

No 84

Juin 2020



Editorial

Alain Charpiloz

« Que la grâce du Seigneur Jésus Christ, l'amour de Dieu et la communion de l'Esprit saint soient avec vous tous ! ».

2 Corinthiens 13 : 13

Avant toute chose, nous souhaitons présenter toute notre sympathie aux personnes qui ont perdu un proche pendant cette pandémie et que nos pensées vont également à toutes les personnes qui ont vécu et vivent encore difficilement cet épisode.

Quelques nouvelles d'Horizon 9 durant ce confinement.

Bien que nous ayons fermé nos bureaux, nous avons pu de suite proposer des accompagnements par visio-consultation. Certaines personnes ont accepté, d'autres ont préféré attendre la réouverture de nos portes.

A l'heure où vous lirez ces lignes, nous espérons que nous aurons pu mettre en place une alternance entre visio-consultation et entretien en présentiel.

Comme vous pouvez vous en douter, cela demande toute une organisation au vu des consignes de la Confédération et du canton : procéder à une désinfection avant et après chaque entretien, laisser les portes ouvertes pour ne pas être confiné dans une pièce, aérer régulièrement, éviter que les personnes ne se croisent, garder les distances sanitaires, etc.

Ce n'est pas simple, mais nous allons y arriver. Certes, cela a des répercussions sur le nombre de personnes suivies, d'autant plus que

les gens nous contactent principalement grâce au bouche à oreille. Difficile donc quand on doit rester confiné.

Cela a également des répercussions sur nos finances.

Je n'aime pas beaucoup aborder ce sujet, mais parfois, il faut oser.

Comme vous le savez, les personnes que nous accompagnons nous donnent ce qu'elles peuvent dans une marge comprise entre CHF 50,- et CHF 120,- par entretien. Jusqu'en 2018, nous étions à une moyenne de CHF 65,- par entretien. En 2019, celle-ci est descendue à CHF 55,- car plusieurs personnes étaient dans des situations très précaires ou encore étudiantes. Comme nous souhaitons permettre à tout un chacun de disposer de nos services, nous les acceptons, même si leur participation est plus que modeste.

Dès lors nous ne pouvons pas vivre sans dons.

Nous nous permettons donc de faire appel à votre générosité pour soutenir notre association et d'en parler, peut-être, à vos amis.

En vous invitant à rester encore très prudents face à ce virus, nous vous remercions dorénavant et déjà pour votre aide, tant dans la prière que financièrement.



Centre de thérapie chrétienne

Horizon 9 News

Les chemins d'une spiritualité émotionnellement saine



Tel est le titre d'un livre écrit par Peter Scazzero, pasteur américain qui plaide pour une spiritualité qui n'essaie pas de faire abstraction de l'émotionnel, mais qui cherche au contraire à intégrer les deux domaines. A travers

son texte, il explique clairement et de manière compréhensible pourquoi la maturité spirituelle est inséparable de la maturité émotionnelle. Pour quelles raisons est-ce donc si important de ne pas tenir séparés ces deux mondes ? Parce qu'en les tenant à part, nous courons le risque d'utiliser les enseignements bibliques de façon erronée, ce qui fait du tort à notre manière de vivre nos relations d'une part, et empêche Dieu de faire son travail de l'autre. Son désir, c'est de nous transformer de manière durable et ceci, non seulement en surface, mais jusque dans nos profondeurs. Si nous faisons abstraction de ce que nous ressentons, nous courons le risque de développer une spiritualité déconnectée de la réalité de notre vécu et de la personne que nous sommes, ce qui correspond plutôt à un chemin de mort que de vie.

Les symptômes suivants montrent, parmi d'autres, si nous souffrons d'une spiritualité amputée des émotions :

1. Utiliser Dieu pour fuir Dieu
2. Ignorer des sentiments tels que la tristesse, la peur, la colère
3. Mourir aux fausses choses (nos dons, nos désirs, ce qui nous anime et qui fait notre personnalité)
4. Nier les conséquences du passé sur notre présent
5. Séparer notre vie en domaines « saints » et « séculiers »
6. Faire des choses pour Dieu au lieu de vivre avec lui
7. Masquer des conflits par du spirituel (les spiritualiser)
8. Cacher nos vulnérabilités, nos faiblesses et nos échecs
9. Vivre comme si nous n'avions pas de limites

10. Porter un jugement sur le développement spirituel d'autrui

La Bible nous présente un Dieu qui a des émotions. Il ressent de la joie, de la tristesse, de la colère, de la jalousie et bien sûr de l'amour. S'il nous a créés à son image, ne sommes-nous donc pas aussi appelés à tenir compte de nos ressentis ? Qu'est-ce qui nous fait croire que nous devrions ignorer ce qui nous anime ? Si nous ne tenons pas compte de nos émotions, si négatives soient-elles, nous fermons une porte par laquelle nous pouvons connaître Dieu. La pratique de fermer les yeux sur ce que nous ressentons nous fait courir le risque de cultiver une fausse identité. C'est le vrai moi que Dieu désire rencontrer et transformer toujours plus à son image. Il se peut que nous ayons besoin de regarder en arrière afin de comprendre quels schémas destructifs nous encomrent et pouvoir nous en libérer. Si nous ignorons l'influence de notre passé sur le présent, nous payons un lourd tribut. Dans la Bible, nous trouvons des exemples de dysfonctionnements familiaux. Nous pouvons donc nous demander quelles (fausses) croyances et quelles lois nous ont été transmises à travers notre environnement et/ou notre éducation. Une spiritualité qui ignore notre propre réalité a des conséquences douloureuses. Elle peut engendrer une dureté du cœur qui nous fait croire que nous avons raison dans tout ce que nous croyons et que ce sont les autres qui n'ont pas compris et qui devraient changer. Cela nous rend en quelque sorte aveugles à d'autres réalités tout aussi valables que les nôtres. Donner de l'espace à notre âme et la laisser respirer, nous amène à des relations plus saines et une spiritualité plus profonde.

Pourquoi ce livre mérite-t-il d'être lu ? L'auteur réussit à partager, à travers son texte, sa propre expérience. Il aborde des aspects importants de son cheminement personnel dans un langage très compréhensible. Le développement d'une spiritualité émotionnellement saine est un thème que toute l'équipe d'Horizon 9 a à cœur de favoriser, et ce texte exprime de façon claire vers quoi nous voulons tendre dans nos accompagnements. Notre souhait, c'est que beaucoup puissent profiter de cette lecture et avoir le désir de se mettre en route vers une spiritualité plus vivante et plus profonde.

Peter Scazzero, *Les chemins d'une spiritualité émotionnellement saine*, Ed. Excelsis

Claire Doerig

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- 1333
Bernex

Poste CH SA

Présentation d'Horizon 9

Ministère créé en 1991, au service des Eglises et de la population, Horizon 9 offre des compétences psychologiques et professionnelles sur une base chrétienne. Il est destiné à toute personne, chrétienne ou non, dans un esprit d'écoute et de non jugement, de respect de la personne, et dans une relation de confiance et de confidentialité (secret professionnel).

Nouveauté : Nous pouvons également offrir des entretiens en anglais et en portugais.

Nos spécificités:

Thérapie individuelle, couvrant une grande variété de besoins et de situations: dépression, problèmes d'identité, crise existentielle, angoisses, blocages émotionnels, troubles sexuels, difficultés relationnelles, recherche spirituelle, etc.

Conseil conjugal et familial, abordant les conflits, les problèmes de communication, les frustrations, la sexualité, les violences et les abus. Suivi du conjoint seul. Gestion de la séparation et du divorce. Difficultés avec un(e) adolescente(e). Thérapie de famille.

Séminaire de groupe: « Poser ses limites », en 8 soirées. Comment développer des relations plus saines et plus libres avec les autres, parents, conjoint, enfants, amis, collègues de travail, etc.

Atelier de développement personnel: Ce séminaire désire intégrer d'un côté les connaissances psychologiques sur le fonctionnement de l'être humain et la vision de Dieu pour l'homme. Ces séances ont pour but d'offrir l'occasion d'apprendre à poser un regard équilibré et serein sur soi-même avec l'apport psychologique ET théologique à la question du « moi ».

Formation à la relation d'aide sur 3 ans, pour acquérir des bases solides pour son propre développement, et des outils sérieux pour comprendre et aider efficacement les personnes en souffrance morale, psychique ou spirituelle.