



Education spirite

POUR LES ADOLESCENTS

MANUEL D'EDUCATION SPIRITE DES ADOLESCENTS

Pour les éducateurs spirites

(plusieurs enfants avec l'éducateur.ice)

LES CONDITIONS POUR DEVENIR UN EDUCATEUR SPIRITE :

- La volonté et l'engagement : avoir la volonté de participer à l'élaboration d'un monde meilleur par l'éducation de la jeunesse et s'engager sur une période donnée .
- L'amour que l'on porte à la jeunesse puisque ce travail est désintéressé, son objectif est d'aider ces jeunes Esprits incarnés à cheminer sur la route du bien .
- Le sérieux dans le travail. L'éducateur, doit avoir une connaissance approfondie spirituelle et ne jamais cesser d'étudier car la science divine est infinie. Ses séances de travail seront préparées à l'avance avec soin.
- La conscience d'être un modèle pour les jeunes car tous nous sommes des éducateurs par l'exemple que nous donnons, de là la nécessité de pratiquer constamment une réforme morale. Ainsi, l'éducateur tâchera de faire de son mieux avec la conscience de servir le divin et d'être assisté par les bons Esprits chargés de l'éducation de la jeunesse.

Éducation spirite des adolescents : le contenu.

Objectifs :

- Comprendre, grâce à la philosophie spirite, pourquoi nous sommes sur Terre : Qui sommes-nous ? D'où venons-nous ? Où allons-nous ?
- Apprendre à devenir meilleur en mettant en pratique l'amour du prochain.

Programme : L'enseignement portera à la fois sur la philosophie spirite et sur la conduite éthique.

Partie philosophique : Dieu, la création divine.

- o La prière o Le guide spirituel (l'ange gardien) Les fondements de la philosophie spirite
- o L'être humain, Esprit immortel
- o La réincarnation et ses épreuves
 - la loi de cause à effet
 - le libre arbitre
- o La naissance et la désincarnation
- o La vie dans le monde spirituel
- o La pluralité des mondes habités
 - la loi du progrès o L'influence des Esprits dans notre vie quotidienne
- o Qu'est-ce que la médiumnité ?

Partie éthique : la conduite spirite.

Amour de soi :

- o Se connaître soi-même, s'accepter et gérer ses émotions
- o Respecter son corps
- La valeur de la vie et le suicide

Amour du prochain

- o L'amour envers son prochain
- o Le pardon et l'indulgence
- o La charité et ses conséquences
- o La fraternité et la paix
- o L'homme de bien
- o La tolérance
- o La patience, l'optimisme et l'acceptation

Amour de la nature

- o L'amour des animaux
- o L'amour des végétaux
- Prendre soin de l'environnement

Déroulé d'une séance (1 h 30) :

- ❖ Prière
- ❖ Méditation
- ❖ Travail autour d'un thème philosophique ou éthique (1 heure)
- ❖ Projet d'amour du prochain (30 minutes) : confection et rédaction de lettres aux personnes âgées isolées.
- ❖ Prière



INTRODUCTION

Cette séance est très importante : les élèves prennent connaissance de l'éducateur spirite et de l'enseignement spirite qui leur sera dispensé. L'éducateur et les élèves se présentent brièvement.

- Commencer par une prière divine et aux bons Esprits guides du centre (faite par l'éducateur puis les autres fois par les élèves volontaires).

- Expliquer l'intérêt de recevoir une éducation spirite : On peut demander aux élèves ce qu'ils espèrent apprendre et acquérir en étudiant la philosophie spirite.

o Comprendre pourquoi nous sommes sur terre ; pourquoi nous avons des épreuves ; d'où nous venons et où nous irons après la mort (les spirites parlent de « désincarnation »). En d'autres termes : quel est le sens de l'existence ? C'est la partie philosophique ; la philosophie est l'amour et la recherche de la sagesse.

o Apprendre à devenir meilleur car c'est en pratiquant le bien que l'on devient vraiment heureux, c'est le but de l'existence : aimer le divin , aimer son prochain, aimer toutes les créatures. C'est la partie éthique : la pratique du bien et de la sagesse.

- Présentation du programme : Lire avec les élèves le programme de l'enseignement spirite et le déroulé d'une séance.

- Prendre le petit carnet d'avancement moral et commencer par noter une bonne action faite récemment, une belle parole dite et une belle pensée. Le travail d'avancement moral s'appuie sur les qualités acquises.

- Finir par une prière dite par l'éducateur.

DEUXIEME SEANCE : TRAVAIL SUR LA CONNAISSANCE DE SOI-MEME

Objectif : mettre en valeur la connaissance de soi-même comme un moyen de se rapprocher de Dieu et donner des méthodes pour mieux se connaître et s'améliorer moralement.

L'éducateur explique aux élèves : Chaque individu est unique. Il a des qualités qui lui sont propres et des défauts qui ne sont que des qualités qui lui manquent. Ex : je juge sévèrement mes camarades car il me manque pour l'instant la qualité appelée « indulgence », qui est une expression de l'amour. Plus nous avons de qualités et plus nous sommes heureux, car nous nous rapprochons de Dieu. Tous les êtres humains recherchent le bonheur mais la plupart se trompent en le cherchant à l'extérieur d'eux-mêmes (objets, réputations, amis, etc.) ; il faut le trouver en nous, en rendant notre âme de plus en plus belle. Plus l'âme s'illumine, plus elle est heureuse ; elle se rapproche de sa qualité divine. On appelle cela le travail d'évolution morale ou encore connaissance de soi-même. Nous prendrons le temps de faire ce travail qui est essentiel quand on prend le chemin de la spiritualité et de la sagesse. Passons à la pratique !

Distribuer la fiche d'activité : « les qualités et les défauts que je connais. »

Demander aux élèves quelles sont les qualités morales qu'ils connaissent ? Ils les inscrivent dans l'encadré « Les qualités que je connais ». Quand la liste semble exhaustive, leur demander d'entourer (ou de surligner) les 5 qualités qu'ils possèdent déjà un petit peu. Puis passer aux défauts (rappeler qu'un défaut est ce qui manque, ce qui fait défaut) : lister les défauts dans l'encadré « Les défauts que je connais », puis en entourer 5 qu'ils pensent avoir plus que d'autres. Parmi les 5 en choisir un et rechercher la qualité opposée à développer.

Exemple : l'élève entoure la paresse, c'est le courage qu'il pourra acquérir ; il pourra y travailler durant les semaines à venir. Distribuer la fiche d'activité : « Mon jardin intérieur ». Faire noter les 5 qualités majeures dans la partie « Mes fleurs à arroser » et les 5 défauts majeurs dans la partie « Mes mauvaises à transformer en jolies fleurs » avec les qualités à développer pour les transformer.

Distribuer la fiche d'activité : « L'examen de conscience ».

Les Esprits instructeurs ont préconisé l'examen de conscience pour avancer sur la voie du progrès moral. A l'instar des adultes, l'adolescent peut réfléchir à ce qu'il fait de bien au quotidien, et ce qu'il fait de mal, c'est-à-dire ce qui fait du mal à soi ou aux autres. Il peut réfléchir à ce qu'il voudrait changer en lui afin d'être plus heureux. Expliquez brièvement aux élèves qui est le guide spirituel et comment il guide son protégé sur la voie du bien. Faire avec les élèves ce premier examen de conscience afin qu'ils aient un modèle. Un temps peut être dédié à chaque séance pour poursuivre ce travail d'avancement moral.

Fiche d'activité : La connaissance de soi-même

Les qualités que je connais :

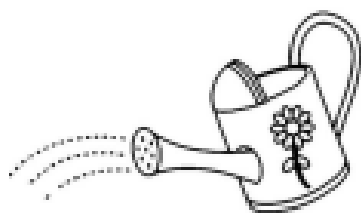
A large, empty rounded rectangular box with a dashed border, intended for the student to write down their own qualities.

Les défauts que je connais :

A large, empty rounded rectangular box with a dashed border, intended for the student to write down their own defects.

Fiche d'activité : Mon jardin intérieur

Mes fleurs à arroser :



Mes mauvaises herbes à transformer en jolies fleurs :



Fiche d'activité : L'examen de conscience

Commencer par une prière du cœur adressée au divin en demandant l'aide du guide spirituel (ange gardien des religions).

Répondre à ces questions :

o Quelqu'un a-t-il à se plaindre de moi ?

o Qu'ai-je fait de bien/de mal ?

o Ai-je fait à autrui (les autres) tout ce que j'eus voulu pour moi ?

Finir par une prière de remerciement au divin et au guide spirituel.

L'ange gardien (guide spirituel)

Objectif : Comprendre le rôle de l'ange gardien et les moyens pour se rapprocher de lui.

Expliquer : Dans les religions chrétienne et musulmane, les anges sont les messagers de Dieu, et selon ces religions, chaque être possède un ange gardien (ce thème est notamment développé par saint Augustin).

Anges : latin : angelus ; grec : agelos = messagers.

La spiritualité enseignante s'accorde avec l'idée que chaque être humain possède un ange gardien qu'il appelle guide spirituel.

- Les témoignages de l'existence de guides spirituels (ou anges gardiens, selon la terminologie chrétienne) sont nombreux, citons Socrate qui, au Ve siècle av. J.-C., évoquait son daimon, mot grec signifiant génie ou Esprit, et disait l'entendre en permanence.
- L'ange gardien dans le catholicisme : Il s'agit d'un ange assigné à la protection du salut d'un ou plusieurs individus. Ce concept, dont les origines remontent à l'Antiquité, a été développé au sein de la théologie chrétienne principalement à partir de son étude au XIIe siècle par Honoré d'Autun notamment à partir du passage des Évangiles « Gardez-vous de mépriser un seul de ces petits, car je vous le dis, leurs anges dans les cieux voient continuellement la face de mon Père qui est dans les cieux. » (Mt 18, 10). C'est une doctrine officielle de l'Église catholique qui a institué une « fête des saints anges gardiens » le 2 octobre en plus de la « fête des saints archanges », le 29 septembre.
- On retrouve la croyance en l'ange gardien dans l'islam.

- Dans ces religions, les anges sont des créatures célestes créées ainsi par Dieu (ex : dans l'islam, créés de lumière). L'ange gardien (ou guide spirituel) selon la philosophie spirite : Le guide spirituel (ange gardien) est un Esprit supérieur. On trouve dans toutes les religions des anges, c'est-à-dire des êtres spirituels supérieurs à l'humanité, intermédiaires entre Dieu et les hommes. D'après l'Église, les anges auraient été créés comme tels par Dieu, c'est ce que réfute la spiritualité enseignante car Dieu, dans son infinie justice, ne peut avoir créé des êtres qui souffrent pour progresser et d'autres qui accèdent à la perfection sans avoir fait le moindre effort. Les Esprits supérieurs nous enseignent que Dieu a créé tous les Esprits simples et ignorants, c'est-à-dire sans connaissances et sans conscience du bien et du mal, mais aptes à acquérir ce qui leur manque, et que ceux-ci progressent selon leur volonté et leurs efforts, tous devant atteindre la perfection, plus ou moins promptement selon le travail accompli en ce sens. Les purs Esprits ou anges sont les Esprits devenus parfaits qui sont les missionnés directs de Dieu.

Distribuer la fiche d'activité. La réponse de synthèse est à écrire sur le cahier sous forme de résumé.

Jeu de l'ange gardien : un élève joue le rôle de l'ange gardien de l'autre élève. Et réciproquement. On tire au hasard des bouts de papier présentant des situations difficiles dans lesquelles l'ange gardien tente de conseiller son protégé. Bouts de papier à préparer : Je suis avec un copain qui fume, j'ai envie de l'imiter ; Maman m'énerve, je lui crie dessus ; Avec ma copine qui a un scooter, nous roulons comme des fous ; Je n'ai plus envie de travailler en classe, les cours m'ennuient ; Une situation vécue ; etc. Imaginez les conseils, les actions, de l'ange gardien ! A mettre en scène.

Réflexion : Après la mort (désincarnation), l'ange gardien nous demandera : comment as-tu aimé ? Nous verrons comme un tableau de nos actions durant la vie terrestre et nous ferons le bilan. Si ce moment arrivait aujourd'hui, de quoi serai-je fier ? de quoi serai-je moins fier ? Mais il me reste du temps, comment puis-je améliorer le tableau de ma vie ?

Dessin, écriture : Je dessine mon ange gardien, je l'imagine, et je lui écris un message.

A écrire : Comment se rapprocher de son ange gardien ? L'intensité vibratoire du guide spirituel est très forte en raison de son évolution morale, ainsi, il est nécessaire de faire évoluer l'intensité vibratoire de notre Esprit par l'amélioration morale. Il y a trois principaux moyens pour se rapprocher de son guide spirituel ;

- l'examen de conscience quotidien en priant Dieu et notre guide pour nous aider : notre guide attire notre attention sur un défaut ou une action contraire aux lois d'amour ; plus tard il peut se manifester par une chaleur, une intuition plus précise, une vision...

- la réforme de caractère qui conduit à l'amélioration morale.

- la prière sincère qui procure un bien être, un apaisement, une paix intérieure.

Notes complémentaires pour l'éducateur :

Comment connaître l'identité des guides spirituels ? C'est une question qui intéresse un grand nombre de personnes, or il est difficile de connaître l'identité de notre guide, cela pour plusieurs raisons :

- Tout d'abord, notre guide a évolué au cours de plusieurs existences, il a donc porté plusieurs noms.

- Ensuite, le sentiment de la personnalité est bien moins important pour les Esprits supérieurs que pour nous (car ils ont combattu l'égoïsme et l'orgueil)

- Enfin, ils n'ont pas nécessairement eu d'incarnations sur Terre (il existe des millions de mondes...)

Ainsi, si le guide spirituel révèle le nom qu'il a porté dans une existence terrestre, c'est d'une part, pour récompenser les efforts de son protégé, et d'autre part pour l'aider dans son évolution morale. De même, il n'est pas nécessaire à l'Esprit de se faire connaître par son sexe

car les Esprits n'ont pas de sexe, et ils ont eu plusieurs existences dans l'un ou l'autre sexe. Quand cependant, l'Esprit se présente sous les traits d'un homme ou d'une femme, ce sont ceux de l'incarnation où il a le plus évolué. Aussi, l'identité du guide spirituel importe peu car il peut ne pas avoir laissé de traces historiques, la supériorité morale n'est pas toujours liée à la postérité. Ainsi, l'identité importe peu et souvent le guide se présente sans traits identifiables. S'il s'identifie, c'est toujours après plusieurs années, pour récompenser les mérites de son protégé et pour créer un lien plus fort avec lui.

Le lien entre le guide spirituel et son protégé : le guide est rarement quelqu'un que l'on a connu dans cette vie. Un parent ou un ami désincarné sera un Esprit bienveillant, mais rarement un guide spirituel, car les amis et les parents n'ont pas nécessairement le degré d'évolution requis pour être guide spirituel, et ils ont d'autres missions à mener. On peut avoir connu son guide dans une vie antérieure, c'est alors un Esprit qui a avancé plus vite. On peut également l'avoir connu dans le monde spirituel. Le guide a bien souvent des similitudes avec son protégé qui peuvent être des similitudes de caractère (douceur, volonté...) ou d'existence (épreuves similaires, contexte culturel semblable...). Chaque personne a donc un guide qui le comprend intimement, c'est un témoignage de la bienveillance divine. Le guide spirituel porte un amour inconditionnel à son protégé, c'est un ami très dévoué dont rien ne nous en sépare. Il connaît parfaitement son protégé puisqu'il lit dans sa conscience.

Il agit toujours en vertu d'un pouvoir accordé par le divin. Sa mission est choisie librement, c'est lui aussi qui choisit son protégé. Il s'attache à celui-ci dès la naissance sur Terre et il le suit dans le monde spirituel, parfois sur plusieurs existences. Le guide n'est pas toujours à côté de nous, mais il influence notre Esprit à distance, en étant à des millions de kilomètres de nous (la pensée est transmise par le fluide universel, présent dans tout l'Univers). Dans une même vie, le guide spirituel peut changer, mais cela est rare.

Sa mission commence avant l'incarnation : il aide son protégé à choisir les lignes directrices de sa future incarnation, et notamment les épreuves et les expiations pour le faire avancer. Il le conseille donc. Dans le cas d'une incarnation imposée (exemple : pour un criminel endurci) c'est le guide qui trace seul le plan de vie de son protégé. Il assiste au processus de la conception (car l'Esprit doit intégrer un embryon) réalisé par des Esprits supérieurs. Il assiste à la naissance et conduit son protégé durant toute sa vie. Il peut s'en éloigner si celui-ci refuse la voie du bien, mais il ne rompt jamais avec sa mission. Il conseille son protégé par la voix de la conscience et de l'intuition. Il le protège dans les situations qui pourraient avoir des conséquences funestes non prévues dans l'incarnation. Il le console dans les afflictions de la vie en insufflant l'espoir et le courage.

Pour les médiums, il veille plus spécifiquement au développement de la médiumnité et protège des Esprits imparfaits. Mais son action est toujours inscrite dans le cadre des lois divines qu'il ne doit pas transgresser. Ainsi son action est discrète afin de respecter notre libre arbitre. Aussi son action est inopérante si son protégé ne fait preuve d'aucune volonté. Il ne peut pas détourner de

nous les épreuves choisies, mais il apporte un réconfort moral. Quand ses conseils sont suivis, le guide spirituel est heureux.

Au moment de la désincarnation, c'est lui qui dénoue le cordon fluidique d'argent et qui nous accueille dans le monde spirituel. Il fait avec son protégé le bilan de sa vie. Le guide spirituel est toujours présent même si l'Esprit ne peut le voir en raison de l'opacité de son périsprit.

L'amour envers son prochain. Qui est notre prochain ? Qu'est-ce que l'amour ?

Objectif : Comprendre ce qu'est l'amour envers son prochain afin de le mettre en œuvre.

Ouvrir une réflexion/discussion entre les élèves : Qui est notre prochain ? Qu'est-ce que l'amour ? : vous y réfléchissez puis vous en faites une petite synthèse (travail oral).

A noter :

AMOUR : L'amour est un sentiment, une émotion qui nous rapproche du divin qui est l'amour suprême. Ce sentiment a différents degrés d'intensité : plus l'Esprit évolue et plus son amour est intense et étendu. Toutes les qualités que nous connaissons sur terre sont des facettes de l'amour.

- L'Amour s'étend non seulement à nos parents, amis, mais à tous les êtres : caractère universel. La transformation de l'amour (petit « a », amour limité) à l'Amour (illimité, divin) est le but de la spiritualité.

- L'amour avec un « a » est limité, il connaît des hauts et des bas. L'Amour (A) est un état d'unité, il coule sans cesse car il jaillit de sa source (Dieu). Lorsque ce flot ininterrompu déborde et s'exprime à travers chaque parole et chaque action, nous appelons cela la compassion. L'Amour est le sentiment intérieur et la compassion en est l'expression.

- Nous devons avoir un cœur aimant, plein de compassion pour ceux qui souffrent. Aucune souffrance n'est insignifiante. Pour entendre vraiment la douleur des autres, il nous faut un cœur rempli de compassion, un cœur qui nous permet de voir et de sentir la souffrance d'autrui comme si elle était nôtre. Faire preuve de compassion fait diminuer l'égoïsme. Celui qui éprouve de la compassion et dont le cœur est rempli d'amour est comme un arbre fruitier qui a poussé au bord de la route et qui offre ses fruits à tous les passants. Les voyageurs fatigués peuvent savourer le fruit et apaiser leur soif et leur faim. Trouvons notre Joie dans le bonheur d'autrui.

- Si notre amour et notre compassion parviennent à toucher nos frères et sœurs souffrants, ils auront le sentiment d'être aimés et pourront se détendre et être en paix avec eux-mêmes. Leur sourire du fond du cœur et leur parler avec amour. Notre amour désintéressé et innocent est le plus grand cadeau que nous puissions offrir à Dieu.

- L'amour est notre nature réelle, en essence nous sommes Amour divin. Cet amour brille en chacun de nous. La Vie est Amour. Un sage étreint la vie avec amour et s'unit à elle. Il s'abandonne simplement à elle et la laisse l'emporter où bon lui semble. L'amour naît quand nous sommes totalement présents sans aucun sens du moi et du mien pour bloquer le courant d'amour.

- L'amour pur dissout tous les sentiments négatifs ; détruit tout égoïsme. Il n'attend rien et donne tout. C'est un renoncement permanent. L'amour consume dans ses flammes toute idée

préconçue, tout préjugé ou jugement, bref, tout ce qui découle de l'ego (« Le feu de l'Amour brûlera toutes tes imperfections »). L'amour pur consiste à vider l'esprit de toutes ses peurs et à ôter tous les masques. Il dévoile le Soi tel qu'il est. Il est le meilleur remède à apporter au monde moderne. C'est ce qui manque à toutes les sociétés. La racine de tous les problèmes, qu'ils soient d'ordre individuel ou global, est l'absence d'amour.

- L'amour naît lorsque vient le détachement. Il faut transcender tous les petits sentiments humains pour atteindre l'Amour suprême → Avoir de l'amour et de la compassion pour tout le genre humain. L'amour est infini. L'amour imprègne tout. L'amour seul demeure.

Distribuer la fiche d'activité sur L'amour envers son prochain. Les élèves font une liste (non exhaustive !) des actes d'amour dans le cahier.

A réaliser : faire un acte d'amour par jour (possibilité de le noter dans le carnet d'évolution morale, ainsi que l'émotion qu'il procure).

L'amour envers son prochain : fiche d'activités

L'amour, c'est la céleste attraction des âmes et des mondes, la puissance divine qui relie les univers, les gouverne et les féconde ; l'amour, c'est le regard de Dieu ! Ne décorez pas d'un tel nom l'ardente passion qu'attisent des désirs charnels. Ce n'est là qu'une ombre, un grossier pastiche de l'amour. Non, l'amour est le sentiment supérieur en qui se fondent et s'harmonisent toutes les qualités du cœur ; c'est le couronnement des vertus humaines, de la douceur, de la charité, de la bonté ; c'est l'éclosion dans l'âme d'une force qui nous entraîne au-dessus de la matière, vers des hauteurs divines, nous unit à tous les êtres et éveille en nous des félicités intimes, qui laissent bien loin toutes les voluptés terrestres. Aimer, c'est se sentir vivre en tous et pour tous, c'est se consacrer jusqu'au sacrifice, jusqu'à la mort, à une cause ou à un être. Si vous voulez savoir ce qu'est aimer, considérez les grandes figures de l'humanité et, au-dessus de toutes, le Christ, pour qui l'amour était toute la morale et toute la religion. N'a-t-il pas dit : « Aimez vos ennemis, faites du bien à ceux qui vous persécutent... » ? En nous tenant ce langage, le Christ n'exige pas de notre part une affection qui ne peut être dans notre cœur, mais bien l'absence de toute haine, de tout esprit de vengeance, une disposition sincère à aider, dans l'occasion, ceux qui nous affligent. [...] L'amour, profond comme la mer, infini comme le ciel, embrase tous les êtres. Dieu en est le foyer. Comme le soleil se lève indifféremment sur toutes choses et réchauffe la nature entière, l'amour divin vivifie toutes les âmes ; ses rayons, pénétrant à travers les ténèbres de notre égoïsme, vont allumer des lueurs tremblantes au fond de chaque cœur humain. Tous les êtres sont faits pour aimer. Les parcelles de vie morale, les germes du bien qui reposent en eux, fécondés par le foyer suprême, s'épanouiront un jour, fleuriront jusqu'à ce qu'ils soient réunis dans une même communion d'amour, dans une fraternité universelle.

1. Soulignez en bleu les passages qui montrent que l'amour vient de Dieu.
2. Soulignez en vert le passage qui montre que les qualités morales donnent naissance à l'amour.
3. Soulignez en rouge le passage qui montre que l'amour est la nature profonde des êtres humains.
4. Réflexion : Expliquez ce que veut dire « aimer » ; quelles sont les actions de l'amour ?

Le pardon et l'indulgence

Objectif : Comprendre la valeur du pardon et de l'indulgence ; mettre en place des méthodes pour apprendre à pardonner.

Discussion :

- Quand vous êtes en colère contre quelqu'un, que ressentez-vous ? quelles sont vos pensées ?
- Puis, quand vous demandez pardon, que ressentez-vous ?
- Avez-vous déjà pardonné à quelqu'un ? Racontez. Qu'avez-vous ressenti ?
- Quelqu'un a-t-il eu déjà à vous pardonner. Racontez. Qu'avez-vous ressenti ? → La colère, le ressentiment, la rancune sont des poids sur le cœur. Ils rendent malheureux. Le pardon libère et allège le cœur. Il rend heureux.
- Confusion entre pardonner et approuver, accepter un comportement. Pardonner ne signifie absolument pas accepter un comportement négatif ou incongru, qu'il s'agisse du nôtre ou de celui de quelqu'un d'autre. Les mauvais traitements, la violence, l'agressivité, la trahison, la malhonnêteté ne sont que quelques-uns des comportements qui sont totalement inacceptables. On peut désapprouver un comportement et pardonner. De même, pardonner n'empêche pas de prendre des mesures pour remédier à la situation ou protéger nos droits.
- Ne pas confondre pardon et déni ou répression de la colère, du ressentiment. Le vrai pardon ne peut être offert si la colère et le ressentiment sont soit déniés, soit ignorés. Parfois la distinction entre le vrai pardon et le déni ou la répression de la colère, du chagrin, est floue et trompeuse.
- Pardonner ne signifie pas que l'on doive revoir/rappeler/le dire à la personne. Le pardon est un changement de perception, un autre regard sur la personne, sur la circonstance qui nous ont blessé et peiné. Pardonner permet de se libérer de la colère, du ressentiment (qui est une colère non extériorisée, on ressent fortement et perpétuellement la douleur du passé).

Réfléchir à ce qui se cache sous la colère :

o Peur ?

o Tristesse ?

o Insécurité ?

o Impuissance ?

o Douleur ?

o Abandon ?

o Espoirs déçus ?

o Rêves jamais réalisés ?

La colère est une émotion de surface

Distribuer la fiche d'activité sur le pardon : savoir se pardonner, conte philosophique de la jarre fendue.

Exercice : Faire une prière intérieure puis écrire une lettre à une personne à qui l'on souhaite pardonner ou bien de qui nous souhaiterions recevoir le pardon afin d'ouvrir son cœur à la personne, de se libérer de ce poids (sans nécessairement lui donner).

Le pardon

La miséricorde est l'oubli et le pardon du mal que l'on nous a fait. Pour être doux et pacifique il faut savoir pardonner. Le pardon est très difficile à mettre en pratique quand il s'agit de pardonner des paroles ou des actes qui nous ont vraiment fait souffrir. Pourtant le pardon est indispensable car il est une manifestation de l'amour.

Le véritable pardon n'est pas celui que l'on dit du bout des lèvres sans sincérité ; le pardon, au contraire, doit venir du cœur, il est inséparable de la sincérité. Quand le pardon est sincère, on en vient à éprouver une sympathie pour la personne pardonnée et à lui souhaiter du bien au lieu de lui souhaiter du mal. Le pardon efface les pensées de haine, de rancune et de vengeance. Les fautes commises sont alors oubliées, on n'y pense plus.

Pourquoi pardonner ?

– Le pardon est une nécessité pour avancer vers le divin qui est tout amour et toute miséricorde.

– Chacun d'entre-nous a des fautes à se faire pardonner, c'est pourquoi il serait injuste de ne pas pardonner les fautes que commettent les autres.

– Le pardon nous permet d'avoir un autre regard sur la personne qui nous a causé du tort, on la voit dans l'intégralité de sa personnalité et on reconnaît en elle sa capacité à progresser en tant qu'Esprit immortel et à devenir meilleure. Par ce nouveau regard, on comprend aussi que les mauvaises actions de l'autre sont dictées par ses peurs et ses faiblesses.

– Le pardon nous libère, il nous rend plus heureux, il nous apporte la paix du cœur. Il est la plus belle manifestation de l'amour du prochain.

– Le pardon nous ouvre la porte des mondes spirituels heureux après la mort (ou désincarnation). Tandis que les Esprits qui ne pardonnent pas, qui sont pleins de haine et de rancune, restent à souffrir dans le monde spirituel et parfois tourmentent les êtres humains qui leur ont fait du mal. Pour pardonner il est nécessaire de cultiver l'indulgence.

L'indulgence

Nous avons généralement tendance à voir les défauts des autres avant de voir nos propres défauts car il est plus facile d'accuser les autres que de se remettre en question. Nous devrions apprendre à regarder notre âme comme dans un miroir, comme si nous étions une autre personne et nous demander : Que penserai-je si je voyais quelqu'un faire ce que je fais ? dire ce que je dis ? penser ce que je pense ? C'est ainsi que nous pourrions progresser et devenir meilleurs. Pour pouvoir pardonner il faut être indulgent. L'indulgence est une qualité qui nous permet d'excuser et de pardonner les défauts, les faiblesses et les fautes d'autrui ; l'indulgence n'est pas sévère.

L'indulgence nous apprend à ne pas juger les autres plus sévèrement que nous ne nous jugeons nous-mêmes, ni à condamner chez les autres ce que nous excusons en nous. L'indulgence ne voit pas les défauts des autres, ou si elle les voit elle n'en parle pas, elle ne médite pas. Elle préfère souligner les qualités et les bonnes actions que les défauts et les actes coupables chez les autres. Nous devrions nous efforcer de ne jamais dire du mal des autres et d'essayer de comprendre leurs comportements. L'indulgence est une manifestation de l'amour et de l'humilité.

PARDON (ou miséricorde) Oubli des fautes, des torts commis par autrui ; ne pas garder de ressentiments. La compréhension et l'indulgence aident à pardonner.

INDULGENCE Attitude ou caractère d'une personne qui excuse, pardonne les fautes d'autrui.

Le pardon & l'indulgence : fiche d'activités

Savoir se pardonner : La jarre fendue (conte philosophique)

Un pauvre homme, tous les matins, allait remplir à la rivière deux grosses jarres qu'il portait aux deux bouts d'un bâton de fer posé au travers de sa nuque. Celle de droite était parfaite, joufflue, luisante, fière d'elle. Celle de gauche était fêlée. Elle perdait son eau en chemin, et donc elle s'estimait mauvaise. Elle en souffrait. Elle avait honte, tellement honte qu'un beau jour elle osa dire, tout en pleurs:

"Pardonne-moi, pauvre porteur !

- Te pardonner ? répondit l'homme. Pourquoi donc ? Qu'as-tu fait de mal ?

- Allons, tu sais bien, chaque jour tu nous emplis d'eau à ras bord, tu t'échines, tu t'exténues à nous porter à la maison et, quand enfin nous arrivons, ma compagne a fait son devoir, elle a la conscience tranquille. Moi, non. Je sens qu'elle me méprise. J'aimerais être comme elle est, mais vois, je suis vide à moitié, et tu dois m'en vouloir beaucoup.

- Oh non, au contraire, dit l'homme. Regarde le bord du chemin, de ton côté. Qu'est-ce que tu vois ?

- Des fleurs partout. Elles sont superbes.

- L'eau que tu perds, jarre fendue, les arrose tous les matins. Tous les matins elles te bénissent, et moi je te bénis aussi, car chaque jour je peux offrir un beau bouquet à mon épouse. Tu fais la joie de ma maison. Regarde de l'autre côté. Ta compagne, certes, est parfaite, mais que vois-tu ?

- Cailloux, poussière.

- Chacun fait selon sa nature. Ne change rien, ma bonne amie. Et ne regrette pas tes failles. Vois comme elles nourrissent la vie."

Ce que je dois me pardonner :



L'être humain, Esprit immortel

Objectif : Appréhender la nature de l'être humain selon le spiritisme et les autres religions ; en déduire des conséquences.

Distribuer la fiche d'activité sur l'être humain dans différentes religions et dans la spiritualité enseignante : Expliquer

- Hindouisme : Extrait de la Bhagavad Gîtâ qui pose l'immortalité de l'âme comme une vérité fondamentale.
- Christianisme : Être humain composé d'un corps physique périssable et d'un corps spirituel impérissable
- Islam : Être humain créé par Dieu d'une matière physique dense (corps physique comparé à de l'argile) et doté d'une âme émanant de Dieu (« Mon Esprit ») et par là immortelle et digne de respect, d'admiration.

A écrire : L'être humain est donc un Esprit incarné dans un corps physique périssable. Il possède un corps spirituel, le périsprit, qui s'épure et devient de plus en plus lumineux à mesure que l'amour entre dans le cœur de l'Esprit. L'Esprit et le périsprit sont immortels. Quelles sont les preuves de l'existence de l'âme et du périsprit ? Demander aux élèves.

- Le corps se modifie sans cesse (par le renouvellement des cellules) ; or la pensée, le caractère, l'être demeure : c'est une preuve que le principe intelligent n'est pas de la matière.
- L'intelligence, la raison, la conscience (c'est-à-dire les facultés de l'âme) n'ont rien de commun avec la matière car la matière ne raisonne pas et ne s'émeut pas.
- Dégagement de l'âme dans le cadre de l'hypnose (magnétisme) : certains sujets voient à distance sans le secours des yeux, voient dans le corps humain, lisent dans les pensées, voient des Esprits, etc. Ces phénomènes rendent évident l'existence de l'âme qui se dégage temporairement du corps physique et retrouve ses facultés.
- Manifestations des Esprits : Les phénomènes spirites, c'est-à-dire les manifestations des Esprits, se sont produits dans tous les temps. Ex : les charismes des premiers chrétiens : ils recevaient des instructions spirites (« Esprits saints » devenus « Esprit saint ») et guérissaient par imposition des mains.
- EMI (Expérience de mort imminente)
- Médecine du corps énergétique : acupuncture, ayurvédisme, magnétisme... Soigne le périsprit : le corps spirituel (énergétique). Quelles sont les conséquences de la croyance en l'immortalité de l'âme ? Les élèves complètent l'encadré puis en discutent.
- Nous sommes plus que de la matière et nous devons rechercher plus que la matière : le Beau, le Vrai, le Bien. Ce qui nourrit notre âme : les beaux paysages, la beauté du monde, les

connaissances, le savoir, les relations aimantes, le don de soi, la justice, la fraternité... La grande ambition qui doit guider notre vie est de développer le meilleur de soi-même, de se transformer pour atteindre un état intérieur de paix, de joie que rien ni personne ne pourra nous enlever ; c'est d'être la meilleure personne possible et d'aider les autres.

- La mort est un changement d'état. Elle est un au revoir, non un adieu.

L'être humain, Esprit immortel : fiche d'activités

L'être humain selon l'hindouisme : « Jamais je n'ai été sans être, ni toi non plus, ni ces princes des hommes, et jamais ne viendra le temps où nous cesserons d'avoir une existence. »

Bhagavad Gîtâ L'être humain selon le christianisme : « S'il y a un corps animal, il y aussi un corps spirituel. » Saint Paul, lère Épître aux Corinthiens, v. 44 (Bible) L'être humain selon l'islam : « Lors ton Seigneur dit aux anges : « Je suis en train de créer un humain d'une argile de boue croupie ; quand je l'aurai rendu complet, lui aurai insufflé de Mon Esprit, tombez devant lui prosternés. » Coran, XV, 28, 29

L'être humain selon la spiritualité enseignante : incarnation des Esprits De l'âme (questions/réponses des esprits instructeurs)

Qu'est-ce que l'âme ?

« Un Esprit incarné. »

- Qu'était l'âme avant de s'unir au corps ?

« Esprit. »

- Les âmes et les Esprits sont donc identiquement la même chose ?

« Oui, les âmes ne sont que les Esprits. Avant de s'unir au corps, l'âme est un des êtres intelligents qui peuplent le monde invisible et qui revêtent temporairement une enveloppe charnelle pour se purifier et s'éclairer.

- Y a-t-il dans l'homme autre chose que l'âme et le corps ?

« Il y a le lien qui unit l'âme et le corps. »

- Quelle est la nature de ce lien ?

« Semi-matérielle, c'est-à-dire intermédiaire entre l'Esprit et le corps. Et il le faut pour qu'ils puissent communiquer l'un avec l'autre. C'est par ce lien que l'Esprit agit sur la matière, et réciproquement. »

L'homme est ainsi formé de trois parties essentielles :

1° Le corps, ou être matériel analogue aux animaux et animé par le même principe vital;

2° L'âme, Esprit incarné dont le corps est l'habitation ;

3° Le principe intermédiaire ou périssprit, substance semi-matérielle qui sert de première enveloppe à l'Esprit et unit l'âme et le corps. Tels sont, dans un fruit, le germe, le périsperme et la coquille.

Quelle définition peut-on donner des Esprits ?

« On peut dire que les Esprits sont les êtres intelligents de la création. Ils peuplent l'univers en dehors du monde matériel. »



Questions : 1. Quelle est la différence entre « âme » et « Esprit » dans le Livre des Esprits ?

.....
.....

2. Quels sont les trois éléments qui constituent un être humain ? Expliquez.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3. Parmi ces trois éléments lesquels sont immortels ?

.....

.....
4. Surlignez la définition d'Esprit

Je suis un Esprit immortel, qu'est-ce que cela change pour moi ?

La réincarnation et ses épreuves ; La loi de cause à effet – Le libre arbitre

Objectif : Comprendre le but et les modalités de la réincarnation ; connaître la loi de cause à effet et celle du libre arbitre.

Question : pourquoi avons-nous des épreuves ? Discuter. → Amener la discussion sur la réincarnation.

Le libre arbitre et la loi de cause à effet : A écrire :

Libre arbitre : liberté morale de l'être humain ; faculté qu'il a de se guider selon sa volonté dans l'accomplissement de ses actes. Loi de cause à effet : loi divine selon laquelle l'être humain n'échappe jamais aux conséquences de ses actes bons ou mauvais. Tout ce qu'il sème il le récolte tôt ou tard.

Réflexion : imaginer la suite d'une histoire. Début de l'histoire : Jules (ou Julie) a 13 ans, il est confronté à un dilemme : son meilleur ami, Paul (ou Paula) est victime de harcèlement au collège, mais parmi ceux qui le harcèlent se trouve le frère de sa petite amie. Jules est libre d'agir ou de ne pas agir. Imaginez son choix (libre arbitre) et les conséquences de son choix (loi de cause à effet). Plusieurs scénarios sont possibles. Avez-vous connu quelque chose de similaire ? Discuter.

Résurrection et réincarnation De nombreux Juifs de l'époque de Jésus croyaient qu'un homme qui a vécu pouvait revivre, comme il ressort des passages cités ci-dessus. Dans ces extraits de l'Évangile, les disciples discutent avec Jésus du retour du prophète Élie qui avait vécu des centaines d'années auparavant. Jésus leur répond qu'Élie est revenu en la personne de Jean-Baptiste. C'est un témoignage de la croyance en la réincarnation. La réincarnation signifie le retour de l'Esprit à la vie corporelle. Après la mort du corps physique, l'Esprit retourne dans le monde spirituel pendant un certain temps, il retrouve ceux qu'il a aimé, s'instruit et se rend utile s'il le désire ; puis il se réincarne à nouveau sur Terre ou sur une autre planète. La réincarnation lui permet de mettre en pratique ce qu'il a appris dans le monde spirituel et de progresser moralement et intellectuellement. Il ne faut pas confondre la réincarnation avec la résurrection. La résurrection est la croyance selon laquelle le corps humain ressuscitera à la fin des temps. Certaines religions, notamment le catholicisme, l'islam, le judaïsme, croient en une fin des temps et en la résurrection des corps, c'est-à-dire que les corps retrouveront vie. Or, il est impossible que les atomes des corps, dispersés depuis longtemps et transformés, se rassemblent à nouveau. Par ailleurs, les temps n'ont pas de fin : ils sont éternels au même titre que l'espace est infini. La réincarnation d'Élie était le retour de son âme sur terre, dans un nouveau corps, celui de l'enfant que l'on a appelé Jean-Baptiste. Jésus a donc enseigné la loi de la réincarnation à ses disciples. Cette doctrine était également enseignée en Inde, en Égypte, dans certaines écoles de sagesse de la Grèce ancienne (Pythagore, Platon) et chez les Celtes. Parmi les premiers chrétiens certains crurent en la réincarnation ; mais d'autres s'y opposèrent qui finalement interdirent

cette croyance. C'est pourquoi aujourd'hui les Églises catholiques, protestantes et orthodoxes nient la réincarnation ; bien que de nombreux fidèles croient en cette doctrine.

La spiritualité enseignante enseigne la loi des réincarnations. Elle permet de comprendre pourquoi certains êtres humains ont des talents particuliers comme les enfants prodiges, ainsi Mozart qui composait ses premières œuvres à l'âge de six ans, les génies scientifiques tels qu'Albert Einstein auteur de la célèbre équation $E = MC^2$, et bien d'autres... Ces Esprits ont acquis des connaissances dans leurs vies précédentes et ils se sont réincarnés en les gardant en mémoire. La réincarnation permet aussi de réparer les erreurs des vies passées en faisant le bien là où auparavant on a fait le mal, car toutes nos fautes doivent être réparées. C'est la raison des épreuves parfois terribles que l'on traverse sur terre. La réincarnation permet aussi le progrès moral et intellectuel des Esprits, car tous nous devons atteindre la perfection humaine, c'est notre destinée en tant qu'Esprit ; mais pour cela il faut bien des vies ! L'Esprit progresse indéfiniment, il s'élève par le travail et les épreuves ; jamais il ne rétrograde. La croyance en la réincarnation dans des corps d'animaux, appelée métempsychose, est contraire à la loi du progrès qu'enseigne la spiritualité enseignante : ce sont les animaux qui progressivement évoluent vers l'être humain, et non l'inverse.

Les liens de famille fortifiés par la réincarnation. La réincarnation fait peur à certaines personnes car elles craignent de perdre ceux qu'elles ont aimés dans cette vie. Il n'en est rien. Les Esprits qui s'aiment véritablement se retrouvent dans le monde spirituel, ils sont unis par l'affection qu'ils se portent et par les goûts qu'ils ont en commun. Quand l'un d'entre eux se réincarne sur terre, ils l'attendent, veillent sur lui, et sont heureux de le retrouver quand il a terminé son existence terrestre et qu'il a évolué. Souvent même ces Esprits se réincarnent ensemble dans une même famille ou se retrouvent comme amis sur terre. À mesure que les Esprits évoluent, ils acquièrent de nouvelles qualités, leur amour grandit et ainsi ils sont de plus en plus liés les uns aux autres.

L'amour que se porte les membres d'une même famille est l'indice d'une sympathie ancienne, parfois vieille de plusieurs siècles, qui les rapproche. Toutefois, ces familles unies par une affection commune acceptent souvent d'accueillir un Esprit étranger ou même antipathique. La réincarnation permet de mettre en pratique le pardon et d'aimer ceux qui nous ont fait souffrir ou ceux qui ont souffert par notre faute dans une ou des existences passées. C'est pourquoi il y a parfois des personnes dans nos familles – ce peut être un frère, une sœur, un parent... -, avec lesquelles nous avons du mal à nous entendre. Il faut alors faire du mieux que l'on peut pour arriver à bien l'aimer, car il n'y a pas de hasard, si cette personne est à nos côtés c'est que nous devons pardonner ou nous faire pardonner. Grâce aux réincarnations successives, les Esprits qui s'aiment progressent ensemble et ouvrent leur cœur à d'autres Esprits car l'amour en nous doit devenir aussi vaste que l'océan.

Communication d'un Esprit : Nécessité de l'incarnation.

L'incarnation est-elle une punition, et n'y a-t-il que les Esprits coupables qui y soient assujettis ?

Le passage des Esprits par la vie corporelle est nécessaire pour que ceux-ci puissent accomplir, à l'aide d'une action matérielle, les desseins dont Dieu leur confie l'exécution ; elle est nécessaire pour eux-mêmes, parce que l'activité qu'ils sont obligés de déployer aide au développement de l'intelligence. Dieu étant souverainement juste doit faire une part égale à tous ses enfants ; c'est pour cela qu'il donne à tous un même point de départ, la même aptitude, les mêmes obligations à remplir et la même liberté d'agir ; tout privilège serait une préférence, et toute préférence une injustice. Mais l'incarnation n'est pour tous les Esprits qu'un état transitoire ; c'est une tâche que Dieu leur impose à leur début dans la vie, comme première épreuve de l'usage qu'ils feront de leur libre arbitre. Ceux qui remplissent cette tâche avec zèle franchissent rapidement et moins péniblement ces premiers degrés de l'initiation, et jouissent plus tôt du fruit de leurs travaux. Ceux, au contraire, qui font un mauvais usage de la liberté que Dieu leur accorde retardent leur avancement ; c'est ainsi que, par leur obstination, ils peuvent prolonger indéfiniment la nécessité de se réincarner, et c'est alors que l'incarnation devient un châtiment.

Compléments pour l'éducateur :

→ But de la réincarnation = progresser vers la perfection humaine.

- Esprit ne peut atteindre la perfection en une seule existence → réincarnation. Dans chaque existence, l'Esprit apporte ce qu'il a acquis dans les précédentes en aptitudes, en connaissances intuitives, en intelligence, et en moralité. Chaque existence est un pas en avant dans la voie du progrès.
- Esprits s'améliorent par les épreuves terrestres en évitant le mal et en pratiquant le bien : purification morale et fluidique (périsprit).
- Expiation des infractions aux lois divines commises dans différentes existences corporelles (subir les souffrances physiques et morales qui sont les conséquences des fautes commises) → Esprit n'échappe pas aux conséquences de ses actes, bons ou mauvais. Expiation permet d'effacer les fautes commises et d'épurer l'Esprit. Grâce à la souffrance, l'Esprit acquiert des qualités telles que l'humilité, l'indulgence, la compassion. La souffrance est un avertissement que l'on a mal fait qui a pour résultat de ramener dans la bonne voie. Elle n'est pas incompatible avec l'amour de Dieu car elle permet de se réhabiliter, de devenir meilleur. Esprits créés simples et ignorants, acquièrent leurs qualités morales et intellectuelles grâce aux très nombreuses existences corporelles. Dernière incarnation : pur Esprit.

Justice divine : seule théorie en adéquation avec justice de Dieu envers les êtres humains. Souffrances ne sont pas l'effet du hasard, ne sont pas injustes.

❖ La réincarnation est plus en adéquation avec la justice de Dieu que le concept du paradis et de l'enfer.

➤ Permet de réparer ce qui a été mal fait

➤ Le sort de l'Esprit n'est pas fixé par une seule existence ; il accède peu à peu au bonheur spirituel, par ses propres efforts sur plusieurs existences

❖ S'il n'y a pas de réincarnation, il n'y a qu'une seule existence corporelle, donc l'âme de chacun est créée à la naissance ; alors :

➤ Pourquoi l'âme montre-t-elle des aptitudes si diverses et indépendantes de l'éducation ?

➤ D'où vient l'aptitude extra-normale de certains enfants en bas âge pour tel art ou telle science, tandis que d'autres restent médiocres toute leur vie ?

➤ D'où viennent chez les uns les idées innées ou intuitives qui n'existent pas chez d'autres ?

➤ D'où viennent, chez certains enfants, ces instincts précoces de vices ou de vertus qui contrastent avec le milieu dans lequel ils sont nés ? Etc. Si l'on admet une succession d'existences antérieures tout est expliqué.

❖ La réincarnation donne également espoir à ceux qui ne se sont pas améliorés par négligence ou par faute d'occasions favorables (ex : enfants morts en bas âge, personnes mentalement handicapées, ceux qui ont fait le mal parce qu'ils n'ont pas été éclairés, etc.) → ce qui n'est pas fait dans une existence est fait dans une autre. La réincarnation est logique. De plus : confirmée par les faits : communications médiumniques, souvenirs de vies antérieures, travaux du professeur Ian Stevenson, etc.

Croyance ancienne et universelle :

- Hindouisme : croyance inscrite dans les Védas et la Bhagavad Gita : « L'âme ne naît ni ne meurt jamais ; elle n'est pas née jadis, elle ne doit pas renaître ; sans naissance, sans fin, éternelle, antique, elle n'est pas tuée quand on tue le corps. Comment celui qui la sait impérissable, éternelle, sans naissance et sans fin, pourrait-il tuer quelqu'un ou le faire tuer ? Comme l'on quitte des vêtements usés pour en prendre des nouveaux, ainsi l'âme quitte les corps usés pour revêtir de nouveaux corps... J'ai eu bien des naissances et toi-même aussi, Arjuna ; je les sais toutes, mais toi, tu ne les connais pas... »

- Bouddhisme : hommes amenés à renaître dans le Samsâra, cad dans le cycle des existences placées sous l'empire de la souffrance, de l'impermanence et de l'ignorance. Le monde dans lequel ils renaissent dépend de leur karma, à savoir du poids des actes accomplis au cours des existences. La vie présente est la conséquence des bonnes et des mauvaises actions accomplies librement par l'être dans des existences antérieures.

- Égypte ancienne : les auteurs grecs ont témoigné de la croyance en la réincarnation en Égypte ; allusions contenues dans le Livre des morts égyptien : ex : dans le chapitre intitulé « le Phoenix immortel », l'âme humaine ayant atteint dans l'au-delà son état le plus élevé, déclare : « Je suis l'oiseau Bennou, l'Âme-cœur de Râ » et « sur cette terre [...] je reviendrai encore¹¹ . »

- Grèce ancienne : Pythagore ; Platon (Livre X de La République : l'âme choisit sa future existence et boit les eaux du Léthé, le fleuve de l'oubli, avant de revenir sur terre) ; école néoplatonicienne d'Alexandrie (Plotin, Ennéades ; Porphyre ; Jamblique)

- Celtes : o César, Guerre des Gaules, VI, 14 : « Ce dont ils (les druides) cherchent surtout à persuader, c'est que les âmes ne périssent pas, mais passent après la mort d'un corps dans un autre : cela leur semble particulièrement propre à exciter le courage en supprimant la peur de la mort. » o Vers le milieu du premier siècle, un peu après l'an 44, Diodore de Sicile exprime la même opinion en termes plus formels. Chez les Celtes, dit-il, a prévalu la doctrine pythagoricienne que les âmes des hommes sont immortelles, et qu'après un nombre d'années déterminé elles commencent une vie nouvelle en prenant un corps nouveau (Diodore, Livre V, chapitre XXVIII, paragraphe 6).

• Christianisme : Allusions à la réincarnation dans l'évangile selon Matthieu et dans l'évangile selon Jean : « Ses disciples l'interrogèrent alors et lui dirent : « Pourquoi donc les scribes disent-ils qu'il faut qu'Élie vienne auparavant ? » Mais Jésus leur répondit : « Il est vrai qu'Élie doit venir et qu'il rétablira toutes choses. Mais je vous déclare qu'Élie est déjà venu, et ils ne l'ont point connu, mais l'ont fait souffrir comme ils ont voulu. C'est ainsi qu'ils feront mourir le fils de l'homme. Alors ses disciples comprirent que c'était de Jean-Baptiste qu'il leur avait parlé¹² . » → Élie est un prophète juif (IXe s BC) dont le retour était annoncé par la prophétie de Malachie (Livre de Malachie, 3, 23). Il était attendu soit comme un agent chargé du rétablissement d'Israël, soit comme un précurseur du Messie, comme dans cet extrait. Jean le Baptiste, contemporain de Jésus, a mené une vie ascétique sur les rives du Jourdain, délivrant un baptême de repentir pour la conversion des péchés. Il a été exécuté en l'an 30 ou 33 sans doute pour des considérations politiques. Jésus aurait fait partie de ses disciples avant son ministère public. Ici, Jésus affirme que Jean est la réincarnation du prophète Élie.

o De nombreuses communautés chrétiennes primitives croyaient en la réincarnation : Gnostiques (carpocratens considéraient que les incarnations permettaient à l'âme d'acquiescer de l'expérience et effaçaient les fautes commises) ; Origène (IIe s) : préexistence des âmes.

o Au Moyen-âge, des hérésies, comme les Cathares, adopteront la doctrine de la réincarnation et seront persécutées par l'Église.

• Courants mystiques de l'islam : Jalâud-Dîn Rûmi, grand poète mystique persan (XIIIe s), poème Masnavî : « Minéral, je suis mort et suis devenu plante. Plante, je suis mort et je suis né animal. Animal, je suis mort et je fus homme. Pourquoi aurais-je peur ? N'ai-je jamais été amoindri par la mort ? Encore une fois cependant, je mourrai comme homme. Pour m'élever parmi les anges bienheureux. Mais il me faudra même quitter cet état d'ange. »

• Modernes français : Pierre Leroux, Fourier, Jean Reynaud, Théophile Gautier, Victor Hugo, George Sand (Consuelo), Lamartine... « Je n'avais en Judée ni Bible ni voyage à la main, personne pour me donner le nom des lieux et le nom antique des vallées et des montagnes ; pourtant je reconnus tout de suite la vallée de Térébinthe et le champ de bataille de Saül. Quand nous fûmes au couvent, les Pères me confirmèrent l'exactitude de mes prévisions ; mes compagnons ne pouvaient le croire. De même à Sophora, j'avais désigné du doigt et nommé par son nom une colline surmontée d'un château ruiné comme le lieu probable de la naissance de la Vierge. Le lendemain, au pied d'une montagne aride, je reconnus le tombeau des Macchabées et je disais vrai sans le savoir. Excepté les vallées du Liban, etc., je n'ai presque jamais rencontré en Judée un lieu ou une chose qui ne fût pour moi comme un souvenir. Avons-nous donc vécu deux fois ou mille fois ? Notre mémoire n'est-elle qu'une image ternie que le souffle de Dieu ravive ? » Lamartine, Voyage en Orient.

La naissance et la désincarnation (la mort)

Objectif : Comprendre le but et les modalités de la naissance, ainsi que le processus de la désincarnation.

Questions : A votre avis, quel est le but de la naissance sur Terre ?

→ Évolution morale et intellectuelle par l'étude et le travail, par les épreuves, par les missions. Et à votre avis, à quoi peut bien servir la longue période de l'enfance et de l'adolescence ?

→ L'enfant, par sa fragilité et sa capacité à apprendre, est plus accessible aux impressions qu'il reçoit (éducation, réforme du caractère...) et ainsi il peut s'améliorer ; l'enfant a une apparence innocente qui permet aux adultes de s'attendrir, de l'aimer, d'en prendre soin ; l'Esprit est en repos car ses organes du corps physiques ne sont pas complètement développés, à l'adolescence ; l'Esprit révèle peu à peu sa véritable nature, il sort du trouble.

A écrire : L'Esprit qui s'incarne par une nouvelle naissance veut s'améliorer. L'enfance lui permet d'être plus accessible à l'éducation qu'il reçoit. Distribuer la fiche d'activité « La naissance et la désincarnation »

A écrire : La mort ou désincarnation : Quand nous mourons, l'âme quitte notre corps matériel et retourne dans le monde spirituel qu'elle avait quitté. Elle garde une apparence humaine grâce à son périsprit (corps spirituel). Elle est plus ou moins heureuse selon le bien qu'elle a fait sur terre

La naissance et la désincarnation (mort) : fiche d'activités La naissance et l'enfance

Retour à la vie corporelle

L'Esprit a-t-il le choix du corps dans lequel il doit entrer, ou seulement du genre de vie qui doit lui servir d'épreuve ?

Réponse des Esprits instructeurs : « Il peut aussi choisir le corps, car les imperfections de ce corps sont pour lui des épreuves qui aident à son avancement s'il dompte les obstacles qu'il y rencontre, mais le choix ne dépend pas toujours de lui ; il peut demander. »

Questions :

1) Avez-vous pu choisir le genre de vie qui vous avez (famille, pays, etc.) ? Avez-vous pu choisir votre corps ? Expliquez à l'oral.

- Le moment de l'incarnation est-il accompagné d'un trouble semblable à celui qui a lieu à la sortie du corps ?

Réponse des Esprits instructeurs : « Beaucoup plus grand et surtout plus long. A la mort, l'Esprit sort de l'esclavage ; à la naissance, il y rentre. »

- A quel moment l'âme s'unit-elle au corps ?

Réponse des Esprits instructeurs : « L'union commence à la conception, mais elle n'est complète qu'au moment de la naissance. Du moment de la conception, l'Esprit désigné pour habiter tel corps y tient par un lien fluïdique qui va se resserrant de plus en plus jusqu'à l'instant où l'enfant voit le jour ; le cri qui s'échappe alors de l'enfant annonce qu'il fait nombre parmi les vivants et les serviteurs de Dieu. »

Questions : 2) Le trouble est l'état de l'Esprit qui n'a pas accès à toutes ses capacités. A votre avis, combien de temps dure le trouble qui suit la naissance ?

.....
.....

3) Qu'est-ce que la « conception » ?

.....
.....

4) Si l'union de l'âme (de l'Esprit incarné) et du corps commence à la conception, quel est la conséquence d'un avortement, c'est-à-dire de l'expulsion de l'embryon ou du fœtus de l'utérus ?

.....
.....
.....

5) Pourquoi la naissance est-elle comparée à un esclavage ?

.....
.....

La mort ou désincarnation Retour de vie corporelle à la vie spirituelle.

- Que devient l'âme à l'instant de la mort ?

Réponse des Esprits instructeurs : « Elle redevient Esprit, c'est-à-dire qu'elle rentre dans le monde des Esprits qu'elle avait quitté momentanément. »

- La séparation de l'âme et du corps est-elle douloureuse ?

Réponse des Esprits instructeurs : « Non, le corps souffre souvent plus pendant la vie qu'au moment de la mort : l'âme n'y est pour rien. Les souffrances que l'on éprouve quelquefois au moment de la mort sont une jouissance pour l'Esprit, qui voit arriver le terme de son exil. »

- Quelle sensation éprouve l'âme au moment où elle se reconnaît dans le monde des Esprits ?

Réponse des Esprits instructeurs : « Cela dépend ; si tu as fait le mal avec le désir de le faire, tu te trouves au premier moment tout honteux de l'avoir fait. Pour le juste, c'est bien différent : elle est comme soulagée d'un grand poids, car elle ne craint aucun regard scrutateur. »

- L'âme, en quittant le corps, a-t-elle immédiatement conscience d'elle-même ?

Réponse des Esprits instructeurs : « Conscience immédiate n'est pas le mot ; elle est quelque temps dans le trouble. »

Questions : Suite à la lecture des passages ci-dessus, expliquez à l'oral en quoi consiste la mort (ou désincarnation = on quitte la chair) d'un point de vue spirite. Connaissez-vous des témoignages de personnes qui ont vécu des morts temporaires ? Si oui, que disent-ils avoir vécu ? Racontez à l'oral.

La vie dans le monde spirituel

Objectif : Présenter les quelques connaissances que nous avons du monde spirituel ; montrer la corrélation entre la pratique du bien et le bonheur de l'Esprit dans le monde spirituel.

Question : Que savez-vous de la vie dans le monde spirituel ?

Échanges.

1) Comment connaît-on le monde spirituel ?

→ Communications avec les Esprits par le biais de médiums depuis les âges les plus reculés (chamanisme) ; communication qui s'est intensifiée et qui a été organisée de manière scientifique grâce au spiritisme (notamment) et au travail d'Allan Kardec et de ses successeurs

→ Aujourd'hui nous possédons des dizaines de milliers de communications d'Esprits qui nous donnent un panorama du monde spirituel. (+ Témoignages des personnes vivant des EMI ou des voyages astraux)

2) Les différentes situations d'Esprits dans le monde spirituel.

- Les Esprits sont les âmes des êtres humains qui ont quitté leur corps physique suite à la désincarnation (cf. cours sur la naissance et la désincarnation) : de même que chaque être humain est unique, chaque Esprit est unique, plus ou moins évolué intellectuellement et moralement.

- De ce fait, leur situation dans le monde spirituel est variée. Les Esprits témoignent de leur état plus ou moins heureux selon le bien qu'ils ont fait sur terre. Les religions parlent de l'enfer et du paradis, c'est-à-dire de situation malheureuse ou heureuse ; le spiritisme confirme que les Esprits sont plus ou moins heureux dans le monde spirituel, cependant, les Esprits progressent (cf. cours sur la réincarnation) et ainsi ils avancent peu à peu vers le bonheur ; le bonheur suprême étant celui de voir Dieu.

Extrait de ciel et l'enfer de Allan Kardec

1) Le docteur Demeure est un autre Esprit évolué, un médecin qui fut véritablement disciple de Jésus en se dévouant à ses malades, notamment aux plus démunis. Il témoigne de la jeunesse et de la beauté de l'Esprit retrouvées immédiatement après la mort du corps physique. L'Esprit suffisamment évolué donne à son périsprit, c'est-à-dire à son corps spirituel, l'apparence qu'il désire. Il peut également se déplacer instantanément, penser à un lieu et s'y trouver immédiatement. Enfin, il a accès à des plans spirituels magnifiques qui témoignent encore plus que sur terre de la magnificence, de la sublimité de Dieu et de sa Création. C'est un Esprit heureux qui affirme être dans la gloire de ceux qui ont servi la cause du bien.

) Il n'est pas précisé dans l'ouvrage d'Allan Kardec pour quelles raisons cet Esprit est souffrant. Son témoignage est également très instructif car il nous apprend que :

- L'Esprit encore très attaché à la matière, à la vie matérielle, n'arrive pas à se détacher de son corps physique mort. Il reste très lié à son corps, il le recherche. Cet Esprit semble être resté longtemps dans le trouble, ne comprenant pas sa situation parmi d'autres Esprits également malheureux.
- Puis il fut littéralement éclairé par une lumière qui le met « à nue » : elle lui permet de comprendre qu'il est un Esprit désincarné et lui révèle les fautes de ses incarnations antérieures car tout le passé de l'Esprit est gravé dans sa mémoire périspritale qui peut être réactivée par Dieu et les bons Esprits. Cette lumière est la lumière divine qui a pour objet de favoriser le repentir de l'Esprit. Ici, elle l'accable car il a honte de ses précédentes actions, mais il ne se repent pas.
- L'Esprit perçoit d'autres Esprits : des Esprits radieux qu'il voit flotter, mais aussi des Esprits inférieurs qui se lamentent ou le persécutent par leurs moqueries. Cet Esprit est resté au niveau de la terre, sur un plan spirituel inférieur.
- Il témoigne de sa souffrance qui fut forte car il n'avait plus d'espérance. Dans le monde spirituel, les émotions sont plus intenses que sur terre car il n'y a plus le corps physique qui fait obstacle.
- Plus tard, le repentir de cet Esprit lui a permis d'accepter l'aide divine.

3) Le suicide est considéré comme un crime dans la loi divine et toutes les communications de suicidés révèlent leurs grandes souffrances dans le monde spirituel. Les Esprits de suicidés sont conduits dans des hôpitaux spirituels où ils reçoivent des soins sur leur corps spirituel, le périsprit, qui était connecté à leur corps physique et par-là qui est également impacté par la violence faite au corps physique ; ils reçoivent également des soins psychiques car ils sont très perturbés par leurs souffrances morales, eux qui pensaient échapper à leurs épreuves

réparatrices par la mort et qui comprennent qu'ils sont toujours vivants et qu'ils n'ont fait qu'accroître leurs souffrances en détruisant leur corps physique. Ces Esprits ne sont pas immédiatement conduits dans de tels hôpitaux, auparavant ils restent attirés par leur corps physique et errent au niveau terrestre, sur des plans spirituels inférieurs, voyant défiler devant leurs yeux les derniers instants où ils ont commis le suicide. C'est pourquoi cet Esprit voit sans cesse se dérouler sa chute du haut d'un précipice. L'Esprit des suicidés est généralement tellement troublé par la violence de leur mort, qu'il ne peut penser à autre chose. Ces Esprits ont réellement besoin de nos prières et de notre compassion.

→ Les Esprits se trouvent sur différents plans spirituels selon leur niveau d'évolution morale. Plan spirituel = lieu dans le monde spirituel (l'au-delà) qui a une densité fluidique particulière (densité énergétique : il s'agit de matière). Dans le monde spirituel, il existe donc une matière qui serait invisible pour nous mais qui semble aussi solide aux Esprits que l'est la matière terrestre pour nous. Il existe des paysages, des maisons, des habits, des objets, etc. Bien qu'ils puissent se rendre partout, les Esprits supérieurs se retrouvent sur des plans fluidiques très purs où ils ressentent l'amour divin auxquels n'ont pas accès les Esprits inférieurs (en raison de leurs pensées et de la densité de leur corps spirituel comme la majorité d'entre nous sur terre).

Visionnage d'extraits du film *Nosso Lar* d'après l'ouvrage de Chico Xavier. (Notamment le passage où André Luis est secouru du Seuil vers Notre Demeure) → plan spirituel inférieur (le Seuil) où des Esprits souffrants, criminels, tourmentent d'autres Esprits, parfois aussi des êtres humains (obsessions) ; plan spirituel d'aide aux Esprits souffrants (*Nosso Lar*) ; et une multitude d'autres plans spirituels dont certains sont magnifiques et inimaginables pour nous.

A écrire : Nous connaissons un petit peu la vie dans le monde spirituel grâce aux milliers de communications d'Esprits reçues dans le monde. Il existe une multitude de plans spirituels, c'est-à-dire de lieux dans le monde spirituel, plus ou moins beaux et agréables pour les Esprits qui s'y trouvent. Les Esprits sont plus ou moins heureux selon le bien qu'ils ont fait sur terre et selon leur niveau d'évolution morale

La pluralité des mondes habités

Objectif : Comprendre qu'il existe une infinité de mondes spirituels et d'incarnations, et qu'ils sont soumis à la loi du progrès.

Introduction : Présenter notre galaxie : La Voie lactée (photos à projeter) et expliquer.



Quelques informations : L'Univers est infini, il est en expansion constante. Depuis la Terre les astronomes observent les étoiles, leurs observations portent au maximum (pour l'instant) à 15 milliards d'années-lumière (une année-lumière représente la distance parcourue par la lumière en un an). L'Univers est certainement plus vaste, mais le rayonnement émis par les objets plus lointains n'a pas eu le temps de parvenir jusqu'à nous depuis le big bang.

1. La Voie lactée La Voie lactée est notre galaxie, abritant le Soleil, les planètes du système solaire et toutes les étoiles visibles dans le ciel (comme le soleil ce sont des boules brûlantes de gaz en fusion). Notre galaxie mesure environ 100 000 années-lumière (vitesse de la lumière : 300 000 km/Seconde) de diamètres (par comparaison notre système solaire s'étend sur 15 000 milliards de km soit 1,6 année-lumière, la région limitée au soleil et aux planètes s'étire sur environ 12 milliards de km)), contient quelque 100 milliards d'étoiles, il existe un énorme trou noir au centre de notre galaxie. Des galaxies comme celle-ci, il en existe plus de 100 milliards.

2. Les autres galaxies : photo du télescope spatial Hubble



La matière noire : densité de masse invisible En 1933, l'astronome suisse Fritz Zwicky qui étudiait un groupe de sept galaxies constata que la masse totale de cet amas, calculée d'après leurs vitesses, était 400 fois supérieure à la masse « visible », c'est-à-dire celle déduite de la quantité de lumière émise par ce même amas. À l'époque, personne (ou presque) ne prêta réellement attention à cette anomalie : les mesures étaient alors peu précises et pouvaient être sources d'erreurs. Mais quarante ans plus tard, le problème refait surface. Au début des années 70, l'astronome américaine Vera Rubin qui étudiait la galaxie d'Andromède, note en effet que les vitesses de rotation des étoiles situées à la périphérie de la galaxie sont beaucoup trop importantes compte tenu de leur distance au centre. Une explication possible est d'imaginer qu'un gigantesque halo de matière entoure la galaxie : une « matière noire » (« dark matter » en anglais) invisible qui représenterait jusqu'à 90 % de la galaxie, et qui existerait aussi dans le

milieu intergalactique. Cette hypothèse, qui permet de résoudre un certain nombre de problèmes en astrophysique, séduit aujourd'hui une grande partie de la communauté scientifique. Mais la matière noire – dont les propriétés diffèrent de la matière ordinaire (en particulier, elle n'émet aucune radiation) – n'a toujours pas été identifiée (les particules). La masse de l'Univers est composée à 95% d'une matière noire inconnue. Cette matière est invisible au télescope mais on la perçoit grâce à la force de gravitation (ex : trous noirs). Elle entraîne le mouvement des astres autour d'elle. Par exemple : la Lune est en orbite autour de la Terre : force centrifuge qui l'empêche de tomber (attraction gravitationnelle). On peut mesurer la masse de la Terre à partir de la vitesse orbitale de la Lune. Idem pour la masse du soleil à partir du mouvement orbital de la Terre. Idem pour les étoiles autour du centre de la galaxie (le soleil décrit une orbite en 200 millions d'années à 200 km/s autour du centre de la Voie lactée.

Mais la masse visible de la galaxie n'est pas suffisante pour maintenir en orbite les étoiles → masse invisible n'émettant pas de photons = matière sombre (environ 25% de la densité totale de l'Univers). Idem pour les autres galaxies. + Energie sombre (70% de la densité totale de l'Univers) qui exerce un effet de répulsion sur les galaxies. Seulement 5% de la matière de l'univers est visible. Autres univers supposés différents du nôtre. Au centre des galaxies : les trous noirs. Astres très denses. La gravité à la surface est telle que la lumière (photons) ne peut s'en échapper.

- Astres contenant une masse comparable à celle de notre Soleil mais confinée en une sphère de quelques km de rayon. Ces astres se forment au moment de la mort des étoiles les plus massives. + d'un milliard de trous noirs de ce type dans la Voie lactée. On les repère car ils aspirent la matière qui tournoie en tourbillonnant, s'échauffe et émet des rayonnements.

- Astres atteignant des millions de fois la masse du Soleil. On les trouve au centre des galaxies. Puissant rayonnement énergétique (parfois luminosité équivalente à celle d'un milliard de soleils) appelé quasar (quasi star). Etoiles mortes : selon leur taille : « naines blanches », « étoiles à neutrons », « trous noirs ». L'univers est en expansion à mesure qu'il se refroidit depuis le Big Bang : une forme d'énergie non déterminée éloigne les galaxies les unes des autres -> conduira à une déchirure (Big Rip) dans 20 milliards d'années.

Les différents états des Esprits

Nous avons vu précédemment que les Esprits ne sont pas tous également heureux. Les Esprits ont été créés simples et ignorants, ils acquièrent peu à peu des qualités morales et intellectuelles ; certains mettent plus de temps que d'autres pour se défaire de leurs imperfections, ceux-là sont momentanément moins heureux. C'est un peu comme les élèves d'une classe : certains sont très travailleurs, ils sont attentifs, apprennent leurs leçons régulièrement, font leurs devoirs et par conséquent ils réussissent mieux et ont de bons résultats scolaires ; d'autres sont plus paresseux, ils préfèrent s'amuser et par voie de conséquence n'ont pas d'aussi bons résultats ; ils peuvent se faire punir ou même redoubler la classe. Et bien, les Esprits aussi sont punis quand ils agissent mal : leur punition est de ne pas

être heureux. Les Esprits qui ont fait beaucoup de mal se trouvent momentanément dans des ténèbres, ils voient constamment devant leurs yeux les crimes qu'ils ont commis ; ceux-là sont très malheureux. Mais Dieu ne les abandonne pas, il attend qu'ils se repentent et prennent de bonnes résolutions pour s'améliorer. A l'inverse, les Esprits qui se sont améliorés, qui ont fait du bien, sont très heureux dans le monde spirituel : ils voient la lumière divine, ils se retrouvent dans l'amour et continuent à œuvrer pour le bien.

Différentes catégories de mondes habités Les Esprits vivent dans le monde spirituel et s'incarnent régulièrement sur des planètes différentes les unes des autres. S'incarner signifie qu'ils prennent un corps physique. Leur corps n'est pas nécessairement identique au nôtre, sur Terre. Il peut être plus léger, moins dense, au point que notre œil ou nos instruments de mesure ne le détectent pas. Actuellement, les astrophysiciens recherchent des formes de vies identiques à la nôtre ; mais la vie est extrêmement variée et elle n'est pas toujours aussi dense que sur la Terre. Les Esprits nous enseignent que toutes les planètes de l'univers sont occupées car Dieu, dans son immense sagesse, ne fait rien d'inutile.

Certaines planètes sont occupées par des Esprits incarnés encore moins évolués que sur Terre ; d'autres par des Esprits très supérieurs. À mesure que les Esprits progressent en intelligence et en vertu, ils s'incarnent dans des mondes de plus en plus évolués. On pourrait classer les différents mondes comme suit :

- Les mondes primitifs : ce sont des mondes destinés à accueillir les âmes humaines encore très jeunes. La Terre au temps de la Préhistoire était un monde primitif. Elle accueillait l'être humain à ses premiers pas tels que les hommes de Neandertal ou les Homo sapiens. Les êtres humains qui peuplent ces mondes sont dominés par leurs instincts : se nourrir, se protéger, se reproduire. Il faut considérer les êtres humains qui les habitent comme des enfants qui grandissent.
- Les mondes d'expiations et d'épreuves : actuellement, la Terre appartient à ce type de mondes dans lesquels le mal domine sur le bien ; c'est pourquoi les Esprits qui y sont incarnés subissent de nombreuses épreuves pour se défaire de leurs imperfections. Ils évoluent par la souffrance et réparent les fautes de leurs vies passées. Quand ils se sont suffisamment épurés, ils quittent la Terre pour accéder à des mondes plus heureux. Certains Esprits très évolués s'incarnent dans ces mondes pour servir de modèles et pour transmettre des enseignements supérieurs.
- Les mondes régénérateurs : ce sont des mondes de transition vers les mondes heureux. La Terre qui, comme toute planète, progresse à mesure que ses habitants progressent, deviendra plus tard un monde régénérateur. Les Esprits qui s'incarnent dans des mondes régénérateurs se sont dépouillés de leurs principales imperfections : la haine, l'orgueil et l'envie. Tous veulent avancer vers Dieu, mais ils ont encore des épreuves à traverser pour évoluer. Toutefois, ces épreuves sont beaucoup plus douces que sur terre ; ce sont des mondes de repos après les mondes d'expiations.
- Les mondes supérieurs où le bien l'emporte sur le mal : ce sont des mondes heureux où s'incarnent les bons Esprits. Dans ces mondes, les corps ont une apparence humaine, mais ils

sont très légers et très beaux. Puisque les corps sont subtils, ils ne sont sujets ni aux besoins, ni aux maladies, ni aux détériorations de la vieillesse ; leurs sens sont plus développés (la vue par exemple) ; ces corps légers permettent aux habitants de glisser ou de planer dans l'atmosphère. Les Esprits qui se sont communiqués à différents médiums ont décrit certains de ces mondes. La planète Jupiter est l'un d'eux ; pour nous c'est une planète gazeuse, mais pour les bons Esprits qui y sont incarnés il y a des paysages et de la lumière qui appartiennent à un autre plan vibratoire¹⁶ que le nôtre. Là-bas l'enfance y est très courte et la vie très longue. Les mondes heureux ne connaissent ni la guerre ni aucune sorte d'oppression. Les êtres vivent en bonne harmonie car ils n'ont plus de défauts ; au contraire, ils sont dominés par l'amour, la fraternité. Ils continuent à s'instruire pour devenir de purs Esprits, c'est-à-dire des Esprits ayant atteint la perfection humaine et n'ayant plus besoin de s'incarner.

Tous nous deviendrons de bons Esprits puis de purs Esprits ; pour cela il faut rechercher l'amour et le bien avant toute chose afin de mériter d'accéder à ces mondes heureux et purs.

Une communication d'un Esprit : Progression des mondes.

Le progrès est une des lois de la nature ; tous les êtres de la création, animés et inanimés, y sont soumis par la bonté de Dieu, qui veut que tout grandisse et prospère. La destruction même, qui semble aux hommes le terme des choses, n'est qu'un moyen d'arriver par la transformation à un état plus parfait, car tout meurt pour renaître, et rien ne rentre dans le néant. En même temps que les êtres vivants progressent moralement, les mondes qu'ils habitent progressent matériellement. Qui pourrait suivre un monde dans ses diverses phases depuis l'instant où se sont agglomérés les premiers atomes qui ont servi à le constituer, le verrait parcourir une échelle incessamment progressive, mais par des degrés insensibles pour chaque génération, et offrir à ses habitants un séjour plus agréable à mesure que ceux-ci avancent eux-mêmes dans la voie du progrès. Ainsi marchent parallèlement le progrès de l'homme, celui des animaux ses auxiliaires, des végétaux et de l'habitation, car rien n'est stationnaire dans la nature. Combien cette idée est grande et digne de la majesté du Créateur ! et qu'au contraire elle est petite et indigne de sa puissance celle qui concentre sa sollicitude et sa providence sur l'imperceptible grain de sable de la terre, et restreint l'humanité aux quelques hommes qui l'habitent ! La terre, suivant cette loi, a été matériellement et moralement dans un état inférieur à ce qu'elle est aujourd'hui, et atteindra sous ce double rapport un degré plus avancé. Elle est arrivée à une de ses périodes de transformation, où de monde expiatoire elle va devenir monde régénérateur ; alors les hommes y seront heureux parce que la loi de Dieu y régnera.

QUESTIONS

- 1) Qu'est-ce qui rend un Esprit malheureux ; et à l'inverse qu'est-ce qui rend un Esprit heureux ?
 - 2) Donnez un exemple de punition d'un Esprit malheureux et un exemple de récompense d'un Esprit heureux.
 - 3) Que signifie « s'incarner » ?
 - 4) Donnez trois mots clés pour définir un monde primitif.
 - 5) Donnez trois mots clés pour définir un monde d'expiations et d'épreuves. Pourquoi la majorité des Esprits incarnés sur un monde d'expiations et d'épreuves, comme la Terre, est-elle malheureuse ?
 - 6) Donnez trois mots clés pour définir un monde régénérateur.
 - 7) Donnez trois mots clés pour définir un monde supérieur. Pourquoi les Esprits incarnés sur un monde supérieur sont-ils heureux ?
 - 8) Communication d'un Esprit : Dans la communication donnée par l'Esprit, quel est le mot clé ?
- Expliquez. Travail en commun : Comment, à votre avis, la Terre va-t-elle pouvoir devenir un monde régénérateur ? Qu'est-ce qui serait à améliorer ? Qu'est-ce qui existe déjà qui fait progresser la planète ?

L'influence des Esprits dans notre vie quotidienne

Objectif : comprendre que les Esprits sont autour de nous, qu'ils nous influencent par la pensée et que la nature de leur influence est relative à leur niveau d'évolution morale. Donner des moyens pour se prémunir de l'influence des Esprits inférieurs.

Introduction : donner la parole aux ados : Avez-vous déjà ressenti l'influence des Esprits (ex : par le rêve, une vision, une impression, un conseil, un ressenti quelconque...) ? Si oui, comment s'est manifestée cette influence et de quel type d'Esprit s'agissait-il d'après vous ? Racontez à tour de rôle vos expériences.

Activité : poser des questions à l'oral

□ Les Esprits voient-ils tout ce que nous faisons ? (ils peuvent le voir puisque l'on est entouré d'Esprits ; chacun ne voit que les choses sur lesquelles il porte son attention ; lorsque nous pensons agir en cachette, nous sommes en fait bien souvent observés)

□ Les Esprits peuvent-ils connaître nos plus secrètes pensées ? (oui, les pensées rayonnent dans notre périsprit : enveloppe du mental)

□ Les Esprits ont-ils une influence sur nos pensées et par là sur nos actions ? (oui car ils nous suggèrent des pensées ; il est difficile de séparer ce qui nous appartient de ce qui nous a été suggéré)

□ Les Esprits ont-ils toujours une bonne influence sur nous ? (non, nous avons vu que les Esprits sont plus ou moins évolués moralement et intellectuellement, comme les êtres humains qui ne sont que des Esprits incarnés dans des corps, par conséquent, les bons Esprits ont une bonne influence sur nous et les mauvais Esprits en ont une mauvaise. Les bons Esprits nous veulent du bien et ils nous aident à progresser et à bien supporter nos épreuves ; tandis que les Esprits inférieurs peuvent être jaloux, rancuniers, envieux et ainsi nous pousser à faire le mal et à échouer dans nos épreuves pour que nous souffrions comme eux souffrent).

□ Comment différencier une bonne influence d'une mauvaise influence spirituelle ? (les bons Esprits ne conseillent que le bien et la charité ; les mauvais Esprits nous poussent au mal et à la division ; on peut aussi ressentir un bien-être, une paix, de l'amour au contact d'un bon Esprit, et au contraire, un mal-être, une angoisse, une anxiété indéfinissable au contact d'un Esprit inférieur)

□ A votre avis, pourquoi Dieu permet-il que des Esprits inférieurs soient autour de nous ? (pour tester notre foi et notre attachement au bien ; car ces Esprits sont attirés par nos pensées, nos souffrances, notre mode de vie s'il correspond à leurs attirances ; en expiation/réparation de vies antérieures où l'on a fait souffrir des êtres)

□ Dès lors, comment peut-on éloigner les Esprits inférieurs ? (en faisant le bien, en mettant toute notre confiance en Dieu, en guérissant de nos blessures, en ayant un mode de vie sain = éviter l'alcool, la drogue, les lieux de débauche)

□ Existe-t-il des Esprits qui veillent sur nous et nous protègent ? (oui, le guide spirituel ou ange gardien, et des Esprits que l'on a connu dans cette vie ou dans une autre, ou encore dans le monde spirituel ; le guide spirituel ne nous abandonne jamais, il veille sur nous comme une mère sur son enfant ; il nous connaît très bien ; il faut l'appeler dans nos prières pour se rapprocher de lui ; il nous inspire et nous conseille mais nous avons toujours notre libre-arbitre, nous choisissons notre chemin).

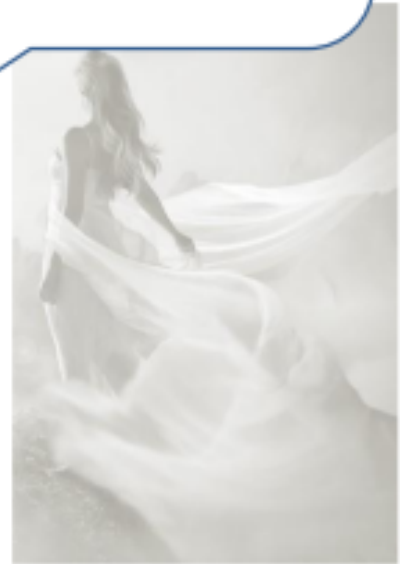
□ D'où viennent les pressentiments que l'on ressent parfois ? (c'est le conseil intime et occulte d'un Esprit qui nous veut du bien. Il est aussi dans l'intuition du choix que l'on a fait avant de s'incarner : connaissance des principales phases de notre existence)

□ Les Esprits ont-ils une influence sur les événements de notre vie ? (oui puisqu'ils nous conseillent ; ils peuvent aussi nous aider. Les Esprits peuvent faire en sorte que deux personnes se rencontrent, ou que l'on fasse attention à quelque chose qui aurait pu passer inaperçu et qui aura une grande importance pour nous ; mais le libre-arbitre est toujours au-dessus de tout : le choix final nous appartient).

Fiche d'activité : compléter le dessin sur l'influence des bons et des mauvais Esprits : comment nous influencent-ils ? Les Esprits inférieurs nous suggèrent des pensées qui nous éloignent de la route du bien (vices, tristesse, violence, haine, paresse, envie, jalousie, médisances, etc.) ; les Esprits supérieurs nous conseillent et nous consolent dans nos épreuves. Ils nous orientent vers le Bien, vers le divin.

Comment les Esprits inférieurs influencent les êtres humains:

Comment les bons Esprits influencent les êtres humains:



Activité écrite : Rédigez une synthèse en groupe expliquant comment les Esprits nous influencent dans notre vie quotidienne.

Qu'est-ce que la médiumnité ?

Objectif : Comprendre les objectifs de la médiumnité sacrée, telle qu'elle est préconisée par les bons Esprits. La médiumnité est la faculté qui permet d'être les intermédiaires dans les communications avec les Esprits désincarnés.

Introduction : vidéo sur la peinture médiumnique : peintre brésilien Florencio Anton : <https://www.youtube.com/watch?v=e-PCd1D2vqc> (commencer à 2 mn) : expliquer les mécanismes de la médiumnité de peintre : un Esprit peintre se rapproche du médium et combine l'énergie de son corps spirituel (périsprit) avec celui du médium. Il guide sa main avec la force de sa pensée.

Expliquer : La médiumnité a toujours existé, c'est une faculté inhérente à l'être humain. Dans les civilisations anciennes (Inde, Égypte, Grèce, Rome, Celtes...) il y avait des médiums qui étaient des prêtres et des prêtresses initiés, qui étaient formés et préparés pendant de longues années. Ils avaient pour mission de révéler l'avenir et de donner des avis très écoutés. Dans toutes les religions, il y a des médiums (exorcistes dans la religion catholique, marabouts en pays d'islam, etc.). Les médiums ont choisi ce travail avant de s'incarner, ils le font pour évoluer moralement. Ils ne sont pas des êtres supérieurs ; ils ont beaucoup à réparer et doivent travailler toute leur vie sur leurs défauts pour devenir meilleurs. L'humilité est la qualité qui attire les bons Esprits. S'ils vont jusqu'au bout de leur engagement en s'améliorant, ils évolueront plus vite.

La spiritualité enseignante favorise l'étude scientifique de la médiumnité et le développement de la médiumnité sacrée (au service du bien, désintéressée, accompagnée d'un travail d'évolution morale).

Distribuer la fiche d'activité sur la médiumnité. Ecrire une synthèse des réponses a à e. Demandez aux élèves s'ils ont des questions sur la médiumnité, les différents types de médiumnité (est-ce qu'ils connaissent les différents types de médiums ?), les mécanismes de la médiumnité, le contrôle des communications spirites (comment s'assurer qu'il s'agit d'une communication spirite ? Comment évaluer le niveau d'évolution de l'Esprit qui se communique ?), s'ils ont déjà ressenti des Esprits, etc. Ouvrir une discussion.

Qu'est-ce que la médiumnité ?

Extraits de l'ouvrage : Lelia Rihadi, La Médiumnité, une porte ouverte sur l'au-delà, Paris, 2008 « [...]

9- Qu'est-ce qu'un médium ? C'est une personne qui ressent à un degré quelconque l'influence des Esprits.

10- Sommes-nous tous médiums ? Oui, cette faculté est inhérente à l'être humain et par conséquent n'est pas un privilège exclusif.

11- Certaines personnes possèdent-elles cette faculté d'une façon plus développée ? Oui, car on nomme médiums ceux dont la faculté est nettement caractérisée et se traduit par des effets d'une certaine intensité.

18- La médiumnité présente-t-elle des dangers ? Oui, car c'est une porte ouverte sur le monde spirituel et il est nécessaire de l'étudier avant de pouvoir pratiquer. Il ne faut jamais pratiquer seul ou à plusieurs sans formation : faire tourner les tables, ou appeler les Esprits.

19- Pourquoi ? L'obsession est une emprise exercée par des Esprits inférieurs sur un être humain incarné. [...]

20- Pourquoi est-on médium ? Pour apporter la consolation aux frères et sœurs souffrants car le médium est un intermédiaire des bons Esprits qui agissent grâce à sa médiumnité. [...]

45- Un adolescent peut-il développer sa médiumnité ? Cela est déconseillé tant qu'il n'aura pas atteint sa majorité pour pouvoir décider de lui-même en fonction de son libre-arbitre.

46- Que faire en attendant ? Lui expliquer que ces phénomènes sont dus à son organisation physiologique, que c'est un don qui lui a été octroyé pour aider son prochain. Lui expliquer les éléments essentiels de la codification spirite : la recherche du bien, l'importance du travail et de la réforme du caractère.

Questions :

1. Surlignez la définition de médium.

2. Répondez à l'oral aux questions suivantes :

a. Sommes-nous tous médiums ? Pourquoi ?

b. Quels sont les dangers de la médiumnité ?

c. Quel est le but de la médiumnité ?

d) Pourquoi un adolescent ne doit-il pas développer sa médiumnité ?

Respecter son corps – La valeur de la vie

Objectif : Apprendre à s'aimer, à prendre soin de son corps, à prendre soin de soi.

Introduction : Apporter les figurines de fœtus (9-10 semaines) du projet « Sim a vida » : qu'est-ce que vous ressentez en tenant ces figurines dans vos mains ? Pourquoi ? Présenter l'harmonie et la complexité du corps humain à travers des planches anatomiques (un atlas ou Internet) :

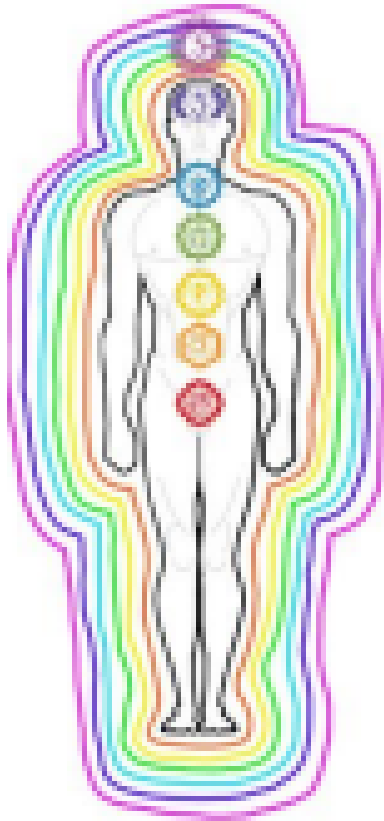
- Planche anatomique du système nerveux : le corps est constamment parcouru par des signaux électriques et chimiques produits par les cellules nerveuses (neurones) et leurs prolongements (axones). La plupart des transmissions s'effectuent de manière inconsciente ; elles visent à assurer le fonctionnement de l'organisme et son bon état général. Montrer une cellule nerveuse (neurone) : noyau, mitochondries, axone (des milliards de cellules sont présents dans le corps humain).

- Planche anatomique du cœur et de la circulation : le cœur propulse le sang dans des conduits résistants et élastiques : les artères. Les vaisseaux issus de la partie droite du cœur constituent le point de départ de la circulation pulmonaire : ils transportent le sang vers les poumons, où il fait le plein d'oxygène. L'aorte, la grande artère du cœur, se ramifie pour former la circulation systémique, qui achemine l'oxygène dans tous les tissus. Un autre réseau, celui des veines, ramène le sang vers le cœur. L'appareil circulatoire représente près de 150000 kilomètres de vaisseaux sanguins.

- Planche anatomique du système immunitaire : lymphes et vaisseaux lymphatiques. Les lymphocytes produisent des substances chimiques (anticorps) qui circulent dans le sang et attaquent les organismes vecteurs de maladies.
- Planche anatomique de l'œil : les rayons lumineux qui pénètrent dans la pupille sont projetés sur la rétine, où ils créent des images en deux dimensions. Celles-ci sont converties en impulsions électriques que le nerf optique achemine ensuite vers différentes régions du cerveau, notamment le lobe occipital, où elles sont interprétées.

- etc.

Les corps subtils



- Corps divin, spirituel, céleste
- Corps bouddhique, atomique
- Corps causal
- Corps mental Supérieur / Inférieur
- Corps affectif / astral / émotionnel
- Corps éthérique
- Corps physique

• + corps spirituel (périsprit) composé de différents corps. Notre propre apparence ne se limite pas seulement à notre enveloppe charnelle. Nous possédons également une enveloppe énergétique (périsprit) constituée de 7 corps subtils qui sont imbriqués et se chevauchent les uns dans les autres.

Plus précisément et dans l'ordre :

- Le corps physique contient le corps éthérique,
- le corps éthérique déborde du corps physique et interpénètre le corps astral,
- le corps astral interpénètre le corps mental,
- le corps mental interpénètre le corps causal,
- le corps causal interpénètre le corps bouddhique,
- et pour finir, le corps bouddhique interpénètre le corps atomique. → Perfection du corps humain : écrin de l'âme.

Question :

Comment prendre soin de son corps ? Discussion.

– Alimentation saine : c'est-à-dire ? → fruits, légumes (bio), céréales, protéines végétales, éviter le sucre et les produits transformés ; – Sport ; – Détente, repos ; – Éviter tout ce qui est violent, malsain ; tout ce qui trouble l'âme car elle interagit avec le corps par le biais du péricérite (jeux vidéo violents ; films d'horreur, de violence...) ; – Ne pas se droguer, ne pas consommer d'alcool de manière immodérée ;

Comment expliquer les dysfonctionnements du corps ? Les maladies graves, le handicap, etc. ?
→ Loi de cause à effet (tout effet à une cause) : déséquilibre causé par l'action de vies antérieures ; épreuves choisies par l'Esprit.

La question de la dépression des jeunes et du suicide Adolescence : 4e partie du développement humain : 12-20 ans. (1ere partie : embryon, fœtus ; 2e partie : bébé ; 3e partie : enfance). L'ado n'est plus un enfant mais pas encore un adulte. A l'adolescence les tendances de l'Esprit se révèlent.

Caractéristiques psychologiques :

- ❖ Crise d'opposition
- ❖ Désajustement émotionnel (humeur changeante : triste, heureux)
- ❖ Narcissisme
- ❖ Vulnérabilité, influençable (croit que rien ne lui arrivera, drogues)
- ❖ Sentiment d'insécurité pour les ados qui ont des difficultés à se faire des amis
- ❖ Sentiment d'angoisse
- ❖ Sensation de dépression (ne rien avoir envie de faire, fatigue) Dépression : Seulement 15% des ados déprimés sont aidés, soignés.

Quelques symptômes :

- ❖ Douleurs inexplicables
- ❖ Extrême sensibilité aux critiques (agressivité), victimisation, dévalorisation
- ❖ Isolement de certains
- ❖ Pleurs fréquents sans connaître la raison, tristesse constante
- ❖ Agitation et manque de repos

- ❖ Sentiment d'inquiétude (commence de nombreuses activités puis s'arrête en cours, se sent perdu)
- ❖ Changements alimentaires (ne mange rien, ou trop)
- ❖ Sentiment de culpabilité
- ❖ Pensées sur la mort, le suicide

Conséquences :

- ❖ Difficultés scolaires (car pas de concentration, fatigue)
- ❖ Abus de substances (drogues, alcool)
- ❖ Troubles alimentaires
- ❖ Cyberdépendance
- ❖ Automutilation
- ❖ Suicide (20 dernières années : augmentation de 300% ; 2e cause de mortalité chez les jeunes après l'alcool et les accidents).

Être vigilant au cyberharcèlement et au sexting (échange de photos nues).

Distribuer la fiche d'activité sur le suicide et l'avortement. Débat. - Responsabilité partagée d'un suicide et d'un avortement : pressions familiales, sociétales, obsession spirituelle, le compagnon dans le cadre de l'avortement, IMG : pression de la société, eugénisme...

- Circonstances atténuantes : ignorance des conséquences morales de l'acte, dépression, souffrance affective, obsession, addictions...

- Ne jamais juger car ces personnes sont en souffrance, elles vivent des situations complexes, des drames, l'Esprit d'un suicidé souffre dans le monde spirituel (nombreux témoignages spirites). La question de l'avortement chez les jeunes 33% des femmes ont recours à l'IVG dans leur vie en France (215 000 avortements par an, dont 6 000 chez les mineures). Chez les adolescentes la cause est le fait d'accident de contraception ou d'absence de contraception. Elles connaissent les différents moyens de se protéger mais pensent que le risque c'est pour les autres.

Compléments pour l'éducateur :

Le corps physique - Le corps des expériences.

Le corps physique est constitué de matière dense et est donc par rapport aux corps suivants celui qui vibre le plus lentement. Plus les corps subtils suivants sont éloignés du corps physique et plus ils vibrent rapidement. Le corps éthérique Le corps de la vie. On l'appelle également le corps vital. C'est le 1er corps constitué de matière subtile, le plus proche du corps physique. Il est semi-matériel. Il englobe, pénètre et déborde du corps physique de quelques centimètres. Il épouse fidèlement la forme du corps. C'est le corps éthérique qui anime le corps physique. Sans lui le corps serait sans vie. Il assure l'activité des fonctions vitales et les échanges énergétiques au niveau des différents corps subtils. C'est dans ce corps subtil que se trouvent les méridiens, canaux d'énergie, et les chakras qui captent les énergies cosmo-telluriques et les redistribuent dans tous les corps. Pour ceux qui peuvent le percevoir, sa couleur va du gris au gris bleuté et même parfois jusqu'au bleu vif. Son apparence reflète l'état de santé du corps physique.

Le corps astral Le corps émotionnel.

Ce corps contient toutes nos émotions, désirs, passions, humeurs, joies et peines. Sa couleur n'est pas constante et change continuellement selon nos émotions du moment. Le corps mental Le corps de la réflexion. Il est le siège de l'intellect, de toutes nos pensées, de notre conscience primaire. Son état dépend de la qualité de ces dernières et de notre évolution spirituelle. Il forme notre personnalité.

Le corps causal Le corps de la mémoire lointaine

C'est ici que nous emmagasinons la mémoire de toutes nos vies antérieures, de nos expériences passées, et des acquis dans notre vie actuelle. Tous nos traumatismes passés sont inscrits-ici et peuvent affecter notre vie présente.

Le corps bouddhique Le corps de la connaissance

Ce corps rarement formé chez la majorité des personnes, ne se rencontre que chez les saints ou les personnes ayant atteint une grande spiritualité. Il permet l'illumination spirituelle, la connaissance totale de toute chose et d'atteindre la conscience divine. Le corps atmique Le corps de la conscience cosmique Ce corps également appelé corps divin est le siège de la conscience cosmique. A ce stade, nous avons achevé le cycle des réincarnations. Nous ne faisons qu'un avec l'univers et faisons partie de la conscience de Dieu.

La valeur de la vie

La question du suicide et de l'avortement

Le suicide est le fait de se donner volontairement la mort.

L'avortement est l'interruption d'une grossesse.

Débat :

Que pensez-vous du suicide et de l'avortement ? La responsabilité d'un suicide ou d'un avortement peut-elle être partagée ? Si oui, donnez des exemples. Quelles peuvent être les circonstances atténuantes d'un suicide ou d'un avortement ? Pourquoi ne doit-on jamais avoir de mauvais jugements pour les personnes qui commettent ces actes ?

Bilan avec les ados

Bilan cognitif :

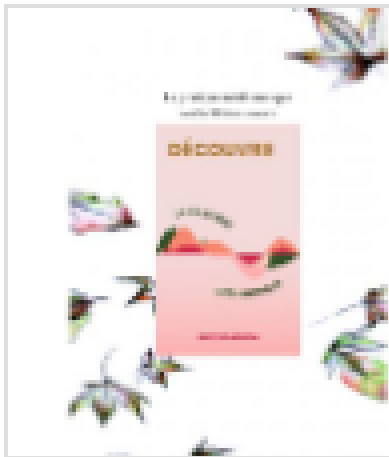
1. Notez les dix informations retenues sur la philosophie spirite.
2. Quelle séance avez-vous préféré ? Pourquoi ?
3. Comparez vos connaissances avant et après ces deux années d'enseignement spirite. Qu'est-ce que cet enseignement vous a apporté ?

Bilan moral :

1. Quelles qualités avez-vous développées depuis deux ans ?
2. Que vous a appris cet enseignement sur le plan moral ?
3. Quelles qualités aimeriez-vous acquérir ou faire grandir ? Avez-vous des questions ou des remarques

Pour aller plus loin

Mes livres publiés sur la spiritualité enseignante (pour des compléments d'informations)



La pratique médiumnique

La spiritualité New-Age a fait des ravages en termes de pratique...

thebookedition.com



La médiumnité guérissante

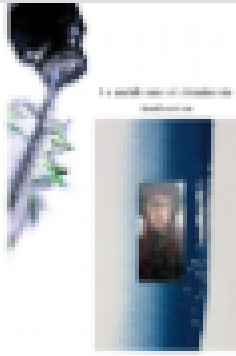


La médiumnité guérissante

Découvrez le livre La médiumnité guérissante publié...

thebookedition.com

[La médiumnité guérissante - Aurél auteure](#)



La médiumnité sécurisante

La sécurité médiumnique est
indispensable dans le travail...

thebookedition.com

[La médiumnité sécurisante - Aurél auteure](#)



La médiumnité sécurisante - tome 2

La suite de la sécurité...

thebookedition.com

[La médiumnité sécurisante - tome 2 - Aurél auteure](#)



[Au-delà poésie](#)