

# Journal d'études psychologiques

Science, philosophie et religion

## Rêves, messages de l'âme

L'Esprit, tout au long de son évolution, parcourt divers degrés d'émancipation quand il est lié à son corps physique. L'un d'eux est quand il passe par le sommeil du corps. Il s'en détache et dans son

Jung disait que les rêves ne mentent pas et ne trompent pas, ils sont une réalité du rêveur et donnent des informations précieuses sur son état physique. Généralement, quand le rêveur tente d'inter-



corps spirituel, il s'en va à la rencontre de ceux qui se trouvent dans sa dimension d'origine. Quand il revient et qu'il se réveille dans le corps physique, il emporte avec lui ses impressions sous la forme de rêves. Mais les rêves ne sont que le résultat des expériences de l'esprit quand le corps physique dort. Ce sont aussi les résultats des processus psychiques découlant de l'inconscient qui, par compensation ou complémentarité, inondent le champ de la Conscience. Le langage des rêves, avec ses images, est symbolique. Nous n'avons pas de code pour le comprendre. Les recherches d'Asserisnky et Kleitman, en 1953, sur le sommeil, ont permis de découvrir que nous rêvons tous, et leur présence peut être détectée physiquement pendant le sommeil dit paradoxal. C.G.

pourra lui arriver. Les rêves apportent des informations importantes sur le passé, le présent et des probabilités quant au futur, selon le point de vue du psychisme qui les engendre. Souvent se présentent une ou plusieurs situations de conflit qui reflètent le noyau central du message qu'ils veulent transmettre à l'ego. Il est fondamental de comprendre que l'interprétation de leur signification peut être très utile pour l'être humain, principalement lorsqu'on comprend leur paradoxe. Une particularité peut être perçue dans lesdits rêves spirituels, dont la caractéristique basique est la présence d'Esprits désincarnés. Ces rêves consistent en général en des rencontres avec ceux qui ne sont plus dans leur corps physique et qui gardent un contact avec les incarnés, témoignant de la continuité de

la vie au-delà de la matière. Dans le *Livre des Médiûms*, Allan Kardec informe que rêver des désincarnés est un type de médiumnité.

**Adenauer Novaes**

*Psychologue clinicien*

pré-  
ter  
s e s  
rêves, il  
commet  
l'erreur  
de le  
faire  
selon une  
logique  
de la  
conscience  
qui  
pointe  
vers une  
téléologie  
utopique  
que  
quelque  
chose de  
fatal

### **Q. 401 - Pendant le sommeil, l'âme se repose-t-elle comme le corps ?**

« Non, l'Esprit n'est jamais inactif. Pendant le sommeil, les liens qui l'unissent au corps sont relâchés, et le corps n'ayant pas besoin de lui, il parcourt l'espace, et *entre en relation plus directe avec les autres Esprits.* »

### **Q. 402 - Comment pouvons-nous juger de la liberté de l'Esprit pendant le sommeil ?**

« Par les rêves. Crois bien que lorsque le corps repose, l'Esprit a plus de facultés que dans la veille ; il a le souvenir du passé et quelquefois prévision de l'avenir... »

### **Q. 404 - Que penser de la signification attribuée aux rêves ?**

« Les rêves ne sont point vrais comme l'entendent les diseurs de bonne aventure, car il est absurde de croire que rêver de telle chose annonce telle chose. Ils sont vrais en ce sens qu'ils présentent des images réelles pour l'Esprit, mais qui souvent n'ont pas de rapport avec ce qui se passe dans la vie corporelle... »

**Allan Kardec**

*Le Livre des Esprits*



## Dormir : le réveil intégral

Puisque nous passons près d'un tiers de nos vies à dormir, est-ce un processus qui n'est que physiologique ou bien existe-t-il une signification

sommeil profond de la conscience et ne parviennent pas à sentir les phénomènes de la vie au-delà de leurs sentiments physiques. Guidés



presque exclusivement par les instincts égotiques, ils ne perçoivent pas la réalité spirituelle qui nous entoure et continuent de « dormir » pendant longtemps jusqu'à ce

plus profonde dans l'acte de dormir ?

Selon le point de vue spirite, nous ne dormons pas seulement pour reposer notre corps, puisque « L'homme s'endort, son Esprit se réveille », comme nous le disent les Esprits dans la Q. 416 du *Livre des Esprits*. Ils expliquent en outre que ce processus sert d'entraînement pour la mort, car l'esprit expérimente en partie ce qui se passera après sa désincarnation. Pendant le sommeil, l'Esprit peut avoir un aperçu des cercles de la vie qui gravitent au-delà du plan physique et peut s'y exercer jour après jour jusqu'au dénouement final.

Selon Joanna de Ângelis, pendant le sommeil « *la vie est plus spirituelle que physique, tandis que l'expérience de l'action corporelle inverse ces valeurs* ». Nous nous exerçons donc souvent à la réalité spirituelle avec nos perceptions entravées par notre ego encore immature.

Mais profitons-nous effectivement de ce voyage ? Cela varie selon notre degré de conscience. Nous circulons dans un monde à des degrés variés de conscience, de la conscience du sommeil à la conscience cosmique. Certains, bien que réveillés dans leur corps, se trouvent dans un état de

qu'ils décident de se réveiller.

Lorsque nous parviendrons à nous libérer des ombres dans lesquelles nous nous trouvons, en élargissant la vision de l'esprit que nous sommes, nous comprendrons que dormir, c'est beaucoup plus que se reposer : c'est la possibilité du réveil intégral. Se réveiller à la vie et aux innombrables possibilités de croissance qui nous entourent ; se réveiller à la réalité qui nous attend après la vie physique ; se réveiller à ce tiers de notre vie que nous gaspillons et qui nous permet de nous connaître et de vivre la réalité de l'esprit que nous sommes.

Iris Sinoti

Thérapeute jungienne



## Rêves physiologiques, psychologiques et spirituels

La cause des rêves et leur signification ont toujours été un motif de curiosité et de préoccupation. Dans le *Livre des Médioms*, Allan Kardec affirme que la science de son temps n'a jamais expliqué l'origine de tels phénomènes. Les explications actuelles, encore incomplètes qui ne tiennent compte que des raisons physiologiques - maladies, troubles psychiques, conditions de vie professionnelle et économique, influences relatives aux coutumes de la modernité, telles que l'utilisation de drogues licites et illicites, la sexualité en tant qu'article jetable, les anxiétés et le stress engendrés par tout cela, en plus des conditions politiques mondiales qui créent des attentes en ce qui concerne notre avenir - sont réellement à l'origine de symptômes les plus divers qui se reflètent sur la qualité du sommeil. Pourtant, la science s'entête à ignorer les raisons spirituelles - ces expériences frappantes ayant un lien avec des vies antérieures qui interfèrent dans les rapports et les comportements de l'existence actuelle, l'influence des pensées et des émotions des désincarnés sur les individus, qu'ils soient ou non liés directement à leurs actes du passé, outre les conflits d'ordre interne relatif à leur propre héritage génétique.

Avec le Livre des Esprits, questions 400 à 412, nous déduisons : nous sommes les héritiers de nous-mêmes, c'est-à-dire que notre histoire se répète parce que nous nous entêtons à jouer les mêmes personnages. Le moment actuel est celui de la réflexion et des changements dans la manière d'agir et de penser et de développer, sans aucune hésitation, les valeurs et les vertus. C'est le chemin.

Sonia Theodoro da Silva

Rédactrice

### Logistique

#### Journaliste

João Batista Cabral - Mtb n° 625

#### Édition

Evanise M Zwirtes

#### Collaboration

Adenauer Novaes  
 Maria Angélica de Mattos  
 Maria Novelli  
 Criciell Zanesco  
 Christina Renner  
 Maria Madalena Bonsaver  
 Lenéa Bonsaver  
 Valle García Bermejo  
 Nicola Paolo Colameo  
 Sophie Giusti  
 Regina Ambrósio

#### Reportage

Ercilia Zilli  
 Iris Sinoti  
 Sonia Theodoro da Silva  
 Evanise M Zwirtes  
 Claudio Sinoti  
 Adenauer Novaes

#### Design graphique

Evanise M Zwirtes

#### Impression

Tirage : 2500 exemplaires

#### Réunions d'études (en portugais)

**Dimanches** - 17h45 - 21 h  
**Lundis** - 19 h - 21 h  
**Mercredis** - 19 h - 21 h  
 BISHOP CREIGHTON HOUSE  
 378, Lillie Road - SW6 7PH  
 Informations : 0207 371 1730  
 E-mail : spiritistps@spiritistps.org  
**www.spiritistps.org**  
 Registered Charity N° 1137238  
 Registered Company N° 07280490



## Cauchemars

Jusqu'à quel point pouvons-nous fuir de nous-mêmes ? La vie est-elle dotée d'un mécanisme pour nous réveiller de notre sommeil psychologique profond ? Notre libre arbitre est-il interrompu pendant le sommeil physique ? Nous rêvons tous, mais nous ne nous souvenons pas tous de nos rêves ou nous n'aimons pas tous rêver. Rêver, c'est simplement continuer à vivre, en entrant en contact avec des dimensions intrapersonnelles fréquemment oubliées. Les cauchemars peuvent être le résultat des expériences inconscientes non traitées ou de la rencontre de compagnons incarnés ou désincarnés pendant le détachement partiel qui se produit pendant le sommeil physique. Grâce à notre libre arbitre, nous choisissons avec qui nous nous harmonisons et vers où nous nous dirigeons. D'autre part, nous sommes favorisés par les expériences de notre inconscient qui peuvent être interprétées comme des cauchemars et qui nous permettent de nous réveiller vers l'immortalité de l'âme. Indépendamment de sa nature, le cauchemar est toujours une invitation à la Vie pour la rencontre de soi. Le cauchemar nous parle toujours de nous, il est la représentation interne de l'être lui-même. Une fois la peur initiale surmontée, son analyse avec humilité et courage nous offre une occasion de grandir, car elle présente des expériences qui demandent que la conscience s'ouvre vers leur compréhension et leur réintégration. Il est essentiel de nous préparer pour un sommeil tranquille par la prière, des activités et des pensées élevées, y compris la lecture salutaire, en choisissant de s'harmoniser avec les bienfaiteurs spirituels, pour que nous puissions apprendre, servir et évoluer pendant le repos physique.

**Karina Cardoso**

**Psychothérapeute**



## États différenciés de conscience

Le Livre des Esprits d'Allan Kardec affirme que « la loi de Dieu est écrite dans la conscience de l'homme » et que cette conscience qui préexiste à l'homme incarné est donc un attribut de l'Esprit.

Le biochimiste Robert de Ropp inclut dans le domaine de ses recherches scientifiques, l'étude des états altérés de conscience. En 1968, inspiré par George Ivanovitch Gurdjieff, il proposa la Psychologie créative comme une méthode d'amplification de la conscience qui intègre des informations des expériences accumulées.

Dans la structure de la vie psychique de l'individu, la conscience du moi peut changer de niveau, du plus primitif au plus transcendant, en suivant son actualisation naturelle qui lui apporte une plus grande lucidité et une plus grande intégration.

Dans une analyse basée sur le système de psychologie et spirisme, les différents états de conscience se révèlent selon les niveaux suivants :

Premier - **sommeil sans rêves** - absence totale d'idéalisme. L'être est plus physiologique que psychologique. Il dort, s'alimente, procrée et l'absence de volonté contribue au lent avancement de l'instinct à la conquête de la logique et de la raison.

Deuxième - **sommeil avec rêves** - les premiers signes d'idéalisme, d'intérêt apparaissent. L'être libère ses clichés. Il passe par les phases dramatiques, les cauchemars, les frayeurs. Ensuite celui de la libido et les révélateurs.

Troisième - **sommeil éveillé** - l'homme commence à s'observer et

à observer l'autre, en élargissant le degré de relation sociale et émotionnelle dans laquelle la détermination et la volonté conduisent l'être à la découverte de la finalité de son existence, à la rencontre de soi.

Quatrième - **transcendance du moi** - révolution de la conscience à la recherche de l'intériorisation pour une perception subjective de la



réalité. En choisissant la conduite chrétienne comme mécanisme de facilitation de l'évolution, il surpasse ses conflits, ses angoisses et ne s'identifie pas avec les contenus psychologiques affligeants. Vivre dans cet état de conscience deviendra si naturel qu'il atteindra rapidement le prochain niveau.

Cinquième - **conscience cosmique** - la sincérité et la volonté émanent du cœur, créant une lumière intime pour comprendre la vérité, se liant avec la conscience cosmique.

Pour s'aimer, la créature s'unira au Créateur, tout au long des réincarnations, en effectuant sa réalisation profonde, car celui qui s'illumine sent et irradie l'amour.

**Evanise M Zwirtes**

**Psychothérapeute**

## Rêves dans les processus d'individuation

Tout au long de l'histoire de l'humanité, plusieurs cultures se sont consacrées à l'étude et à l'observation des rêves dans la tentative de découvrir leur signification. Certains récits parlent de temples dédiés au soin dans la Grèce antique – en hommage au dieu Asclépios – parce que les Grecs croyaient que les dieux se manifestaient en eux avec les réponses nécessaires pour que le soin se fasse. En Égypte, on trouve les récits bibliques de Joseph qui en déchiffrant correctement les rêves du roi parvint non seulement à sauver sa propre vie, mais aussi à épargner l'Égypte de graves difficultés.

Des millénaires plus tard, la psychologie s'intéresse à nouveau au phénomène onirique, avec Sigmund Freud qui trouve dans les rêves « la voie royale vers l'inconscient ». Basé sur les découvertes du père de la psychanalyse, mais arrivant à des interprétations et des conclusions qui élargissent le regard au-delà de la sexualité humaine, Jung conclut « qu'en chacun de nous, il y a un autre que nous ne connaissons pas. Il parle avec nous à travers les rêves. »

C'est par l'observation attentive des rêves de ses patients (Jung pense avoir analysé près de 80 000 rêves) qu'il découvrit le rôle fondamental des rêves dans la psyché : ils sont au service de notre processus d'individuation selon lequel l'individu développe ses potentiels et fait émerger dans sa conscience, sa personnalité comme un tout. Traduits selon la vision spirite, les rêves sont au service de l'esprit pendant son parcours évolutif.

Je me souviens qu'un jour j'avais un doute profond sur l'orientation que je devais suivre dans le cadre de mon travail. Devis-je rester dans un type d'activité ou suivre une nouvelle direction ? Le soir, dans ma prière, je demandais l'aide de la spiritualité, une lumière, un cap qui puisse me guider. Et voilà que je rêve que je parcours une route, avec de grandes propriétés de chaque côté. Une voix me disait : désormais, de nouvelles plantations t'attendent... Je me suis réveillé. Je compris dans cette nouvelle expérience que nous devons être attentif aux rêves qui arrivent à révéler notre propre nature, à dépeindre nos désirs et nos aspirations, à montrer nos rencontres spirituelles, et par-dessus tout, à servir l'important objectif qui est de développer l'être que nous sommes nés pour être.

**Cláudio Sinoti**

*Thérapeute jungien*

