

# Journal d'études psychologiques

Science, philosophie et religion

## Individuation : Rencontre avec le self

L'individuation, un terme aujourd'hui utilisé dans les études spirites, est le concept central de la théorie psychologique de C. G. Jung. Différentes œuvres de la *Série psychologique* de L'Esprit Joanna de Ângelis, psychographiée par Divaldo Franco,

de l'égo avec l'inconscient qui contient la vie non vécue de l'individu et son potentiel non réalisé. Essentiellement ressentie dans la seconde moitié de l'existence comme une aspiration à devenir ce que la personne est déjà potentiellement.

direction de nous-mêmes est une partie de la formation ou particularisation de l'individu. Plus nous nous approchons de nos vérités, moins nous sommes prisonniers des insanités du matérialisme, des impositions de l'apparence et des exigences de l'égo malade, lequel nous empêche de tolérer, de comprendre, de pardonner et d'aimer indistinctement<sup>1</sup>.

Se connaître, dans une perspective réincarnationniste, c'est vouloir donner suite à l'avancement du projet inachevé que nous sommes, car dans la mesure où nous identifions nos vices – qui très souvent passent inaperçus derrière les masques que nous construisons – nous sommes en condition de lutter pour dompter les mauvaises tendances, ce qui caractérise le vrai spirite (ESE, ch. 14, item 4).

L'individuation est l'approfondissement et l'amplification de la connaissance de soi.

nous en parlent. Dans l'ouvrage *Em busca da verdade (En quête de vérité)*, elle est formelle en nous disant que l'individuation est l'objectif ou la finalité primordiale irréversible de tout un chacun.

Assumer le besoin d'une rencontre avec soi suppose reconnaître que nous ne nous sommes pas trouvés, c'est-à-dire, que nous n'avons pas identifié ce que nous sommes réellement, ce dont nous sommes faits et ce dont nous sommes pleins. C'est une construction au-delà des masques créés par l'égo au fil de cette réincarnation, même s'ils sont applaudis ou valorisés socialement.

Stein, dans *Jung's Map of the soul*, explique que c'est le mouvement d'unification ou de syntonie

*Self, Soi-même, Superconscient, Moi profond* sont différentes nomenclatures que les scientifiques de l'âme ont établies pour définir l'essentiel qui est en soi, ce qui est abandonné au détriment des « mensonges dont l'individu s'accommode ». Ces paroles de Clarice Lispector révèlent simplement la complexité que nous engendrons en créant à propos de nous-mêmes des vérités supposées du fait de notre difficulté à supporter qui nous sommes vraiment. Nous avons du mal à assumer nos imperfections, tout comme le potentiel divin occulté en l'être humain qui nous renverrait bien loin de ce que « nous sommes ».

Pour Jung, chaque pas fait en

C'est la rencontre avec la vérité qui libère, selon Jésus par l'évangéliste Jean. D'après la psychologie jungienne, l'individuation est l'égo qui se découvre infiniment petit par rapport au *self*. C'est pour cela que nous disons que se trouver c'est, avant tout, un exercice de courage, de foi et d'humilité.

<sup>1</sup> Nous avons procédé à une étude plus approfondie de ces dédoublements de l'individuation (opposition au matérialisme, aux apparences et à l'individualisme) dans l'œuvre *Espelho da alma : uma jornada terapêutica (Miroir de l'âme : un cheminement thérapeutique)*, du Groupe d'Études psychologiques Joanna de Ângelis.

Marlon Reikdal

Psychologue

## Changement : décision sincère

Tout au long de la vie, nous construisons des modèles de comportement, influencés par différents facteurs : l'éducation reçue, la culture et la famille que nous côtoyons, les valeurs et les compétences acquises au fil des existences, entre autres. Mais à certains moments de notre cheminement, certains schémas doivent être modifiés, car ils ne sont plus adaptés à notre développement.

Or, cette transformation ren-

le poids des conséquences de nos actes. Sincère parce que si la volonté de changement n'est pas un besoin profond de l'âme, nous répondrons aux caprices de l'égo ou à des exigences extérieures, sans avancer dans le développement de nos propres valeurs.

Les traditions de la Rome antique disent que les artisans utilisaient un stratagème en mettant de la cire sur les œuvres d'art qui avaient été



contre des résistances internes et externes. Internes, parce que nous sommes habitués à adopter certaines attitudes, et le changement crée de l'incertitude et de l'instabilité, en particulier chez les personnalités fragiles et dépendantes. Externes, parce que certaines attentes existent de la part des gens et de l'environnement où nous sommes, de sorte que nos tentatives génèrent souvent de l'étrangeté : « Vous êtes différent » ; « Vous n'êtes pas le même » ; « Je ne m'attendais pas à cela de vous »... ce sont quelques-unes des expressions qui dénotent ces attentes.

En raison de ces facteurs, le changement doit venir d'une décision sincère. Une décision, car nous sommes libres de choisir notre chemin, et la maturité exige de nous d'être responsables des choix que nous faisons, d'autant que nous porterons

## Persistance et volonté

Un domaine de recherche présente des découvertes inhabituelles concernant la relation entre la mémoire et l'émotion. Les neuroscientifiques ont trouvé qu'outre l'hippocampe, certaines personnes utilisent d'autres zones du cerveau pour traiter la mémoire. Les neuroimages montrent plusieurs circonvolutions du néocortex avec une activité métabolique dans des régions jusque-là inconnues de la science pour le processus mnémotique. Dans de tels cas, d'autres régions de l'encéphale se mettent en action pour permettre à l'individu d'emmagasiner ou de récupérer des informations.

Cette découverte renvoie la mémoire au siège de la conscience spirituelle, indiquant que ces individus ont incorporé à leur personnalité l'apprentissage acquis. Le sujet est sa propre mémoire. Cela s'appelle la mémoire relationnelle, car elle est annexée à l'émotion et à l'environnement extérieur dans lequel l'être agit.

Le contenu de notre mémoire est le résultat cognitif. Par l'acquisition d'informations d'ordre

émotionnel, nous assimilons l'enseignement qui fait alors partie de nous-mêmes et qui s'intègre à l'unité spirituelle. Cette forme d'apprentissage provoque la transformation, le changement de l'intérieur vers l'extérieur. « Le secret du succès est d'aimer ce que l'on fait. »

Si la connaissance est l'information que nous gardons en mémoire, la sagesse est de devenir notre propre mémoire.

Il est fréquent d'entendre les gens dire : « C'est très difficile, je n'y arrive pas... » Surtout quand cela se rapporte au besoin d'appropriation d'une tendance négative.

Persister c'est dominer fermement notre volonté en incorporant l'apprentissage au soi supérieur et opérer le changement nécessaire.

### Logistique

#### Journaliste

Katia Fabiana Fernandes - n° 2264

#### Édition

Evanise M Zwirtes

#### Collaboration

Maria Angélica de Mattos - Révision  
 Danusa G Rangel - 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  
 Ricardo Castro - Révision en espagnol  
 Nicola P. Colameo - Traduction en italien  
 Sophie Giusti - Traduction en français  
 Irène Gootjes - Traduction en français

#### Rédaction

Marlon Reikdal  
 Cláudio Sinoti  
 Davidson Lemela  
 Evanise M Zwirtes  
 Iris Sinoti  
 Adenauer Novaes

#### Design graphique

Evanise M Zwirtes

#### Impression

Tirage :  
 2000 exemplaires - Portugais  
 1500 exemplaires - Anglais

#### Réunions d'études (en portugais)

**Dimanches:** 17h45 - 21 h  
**Lundis:** 19 h - 21 h  
**Mercredis:** 19 h - 21 h  
**Samedis:** 18 h - 19h30

#### Réunions d'études (en anglais)

**Mercredis** - 17h20 - 18h20

#### Réunion privée

**Jeudi** : 9 h à 10h30

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

Cláudio Sinoti

Thérapeute junguien

Davidson Lemela

Neuropsychologue

## Liberté de choisir

Le libre arbitre que l'on développe est la faculté pour l'individu de décider si sa conduite sera responsable ou immature. Nous sommes des Esprits, des êtres intelligents créés par Dieu, et la liberté est un sujet complexe dans l'interprétation des lois naturelles. L'homme n'est pas aussi libre qu'il le pense. L'Esprit Emmanuel nous enseigne que « l'homme jouira toujours d'une liberté conditionnelle, et dans le cadre de ces limites, il peut modifier le cours de son existence, en faisant un bon ou un mauvais usage de cette faculté dans ses relations courantes. »

Nous sommes des êtres en évolution, et en raison de la position que nous occupons sur la terre, il serait immature de penser que nous faisons ce que nous voulons, car seul Dieu jouit de cette liberté. Nous qui sommes ses enfants sommes guidés par Dieu dans nos expériences. Le créé dépend du Créateur. Avec l'évolution de notre intelligence émotionnelle et l'éveil des dons de la vie, nous pouvons avoir la conscience en paix, si nous pratiquons les lois de Dieu.

Lorsque nous faisons nos choix, il est fondamental de comprendre que pour vivre bien, nous devons choisir de nous soumettre aux lois naturelles qui sont créées pour nous éviter les frustrations, les déceptions, les conflits, les guerres au cours de nos expériences...

Jésus est venu nous apporter une vision nouvelle de liberté, en affranchissant l'homme de l'esclavage sur la terre et en nous apprenant l'humilité, l'obéissance à Dieu. En choisissant de nous aimer les uns les autres, en exerçant la loi d'amour, nous construisons notre liberté intérieure, en nous délivrant de nous-mêmes.

Notre liberté naturelle grandit avec l'accroissement de la fraternité universelle, exercée par des choix responsables. L'amour de Dieu dirige tout et tous, toujours.

*Evanise M Zwirtes*

*Psychothérapeute*

## C'est une question de Loyauté

Nous parlons de loyauté et nous la souhaitons, mais très souvent, nous ne comprenons pas que pour être loyaux envers nous-mêmes, il nous faut dans de nombreux cas faire face aux questions, aux peurs, aux limitations et même aux croyances que nous avons portées

parcourir cette route.

Par conséquent, nous serons loyaux chaque fois que nous vivrons la vie selon les principes profonds de notre âme, chaque fois que nous ferons de la vie un grenier de bénédictions et de réalisations favorables à notre croissance et à celle des autres êtres. Cette loyauté impliquera que nous soyons fidèles à tout ce que nous disons croire ; si nous croyons en la paix, transformons notre vie en un exemple de paix, parce qu'être loyal, c'est s'engager au changement, c'est chercher en soi ce que nous aspirons à trouver dans le monde.

Dans un des passages de sa vie, Saint Augustin narre qu'il s'est vu face à son propre visage. Ce fut pour lui le moment de

la grande transformation, de la lutte intérieure qu'il avait commencée ; l'ancien Augustin cessait d'exister pour commencer son voyage d'homme nouveau, totalement soumis à la volonté de son âme.

Il faut avoir le courage d'être loyal...

Sommes-nous préparés ? Faisons-nous tout ce que nous pouvons pour faire notre évolution ? Sommes-nous prêts à cette rencontre avec la vie ?

C'est un choix !

*Iris Sinoti*

*Thérapeute jungienne*





### Une vie et plusieurs existences

Rien ne justifie l'idée de l'unicité de la vie humaine, si on la limite exclusivement à celle du corps physique. Nous sommes dans notre essence des êtres spirituels, avec ou sans corps physique, qui traversent plusieurs dimensions pour arriver à la rencontre avec nous-mêmes. Dans cette marche ascendante, nous construisons des personnages divers qui interagissent avec d'autres, jusqu'à ce que nous comprenions que nous sommes des Esprits immortels qui assumons consciemment l'élaboration de notre destin. La seule vie est celle de l'Esprit, et les nombreuses existences sont celles des personnages générés à chaque incarnation. Quand l'être humain incarné, conscient de sa condition d'Esprit immortel, comprend et modèle son personnage pour atteindre les objectifs qu'il lui revient de réaliser, il parvient à avoir une vie heureuse. Son personnage n'a pas besoin d'un modelage parfait ou bien de s'insérer dans un *statu quo* religieux, en adhérant à une foi « salvacionniste ». Il faut surtout l'adapter à sa personnalité, en respectant les objectifs qu'il souhaite atteindre pour que l'Esprit puisse assimiler des qualités importantes. Ces adaptations comprennent l'intégration de vertus religieuses, mais elles vont plus loin, sans les limites, selon les objectifs qui peuvent le contrarier.

Un personnage vécu dans un incarnation ne se poursuit pas et

n'aura pas la prévalence sur l'Esprit, pour ne pas biaiser son destin, en devenant une norme. Chaque existence apporte un supplément d'évolution à l'Esprit, et ce personnage n'est pas plus important que l'autre. Pour éviter que le personnage d'une incarnation ne chevauche sur celui de la suivante, l'Esprit doit observer ses tendances pendant son existence actuelle, en tentant de les modifier selon ses objectifs de vie actuels. L'intention ne doit pas être simplement de corriger ses mauvaises tendances, mais d'en ajouter d'autres qui lui serviront pour toujours. Pour ce faire, il doit apprendre à distinguer ses caractéristiques réelles, celles que l'Esprit a déjà intégrées, de celles de son personnage, et principalement de celles qui font partie de la culture dominante de la société dans laquelle il vit. Malgré les améliorations obtenues du fait de l'évolution de la société, lors d'un retour réincarnatoire, on est soumis à la domination des tendances collectives de l'humanité. C'est pour cela que cette distinction doit être perçue.

Il lui faut de nombreuses existences sur terre pour que l'Esprit se distingue de ses personnages, en assumant ce qu'il est de manière authentique. Quand cela se produit, il se détermine lui-même, et de celui qui demande au Divin, il devient celui qui collabore consciemment à Son œuvre. À ce stade,

il comprend que son évolution est un processus continu qui lui permet d'apprendre dans les différentes dimensions existentielles, sans jamais perdre sa condition d'Esprit immortel. Il comprend également que l'existence dans un corps physique est une simple étape et que les défis d'une incarnation, même s'ils sont difficiles, ne sont que les degrés d'une échelle immense et lumineuse qui n'a rien d'une souffrance ou d'une punition divine.

La maturité d'un Esprit incarné, ainsi que celle qui interfère directement dans la vie matérielle, se note quand il profite de son incarnation pour améliorer son personnage de sorte qu'il lui permette d'intégrer de nouvelles capacités évolutives pour qu'il puisse vivre dans le monde sans succomber à la mentalité collective. Une existence n'est pas suffisante, et encore moins la pratique de quelques vertus pour répondre aux besoins de la conscience qui craint la mort et aux conséquences de ses actions dans l'au-delà. La conscience de son immortalité doit se matérialiser par ses actes et ses sentiments qui mènent l'Esprit incarné vers sa transformation personnelle et changent la réalité environnante pour que le monde devienne ce à quoi il aspire pour l'au-delà.

Adenáuer Novaes

Psychologue