

# Journal d'études psychologiques

Science, philosophie et religion

## Dans l'ère de l'Esprit

Une analyse, même superficielle, du panorama actuel de la société révèle de graves problèmes à résoudre, sans qu'il y ait un aperçu d'une expérience, au moins à moyen ou court terme, de ce que nous pouvons appeler "l'ère de l'esprit".

Les questions climatiques

autres continuent à être intenses, même avec toutes les informations disponibles, démontrant qu'il y a une énorme zone d'ombre psychologique, individuelle et collective, Être travaillée et gagnée.

Les tyrans et les dirigeants sans engagement éthique et moral sont toujours conduits au pouvoir des nations, alimentant la peur, la destruction, la désinformation et la violence, alors qu'ils devraient être des instruments d'harmonie. Les ressources collectives allouées aux budgets des États sont encore en grande partie destinées à financer les armements et les guerres sur la planète, alors qu'elles pourraient garantir de

Les religions, qui devraient être au service de la recherche de la transcendance, n'accomplissent pas toujours leur fonction de manière adéquate et se transforment souvent en Sociétés anonymes, générant des richesses matérielles à leurs dirigeants, au prix de l'exploitation des fidèles.

Certes, tout n'est pas perdu, car il existe de nombreuses et belles exceptions dans le domaine de la philosophie, de la culture, des arts, de la musique et d'autres domaines du savoir et de l'action humaine. Et si collectivement il est difficile d'imaginer une transformation radicale de la conscience, qui nous place effectivement dans la marche ascendante de l'ère de l'esprit, il est possible, individuellement, de s'engager dans sa propre transformation, et cela sert d'impulsion au collectif proche, jusqu'à ce qu'un nombre suffisant d'individus soit atteint, permettant à la planète de dégager une autre psychosphère, qui se traduise par l'harmonie, la solidarité, l'empathie, la durabilité et d'autres valeurs importantes de la coexistence humaine. Nous devons aller au-delà de la tolérance, qui est déjà un pas important, et exercer le respect, l'empathie et la compassion pour les nombreux êtres qui souffrent, en partageant ce que nous avons en excès, comme le Christ nous a enseigné. Nous devons nous considérer comme faisant partie de la nature, et non pas comme ses utilisateurs, afin que nos actions ne génèrent pas de conséquences destructrices pour nous-mêmes et ne compromettent pas les générations futures.

Nous devons aller au-delà de la séparativité dans n'importe quel domaine et considérer que nous sommes des esprits, enfants d'un même Dieu, même sous différentes appellations, mais qui souhaitent que toutes les personnes puissent vivre en harmonie. Utopie ? Nous ne le saurons que lorsque nous nous engagerons effectivement dans les changements requis pour y arriver.

**Cláudio Sinoti**

*Thérapeute junguien*



urgentes, bien qu'elles aient déjà des effets immédiats sur les collectivités, avec des études prouvant que beaucoup de catastrophes pourraient être évitées s'il y avait un autre niveau de conscience collective, ne reçoivent pas encore les soins appropriés. Surtout parce qu'ils impliquent des actions immédiates et le renoncement à "plaisirs" et les commodités, que les "puissants" du monde rejettent. L'être humain, encore attaché à l'égoïsme et à l'individualisme, se place comme un profiteur de la nature, et non comme un partenaire, comme il devrait l'être, ce qui rend plus difficile la mise en œuvre d'actions efficaces.

Socialement, nous sommes encore confrontés à des taux effrayants de violence qui se manifeste sous diverses formes. Les guerres d'extermination, les génocides, les féminicides, les crimes de racisme, l'intolérance religieuse et

meilleures conditions de vie et de dignité aux habitants de la Terre.

Dans l'économie, bien que ce qui se produit dans le monde soit suffisant pour nourrir toute la population de la planète, il existe encore des poches de faim et de misère. De nombreux travailleurs sont mis à produire dans des conditions d'esclavage, pour satisfaire le caprice du consumérisme exacerbé. Les données sont encore plus choquantes quand on sait que 1% des plus riches détiennent la même quantité de ressources monétaires que 66% des plus pauvres.

L'utilisation des technologies modernes se montre encore inadéquate, manipulée par des groupes puissants qui répandent la désinformation, le négationnisme et les *fake news*, au service de leurs intérêts, en profitant d'individus sans sens critique, dont le degré d'aliénation devient extrêmement dangereux pour les directions collectives.

## L'homme dans le monde

Quand une nouvelle année commence, nous créons beaucoup d'espoir pour la paix et nous nourrissons la foi et l'espérance dans le bien. Cependant, pour que la planète se transforme en un monde heureux, nous devons penser d'abord à la transformation de ses habitants.

Nous vivons un moment grave de l'humanité. La satisfaction irréflicie de la

apprendre, beaucoup ont remplacé *l'amour qui couvre la foule des péchés* par la souffrance et la révolte de *l'œil pour l'œil, dent pour dent*.

Les biens matériels sont des conséquences de la vie, mais le carnage en a fait sa fin. Il tombe malade et souffre d'inverser la valeur réelle de l'existence.

On me demande souvent :

- Mon Dieu, qu'ai-je fais dans le passé pour mériter ça ?

Je réponds :

- Assez de temps.

- Mais combien de temps encore vais-je souffrir ?

- Assez de temps.

Un horizon lumineux nous attend dans le grand avenir et il sera atteint par notre effort personnel dans la recherche du bien, dans la

mesure où nous atténuons notre orgueil et notre égoïsme. Rappelez-vous : nos vrais ennemis alors en nous, mais le bonheur aussi et les deux ne peuvent cohabiter le même espace.

Si vous ne pardonnez pas, excusez-moi. Si vous n'êtes pas encore capable d'aimer sans condition, ayez de la compassion. Si la charité est un fardeau, soyez solidaire. Si l'impatience vous visite dans les minutes de la vie, efforcez-vous autant que possible de devenir pacifique et de maintenir la paix.

Apprenez à partager avec les pauvres, les délirants et les malades la richesse de votre générosité : soyez un pacificateur et gagnez l'honneur d'être reconnu comme fils de Dieu.

**Davidson Lemela**

**Neuropsychologue**

## Le bonheur sur terre

Nous vivons à une époque où la facilité de communication par les réseaux sociaux nous donne accès à une partie de la vie de beaucoup de gens. Il est fréquent de voir des messages de personnes heureuses vivant des situations glamour et nous regardons nos vies et nous demandons : "Est-ce que seule ma vie a des tribulations et des douleurs que nous essayons de cacher, mais qui dans beaucoup de situations sautent sur notre regard? Lorsque nous sommes heureux, nous sommes expansifs et voulons partager notre part de bonheur. Quand nous sommes tristes, nous sommes introspectifs et souvent nous voulons cacher notre douleur. Ne nous trompons pas de ce que nous voyons sur les réseaux sociaux! La douleur est bienfaitrice divine qui touche la vie de tous, nous conduisant à la maturité spirituelle.

Mais nous pouvons jouir d'un bonheur relatif même en vivant dans un monde de tests et d'expiations. Ce bonheur ne se trouve pas dans les possessions, ni dans les titres académiques, ni dans l'autorité humaine. Selon Emmanuel, à travers la psychographie de Chico Xavier, dans un texte intitulé "Le bonheur", publié dans le livre *Étapes de la vie*, le bonheur "n'est pas dans ce que vous rêvez mais dans ce que vous faites et surtout dans la façon dont vous faites".

Par conséquent, cherchons à surveiller nos pensées en détournant nos actions pour que nous soyons alignés sur les préceptes du Christ. Après tout, il est possible de vivre un bonheur relatif dans un monde d'épreuves et d'expiations, mais celui-ci ne viendra pas de ce que le monde nous offre, mais de ce que nous offrons au monde.

**Dre. Livia C. Poli**

**Médecin**



recherche des désirs purement matériels et de la recherche incessante et effrénée du plaisir à tout prix a rendu l'homme du monde très intolérant et égoïste, dans la mesure où la plupart d'entre nous n'ont pas encore compris le sens exact de l'existence humaine.

Le but fondamental de la réincarnation et d'être dans le monde est de devenir des personnes meilleures. Dans une marche progressive et ininterrompue, notre destin est le bonheur complet et véritable. Mais pour cela, nous avons encore besoin de beaucoup d'existences dans la matière dense. Plusieurs siècles se sont écoulés depuis le début de cette marche et aujourd'hui, bien que cela ne semble pas, nous sommes encore plus proches du commencement que de l'objectif.

L'homme dans le monde est un esprit encore immature et quelque peu indolent. Sa douleur du présent n'est pas une punition, mais le résultat de ses choix passés.

Dans cette école de la vie, il est comme l'élève rebelle et têtue qui tarde à

### Logistique

#### Journaliste

Rita de Cássia Escobar

#### Édition

Evanise M Zwirtes

#### Collaboration

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

#### Rédaction

Cláudio Sinoti  
Davidson Lemela  
Livia C. Poli  
Lilian Buniak  
Lusiane Bahia  
Adriane Viola Bacarin

#### 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](http://www.spiritistps.org)  
Registered Charity N° 1137238  
Registered Company N° 07280490

## Éducation moderne

Selon le *Livre des Esprits*, dans la réponse à la question 115, Dieu a créé tous les esprits simples et ignorants, afin de les éclairer et progressivement les faire atteindre la perfection, étant que l'un des moyens de croissance et d'évolution de l'individu est par l'éducation, où les aptitudes innées s'améliorent par l'apprentissage que les multiples opportunités de l'existence apportent.

L'éducation ne forme pas seulement des habitudes et développe l'intellect, mais aussi réalise un apprentissage continu et permanent, car les expériences ne cessent pas et ont comme nécessité la coexistence dans la société pour des modifications morales.

Selon Joanna de Ângelis, dans le chapitre 23 du livre *Études Spiritistes*, psychographie de Divaldo Franco, l'éducation couvre une grande zone, presque toute la vie, et dans le foyer s'installent ces fondements légitimes, étant que le foyer construit l'homme et l'école forme le citoyen.

L'éducation moderne, selon le Spiritisme, dispose de ressources pour l'édification du temps de l'éducation, pénétrant dans les racines de la vie, élucidant l'esprit à travers les temps, éclaircissant les recalques, névroses, dystonies qui répondent dès les premiers jours de la conjoncture charnelle, par des épreuves et des expiations qui éduquent chaque individu à de nouvelles responsabilités, tâches et libération.

L'éducation moderne est donc la clé du progrès moral et de l'évolution spirituelle, et selon *l'Évangile selon le Spiritisme*, chap. XIV, point 9, le meilleur moyen d'éliminer l'égoïsme et la fierté de tous les individus.

**Lilian Buniak**

**Psychologue Clinicienne**



## Problèmes familiaux

"L'ingratitude est un des fruits les plus directs de l'égoïsme. Elle révolte toujours les cœurs honnêtes. (...) Le Spiritisme éclaire l'un des grands problèmes du cœur humain". Ceci est un extrait du beau texte écrit par saint Augustin dans *l'Évangile selon le Spiritisme*, où il aborde, au départ, l'ingratitude des enfants envers leurs parents, mais dans une amplitude réfléchie, Il dirige notre attention sur l'importance du spiritisme pour tout et n'importe quel sujet familial.

La famille est une grange de bénédictions dans laquelle Dieu permet la réunion des êtres pour la rédemption du caractère. C'est dans la famille que l'on obtient les valeurs les plus significatives pour la formation matérielle et spirituelle de l'être et qu'elle est le levier moteur du progrès humain.

Face à la réunion des esprits, voyageurs réincarnés, dans le même environnement, pour les expériences de douleur et de joie, de luttes et de venturas, il est naturel qu'il y ait des sympathies, mais aussi des antipathies.

Mais, comme l'a bien exprimé saint Augustin, le spiritisme est une explication sûre pour les défis qui se multiplient dans les seins familiaux.

L'ingratitude des enfants ou l'indifférence des parents, l'animosité et la discorde entre frères ou les vices qui envahissent les familles sont des expressions de l'âme qui peuvent être diluées si on les comprend à la lumière de la vie future et de l'immortalité de l'âme.

Dit encore l'Esprit Bienfaiteur

dans le message mentionné : "De toutes les épreuves, les plus dures sont celles qui touchent le cœur". Et il souligne encore la profondeur réfléchie : "Les familles forment des esprits que l'analogie des goûts, l'identité du progrès moral et l'affection amènent à se réunir".

Ainsi, les adversités rencontrées



avec des membres de la famille sont des défis transposables et qui favorisent la libération et la maturation des relations.

Savoir que nous sommes réunis pour des ajustements de conduite nous pousse à insister sur l'amour cultivé dans la famille et à exercer la compréhension et le pardon comme instruments indispensables au succès du voyage ensemble.

Face aux luttes et aux conflits familiaux, à l'amour, à l'accueil, au pardon, à la compréhension, car ainsi "la famille se félicitera d'avoir sauvé quelques naufragés qui, à leur tour, pourront en sauver d'autres". Nous serons tous, sans aucun doute, ressuscités par les liens de la famille.

**Lusiane Bahia**

**Avocate**



### Appelés à servir : une proposition d'autonomie

La vie nous invite constamment au service. Servir n'est pas seulement un geste de générosité, mais une nécessité essentielle pour la croissance personnelle et spirituelle. Cependant, pour que le service soit authentique et efficace, il est indispensable de développer l'autonomie. Être autonome ne signifie pas être isolé ou soumis, mais exercer une liberté responsable, capable de guider nos actions avec discernement et but.

Le service envers autrui, enseigné par diverses traditions spirituelles et philosophiques, est un chemin vers la connaissance de soi et l'accomplissement. Jésus, maître par excellence, a souligné le devoir et la responsabilité comme piliers de l'évolution humaine. Ainsi, le service devient un engagement envers sa propre croissance et la construction d'une société plus harmonieuse.

Pour servir de manière authentique, il faut un détachement de l'égo et une recherche constante de la cohérence entre ce que l'on fait et ce que l'on est. L'authenticité dans le service apparaît quand l'individu reconnaît ses potentialités et limites, comprendre que l'autonomie est un processus continu d'apprentissage et d'amélioration. Se connaître soi-même devient ainsi une étape essentielle.

Être autonome implique d'assumer la responsabilité de ses propres choix, conscient que chaque décision engendre des conséquences. Jésus nous a mis en garde contre le fait de reporter nos devoirs, nous rappelant que le moment est présent. Cette conscience nous conduit à un état de vigilance intérieure, nous permettant de discerner entre l'essentiel et le superflu. Pour suivre

cette voie, il est fondamental de cultiver la sérénité et la discipline.

La méditation apparaît comme un outil précieux pour renforcer l'autonomie intérieure, en aidant à l'équilibre émotionnel et à la clarté mentale face aux adversités. La pratique de la réflexion nous permet d'examiner les motivations, de corriger les routes et d'améliorer les actions, en favorisant un service plus conscient et efficace.

Un autre aspect essentiel de l'autonomie est la capacité à se détacher des résultats et des attentes. Nous cherchons souvent à obtenir une reconnaissance extérieure et nous oublions que le vrai service est celui qui est accompli avec amour et désintéressement. La liberté est de contribuer par le simple plaisir d'aider, sans contrôler les développements. En pratiquant le détachement, nous éprouvons légèreté et contentement, renforçant notre autonomie émotionnelle et spirituelle.

L'introspection est un pilier indispensable sur le chemin de l'autonomie. La connaissance de soi permet de se libérer des croyances et des comportements qui ne reflètent pas l'essence même de l'être. Le voyage vers l'autonomie exige de la patience, du courage et de la concentration - des vertus fondamentales pour un service conscient.

Pour que le service atteigne sa plénitude, il faut une clarté de but. La recherche de reconnaissance peut détourner l'essence même du service, en faisant un outil de l'égo. Jésus a enseigné que le vrai serviteur se consacre silencieusement au bien commun. L'humilité devient ainsi indispensable à la construction d'une autonomie authentique. Le concept d'humilité est directement

lié à la cohérence avec l'essence même. Être humble signifie reconnaître avec précision la position qu'on occupe - ni au-dessus, ni en dessous -, mais comprendre que, de ce lieu, il est possible de servir avec toutes les forces et tout ce que l'on a, comme l'illustre la parabole du Bon Samaritain.

Servir avec autonomie c'est agir avec équilibre, sans la nécessité de plaire à tout le monde, mais avec la certitude d'être en train de remplir un rôle dans le monde. Cela exige une maturité émotionnelle et spirituelle, guidant chaque action par l'amour et l'éthique.

La vraie liberté dans le service ne signifie pas l'absence de responsabilités, mais la capacité de choisir consciemment des actions qui contribuent au développement personnel et collectif. Dans ce contexte, l'éducation spirituelle joue un rôle crucial en élargissant la perception que le service est une opportunité de croissance et d'illumination, et non une obligation imposée.

Nous sommes appelés à servir avec autonomie, en cultivant la responsabilité, l'éthique et l'amour du prochain. La véritable autonomie naît de la connaissance de soi et de la compréhension que nous sommes les agents de notre propre évolution. Lorsque nous servons avec but et authenticité, nous contribuons à un monde plus juste et plus harmonieux en nous alignant sur le but divin de croissance continue et de libération intérieure.

**Adriana Viola Bacarin**

**Psychologue Junguiana**