

# Journal d'études psychologiques

Science, philosophie et religion

## Afflictions dans le monde

L'humanité traverse un moment grave, l'exposant à d'anciennes douleurs qui semblaient surmontées. La fragilité de la vie humaine face aux virus, aux bactéries et aux maladies, ainsi qu'à la faim, à la misère

la responsabilité de notre comportement et que nous prenons conscience de nos actions, que nous commençons à agir de manière effective pour résoudre les crises collectives, car en traitant les afflic-

faim, l'injustice sociale ainsi que les douleurs de l'âme prospèrent là où il y a des individus avec leurs douleurs et leurs conflits. Plus nous nous préparons à faire face à nos problèmes, plus nous serons capables d'aider les autres à prendre en charge leurs crises personnelles. Dans ce contexte, la charité nous convie tous à « donner de notre personne », car c'est la véritable charité que nous pouvons et devons réaliser pour le monde.

Ce moment si particulier de l'humanité, avec tous les enjeux qu'il représente pour nous du fait de la pandémie, nous montre les signes de tout ce que nous devons prendre en compte. Nous ne devons plus imposer notre part d'affliction à l'humanité qui est déjà si souffrante. Nous devons, au contraire, en assumer la responsabilité, en faisant notre part pour composer la symphonie d'un ordre nouveau.



et aux comportements déséquilibrés à propos des questions importantes, sociales, environnementales, politiques et religieuses, démontrent que le chemin est encore long jusqu'à la conquête de la conscience. La connaissance accumulée au fil du temps, ainsi que les expériences vécues, n'ont pas été suffisantes pour transformer la créature humaine comme on aurait pu l'espérer. Mais, d'où viennent les afflictions du monde ?

On raconte qu'au début du siècle dernier, le magazine anglais « The Times » a mené une enquête auprès de ses lecteurs en leur posant la question suivante : « *Qu'est-ce qui ne va pas dans le monde ?* » Parmi réponses reçues, celle du journaliste et écrivain Gilbert K. Chesterton a été la plus remarquable. Il avait déclaré en quelques mots : *C'est moi !*

Dans sa réponse, Chesterton souligne un point d'important. Nous pouvons en effet montrer et analyser de diverses manières les nombreuses affections du monde. Mais ce n'est que lorsque nous assumons

tions en nous, nous traitons les afflictions du monde.

Pour apprendre à gérer ces afflictions, il est indispensable d'entreprendre un voyage vers la connaissance de soi. Il faut apprendre à connaître nos propres conflits et la manière dont ils intègrent notre comportement, et en même temps donner un nouveau sens à ces contenus afin de les transformer, pour nous libérer en les diluant et vivre de nouvelles expériences. Ce n'est pas une tâche facile et rapide comme les aime notre ego immature, mais une entreprise qui exige un effort et un dévouement constant, car nous serons confrontés à nos comportements enracinés, à notre seconde nature.

La thérapie, la méditation, la réflexion sur des sujets existentiels, la philosophie, la religion, entre autres, sont des outils précieux quand ils sont vécus de manière consciente. À partir des découvertes que nous ferons, il nous faudra adopter une nouvelle manière d'agir, en devenant un agent de la transformation des afflictions du monde. La

**Cláudio Sinoti**

**Thérapeute junguien**



## Impermanence et immortalité

Nous apprenons avec le philosophe grec Héraclite d'Éphèse que le changement est la seule constante, et cela a été prouvé tout au long du développement des sciences. Nous nous transformons incessamment, et notre organisme en est la preuve malgré notre illusion de stabilité.

Pourtant, en observant le comportement de l'homme, on remarque que la lutte pour le contrôle et la

Même si nous tentons de rester immobiles, nous sommes poussés par les forces internes du processus d'individuation qui est conduit par le self, notre âme, l'essentiel immortel de notre être. Ce qui importe ce n'est pas de développer une idée d'immortalité qui ne soit qu'une croyance rationnelle, mais plutôt d'incorporer une attitude qui révèle une conscience de l'immortalité de



sécurité sont des dynamiques encore très intenses qui nous font nous demander : pourquoi lutter contre les lois de la vie ? Que contrôlons-nous réellement ?

Sur cette immense toile de la vie, en réalité nous ne contrôlons rien, car les événements suivent leur cours par un mécanisme qui nous échappe. Le défi qui nous reste est de tenter de le connaître le plus profondément possible pour que, comprenant le fonctionnement de notre psyché, nous puissions mieux répondre à chaque défi que l'existence nous présente. Même ainsi, notre équilibre physique et psychique est profondément dynamique, et il est important d'essayer d'incorporer dans notre comportement la recherche du changement permanent, en évitant que les conflits s'intensifient parce que nous sommes en train de lutter contre la vie.

l'impermanence, car ce n'est qu'ainsi que nous serons en harmonie avec le flux de la vie. Nous avons d'un côté les exigences de l'ego, situé dans le corps, qui peuvent nous pousser vers la tentative de contrôle et l'illusion de la permanence ; de l'autre se trouve notre part immortelle, l'âme, qui nous incite à une révolution constante. Que faire ?

La vie nous convie tout le temps à nous révolutionner. Pourquoi ne pas arrêter de nous battre contre cette dynamique et, tout en accueillant l'impermanence de la vie, révéler toujours plus la conscience de cette part immortelle que nous sommes, dans toute sa beauté et toute sa splendeur ?

*Iris Sinoti*

*Thérapeute jungienne*

## Pensée et maladies

Commençons cet article en nous demandant : jusqu'où la pensée humaine contrôle-t-elle le déchaînement des maladies dans le corps physique ? La COVID 19 est-elle un processus de ce type ? Et pourquoi beaucoup sont-ils morts, alors que d'autres se sont rétablis sans presque aucune séquelle ?

Ce sont des questions que la science essaye encore de découvrir, et pour lesquelles nous n'aurons pas de réponse concrète avant un certain temps. D'un autre côté, les pandémies sont-elles des rachats moraux collectifs ? Il est indéniable que nous sommes toujours en train d'apprendre, car l'apprentissage de l'homme ne cesse jamais, qu'il soit scientifique ou moral. Toutefois, nous ne pourrions jamais affirmer que la COVID 19 est un rachat collectif de fautes commises dans un passé réincarnatoire.

L'histoire révèle nos dévoiements au long de nos vies successives, mais nous avons suffisamment évolué pour accorder de la valeur à la solidarité, à l'empathie.

Dans le livre *Évolution dans deux mondes*, psychographié par F.C.Xavier, dans le chapitre « Prédilections morbides », l'Esprit André Luiz révèle combien notre responsabilité consciente est grande à l'égard des erreurs présentes commises contre le corps physique à cause d'abus de toutes sortes. Cependant, le corps spirituel ou périsprit garde les marques des fautes graves commises dans le passé tout en conservant l'étiologie des maladies qui perdurent.

Comme l'espace dévolu à cet article ne permet pas de citer le chapitre dans sa totalité, nous recommandons au lecteur de consulter cet ouvrage. Nous citerons juste une phrase de l'Esprit : « de nombreuses maladies peuvent être soignées, mais ne sont guérissables que par de courtes ou de longues hospitalisations dans le corps physique ».

Prenons donc soin de ce trésor inaliénable qu'est la santé de notre corps physique, mais aussi de notre santé mentale et spirituelle.

*Sonia Theodoro da Silva*

*Philosophe*

### 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  
Irène Audi - Traduction en français

#### Rédaction

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

#### 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



## Incertitude

Nous savons que la vie est mouvement. Quand tout semble certain, soudain des expériences surgissent et nous nous trouvons face à l'incertitude. Les plans de la vie comprennent des variables instables qui tiennent compte du flux de la diversité des facteurs impliqués.

Nous le savons, et pourtant, quand survient l'inattendu, quand nous sommes secoués par les changements, nous tentons de trouver des explications irrationnelles, nous sommes effrayés, apeurés, comme si nous perdions le contrôle qu'en réalité nous n'avons jamais eu.

Il n'est pas rare toutefois qu'en regardant lucidement en arrière, on s'aperçoive que la certitude n'était qu'une illusion. Étonnés, nous identifions un futur jamais imaginé et avec lui un passé qui n'a jamais existé. Perplexes, nous nous rendons compte de notre erreur : l'obsession de la certitude nous empêchait de voir la réalité.

L'incertitude peut être associée à l'immaturation psychique, responsable de la douleur et de l'anxiété dans les moments d'incertitude. Les expériences sont le fruit de l'attachement que nous avons pour les choses et pour les personnes, comme une manière de rester dans la zone de confort de la stabilité illusoire.

Pour vivre de manière pleine et abondante comme Jésus nous l'enseignait, nous devons chercher la connaissance des Lois universelles pour trouver l'équilibre de la vie entre les certitudes et les incertitudes qui nous entourent.

Réfléchissons. Si Dieu est pour nous, qui sera contre nous ? Persévérons ! Face aux moments d'abattement et de désillusion, apprenons à inclure Dieu dans nos vies. En Dieu existe la certitude : l'Amour qui transforme tout.

Nous sommes des êtres immortels en transition sur la Terre. Rien ni personne ne nous appartient. Tout est transitoire. Par conséquent, aime, travaille, espère et pardonne toujours.

**Evanise M Zwirtes**

**Psychothérapeute**



## Crise spirituelle et des sentiments

Notre dimension logique et rationnelle est associée à une grandeur émotionnelle prédominante et intense, caractéristique de notre niveau d'évolution. C'est pour cela que lorsque nous décidons ou que nous choisissons quelque chose, c'est l'émotion qui nous motive à agir. La peur, la colère, la tristesse, l'amour, la joie et la culpabilité sont



des sentiments fondamentaux de l'homme. Selon le spiritisme, l'amour est le point exquis du sentiment, il est le seul qui ne disparaîtra jamais. Les autres sont des émotions qui nous ramènent plus au début de notre cheminement évolutif qu'à son objectif.

Souvent nous plaisantons en disant que beaucoup d'entre nous n'ont pas d'émotions, que ce sont les émotions qui les tiennent.

Au début il n'y avait que les instincts. La lutte pour la survie et la dispute pour le plus fort, ainsi que la recherche de la conscience de soi, nous ont fait suivre le chemin de l'évolution et nous orienter vers l'attachement excessif, en construisant une personnalité marquée par les traits de caractère négatifs, notamment l'orgueil et l'égoïsme, qui aujourd'hui entravent notre conquête vers un monde plus heureux.

« Les sentiments sont apparus chez l'être humain quand les instincts ont été élevés à un degré de pureté, selon le progrès personnel réalisé. » Ces mots de Lazare contenus dans *L'Évangile selon le Spiritisme*, dans le chapitre sur la Loi de l'Amour, expliquent qu'à l'origine prédominaient chez l'homme les instincts et les sensations, tout comme chez les animaux

irrationnels et que l'amour est le sentiment par excellence, le point exquis des émotions.

Lorsque Jésus a prononcé le mot amour, les peuples ont tressailli, le temps s'est divisé : avant et après le Christ. L'homme a été racheté de la matière et les âmes de bonne volonté se sont laissées immoler pour vaincre leurs instincts

au profit de l'amour inconditionnel.

La difficulté à se découvrir, à se connaître, à savoir qui il est, où il est et ce qu'il fait et l'indifférence qu'il démontre envers toutes ces sensations sont des signes caractéristiques démontrant que l'individu traverse une crise existentielle. Temporaire ou permanente, elle pose un voile négatif sur la perspective d'une construction de bonheur.

Les signes caractéristiques de la crise sont l'anxiété permanente et la fatigue mentale, le découragement et le désir d'isolement, le pessimisme persistant, les modifications neuro-végétatives et la sensation d'être perdu dans le monde.

Pour surmonter cette crise il faut adopter des attitudes positives : croire dans le bien, ne pas perdre une occasion de dire je t'aime, être gentil, reconnaissant et optimiste. Essaie de te connaître et de découvrir la raison pour laquelle tu es ici. Parce que « *Ce qui ne va pas, ce n'est pas parce que ça va mal. Ce qui ne va pas, c'est parce que ça va mal et que tout le monde pense que ça va bien* ».

**Davidson Lemela**

**Neuropsychologue**



### Éthique et raison

L'éthique de l'Esprit comprend nécessairement la valorisation de la vie, le soin des organismes vivants et le respect de la dignité humaine. L'éthique de l'Esprit commence par une cohérence interne qui implique de faire converger la pensée, la sensation et l'action, afin d'atteindre un équilibre psychique. Sans éthique, la société va vers le chaos, l'anarchie et la violence. Dans sa recherche de la compréhension de lui-même et d'un sens existentiel, l'Esprit construit des systèmes sur lesquels il modèle son comportement pour vivre pacifiquement avec ses semblables. C'est grâce à l'éthique qu'il construit une société juste, égalitaire et harmonieuse.

Une société qui lui donne les conditions de vivre des expériences qui intègrent des capacités utiles à son évolution sera obligatoirement structurée par des valeurs éthiques, pour pouvoir protéger tous les individus de la même manière. C'est avec l'éthique que se construisent les codes de conduite qui génèrent les lois à suivre. C'est l'éthique personnelle qui transforme la société en un endroit capable de conduire la Terre vers les étapes supérieures de l'évolution où règnent la paix, le progrès et l'amour. L'élévation d'un Esprit, se traduisant en sagesse, amour et détermination personnelle, demande que les principes supérieurs qui engendrent la croissance spirituelle de tous soient vécus de manière éthique.

Quand l'être spirituel, encore

dans une étape primitive de son évolution, a atteint la condition d'homme, la raison s'est installée dans sa pensée pour qu'il prenne conscience de son individualité. Grâce à la raison et à ses réincarnations successives, il a créé des normes de conduite qui se sont transformées en règles d'excellence pour une meilleure vie sociale. C'est ainsi qu'est née l'éthique, dont la morale est le produit le plus courant qui impose une vie tolérable. C'est grâce à la morale, sous-produit de l'éthique, que les individus parviennent à vivre ensemble dans une société donnée, à un moment spécifique, en réglant leur conduite selon des codes d'acceptation extérieure.

La raison offre à l'Esprit le discernement pour vivre éthiquement afin que ses relations entraînent toujours une croissance mutuelle, comprennent l'altérité comme la considération de la singularité de l'autre et encouragent simultanément le bien-être personnel et collectif. La réalisation du bien et la sensation de l'amour doivent être au-dessus de tout objectif pour que l'Esprit puisse réellement à construire son éthique supérieure. La rationalité est apparue dans la conscience pour que l'Esprit canalise mieux ses émotions, en préparant son cœur à sentir le divin en lui-même. L'utilisation de la raison et le sentiment profond de connexion intime avec le divin permettent à l'Esprit de construire une éthique sûre, qui pourra s'appliquer pour toujours.

L'éthique du spiritisme découle de la conscience de l'immortalité, dont les principes incluent le respect nécessaire à la religiosité de l'autre, le fait de comprendre que les différences entre les individus n'en font pas des ennemis, que la vie en commun doit tenir compte de l'empathie et de la compassion et que la bonté est une capacité permettant la bonne entente, menant au progrès de tous. La raison alliée à l'éthique et à la compréhension réelle de ce qui est important pour l'évolution de l'Esprit, quand elles sont vécues et propagées dans la société, apporte des enseignements aux individus en les faisant mûrir et en les rendant responsables dans leur relation interpersonnelle. L'éthique liée à la raison, mise en pratique par l'Esprit immortel, promeut une spiritualité saine pour tous.

**Adenauer Novaes**

*Psychologue*

