

No 105

Octobre à décembre
2025



Centre de thérapie chrétienne

Horizon 9 News



Editorial

Alain Charpilloz

« ...en disant la vérité, dans l'amour, nous croîtons à tous égards en celui qui est la tête, Jésus-Christ... »

Ephésiens 4 : 15

Beaucoup rêvent et aspirent à rencontrer « l'âme sœur », à vivre en couple, à avoir des enfants. En tant que chrétiens, nous nous disons même qu'avec l'aide de Dieu, tout ira pour le mieux. Cependant, mes années d'expérience à Horizon 9 m'ont malheureusement prouvé à de nombreuses reprises que ce n'est pas forcément le cas.

Vous serez tous certainement d'accord pour dire que dans les milieux chrétiens, nous avons encore souvent tendance à considérer que notre foi en Jésus Christ est suffisante, et qu'avec son aide, nul besoin d'aller consulter un thérapeute.

Il serait trop long ici de développer les conclusions de mes observations, mais ma longue carrière m'a permis de réaliser que même si nous sommes convaincus que c'est Dieu qui nous a fait rencontrer notre bien aimé/e, Il a tenu compte aussi de la psychologie humaine.

Dans ce numéro, nous vous invitons à une réflexion sur la construction du couple en espérant que cela vous éclairera sur le vôtre.

Cependant, je ne veux pas finir cet éditorial sans remercier toutes les personnes qui, touchées par la lettre que nous avons insérée dans notre numéro 103, nous ont fait des dons ou ont prié tout spécialement pour nous.

Comme c'est notre dernier numéro de l'année, toute l'équipe d'Horizon 9 et son comité en profitent pour vous souhaiter d'ores et déjà une année 2026 riche et bénie sous le regard de Notre Dieu. Qu'il vous garde et vous aide à Lui rester fidèle, même si tout ce que nous vivons peut-être difficile et nous faire peur.

Dans les cours de relation d'aide chrétienne que nous proposons, nous apprenons que le couple est la scène sur laquelle se rejoue notre enfance et que la rencontre amoureuse ne serait pas le fameux coup de foudre dont on parle tant, mais le rendez-vous de deux blessures gérées dans les pôles opposés.

Certains psychologues avancent également que la vie remet sur notre chemin de façon systématique ce qui doit être travaillé. Elle nous sert en quelque sorte sur un plateau d'argent ce qui n'a pas encore été réglé.

Pour illustrer ce propos, voici un texte d'auteur inconnu, qui nous a été transmis par une personne que nous accompagnons :

« Vous ne tombez jamais sur la mauvaise personne, vous tombez toujours sur la bonne... celle qui réveille ce que vous avez mis sous le tapis depuis des années.

*Ce n'est pas un hasard s'il vous rend folle ou si elle vous pousse à bout, c'est un miroir.
Brutal, mais si précis...
Il reflète vos blessures d'enfance non guéries.*

*Elle le regarde. Il détourne les yeux.
Elle pose des questions. Il se ferme.
Elle s'accroche. Il s'éloigne*

*Ce qu'elle veut ?
Ce n'est pas un homme.
C'est un papa. Celui qui n'a jamais été là.*

*Ce qu'il fuit ?
Ce n'est pas une femme.
C'est une mère, celle qui contrôlait tout.*

*Ils ne sont pas toxiques.
Ils sont blessés.
Et l'amour
L'amour met tout à nu.*

*Alors vous vous aimez, en vous écorchant.
En croyant que l'autre allait vous réparer.
Mais non.*

*L'amour ne guérit pas.
Il réveille. Et il exige.
Ce que vous fuyez.
L'amour vous le renvoie.
En pleine face.*

Sans prendre de pincette...

*Et si ce n'était pas lui le problème ?
Et si ce n'était pas elle non plus ?
Mais ce que son comportement active, dans votre corps, sans même le savoir...*

*Ce n'est pas la relation qui vous fait souffrir.
C'est la mémoire émotionnelle qu'elle réveille.*

*Une absence, un regard fuyant, un silence prolongé...
Et votre système d'alerte interne s'enclenche.
Pas parce que c'est grave. Mais parce que c'est familier.*

Votre corps n'a pas oublié ce que votre esprit a tenté d'enterrer.

*Ce partenaire qui vous ignore ?
Il réactive la blessure du père absent, celui que vous attendiez devant la porte.
Cette personne trop présente ?
Elle appuie sur la blessure de la mère étouffante, celle qui vous a appris à vous effacer pour mériter un peu d'amour.*

*Ce n'est pas l'autre.
C'est ce que votre système nerveux n'a jamais digéré.*

Et tant que vous n'aurez pas libéré les émotions figées dans votre corps, vous retombez, encore et encore, dans les mêmes cercles infernaux :
- Attachement instable
- Angoisse du rejet
- Besoin irrépressible de plaire
- Peur panique d'être seul(e)

*La vérité, c'est que comprendre ne suffit pas.
Vous le savez déjà.*

*Vous avez compris. Vous avez analysé. Vous avez pleuré.
Mais rien ne change...
Parce que ce que vous vivez ne vient pas de votre tête.
Ça vient du corps.*

☐ *Ce que vous appelez "amour", c'est souvent un attachement conditionné.*

- *Ce que vous fuyez dans l'autre, c'est souvent un fantôme de votre passé.*
- *Ce que vous croyez être une malchance en amour, c'est souvent un programme émotionnel transgénérationnel.*

Mais la bonne nouvelle ?

Ça se transforme.

En libérant les mémoires émotionnelles.

En réparant la blessure du père.

En pacifiant la blessure de la mère. »

Ce texte met en avant l'importance de régler ses propres blessures et de ne pas espérer que l'autre nous réparera. En effet, personne ne peut nous donner ce que nous méritons enfant et dont nous avons été privés. Cela concerne aussi bien le couple que toute autre relation. Ce qu'il est intéressant aussi de relever, c'est que comprendre ne suffit pas. C'est déjà une grande étape de franchise, mais il faut aller plus loin. Vivre au niveau du corps les émotions qui ont été bloquées, les accepter, les valider. Pouvoir passer de l'intellect au cœur et apaiser ainsi en nous les blessures du passé. Nous savons maintenant scientifiquement que lors de traumatismes, le corps se souvient même de ce que les personnes ont oublié (mémoire trau-

matique, dissociation).

Pour en revenir au couple, cela ne veut pas dire qu'il n'y a aucun avenir ou aucun espoir, bien au contraire ! L'important est que les deux partenaires prennent conscience de l'existence de ces blessures et de leurs conséquences. Pour reprendre l'allégorie du voilier, dont nous avons déjà parlé dans des numéros précédents, il s'agit de construire un nouveau bateau, celui du couple. Cela prend du temps, de la réflexion, et peut nécessiter l'aide de professionnels de la santé mentale.

A Horizon 9, nous sommes convaincus qu'un couple peut être restauré avec l'aide de Dieu, et si chacun y met du sien. Cependant, il est important de ne pas attendre trop longtemps et d'agir avant que les dégâts ne soient trop grands car dans ce cas, il peut devenir difficile, voire impossible, de restaurer la relation.

Notre tâche à Horizon 9 est de vous accompagner dans cette prise de conscience de ce que révèle votre couple sur vous, sur vos blessures passées. Si la situation dépasse nos limites de compétence, nous pouvons ensuite vous diriger vers des thérapeutes individuels ou de couple qui seront plus en mesure de vous aider.

Une nouvelle collaboratrice à Horizon 9



Je m'appelle Rhoda Bibolet, je suis très heureuse de pouvoir rejoindre l'équipe d'Horizon 9 cet automne. Actuellement en deuxième année de Master en psychologie à UniDistance (Valais), j'ai à cœur d'apporter une approche créative par l'art-thérapie, en complément des accompagnements déjà proposés au sein d'Horizon 9. Mon chemin de vie m'a conduit à travers plusieurs pays : Etats-Unis, Niger, Pays-Bas, France, puis en Suisse où je travaille aujourd'hui. Mariée et mère de deux enfants devenus de jeunes adultes, je les vois peu à peu prendre leur envol. Pendant de nombreuses années, j'ai suivi différentes formations en relation d'aide en Suisse et en France. Puis, en 2011, j'ai obtenu le diplôme postgrade d'art-thérapie à la HETSL (Lausanne). Depuis 2018, je travaille à temps partiel en tant qu'art-thérapeute à Genève ainsi qu'à Nyon, au Centre Amandier. Cependant, j'ai toujours nourri le désir de créer à Genève un espace d'art-thérapie plus visible et accessible à un plus grand nombre de personnes. A travers maintes discussions et réflexions partagées avec Alain Charpillot ces deux dernières années, ce rêve a peu à peu pris forme. C'est ainsi qu'un nouveau chapitre s'ouvre aujourd'hui avec Horizon 9.

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*

P.P. CH- 1233
Bernex

Poste CH SA

Retrouvez-nous
sur Internet !
www.horizon9.ch

Horizon 9 vit grâce à des dons. Conscients que beaucoup de personnes ne peuvent pas payer un entretien à CHF 120,-, nous leur laissons le soin de donner ce qu'ils peuvent. Des forfaits sont également possibles quand plusieurs personnes d'une même famille sont accompagnées. Ainsi, la participation financière moyenne par entretien est actuellement de CHF 60,-.

Nous remercions infiniment toutes celles et ceux qui nous soutiennent.

Récapitulé

Compte / Payable à
CH41 0900 0000 1201 9754 0
HORIZON 9
1200 Genève

Payable par (nom/adresse)

Monnaie Montant
CHF

Point de dépôt

Section paiement



Monnaie Montant
CHF

Compte / Payable à
CH41 0900 0000 1201 9754 0
HORIZON 9
1200 Genève

Payable par (nom/adresse)