

# Journal Psychologischer Studien

Wissenschaft, Philosophie und Religion

## Die Psychologie der Liebe

Die Liebe ist unter den menschlichen Gefühlen dasjenige, für dessen Auftreten ein höherer Komplexitätsgrad erforderlich ist. Wenn die Empfindung den Beginn der instinktiven menschlichen

Eigenschaften anderer Menschen übertragen werden, die nicht immer zu ihm gehören. Die Projektionen abzustellen ist der erste und bleibende Schritt, ohne den eine Beziehung von Mensch zu Mensch

sowie denjenigen, auf den sie gerichtet ist.

**Adenáuer Novaes**

**Klinischer Psychologe**



Emotionen darstellt, ist die Liebe der Gipfel der zu erreichenden Gefühle. Wenn ein Mensch wirklich liebt, strahlt er eine Aura des Glücks aus, die all jene ansteckt, die sich ihm nähern und die zum Wohlbefinden aller beiträgt. Seine Gedanken, seine Ideen und seine Lebenseinstellung dehnen sich aus und ermöglichen tiefgründige Beziehungen zu den kreativen Kräften der Natur. Es existieren verschiedene Arten zu lieben, mit unterschiedlichen Abstufungen, welche den Geist um bedeutende Erfahrungen bereichern; die komplexeste darunter ist die Liebe zu jemandem, der einem fremd ist, zu dem also keine Blutsverwandtschaft besteht. Damit man tatsächlich einen Menschen liebt, ist es notwendig, eine Beziehung über einen langen Zeitraum aufzubauen, denn es handelt sich um ein Gefühl, das durch Erfahrungen entsteht, welche es festigen und das Herz beflügeln. Damit die Liebe auftreten kann, ist es erforderlich, die anfänglichen Projektionen abzustellen, mit denen auf den Menschen, der das Objekt der Begierde darstellt, positive

nicht entstehen kann, ohne dass Enttäuschungen auftreten. Der Übergang von der Liebe zu einem Menschen zur Liebe zu allen Menschen erfordert einen höheren Grad der Selbsterkenntnis. Die Liebe gegenüber allen, im biblischen Text regelmäßig erwähnt und durch Jesus erneut bekräftigt, impliziert eine ständige Übung zur Entwicklung der Brüderlichkeit, der Nächstenliebe und des Mitgefühls gegenüber dem anderen. Bei dem Gefühl der Liebe allen gegenüber handelt es sich nicht um eine Absicht oder eine bewusste Entscheidung, sondern um etwas, das im Herzen geschieht und das sich in wirkungsvollen Handlungen äußert, die signifikant zum gesellschaftlichen Fortschritt beitragen. Wenn ein Mensch nach nur kurzer Zeit des Zusammenlebens das Gefühl der Liebe ohne Begrenzungen und ohne Forderungen an den anderen aufweist, hat er ihre Grundlagen in Erfahrungen aus anderen Inkarnationen geschaffen. Die Liebe erfordert beständige Nahrung, damit sie Früchte tragen kann und denjenigen begünstigt, der sie fühlt

„Die Liebe – Seele des Lebens – ist der göttliche Atem, der sich überall ausbreitet und die Väterlichkeit Gottes manifestiert.

Wo auch immer sie sich ausdrückt, zieht sie alle an, die sich ihr nähern und verändert die Struktur und die Wirklichkeit zum Besseren.

Die Liebe beinhaltet alle Motivationen für den Fortschritt und regt das Wachstum durch die Befreiung von den Atavismen an, die bisher in der menschlichen Natur überwiegen.

Da sich die Kreatur nicht mit der Liebe in ihrer unablässigen Verwirklichung identifiziert, vernachlässigt sie das Erringen der Werte, welche sie zum Frieden aufschwingen und erheben.

Ohne die Liebe sind die Gefühle wie gelähmt, und der Weg von der Empfindung bis zur Emotion wird langsam und mühselig...

Die Liebe ist ein Segen, über den du an allen Tagen deines Lebens verfügst, um fortzuschreiten und Abschnitte auf dem Pfad der Evolution zu erringen.

Werde nicht müde zu lieben, wie auch immer die Umstände sein und wie rau sie dir auch erscheinen mögen...

Du wirst entdecken, dass die Nächstenliebe, unmittelbare und dringendste Wirkung der Liebe zu Gott und zu sich selbst, die goldene Regel ist, die Lösung für alle Fragen des universellen Gedankens.“

**Aus dem Buch: *Leben und Lieben***

**Joanna de Ângelis**

## Liebe oder Leidenschaft?

"Oh, Leidenschaft, was tust du meinen Augen, die nicht erkennen, was sie sehen?" ...

Die aus der Feder des eindrucksvollen William Shakespeare stammende Fragestellung findet in den heutigen Tagen noch immer Widerhall, denn wenn wir das

Augen verlieren. Auf diese Weise werden sie destruktiv, denn sie bringen ihre Sklaven dazu, die ethischen und moralischen Grenzen der menschlichen Beziehungen zu überschreiten und mit allen Kräften gegen jene zu kämpfen, die sich ihnen in den Weg stellen.



menschliche Verhalten mit seinen Kriegen und Konflikten jeglicher Art analysieren, bemerken wir, dass viele von ihnen ihre Grundlagen in den menschlichen Leidenschaften haben. Diese Leidenschaften sind amouröser, religiöser, politischer, sportlicher Art etc., die noch immer intensiv erscheinen und zeigen, dass der Mensch noch immer ein Sklave ist, während es sein Schicksal ist, frei zu sein.

Hingegen können - und sollen - die Leidenschaften als Brücke zu tieferen existentiellen Zielen dienen und dies ist ihre Hauptfunktion. Wenn sie intensivere Bindungen anregen und wir uns diesen widmen, stellen sie an sich kein Problem dar; jedoch werden sie zum Problem, wenn wir glauben, dass das Objekt unserer Leidenschaften uns gehört sowie die absolute Wahrheit verkörpert und dazu führt, dass wir unsere existentiellen Ziele aus den

## Wünsche

Nicht selten verwechseln wir Wünsche mit Bedürfnissen; wir wünschen das, was uns fehlt und wir tragen auch unerfüllte Bedürfnisse in uns; wir wollen, dass unseren Wünschen entsprochen wird und bedürfen auch der Fülle; wir wollen uns entfalten und brauchen auch Verwirklichungen. Aus diesem und anderen Gründen laufen Wunsch und Bedürfnis letztendlich oft auf derselben Schiene. Die Wünsche können uns motivieren, aber auch süchtig machen und innerlich spalten. Darum werden sie so häufig missverstanden.

Im Zuge dieses Unverständnisses wurden die Wünsche durch widersinnige Lebensanschauungen abgelehnt und von den meisten Menschen als wahre Repräsentanten der Trivialität des Lebens abgetan. Der Wunsch, der imstande ist, Farbe in das graue Leben eines depressiven Menschen zu bringen, wird auch von denjenigen gefürchtet, die in eine Art von Abhängigkeit oder Sucht geraten sind. Für Buddha stellten die Wünsche das Rad des Lebens dar und waren Ursache für Leid und Schmerz, Marx hingegen machte sie verantwortlich für die fatale Konsumabhängigkeit. Sind die Wünsche schließlich als gut oder als schlecht einzustufen?

Machen wir einen Vergleich mit dem Bedürfnis des Essens: wir benötigen die Speise für die Erhaltung des Lebens (Bedürfnis), aber wenn wir ein sehr gut zubereitetes und schmackhaftes Gericht auskosten, werden wir sowohl gesättigt als auch mit einem Genuss beglückt (Wunsch). Wir können auch den Wunsch haben, vom Essen abzusehen, doch durch die Nichterfüllung des organischen Bedürfnisses werden wir erkranken. Wie es uns Joanna de Ângelis (Vollendung) lehrt: "selbst zum Zwecke der aufbauenden Verwirklichung muss der Wunsch im Gleichgewicht verankert sein, um nicht Bedürfnisse vorzugeben, die der Realität gar nicht entsprechen."

Aber wenn die Leidenschaften die Eigenschaft von Bindegliedern haben, ohne die ethischen Werte und den Respekt gegenüber dem Nächsten aus dem Blick zu verlieren, führen sie zu den Höhenflügen der Seele. Es genügt, die unzähligen Beispiele jener zu sehen, die - verliebt in das Leben - Werke erschufen und

Einstellungen hatten, die unsere Geschichte verschönern und dazu führten, dass bis heute neue Verliebte ihren Weg des Lichts fortsetzen. So war die Passion Christi, die die Polaritäten vereint, welche symbolisch durch das Kreuz repräsentiert werden und uns lehrte, dass sich die Gegensätze vereinen sollen. Daher ist es besser, Liebe und Leidenschaft in ein und derselben Anstrengung zu verbinden, statt sie auf gegensätzliche Seiten zu stellen.

Auf diese Weise würden wir es wagen Shakespeare zu antworten, dass die Leidenschaften, die die Augen erblinden lassen, jene sind, die die Liebe noch nicht getroffen haben, denn sobald sie es tun, werden sie einen noch tieferen Blick haben.

**Cláudio Sinoti**

*Jungianischer Therapeut*

**Iris Sinoti**

*Jungianische Therapeutin*

### Redaktion

#### Journalist:

João Batista Cabral - Mtb n° 625

#### Redakteurin

Evanise M Zwirtes

#### Mitarbeiter

Maria Angélica de Mattos - Revision  
 Maria Novelli - Englische Übersetzung  
 Cricieli Zanesco - Englische Übersetzung  
 Karen Dittrich - Deutsche Übersetzung  
 Hannelore P. Ribeiro - Deutsche Übersetzung  
 Maria M Bonsaver - Spanische Übersetzung  
 Lenéa Bonsaver - Spanische Übersetzung  
 María V. G. Bermejo - Spanische Übersetzung  
 Nicola P Colameo - Italienische Übersetzung  
 Spartak Severin - Französische Übersetzung  
 Andrei Latinnik - Russische Übersetzung  
 Natalia Latinnik - Russische Übersetzung  
 Spartak Severin - Russische Übersetzung

#### Berichterstattung

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

#### Grafikdesign

Evanise M Zwirtes

#### Druck

Auflage:  
 2500 Exemplare - Portugiesisch  
 1000 Exemplare - Englisch

#### Studientreffen (auf Portugiesisch)

**Sonntags:** 17.45 - 21.00 Uhr  
**Montags:** 19.00 - 21.00 Uhr  
**Mittwochs:** 19.00 - 21.00 Uhr

#### Studientreffen (auf Englisch)

**Mittwochs:** 17.20 - 18.20 Uhr

#### Praxis der Medialität (Privat)

**Donnerstags:** 09.00 - 10.30 Uhr

BISHOP CREIGHTON HOUSE  
 378, Lillie Road - SW6 7PH - London  
 Informationen: 0207 371 1730  
 E-mail: spiritistps@gmail.com  
 www.spiritistps.org  
 Registered Charity N° 1137238  
 Registered Company N° 07280490



## Verzicht

*Verzicht* hat im portugiesischen Wortschatz verschiedene Bedeutungen, jedoch hebt sich eine Auslegung aus allen anderen hervor und diese wurde auch durch den französischen Philosophen Jean Grenier angewandt: *wir müssen der Welt entsagen, um sie zu verstehen*. Grenier, der inmitten der industriellen Revolution geboren wurde und zwei Weltkriege durchstehen musste, verdeutlicht hiermit, dass er in der Lage war, sich geistig und spirituell von seinem Zeitraum zu distanzieren, um ihn zu analysieren und ihn in seinen tragischen Aspekten, in seinem Schrei nach Gerechtigkeit sowie in seiner irrtümlichen Handlungsweise zu verstehen.

In unseren Tagen ist die emotionelle Distanzierung ebenso erforderlich, um dem Verstand den nötigen Raum für das Verständnis und die Bewertung des Umfeldes, frei von unbedachten Impulsen, zu gewähren. Dies bezieht sich nicht nur auf die weltweiten Probleme, die uns besorgen und sich unmittelbar auf die Wirtschaft des Landes, in dem wir leben, auswirken, sondern auch - und vor allem - auf die persönlichen und individuellen Belange.

Entsagen setzt voraus, sich in einer anderen geistigen Sphäre zu bewegen als die Mehrheit der Menschen es tut, loszulassen von Mustern der Sofortbefriedigung, die durch die pragmatischen Lebenstheorien kultiviert werden, sowie sich auf die Suche nach existentiellen, ewigen Werten zu begeben, die in unserem von der frenetischen Jagd nach vergänglichen Genüssen umschatteten Bewusstsein latent schlummern. Entsagen heißt zudem, ein banales Dasein gegen ein erfülltes Leben einzutauschen, auch wenn diese Wandlung die Neuausrichtung von Verhaltensmustern, Gedanken und Entscheidungen erfordert.

Das Evangelium Jesu, durch den Spiritismus beleuchtet, gewährleistet uns diesen Prozess. Der Unterschied zwischen ihm und den Vorgaben der Erlebnisgesellschaft besteht darin, dass wir in seinem Lichte in Sicherheit und mit erhöhten Gefühlen einem Zustand des andauernden Glücksgefühls entgegengehen können.

**Sonia Theodora da Silva**

*Bachelorandin der Philosophie*

## Geistige und emotionelle Selbstbeherrschung

Wenn wir gänzlich durch die Logik gesteuert würden, wäre es sehr einfach, uns von schlechten Gewohnheiten und auch von ausgefallenen Verhaltensweisen auf eigenem Beschluss zu befreien. Unser rationeller Counterpart ist jedoch an eine emotionelle Bürde unterschiedlicher Intensität

die Materie: intensive Angst = Schrecken; unbewusste Angst = Panik; basale Angst = Selbsterhaltung; ständige Angst = Anspannung.

Infolgedessen ist es die ANGST, die unsere geistige und emotionelle Selbstbeherrschung beeinträchtigt. Wer Angst hat,



gekoppelt, was zur Folge hat, dass wir bei einer Entscheidung oder Auswahl von der Emotion zum Handeln motiviert werden. Angst, Zorn, Traurigkeit, Liebe, Freude und Schuldgefühl sind die grundlegenden menschlichen Gefühle. Der Spiritismus lehrt uns, dass die Liebe die Quintessenz der Gefühle ist, denn sie ist das einzige, das unauslöschlich erhalten bleibt. Alle anderen sind Emotionen, die uns eher auf den Beginn des Evolutionsweges als auf sein Ziel verweisen.

Wenn wir **Zorn** verspüren, befinden wir uns in Wirklichkeit im Zustand der **Angst**, entweder weil wir betrogen wurden, weil man uns herabgesetzt hat oder weil unsere Erwartungen nicht erfüllt wurden. Wenn uns die **Traurigkeit** überkommt, haben wir **Angst**, weil wir vergessen oder verlassen worden sind und wir uns daher als Opfer einschätzen. Wenn sich in uns das **Schuldgefühl** meldet, haben wir **Angst** vor der Strafe, vor dem Leiden und dem Schmerz. Somit können wir folgern, dass es nur zwei Gefühle gibt: Liebe und Angst. Die Liebe befreit uns, die Angst schließt uns ein. Die Liebe entfaltet unsere Seele und die Angst fesselt uns an

liebt nicht, da die Angst der Liebe entgegensteht. Entweder er liebt nur zur Hälfte, oder er liebt auf verkehrte Weise. Wer in Wahrheit liebt, hat keine Angst.

Wie kann man sich von der hemmenden Angst befreien und Selbstkontrolle erlangen?

Wer sich entschließt, gegen seine Angst vorzugehen, wird früher oder später merken, dass sie gar nicht so erschreckend ist, wie es scheint. Die schlechte Nachricht ist, dass wir aufgrund unserer Erfahrungen aus früheren Leben wenig Geschick haben, mit der Angst umzugehen. Die gute Nachricht ist, dass es sich bei der Angst um ein Nebenprodukt unserer Reaktionen auf die verschiedenen Alltagssituationen handelt; somit stehen uns eine Reihe von Optionen zur Verfügung, um mit ihr fertig zu werden und sie zu besiegen. Wenn wir die Gründe unserer Ängste erkennen, können wir sie auch besser überwinden und größere Freiheit und Souveränität in unser Leben einbringen.

**Davidson Lemela**

*Neuropsychologe*

## Die Psychologie des Evangeliums

Die Psychologie des Evangeliums ist die Psychologie, die auf den Menschen, den menschlichen Geist fokussiert ist. Sie unterscheidet sich von der Psychologie des menschlichen Verhaltens. Das Evangelium gibt Impulse, sich selber wahrzunehmen, sich zu fühlen und zu verstehen, indem es eine Botschaft der Selbsterkenntnis bietet, die sich positiv auf die zwischenmenschlichen Beziehungen auswirkt. Es ist eine persönlichkeitsbezogene Psychologie, die den Menschen in die Tiefe seines Inneren hineinführt und ihn erkennen lässt, dass er schon vor seinem Körper existierte und diesen überleben wird. Begriffe wie Persönlichkeit und Ego werden revidiert und neu geklärt, die Wesensessenz, das „Self“ als Mittler für die psychische Gesundheit rückt in neues Licht.

Das Evangelium ist eine wertvolle Abhandlung zeitgenössischer Psychotherapie, die den Menschen und die Menschheit fördert und sie von belastenden Mustern der Vergangenheit befreit. Es bietet ein auf die Gegenwart bezogenes positives psychologisches Konzept, das für die Gewinnung der Selbstverwirklichung durch das menschliche Geschöpf, für die Erreichung des Friedens, als Bote der Hoffnung und des Trostes, einen wertvollen Beitrag leistet. Seine Empfehlungen beabsichtigen die Integration in die multidisziplinären Komponenten des menschlichen Verhaltens, mit positiver Auswirkung auf die psychoemotionelle Gesundheit, um der im persönlichen und kollektiven Unbewusstsein registrierten Vielfalt und Dynamik gerecht zu werden.

In der Reinkarnationstheorie ist die Unsterblichkeit der Seele der wesentliche Faktor für das Verständnis und die tiefe Harmonisierung der menschlichen Psyche, unter Einbeziehung des dreidimensionalen Wesensausdrucks: Geist, Perispirit und physischer Körper. Sämtliche Tendenzen, Gewohnheiten und Wünsche sind Erzeugnisse, Konditionierungen, die durch das

eigene Bewusstsein in Ausübung des freien Willens während der verschiedenen Erdenleben herauskristallisiert wurden und das psychologische und emotionelle Vermächtnis für die gegenwärtigen und zukünftigen Erfahrungen bilden.

Die Liebe, das Wissen, die Intelligenz und vor allem die Erkenntnis der Weite des psychisch-emotionalen Komplexes des Geistes und seiner Harmonisierung werden dazu führen, dass die Reflexhandlungen des Unbewussten nicht mehr die Oberhand gewinnen, dass die geistigen Verhärtungen sich auflösen, dass der Mensch uneingeschränkten Zugang zu seiner göttlichen Dimension erlangt und sich von den Traumata befreit, die seine negativen Handlungen durch viele Inkarnationen verursachten.

Die Psychologie des Evangeliums ist ein Konzept der zwischenpersönlichen Psychologie, der Psychologie des Geistes und wer es in Theorie und als individuelles Lebensprogramm aufnimmt, wendet sein Bewusstsein dem Kern seines Wesens zu und verbindet sich mit der höchsten Kraft des Lebens, mit Gott, der die Liebe ist. Diese Begegnung fördert die Entwicklung der Selbstliebe, wodurch die Essenz des Wesens, motiviert durch die Verantwortung, die zur Selbstbestimmung führt, das Potenzial der Seele realisiert und das Bewusstsein ihres Seins erblühen lässt. Dieses Erwachen des Bewusstseins führt zur Erkenntnis, dass das Ziel des Lebens die Entfaltung der Liebe, der Güte, des Guten, der Schönheit und des Unvergänglichen ist. Je mehr Motivation als individuelle Errungenschaft in das Leben der Menschen tritt, um so mehr werden sie sich an positiven Ergebnissen erfreuen können. Im Lichte der Unsterblichkeit wird der Austausch mit anderen zum Grund der echten Freude, die Tätigkeiten des Alltags zur Befriedigung und jeglicher Sachverhalt ein Anlass, in proaktiver Weise vorzugehen. Den Problemen wird nicht ausgewichen, sondern es wird mit allen Kräften versucht, passende Lösungen zu

finden. In den mit wesentlicher Freude erfüllten Tätigkeitsbereichen treffen wir auf Menschen, die zutiefst effektive und liebevolle Beziehungen zu ihrem Beruf, ihrer Familie und ihrer Gemeinschaft aufbauen.

Wenn der Mensch sich entscheidet, über sein Streben nach dem Guten und der Liebe, das Licht seiner Essenz zu verwirklichen, wird er die angeborenen therapeutischen Ressourcen der Seele erschließen



und sich in seiner psychischen Rehabilitation engagieren. Er wird nachvollziehen können, dass der Glaube die Treue zur Selbsterneuerung durch die Liebe beinhaltet und das Vertrauen in die eigene Fähigkeit zur Selbstverwandlung vermittelt. Dafür ist die Kompetenz unabdingbar, das heißt, das Wissen, wie die Wandlung vor sich gehen soll, wobei sowohl die kognitive als auch die emotionelle Intelligenz eine wichtige Rolle spielt. Unerlässlich ist ebenso der Erwerb von Weisheit für die Lenkung der Willenskraft, für die Erziehung der Gedanken, der Gefühle und Handlungen, im Hinblick auf die Umsetzung der wesentlichen Ziele.

Die psychologische zwischenmenschliche Lehre des Evangeliums von Jesus, die fürwahr als authentische psychotherapeutische Vorlage dient, kann in jeder psychotherapeutischen Praxis angewandt werden, sowohl für den Prozess der Selbsttherapie als auch durch das Fachpersonal, das mit Gruppentherapie arbeitet, denn sie befreit das Bewusstsein der Hilfesuchenden durch das Heilmittel der Liebe.

**Evanise M Zwirtes**

**Psychotherapeutin**