

# Periódico de Estudios Psicológicos

Ciencia, Filosofía y Religión

## Ansiedad, tristeza, miedo, desánimo y mediumnidad

Entre las inúmeras categorías de experiencias que envuelve a la criatura humana, tenemos en la mediumnidad una vivencia diferenciada, pues aquello que la poseen en algún grado pasa a

el médium transita entre lo éxtasis espiritual y las emociones sombrías, encontrando formas de discernir y relacionarse, buscando plenificarse en la tarea en lugar de sucumbir a la enfermedad de la facultad y de sus fuerza psicológicas.

Algunos

síntomas

características de la actualidad pueden hacer parte de estas "visitas inconvenientes", como la ansiedad, el miedo, la tristeza y el desánimo.

cuadros de emociones primitivas (porque

relación al largo futuro al inmediato), una especie de miedo crónico, difuso (sin un objetivo claro) y omnipresente. Esa inquietud que te aparta de una experiencia plena con el presente. Según Juana de Ângelis, sería una inconsciencia en relación a las adquisiciones *planificadoras de la vida*.

La tristeza y el desánimo son herramientas necesarias para la revalorización de la conciencia, el estímulo inicial para cambios. Ya *como forma de vida*, caracteriza el ser que se aparta de las posibilidades de realizaciones personales (y espirituales), *inconscientemente* saboteando las propias fuerzas para no pagar el precio sacrificial (y transformador) del proceso. Atribuirse bajo valor es asumir no querer luchar. Pero no se puede reducir el cuadro a una especie de simulación, pues es un trastorno grave, posiblemente de matrices espirituales y obsesivas de largo plazo.

Ante todo, el médium en entrenamiento tiene que cuidar para no identificarse con esas emociones. Pero cómo saber si lidiamos con contenido personales trabajando las emociones de otros, oriundas del ambiente? La respuesta solo se podrá obtener a través del autoconocimiento psicológico y de la educación mediúmnica – ejercicios que se extienden a lo largo de la vida (y además de la).

Definitivamente no hay mediumnidad segura sin la práctica responsable y caritativa, sin la "ciencia de vivir", sin la educación moral y la sumersión en los propios pensamientos, emociones y sentimientos. Adquisiciones eternas, esos son los verdaderos *tesoros escondidos* en la experiencia del Espíritu inmortal en medio al mundo de las formas perecederas.

**Alexandre Fontoura dos Santos**

**Psicólogo**



convertirse con toda suerte de fuerzas en contenidos que se presentan en la inmensidad interior de la humanidad – impulsos sanos y destructivos, vicios y virtudes, pensamientos y sentimientos recalcados, deseos y voluntad *consciente e inconscientemente* cultivados, etc. Su afloramiento de repente puede ser un marco en la formación de personalidad, entrando en un universo de vibraciones, bendiciones y peligros, posibilidades y responsabilidades. Y si el sujeto en sí ya se encuentra en el desafío psicológico de descifrarse, ¿qué dirá *cuando esté en íntima relación con los aspectos que animan a la colectividad*?

Todos los aspectos que aún no están bien trabajados en el ámbito de la *vida interior* podríamos llamar de *Sombras humanas*, o "pantanales del alma", como nombró James Hollis.

Por el hecho de presentar un sistema nervioso y endócrino que conduce con alta sensibilidad de fuerzas y vibraciones (que son traducidas en sensaciones, pensamientos, y sentimientos distintos),

básicas), da forma de una verdadera pandemia subjetiva en la posmodernidad, sea en el desgobierno íntimo del individuo, sea por los cuadros obsesivos inherentes a esos sufrimientos.

Emociones de cierta forma necesaria, su pretensión desaparición no representaría un cuadro saludable, una vez que tenga función de alertar a algo. El peligro reside en un cuadro crónico, cuando dominan el ser, que pasa a vivir bajo el guante de emociones desconcertadas, eclipsando capacidades y posibilidades felices que estarían en la trayectoria de su experiencia terrenal.

El miedo persistente moldea el sujeto a una experiencia distorsionada de sí mismo, donde va corroyendo capacidades y afectando la auto identidad, llevando al cálculo exagerado de acciones que deberían ser comunes; o entonces llevando compensaciones impulsivas y agresivas, hasta incluso paranoicas.

Vamos a entender la ansiedad patológica como tensión previa (en

## Sensibilidad humana. Niveles de conciencia mediúmnica

La sensibilidad mediúmnica, al respecto de la facultad humana, extrapolar cualquier creencia, siendo aquella que permite un intercambio con las fuerzas espirituales, en formas y expresiones variadas. No posee una vinculación directa con la moralidad del individuo, haciendo

A nivel de "dormir con sueño" hay un poco más de participación de la voluntad egoica, aunque aún sin un mayor tamiz de la conciencia. Sería como un médium desajustado, que aun sabiendo está actuando de una manera equivocada, abriendo espacio a fuerzas des gobernadas, en eso se complace.

La madurez, el estudio y la voluntad de transformación permiten que la facultad sea canalizada de forma más consciente, llevando a alcanzar un tercer nivel: el de "Dormir Despierto". Aún no es el nivel ideal, promoviendo algunas frustraciones y caídas, provenientes de distracciones y de la propia sombra a trabajar, pero que luego son percibidas y reajustadas, hasta que el individuo pueda tener un mayor control el

poder de administración de su sensibilidad.

La perseverancia en los propósitos, el aprofundamiento en la propia transformación es el desarrollo de las virtudes que conduce a nivel de "Conciencia de Sí". Ese nivel permite un profundo intercambio con las fuerzas espirituales de la vida, no más en la condición de fantoche, sino de alteridad, en las cuales se producen las más bellas y profundas construcciones humanas.

El grado máximo de la sensibilidad asociada a la conciencia es el "Nivel de Conciencia Cósmica", en el que Jesús declara: "Yo y el Padre somos Uno"!

Cláudio Sinoti

Terapeuta Junuiano

## Asedio espiritual y auto responsabilidad

"Es necesario vigilar las nacientes del corazón o de donde proceden los buenos como los malos pensamientos, a fin de mantenerte en sintonía con el Padre y no con el espíritu del mal". Jesús dice estas palabras a Pedro, después de que esté permitido que Dios conduzca su pensamiento.

Por lo tanto, ante el miedo de Pedro a los acontecimientos del Calvario, Jesús señaló que el discípulo fue instrumento de Satanás, el Espíritu infeliz que busca ser estorvo en relación al ministerio de liberación de las criaturas.

Cada uno es responsable por los contenidos que producen, pero también por lo que consume y abriga en sí. El que se busca, los ideales que son perseguidos, definen el tipo de conexión, de vínculo, que se establece.

Sintonías espirituales inferiores, los llamados asedios espirituales, son permisiones generadas desde el pensamientos no vigilados, que adentran padrones vibratorias equivalentes y, a partir de ahí, intercambios son establecidos, generando efectos dañosos a ambas partes.

La perturbación del discernimiento, la confusión mental, las ideas desanimadoras son responsabilidad del que generan esas incitaciones, pero también de los que propagan y permiten la insistencia en sí.

Así, de imprescindible es la lectura edificante, la oración, la buena conversación, la música inspiradora, la acción en el bien, la palabra de paz es consoladora, pues son instrumentos conductores de los pensamientos, de las palabras y de los actos a Dios, apartando las nacientes del corazón de las sugerencia del mal.

Lusiane Bahia

Abogada



con que ni siempre están al servicio de noble propósito, o que va a depender del nivel de conciencia de aquel que la expresa.

En ese sentido, es posible establecer paralelos entre los diversos niveles de conciencia y la forma como la sensibilidad es conducida en ese nivel. Recordamos que se trata más de la forma que de la intensidad de la facultad, en fase de no estar directamente conectadas.

A nivel de "dormir sin sueños", la sensibilidad mediúmnica transforma al individuo en un fantoche a servicio de la inteligencia que consigue manipular. Se vuelve extremadamente peligroso y destructivo, pues no recibiendo filtro del buen sentido y de la autocrítica, lleva a acciones disociadas de la propia conciencia.



### Expediente

#### Periodistas

Rita de Cássia Escobar

#### Edición

Evanise M Zwirtes

#### Colaboración

Maria A de Mattos - Crítico  
Cintia C. dos Santos - Traducción Inglés  
Karen Dittrich - Traducción al Alemán  
Hannelore P. Ribeiro - Traducción Alemán  
Clarivel D. Gimenez - Traducción Español  
Lorena S. Pastor - Revisión Español  
Nicola P. Colameo - Traducción Italiano  
Seweryna Akpabio-klementowska -  
Tłumaczenie na język polski

#### Reportage

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

#### Design Gráfico

Evanise M Zwirtes

#### Reuniones de Estudios em los

(Em Português)

**Sábados:** 05.00pm - 07.00pm

**Domingos:** 08.00pm - 09.30pm

**Miércoles:** 08.00pm - 09.30pm

**Lunes:** 08.00pm - 09.30pm

#### Reuniones de Estudios em los

(Em Inglês)

**Miércoles:** 06.00pm - 07.00pm

BISHOP CREIGHTON HOUSE  
378, Lillie Road - SW6 7PH - London  
Informaciones: + 44 0778484 0671  
E-mail: spiritistps@gmail.com  
**www.spiritistps.org**  
Registered Charity N° 1137238  
Registered Company N° 07280490

## Equilibrio psíquico o mediúmnico

El Espiritismo, considerado peligroso por algunos, maravilloso por otros, es necesario ser bien comprendido para ser bien trabajado entonces, traerá beneficios a todos.

Muchas personas buscan aventurarse en experiencias con el plano espiritual sin el preparo adecuado y terminan pasando por experiencias difíciles como consecuencia del desequilibrio en el que se encuentran.

Léon Denis, en el libro "En el Invisible", el capítulo intitulado "Educación y función de los médiums", nos afirma que "Nada verdaderamente importante si se adquiere sin trabajo", como que afirmandonos que, si quisiéramos alcanzar el equilibrio psíquico o mediumnico, urgente se hace que comencemos a trabajar los contenidos que traemos en nuestro interior.

En este mismo libro, el apóstol del espiritismo nos enseña que, al entrar en contacto con el plano espiritual, cada uno de nosotros atraemos seres en afinidad con nuestro propio estado moral y mental. No obstante, este intercambio no ocurre solamente con aquellos que manifiestan la mediumnidad de manera más ostensiva, ya que todas las personas, con mayor o menor intensidad, influencia y es influenciado por el plano espiritual.

Por lo tanto, si deseamos conquistar equilibrio psíquico o mediumnico, urgente se hace que busquemos mirar para nuestro propio ser y alinear nuestro caminar de acuerdo con los preceptos enseñados por el Maestro Jesús. La búsqueda por conocimiento asociada a la elevación moral, ciertamente traerán la protección, el equilibrio psíquico o mediúmnico, que todos almejamos.

**Dra. Livia C. Poli**

**Médica**

## Trance mediúmnico es el estado alterado de conciencia

Durante el trance mediúmnico el individuo se encuentra en un estado alterado de consciencia supranormal. En ese estado él es capaz de potencializar sus habilidades paranormales y reproducir fenómenos que se escapan a la comprensión intelectual académica, pues no tiene un aspecto físico, objetivo, es una experiencia extra sensorial, por eso no puede ser medido o testado según los estándares de la ciencia organicista.

Otras experiencias trascendentales también provocan estado de alteración de consciencia como meditación profunda, telepatía, premonición, hipnosis, regresión de memoria, etc.

El psiquiatra suízo Jung, al estudiar los estados alterados de conciencia a través de la médium Helena, confirmó hay tese de que en ese estado, partes disociadas del inconsciente pueden ser manifestar por medio de alucinaciones y presentarse en sesiones mediúmnicas como espíritus desencarnados.

Para él, las secciones con la médium fueron interesantes porque revelan la existencia de una dimensión inconsciente. Jung entendió que nuestro inconsciente es habilidoso y puede acceder a niveles superiores a su normal, provocando los estados alterados de la consciencia. Alrededor de 1919, Jung publica un trabajo cuyo título sugestivo es Fundamentos Psicológicos de la Creencia en los Espíritus y lo presenta en la Sociedad Británica de Investigaciones Psíquicas.

El escritor Herminio Miranda, comenta en su libro La Memoria y el Tiempo, que en los fenómenos de estados alterados de conciencia, ocurre un aflojamiento de los lazos que unen el espíritu al cuerpo. El

alma se libera parcialmente del vehículo denso, entrando en una condición que se parece al sueño profundo, con todo eso se encuentra consciente. Ese fenómeno es también conocido



como estado de hipnagógico, cuando el neocórtex muestra frecuencias bajas, por lo tanto con alta amplitud. Una semilibertad ocurre con el espíritu en ese estado, propiciando le más lucidez, clareza y discernimiento, es cuando entonces se reproducen los fenómenos maravillosos que asombran a nuestra imaginación.

En su libro Teoría y Práctica de la Mediumnidad, Miranda cita el caso de una joven, Regina, que poseía una clara sensibilidad paranormal a punto de desprenderse del propio cuerpo sin percatarse. Cierta hecho, caminando por la calle distraída, de repente noto una coloración diferente en las flores del jardín próximo, asustada percibió que estaba despreñida del cuerpo y apreciando con los ojos del alma.

En un futuro no muy distante, después la transición planetaria con el advento del mundo de regeneración, estos fenómenos serán comunes y completamente conocidos. El hombre del mañana, dará lugar a su esencia espiritual y vivirá naturalmente, con un pie en el mundo físico y otro en el espiritual.

**Davidson Lemela**

**Neuropsicólogo**





## Visión Espírita de la fibromialgia

### INTRODUCCIÓN

La fibromialgia es un síndrome doloroso de carácter crónico que se caracteriza por dolor musculoesquelético generalizada, habitualmente acompañada de otros síntomas como cansancio, irritabilidad, fatiga y alteraciones de sueño y de apetito.

Es una alteración en el proceso del centro sensitivo aferente y no tiene la naturaleza de autoinmunidad o inflamatoria. Los criterios diagnósticos para fibromialgia exigen un tiempo de experimentar dolor difusa superior a tres meses. Su prevalencia en el Brasil es de 2 a 5% y más en el sexo femenino en torno de los 35 a los 44 años. Es considerada la segunda enfermedad reumática más frecuente, perdiendo espacio apenas con la osteoartritis.

### CAUSAS

No que se refiera a los mecanismos de aparición y continuación de la enfermedad, se reconoce hoy que la Fibromialgia deriva de una sensibilidad a nivel del sistema nervioso central (SNC) y esa hiperexcitabilidad de las neuronas favorece la percepción de un cuadro doloroso marcante que limita globalmente el funcionamiento del individuo además de comprometer la cognición (pensamientos), el humor es el comportamiento final.

### DIAGNÓSTICO

Los síntomas de la Fibromialgia se comprenden como dolor difusa y crónica que se localiza predominantemente en la calidad de puntos dolorosos situados abajo y arriba de la cintura, del esqueleto axial y dominios, durando más que tres meses, seguida de fatiga, sueño no reparador, síntomas somáticos como cefalea, vértigo, dolor abdominal, alteraciones del hábito intestinal. El actual clásico de diagnóstico desde el 2010/2011 retiró la contabilidad de puntos dolorosos como medida de diagnóstico

de enfermedad, aunque en la actualidad aún se considere relevante la ubicación de esos sitios de dolor.

### TRATAMIENTO

El tratamiento de la Fibromialgia debe ser multidisciplinar dentro del cual se incluyen: terapia farmacológica, terapia cognitivo comportamental y fisioterapia. La participación del paciente es fundamental para la cosecha de resultados satisfactorios en el abordaje terapéutico.

Analgesicos opióides, antidepresivos con acción en el dolor, medicamentos miorrelajantes y anticonvulsivantes que actúa reduciendo el estímulo doloroso son los fármacos más indicados.

El tratamiento de sueño no restaurador es esencial y la actividad física bien orientada, sumada a ejercicios programados acompañados por profesional experiente a auxiliar a la recuperación. Encontrar eficaz complementar con la meditación, técnicas de mindfulness, hipnoterapia y biofeedback.

### LA QUESTION ESPIRITUAL

Es imposible disociar el ser humano de cualquiera de las dimensiones a la cual pertenece, a saber: el organismo (cuerpo físico); el psiquismo (la mente); la formación gregaria (sociedad) y su naturaleza espiritual (el Espíritu). Siempre que se ignora cualquiera de estas dimensiones estamos haciendo la falla terapéutica una vez que se relacionan en intimidad, se interpenetran y repercuten unas sobre las otras. Por lo tanto, hay dimensión del Espíritu es justamente aquella soberana que lanzó sobre las demás sus contenidos produciendo bienestar o desorganización.

Somos espíritus inmortales e constructores de nuestro destino. Dotados de una conciencia moral que apunta como brújula el trayecto

vinculado con las leyes naturales, con frecuencia, a lo largo de múltiples experiencias reencarnarias, nos desviamos del objetivos esenciales de la vida que son amar y servir en la seara que el Creador nos ofrece y, es claro, de ahí resultan consecuencia dañosa.

Siempre que nos esquivamos del bien a hacer es comprensible que suframos los resultados dolorosos de estos cometidos y que sirven para posicionarnos nuevamente en el "carril" saludable de la trayectoria. Esos resultados, no extraño, aparecen como enfermedad, sean aquellas bien catalogadas por la ciencia, sean aquellas extrañas aún a la comprensión de estudiosos. Todas traducen, a nivel espiritual, una vulnerabilidad del ser que necesita ser identificada, una lección qué es necesario ser aprendido. Y La Fibromialgia no huye la regla.

De causa aún no aclarada, hay mensaje espiritual de esa síndrome complejo es la necesidad de retomar hacia el trato del amor y del tal síndrome dolorosa demuestra un apego excesivo a si próprio, una hiperconcentración en el autoconcepto (necesidad de ser perfecto, autocrítica exagerada) y emociones de la cuales la culpa hace parte importante y la representación somática son dolores generalizadas en el sistema musculoesquelético.

El tratado visa es un autodistanciamiento, y hay una entrega a las tareas que resulten en el bien del prójimo, la atención a los necesitados capaz de fomentar la alegría y el abastecimiento de qué necesitan. Al final, conforme la alerta del Codificador Allan Kardec, fuera de la caridad no hay salvación.

Dr. Aldeniz Leite

Psiquiatra