

No 85

4^e trimestre 2020



Centre de thérapie chrétienne

Horizon 9 News



Editorial

Alain Charpiloz

Rendez la force aux bras fatigués, affermissez les genoux qui chancellent. Dites à ceux qui perdent courage: «ressaisissez-vous, n'ayez pas peur, voici votre Dieu ! »

Esaïe 35:3-4a

Comment ne pas parler du Covid 19 dans cet éditorial ?

Cela me paraît difficile car nous allons sans doute devoir vivre avec ce virus pendant un certain temps et faire face à tout ce que cela implique dans notre quotidien.

Je reviens donc sur cette période de confinement. Chacun l'a vécue de manière différente. Certains en ont profité pour s'atteler à des tâches qu'ils avaient toujours remises à plus tard, d'autres ont pris le temps de réfléchir à leur manière de vivre et ont réalisé qu'ils ne voulaient plus courir après le temps. D'autres encore ont vécu dans l'angoisse d'attraper le virus et d'être confrontés à la mort.

Aujourd'hui, nous devons vivre avec. Nous n'avons pas le choix. Pour ma part, j'ai beaucoup aimé ce que disait le philosophe André Comte-Sponville, interviewé lors d'un téléjournal : "La mort fait partie de la vie. Il ne s'agit évidemment pas de laisser mourir les gens, il faut soigner tous ceux qu'on peut soigner, mais ne rêvons pas

d'éradiquer la mort. Il y a un moment où la sagesse et l'amour de la vie supposent l'acceptation de la mort. Et ce que je crains, c'est qu'on remplace l'amour de la vie par la peur de la mort".

Y a-t-il quelque chose à rajouter ?

Pas grand-chose, sinon que ces paroles me semblent corroborer parfaitement le message biblique.

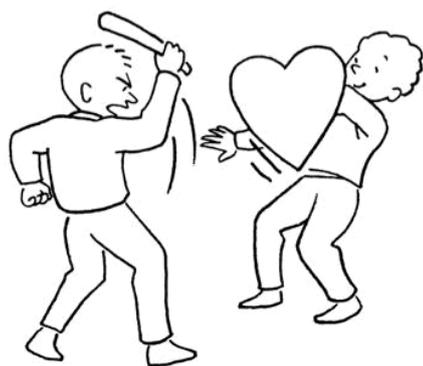
Dans cet éditorial, je souhaite donc vous laisser avec quelques réflexions :

Comment vivons-nous la vie ? Qu'est-ce qui nous tire en avant ? Quel message donnons-nous lors des partages que nous avons avec nos amis, nos voisins, dans nos prédications ?

Et surtout, quelle est notre espérance ?

Qu'en ces temps particuliers, Dieu nous aide à nous poser les bonnes questions et peut-être à repenser ou à réviser notre manière de croire en Jésus-Christ !

Aimer ses ennemis et prier pour ceux qui vous persécutent



« Vous avez entendu qu'il a été dit : Tu aimeras ton prochain et tu haïras ton ennemi. » a dit Jésus dans son célèbre Sermon sur la montagne. « Mais moi, je vous dis : Aimez vos ennemis, bénissez ceux qui vous maudissent, faites du bien à ceux qui vous haïssent, et priez

pour ceux qui vous maltraitent et qui vous persécutent. Alors vous serez fils de votre Père qui est dans les cieux » (Matthieu 5,43-45)

« Prie pour celui qui te maltraite et tu verras, ça ira mieux, Dieu te bénira ». « Aime celui qui te persécute ».

Combien de fois n'avons-nous pas entendu ces phrases dans nos églises ? Mais est-ce si facile ? Dans cet article, je souhaite vous faire part de ma réflexion autour de ces paroles, suite à plusieurs accompagnements.

Dans un premier temps, nous verrons le contexte de ce passage puis les étapes par lesquelles nous devons passer pour arriver à rejoindre concrètement ce qui nous est demandé par Jésus.

Le contexte

Nous savons que l'Évangile de Matthieu est écrit principalement pour le peuple juif. Ainsi, nous pouvons faire des rapprochements entre l'Ancien Testament et le Nouveau. Antoine Nouis, dans son ouvrage *Le Nouveau Testament, commentaire intégral verset par verset*, page 48, mentionne que dans l'Ancien Testament, l'ennemi est souvent représenté par la figure d'Amalec dont il est dit qu'on doit le combattre et non le haïr. Il y a également d'autres références qui nous viennent à l'esprit, notamment celle où il est demandé de frapper d'anathème les villes ennemies.

A l'inverse, dans le livre de l'Exode au chapitre 23, verset 4-5, il est demandé d'avoir de la bienveillance à l'égard de son ennemi : « S'il t'arrive de voir le bœuf de ton ennemi ou son âne égaré, tu le lui ramèneras ».

En Matthieu 5,44, Jésus choisit une herméneutique

de la bienveillance. C'est d'ailleurs la première fois que Jésus parle d'amour dans le Sermon. Toujours selon Antoine Nouis.

Le public cible de l'Évangile de Matthieu sait ce que veut dire avoir un ennemi et ces paroles de Jésus prennent alors tous leurs sens. Toutefois, il y a ici un paradoxe, car un ennemi, c'est quelqu'un que l'on n'aime pas.

Jésus nous invite ensuite à prier pour ceux qui nous persécutent. C'est quelque chose d'important parce que cela va avoir pour conséquence de nous faire changer le regard que nous portons sur notre persécuteur.

Les personnes qui ont vécu des abus, des humiliations, vont me dire que ce sont des paroles faciles, qu'elles ont essayé, mais qu'elles n'y arrivent pas. Elles ont raison et c'est d'autant plus difficile quand notre agresseur ne reconnaît pas le mal qu'il nous a fait.

Alors comment réussir à mettre en pratique ce commandement de Jésus ?

Les étapes pour y arriver

Dans mon parcours personnel, j'ai entendu des pasteurs dire qu'il faut prier et que le Saint-Esprit nous aidera à aimer nos ennemis. Cependant, ce n'est pas aussi simple qu'il n'y paraît.

Certaines personnes auront plus de facilité que d'autres et c'est tant mieux. Par contre, pour celles qui n'y parviennent pas, il est important de passer d'abord par une autre étape.

Je veux parler là de quelque chose que Dieu a mis en nous, qui est essentiel pour panser nos plaies, mais que nous avons de la peine à exprimer.

Ce sont les émotions.

Face à la méchanceté de quelqu'un, à l'humiliation, à l'abus, à un traumatisme, nous avons éprouvé des émotions et nous avons mis en place des mécanismes de défense pour pouvoir survivre à cet événement. Mais ces émotions n'ont pas toujours pu être vécues consciemment et à un moment donné de notre vie, elles vont réapparaître dans une version transformée.

Ainsi, n'ayant jamais été reconnues, validées, ni

par nous-même, ni par les autres, elles sont venues encombrer notre intérieur. Il devient alors comme un bateau encombré de toutes sortes de débris qui l'alourdissent tellement qu'il ne peut plus naviguer.

Nous n'arrivons plus à avancer, tant la douleur est grande, tant les ressentiments ont été nourris et ont gangrené notre intérieur.

Pour pouvoir mettre en pratique le commandement de Jésus, nous allons donc devoir le « désencombrer », c'est-à-dire, sortir toutes ces émotions refoulées qui nous pourrissent la vie.

En relation d'aide, nous invitons la personne à être à l'écoute des émotions qui apparaissent à l'énoncé du récit de l'évènement traumatisant. Nous savons qu'en principe, elle peut gérer ce qui passe de l'inconscient au conscient. Toutefois, il nous faut veiller à ce qu'elle ne présente pas de diagnostic psychopathologique car si c'était le cas, nous devrions impérativement faire intervenir un psychothérapeute.

Pour ma part, j'ai constaté en entretien que c'était seulement après avoir vécu cette étape, que des personnes réussissaient à porter un regard différent, bienveillant sur le ou les auteurs du mal infligé, sans pour autant cesser de se protéger de leurs attitudes inacceptables.

Cela peut aller jusqu'à couper les ponts, mais la victime ne garde plus de rancœur. Elle arrive à prendre une distance émotionnelle et physique saine, si je puis me permettre d'utiliser ce terme.

Pour qu'une prise de distance avec l'évènement traumatisant soit possible, il faut que le tort subi soit reconnu et que les émotions éprouvées soient validées, légitimées. Ce n'est qu'ensuite que nous, accompagnants, pourrions aider la personne à devenir véritablement sujet et non plus objet de ses émotions.

Sans ce travail, il sera très difficile pour la victime de mettre en pratique ce que demande Jésus : « *Aimez vos ennemis et priez pour ceux qui vous persécutent* ».

Et si nous insistons pour que la personne s'y efforce, sans tenir compte des étapes que nous venons de mentionner à propos des émotions, il y a de grandes chances pour que nous renforçons son mal-être, que nous engendrions d'autres difficultés comme la culpabilité, le fait de ne pas se voir digne de Dieu, ou même le déclenchement de certaines psychopathologies.

Le dessin a été pris sur le site internet : <https://eudetchrist.wordpress.com/2017/03/28/comment-faire-pour-aimer-ses-ennemis/>

REMERCIEMENTS et SUJETS DE PRIERE

Au nom du comité d'Horizon 9 et de toute l'équipe, nous voulons remercier infiniment toutes les personnes qui ont répondu à l'appel de notre dernier numéro et à toutes celles qui nous soutiennent depuis de nombreuses années.

Comme pour beaucoup d'autres associations et églises, cette période complique passablement les comptes et les suivis. Vos aides financières nous sont donc d'un très grand secours.

Cependant, nous ne voulons pas rester les bras croisés et nous avons besoin de réfléchir à notre manière d'annoncer le montant de nos honoraires, tout en veillant à ce que cela n'empêche pas ceux qui n'ont pas beaucoup de moyens de venir chercher de l'aide.

C'est pourquoi vos prières nous sont nécessaires pour que nous puissions être guidés dans nos réflexions.

Merci également de prier pour toutes les personnes qui nous soutiennent financièrement ainsi que les collaboratrices et collaborateurs d'Horizon 9 et les personnes suivies.

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.