

Journal d'études psychologiques

Science, philosophie et religion

Caractéristiques d'une Personne Spiritualisée et Heureuse

L'être humain recherche naturellement le bonheur. Il attend anxieusement qu'il apparaisse à tout moment et dans tout ce qu'il entreprend, et fait en sorte d'orienter sa vie pour trouver immédiatement l'harmonie, la paix et le bien-être. Quand il est plus mûr, il comprend mieux que tout cela ne peut être obtenu qu'en acceptant les sacrifices et les renoncements, et en éliminant l'orgueil et l'égoïsme

qu'il a hérité de son parcours d'Esprit immortel. D'un autre côté, la spiritualisation est une acquisition plus élaborée qui exige d'investir dans des expériences transcendantes liées à tout ce qui touche à la dimension de l'esprit. Il existe néanmoins des indices qui nous aident à reconnaître les personnes déjà parvenues à la situation de personne spiritualisée et heureuse, et qui servent de modèle pour notre

propre recherche. Ces personnes n'ont pas toujours un engagement formel envers la religion, ce ne sont pas les religieux ou les disciples de telle ou telle secte. Dans la plupart des cas, ce sont des personnes communes qui savent voir la vie avec un regard spirituel mûr et avec la joie simple de celui qui est en paix avec le monde. Une personne spiritualisée et heureuse attire à elle ceux qui recherchent la sympathie et le désir sincère d'un contact affectif ; ses pratiques professionnelles engendrent la prospérité en faisant croître ceux qui la côtoient sans créer de dépendances qui emprisonnent ; sa vie n'est pas réglée sur des pratiques rigides d'immolation ou d'interdiction qui annulent les besoins fondamentaux du corps, ni par la négation du travail formel ; elle cherche à maintenir des relations d'amour, à donner la priorité et à vivre la liberté responsable ; c'est une personne centrée, autodéterminée, conséquente et qui s'identifie à des valeurs éthiques supérieures ; elle comprend la vie selon le paradigme de l'Esprit immortel, sans tenter de catéchiser ou de convaincre pour augmenter le nombre des disciples ignorants ; elle a conquis la conscience de son monde intérieur, de ses processus inconscients et du besoin de se transformer elle-même sans moralisme ou répressions puérides ; elle respecte la religiosité d'autrui en plaidant pour des pratiques spirituelles libératrices des consciences et qui encouragent le contact avec le divin dans chaque être humain. C'est une personne qui aime et propage l'amour dans tout ce qu'elle fait.

Adenauer Novaes
Psychologue clinicien



V Mois Spirite/2012

Afin de poursuivre notre programme d'illumination des consciences et de toucher le public en général, nous avons réalisé le **V Mois Spirite – avril 2012**. Les personnes intéressées ont pu prendre part aux différents sujets qui ont été traités par des conférenciers nationaux et internationaux. Merci à tous.

La programmation du **VI Mois Spirite/2013** de cette Société peut être consultée sur le site Web suivant :
www.spiritistps.org.

WORKSHOP

(En portugais)

Juin/12 (Mercredis)

AUTO-OBSESSION Thérapie de l'Esprit

Organisatrice
Evanise M Zwirtes

Participation sujette à inscription:
0778 4840671

Fuites Psychologiques

Déchiffre-moi ou je te dévore !... proposait le sphinx à CEdipe.

Grâce à sa réflexion affûtée, le fils de Jocaste est parvenu à trouver la réponse de l'énigme qu'on lui proposait pour continuer vers la prochaine étape sans être dévoré. Mais il allait devoir faire face à d'autres défis sur son parcours.

Le fameux passage du mythe d'CEdipe est une belle illustration des défis de l'existence, ces grandes énigmes qui surgissent de notre inconscient ou qui viennent de l'exté-

riour, telles des provocations qui n'ont d'autre but que de donner une impulsion à nos possibilités latentes. Mais ce qui doit être affronté d'une manière positive sur notre parcours est souvent vu comme un manque de chance, ou même comme une entrave au bonheur auquel nous aspirons et qui nous pousse vers la fuite psychologique.

dénommée *normose*, que nous a si bien présentée Pierre Weil.

Il est normal que nous appréhendions certaines situations ou défis et que nous cherchions des mécanismes pour nous conforter face aux circonstances difficiles. Mais quand la fuite se transforme en un comportement constant, l'ombre se densifie et gagne du terrain et le problème reste vivace, dans l'attente de notre décision de faire face et de nous contrôler.

À un moment donné de son par-

Ressentiment

On trouve la signification du mot « ressentiment » dans sa propre construction : re-sentiment – sentir de nouveau.

Sentir une nouvelle émotion, une peine et une douleur qui nous a blessés et contrariés.

Mais à quoi mène cette souffrance ? Serait-ce la frustration d'un désir de pouvoir qui n'a pas abouti ? Les frustrations des désirs de l'ego ou l'incapacité d'élaborer nos sentiments inférieurs ?

Souvent, il nous faut des années d'existence à ressentir des émotions et revivre des expériences qui nous font nous accrocher à la douleur et à la souffrance que nous avons vécues dans le passé.

Il nous faut plonger dans la mer profonde de notre être et fouiller dans les re-buts émotionnels que nous persistons à garder. Il nous faut retourner la vie et identifier tout ce qui peut être laissé de côté, recyclé et mis à profit.

Comment aller de l'avant avec un sac plein de débris ? Outre le poids inutile, avec le temps tous ces débris pourront et nous ne gardons que les vautours de l'émotion : la dépression, l'anxiété, la colère, la rage, la douleur et le désespoir.

Et c'est dans ce tas de gravats que nous jetons souvent ce qu'il y a de meilleur en nous : les talents que nous n'avons pas exploités, les opportunités dont nous n'avons pas profité parce que nous avons eu peur, les conversations que nous n'avons pas finies, le bonheur que nous n'avons pas vécu.

Et dans le sac que nous conservons dans notre être, nous oublions souvent de SENTIR la plénitude de la vie.

Iris Sinoti

Thérapeute jungienne et transpersonnelle



V Mois Spirite/2012

Il suffit d'observer les chiffres alarmants de la consommation d'alcool ou de stupéfiants dans la société moderne, des suicides directs et indirects, ainsi que des compulsions et troubles variés pour constater dans les symptômes et les substituts d'une âme malade, les graves conséquences des fuites psychologiques. On en voit tant d'autres qui refusent d'étudier plus en profondeur les valeurs de l'âme en menant une vie dépourvue de sentiments nobles. Ce sont pourtant les personnes normales qui deviennent même des idoles d'une société malade, sans s'apercevoir qu'elles sont sujettes à une pathologie

cours, CEdipe la vue... Si l'on fait abstraction de l'aspect littéraire, peut-être que les belles pages de la mythologie grecque nous préviennent que ce n'est qu'en peaufinant notre regard intérieur, dans la mesure où nous cessons de regarder vers l'extérieur, que nous nous réveillons à la réalité vivante qui existe dans notre monde intime, capable de surmonter et d'appréhender avec les sphinx que la vie nous présente, sans avoir besoin d'avoir recours aux fuites psychologiques.

Cláudio Sinoti

Thérapeute jungien



V Mois Spirite/2012

Logistique

Journaliste

João Batista Cabral - Mtb n° 625

Édition

Evanise M Zwirtes

Collaboration

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

Reportage

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

Design graphique

Kelley Cristina Alves

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
spiritist.psychologicalsociety@virgin.net
www.spiritistsps.org
Registered Charity N° 1137238
Registered Company N° 07280490

Tolérance et Négligence

Une des attitudes les plus difficiles à pratiquer pour l'être humain, c'est la tolérance, surtout quand il s'agit de tolérance religieuse. Au XVII^{ème} siècle, la France fut marquée par un événement qui donna lieu à la publication d'un livre par Voltaire (Le traité sur la tolérance) : la condamnation à mort d'un protestant innocent dans la ville de Toulouse, une sentence qui fut prononcée sous la forte influence du comportement exalté des catholiques.

L'affaire est encore d'actualité dans la mesure où dans les pays théocratiques, l'ignorance religieuse à grande échelle est encouragée quotidiennement et dans le monde entier. Le XX^{ème} siècle a démontré, en toile de

fond, les motifs pour lesquels les pays se sont impliqués dans des guerres d'extermination, motivés par l'ascendant de leurs chefs influencés par des points de vue religieux divers, avec leurs conséquences néfastes. Toutefois, négliger les attitudes qui peuvent minimiser ou même extirper de la vie de l'homme l'absence de respect envers les diverses croyances qui existent sur la planète reviendrait à renier à l'être humain le droit de manifester sa foi, indépendamment de la forme qu'elle prend. Dans ce sens, Allan Kardec, sur les pas de Jésus de Nazareth, a mis l'accent sur le caractère universel du spiritisme en tant qu'auxiliaire des religions en ce qu'elles peuvent avoir de commun : l'amour à Dieu et du prochain comme soi-même. Des attitudes comme celles-là commencent à la maison : la tolérance à l'égard des différences, le respect dans la vie en commun.

Sonia Theodoro da Silva

Rédactrice

Désespoir Injustifiable

Souvent dans la vie, nous faisons face à des situations difficiles et nous succombons au désespoir. Ce peut être une maladie grave, la perte d'un emploi, une difficulté financière ou la perte d'un être cher. Selon la vision spirite, nos engagements évolutifs ont été pour la plupart choisis par nous-mêmes avec l'orientation de nos « bienfaiteurs

notre manque de connaissance de la loi de la réincarnation ?

Dans l'enfance spirituelle que nous vivons, nous pouvons nous sentir les victimes d'une injustice, mais c'est à ce moment précis que nous devons assumer notre responsabilité et devenir des esprits adultes. L'égo adulte ne cherche pas de coupables, mais des solutions



V Mois Spirite/2012

spirituels », en visant toujours notre amélioration morale. Lorsque, dans le plan spirituel, nous participions à l'élaboration de notre projet réincarnatoire, nous nous croyions capables d'apprendre, de résoudre et de croître face aux épreuves et presque toujours nous pensions que nous étions suffisamment préparés pour surmonter les obstacles proposés. Nous avons fait des choix à cette occasion, motivés, pleins de courage et d'espoir face à cette nouvelle existence.

Mais, lorsque nous sommes revenus dans la matière, sans nous souvenir de nos besoins et des engagements que nous avons assumés, nous nous sommes comportés comme des victimes du destin.

Même si nous disons comprendre spirituellement les problèmes, au moment de la grande épreuve, notre réaction est matérialiste, et reflète notre attachement, notre victimisation et la petitesse de notre foi. La question que l'on se pose est « pourquoi moi ? » en démontrant

pour les problèmes. Le désespoir reflète la difficulté d'assumer nos attitudes de manière responsable. La vie nous restitue exactement ce que nous semons.

« Quels que soient les afflictions et les problèmes qui t'agitent sur ta route, aie confiance en Dieu, en aimant et en construisant, en pardonnant et en aidant toujours, car Dieu, au-dessus de toutes les calamités et de toutes les larmes, te fera survivre, bénira ta vie et donnera de la force à ton cœur ». (Meimei)

Travaillons pour le bien de tous, en amplifiant notre conscience. Nous ne pouvons pas toujours changer les événements, mais nous pouvons modifier notre manière de voir les problèmes.

Lorsque nous sortons de nous-mêmes et que nous rétribuons de l'empathie, nous sommes sur le bon chemin pour expérimenter la paix qu'apporte la Foi.

Ercilia Zilli

Psychologue clinicienne

Vivre Simplement

La simplicité et vous.

En philosophant sur ce sujet, on arrive à des réflexions profondes, telles que : Qui sommes-nous ? D'où venons-nous ? Où allons-nous ? D'où viennent nos habitudes ?

Si l'on pense à l'immortalité de l'âme, nous sommes des êtres tridimensionnels. C'est-à-dire Esprit, périsprit et corps. Sur notre parcours évolutif millénaire, tout au long de nos multiples existences, nous avons modelé notre individualité et notre personnalité actuelle qui se manifestent à travers nos besoins, nos habitudes et nos comportements.

Selon un point de vue métaphysique de l'existence, nous sommes des créatures divines qui s'exercent à l'apprentissage de la conquête de l'amour et de la sagesse. Nous sommes des apprentis de la vie, soumis au mouve-



ment qui nous mène à l'évolution ; notre changement est donc inévitable.

Consciemment ou pas, nous sommes attirés par ce qui est bon, beau, simple, parce que nous sommes essentiellement amour. Un amour qui est le mouvement de la vie, et touche nos vies en les renouvelant.

Simplifier veut dire se libérer de la complexité et choisir une vie sans excès. Il est important de noter la différence entre simple et simpliste. Les simples résolvent la complexité, les simplistes l'évitent. Être simple, c'est comprendre que simplicité ne rime pas avec simplisme, car la simplicité est subtile, le simplisme non.

Le chemin de la multiplicité est un chemin sans repos. Dans la multiplicité, nous nous perdons, en blessant notre cœur. Nos besoins réels sont modestes, mais nos carences augmentent et à mesure que nos possessions augmentent. À ce propos, Jésus nous enseigne « Et que servirait-il à un homme de gagner tout le monde, s'il perdait son âme ? » (Matthieu 16:26).

Tant que l'être vit dans un monde d'excès, il comprend que simplifier sa vie, c'est l'enrichir, en réduisant ses habitudes et réduisant ses besoins. Il comprend qu'être naturel est une posture spontanée face à la vie, conscient que la simplicité et la naturalité sont des qualités de l'âme, libre de la superficialité qui guide les comportements et les attitudes considérées comme antinaturelles.

La personne simple et authentique sait ce qu'elle veut. Elle prend conscience que sa valeur en tant que personne dépend de ce qu'elle est et non de ce qu'elle possède. Elle a des sentiments véritables, des mots sincères et des attitudes correctes. Selon son libre arbitre, elle choisit des besoins psychologiques et physiologiques qui sont compatibles avec la proposition d'une rencontre de soi profonde, qui se déroule de manière sûre.

Selon Carl G. Jung, « dans la vie, la simplicité exige le plus grand art et l'acceptation de soi est l'essence du problème moral et constitue le test décisif de toute la perspective que l'on a sur la vie. »

Evanise M Zwirtes

Psicoterapeuta