

Journal d'études psychologiques

Science, philosophie et religion

La force actualisatrice de l'Invisible

Quelle que soit l'activité humaine, sous ses aspects internes et externes, « l'Invisible » nous invite à observer avec une plus grande acuité la réalité qui nous entoure.

diumnique de l'individu, il ne pourra jamais embrasser les nuances et la grandeur du monde spirituel.

Pour ces facteurs et bien d'autres encore, la réalité est tou-

ronnementaux systématiquement commis et qui se retournent contre l'être humain qui dans son aliénation ne perçoit pas qu'il fait partie de cette Nature.

Au nom de la création de richesses et du « développement », nous avons construit une société inégale d'une manière si absurde que, selon les données des organisations internationales, les 26 personnes les plus riches au monde détiennent l'équivalent de la somme monétaire de 50% des plus pauvres. Ce sont les « invisibles » de la planète, vivant avec des occupations sous-humaines (quand ils le peuvent).

Il est plus que temps de rendre visible notre générosité, notre compassion, notre solidarité et notre prise de conscience. Plus que jamais, nous devons améliorer notre capacité à aimer dans toute sa profondeur, car comme nous l'apprend le Petit Prince, « l'essentiel est invisible pour les yeux ».



De nombreux incidents ne sont même pas remarqués par la conscience en tant qu'instance où se trouvent les contenus identifiés par l'ego, si bien qu'ils sont archivés dans l'inconscient sous forme d'informations subliminales. Cet inconscient est un terrain « inconnu » pour la conscience, même si elle souffre directement des effets de ses contenus, en particulier avec les rêves et les symboles qui envahissent l'ego, souvent malgré lui, comme pour pousser l'être à sa transformation dans son processus d'individuation.

Notre environnement extérieur nous entoure aussi d'ondes qui nous relient par le biais de la technologie, mais nos capacités de perception limitées nous empêchent de les détecter. Ces ondes « existent » bien pourtant et permettent des connexions entre individus distants les uns des autres, facilitant la vie humaine à bien des égards. Ce qui augmente encore plus la présence de l'« Invisible » qui nous entoure et, quelle que soit la capacité mé-

jours plus profonde que l'ego ne peut le percevoir et le comprendre, et l'Invisible inaperçu est toujours présent, nous invitant à l'humilité et à reconnaître, comme nous l'a enseigné le philosophe Socrate, que nous ne savons rien.

Ces derniers temps, l'humanité est confrontée à une pandémie terrifiante qui anéantit d'innombrables vies et affecte beaucoup de gens, invitant les êtres humains à approfondir leur réflexion sur la vie et sa signification. Le minuscule virus, invisible à l'œil « nu » qui a changé la routine de presque toute la planète, nous oblige à voir tout ce que nous négligeons, ce qui à présent nous coûte très cher.

Car en plus de la réalité « invisible », nous avons fermé les yeux sur ce que nous aurions pu accomplir, mais que nous avons méprisé par inconscience et inconscience. Nous gaspillons les précieuses ressources de Mère Nature au nom de la cupidité et de l'égoïsme. Nous préférons « ne pas voir » les innombrables crimes envi-

Cláudio Sinoti

Thérapeute junguien



Esprit et vie

Vivre est la réalité naturelle et inexorable de l'Esprit, car il est impossible de ne pas vivre. L'immortalité de l'être humain lui donne la prérogative de vivre un éternel présent et de ne jamais rétroagir dans son évolution. Afin qu'il comprenne comment la vie fonctionne, il se réincarne

et assimile mieux les desseins divins. Une vie ascétique, sublimée ou même sanctifiée, sans vivre les expériences courantes du quotidien, est inutile. Une vie loin de l'humanisation personnelle naturelle éloigne l'être de la spiritualité qui donne à l'existence tout son sens. La spiri-



d'innombrables fois pour intégrer des compétences et faire face aux défis de son évolution. Ses personnalités, construites au cours de chaque incarnation, lui permettent d'interagir avec le monde et, par ses expériences, d'acquérir de nouvelles compétences évolutives chaque fois plus complexes. Il ne régresse jamais, car quand il intègre une compétence, il ne la perd plus.

Ses interactions sociales, sources d'innombrables possibilités évolutives, représentent la partie affective de son existence. Il doit donc accorder de l'importance à ses relations et s'y consacrer du mieux qu'il peut, en se disant toujours que prendre soin de l'autre est fondamental pour son propre perfectionnement. C'est à travers elles qu'il apprend à aimer, à se percevoir et à comprendre le sens de la vie. Vivre intensément est donc la meilleure manière d'acquérir les valeurs qui doivent guider l'existence humaine.

Quand l'être humain acquiert la conscience de son immortalité, du fait qu'il est Esprit avant tout, même s'il est dans un corps physique,

tualité sans humanisation est un vernis religieux qui ne répond pas aux desseins divins.

La vie de l'Esprit incarné aspire à bien plus qu'à l'expression de formules sacralisées, de rituels d'initiation ou d'adoration à des dieux, car la nature exige la réalisation d'une vie pleine de sens et d'expériences émotionnelles qui ajoutent de la valeur à l'Esprit. Ne pas craindre de vivre, assumer la construction de son propre destin et œuvrer à la transformation de soi, mais aussi prendre soin des autres semble être le chemin le plus salutaire.

Au cours de l'incarnation actuelle, l'individu doit toujours se rappeler que l'Esprit est son maître et qu'il doit être en accord avec lui et suivre ses recommandations. On vit une existence dépourvue de sens. Or, on ne peut atteindre le divin sans donner un sens personnel à la vie. Le chemin est celui du cœur. La route est longue, sinueuse, mais accessible à tous.

Adenauer Novaes

Psychologue

Intériorisation

Au cours des derniers mois, l'une des expressions les plus utilisées dans tous les médias a été : « restez à la maison ». Le risque réel de contamination dans l'environnement extérieur, en plus d'être un agent de contamination, a contraint une bonne partie de la population mondiale à rester chez elle.

Et le foyer, qui devrait être un lieu de confort hospitalier, est devenu pour beaucoup une scène de conflits, si bien que de nombreux cas de disputes et même d'agressions familiales ont été signalés. Quand la relation avec les autres qui nous sont si proches se déroule dans un climat de guerre, que dire de la relation de l'homme avec lui-même ?

En général, les individus ne sont pas incités à se connaître. Ils établissent et poursuivent essentiellement des objectifs extérieurs qui visent à augmenter leur pouvoir, leur patrimoine, leur statut social, leurs connaissances... mais la connaissance de soi est toujours reportée. Ils s'amuse, se distraient sur les réseaux sociaux où l'ego prédomine et sont étrangers à eux-mêmes, négligeant leur ombre.

C'est pourquoi, quand ils ne peuvent utiliser des artifices pour camoufler leurs conflits, ils explosent dans la relation avec l'autre ou dans leur sentiment de vide existentiel constaté par les graves indices de dépression et de suicide. Comme l'a prédit Carl Gustav Jung, l'ignorance de sa propre psyché est devenue le grand mal de l'humanité. Plus que jamais, « rester à la maison » doit nous renvoyer à notre foyer intime.

Iris Sinoti

Thérapeute jungienne



Logistique

Journaliste

Katia Fabiana Fernandes - n° 2264

Édition

Evanise M Zwirtes

Collaboration

Maria Angélica de Mattos - Révision
Cintia C. dos Santos - Traduction en anglais
Danusa Rangel - Révision en anglais
Karen Dittrich - Traduction en allemand
Hannelore P. Ribeiro - Traduction en allemand
Maria M Bonsaver - Traduction en espagnol
Lenéa Bonsaver - Traduction en espagnol
Nicola P. Colameo - Traduction en italien
Irene Audi - Traduction en français

Rédaction

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

Design graphique

Evanise M Zwirtes

Réunions d'études (en portugais)

Dimanches: 17h45 - 21 h

Lundis: 19 h - 21 h

Mercredis: 19 h - 21 h

Samedis: 18 h30 - 20h

Réunions d'études (en anglais)

Mercredis: 17 h20 - 18.30 h

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

Rencontre intérieure

L'être humain face à lui-même dans une relation intrapersonnelle.

La relation intime avec nous-mêmes est une relation souvent difficile à cause des défenses intérieures qui bloquent notre réelle perception des choses.

La connaissance de soi favorise la prise de conscience de ce qu'on croit être et de ce qu'on est réellement. Nous portons en nous la conscience de Dieu, par les lois universelles. Notre conscience nous tourmentera jusqu'à ce que nous harmonisons nos expériences intérieures en ajustant nos valeurs spirituelles.

Nous ne sommes pas victimes des expériences, car notre âme sait qu'elle est en mesure de vivre dans le monde où elle est venue apprendre à développer son libre arbitre. Responsables de ce que nous ressentons, nous sommes incités à faire des choix murement réfléchis.

La rencontre avec soi-même se fait quand l'espace et la liberté nous permettent intérieurement d'être nous-mêmes. Qu'est-ce qui empêche cette rencontre ? Une relation ? Dépendance émotionnelle, insécurité, manque d'affection, jalousie, envie, attentes, demandes... La souffrance, la maladie, l'insatisfaction sont la preuve que nous avons tort.

Percevons notre essence par le ressenti. Les bonnes ou les mauvaises sensations de notre corps donnent le signal. Une des causes de la dépression, c'est la non-acceptation de soi, un long processus de déni et de déconsidération.

L'essentiel est de remettre en question les croyances irrationnelles pour éliminer un schéma illusoire présent dans l'inconscient. Ce questionnement amène la conscience à sa réalité intérieure, l'Esprit, en exerçant l'amour de soi par le biais de la rencontre intérieure pour grandir en Dieu. Comme Joseph Murphy a écrit : « J'existe, je me meus et je réside en lui. »

Evanise M Zwirtes

Psychothérapeute



Moments de conscience

Les définitions du mot *conscience* disent la chose suivante : sentiment ou connaissance qui permet aux êtres humains de vivre, d'expérimenter ou de comprendre des aspects ou la totalité de leur monde intérieur ; système de valeurs morales qui fonctionne, de manière plus ou moins intégrée dans l'approbation ou la désapprobation de la conduite, des actes et des intentions propres à chacun ou à autrui. Selon Émile Durkheim (sociologue français, 1858-1917), ensemble d'idées, de croyances et de sentiments com-

celle de leurs descendants, restées depuis dans la mémoire collective.

La première définition dit que nous « ajustons » actuellement notre lecture du monde pour trouver un nouveau mode de vie en adéquation avec le monde qui nous entoure. La seconde définition, issue de la première, signale une nouvelle forme de comportement envers la Nature et les autres espèces qui vivent avec nous.

D'après notre lecture, nous passons actuellement par une réévaluation des concepts et des faits,



muns, créations ou manifestations collectives ; mais encore ensemble de connaissances et de valeurs détenues par tous les membres d'un groupe.

Notre capacité de compréhension n'est pas à la hauteur de l'expérience des moments graves que nous vivons. Notre génération n'avait jamais connu de pandémie. Nous avons vécu d'autres drames personnels et collectifs qui furent des défis existentiels pour notre capacité de résistance ou de résilience.

Les générations précédentes sont passées par des expériences douloureuses et l'histoire est là pour nous rappeler les angoisses, les afflictions et l'intensité des souffrances citées dans les livres, les films et les documentaires, mais aussi présentes dans la conscience individuelle de ceux qui les ont vécues, et dans

car le « monde antérieur » a mis en évidence la faillite de nos valeurs. Nous nous réinventons et, à ce titre, les ressources et les potentiels individuels sont en cours de réévaluation. La demande d'isolement peut nous mener à une réflexion profonde et à la prise de conscience de la nécessité de se reconstruire grâce à des valeurs et des expériences individuelles et collectives en accord avec le monde réel.

C'est peut-être le début d'un processus de régénération de nos âmes, comme le propose la philosophie spirite, et en tant que telle, elle se réfère à la reformulation et à la réflexion de concepts et de questions qui ne sont pas restées sans réponse. Réfléchissons-y.

Sonia Theodoro da Silva

Philosophe



Après la tempête

L'heure est grave pour l'humanité ! La satisfaction irréfléchie de désirs purement matériels et la quête incessante et sans limites du plaisir à tout prix nous ont rendus intolérants, car la plupart d'entre nous n'ont pas encore compris le vrai sens de l'existence humaine.

Quelle est la plus grande leçon à tirer de ce moment ?

Apprendre à pratiquer la charité ? Diminuer notre égoïsme et nous soucier davantage des autres ?

Non ! Cela a déjà été enseigné plusieurs fois. La grande majorité d'entre nous est restée égoïste et désespérée en dépit des paroles des anciens prophètes qui ont servi d'intermédiaire entre Dieu et l'humanité et des leçons inoubliables de Jésus et de ses apôtres, dans la grande manifestation du verbe divin, qui nous ont toujours exhortés à aimer notre prochain. Savez-vous pourquoi ? Parce que beaucoup parmi nous vivent encore la loi de la survie, celle du plus fort contre le plus faible, du moi au détriment du nous. Si bien que nous nous perdons dans les labyrinthes de la peur, de la tristesse et de la culpabilité.

La grande et difficile leçon à retenir de ce moment est celle de la rencontre avec soi-même. Rester chez soi à cause de la pandémie est l'occasion d'accepter cette inconnue que chacun est pour lui-même, d'apprendre à surmonter cette angoisse et cet inconfort de notre propre compagnie, de tourner notre regard vers notre monde intérieur et reconnaître à quel point

nous sommes loin de nous-mêmes et de l'amour. L'enfermement social est la stratégie que Dieu a utilisée pour arriver à une seule chose : Que chacun apprenne à s'aimer !

Nous avons atteint la limite de nos forces. Nous avons donc été obligés de nous arrêter. Nous sommes perdus, sans savoir quoi faire. La peur a envahi nos vies, car la plupart ne savent pas qui ils sont et ce qu'ils font ici. Pourtant, la peur n'apporte rien au monde ni à nous-mêmes. Nous sommes nés pour exprimer la gloire de Dieu qui existe en tout : dans la vie, le respect des autres, de la nature et de nous-mêmes.

Profitons de l'instant. Faisons la paix avec nous-mêmes et faisons briller notre lumière. Déversons la joie, la reconnaissance, l'espoir et croyons au bien. Notre monde vit un moment de transition grave, la science n'a jamais fait autant de conquêtes et il n'y a jamais eu autant de sentiments hideux.

Le moment est venu de réaffirmer notre foi et notre espérance en des jours heureux. Il n'y a plus de place pour l'incertitude et l'incrédulité. Soit nous changeons, soit nous serons inévitablement expatriés dans des régions de profonde souffrance. Nous nous sommes réincarnés pour contribuer à la nouvelle ère, et le Spiritisme, c'est le retour de Jésus, libéré de la croix, vivant, qui chante la gloire de la solidarité entre les peuples.

Une fois que cette tempête sera passée, nous aurons beaucoup de choses à penser, car la vie

a dû frapper fort pour nous réveiller. Tout semblait sombre et nous avions tant de doutes, mais la route que nous devons emprunter était longue. C'est à l'heure où nous sentons notre corps faiblir comme si nous n'avions nulle part où aller, que nous découvrons qu'il est temps de recommencer.

L'allemand Bert Helinger, créateur de l'approche thérapeutique phénoménologique connue sous le nom de Constellation familiale, psychanalyste, diplômé en théologie et philosophie de l'Université de Würzburg, a écrit :

La vie vous déçoit pour que vous cessiez de vivre d'illusions et que vous parveniez à voir la réalité. La vie vous envoie des personnes conflictuelles pour vous guérir, pour que vous cessiez de regarder à l'extérieur et commenciez à réfléchir à qui vous êtes intérieurement. La vie vous brise en autant de morceaux nécessaires pour que la lumière vous pénètre. La vie envoie des éclairs et des tempêtes pour vous réveiller. La vie vous réveille, vous façonne, vous brise, vous déçoit... Mais c'est pour que le meilleur de vous-même se manifeste... jusqu'à ce qu'il ne reste que l'AMOUR en vous.

Davidson Lemela

Neuropsychologue

