

# Journal d'études psychologiques

Science, philosophie et religion

## Qui sommes-nous ?

L'humanité a déjà parcouru un long chemin, jalonné de nombreuses conquêtes et de beaucoup d'apprentissages, et pourtant les énigmes à déchiffrer sont encore nombreuses. Nous pensons que la médecine et

monde venaient trouver les réponses pour le destin et pour leurs vies, était gravée cette phrase célèbre : « Connais-toi toi-même ». Les pythonisses étaient connues pour leurs réponses pro-

l'observation de ce qui est à notre portée : notre monde émotionnel, notre comportement, nos pensées et nos conflits et la manière dont ils influencent nos actions. Outre cela, pendant la thérapie, nous avons pour habitude de revisiter l'histoire personnelle du patient, afin qu'il prenne conscience de la manière dont se sont formées ses normes de comportement et dont il a appris à faire face aux défis dans le contexte familial, ainsi que les complexes qui se sont structurés dans ce contexte. L'analyse des rêves que Freud a dénommée « la voie royale qui conduit à l'inconscient » est une grande alliée sur ce parcours de la connaissance de soi. Malheureusement, avec le rythme de la vie moderne que beaucoup s'imposent, l'espace accordé au contact avec le monde des rêves et à l'analyse plus attentive de sa propre vie s'est rétréci, entraînant de nombreux malheurs.

Nous nous connaissons très peu. Ceci peut être un défi, mais c'est fascinant à la fois. Un défi parce que nous ne devons jamais nous contenter de ce que nous avons déjà appris sur nous-mêmes, car il y a toujours de nouveaux apprentissages à faire, de nouvelles facultés à développer et des limites à dépasser. Fascinant parce que ce parcours nous conduira vers notre moi véritable, qui attend d'être découvert, dans cet engagement que nous avons envers nous-mêmes et envers ce parcours merveilleux que nous appelons la Vie.

**Cláudio Sinoti**

*Thérapeute junguien*



les sciences avaient atteint une connaissance capable d'apporter la sécurité pour la vie humaine, et voilà que des virus et des calamités s'abattent sur elle, démontrant que l'existence, y compris les phénomènes biologiques et universels, reste une inconnue pour les hommes et les femmes. Ceci nous démontre combien nous devons rester humbles face au savoir, tels des éternels apprentis toujours prêts à modifier leur point de vue et à les élargir pour diminuer l'ignorance source de tant de souffrances.

Si nous ignorons tout du monde « extérieur », pouvons-nous dire que nous nous connaissons vraiment ? Sommes-nous capables de dire avec certitude qui « nous sommes » ? Depuis l'apparition de la psychologie, et même auparavant avec la philosophie, la recherche d'un monde intérieur comme un besoin fondamental pour le développement de l'être était déjà présente. En Grèce antique, sur le portique du fameux Oracle de Delphes, où les voyageurs de diverses parties du

phétiques attribuées au dieu Apollon. Mais il est un fait que la responsabilité de nous examiner nous-mêmes ne peut être déléguée à quiconque. Socrate qui avait immortalisé la phrase de Delphes allait la compléter par : « une vie sans examen ne vaut pas la peine d'être vécue ».

Pendant une longue période, on a imaginé que l'examen de sa vie consciente était suffisant pour affirmer que l'on se connaissait. Toutefois, l'avancée des études de la psychologie a révélé que l'inconscient était la grande inconnue à découvrir, un véritable océan devant encore être exploré. Quand Jung a approfondi le concept de l'inconscient collectif, en démontrant que nous portons en nous notre histoire personnelle, mais aussi l'histoire de l'humanité sous la forme d'archétypes qui nous poussent vers des comportements précis, le défi s'est révélé encore plus grand.

Certainement ce défi de se connaître soi-même doit commencer par

## Spiritualité et objectif existentiel

La spiritualité peut être définie comme une tendance de l'être humain à chercher la signification de la vie par le biais de concepts qui transcendent le monde matériel ou la recherche d'un sens de connexion avec quelque chose de plus grand, de plus profond ou de supérieur à lui-même. La spiritualité peut être liée ou pas à un vécu religieux. Selon diverses confessions, la spiritualité traduit un mode de vie caractéristique du croyant qui essaie d'atteindre la plénitude dans sa relation avec le transcendantal, avec ce qui est invisible à ses yeux, avec le divin, avec l'éternel.

La spiritualité et l'ensemble de toutes les émotions et convictions de nature non matérielle qui présupposent qu'il y a autre chose dans la vie que ce qui peut être perçu ou pleinement compris, poussant l'individu à se poser des questions sur la signification et le sens de la vie, pas nécessairement à partir d'une croyance ou d'une pratique religieuse.

Reconnaissant son importance pour la qualité de la vie, l'OMS (Organisation mondiale de la santé) a inclus la spiritualité parmi les domaines qui doivent être pris en compte pour évaluer et favoriser la santé à tous les âges.

En tant qu'êtres immortels que nous sommes, il est très triste d'utiliser un corps physique pendant des années d'existence physique sur la Terre, sans avoir aucune notion de ce que nous devons faire dans le monde.

Il faudrait toujours faire une pause dans cette agitation de la vie quotidienne, afin d'analyser longuement tout ce que nous faisons et vérifier s'il y existe un sens meilleur et plus profitable pour la vie. Intros-

pection, connaissance de soi et résignification sont des expériences souhaitables pour tous.

C'est essayer de trouver et de comprendre les raisons pour lesquelles Dieu nous a mis dans le monde, en ce temps présent, au sein des réalités où nous nous trouvons, en nous incitant à cultiver des vertus que nous tardons tant à conquérir, selon les paramètres de la vie éternelle.

Notre voyage sur la Terre, notre vie physique, est très important. C'est pour cela que nous avons besoin d'établir des objectifs pour vivre une vie qui a un sens.

Celui qui pense que l'objectif de notre existence se limite à la simple conquête de valeurs matérielles se trompe. Comme disait le noble écrivain français, Antoine de Saint-Exupéry, l'essentiel est invisible pour les yeux.

L'objectif de l'existence est de développer le Christ intérieur et de chercher la plénitude de notre être. Et ne jamais se perdre dans la jungle de la déraison et de l'indifférence, du matérialisme et de l'incroyance.

Après des millénaires de vies successives à ne s'occuper que de questions matérielles du quotidien, le monde commence à s'éveiller à une ère nouvelle dans laquelle la spiritualité et ses conséquences gagneront de l'espace en donnant un autre sens à la vie.

Ne vous permettez pas de vivre inconsciemment. Que tout ce que vous ferez ou ne ferez pas ait un sens clair et une raison pondérale.

**Sérgio Thiesen**

*Cardiologue et Physicien*

## Réincarnation et vie

La réincarnation telle que décrite par les religions orientales, à savoir le retour de l'Esprit dans des corps différents, avec des expériences culturelles physiques morales éthiques et intellectuelles distinctes, n'a jamais été acceptée par le monde occidental. Dans l'Antiquité, on la connaissait sous le nom de palingénésie et était adoptée par les philosophes présocratiques comme absolument naturelle, puisque leurs observations démontraient que la nature se renouvelle sans cesse. On attribuait aux croyances orientales les notions de réincarnation comme un principe de foi et jamais de raison.

Pourtant, le temps s'est chargé de prouver à travers les sciences médicales, principalement la psychologie transpersonnelle, que l'Esprit ou âme passe réellement par des corps différents, renouvelle ses comportements, ses idées, son caractère, et plus encore, que l'Esprit ou âme survit au corps physique qui périt, qui meurt et retourne vers les éléments qui l'ont formé.

Dans l'Antiquité, la réincarnation était acceptée comme naturelle et comme un moyen de progresser pour l'âme ou la raison. Aujourd'hui, la réincarnation est vue par la plupart des spiritualistes non religieux et par les spirites comme une opportunité de recommencer sa vie, de revenir sur les opportunités perdues et de réaliser de nouveaux projets.

La logique de l'observation de la nature qui se renouvelle et des saisons, ainsi que chaque phénomène majeur est un signe sans équivoque que la réincarnation est la loi naturelle, en apportant l'espoir et en confirmant et prouvant les paroles de Jésus à Nicodème : « Ne t'étonne pas que je t'aie dit qu'il faut mettre de l'eau » (matière) « et de l'Esprit » (âme rénovée) dans Jean, 3 : 1 à 14.

**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  
Lenéa Bonsaver - Traduction en espagnol  
Nicola P. Colameo - Traduction en italien  
Irène Audi - Traduction en français

#### Rédaction

Cláudio Sinoti  
Sérgio Thiesen  
Sonia Theodoro da Silva  
Davidson Lemela  
Evanise M Zwirtes  
Iris Sinoti

#### Design graphique

Evanise M Zwirtes

#### Réunions d'études (en portugais)

**Dimanches:** 20 h - 21h30

**Lundis:** 20 h - 21h30

**Mercredis:** 20 h - 21h30

**Samedi:** 17 h - 19 h

#### Réunions d'études (en anglais)

**Mercredis:** 19 h - 19.30 h

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

## Santé de l'âme

Essayez d'envisager la santé en la replaçant dans sa réalité spirituelle. Vous allez chez le médecin, parce que vous avez un problème abdominal récurrent. Celui-ci prescrit une endoscopie et le diagnostic sera une *gastrite nerveuse*, en grande partie provoquée par une bactérie dénommée H Pylori.

La colonie de *Helicobacter Pylori* fait partie de notre organisme gastro-intestinal, avec qui nous vivons harmonieusement. Nous avons autant besoin des bactéries, qu'elles ont besoin de nous. Toutefois, cette bactériémie se produit dans notre corps parce que notre système immunologique est défectueux. Si le nombre de bactéries est trop élevé, les anticorps ne pourront pas faire face et il faudra une intervention pharmacologique. Le médecin prescrira alors de l'Oméprazole afin de protéger les parois de votre estomac et un antibiotique pour contrôler la bactériémie.

Mais cette pathogénie est causée par un problème immunologique et ce dernier est substantiellement affecté par vos émotions. Le ressentiment, la colère, l'anxiété, la culpabilité, voilà quelques-unes des conditions émotionnelles susceptibles d'interférer sur votre système immunologique et d'affecter votre santé. C'est le cas de la plupart des maladies.

La maladie est donc un signal d'alarme vous alertant que quelque chose ne va pas dans votre vie et que vous devez être plus attentif.

En réalité, la santé de notre âme est liée à des défauts de notre caractère que nous connaissons bien : l'orgueil, l'égoïsme, l'arrogance, l'intransigeance, la mesquinerie, entre autres.

Nous devons donc tout faire pour les détruire, si nous voulons préserver notre santé.

La clé qui nous libère des maladies provoquées par l'orgueil et l'égoïsme est l'humilité. Heureux les débonnaires, car ils hériteront la Terre et seront heureux.

Davidson Lemela

Neuropsychologue

## Le COVID moral existe-t-il ?

Les études scientifiques affirment que le COVID-19 provoque une maladie infectieuse causée par le coronavirus du syndrome respiratoire aigu (SARS-CoV-2) qui affecte les personnes de toutes les races et les nationalités, celles-ci étant dignes de la compassion et du soutien de la science humaine qui leur apporte soulagement et bien-être.



De notre côté, nous sommes tous conviés à participer à notre protection et celle des autres, en respectant les mesures de restriction mises en place par les organes compétents, afin d'empêcher l'avancée de la contagion physique. Cet exercice de responsabilité individuelle et collective est une preuve de solidarité.

On comprend que la pandémie ait entraîné des changements brusques dans divers domaines de la vie humaine, qui demandent que nous fassions preuve de souplesse, d'adaptabilité et de changement ! Ce tableau a généré un stress mental émotionnel, des peurs, des anxiétés, de l'insécurité... Apprendre à exprimer ses sentiments et ses pensées au sein de groupes de soutien peut soulager grandement le psychisme.

De plus, du point de vue transpersonnel de l'existence, la signification des expériences prend des proportions holistiques, puisqu'elle démontre le caractère intemporel de la conscience. De toutes les sciences, la plus difficile à connaître est la science intérieure, celle qui nous mène à la Science divine, en présentant le paradigme triunique de l'être humain : Esprit, périsprit et corps physique. Dans ce sens, la pensée est l'usine directrice qui transmet les ordres de l'Esprit et dirige le champ organique, produisant les cellules,

remplaçant les tissus et revitalisant le sang, les os et les membres. Le pouvoir mental est aussi responsable des changements du métabolisme humain, transmettant au corps physique tous les commandements provenant de l'Esprit.

« La pensée est plus puissante pour installer les maladies et les déséquilibres que toutes les bacté-

ries et les virus connus », nous enseigne l'Esprit Emmanuel. Ceci étant dit, on se demande : le COVID moral existe-t-il ?

Esprits en évolution, nos pensées sont encore contaminées par l'égoïsme et l'orgueil, infections des infections qui contaminent les individus et les sociétés en les rendant malades.

Nous avons analysé quelques maladies de l'âme et les remèdes spirituels à la disposition de tous pour les soigner définitivement :

C = Cupidité – Vivre la charité

O = Orgueil – Vivre l'humilité

V = Violence – Vivre la mansuétude

I = Intolérance – Vivre la fraternité

D = Désespoir – Vivre l'amour

Il est indispensable de prendre soin de notre corps physique, mais aussi de soigner notre âme, en renouvelant nos pensées, nos sentiments et nos attitudes. Apprendre à désintoxiquer la pensée, à pardonner, à accepter la réalité, à pratiquer la gratitude quotidiennement, en cherchant la source médicamenteuse universelle, à savoir Dieu. Dieu est amour et l'amour soigne tout et tous.

Evanise M Zwirtes

Psychothérapeute



## Continuité de la conscience au-delà du cerveau

Le cerveau humain est une « machine » formidable. Comme il s'est développé tout au long de nombreuses ères, il porte en lui les conquêtes réalisées au cours de notre évolution.

Les études du neurobiologiste Paul MacLean ont démontré les trois couches qui se superposent, dans ce que l'on connaît comme le cerveau triunique, composé de la manière suivante : dans la première couche, le « cerveau reptilien », responsable des mouvements basiques qui sont faits de manière automatique, qui se serait formé il y a ¼ de milliards d'années ; ensuite, il y a près de 150 millions d'années, s'est structuré le « cerveau limbique » ou mammifère, qui nous aide à élargir les réponses émotionnelles, à construire des liens sociaux et à faire face à une réalité plus complexe de la vie. Finalement, sans que cela signifie que l'évolution est finie, s'est superposé le « Néocortex » ou « Cerveau primitif », dont la constitution a permis, parmi d'autres fonctions la conscience de soi, la réflexion sur soi, la pensée abstraite, l'augmentation de la capacité de communication, la transcendance. Il est curieux de voir qu'avant même les études de MacLean, André Luiz, dans son ouvrage *Dans le monde supérieur* écrit en 1947, déclare : « nous ne pouvons pas dire que nous possédons trois cerveaux simultanément. Nous n'en avons qu'un, mais qui se divise en trois régions distinctes. Représentons-le-nous comme s'il s'agissait d'un château à trois étages... Au premier vivent les habitudes et l'automatisme ; dans l'autre demeure l'effort et la montée ; dans le dernier réside

l'idéal est l'objectif supérieur. »

Dans cet appareil fantastique, on a constaté la présence de près de 86 milliards de neurones qui réalisent entre eux des synapses et des connexions neuronales et qui administrent la complexité de l'être humain. Mais à quoi tout cela sert-il ? Est-ce que nous utilisons tout le potentiel de notre cerveau ? Comment la conscience et le cerveau sont-ils connectés ? Ce sont de grandes énigmes auxquelles les scientifiques répondent des plus diverses manières.

Pour Antonio Damasio, le célèbre neurobiologiste portugais, la conscience est une grande symphonie qui nous permet de réfléchir sur les expériences que nous vivons, sur ce que nous sentons, ainsi que de planifier un parcours pour nos vies, en l'ajustant aux événements de l'existence. Selon lui et d'autres chercheurs, il n'y a pas de conscience sans cerveau. Pourtant, selon le point de vue plus approfondi de Carl Gustav Jung, la conscience émerge de l'inconscient, et cet inconscient, lorsque nous naissons, n'est pas une table rase, une page en blanc, car il porte déjà en lui les marques de l'histoire de l'humanité. Cette conception démontre que notre trajectoire existait déjà avant la conception de notre cerveau.

À partir d'un regard transpersonnel, et en s'appuyant sur l'approche jungienne, Joanna de Ângelis précise que l'inconscient collectif perçu par Jung porte en lui la trajectoire de l'Esprit, et que c'est pour cela qu'il retrouve son passage dans l'histoire, pendant les diverses phases où il a transité, permettant que l'évolution se poursuive en direction de nouvelles

étapes de développement de l'être. Acquérir la conscience, dans le sens qu'elle propose, « c'est s'éveiller à la mise en équation de ses propres inconnues, et par conséquent s'éveiller à la compréhension de ses propres responsabilités ». Cette conscience qui poursuit son développement tout au long de la vie s'insurge quand nous nous permettons de regarder au-delà des limites de notre perception normale, au-delà des limites de notre ego... Ce dont nous avons conscience devient un aspect intégrant de notre réalité personnelle.

Et si en naissant nous portons en nous cette histoire passée gravée dans notre inconscient collectif, les diverses manifestations de la conscience au-delà de la matière nous prouvent que son développement se poursuit au-delà des limites du cerveau, avec les expériences de matérialisation constatées par William Crookes, les expériences menées par Brian Weiss et d'autres chercheurs de la pensée et les innombrables phénomènes de manifestations spirituelles qui ont été prouvés, outre la vaste bibliographie reçue par la voie médiumnique, prouvant que l'Esprit, au-delà du cerveau matériel, continue à manifester la réalité de la conscience. Cette conscience qui n'a pas encore atteint le pic de son évolution, puisque nous tâtonnons encore pour nous comprendre nous-mêmes et comprendre l'univers.

**Iris Sinoti**

**Thérapeute jungienne**