

No 83

Mars 2020



Editorial

Alain Charpiloz

Vous allez jusqu'à dire: « Tout m'est permis! » Oui, cependant tout ne vous est pas utile. Je pourrais dire: « Tout m'est permis », mais je ne me laisserai pas asservir par quoi que ce soit ».

1 Corinthiens 6:12

Voilà une parole de l'apôtre Paul qui nous interpelle mais qu'il ne faut pas oublier de remettre dans son contexte.

L'Eglise de Corinthe était aux prises avec des divisions, des partis pris, et très influencée par les philosophes de l'époque, notamment un certain Apollos, grand orateur.

En écrivant cette lettre, Paul désirait purifier l'Eglise de son esprit de parti et de son immoralité.

Si on prend le chapitre 6 de l'épître aux Corinthiens, dès le premier verset, il semble que les chrétiens d'alors aient eu tendance à se conformer au monde présent et c'est contre cela que Paul voulait les mettre en garde.

Dans ce bulletin, j'ose parler d'un sujet, en lien avec les addictions, qui me travaille depuis bien longtemps. En effet, nous entendons dire depuis de nombreuses années que les églises se vident, et pour éviter cette désertification, nous essayons de mettre en place certains programmes pour attirer du monde, principalement les jeunes.

Ce qui est louable.

Toutefois, sommes-nous toujours bien conscients de l'impact que cela suscite auprès des personnes qui nous rejoignent, notamment de la possibilité d'une "addiction à Dieu" ?

C'est à partir de ce questionnement et au travers de mes lunettes de spécialiste en addictions que je me permets d'apporter ici une réflexion sur ce thème.

Cependant, n'oubliez pas, en lisant cet article, que l'objectif premier de mon ministère, comme c'est probablement le cas pour vous tous, est de permettre à chacune et chacun d'être sujet et pleinement responsable de sa propre vie.

D'ailleurs, tout le contenu de ce numéro va dans ce sens.

Il me semble que c'est également le souhait que l'apôtre Paul exprime dans le verset cité plus haut.

Toutefois, si l'article principal de ce bulletin suscite des réactions, n'hésitez pas à me contacter par courriel ou par téléphone. C'est avec plaisir que je prendrai un moment pour en parler avec vous.





Cette question peut vous surprendre et c'est bien légitime. Afin de trouver une réponse à cette interrogation, il est primordial de comprendre ce qui fait que les personnes deviennent addictées à quelque chose.

L'addiction est en lien avec un neurotransmetteur qui est libéré quand nous avons des activités plaisantes et valorisantes, par exemple quand nous mangeons, buvons, avons un rapport sexuel, etc. Ces activités activent une zone bien particulière du cerveau qui libère la dopamine, que l'on appelle neurotransmetteur de la récompense ou du plaisir.

Une fois libérée, **la dopamine** renforce certaines connexions entre les neurones et nous apprenons à adopter des comportements qui, a priori, sont bons pour nous.

En addictologie, nous disons que l'addiction est une maladie de l'apprentissage.

Cette dopamine est également libérée quand nous consommons de la drogue ou de l'alcool. Ainsi, quand nous sommes mal dans notre peau, quand nous avons un sentiment de malaise et que notre cerveau a réalisé que telle substance ou tel comportement nous fait du bien, il nous pousse à y revenir car les drogues ont la capacité de détourner ce système à leur profit comme si elles nous enseignaient à avoir besoin d'elles pour vivre.

C'est cette petite voix dans le cerveau qui dit : donne-moi à boire, donne-moi à manger, donne-moi du sexe, etc...

Parmi les addictions, on peut aussi trouver les achats compulsifs, ce plaisir que nous avons d'acheter, y compris des choses que nous n'utili-

serons qu'une seule fois, ou pas du tout. On trouve également l'addiction affective. En manque d'affection, nous allons chercher par tous les moyens quelqu'un qui puisse nous apporter suffisamment d'émotions affectives pour que nous obtenions notre dose de dopamine.

Malheureusement, cette sensation du premier bonheur ne sera jamais tout à fait la même par la suite et nous resterons inconsciemment en quête de ce « premier amour », qui ne reviendra pas. Mais le mécanisme sera mis en place.

De plus, à force de recevoir une certaine dose de dopamine, notre corps va s'y habituer et s'il ne l'a pas, il va être en manque. C'est comme cela que nous deviendrons dépendants.

Au vu de tout ce que nous venons de montrer, est-il possible d'avoir une addiction à Dieu ?

Pendant les presque 20 ans où j'ai travaillé dans le domaine de l'alcoolisme, j'ai toujours dit et vu qu'on pouvait faire un transfert d'addictions, par exemple passer de l'addiction à l'alcool à une addiction à Dieu. En effet, quand une personne découvre Jésus-Christ, ce qu'il a fait pour elle, son amour indéfectible, sa manière de la regarder comme un diamant en cours de taille, de l'accepter telle qu'elle est, indépendamment de ce qu'elle a bien pu faire dans sa vie, tout cela lui procure une joie intense et donc une sécrétion de dopamine. Il suffit que la personne, en plus, vive cette joie lorsqu'elle vient de passer un moment émotionnel, soit parce qu'elle a écouté une prédication, soit après un temps fort de louange, pour que son cerveau, comme pour les autres addictions, enregistre que ce type de message, de louange est très bénéfique pour elle et la pousse alors à rechercher ce même effet.

Ce processus est particulièrement à l'œuvre lorsque quelqu'un découvre Jésus-Christ après un moment émotionnellement fort alors

qu'il (ou elle) est mal dans sa peau.

Quelles vont être les conséquences d'un tel processus ?

Ces personnes vont chercher à participer aux soirées de louange, ce qui leur permettra de nourrir cette quête de dopamine, ou bien elles vont, notamment sur internet, être à l'affût de tous les messages qui pourront avoir le même effet.

Si nous analysons ce processus au travers du « Parent – Adulte – Enfant » de l'analyse transactionnelle, nous nourrissons la part « enfant » en nous, autrement dit cette part qui a à voir avec le plaisir, l'émotionnel. En revanche, nous aurons beaucoup de peine à nourrir la part « parent » qui a plus à voir avec la contrainte, l'apprentissage, donc avec une forme de déplaisir.

Le risque pour ces personnes, c'est d'être la proie d'abus spirituels, car leur foi est avant tout émotionnelle. Elles ne vont pas nourrir une réflexion profonde sur la Parole de Dieu, bien au contraire. Tout ce qui sera du domaine de l'apprentissage, d'un temps d'étude ne les intéressera pas.

Attention, je ne dis pas qu'il ne faut pas de louange, mais que nous devons réfléchir à ce que nous allons rechercher quand nous louons Dieu. Si je prends l'exemple de la compulsion à la nourriture, manger est important, vital pour notre organisme. Mais une personne qui aura ce type d'addiction ne pourra pas s'arrêter de manger, et elle devra faire tout un chemin pour comprendre les causes de cette addiction et travailler dessus.

Il est donc important de s'interroger sur notre relation avec Dieu, sur la place à donner à la louange ou à la recherche de prédication dans cette relation, afin de ne pas être comme la foule de disciples dont on nous parle dans Jean 6 :26 et suivant :

Jésus dit à la foule : « Vous me cherchez parce que vous avez mangé du pain à votre faim, et non

Suite page 2

parce que vous avez saisi le sens de mes signes miraculeux. Travaillez non pas pour la nourriture qui se gâte, mais pour la nourriture qui dure et qui est source de vie éternelle. Cette nourriture, le Fils de l'homme vous la donnera, parce que Dieu, le Père, a mis sur lui la marque de son autorité ». Ensuite la foule questionne Jésus et Il leur donne un enseignement sur le pain de vie, un discours qu'ils ne com-

prennent pas. Au verset 66, il est dit que beaucoup de ses disciples se retirèrent et cessèrent de faire route avec lui.

Ces personnes cherchaient le sensationnel, l'émotionnel. De plus, quand on regarde ce texte de plus près, Jésus nous parle d'incarnation. Ah ! qu'il est bon de vivre une foi incarnée en nous, quelque chose de solide, de profond ! Pour

cela, il est important d'étudier la Parole, d'aller chercher la compréhension des textes, de ne pas les prendre au premier degré. Ma prière, c'est que tous, nous puissions, ensemble, trouver cet équilibre entre une bonne louange et une lecture approfondie de la Parole, et recevoir ainsi ce pain de vie offert par Jésus.

Concernant le numéro précédent

Chères lectrices, chers lecteurs,

Suite à un problème que nous avons eu avec notre imprimerie, nous n'avons pas pu vous livrer le bulletin de décembre 2019 dans les temps. De plus, dans la présentation de notre nouveau collaborateur, nous avons omis de mentionner son nom. Il s'agit donc de Lucas Loureira. Nous vous prions de nous excuser pour ce contretemps et cet oubli.

Alain Charpiloz

Les nouvelles inscriptions sont lancées pour :



Vous trouverez toutes les informations avec une description détaillée de chacune de nos propositions sur notre site internet:

www.horizon9.ch

1. Pour la 11ème volée de la formation à la Relation d'Aide Chrétienne sur trois ans.

Découvrir la fonction de l'Être Humain, mieux comprendre comment Dieu nous a créés dans notre composante physique, psychologique et spirituelle est quelque chose d'extraordinaire. Au travers de ces trois aspects, nous allons vous emmener dans un monde fantastique qui va vous permettre de comprendre beaucoup de choses sur vos/nos comportements.

2. Pour une année de Développement Personnel Chrétien

De manière bien différente de la formation à la relation d'aide chrétienne, et avec des temps de travail en groupe sur 8 soirées de 3 heures, cet atelier va vous aider à mettre des mots sur des éléments, des événements de votre vie qui, aujourd'hui, vous interrogent.

HORIZON 9

Centre de thérapie chrétienne

23, rue de Lyon
CH 1201 GENÈVE

Téléphone : +41 (0) 22 344 72 00

Fax : +41 (0) 22 344 65 50

Mail : therapie@horizon9.ch

CCP 12-19754-0

IBAN CH41 0900 0000 1201 9754 0

*Au cœur de l'expérience humaine
un chemin d'espérance*

Retrouvez-nous
sur Internet !

www.horizon9.ch

P.P. CH- 1242
Satigny

Poste CH SA

90 jours pour abandonner la pornographie

Est-ce un hasard ? En préparant ce numéro, on m'apprend qu'un deuxième atelier 90 jours est mis sur pied pour ce printemps. Comme nous vous en avons déjà parlé en décembre 2018 et que cela a été profitable à toutes les personnes qui y ont participé, nous souhaitons continuer à soutenir cette initiative.

Rappelons-en brièvement l'objectif : forts de leur expérience personnelle, Nicolas Frei et son épouse ont décidé d'organiser des ateliers intitulés « **90 jours pour abandonner la pornographie** », afin d'accompagner des personnes qui, comme eux, souhaitent s'en sortir mais ne savent pas toujours comment s'y prendre.

Certes, ils sont lucides et savent bien que ce n'est pas en 90 jours que tout est réglé, mais c'est un point de départ pour prendre conscience de la problématique et de ses causes car, comme dans toutes les addictions, la dépendance à la pornographie n'est qu'un symptôme d'un mal-être plus profond et d'émotions que nous n'arrivons pas à gérer.

Alors, si vous êtes concerné par cette problématique, inscrivez-vous à l'un de ces deux ateliers:

Au Petit-Lancy avec Mickaël Buoso à partir du jeudi 2 avril à 19h.

A Vevey, avec Bertrand Gounon, également dès le 2 avril, mais à 19h30.

Vous trouverez toutes les informations sur le site internet www.innocence.ch. Vous y verrez également le témoignage de Nicolas Frei et de son épouse, ainsi que la présentation d'un cours en ligne et un blog.