

Journal für Psychologische Studien

Wissenschaft, Philosophie und Religion

Auf dem Weg zum Glück

Das Glück ist ein unerschöpfliches Thema der verschiedenen Philosophien und Religionen, daneben auch der Psychologie. Mehrere Philosophen vertieften sich in Studien und wissenschaftliche Forschungen über das Glück. Gemäß Aristoteles ist das Glück Gleichgewicht und Harmonie, die durch die Ausübung des Guten

Die Erfahrung des Glücks ist einzigartig für jedes Individuum, das sich die Kenntnis der natürlichen Gesetze, der psychoemotionalen Entwicklung und der Sensibilität angeeignet sowie die Annahme seiner selbst und der anderen erlernt hat.

Die Wohltäterin Joanna de Ângelis bezeichnet das Self als „den

ihren Ursprung haben. Es hängt nicht von Vermögen, Titeln oder menschlicher Anerkennung ab, sondern von der Fähigkeit zur Hingabe, in der Wahrnehmung des in Gott verankerten Bewusstseins, mit eigenverantwortlichen Entscheidungen ohne jegliche Illusion, denn „es gibt kein Erwachen für das Bewusstsein ohne Schmerz. Die Menschen unternehmen alles, bis zur Grenze der Absurdität, um die Konfrontation mit ihrer eigenen Seele zu vermeiden“, wie Carl G. Jung es ausdrückt.

Angeichts der globalen Aktualität fragen wir: wie können wir als Geschwister in der Existenz der Menschheit dazu beitragen, eine Psychosphäre des echten Glücks für alle zu schaffen? Carl G. Jung versichert, dass „die beste politische, soziale und spirituelle Arbeit, die wir tun können darin besteht, dass wir aufhören, unsere eigenen Schatten auf die anderen zu projizieren.“ Dieser Anstoß ist für uns alle, Kinder Gottes und spirituelle Geschwister realisierbar, wenn wir der Einladung des Schöpfers zur aktiven Mitarbeit in dem Wiederaufbau einer von Brüderlichkeit, gegenseitiger Hilfe und menschlicher Solidarität geprägten planetaren Psychosphäre nachkommen.

Diese Herausforderung ruft uns alle, als Mitarbeiter bei der Errichtung einer neuen Ära dazu auf, unser Ego zu zügeln, damit das *Self*, das höhere Ich, die Kontrolle über unsere Emotionen und Gedanken übernimmt und sich der Führung Gottes anvertraut, der die Liebe ist, der das Glück für seine Kinder will und sie zur Selbstliebe ermuntert, die mit der Pflichterfüllung einhergeht. Wie Papst Franziskus es ausdrückt: „Die Logik der Welt treibt uns zum Erfolg, zur Macht, zum Geld; die Logik Gottes indessen zur Demut, zum Dienst und zur Liebe.“

Evanise M Zwirtes

Transpersonale Psychotherapeutin



erworben werden. Laut Epikur manifestiert sich das Glück durch die Befriedigung der Bedürfnisse und Wünsche. Lao Tse ist der Auffassung, dass uns die Natur zeigt, wie man glücklich werden kann. Konfuzius glaubte, dass das Glück als Ergebnis der zwischenmenschlichen Harmonie angesehen werden kann.

Carl Rogers, humanistischer Psychologe und Gründer der personenzentrierten Persönlichkeitstheorie, verteidigte die positivistische Idee, dass der Kern der menschlichen Persönlichkeit zu Gesundheit und Wohlergehen neigt. „Ich glaube, dass ich jetzt klar zu erkennen vermag, warum es keine Philosophie, kein Glaubenssystem oder Prinzip gibt, für die ich andere gewinnen oder überzeugen kann. Ich kann nicht mehr tun als versuchen, nach der eigenen Interpretation der gegenwärtigen Bedeutung meiner Erfahrung zu leben und den anderen die Entwicklung ihrer eigenen inneren Freiheit zu überlassen, damit sie zu einer signifikanten Interpretierung ihrer eigenen Erfahrungen gelangen.“

Für Rogers ist das Self ein kontinuierlicher Prozess der Selbstaktualisierung.

edlen Bereich des Wesens. Es ist das Zentrum der göttlichen Inspiration, in dem sich die wegweisenden Paradigmen des Evolutionsprozesses befinden“, während Carl G. Jung erklärt, dass „das Bewusstsein des Menschen mit folgender Zielsetzung erschaffen wurde: 1) um zu erkennen, dass seine Existenz von einer höheren Einheit her stammt; 2) um diesem Ursprungsquelle die gebührende und ehrerbietige Aufmerksamkeit zu widmen; 3) um auf intelligente und verantwortungsvolle Weise die Anweisungen dieser Quelle auszuführen; 4) um solchermaßen einen optimalen Lebensstil zu führen und die Vollendung der psychischen Entwicklung zu erreichen.“ Im Buch *Jesus und die gegenwärtige Zeit* weist Joanna darauf hin, dass „die Tiefenpsychologie heutzutage im Verlauf von lang anhaltenden und beschwerlichen Prozessen zu denselben Schlußfolgerungen gelangt wie Er (Jesus) es vor 2000 Jahren mit der größten Leichtigkeit geschafft hat“.

Im tiefen Sinn des Lebens ist das Glück das Ergebnis der gelebten Gesetze der Liebe, die in der unerschöpflichen Quelle Gottes

Gegenwärtige Betrübnisse

Einige Menschen hegen den naiven Glauben, dass die Fortschritte von Wissenschaft und Technologie die Fähigkeit hätten, sämtliches menschliches Leid und alle Betrübnis von der Erdoberfläche zu kehren. Andere dachten, dass uns die Lösung der sozialen und wirtschaftlichen Probleme zu einem glücklicheren Leben und zu

Es gilt, Trübsal und Leid an ihrem Ursprung zu heilen: im Wesen selbst, in dem sie sich eingenistet haben. Dies erfordert Verantwortungsbewusstsein gegenüber dem Prozess der Selbsterkenntnis durch die ständige und aufmerksame Beobachtung seiner selbst; eine Vernachlässigung dieser Wachsamkeit weckt im



größeren Wohlergehen führen würde. Wenngleich einige dieser Argumente nachvollziehbar sein mögen, insbesondere in Bezug auf den sozialen und materiellen Bereich, ist das menschliche Leben und seine Bestimmung viel bedeutender als man es zum gegenwärtigen Zeitpunkt ermesen kann. Und trotz der beachtlichen Fortschritte auf den genannten Gebieten in den letzten Jahrzehnten sind das Leid und die Trübsal im Großen und Ganzen verblieben, ja sie haben noch zugenommen, wie es die wachsenden Statistiken über Depressionen, Psychopathologien im Allgemeinen, über Gewalt und Suizid aufzeigen.

Wenn wir das menschliche Wesen unter die Lupe nehmen, dürfen die Faktoren der inneren Beschaffenheit nicht vernachlässigt werden, denn solange die inneren Gestaltungen und Aspekte sich nicht in Harmonie befinden, kann kein Ambiente, kein Besitztum oder Genuss, auch nicht der beste Umgang die dunklen Schatten beheben, die sein Gemüt einhüllen.

Menschen ein hohes Potenzial an zerstörerischer Kraft seiner selbst und seiner Mitmenschen, wie sich gezeigt hat. Die Betrübnisse sind lediglich der Warnruf der Seelen, die ihren Kontakt zum Sinn der Existenz verloren haben, das Alarmsignal für oberflächliche Lebensweisen ohne Ziel und Streben, die dringender Reform bedürfen. Die Unreife führt dazu, sich der Symptome schnellstmöglich zu entledigen, allerdings ohne die Gründe zu untersuchen, die das Leid herbeigeführt haben.

Wenn wir in der Lage sind, die Fortschritte und Entdeckungen im äußeren Bereich mit der inneren, aufstrebenden Wandlung in Einklang zu bringen, werden wir endlich mit sicheren Schritten auf das Persönlichkeitsprofil zugehen, das zwar einige Situationen des Leidens und der Trübsal durchschreitet, aber nicht an ihnen hängen bleibt, zumal es in seiner göttlichen Essenz lebt und dort geborgen ist.

Cláudio Sinoti

Jungianischer Therapeut

In Bezug auf den Zweifel

Häufig fragen die Patienten im therapeutischen Gespräch: *Welche Wahl soll ich treffen? Welchem Weg folgen? Liege ich wohl richtig?* In diesen Fällen zeugt der Zweifel, den sie äußern, von der Unsicherheit, die sie in sich tragen, sei es durch ein Entfernen von der inneren Welt und ihren Quellen der Wahrnehmung, sei es, weil sie sich in Abhängigkeitsbeziehungen eingerichtet haben, in denen sie den anderen die Verantwortung übertragen, den eigenen Weg zu wählen.

Jedoch kann sich der Zweifel auch in einen Verbündeten des Prozesses der Selbsterkenntnis verwandeln, wenn wir von ihm ausgehend alle Aspekte der Herausforderungen, die uns das Leben bietet, tiefgründiger untersuchen, sie aufgrund der Konsequenzen, zu denen sie führen, annehmen und uns nicht davor fürchten, die Verantwortungen zu übernehmen, die uns obliegen. Diese Haltung gegenüber dem Zweifel erlaubt es uns, den Blick auf uns selbst zu vertiefen, wobei wir häufig die auf die Ängste treffen, die unsere Zweifel nähren. Diese rühren mitunter aus der Illusion, sich ein sicheres und ruhiges Leben zu wünschen, ganz nach dem Geschmack des unreifen Ego, ohne sich den natürlichen Herausforderungen des Menschseins stellen zu müssen.

Das Problem – sei es im persönlichen Leben, im religiösen Bereich oder auf dem Gebiet des Wissens – ist folglich nicht, Zweifel zu haben, was sehr natürlich ist und sogar gesund, wenn sie gut genutzt werden. Das Problem tritt auf, wenn wir auf unreife Weise mit ihnen umgehen, indem wir äußere Antworten suchen, die uns niemals zufriedenstellen werden oder sie gar verneinen, was ein Aufblähen des Ego zeigt, welches meint, die Wahrheit für sich gepachtet zu haben.

Iris Sinoti

Jungianische Therapeutin



Redaktion

Journalist:

Katia Fabiana Fernandes - n° 2264

Redakteurin

Evanise M Zwirtes

Mitarbeiter

Maria Angélica de Mattos - Revision
Daniela Righi - Englische Übersetzung
Mark Pohl - Englische Revision
Karen Dittrich - Deutsche Übersetzung
Hannelore P. Ribeiro-Deutsche Übersetzung
Maria M Bonsaver - Spanische Übersetzung
Lenéa Bonsaver - Spanische Revision
Nicola P Colameo Italienische Übersetzung
Sophie Giusti - Französische Übersetzung
Irène Gootjes - Französische Übersetzung

Berichterstattung

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

Grafikdesign

Evanise M Zwirtes

Druck

Auflage:
2000 Exemplare - Portugiesisch
1500 Exemplare - Englisch

Studientreffen (auf Portugiesisch)

Sonntags: 17.45 - 21.00 Uhr
Montags: 19.00 - 21.00 Uhr
Mittwochs: 19.00 - 21.00 Uhr
Samstag: 18.30 - 20.00 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

Wege festlegen

Wenn wir ausschließlich rational wären, wäre es sehr einfach, einem negativen Gedanken oder einem unangebrachten Verhalten Einhalt zu gebieten. Man bräuchte nur zu sich selbst sagen: „Ich werde nicht daran denken.“ Und schon wäre jener Gedanke unterdrückt, so wie wir vorgehen, wenn wir eine Datei auf unserem Computer *löschen* möchten, indem wir lediglich eine Taste drücken.

Jedoch wird unsere rationale Seite wesentlich durch eine emotionale Gegenseite kontrolliert, da es in der Regel unsere Emotionen sind, die eine Wahl oder Entscheidungen treffen. Man darf sich daher nicht täuschen, denn wir sind keine rationalen, sondern intrinsisch emotionale Wesen. Gewöhnlich sage ich, dass die große Mehrzahl der Menschen keine Emotionen besitzt, sondern dass die Emotionen sie besitzen.

Aus diesem Grund wird es schwierig, dem Leben eine Richtung zu geben und die Ziele zu erreichen, die ausführlich für die physische Existenz geplant wurden. Häufig erkennen wir sogar bereits den zu absolvierenden Weg, aber wir zögern ihm zu folgen, von unseren Ängsten, unserer Schuld, unserem Kummer, unserer Traurigkeit verunsichert...

Es wurde einmal ein Buch geschrieben, das aus vier Kapiteln bestand.

Im ersten Kapitel lief ein Mann einen Weg entlang. Auf diesem Weg befand sich ein Loch, und der Mann fällt in das Loch. Anschließend benötigt er sehr lange, um aus dem Loch herauszukommen.

Im zweiten Kapitel lief derselbe Mann denselben Weg entlang. Er war bereits in das Loch gefallen, jedoch fällt er unachtsam erneut hinein. Anschließend benötigt er sehr lange, um aus dem Loch herauszukommen.

Im dritten Kapitel lief derselbe Mann denselben Weg entlang. Jetzt jedoch weicht er dem Loch aus.

Im vierten Kapitel wählt er einen anderen Weg.

In welchem Kapitel befindest du dich?

Davidson Lemela

Neuropsychologe

Hoffnung auf Gott

Gott ist der Schöpfer. Anders als für jene Götter, die in der kollektiven Vorstellung leben und deren Wert der psychischen Integrität ihrer Gläubigen entspricht und diese gewährleistet, sind für Ihn keine religiösen, theologischen oder kulturellen Interpretationen erforderlich. Und gerade zu jenen Göttern steigen die Bitten, der Dank und die Klagen empor, die das Bewusstsein derer bevölkern, die sich von sich selbst distanzieren fühlen. Die Art, in der sie mit dem Schöpfer Kontakt aufnehmen wollen,

Hoffnung, die auf einen blinden und unterwürfigen Glauben gründet und sich im reinen Hoffen erschöpft, wird zu einem Übel, denn sie kristallisiert den Geist und erschwert ihm den Erwerb von Fähigkeiten, die er auf seinen eigenen Wunsch erlernen möchte.

Die optimistische Hoffnung, die sich sicher ist, dass die persönliche Anstrengung bereits den Erfolg mit sich bringt und das erforderliche Opfer der zu bewältigenden Erfahrung mit positiven Ergebnissen belohnt, verbindet den



geht noch über den Weg des Glaubens an ihren eigenen Gott. Sobald der Mensch sich seiner Unsterblichkeit bewusst wird, nähert er sich mehr und mehr sich selbst und fühlt auf intensive Weise seine intime und tiefe Verbindung mit dem Schöpfer.

Mit dem wachsenden Gefühl dieser Verbindung nimmt seine Hoffnung zu, die von der wirksamen Gewohnheit gestärkt wird, die Harmonie zwischen allem und allen aus seiner Umgebung zu fördern. Je mehr das menschliche Wesen sich erhofft, dass sein Gott seinen Interessen gerecht wird und die Lösungen in seinen Alltag einbringt, desto mehr entfernt er sich von dem Verständnis, was der Schöpfer in Wirklichkeit von ihm will. Das Verständnis um den Plan des Schöpfers erwacht, wenn der Geist, sei er inkarniert oder desinkarniert, zugunsten des eigenen und kollektiven Wohlergehens tätig wird und somit einen Beitrag zum allgemeinen Fortschritt leistet. Eine

Geist mit den Höheren Kräften des Lebens, die im Schöpfer ihren Ursprung haben. Die Hoffnung auf Gott, den Schöpfer, ist immer an den Erwerb von neuen Fähigkeiten geknüpft, die durch die Arbeit, die ständige Zunahme von Wissen und Einsicht, die Vertiefung der Erkenntnis seiner selbst, die Verstärkung und Weitergabe des Gefühls der Liebe und vor allem durch das überzeugte Wissen um die eigene Unsterblichkeit in den Wesenskern eingegliedert werden. Die Hoffnung, der letzte Grenzstein des menschlichen Aufgebots zugunsten seiner selbst, erhebt den Menschen zu der Zusammenarbeit mit dem Schöpfer, insofern sie auf eine entschlossene und bewusste Lebensweise sowie auf Arbeitsbereitschaft und mitfühlende Liebe gründet.

Adenauer Novaes

Klinischer Psychologe



Das Gefühl der Nächstenliebe

Das Wort Nächstenliebe wurde entartet. Man hat seinen breitgefächerten Sinn gedrosselt und den leeren Raum mit nichtssagenden intellektuellen Floskeln ausgefüllt, die dafür sorgen, dass sich die Menschen von einander entfernen. Viele, die sich zu ihr hingezogen fühlten, machten sie zu einem Instrument ihrer eigenen Interessen, um sie ohne jegliche Anstrengung manipulieren zu können. Und andere wiederum schufen ihre persönlichen Theorien über die Liebe zu den Feinden und verbohrteten sich darin, nur jene zu lieben, die ihnen auch ihrerseits Liebe entgegen brachten.

In diesem von Widersprüchen und Verzerrungen geprägten Szenarium, das sich von der Essenz des Lebens weit entfernt hat, gilt es im Hinblick auf die insbesondere in den religiösen Kreisen erfolgte Banalisierung des Wortes, das „Gefühl“ der Nächstenliebe wiederherzustellen. Im Jahre 1860 schrieb Schwester Rosalia in Paris wichtige Überlegungen zu diesem Thema, die im Kapitel XIII des Buches *Das Evangelium aus der Sicht des Spiritismus* veröffentlicht wurden. Ein kleiner Absatz großen Gewichtes über die materielle und moralische Nächstenliebe inspiriert den Leser zum Wiedererwecken des Gefühls der Nächstenliebe. Im Zuge der Reflexion über die Verwendung des Geldes und die auf dem Planeten grassierende Armut, bezichtigt sie den Egoismus als Hauptverantwortlichen für die Nichtbeachtung und Gleichgültigkeit der Menschen gegenüber den Nöten und Bedürfnissen der Mittellosen, Verlassenen und Gestrandeten des Lebens.

Es handelt sich um stets aktuelle Worte, denn sie zerstäuben das heuchlerische

Gehabe, das Politikern und Regierenden die alleinige Schuld über die in der Gesellschaft herrschenden Schwierigkeiten und Ungleichheiten zuschiebt. Gewisse Personen lehnen sich gegen die Korruption auf, was angesichts der gegenwärtigen Horrorpraktiken normal erscheint, doch vergessen sie, über ihren eigenen Beitrag am sozialen Ungleichgewicht nachzudenken, das einigen so vieles zugesteht, während andere mit so wenig auskommen müssen.

Das fehlende Gefühl der Nächstenliebe verhindert, dass man seinen eigenen Reichtum erkennt, der mit den anderen zu teilen wäre; stattdessen bezeichnet man all diejenigen als „reich“, die augenscheinlich mehr besitzen. Das abwesende Gefühl der brüderlichen Gesinnung, die unter den Menschen walten sollte, immobilisiert alle und macht sie blind für das eigene Hab und Gut gegenüber ihren benachteiligten Mitmenschen, denen sie ausgiebig und mühelos helfen könnten.

Die Worte unserer Schwester sind allerdings umfassender, denn sie beleuchten zudem den Unterschied zwischen materieller und moralischer Nächstenliebe, wobei letztere noch schwieriger in die Tat umzusetzen ist.

Ohne die Verdienste der materiellen Nächstenliebe zu schmälern, regen sie zu einer zusätzlichen Handlung zugunsten der Verlassenen und Ausgestoßenen an, nämlich zur Toleranz, zum Verständnis und dem Dienst der Liebe.

Schwester Rosalia ruft die Botschaft Jesu wieder ins Leben, dass wir alle Geschwister sind und wie schwer es ist, diese göttliche Kindschaft und die brüderlichen Bande, die uns vereinen, zu erkennen. Indem wir noch den materiellen Unterschieden voneinander bedingt durch berufliche

Stellungen, Status, Rassen, Religionen... währenddessen das im Menschen verankerte Gefühl der Nächstenliebe, wenn freigesetzt, sämtliche Barrieren sprengen und für Diskriminierung, Respektlosigkeit sowie für offene oder verhüllte Ausdrücke und Handlungen der Geringschätzung keinen Raum lassen würde.

Das ist eine wichtige Stufe zu dem wahren Gefühl der Nächstenliebe, das sich nicht allein in der Geste des Gebens offenbart, zumal sich diese sogar als herablassend und verdemütigend gestalten kann.

Es ist an der Zeit in unserem Gewissen einen Platz für das Gefühl der Nächstenliebe einzuräumen, die aus der Erkenntnis hervorgeht, dass wir es als Geschwister nicht zulassen dürfen, dass einige sich an den irdischen Gütern ergötzen, während andere in prekären Verhältnissen überleben und der materiellen oder moralischen Verlassenheit ausgeliefert sind.

Daraus lässt sich folgern, dass der Mensch, der seine Mitmenschen als gleichwertig anzusehen vermag, ein zunehmendes Maß an Gefühl der Nächstenliebe erlangt; auf der anderen Seite, wer sich in eine differenzierte, entfernte Position versetzt, läßt dieses Gefühl jeden Tag absterben.

Es handelt sich nicht um überdachte, vorgesehene oder geplante Handlungen; es reicht vollends, wenn man jeden Tag dem Gefühl der Nächstenliebe Folge leistet; so wird sich der allgemein ersehnte Friede in absehbarer Zeit ganz von selbst unter den Menschen ausbreiten.

Marlon Reikdal

Klinischer Psychologe