell'individualismo, si pongono come beneficiari della natura, e non come corresponsabili, come dovrebbero, rendendo ancora più difficile l'attuazione di azioni efficaci.

Dal punto di vista sociale, ci troviamo ad affrontare livelli di violenza spaventosi, che si manifestano in modi diversi. Guerre di sterminio, genocidi, femminicidi, crimini di razzismo, intolleranza religiosa e altri tipi continuano intensamente, anche con tutte le informazioni disponibili, dimostrando che esiste un'area enorme di ombra psicologica, individuale e collettiva, su cui lavorare e superare.

Tiranni e leader privi di impegni etici e morali continuano a salire al potere nelle nazioni, alimentando paura, distruzione, disinformazione e violenza, quando dovrebbero essere strumenti di armonia. Le risorse collettive stanziare

nei bilanci delle statali sono ancora oggi destinate, in grandi quantità, a finanziare armamenti e guerre in tutto il pianeta, quando potrebbero garantire migliori condizioni di vita e dignità agli abitanti della Terra.

Nell'economia, nonostante che quanto sia prodotto in tutto il mondo sia sufficiente a sfamare l'intera

popolazione del pianeta, permangono ancora sacche di fame e povertà. Innumerevoli lavoratori sono costretti a produrre in condizioni di schiavitù, per soddisfare i capricci di un consumismo esasperato. I dati sono ancora più scioccanti se si considera che l'1% dei più ricchi detengono la stessa quantità di risorse monetarie del 66% dei più poveri.

L'uso delle tecnologie moderne si rivela ancora inadeguato, manipolato da gruppi di potere che diffondono disinformazione, negazionismo e fake news, al servizio dei propri interessi, approfittando di individui privi di senso critico, il cui grado di alienazione diventa estremamente pericoloso per i corsi collettivi.

Le religioni, che dovrebbero essere al servizio della ricerca della trascendenza, non sempre svolgono adeguatamente la loro funzione e spesso si trasformano in Società Anonime, generando ricchezze materiali per i loro

leaders a costo dello sfruttamento dei fedeli.

Certamente, non tutto è perduto, poiché ci sono molte e belle eccezioni nei campi della Filosofia, della Cultura, delle Arti, della Musica e in altri campi del sapere e dell'attività umana, a disposizione di coloro che cercano sinceramente di trasformare se stessi. E se, collettivamente, è difficile immaginare una trasformazione radicale della coscienza, che ci ponga effettivamente sulla marcia ascendente dell'Era dello Spirito, è possibile, individualmente, impegnarsi nella propria trasformazione, e questo servirà come impulso per la collettività intorno, finché si raggiunga un numero sufficiente di individui che permetta al pianeta di emanare un'altra psicosfera, che si traduca in armonia, solidarietà, empatia, sostenibilità e altri valori importanti della convivenza umana.

Dobbiamo andare oltre la tolleranza, che è già un passo importante, ed esercitare il rispetto, l'empatia e compassione per gli innumerevoli esseri che soffrono, condividendo ciò che abbiamo in eccesso, proprio come Cristo ci ha insegnato. Dobbiamo considerarci parte della Natura e non suoi fruitori, affinché le nostre azioni non generino conseguenze distruttive per noi stessi e non compromettano le generazioni future.

Dobbiamo andare oltre la separatività in ogni campo e considerare che siamo Spiriti, figli dello stesso Dio, anche sotto denominazioni diverse, ma che desiderano che tutte le persone possano vivere in armonia. Utopia? Lo scopriremo solo quando ci impegneremo concretamente ad apportare i cambiamenti necessari per arrivarci.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiano

L'uomo nel mondo

Quando inizia un nuovo anno, creiamo molte aspettative di pace e coltiviamo fede e speranza nel bene. Tuttavia, affinché il pianeta diventi un mondo felice, dobbiamo prima pensare a trasformare i suoi abitanti.

Stiamo vivendo un momento difficile per l'umanità. La soddisfazione sconsiderata nel perseguimento di desideri puramente materiali e nella ricerca incessante e

In questa Scuola di Vita egli è come lo studente ribelle e testardo che impiega molto tempo per imparare, molti hanno sostituito l'amore che copre la moltitudine dei peccati con la sofferenza e la rivolta dell'occhio per occhio, dente per dente.

I beni materiali sono conseguenze della vita, ma la fretta li ha trasformati nel suo scopo. Allora si ammala e soffre perché inverte il valore reale dell'esistenza.

Spesso mi viene chiesto:

— Mio Dio, cosa ho fatto in passato per meritare questo? Io rispondo:

- Abbastanza.

—Ma quanto ancora dovrò soffrire?

Abbastanza.

Un orizzonte luminoso, tuttavia, ci attende nel grande futuro e sarà raggiunto con il nostro impegno personale nella ricerca del bene, attenuando il

nostro orgoglio e il nostro egoismo. Ricordati: i nostri veri nemici sono dentro di noi, ma anche la felicità è dentro di noi, e le due cose non possono coabitare nello stesso spazio.

Se non riesci a perdonare, chiedi scusa. Se ancora non riesci ad amare incondizionatamente, abbi compassione. Se la carità è un peso, sii solidale. Se l'impazienza ti assale nei momenti della vita, cerca il più possibile di diventare pacifico e di mantenere la pace.

Impara a condividere la ricchezza della tua generosità con i poveri, i deliranti e i malati: sii un operatore di pace e guadagnati l'onore di essere riconosciuto come figlio di Dio.

Davidson Lemela

Neuropsicologo

La felicità sulla Terra

Viviamo in un'epoca in cui la facilità di comunicazione attraverso i social network ci consente di accedere a una parte della vita di molte persone. È comune vedere post di persone felici che vivono situazioni di glamour e poi guardiamo alla nostra vita e ci chiediamo: "La mia vita è l'unica con tribolazioni e dolori che cerchiamo di nascondere ma che, in molte situazioni, ci saltano all'occhio?"

Quando siamo felici diventiamo espansivi e desideriamo condividere la nostra quota di felicità. Quando siamo tristi diventiamo introspettivi e spesso vogliamo nascondere il nostro dolore. Non lasciamoci ingannare da ciò che vediamo sui social media! Il dolore è un benefattore Divino che tocca la vita di tutti, conducendoci alla maturità spirituale.

Ma è possibile godere di una relativa felicità anche vivendo in un mondo di prove ed espiazioni.

Questa felicità non si trova nei beni materiali, né nei titoli accademici, né nell'autorità umana. Secondo Emmanuel, attraverso la psicografia di Chico Xavier, in un testo intitolato "A Felicidade", pubblicato nel libro "Passos da Vida", la felicità "non è in ciò che sogni ma in ciò che fai e, soprattutto, nel modo in cui lo fai tu".

Cerchiamo quindi di monitorare i nostri pensieri, reindirizzando le nostre azioni in modo da essere in linea con i precetti di Cristo. Dopotutto, è possibile vivere una relativa felicità in un mondo di prove ed espiazioni, ma questa non deriverà da ciò che il mondo ci offre, bensì da ciò che noi offriamo al mondo.

Dra. Lívia C. Poli

Medica



Sezione Editoriale

Giornalista

Rita de Cássia Escobar

Editoriale

Evanise M Zwirtes

Collaborazione

Rita de Cássia Escobar - Revisora
Cintia C. dos Santos - Traduzione in Inglese
Clarivel D. Gimenez - Traduzione in Spagnolo
Nicola P Colameo - Traduzione in Italiano
Seweryna Akpabio-klementowska -
Tłumaczenie na język polski

In Redazione

Cláudio Sinoti
Davidson Lemela
Lívia C. Poli
Lillian Buniak
Lusiane Bahia
Adriane Viola Bacarin

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Riunioni di Studio (In portoghese)

Sabato: Ore 17.00 - 19.30
Domenica: Ore 20.00 - 21.00
Lunedì: Ore 20.00 - 21.00
Mercoledì: Ore 20.00 - 21.00

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: spiritisttps@gmail.com
<http://www.spiritisttps.org>
Società Registrata sotto il No. 07280490.
Organizzazione caritativa Registrata
sotto il No. 1137238

sfnata del piacere a qualsiasi prezzo ha reso l'uomo di mondo molto intollerante ed egoista, al punto che la maggior parte di noi non ha ancora compreso il significato esatto dell'esistenza umana.

Lo scopo fondamentale della reincarnazione e della nostra presenza nel mondo è diventare persone migliori. In una marcia progressiva e ininterrotta, la nostra destinazione è la felicità piena e vera. Ma per questo abbiamo ancora bisogno di molte esistenze nella materia densa. Sono trascorsi molti secoli dall'inizio di questo percorso e oggi, anche se può non sembrare, siamo ancora più vicini all'inizio che alla meta.

L'uomo nel mondo è ancora uno spirito immaturo e un po' indolente. Il tuo dolore attuale non è una punizione, ma il risultato delle tue scelte passate.

Educazione Moderna

Secondo il *Libro degli Spiriti*, nella risposta alla domanda 115, Dio creò tutti gli spiriti semplici e ignoranti, con lo scopo di illuminarli e fargli raggiungere progressivamente la perfezione, e una delle vie di crescita ed evoluzione dell'individuo è attraverso l'istruzione, in cui le capacità innate vengono migliorate attraverso l'apprendimento che le molteplici opportunità dell'esistenza offrono.

L'istruzione non solo forma abitudini e sviluppa l'intelletto, ma fornisce anche un apprendimento continuo e permanente, poiché le esperienze non cessano mai e richiedono la convivenza nella società per i cambiamenti morali.

Secondo Joana de Angelis, nel capitolo 23 del libro *Estudos Espíritos*, psicografato da Divaldo Franco, l'educazione copre un'area molto vasta, quasi la totalità della vita, e queste legittime fondamenta vengono poste a casa, la casa che costruisce l'uomo e la scuola che forma il cittadino.

L'educazione moderna, secondo lo Spiritismo, ha risorse per la costruzione del tempo dell'educazione, penetrando nelle radici della vita, facendo viaggiare lo spirito attraverso il tempo, chiarendo repressioni, nevrosi, distonie che emergono fin dai primi giorni della congiuntura carnale, attraverso prove ed espiazioni che educano, a ogni nuova veste, l'individuo alle responsabilità, ai compiti e alla loro liberazione.

L'educazione moderna è quindi la chiave del progresso morale e dell'evoluzione spirituale e, secondo *Il Vangelo secondo lo Spiritismo*, cap. XIV, punto 9, il modo migliore per sradicare l'egoismo e l'orgoglio da tutti gli individui.

Lilian Buniak**Psicologa Clinica****Parenti Problemi**

"L'ingratitude è uno dei frutti più diretti dell'egoismo. Rivolta sempre i cuori onesti. (...) Lo Spiritismo getta Luce su uno dei grandi problemi del cuore umano."

Questo è un estratto del bellissimo testo scritto da Sant'Agostino, nel *Vangelo secondo lo Spiritismo*, in cui affronta inizialmente l'ingratitude dei figli verso i genitori, ma, in un'ottica riflessiva, indirizza la nostra attenzione sull'importanza dello Spiritismo per tutti e qualsiasi questione familiare.

La famiglia è un deposito di benedizioni in cui Dio permette alle persone di riunirsi per la redenzione del carattere. È nella famiglia che si acquisiscono i valori più significativi per la formazione materiale e spirituale dell'individuo ed essa è il motore del progresso umano.

Di fronte all'incontro di Spiriti, viaggiatori reincarnati, nello stesso ambiente, per esperienze di dolore e di gioia, di lotte e di avventure, è naturale che ci siano simpatie, ma anche antipatie.

Ma, come ha giustamente affermato Sant'Agostino, lo Spiritismo costituisce una sicura spiegazione delle sfide che si moltiplicano all'interno delle famiglie.

L'ingratitude dei figli o l'indifferenza dei genitori, l'animosità e la discordia tra fratelli o i vizi che invadono le famiglie, sono espressioni dell'anima che possono essere diluite se comprese alla luce della vita futura e dell'immortalità dell'anima.

Lo Spirito Benefattore dice anche nel messaggio sopra menzionato: "Di tutte le prove, le più difficili sono quelle che colpiscono il cuore". E ne sottolinea anche la

profondità riflessiva: "Formano famiglie gli spiriti che l'analogia dei gusti, l'identità del progresso morale e l'affetto inducono a riunirsi».

Pertanto, le avversità che si presentano ai membri della famiglia sono sfide superabili che favoriscono la liberazione e la maturazione delle relazioni.



Sapere che siamo chiamati a modificare insieme i nostri comportamenti ci incoraggia a insistere sull'amore coltivato in famiglia e a esercitare la comprensione e il perdono come strumenti indispensabili per il successo del percorso fatto insieme.

Di fronte alle lotte e ai conflitti familiari, amore, accoglienza, perdono, comprensione, perché così "la famiglia si rallegherà di aver salvato alcuni naufraghi che, a loro volta, potranno salvarne altri". Tutti noi, quindi, saremo senza dubbio ricostruiti dai legami familiari.

Lusiane Bahia**Avvocata**



Chiamato a servire: una proposta di autonomia

La vita ci invita costantemente al servizio. Servire non è solo un gesto di generosità, ma un'esigenza essenziale per la crescita personale e spirituale. Tuttavia, affinché il servizio sia autentico ed efficace, è essenziale sviluppare l'autonomia. Essere autonomi non significa essere isolati o sottomessi, ma esercitare una libertà responsabile, capace di orientare le nostre azioni con discernimento e finalità.

Il servizio agli altri, insegnato da varie tradizioni spirituali e filosofiche, è un percorso verso l'auto-conoscenza e la realizzazione personale. Gesù, il maestro per eccellenza, ha evidenziato il dovere e la responsabilità come pilastri dell'evoluzione umana. In questo modo, il servizio diventa un impegno per la propria crescita e per la costruzione di una società più armoniosa.

Per servire in modo autentico è necessario staccarsi dall'ego e ricercare costantemente la coerenza tra ciò che si fa e ciò che si è. L'autenticità nel servizio nasce quando l'individuo riconosce il proprio potenziale e i propri limiti, comprendendo che l'autonomia è un processo continuo di apprendimento e miglioramento. Conoscere se stessi diventa quindi un passo essenziale.

Essere autonomi implica assumersi la responsabilità delle proprie scelte, consapevoli che ogni decisione genera delle conseguenze. Gesù ci ha messo in guardia sull'importanza di non rimandare i nostri doveri, ricordandoci che il momento giusto è il presente. Questa consapevolezza ci conduce a uno stato di vigilanza interiore, consentendoci

di discernere tra l'essenziale e il superfluo. Per seguire questo cammino è fondamentale coltivare serenità e disciplina.

La meditazione si rivela uno strumento prezioso per rafforzare l'autonomia interiore, aiutando a raggiungere l'equilibrio emotivo e la chiarezza mentale di fronte alle avversità. La pratica della riflessione consente di esaminare le motivazioni, correggere i percorsi e migliorare le azioni, promuovendo un servire più consapevole ed efficace.

Un altro aspetto essenziale dell'autonomia è la capacità di distaccarsi dai risultati e dalle aspettative. Spesso cerchiamo riconoscimenti esterni e dimentichiamo che il vero servizio è quello svolto con amore e altruismo. La libertà risiede nel contribuire per il semplice piacere di aiutare, senza controllare le conseguenze. Praticando il distacco sperimentiamo leggerezza e contentezza, rafforzando la nostra autonomia emotiva e spirituale.

L'introspezione è un pilastro indispensabile nel percorso verso l'autonomia. L'auto-conoscenza ti consente di liberarti da convinzioni limitanti e modelli di comportamento che non riflettono la vera essenza del tuo essere. Il percorso verso l'autonomia richiede pazienza, coraggio e concentrazione: virtù fondamentali per un servire consapevole.

Affinché il servizio raggiunga il suo pieno potenziale, è necessaria chiarezza di intenti. La ricerca del riconoscimento può distrarre dalla vera essenza dal servire, trasformandolo in uno strumento dell'ego. Gesù insegnò che il vero servitore si dedica silenziosamente al bene comune.

L'umiltà diventa quindi indispensabile per costruire una vera autonomia. Il concetto di umiltà è direttamente collegato alla coerenza con la propria essenza. Essere umili significa riconoscere con precisione la posizione che si occupa, né in alto né in basso, ma comprendere che da lì è possibile servire con tutte le proprie forze e con tutto ciò che si ha, come esemplificato nella parabola del Buon Samaritano. Servire con autonomia significa agire con equilibrio, senza la necessità di piacere a tutti, ma con la certezza di svolgere un ruolo nel mondo. Ciò richiede maturità emotiva e spirituale, guidando ogni azione con amore ed etica.

La vera libertà nel servizio non significa assenza di responsabilità, ma capacità di scegliere consapevolmente azioni che contribuiscono allo sviluppo personale e collettivo. In questo contesto, l'educazione spirituale gioca un ruolo cruciale, ampliando la percezione che il servire è un'opportunità di crescita e illuminazione, non un obbligo imposto.

Siamo chiamati a servire con autonomia, coltivando responsabilità, etica e amore per gli altri. La vera autonomia nasce dalla auto-conoscenza e dalla consapevolezza che siamo agenti della nostra stessa evoluzione. Quando serviamo con uno scopo e con autenticità, contribuiamo a un mondo più giusto e armonioso, allineandoci allo scopo divino di crescita continua e liberazione interiore.

Adriane Viola Bacarin

Psicóloga Junguiana