

Jornal de Estudos Psicológicos

Ciência, Filosofia e Religião

Transtornos Psicossomáticos: Causas e Terapêuticas

Ana Cecília Rosa

Transtornos psicossomáticos são originados a partir da área extrafísica do indivíduo. Historicamente, civilizações antigas já conheciam este fenômeno e praticavam rituais de cura transcendentes. Para a ciência, Freud foi o primeiro a correlacionar a causa extrafísica (libido) a patologias mentais, abrindo campo para o desenvolvimento da psicologia transpessoal. O Espiritismo, admitindo a reencarnação, expande a visão das causas destes transtornos e propõe alternativas para seu tratamento.

Atualmente, a medicina já reconhece as causas psicológicas na gênese de muitas doenças, admitindo que o estresse emocional é o "grande mal" social. O desequilíbrio mental, causado pelas preocupações, conflitos afetivos e ambições desmedidas, afeta diretamente o funcionamento orgânico, gerando doenças. Entretanto, reconhecer esta correlação não significa a adoção de abordagem terapêutica eficaz. Medicamentos que agem no reestabelecimento dos neurotransmissores e a prescrição de hábitos saudáveis de vida, como exercícios e alimentação balanceada, intervêm apenas no espectro orgânico das disfunções. Admitir que o indivíduo antes de ser humano é espírito, propicia a abordagem holística necessária na busca do reequilíbrio corpo-espírito, única forma real de se atingir a cura completa.

O Espiritismo, reafirmando a eternidade da vida e a reencarnação, confirma ser esta verdade extrafísica (Espírito) causa de diversas doenças, que são oriundas desta atual vivência carnal ou dos desatinos perpetrados nas encarnações progressas. Joanna de Ângelis, em mensagem psicografada

por Divaldo Franco, traz que "O Homem através das realizações, construções mentais e atitudes instala, nos centros da vida pensante, os germes dos

"Qualquer terapia que objetiva a recuperação psicossomática há de fundamentar-se na alegria de viver, na busca da autoconsciência, no esforço



distúrbios que produzem alienações (...), impondo os impostergáveis ressarcimentos pela autopunição, através das psicoses, psiconeuroses, traumas e obsessões que se apresentam de múltiplos aspectos". Assim, a doutrina espírita, ao demonstrar a vida espiritual, oferecemos a mais valiosa terapêutica para as doenças psicossomáticas, ao anular o medo da morte, explicar as causas dos sofrimentos e auxiliar-nos no processo de transformação moral gradual pela Lei da Reencarnação. Acrescentam-se, ainda, a terapia dos fluidos, a evangelhoterapia e a atitude cristã praticada que reequilibra nossos centros vitais.

O amor e as ações nobilitantes fortalecem o Homem com energias positivas, protegendo-o das agressões físicas e espirituais gerando saúde integral.

Ana Cecília Rosa é Médica Pediatra, membro do Centro Espírita Allan Kardec, Campinas-SP, residente no Brasil.

Recuperação

para ajustar-se aos dispositivos existenciais, sem querelas ambiciosas e desnecessárias, nem anseios voluptuosos de prazeres que logo se consomem.

Uma proposta psicoterapêutica válida deve ser estruturada no sentido da descoberta do ser integral e da finalidade existencial que pode ser alcançada por todos.

A cura (...) deverá processar-se mediante a conscientização do paciente, que descobrirá em júbilo o significado do existir e o caminho a trilhar em consciência de paz."

ORIENTAÇÃO TERAPÊUTICA
À luz da Psicologia Espírita
Joanna de Ângelis

FELIZ ANO NOVO!

Nossa **gradidão** a todos os trabalhadores e colaboradores, nacionais e internacionais, pela sua participação na realização do bem, através desta Sociedade.

Gênese Espiritual das Patologias

Manuel Portásio Filho

A medicina terrena ainda está muito longe de descobrir a verdadeira origem das enfermidades por desconhecer-lhe o elemento chave. Kardec já dizia que “quando as ciências médicas levarem em conta a influência do elemento espiritual na economia do ser, grande passo terão dado e novos horizontes se lhes abrirão” (*Obras Póstumas*, Primeira Parte, 9 Ed., São Paulo: Lake, 1989, p. 35).

Reforçando o Codificador, Emmanuel nos ensina que “a grande maioria das doenças tem a sua causa profunda na estrutura semimaterial do corpo espiritual” (*Leis de Amor*, 18 Ed., São Paulo: FEESP, 1997, cap. I, p. 14, q. 2). Isso em decorrência dos desequilíbrios que instalamos em nosso perispírito ao longo da marcha evolutiva, gerando predisposições em determinados órgãos do corpo.

Nosso comportamento negativo, no presente ou no passado, provoca distúrbios no psiquismo, apontando para a necessidade de renovação. Por isso, o próprio Emmanuel viria a dizer que “a patogenicidade é um conjunto de inferioridades do aparelho psíquico” (*O Consolador*, 15 Ed. Brasília: FEB, 1991, p. 96). Nesse diapasão, o corpo físico enfermo é só um reflexo do Espírito doente que o comanda.

Como se disseca essa patologia da alma? “Mágoas, ressentimentos, desesperos, atritos e irritações entretencem crises do pensamento, estabelecendo lesões mentais que culminam em processos patológicos, no corpo e na alma...”, responde Emmanuel (*Leis de Amor*, id., cap. VII, p. 104, q. 2).

Manuel Portásio Filho é Advogado, membro do The Solidarity Spiritist Group, residente em Londres-UK.

As Consequências Mórbitas da Obsessão

Ercília Zilli

Obsessão é a influência que um espírito em desequilíbrio exerce em determinados indivíduos, na mesma faixa de sintonia mental.

Habitualmente, estudamos a obsessão como consequência de relações emocionais mal resolvidas do passado, como mágoa, raiva e rejeição. Também pode ocorrer por afinidade com pensamentos e comportamentos exibidos pelo encarnado, sem o objetivo de perseguição. André

Ensina que, “Vontade é a gerência esclarecida e vigilante, governando todos os setores da ação mental e somente ela é suficientemente forte para sustentar a harmonia do espírito”, refletindo a nossa capacidade de fazer escolhas acertadas ou não. A pessoa que exerce a vontade, que faz escolhas ponderadas e maduras, é pouco suscetível à obsessão. Diferentemente do desejo, a vontade é fruto do autoconhecimento, da autoestima e reflete maturidade espiritual.

Morbidez, que é a tendência para o desequilíbrio de sentimentos, é a simbiose de pensamentos entre encarnados e desencarnados sintônicos e privados do exercício da vontade.

A falta de vínculo afetivo, a agressividade, a competição, o cansaço, a falta de tempo para convívio, características da nossa época, geram o estresse, que favorece os estados de distonias mentais que se projetam sobre o corpo físico. A influência negativa, corrosiva e mórbida mina a motivação e as energias, gerando cansaço, desequilíbrio e irritabilidade, o que aumenta a nossa vulnerabilidade às obsessões.

Estamos no início da era de regeneração planetária preconizada por Kardec e, com a renovação interior e as emoções ajustadas, teremos um novo ciclo de evolução espiritual, em que a obsessão, fruto da vingança e do desamor, não fará mais sentido. Valores como fraternidade, perdão, ética e fé, serão a força propulsora dessa nova fase da humanidade.

Ercília Zilli é Presidente da ABRAPE - Associação Brasileira de Psicólogos Espíritas, Apresentadora do Programa Novos Rumos - Rádio Boa Nova, Psicóloga Clínica, residente em São Paulo, Brasil.



Expediente

Jornalista

João Batista Cabral - Mtb nº 625

Edição

Evanise M Zwirtes

Colaboração

Adenáuer Novaes
 Maria Angélica de Mattos
 Maria Novelli
 Cricieli Zanescio
 Christina Renner
 Maria Madalena Bonsaver
 Lenéa Bonsaver
 Valle García Bermejo
 Nicola Paolo Colameo
 Greisse Nilly Fernandes Blayac
 Sophie Giusti

Reportagem

Ana Cecília Rosa
 Manuel Portásio Filho
 Ercília Zilli
 Adenáuer Novaes
 Evanise M Zwirtes
 Sonia Theodoro da Silva

Design Gráfico

Kelley Cristina Alves

Impressão

Tiragem: 2500 exemplares

Reuniões de Estudos (Em Português)

Domingos - 05.45pm - 09.00pm
Segundas - 07.00pm - 09.00pm
Quartas - 07.00pm - 09.30pm
 BISHOP CREIGHTON HOUSE
 378, Lillie Road - SW6 7PH
 Informações: 0207 371 1730
 spiritist.psychologicalsociety@virgin.net
www.spiritistps.org
 Sociedade Registrada sob Nº. 1137238

Doença: Cura da Alma**Adenáuer Novaes**

A civilização cristã entronizou o sofrimento como meio de alcance da elevação espiritual. Não são poucos os símbolos que atestam isso (a crucificação, as penitências etc.). O Espiritismo, em boa hora, considerou o sofrimento como consequência de causas passadas



ou atuais, desmistificando seu valor como proposta de crescimento espiritual. Sofrer não é garantia de desenvolvimento do Espírito, mas sinal de que algo, em sua intimidade, necessita ser considerado e que merece reflexão.

O que considerar em face da doença, cuja eclosão é a razão do sofrimento humano? Saber as causas da doença contribui para sua cura, porém pode não ser suficiente para a compreensão de seu significado, ocorrência que evita o sofrimento. Faz-se necessário, diante da dor e do sofrimento, questionar-se para quê sua ocorrência. Normalmente pergunta-se por quê, geralmente associando-se doença a erro ou pecado. Não se pode esquecer que o corpo também adoce sem que se tenha feito nada de errado, pois se trata de um organismo e, como tal, está sujeito ao meio, que naturalmente o agride.

O que dizer diante da crucificação de Jesus? Seria consequência de erros passados, ou se trata de contingência do momento, con-

cernente a um propósito a ser alcançado? Diante da dor e da doença, deve-se estar atento à finalidade e não apenas à causalidade. Ao descobrir o sentido de uma doença, ela se torna fator de construção de uma nova realidade, pois, uma doen-

ça, qualquer que seja, não é suficiente para levar o Espírito à perfeição.

O processo de autotransformação não acontece porque a pessoa adoeceu, mas a partir de experiências a serem vividas num novo cenário promovido pelas reflexões em torno da finalidade desta ou daquela doença. A doença do corpo pode se originar das morbidades da alma e, quando assim é, faz-se necessário a própria alma se conhecer para entender os mecanismos divinos de sua cura. A não compreensão de si mesmo, isto é, a ignorância do Espírito, é o grande fator de adoecimento da alma.

Diante da doença, portanto, busque curar o corpo, a alma e, principalmente, plasmar em sua mente uma nova percepção do mundo, da realidade, enfim, do Universo que o cerca.

Adenáuer Novaes é Psicólogo Clínico, um dos diretores da Fundação Lar Harmonia, Salvador-BA; Apresentador do Programa Alquimia da Alma -Rádio Boa Nova, residente no Brasil.

Autodesobsessão**Evanise M Zwirtes**

Allan Kardec, em *Obras Póstumas*, elucida que "o homem não raramente é o obsessivo de si mesmo". As ideias fixas, negativas, se mantidas, geram os pensamentos e comportamentos obsessivos.

Pensamentos e estados emocionais negativos criam zonas mórbidas em nosso campo mental. Lembramos que a ideia é um ser organizado por nós (espíritos), a que o pensamento dá forma e ao qual a vontade imprime movimento e direção. Como nossas ações são fruto de nossas ideias, geramos, para nós mesmos, a felicidade ou a desventura, a saúde ou a doença. Quando não elaboramos nosso mundo íntimo adequadamente, porque não aprendemos ou não queremos, ficamos vulneráveis às influências exteriores, sejam de encarnados, sejam de desencarnados. Segundo Joanna de Ângelis, no livro *Após a Tempestade*, "apenas seremos atingidos nas fraquezas que necessitamos fortalecer".

Autodesobsessão é sinônimo de autotransformação, de auto-educação. É o ser humano aprendendo a dominar seus comportamentos limitadores, sejam mentais, emocionais ou atitudinais. A própria pessoa promove a sua desobsessão através da modificação dos hábitos mentais e comportamentais negativos, escolhendo atitudes proativas.

Na visão espírita, a saúde espiritual deve ser entendida a partir da tríplice realidade do ser humano: Espírito-perispírito-corpo. O primeiro é a essência inteligente, imortal e indestrutível. A cura, da mesma forma, deve ocorrer nos três níveis e apenas será profunda, verdadeira e permanente se o processo espiritual principal for sanado, isto é, se a aprendizagem for vivenciada com resignação e persistência, atualizando, assim, o ser integral.

Autodesobsessão é, em todos os sentidos, um processo de libertação espiritual, portanto, de saúde.

Evanise M Zwirtes é Psicoterapeuta, Coordenadora do The Spiritist Psychological Society, residente em Londres-UK.

Evangelhoterapia

Sonia Theodoro da Silva

Os séculos 19 e 20 caracterizaram-se pelo recrudescimento dos conflitos humanos que engendraram um panorama extremamente desconcertante e aflitivo, quando comparados, durante o mesmo período, às realizações científicas, filosóficas, sociais e artísticas. O ser humano, exibindo, de forma clara e sem rebuscamentos, os seus erros e delitos, parece buscar, com o mesmo empenho, soluções para os dramas que o aturdem. Herdeiro de suas próprias inquietações, tem ido ao encontro de respostas para os dramas existenciais que a tecnologia avançada, com todo o seu *glamour* e eficiência, não logrou equacionar; ao contrário, parece potencializar os mecanismos de fuga diante da realidade que se exhibe, clara e sem rebuscamentos: trazemos fissuras morais graves que se acentuam a cada dia, e que não acompanham, no mesmo ritmo, o progresso científico. A primeira década do século 21, prestes a se encerrar, embora escolhida, pela ONU, para ser a Década da Cultura de Paz, demonstrou ser uma das mais violentas, pois herdou, dos séculos anteriores, a mesma psicofera restritiva de valores morais elevados e de ausência de respeito pela Vida, manifesta de todas as formas.

Realmente vivemos a transição tão contundentemente proclamada por Jesus e pelos Espíritos Superiores de todos os tempos. Questões recorrentes, como as que o Existencialismo propôs, convergem hoje não para o niilismo feroz, mas para a Filosofia de Luz, a Espírita: quem somos, porque existimos, de onde viemos, para onde caminhamos; e muitas outras podem ser respondidas de maneira simples e clara. As anomalias de toda a sorte, o desgoverno íntimo, a fragmentação de nossos sentimentos, são apenas um viés desse panorama doloroso que tende a encaminhar o homem para uma só direção: o necessário encontro consigo mesmo. E o Evangelho de Jesus de Nazaré, iluminado pelas luzes da Sua Doutrina, poderá fazer esse papel: iluminação das consciências que hoje jazem na incompreensão, na ignorância, nas aflições, renovando-lhes a esperança.

Sigamos, pois, o convite de Jesus, delineado numa das passagens mais belas de *O Evangelho segundo o Espiritismo*, "Lei de Amor": *quando a adotarem para regra de conduta e para base de suas instituições, os homens compreenderão a verdadeira fraternidade e farão que entre eles reinem a paz e a justiça. Não mais haverá ódios, nem dissensões, mas, tão somente, união, concórdia e benevolência mútua.*

Sonia Theodoro da Silva é autora do Projeto Estudos Filosóficos Espíritas, colabora nas Casas André Luiz, residente em São Paulo, Brasil.

