

Journal d'études psychologiques

Science, philosophie et religion

Escuchando el Alma

Nous vivons des jours de profond paradoxe qui mettent à l'épreuve la capacité humaine à résoudre ses propres énigmes. D'un côté, nos avancées sont prodigieuses avec des découvertes fantastiques qui reflètent le déve-

loppement de notre intelligence pour aller à la conquête du monde. De l'autre, nous sommes encore prisonniers de nos conflits, ils se manifestent dans les guerres, la misère, le nombre alarmant de psychopathologies, les drogues et la violence qui sont tous pris en compte dans les statistiques et prouvent que nous avons encore un long chemin à parcourir pour atteindre la plénitude.



Or ces crises extérieures sont le reflet d'une crise intrapsychique qui, tant qu'elle ne sera pas maîtrisée, provoquera la destruction et alimentera partout des conflits. Le fait que l'intelligence impartie aux conquêtes extérieures ne parvienne pas à résoudre correctement les questions qui nous préoccupent révèle que nous négligeons une partie importante de notre progrès social et spirituel ; alors, à

quoil bon découvrir le monde et l'univers si nos émotions, nos sentiments et nos qualités profondes restent méconnus ? Plus que jamais, il importe de consacrer notre énergie et notre temps à écouter notre âme...

pour écouter leurs aspirations secrètes. D'autres s'harmonisent par la prière et, en cherchant les forces transcendantes de la vie, ils arrivent à trouver des réponses plus profondes.

La réflexion et la lecture édifiante sont aussi des sources propices au silence intérieur qui apportent la paix en ces jours de turbulences. Mais, quelle que soit notre manière d'écouter l'âme, il est urgent d'écouter ses appels pour nous transformer.

Siddhartha Gautama prit le parti de se libérer des murs du palais où il vivait en tant que prince en Inde et trouva dans la méditation la manière d'écouter son âme et d'atteindre

l'illumination. Socrate découvrit dans la philosophie comment explorer les vérités profondes, mais il consacrait le temps nécessaire à écouter ses *daimons*, qui l'orientaient vers le bien, le beau et le noble. Jésus, le maître et guide de l'humanité, chemina pendant 40 jours dans le désert avant même d'apparaître en public, pour montrer que l'être doit chercher un contact plus profond avec lui-même, car ce n'est qu'ainsi qu'il parviendra à *exorciser ses propres démons*. Certes, nous vivons des jours inquiétants, mais notre âme renferme de profondes réponses à la disposition de tous ceux qui sont prêts à écouter sa voix.

Certes, nous vivons des jours inquiétants, mais notre âme renferme de profondes réponses à la disposition de tous ceux qui sont prêts à écouter sa voix.

Cláudio Sinoti

Thérapeute junguien

Dépression et médiumnité

La médiumnité est une faculté inhérente à l'être humain qui peut servir dans toutes les circonstances de la vie. Grâce à la médiumnité, la communication entre les esprits situés dans des dimensions existentielles différentes devient possible. Comme c'est un canal psychique ouvert qui se connecte aux autres pensées, quand il ne met pas en place les filtres nécessaires, l'Esprit peut s'harmoniser avec des personnes se trouvant dans des états morbides de conscience. L'assimilation des vibrations sous la forme d'ondes mentales se fait naturellement en fonction de la qualité du niveau de pensées des personnes concernées. Les pensées dépressives fixées sur

des processus existentiels induisant au pessimisme, à l'échec et au désir d'éliminer sommairement les conflits, peuvent transmettre ces états malsains à ceux qui ont des prédispositions similaires. La médiumnité est le moyen par lequel cela se produit sans qu'aucune décision ne soit prise par celui qui s'en sert et le phénomène a lieu sans intention préalable ; pourtant plus les agents connaissent les *nuances* de son mécanisme, plus ils peuvent en définir la direction. Dans un cadre de dépression, celui qui en a les symptômes peut recevoir par la voie médiumnique des influences positives ou négatives pour continuer ou pas à fuir la réalité qu'il doit affronter. Quand il s'harmonise avec de bons Esprits, il a à sa portée des idées positives pour résoudre son conflit. Dans le cas contraire, quand les influences sont négatives, il peut approfondir son nébuleux plongeon

dans l'inconscient, avec des conséquences malheureuses, et sa guérison est plus difficile. En assimilant par la voie médiumnique de bonnes idées, et en prenant la décision d'adopter un comportement salutaire à la recherche de l'équilibre



émotionnel, il parviendra certainement à se blinder contre tout type de trouble psychique. La médiumnité qui n'est ni la cause, ni la solution aux maux humains doit être connue et utilisée pour amplifier chez l'être sa conscience de l'immortalité. Le spiritisme propose le moyen le plus efficace pour utiliser la médiumnité positivement, car il recommande d'étudier, d'y avoir recours de manière responsable et donne à la vie une orientation éthique et supérieure. Son utilisation consciente alliée à la finalité d'apprendre et d'échanger des expériences peut être utile en matière de communication médiumnique.

Adenauer Novaes

Psychologue clinicien

Anxiété et renoncement

Dans la vie agitée de notre société moderne, l'anxiété est de plus en plus considérée comme une condition normale. Il est évident que son apparition ne date pas d'aujourd'hui, elle nous accompagne depuis l'époque où nous vivions dans des cavernes. À cette époque, l'anxiété était provoquée par les défis inhérents à la lutte pour la survie, mais de nos jours nous réagissons anxieusement face aux événements, même quand ils ne nous menacent pas, c'est-à-dire que nous attribuons une valeur existentielle à ce que nous ne possédons pas vraiment.

Nous accordons trop d'importance à ce qui n'en pas tant et nous confondons désirs et besoins ; c'est pour cela que nous sommes plus anxieux que jamais. Nos choix sont toujours plus orientés vers l'assouvissement d'une demande qui ne nous appartient pas vraiment, nous aspirons à avoir une apparence qui n'est pas la nôtre ; l'anxiété finit par nous éloigner du sens réel de la vie, en nous distanciant de nous-mêmes et nous accumulons des choses pour combler les vides. Seule la conscience que nous ne pouvons vivre sans être nous-mêmes, que nous ne pourrions pas réaliser notre vie sans être présents réellement, pourra nous ramener à l'ici et au maintenant, en vivant le moment présent et en renonçant à l'idée illusoire du pouvoir et du contrôle.

En renonçant à ce que nous pensons posséder, nous permettons que s'ouvrent des espaces mentaux et émotionnels à des expériences existentielles nouvelles et plus profondes. *À quoi sert-il à un homme de gagner le monde entier, si c'est au prix de sa vie ?* (Marc 8:36)

Iris Sinoti

Thérapeute jungienne

Logistique

Journaliste

João Batista Cabral - Mtb n° 625

Édition

Evanise M Zwirtes

Collaboration

Maria Angélica de Mattos - Révision
 Maria Novelli - Traduction en anglais
 Cricieli Zanesco - Traduction en anglais
 Karen Dittrich - Traduction en allemand
 Hannelore P. Ribeiro - Traduction en allemand
 Maria M Bonsaver - Traduction en espagnol
 Lenéa Bonsaver - Traduction en espagnol
 María V. G. Bermejo - Révision en espagnol
 Nicola P. Colameo - Traduction en italien
 Sophie Giusti - Traduction en français
 Irène Gootjes - Traduction en français
 Andrei Latinnik - Traduction en russe
 Spartak Severin - Traduction en russe

Rédaction

Cláudio Sinoti
 Adenauer Novaes
 Iris Sinoti
 Davidson Lemela
 Evanise M Zwirtes

Design graphique

Evanise M Zwirtes

Impression

Tirage :
 2500 exemplaires - Portugais
 1000 exemplaires - Anglais

Réunions d'études (en portugais)

Dimanches - 17h45 - 21 h
Lundis - 19 h - 21 h
Mercredis - 19 h - 21 h

Réunions d'études (en anglais)

Mercredis - 17h20 - 18h20

Réunion privée

Jeudi : 9 h à 10 h 30

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

Culpabilité et conscience

« Pour trouver un sens et un but à ton existence, il te faut prendre conscience du fait que tu es divin en essence et par nature, car en tant que créature tu es un rêve d'amour du Créateur appelé à des fins et des desseins sublimes.

Sache que la liberté relative qui t'est accordée par le Seigneur est destinée à éveiller par tes propres efforts le potentiel qui est en toi pour que tu deviennes ce que tu dois être sans contrevenir à la loi de l'harmonie générale qui orchestre tout avec perfection. Toutefois, il te faut accepter le chemin semé d'échecs et de réussites et te dire que tu ne pourras pas atteindre le sommet de la montagne de la foi de la victoire intérieure sans faire l'effort d'escalader les sentiers de la porte étroite.

Prépare-toi à te servir des instruments qui te mèneront aux fins supérieures de l'existence : la boussole de la foi, les cordes de la sécurité spirituelle, l'habit de la connaissance de soi et de la vigilance intérieure, les tuteurs de l'amour et du service dans le bien et une bonne réserve de courage, de pardon et de confiance qui t'élèveront aux objectifs suprêmes de la vie.

Connecte-toi au monde alentour et tu verras que cette réalité qui t'entoure, attirée par toi-même ou offerte par l'amour divin, se présente comme une école, un temple et une infirmerie bénie, conçue pour t'amener à la communion avec le Père dans les joies de la famille, de l'amitié, du travail et du service... »

Pílulas de Esperança

Andrei Moreira & Dias da Cruz (Esprit)

Orgueil, Égoïsme et Humilité

Sauriez-vous distinguer les **problèmes des difficultés** ? Non ? On dirait que c'est la même chose, cependant, il y a une différence fondamentale et l'ignorer peut compromettre notre perspective de progrès dans tous les domaines de la vie.

Je m'explique : la difficulté c'est

point de vue de notre réalité spirituelle : la réincarnation est une école, les adversités sont des leçons. L'Esprit André Luiz, dans le livre intitulé *Conduite spirite*, nous met en garde : « Après une difficulté, dis-toi qu'une autre surgira. »

Les épreuves nous poussent à trouver de nouvelles voies, à grandir et à gagner en autonomie. Si dans l'histoire de l'humanité, l'homme n'avait jamais fait face à une difficulté, il en serait probablement encore à l'époque des cavernes. À l'école de la vie, nous sommes des élèves rebelles et obstinés ; c'est pourquoi nous mettons du temps à apprendre...

Et les problèmes ? Eh bien, c'est ce qui nous fait souffrir. Aussi, je demande au lecteur : qu'est-ce pour vous que les problèmes qui sont

dans notre monde intérieur et qui dérangent plutôt les autres ? Cela même ! Ce sont nos traits de caractère négatifs : l'orgueil, l'égoïsme, l'arrogance, la supériorité, l'intolérance, etc. Au chapitre VII de *L'Évangile selon le spiritisme*, l'auteur met en garde : l'orgueil et l'égoïsme sont la source de tous les maux. Attachons-nous donc à les détruire, si nous ne voulons pas voir perpétuer leurs funestes conséquences.

La clé libératrice de la douleur causée par ces travers qui sont nos vrais problèmes, c'est l'humilité. Bénis soient les humbles, car ils hériteront de la terre.

Davidson Lemela

Neuropsychologue



tout ce qui nous vient du dehors et nous touche, nous gêne et souvent nous fait souffrir. Par exemple, la calomnie en est une, elle vient de l'extérieur. Les soucis financiers, on croirait y voir un problème ; or, c'est une difficulté, car c'est une situation étrangère qui nous dérange. Toute source de conflit qui se présente et qui nous interpelle est une difficulté. Un autre exemple : vous avez été licencié. Tout à coup, vous vous retrouvez au chômage avec une famille à nourrir. C'est une circonstance malheureuse, par conséquent, de difficulté. Détail important : les difficultés sont positives, les problèmes sont négatifs. Comment ? Être renvoyé, être sans argent et être calomnié, c'est bon ?

Essayons de voir les choses du

Santé mentale, une vision réincarnationniste

Quel est votre objectif dans la vie ?

La réincarnation, c'est le fait de renaître dans un nouveau corps, compte tenu de la pluralité des existences et de l'évolution de la conscience. Renaître dans sa propre existence physique est plus important que de parvenir à obte-

identifiée, dont l'origine se trouve dans l'exploitation démesurée qu'ils font du patrimoine de la vie par pur personnalisme ! En tant que fils de Dieu, porteur de la génétique divine, l'homme qui ne se donne pas contraire sa propre nature. Quantité de conflits intimes chez l'individu découlent de

ques tombent et les gens s'améliorent. C'est cet amour qui dénude tout le monde en cultivant la sincérité de conscience, où celui qui s'aime n'a pas besoin d'être aimé parce que l'amour qu'il génère en lui-même le libère de tout manque d'affection. La rébellion reflète le déséquilibre de l'esprit. Un grand nombre de maladies mentales qui reçoivent de la science des hommes les terminologies les plus complexes trouvent leur origine profonde dans l'absence de pratique du bien. L'harmonie psychologique c'est aussi savoir s'accepter avec ses propres fragilités, sans toutefois s'en accommoder.

Elle découle de la spiritualité. Équilibre et paix requièrent le concours de l'intelligence spirituelle qui dirige l'intelligence intellectuelle et émotionnelle et œuvre à la transformation de soi, à la santé intégrale. La vie mentale saine repose sur des valeurs permanentes et non temporaires.

C'est une conquête intérieure qui se reflète dans le corps du fait de l'harmonie psychique régnante qui fait de l'amour, synthèse d'une sagesse incomparable, la clé de l'énigme de la maladie pour arriver à la santé.

Tout individu a le devoir de trouver l'équilibre, l'harmonie et la guérison. Le spiritisme aide au traitement de la conscience en présentant des propositions pour parvenir à la connaissance de soi, à l'éducation de son esprit en relation avec la vie et à sa finalité.

Evanise M Zwirtes

Psicoterapeuta Transpessoal



nir un nouvel organisme et simplement réincarner.

Les maladies font référence à l'état psychique dans lequel se trouvent les personnes et non à l'état des organes ou à des parties corporelles. C'est un symptôme de déséquilibre de l'esprit, enregistré dans le périsprit qui se manifeste physiquement par suite des choix, présents ou passés, en discordance avec la loi d'amour.

La santé mentale, d'après la vision de la psychologie des profondeurs, tend au développement des qualités éthiques, dont l'humilité et l'altruisme. Nul ne peut en jouir sans avoir l'honnêteté de reconnaître ses limites et sans s'efforcer d'élargir ses horizons. Évoluer ce n'est pas dépasser l'autre, mais se rendre plus grand que l'on est en valeurs fondamentales.

L'égoïsme est la cause de multiples maux pour l'âme. Combien souffrent d'angoisses sans raison organique ou psychologique facilement

la tentative de soumettre ce qui est divin à ce qui est humain.

Celui qui perd la simplicité est candidat au déséquilibre émotionnel. Celui qui dénigre l'autre, accable, calomnie, humilie, met en évidence sa déconnexion avec le sacré. La rancune, qui est le fait de nourrir des ressentiments, est une des causes majeures d'insanité mentale affectant l'homme. Tout lien dépourvu d'amour est une entrave. Quiconque se sent offensé et blessé l'est dans son orgueil, il a besoin de se libérer de la vanité, de la présomption. Attendre de la gratitude de la part de quelqu'un, c'est adopter une attitude égotiste, c'est vouloir obtenir l'approbation des autres en fonction de leurs modèles, au lieu de s'efforcer d'avoir le consentement de la conscience profonde, qui est Dieu, en transformant les paradigmes inférieurs en véritables mécanismes de guérison.

Face à l'amour authentique, les défenses se désarment, les mas-