

# Journal d'études psychologiques

Science, philosophie et religion

## L'éveil à l'essence de la vie

Quelle est l'essence de la vie?  
Quelle est l'essence de notre vie?

Il est très courant de parler du sens de la vie, de la direction ou de la direction à suivre, et de la nécessité de chercher le but de la vie.

Carl Gustav Jung, cité par l'Esprit

poursuivre son besoin de sens, car elle comprend qu'il s'agit d'un accident naturel inhérent au processus dans lequel elle se trouve, en avançant toujours en équilibre intime".

Comprendre la force de la vie en

"Ne te lasse pas d'aimer", dit Joanna d'Angelis dans son livre *Vida Feliz* !

L'amour est la proposition la plus élevée de Jésus; c'est l'invitation à l'autosuffisance : face à toute situation, aussi difficile soit-elle, continuons à aimer!

Dans le livre *Amour imbattable amour*, Veneranda conseille de toujours demander à l'amour ce qu'il nous conseille de faire. C'est-à-dire adopter l'amour comme conseiller pour nos décisions. Et elle insiste toujours sur le fait qu'il répondra toujours, et que lorsque nous n'identifions pas la réponse, c'est parce que nous ne sommes pas éveillés aux nuances de l'amour.

Permettre à l'amour de répondre, c'est donner au Christ l'occasion de parler fort en nous de l'intérieur et de révolutionner notre monde intime.

C'est pourquoi aimer est libérateur : il enlève l'être de l'accommodation, de la révolte, de l'amertume, de la douleur, en le conduisant au travail édifiant et libérateur, à l'essence de la vie.

Je me souviens enfin d'une belle chanson d'un frère très cher de Bahia, Armando Lui, chanteur et compositeur. Il dit ainsi : "Aime dès le réveil; aime beaucoup, aime sans cesse; aime sans condition; aime pour refléter le soin, le calme dans ton attention; aime pour fleurir, aime toujours, aime pour de vrai. Un sourire peut changer le jour de quelqu'un, il fait déborder le monde de lumière. L'amour est la nature du Divin. Il donne un sens à l'intention de la vie. Alors, aimez jusqu'à la fin".

Aimer, voilà le sens de tout!

Aime donc toujours et tu seras éveillé à l'essence de la vie !

**Lusiane Bahia**

**Avocate**

Joanna d'Angelis dans le livre *La psychologie de la gratitude*, affirme que le but de la vie n'est pas dans la conquête du bonheur, mais dans la recherche de sens et de signification.

Il souligne ainsi l'importance du processus, de la construction et du travail, des étapes engendrées pour la conquête au détriment de la conquête elle-même.

La Bienfaitrice, dans cette œuvre, dit que "lorsque la recherche a un sens, la personne ne s'arrête pas pour évaluer le résultat des réalisations immédiates, car le sens des expériences vécues et vécues ne cesse pas. Il travaille l'être intérieur, s'inondant de la lumière de la connaissance et de la vie, de sorte que tout charme l'habille de beauté et de santé. Même si elle se présente avec un trouble organique, cela ne l'empêche pas de

nous, c'est s'éveiller à son essence!

La vie est un don de Dieu, plein de potentialité et qui est en soi un encouragement à la continuité.

Les situations que nous vivons, difficiles et difficiles, harmonieuses et édifiantes, sont des invitations de Dieu à notre croissance, à voir Son amour et Sa miséricorde, et combien Son intervention bienveillante ne cesse jamais sur nous.

Être éveillé à cette beauté, c'est accepter le cadeau de la Divinité. C'est être prédisposé à vivre le voyage de l'immortalité, sans crainte, face à la certitude du soutien de Dieu, et que tout, même tout, vient comme opportunité d'évolution. Comme nous le savons, Dieu est amour! Ainsi, la vie créée par Lui est aussi amour! Le but de la vie est donc d'aimer! Et s'éveiller à l'essence de la vie, c'est se préparer à vivre l'amour !



## L'exercice du détachement

Un professeur de philosophie est entré dans la classe, a salué les élèves et leur a demandé :

- Vous savez ce qui compte le plus dans la vie ?

Les étudiants se sont regardés, chacun pensant à ce qui serait si important dans leur vie.

Le maître devant les élèves indécis, ouvrit son sac, ramassa une poignée de balles de golf et remplit un pot de verre qui était sur la table. Il a dit :

- Le pot est plein ?
- C'est plein de balles de golf.



Le maître retourna dans son sac et, cette fois-ci, rassembla une poignée de billes et, comme il les jetait dans le pot, elles occupaient les espaces laissés par les balles de golf.

- Le pot est plein ?

Les étudiants se regardèrent et, craintifs, ne répondirent pas.

Le professeur se rendit de nouveau dans son sac, ouvrit un sac en plastique, enfonça sa main dans celui-ci, qui revint remplie de sable. Puis il a versé le sable dans le pot de verre qui a été, lentement, en prenant tous les vides qui existaient encore.

Le professeur a dit :

- Il est plein ?
- Professeur, il n'y a rien d'autre là-dedans - Les étudiants sont curieux.

Le maître n'a pas été intimidé. Il a pris un thermos avec du café et a versé le liquide dans une tasse en plastique. Et en versant le café dans le pot en verre, il a été absorbé par le sable et a disparu à l'intérieur du pot.

Il s'est tourné vers les élèves et leur a expliqué :

— Le pot de verre est comme si c'était notre vie. Les balles de golf représentent les choses les plus importantes de la vie, par exemple, notre famille, nos amis, la spiritualité, l'amour et la fraternité.

Les billes représentent les choses qui ont leur importance relative, comme le travail, le développement

intellectuel et la profession. Le sable, c'est les choses qui importent le moins, celles que nous devons nous séparer, comme les biens matériels, l'argent, le pouvoir, la renommée, la beauté, etc.

Le professeur regarda sérieusement les élèves qui l'écoutaient attentivement et, d'une voix ferme, il conclut :

Nous devons remplir notre vie,

d'abord avec les choses les plus importantes (balles de golf). Parce que si nous ne nous détachons pas des choses les moins importantes (sable), il ne restera plus de place pour celles qui sont vraiment importantes.

Les élèves ont souri et ont compris la morale de l'histoire : l'exercice du détachement. Mais l'un d'eux a demandé :

- Et le café ?

Il répondit catégoriquement :

- Peu importe les difficultés et les problèmes que vous rencontrez dans la vie, il y aura toujours de la place pour un café...

**Davidson Lemela**

*Neuropsychologue*

## Le plaisir de donner et d'aider

Allan Kardec présente des visages interprétatifs de la maxime "que votre main gauche ne sache pas ce que votre main droite donne", où il souligne l'importance de la compréhension de l'humanité en ce qui concerne le renoncement aux récompenses terrestres, en faveur de celles issues de la vie future, lorsqu'un acte de charité se manifeste.

En outre, être éveillé et prêt à aider ceux qui en ont besoin, même si ceux-ci ne demandent pas d'assistance, est présenté par Kardec comme le vrai sens de la vie, en plus de permettre à celui qui le fait, de sentir le préalable du bonheur réel. Quand il partage les bénédictions et cherche à apaiser les afflictions des autres.

Pour cela, la leçon qui doit être bien assimilée est que la vraie charité consiste à penser aux autres avant soi, dont la pratique est l'antithèse de l'égoïsme, une des plaies de l'humanité. Avec la pensée de se mettre à disposition pour aider les autres, il trouvera mille occasions de le réaliser, car à partir du moment où l'individu s'ouvre au bien, la spiritualité se chargera de réunir le bienfaiteur avec le bénéficiaire, en exploitant les richesses individuelles de celui qui offre, dans le domaine matériel ou moral.

Par conséquent, il ne devrait pas être une préoccupation de celui qui a déjà compris et trouvé ce sens dans la vie, sur "ce que j'ai à donner?" Car il y en a beaucoup qui sont dans le besoin, et les nécessités sont nombreuses. Ainsi, il suffit de s'ouvrir à l'amour du don et à toute organisation pour qu'elle parvienne au destinataire, elle se fera naturellement.

**Adriane Vila Bacarin**

*Psychologue Junguiana*



### Logistique

#### Journaliste

Rita de Cássia Escobar

#### Édition

Evanise M Zwirtes

#### Collaboration

Rita de Cássia Escobar - Révision  
Cintia C. dos Santos - Traduction en anglais  
Karen Dittrich - Traduction en allemand  
Hannelore P. Ribeiro - Traduction en allemand  
Clarivel D. Gimenez - Traduction en espagnol  
Nicola P. Colameo - Traduction en italien  
Seweryna Akpabio-klementowska -  
Tłumaczenie na język polski

#### Rédaction

Lusiane Bahia  
Davidson Lemela  
Adriana Viola Bacarin  
Evanise M Zwirtes  
Livia C. Poli  
Cláudio Sinoti

#### Design graphique

Evanise M Zwirtes

#### Réunions d'études (en portugais)

**Dimanches:** 20 h - 21h  
**Lundis:** 20 h - 21h  
**Mercredis:** 20 h - 21h  
**Samedis:** 17 h - 19h30

#### Réunions d'études (en anglais)

**Mercredis:** 19 h - 19.30 h

BISHOP CREIGHTON HOUSE  
378, Lillie Road - SW6 7PH - London  
Informations : + 44 0778484 0671  
E-mail: spiritistips@gmail.com  
**www.spiritistips.org**  
Registered Charity N° 1137238  
Registered Company N° 07280490



## La beauté de la simplicité

L'attitude chrétienne avec nos sentiments travaille à l'estime de soi. Le sentiment est le miroir de la vie profonde de l'être et communique la réalité de la conscience. La même cause qui vitalise la vanité est responsable de la carence personnelle. L'orgueil qui cherche à briller sur la scène de l'égo est une attitude de désaffection envers soi-même, manifestant le sentiment de moins-value ou de complexe d'infériorité qui découle de l'éloignement volontaire de Dieu.

L'Esprit Emmanuel, dans le livre : *Trilha de Luz*, explique que "la rébellion et l'imperméabilité sont presque toujours sombres caractéristiques de ceux qui prétendent avoir trouvé le dernier mot dans la maturité spirituelle. Nos excès de raisonnement, en de nombreuses occasions, ne sont que des dérives de notre mental, dominé par des cristallisations incompréhensibles de vanité ou d'orgueil."

Le progrès personnel est l'art de développer l'intelligence spirituelle, en simplifiant les aspirations selon les Lois Universelles, qui se traduisent par la beauté intérieure et la simplicité émotionnelle.

La simplicité est une vertu, associée à l'humilité et indique la noblesse et la maturité psychique. La vraie beauté reflète la supériorité morale et intellectuelle de l'Esprit, en constante évolution, en apprenant que la source de bonté et d'intelligence est aussi la source de la beauté.

La pureté du cœur est le résultat du processus d'individuation de l'âme, vivant avec modestie, simplicité, transparence et élégance spirituelle, sentant que l'amour engendre la beauté de toutes choses, étant lui la perfection, Dieu.

**Evânise M Zwirtes**

*Psychothérapeute*

## Les puissances de l'âme. La vie intérieure.

Le Christ nous a dit "Le Royaume des Cieux est en vous", mais malgré la claire affirmation du Maître, nous sommes souvent perdus dans notre cheminement à la recherche d'une réalisation improbable parce qu'elle était recherchée de l'extérieur. Comment est notre regard face aux questions de l'âme? Sommes-nous encore perdus dans des distractions passagères ou avons-nous déjà commencé notre

rend des êtres plus évolués sans grands efforts. Cependant, notre foi nous fait entrevoir un Dieu souverainement sage, juste et bon, qui ne fait aucune différence pour ses enfants bien-aimés, en donnant à chacun selon ses œuvres. La Loi de l'évolution est présente en tout, donc nous devons, si nous avons déjà atteint la conscience et la compréhension de notre rôle dans cette si belle symphonie qu'est la



voyage vers un monde intérieur où nous cherchons à connaître et à développer les puissances de l'âme que nous apportons encore sous une forme latente, en attendant seulement notre décision et notre travail quotidien pour s'épanouir?

Travaillons quotidiennement notre volonté en la dirigeant vers le beau et le bon, en évitant de passer plus de temps à revisiter des questions que nous connaissons déjà et qui ne nous mènent pas là où nous voulons aller. Distracts que nous marchons sur les chemins que la vie nous présente, nous utilisons notre volonté comme une arme incontrôlée, nous blessant et nous blessant aussi, sans réaliser l'importance que leur bonne direction peut avoir dans nos vies.

Malheureusement, beaucoup vivent encore dans l'attente d'un miracle qui modifie nos pensées, transforme nos sentiments et nous

vie, commencer à discipliner nos pensées pour réformer notre caractère, avant que la maîtresse Dor ne commence ce travail urgent qui nous invite chacun à prendre part à cette grande symphonie Divine, faisant partie de la très belle musique universelle qui régit l'évolution.

Cherchons à faire bon usage de la connaissance que nous avons déjà pour vivre plus intensément notre vie intérieure, en développant les puissances de notre âme, afin que, par cette recherche quotidienne et ardue, nous obtenions par notre volonté, mieux travailler nos pensées, en modifiant nos sentiments et en prenant de plus grands vols pour atteindre l'expérience de l'Amour dans ses plus belles nuances.

**Dre. Livia C. Poli**

*Médecin*





## Comment vivre en Dieu

La relation des hommes et des femmes du monde avec ce qu'il est convenu d'appeler "Dieu" est présente tout au long de l'histoire des civilisations. En son nom, dans les dénominations les plus diverses, nous trouvons des hymnes, des chants, des rituels, des adorations et des offrandes; d'autre part, des guerres, des luttes, des sacrifices humains, des exterminations de masse et la destruction lui sont attribués.

Dans les civilisations primitives, les représentations de l'aspect divin faisaient ressortir les préoccupations constantes des dangers psychiques possibles. La création de rituels était souvent la tentative de réduire ces risques. On y trouve aussi les dieux ou demi-dieux, si l'on veut les désigner ainsi, en présentant des formes anthropomorphes, phytomorphes, zoomorphes et astrales. Dans l'Égypte ancienne, par exemple, nous avons Amon comme le dieu Soleil, Geb comme la Terre, Horus présenté avec la tête d'un faucon et plusieurs autres représentations, dans le riche symbolisme mythologique. Dans la richesse symbolique des Orixás aussi, nous trouvons la tentative de comprendre le transcendant, ce qui va au-delà de la capacité de concevoir de l'égo, et qui s'établit comme une tentative de reconnexion avec la force ou la source Créatrice de la Vie.

Les Upanixades, sources sacrées de l'hindouisme, présentent le Brahman comme la force créatrice active dans l'univers. La conscience humaine ne serait pas en mesure de le concevoir, comme nous le remarquons dans les versets : "Ce qui

*ne peut pas être exprimé en mots, mais par lequel les mots sont prononcés; ce qui ne peut pas être pensé avec l'esprit, mais par lequel l'esprit peut penser..."*

Les récits bibliques, à leur tour, commencent par la création du monde et de tous les êtres qui y habitent. Tradition héritée du peuple juif, apporte la conception d'une alliance spéciale entre le Créateur de l'Univers et ce peuple. Ce Dieu est unique, et se présente souvent avec des visages humains, ou du moins avec ses caractéristiques bien présentes. Les "visages de Dieu" présentent cependant des aspects très différents lorsque nous analysons l'Ancien et le Nouveau Testament.

Si dans l'Ancien Testament apparaît un Dieu souvent cruel et même vengeur, capable de vouloir exterminer ses propres créatures, Jésus inaugure le visage d'un Dieu d'Amour et de Miséricorde, d'un "Père" qui veille sur ses fils et ses filles.

Les neurosciences, en particulier à partir des années 90, ont commencé à cartographier le cerveau humain à la recherche du "point de Dieu" dans le cerveau humain, car elles ont réalisé que la recherche transcendantale produisait certains effets, non atteints dans d'autres états de veille ou de sommeil. Même ainsi, le jour de parvenir à un consensus sur les résultats est loin d'être terminé.

Beaucoup d'autres expressions religieuses tentent d'assurer le monopole des expressions divines, mais comme

la créature ne peut pas concevoir son Créateur, comme l'égo n'est pas capable de concevoir ce qui est fini, si elle reste souvent dans le domaine des spéculations et des croyances, sans que l'on puisse définir ce qu'est exactement "vivre en Dieu". Même lorsque le *Livre des Esprits* le présente comme "Intelligence Suprême de l'Univers et cause Primaire de toutes choses", la petite intelligence égyptienne n'est pas en mesure d'embrasser tout ce que cela représente.

E na impossibilidade de "viver em Deus" através de definições ou credos religiosos específicos, que muitas vezes alimentam somente a persona, a máscara social, mas não se adentra nas questões profundas do ser, é imprescindível retornar ao velho preceito do Oráculo de Delfos: "homem, conhece-te a ti mesmo", com a extensão muitas vezes atribuída a Sócrates, " ... e conhecerás o Universo e os deuses." Como somos o Universo em miniatura, na medida em que desbravamos a nossa própria alma, retirando os excessos e realizando as podas necessárias, o viver a profundidade de Si poderá se transformar na possibilidade de viver em Deus, sem esquecer da valiosa advertência do Monte, estabelecida por Jesus:

"Bem-aventurados os puros de coração, pois eles verão a Deus". Quem sabe então, poderemos responder tal qual Jung, quando perguntado se acreditava em Deus: "Eu sei".

**Cláudio Sinoti**

**Thérapeute junguien**