

Giornale di Studi Psicologici

Scienza, Filosofia e Religione

Reincarnazione: Processo Terapeutico

Albert Einstein insegna che "tutto ciò che l'Uomo ignora non esiste per lui. Per questo, l'Universo di ognuno si limita alla dimensione della propria conoscenza."



Il Dizionario Michaelis definisce la reincarnazione come "l'atto o effetto di reincarnare; secondo molte sette orientali e secondo lo Spiritismo, fenomeno dove l'anima umana, staccata dal corpo a causa della morte, va, dopo un tempo più o meno lungo, ad alloggiarsi in un altro corpo umano."

Anche se la reincarnazione è una teoria diffusa nel mondo, nel tempo e nello spazio, i modelli reincarnazionisti variano nelle diverse filosofie e religioni. Secondo gli studi spiritisti, evolucionisti, la reincarnazione si basa sull'immortalità dell'anima, sulla pluralità delle esistenze, sulla giustizia e bontà di Dio verso gli uomini. I processi di reincarnazione sono diversi a seconda dell'individualità delle coscienze in evoluzione, considerando il passato delle esperienze vissute, praticando il libero arbitrio.

Con lo sguardo transpersonale della Vita, la memoria dell'individualità risiede nell'intimità

dello Spirito, nel suo archivio permanente. Funzione psichica delle più delicate. Capacità che lo Spirito possiede, nelle sue esistenze, di fissare, conservare, evocare, riconoscere e localizzare, in forma

di ricordo. Una delle difficoltà dell'Anima, la cui manifestazione avviene per mezzo del perispirito. La facoltà di ricordare è l'agente che, nell'evoluzione, ci libera o ci imprigiona dinanzi ai successi e agli errori.

Lo Spirito umano valuta costantemente i concetti, attraverso le reincarnazioni. Esso cammina a grandi passi verso l'incontro, ogni volta più urgenti, con se stesso, incontro questo posticipato per tante incarnazioni. I conflitti inconsci, la paura di trovarsi con la sua ombra, la paura di perdere il controllo, la costante competizione del mondo moderno immergono l'essere umano senza conoscenze spirituali basiche in un vagare, senza incontrare soluzioni razionali, creando una sensazione di vuoto, angoscia e tristezza, che si aggiungono ai conflitti già esistenti e finiscono per generare comportamenti psichici anormali come forma di difesa e di fuga.

Per facilitare il cambiamento

del comportamento, è necessario offrire qualcosa allo Spirito umano, un insieme di argomenti e motivi affinché esso susciti in se stesso il desiderio di cambiare il modo di pensare e agire verso se stesso e gli altri. Questo perché chi soffre vive l'illusione costruita nella sua mente e nelle sue emozioni, ignorando la transitorietà delle esperienze.

Capire noi stessi e gli altri è in gran parte una questione di capire il nostro proprio psichismo millenario e imparare a gestire i nostri problemi, sviluppando l'autonomia per gestire i contenuti interni, personali. La nostra insoddisfazione non è responsabilità dei fattori esterni: deriva dalla nostra incapacità di capire i nostri pensieri e sentimenti irrazionali, che generano desideri ed emozioni contrastanti con la realtà. È fondamentale capire, disciplinare, educare e trascendere i paradigmi sfortunati per raggiungere l'autorealizzazione atemporale.

Il nostro pensiero ha maturato per millenni a livelli primitivi. A poco a poco gli stiamo dando una nuova direzione. I successivi apprendimenti hanno arricchito la nostra mente con esperienze diverse e la nostra emissione mentale è migliorata. Anche così, c'è voluto del tempo per capire che il controllo del nostro pensiero è una nostra responsabilità esclusiva. Questa nuova comprensione è fondamentale per il nostro destino. La conquista del discernimento spirituale nelle nostre menti esprime la certezza che Dio è amore.

Evanise M Zwirtes

Psicoterapeuta

Conflitti: Necessari o non necessari?

Nel fronteggiare un conflitto come un incontro con una situazione che provoca una opposizione interna o esterna, si può affermare che si tratta di qualcosa che genererà un qualche tipo di apprendimento. È esattamente nelle situazioni di conflitto, considerato come un incontro tra gli opposti, che la vita avviene. Quando il conflitto può essere evitato senza che si posticipi la dissoluzione completa della tensione esistente, significa che la situazione generata avrà già avuto il suo nucleo svelato e la sua lezione già appresa.

Molti conflitti, anziché essere risolti, hanno le loro soluzioni posticipate quando lo Spirito ha l'abitudine di fuggire dal confronto necessario, spesso allegando la necessità di stare in pace. Quando il confronto interno, già divenuto esplicito dal verificarsi del conflitto, è passivamente evitato, l'apprendimento si dilunga, tante volte, e viene trasferito ad un'altra incarnazione successiva. Se il conflitto appare nella coscienza, anche se può essere evitato, non si può trascurare il fatto che esso non punti verso qualcosa inconsapevole che necessita essere conosciuto e che ancora non è stato internamente risolto. Nessuno può sfuggire a se stesso, tanto meno del conflitto tra gli opposti poiché l'evoluzione dello Spirito richiede che, dall'intimità dell'anima, l'impulso per la vita, nelle esperienze che vive, gli

renda consapevole la sua vera essenza. Quando una situazione del conflitto si è delineata, preoccupando la coscienza, la saggezza deve intervenire per valutare se il danno può essere evitato all'altro; così, la soluzione

**Superando Conflitti**

Nell'analizzare la questione della sofferenza umana, Carl Gustav Jung ha affermato che "bisogna sopportarla" e che l'unico modo di sopportarla sarebbe superandola. Stabilendo un parallelo con i conflitti umani, superarli in modo consapevole e maturo significa gestirli nella loro dimensione reale, verificare le sorgenti da dove provengono e strutturare la personalità in modo da proporre l'apprendimento necessario.

Uno dei punti più importanti in questo processo sarebbe quello di accettarli come un aspetto naturale dell'esistenza poiché l'energia che si spende tentando negarli o estirparli con un colpo di bacchetta magica, non fa in modo che cessino di esistere. Non si tratta di un'accettazione passiva, il che sarebbe patologica, ma di quella che Joanna de Ângelis chiama di "resignazione attiva", che ci spinge a rivedere la propria biografia, rielaborare i conflitti e risignificarli.

Come molti dei conflitti provengono dai rapporti, specialmente quelli familiari, a causa dell'energia affettiva in essi presenti, si rende necessario verificare in quali aspetti permettiamo che la nostra vita diventi prigioniera di ciò che ci hanno fatto, portandoci all'autovittimizzazione. Molte persone si sorprendono quando fanno un tuffo onesto e sincero nei loro conflitti e si rendono conto che non sempre il conflitto è sorto dall'atteggiamento altrui, ma principalmente dall'interpretazione personale dei fatti. E anche nei casi in cui la responsabilità altrui è evidente, la terapia dell'amore, sotto forma di perdono, è la medicina salutare per il superamento dei conflitti.

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junguiano



trovata deve favorire l'apprendimento reciproco senza che sia necessario un atteggiamento egoista, vendicativo o che promuova il potere sull'altro. Nel senso dell'imperiosa necessità che gli opposti siano integrati e che lo Spirito debba imparare vivendo esperienze, senza ausentarsi, i conflitti sono parte integrante dei processi di sviluppo della personalità alla quale si è sottomessi. Ogni volta che un conflitto viene identificato e che pertanto richiede una soluzione adeguata mirando all'apprendimento di tutti i soggetti coinvolti, il migliore atteggiamento da avere è quello dove l'amore si fa presente perché dove esso si trova, Dio avviene nella sua pienezza.

Adenauer Novaes

Psicologo Clínico

Sezione Editoriale**Giornalista**

João Batista Cabral - Mtb n° 625

Editoriale

Evanise M Zwirtes

Collaborazione

Maria A de Mattos - Revisore
 Maria Novelli - Traduzione in Inglese
 Cricieli Zanesco - Traduzione in Inglese
 Karen Dittrich - Traduzione in Tedesco
 Hannelore P. Ribeiro - Traduzione in Tedesco
 Maria M Bonsaver - Traduzione in Spagnolo
 Lenéa Bonsaver - Traduzione in Spagnolo
 María V. G. Bermejo - Traduzione in Spagnolo
 Nicola P Colameo - Traduzione in Italiano
 Sophie Giusti - Traduzione in Francese
 Irène Gootjes - Traduzione in Francese
 Andrei Latinnik - Traduzione in Russo
 Natalia Latinnik - Traduzione in Russo
 Spartak Severin - Traduzione in Russo

In Redazione

Evanise M Zwirtes
 Adenauer Novaes
 Cláudio Sinoti
 Iris Sinoti
 Davidson Lemela
 Sonia Theodoro da Silva

Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

Stampa

Tiratura:
 2500 copie - Portoghese
 1000 copie - Inglese

Riunioni di Studio (In portoghese)

Domenica - Ore 17.45 - 21.00
Lunedì - Ore 19.00 - 21.00
Mercoledì - Ore 19.00 - 21.00

Riunioni di Studio (In Inglese)

Mercoledì - Ore 17.20 - 18.20

Reunioni Privata

Giovedì - Ore 09:00 - 10.30

BISHOP CREIGHTON HOUSE
 378, Lillie Road - SW6 7PH - London
 Per informazioni: 0207 371 1730
 E-mail: spiritistps@gmail.com
<http://www.spiritistps.org>
 Società Registrata sotto il No. 07280490.
 Organizzazione caritativa Registrata
 sotto il No. 1137238

Atteggiamenti Proattivi

Nel suo processo di sviluppo, l'uomo ha imparato di più a reagire che ad agire, e questo sin dai primordi, quando la vita era fondamentalmente morire o sopravvivere. Ma nel corso delle ere, il cervello umano ha subito dei cambiamenti e con lo sviluppo dell'intelligenza ha conquistato il libero arbitrio.

Ora non è più necessario lasciare che l'istinto conduca le nostre vite, e non dobbiamo reagire alle situazioni come se esse minacciassero la nostra esistenza fisica. Ma siccome ancora c'è la predominanza dell'ego, reagiamo alla vita perché temiamo di perdere il nostro potere. Non apparire ciò che crediamo di essere causa tanta paura quanto un animale selvaggio causerebbe se provasse ad attaccarci.

Quando capiamo che il libero arbitrio ci proporziona potere di scelta e che effettivamente possiamo modificare il nostro comportamento, smetteremo di reagire come vittime della vita e adotteremo un comportamento molto più responsabile dinanzi alla grandezza dell'esistenza. Saremo molto più partecipativi nella nostra evoluzione, nel pianeta in cui abitiamo e affronteremo le situazioni della vita con la fiducia di quelli che possiedono la fede. Riconosceremo i nostri errori perché ci starà a cuore imparare con loro per insegnare ai nostri figli. Vedremo la vita come una meravigliosa scuola, dove useremo saggiamente il tempo e vivremo facendo sempre il meglio possibile. I problemi saranno le nostre scale verso l'incontro con le soluzioni. Quindi, avremo atteggiamenti favorevoli e non contrari alla vita.

Iris Sinoti**Terapeuta Junghiana****Come Autodeterminarsi?**

Autodeterminarsi significa emancipare la ragione e riuscire a dire "no" senza colpa, o scegliere dire "sì", non perché siamo buoni ma perché certamente è stata la scelta migliore.

Non possiamo essere gli altri, così come non possiamo vivere negli altri, come pure non possiamo essere ciò che gli altri vogliono che

Avrete già notato quanto sia difficile non giudicare? Potremmo dire che è impossibile. Quando giudichiamo, esercitiamo il diritto di decidere su noi stessi, sulla nostra vita, sugli altri e sul futuro. Giudichiamo quando scegliamo una maglietta sulla mensola di un negozio, quando decidiamo qual è la miglior strada da seguire o

quando scegliamo le nostre amicizie. Giudicare significa esercitare il nostro libero arbitrio, è la misura della nostra libertà, è quando infine possiamo decidere se è più prudente dire "sì" o "no".

Allora come conciliare la nostra libertà di giudicare e decidere secondo la proposta evangelica?

Credo che il lettore attento

avrà già notato dove voglio arrivare. Non devo giudicare le persone, ma le loro azioni in conformità con i valori e l'etica, pertanto io giudico me stesso per assicurare che le mie parole, sentimenti e atteggiamenti siano assertive.

Purtroppo ciò che di regola facciamo è giudicare gli altri e condannarli, ed è su questo punto che l'apostolo ci avverte.

Il bene più grande che possiamo fare a noi stessi e agli altri è autodeterminarsi.

Davidson Lemela**Neuropsicologo**

siamo poiché non siamo ciò che desiderano.

Il leader politico e militare, imperatore di Francia, Napoleone Bonaparte nella sua celebre frase "Niente è più difficile e, dunque, più prezioso della capacità di decidere" rivela la nostra paura di prendere decisioni e l'insicurezza che possano non essere così assertive. Ma non c'è da preoccuparsi, non siete soli!

La colpa per questa situazione è dovuta in buona parte alla falsa interpretazione delle lezioni delle dottrine giudaico-cristiane. Nel Vangelo di Matteo, cap. VII, l'evangelista scrisse: *"Non giudicate, per non essere giudicati; perché col giudizio con cui giudicate sarete giudicati; e con la misura con la quale misurate sarete misurati."*



Fiducia Nella Vita

La parola *confiança* in portoghese proviene dal latino CONFIDENTIA, da CONFIDERE, "credere pienamente, con fermezza", composta da COM, intensificativo, più FIDERE, "credere", che deriva da FIDES "fede". La stessa etimologia viene trovata in inglese, CONFIDENCE, anche questo proveniente dal latino; in francese, CONFIANCE; in italiano, FIDUCIA, da FIDERE, la stessa traduzione di cui sopra; in spagnolo CONFIANZA, e così via. In questo modo possiamo capire che il vocabolo ci riporta ad un atteggiamento universale di certezza, convinzione, fermezza, forza, sicurezza, e ancora, speranza, fede, ottimismo, e ancora, animo e resistenza. Senza dubbio alcune delle parole influenzano le nostre vite e funzionano da stimolo al nostro comportamento dinanzi alle avversità.

Tuttavia, le parole e gli stimoli da esse suscitate non devono essere prese solo come pillole di ottimismo, come se fossero dei farmaci miracolosi che ci presentano le soluzioni dei problemi. Parole sono il risultato delle elaborazioni del pensiero e, come tali, devono esprimere i buoni sentimenti che ci portiamo appresso. Quando diciamo questo, non stiamo affermando che l'autoaiuto sarebbe efficace come una terapia immediata poiché come tale funziona come un analgesico, non curando le infermità dell'anima.

Nel documentario *Philosophy: A Guide to Happiness*, proveniente dal suo libro *Le consolazioni della Filosofia*, il filosofo svizzero Alain de Botton mette in evidenza sei grandi pensatori sui temi importanti del nostro quotidiano, e evidenziamo Socrate con l'autofiducia: "Socrate camminava per il mercato e parlava con le persone domandando sul senso della vita, in un modo molto

interessante però molto irritante.

Se chiedete spiegazioni sulle credenze delle persone, queste tante volte reagiscono aggressivamente. Socrate non aveva tali inibizioni. Lui preferiva essere considerato contundente, invece che permettere che i suoi compagni continuassero ad avere una vita spensierata. La sua intenzione era fare in modo che tutti rivalutassero le loro credenze, e credeva che tutti avessero il dovere di riflettere sulle loro vite, e che tutti noi abbiamo la capacità per farlo."

Socrate ha pagato un prezzo alto per aver aiutato le persone a pensare, a valutare l'inconsistenza delle loro esistenze, e a stimolarli a cambiare i loro poveri obiettivi (nel caso avessero), poveri perché incentrati appena sul presente.

La fiducia sorge giustamente quando sappiamo per deduzione filosofica chi siamo, o cosa stiamo facendo da questa parte e verso dove andiamo. Quando approfondiamo queste deduzioni, con l'aiuto della Filosofia Spiritica, questo universo si espande. Non siamo solo cittadini di un paese, siamo cittadini dell'Universo. Le nostre vite non si limitano al momento presente: scopriamo che siamo eredi delle conquiste del passato reincarnatorio mentre ci

incamminiamo verso un futuro pieno di promesse realizzabili: impariamo che tutto passa, nel dire dello Spirito Emmanuel (perfino le opportunità mancate). Per questo, sappiamo che drammi personali hanno una loro durata e che le realizzazioni, a loro volta, devono espandersi nel senso di



incamminarsi con una tranquillità morale assoluta.

Oggi transitiamo in un mondo pieno di conflitti che riproducono psicopatologie individuali. Ovviamente risulta difficile fidarsi di questa costruzione. Tuttavia, abbiamo l'eternità dinanzi a noi e il momento attuale per costruirlo nel miglior modo possibile, con la certezza che possiamo contare sullo stimolo e protezione degli Spiriti che ci vogliono bene.

Sonia Theodoro da Silva

laureanda in Filosofia