

Journal d'études psychologiques

Science, philosophie et religion

Victoire sur la dépression

Alors que l'humanité avançait sur la compréhension des troubles qui l'étourdisaient, le phénomène de la dépression devint l'objet d'études, étant donné l'augmentation des occurrences constatées, en raison des troubles organiques et des changements dans la chimie du cerveau, surtout chez les neurocommunicateurs responsables de la joie et du bien-être.



Il faut discerner que les sentiments nostalgiques et de tristesse qui découlent des évocations inconscientes de périodes lointaines, fruit de l'insécurité et du ressentiment face aux choix du passé ou des souvenirs de moments heureux et joyeux qui ne font plus partie des événements actuels, il ne s'agit pas de dépression, mais d'émotions cycliques et naturelles du composé complexe de l'organisme humain, mais ces états étant incorporés au quotidien sans zèle, l'individu se sent potentialiser une vague de tristesse et de pessimisme, qui entre ainsi dans un état pathologique où la foi en soi, la foi en la vie, la foi en l'avenir et en Dieu s'affaiblissent.

À son stade initial, la dépression se révèle être désintéressée de la vie, des choses et des personnes qui lui

étaient auparavant un sens existentiel, alors qu'elle s'aggrave, le patient, comme Joanna d'Anggelis le dit souvent dans le livre *Amor, Imbatível Amor*, gardant le regard loin, sans les réactions naturelles d'un autre temps, se sentant désolé pour lui-même, ne croyant pas pouvoir sortir de cette condition. De tels changements ne sont pas toujours

immédiatement perceptibles, car, comme le fait la bienfaitrice, le dépressif peut conserver la routine de la vie, mais il doit faire beaucoup d'efforts pour l'exécuter.

D'une autre manière, encore comme la psychogenèse des états dépressifs, qui peuvent même déclencher l'idéation suicidaire, l'étape de la vie où l'individu se considère comme un échec, parce qu'il n'a pas obtenu ce qu'il voulait, en se comparant à d'autres qu'il a réussi, Entrant dans un état auto-punitif, aggravé par des agressions ou des refus vécus dans l'enfance, ils

réapparaissent comme des fantômes et des idéoplasties avec des suggestions auto-agressives comme seule alternative.

Dans ce chapitre Joanna d'Anggelis, dans le livre *Vitória Sobre a Depressão*, ajoute un regard sur la problématique, en indiquant l'Esprit réincarné comme la cause des déséquilibres où dans le retour à la chair, apporte la conscience coupable des délits commis en d'autres occasions et qui, pour cette raison, vibre dans une gamme de souffrances équivalente à ceux qui n'ont pas encore pu lui pardonner et qui investissent contre sa paix, le troublant dans tous les sens.

De cette façon, il y a une relation entre la dépression et l'obsession, si importante que la bienfaitrice dit que "dans la plupart des troubles dépressifs, la cause se présente

comme étant de nature spirituelle, ou déclenchée par des phénomènes organiques - psychologiques ou physiologiques - devient plus complexe en raison de l'influence pernicieuse de ces personnalités désincarnées".

Pour cela, Joanna d'Anggelis propose des lignes directrices pour une modification de conduite immédiate, en partant du lieu où elle se trouve et en faisant des efforts pour que les transformations effectives se produisent pas à pas. Un exemple de ceci est le changement des comportements indignes, imprudents et menteurs que l'individu se réincarne persiste à croire qu'en agissant ainsi, il prend avantage sur les autres en ne réalisant pas que le mensonge dirigé à ses frères de marche, se transforme en brasier qui brûlera sur sa tête à un moment donné.

De plus, pour Joanna d'Anggelis, dans le livre *Amor Imbatível Amor*, indépendamment de la genèse et de la perturbation, le patient doit se considérer comme étant malade, mais pas malade en définitive, ce qui change sa pensée sur lui-même, Ne plus appliquer l'apitoiement sur soi-même, l'auto-punition, la fixation de l'idée dépressive et retrouver les objectifs existentiels, le renouveau mental, car sans effort personnel, il ne parvient pas à rétablir l'équilibre, même avec l'utilisation de neuroleptiques.

Enfin, pour surmonter l'état dépressif, en plus du changement de posture de vie, l'utilisation de la thérapie de la bioénergie spirite, de la prière et de la psychothérapie spécialisée sont indispensables à la création d'une psychosphère saine à la maison et dans l'environnement de travail et surtout dans le monde intérieur du patient.

Adriane Vila Bacarin

Psychologue Junguiana

L'être humain en crise existentielle

Fragments moraux

Dans l'Évangile de Jean (10:30), on trouve : "Moi et le Père sommes un". Ce passage est une invitation à l'être humain pour identifier le sens de la vie.

Dans sa série psychologique, Joanna d'Anggelis enseigne que le "Moi" et le "Père" peuvent être

connaissance et la moralité et, consciemment, faire le chemin du retour à Dieu. Mais la révolte, le mépris du Père sont inutiles, car même en allant dans le pays éloigné de la croissance, rien n'empêcherait qu'il soit en connexion permanente avec Dieu.

Les distractions du voyage éloignent le pèlerin de la concentration et du but à atteindre.

Réfléchissant sur les abus du comportement humain, illustrant avec l'excès de virtualité dans l'immersion du quotidien, la présence de la violence, l'indifférence sociale, les dépressions émotionnelles,

Joanna conclut que "l'être humain est indiscutablement en crise existentielle".

Elle clarifie la cause : "Le manque d'identification entre l'ego et le Soi produit l'absence de

discernement quant à l'existence et à la façon de procéder, laissant place à la domination de l'ombre ignorée dans tous les comportements".

Le pèlerin est perdu, comme le fils prodigue, car il a méprisé Dieu, l'Esprit, l'immortalité, les vrais trésors.

Comment retourner au Père ? Chaque crise signale le manque de l'essentiel. S'approcher de Dieu, c'est marcher dans la prière et dans la vigilance, c'est la charité désintéressée, c'est vivre son propre voyage uni à Dieu. Moi et le Père sommes un.

"Ne jugez pas pour ne pas être jugés, car de la même manière que vous jugerez, vous serez jugés et la même mesure que vous utiliserez sera également utilisée pour vous mesurer." (Matthieu 7:1-5).

Avez-vous déjà réalisé combien il est difficile de ne pas juger? Nous pourrions même dire que c'est impossible. Lorsque nous jugeons, nous exerçons le droit de décider et de faire des choix sur nous-mêmes, notre vie, les autres et l'avenir. Nous jugeons quand nous choisissons une blouse dans la vitrine du magasin, quand nous décidons quel meilleur chemin suivre ou quand nous élisons nos amis. Juger, c'est exercer notre libre arbitre, c'est la mesure de notre liberté, c'est quand, enfin, nous pouvons décider s'il est plus prudent de dire "oui" ou "non".

Alors comment concilier notre droit et notre liberté de juger et de décider avec la proposition évangélique?

En fait, je ne dois pas juger les gens, mais plutôt leurs actions selon les valeurs et l'éthique. Malheureusement, ce que nous faisons, en règle générale, c'est de juger les autres et de les condamner et c'est sur ce point que l'apôtre avertit.

Un magistrat, par exemple, a la prérogative de juger et d'infliger une sanction à un accusé, qui peut être l'acquittement ou la condamnation. Il étudiera le dossier, examinera le procès, écouter les témoins, les avocats, et décidera ensuite quelle est la peine la plus juste.

Et nous, on connaît le processus ? Nous jugeons pour établir l'éthique, car nous devons savoir ce qui est bien et mal, juste et injuste et pour cela nous devons juger. Mais nous ne pouvons condamner personne, ni nous-mêmes, car nous ne connaissons pas tous les facteurs qui ont déclenché la motivation de prendre cette attitude. Nous ignorons notre histoire passée et encore moins celle des autres.



compris comme l'ego et le soi, respectivement, mais aussi la personnalité et l'Esprit, et que "nous sommes un" serait le but de la marche de l'Esprit, à travers les réincarnations successives; la fusion de l'ego et du soi.

Dans le livre *Em Busca de Verdade*, la bienfaitrice éclaire ce périple en réfléchissant sur la parabole du fils prodigue, dans laquelle le plus jeune fils, muni de l'héritage qui vient du Père, fait face à de multiples situations, jusqu'à ce qu'il tombe en lui-même, et retourne au Seigneur.

Joanna explique comment il est de la loi que l'Esprit se lance, sortant de la simplicité et de l'ignorance, pour conquérir la

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

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

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: spiritistps@gmail.com
www.spiritistps.org
Registered Charity N° 1137238
Registered Company N° 07280490

Lusiane Bahia

Avocate

Davidson Lemela

Neuropsychologue

Fuites par la culpabilité

Parmi les défis existentiels, apprendre à gérer le sentiment de culpabilité se distingue comme étant quelque chose de très important. Dans le bon sens, il est établi comme étant un sentiment généré par une attitude erronée, lorsque l'égo se rend compte qu'il a dépassé les limites ou agi de manière inappropriée. Cependant, il est important de noter que cette évaluation se fait à partir du système de croyances de l'individu lui-même. Ainsi, bon nombre des fautes que l'on ressent peuvent être liées à des normes familiales, religieuses, sociales qui ont été contredites, sans nécessairement impliquer une attitude indue. Dans un autre sens, l'individu peut commettre des actes qui sont même acceptés par ces systèmes de croyance, mais son individualité profonde souligne qu'une valeur importante a été violée.

Quoi qu'il en soit, la culpabilité finit par être une fonction associée à la conscience, nous indiquant que nous avons contredit un système de valeurs. Il est important d'être conscient du système de valeurs auquel on a été confronté et de ce que l'on peut et doit faire. Pour la psychologie profonde, la culpabilité doit être transformée en responsabilité lorsque l'être assume ses actes et se met à faire le chemin de révision des attitudes, de reconnaissance et de réparation, dans la mesure du possible.

Jésus, réalisant la présence de la culpabilité dans le comportement humain, n'a pas agi de manière condamnatoire, et a proposé la thérapie libératrice : "maintenant allez et ne péchez plus."

Cláudio Sinoti

Thérapeute junguien



Motivation et volonté dans l'égoïsme

Dans toutes les activités de projets d'élevation humaine, la personne concernée doit chercher en elle-même la motivation, en utilisant la liberté de choisir le Bien, en conquérant l'estusiasme, la détermination et le courage. Des vertus nécessaires au succès, qui se matérialisent lorsque l'individu montre un intérêt à grandir, à évoluer et à surmonter les défis internes et externes, en exerçant son propre effort, le libre arbitre, en promouvant l'Esprit immortel.

Le philosophe français Léon Denis dans son livre *Le problème de l'être, du destin et de la douleur*, enseigne que "la vie de l'être conscient est une vie de solidarité et de liberté. Libre dans les limites que les lois éternelles déterminent, il devient l'architecte de son destin. Son avancement est son œuvre." Et il poursuit, "par l'effort accumulé, par la persistance des pensées et des désirs, malgré les déceptions, les défauts au cours des existences renouvelées, l'âme parvient à développer ses hautes facultés."

Il est fondamental de comprendre que la motivation spirituelle est la conséquence de la volonté de servir, établissant la constance, la permanence et la direction de l'aspiration intime. L'Esprit marche vers la lumière, vers la paix, vers l'amour, mais il est important de marcher avec éthique. Personne ne peut accomplir une action utile sans motivation et volonté.

Les automobilistes sont ceux qui définissent clairement leurs objectifs, dans chaque activité, en utilisant le pouvoir de la volonté. La motivation est une décision intime, une initiative mentale et émotionnelle axée sur la réalisation de soi.

Dans le processus de l'auto-soins, il est fondamental de différencier la motivation par l'éloignement et par l'approche. La motivation pour l'éloignement est basée sur le négativisme, axée sur

les difficultés de l'Egée, alimentée par les gains secondaires de l'accommodation psychique, de l'inertie et de la victimisation. La motivation de l'éloignement se produit lorsque la personne est obligée de prendre des mesures pour écarter un problème.

La motivation par l'approche est orientée dans la résolution des



problèmes. L'accent est mis sur les résultats souhaités et non sur le travail que vous allez avoir pour les obtenir. Ces actions, expressions de l'automor, mettant en évidence l'auto-entretenu, proviennent des individus qui établissent une relation effective et affective avec eux-mêmes, avec leur travail, avec la famille et la société.

Dans la volonté, l'Esprit a le contrôle qui le dirige dans telle ou telle direction, établissant des causes qui commandent les problèmes et les solutions de son destin. S'aimer et être heureux en exerçant l'action de la volonté, en se motivant par l'amour, est un grand acte d'amour pour Dieu, pour la vie et pour le prochain.

Evanise M Zwirtes

Psychothérapeute



Libre arbitre et responsabilité de conscience

Dans un temps où tant de charges, tant de douleurs, tant de difficultés, tant de frais pour atteindre la perfection, nous utilisons souvent "chacun selon ses œuvres" comme une forme de note, de jugement qui ne nous appartient pas, et nous avons oublié le principal enseignement que Jésus nous a laissé "Aimez-vous les uns les autres comme je vous ai aimés."

Les réseaux sociaux nous connectent les uns aux autres d'une manière que nous n'avons jamais eue auparavant, augmentant l'exposition de la vie de chacun, ou du moins d'une partie de celle-ci, augmentant l'émergence des "prétendants aux juges de la vie d'autrui" qui ne sont rien d'autre que des gens qui ont d'immenses difficultés dans leur propre vie et qui cherchent, par un mécanisme de projection, à voir chez les autres ce qu'ils cherchent à cacher en eux-mêmes, puis à attaquer cruellement leurs frères en Christ, Jésus nous a appris à tendre les mains et à nous aider.

Chacun de nous est un être en évolution, avec des vertus et des difficultés propres, avec une lutte intérieure qui ne peut être évaluée par celui qui ne connaît pas tout ce qui la précède. Et puis nous nous demandons, si nous avons des difficultés à nous rappeler des faits de notre propre existence, avons-nous le bagage nécessaire pour évaluer les attitudes des autres? Nous pouvons plutôt observer et discerner, en évitant de tomber dans les mêmes erreurs, mais la vérité est que nous sommes tous sur le chemin de l'évolution, en sortant du moins vers le plus, et sur ce chemin nous trébuchons,

nous tombons, nous levons, recalculons la route et suivons notre marche.

Sur ce chemin d'évolution, il est certain que nous recevrons selon les choix que nous faisons dans nos vies, "le semis est libre, mais la récolte est obligatoire" (Galates 6:8-9), "chacun selon ses œuvres" (Matthieu 16:27), mais nous devons comprendre que cette "loi de la vie" n'est pas "châtiment divin", mais plutôt d'un mécanisme sage qui nous permet de ressentir les conséquences de nos actes, de modifier nos sentiments, de contourner la pierre brute que nous sommes encore et de nous transformer lentement à chaque étape de notre existence, dans le futur diamant brillant qui reflétera la grandeur divine.

Allan Kardec, dans le livre *Le Ciel et l'Enfer*, nous enseigne que "selon les principes de la justice, les âmes doivent être responsables de leurs actes, mais pour qu'il y ait cette responsabilité, il faut qu'elles soient libres dans le choix du bien et du mal; sans le libre arbitre, il y a fatalité, et avec la fatalité, la responsabilité ne coexisterait pas."

Nous réalisons alors l'importance de faire nos choix et de recevoir le cœur ouvert leurs conséquences, même quand elles nous arrivent sous forme de douleur. Non plus une punition pour des choix considérés comme mal faits, mais une école qui enseigne le chemin, quels que soient les choix que nous faisons. Il n'y a plus de mauvais choix, seulement des choix, mais pour chaque choix, un résultat qui nous apportera ce dont nous avons

besoin pour évoluer.

Face à cette compréhension, nous nous rendons compte que nous avons la possibilité de diriger beaucoup de ces choix, ce qui entraîne des conséquences plus heureuses pour nos vies. Nous avons parcouru l'infini, à chaque étape, repensé notre histoire et créé de nouvelles possibilités à explorer. Toujours sous le regard divin qui, à travers ce modus operandi, nous permet de comprendre qu'aucune brebis ne sera perdue du troupeau du bon berger, puisque chaque brebis sera, chacune à sa manière, ramenée sur le chemin qui la conduira à son but, à son évolution.

Avec la conquête de la conscience, de la capacité de pensée continue qui marque l'espèce humaine, nous comprenons la responsabilité que chacun de nous a sur sa propre vie et, à un niveau plus élevé, sur les répercussions que sa vie engendre sur sa famille, sa communauté, son pays, sur l'humanité dans son ensemble.

Nous nous rendons compte qu'il ne sert à rien de se plaindre des événements qui nous entourent si nous n'adoptons pas une attitude proactive, en changeant notre façon d'agir, en changeant ainsi le monde qui nous entoure. Le libre arbitre qui nous est accordé en tant qu'outil d'évolution, lorsqu'il est utilisé avec une conscience responsable, nous aidera certainement à ouvrir les portes du monde régénéré que nous voulons vivre.

Dre. Livia C. Poli

Médecin