

FEDERAÇÃO ESPÍRITA BRASILEIRA
Mediunidade: Estudo e Prática
Programa 2

Módulo II – Mecanismos da mediunidade

Percepção, Sintonia e Concentração Mental

Tema 3

**Qual o seu entendimento sobre
percepção, sintonia e
concentração mental?**





Percepção

Percepção significa ter consciência de algo por meio da inteligência e dos sentidos.

Percepção extrassensorial (PES)* refere-se à capacidade de compreender além dos sentidos e da ação mental corriqueira (impressão paranormal ou intuição).

PES está fundamentada na teoria de que a mente humana desempenha, dentre outras, a função Psi.

- **Psi Gama** ou de efeitos inteligentes
 - telepatia, clarividência, presságios
- **Psi Kapa** ou de efeitos físicos
 - levitação, telecinesia, teleplastia

* expressão criada pelo cientista estadunidense Joseph Banks Rhine (1895-1980)



A Codificação Espírita classifica os tipos de percepção *psi gama* e *psi kapa*, em mediúnicos e anímicos.

Allan Kardec subdividiu os processos mediúnicos em duas categorias, viabilizados por médiuns:

- Médiuns de efeitos físicos – os que têm poder de provocar efeitos materiais ou manifestações ostensivas
- Médiuns de efeitos inteligentes – os que são mais aptos a receber e a transmitir comunicações inteligentes

Allan Kardec denomina a percepção anímica de *fenômeno de emancipação da alma*.

Destaca ainda que a percepção mediúnica traz sempre conteúdo anímico.

Sintonia



Há sintonia entre duas ou mais pessoas quando há harmonia, similitude, simpatia ou reciprocidade no pensar e no sentir.

"Os Espíritos vão, de preferência, aonde se acham os seus semelhantes. Aí ficam mais à vontade e mais seguros de que serão ouvidos. O homem atrai os Espíritos em razão de suas tendências, quer esteja só, quer faça parte de um todo coletivo, como uma sociedade, uma cidade ou um povo. Há, pois, sociedades, cidades e povos que são assistidos por Espíritos mais ou menos elevados, conforme o caráter e as paixões que aí predominam."



Sintonia mediúnica

Todo ser humano é médium: "... todos somos *instrumentos das forças com as quais estamos sem sintonia. Todos somos médiuns, dentro do campo mental que nos é próprio, associando-nos às energias edificantes, ... ou às forças perturbadoras e deprimentes...*" XAVIER, F.C. *Nos domínios da mediunidade*. Pelo Espírito André Luiz.

Ensina Emmanuel:

"As bases de todos os serviços de intercâmbio entre desencarnados e encarnados, repousam na mente..."

XAVIER, F.C. *Roteiro*. Pelo Espírito Emmanuel.

Concentração mental



Concentrar significa convergir para o centro.

Concentração é saber direcionar a atenção ou energias para um objetivo específico.

Concentração mental é o processo psíquico pelo qual a mente mantém-se focada em algo, sustentada pela atenção, pelo pensamento firme e por energias habilmente centradas em um objetivo, objeto ou atividade.

A concentração mental envolve atuação simultânea de dois tipos de forças: atenção e vontade.

Atenção é o processo cognitivo do intelecto, caracterizado pela seleção ativa de determinados estímulos com inibição concomitante de todos os outros.

Vontade é o que alimenta o processo de atenção, é faculdade mental utilizada na escolha ou decisão acerca de um ato ou pensamento.

Concentração mental



- Boa concentração exige vida reta.
- Os bons resultados da concentração exigem disciplina mental, persistência e prática contínua. Não é algo que se aprende superficialmente e às pressas.
- Concentração mediúnica é hábito que se adquire paulatinamente, cujos bons resultados dependem diretamente dos esforços investidos.

Durante o contato com Espíritos desencarnados é preciso que o médium se abstraia das preocupações/problemas que transcorrem fora da reunião, fixando-se nos acontecimentos que envolvem o intercâmbio, a fim de que a doação e a recepção de energias magnético-espirituais e o clima de harmonia e seriedade do trabalho não sofram processo de continuidade.