

No 74

Décembre 2017



Moi, je vous baptise dans l'eau, pour un changement radical; mais celui qui vient derrière moi est plus puissant que moi, et ce serait encore trop d'honneur pour moi que de lui ôter ses sandales. Lui vous baptisera dans l'Esprit saint et le feu.

Matt. 3:11

Editorial

Alain Charpilloz

En cette fin d'année, nous souhaitons remercier toutes les personnes qui prient pour Horizon 9 et pour les personnes qui y sont accompagnées, ainsi que pour les collaborateurs. Cela nous est très précieux.

Nous souhaitons également exprimer notre gratitude à tous ceux et toutes celles qui nous soutiennent financièrement. Comme vous le savez, Horizon 9 ne peut pas vivre sans dons puisque notre but est de permettre à chacun et chacune d'avoir un accompagnement.

Je pense qu'en nous lisant, toutes ces personnes qui bénéficient de votre générosité se joignent à nous pour vous dire un très grand

Une très grande reconnaissance à notre Seigneur et Sauveur Jésus-Christ qui nous accorde le privilège de pouvoir travailler pour lui et pour ses enfants.

Il est là, avec nous, alors que nous sommes confrontés à des situations difficiles et à beaucoup de souffrances et de blessures.

Mais quelle joie quand ces personnes, après quelque temps, peuvent revivre, voire même enfin vivre !

Merci également à toute l'équipe d'Horizon 9, car nous pouvons compter les uns sur les autres, dans la simplicité et dans une ambiance harmonieuse et agréable.

MERCI

A vous tous, nous souhaitons de très belles fêtes et une année 2018 remplie de bénédictions et d'amour, et nous rendons grâce à Dieu, car nous sommes certains qu'Il va continuer à prendre soins de vous, de nous.



Pour ce bulletin j'ai décidé de vous présenter un livre que j'ai eu l'occasion de lire cet été et que j'ai trouvé très intéressant.

Ce sont deux psychothérapeutes américains, le Dr. Tim Clinton et le Dr. Joshua Straub, qui l'ont co-écrit.

Tout au long de leur cheminement et de leurs études, ils ont réalisé que la manière dont nous nous attachons à Dieu est directement liée à l'environnement et à la façon dont nous avons grandi.

Beaucoup d'entre vous savent certainement déjà que notre perception de Dieu est influencée par notre manière de percevoir notre père terrestre.

Eh bien, ce livre nous montre combien notre manière de nous attacher à Dieu est directement liée à notre manière de nous attacher aux autres.

Nous pouvons penser que notre difficulté à nous attacher vient de notre comportement. Ainsi, il suffirait de le changer et tout irait mieux. Mais hélas, ce n'est pas si facile que cela, car notre façon de penser, d'agir et de nous sentir sur le plan relationnel a pour fondement des convictions fondamentales que nous développons et entretenons du berceau à la tombe, et qui influencent notre façon d'entrer en contact les uns avec les autres et avec Dieu.

A partir de l'examen de 1 377 personnes sur une période de 30 ans, il ressort que le dénominateur commun n'est ni le régime alimentaire ni l'exercice physique, mais un manque de proximité avec les parents, surtout avec le père.

Ainsi, en tant qu'êtres humains,

nous sommes fondamentalement créés et destinés à :

- Connaître des relations profondes qui soient durables et satisfaisantes.
- Vivre pour une cause ou un idéal qui nous dépasse.

Le fait d'être séparé de la mère dans notre jeune âge ou d'avoir eu un père absent crée du stress et de la tension intérieure.

Une autre série de facteurs, qui découle cette fois des théories sur les liens d'attachement, permet de comprendre ce qui façonne notre manière de penser, de nous sentir, d'agir et de construire notre perception fondamentale du monde.

Il s'agit de notre perception de nous-même et des autres (les figures parentales). Celle-ci se développe dès la petite enfance, continue de progresser

au fil du temps et nous influence chaque minute de chaque jour. Deux questions essentielles que nous nous posons tous instinctivement se trouvent au cœur des facteurs à l'œuvre dans la construction de cette perception :

- Suis-je digne d'être aimé ?
- Les autres sont-ils capables de m'aimer ?

Ces deux questions forment la base de nos relations avec les autres et avec Dieu.

Les auteurs mentionnent quatre styles relationnels primaires :

Sécurisé : pour les personnes qui ont une opinion positive d'elles-mêmes et des autres. Etant donné qu'elles croient être dignes d'amour et pensent que les autres sont capables et accessibles lorsqu'elles en ont besoin, elles sont

à l'aise aussi bien dans la proximité que dans l'indépendance.

Ces personnes ne connaissent que de faibles niveaux d'évitement et d'anxiété, elles sont à l'aise avec la proximité, éprouvent des sentiments d'estime de soi positifs et ont des moyens sains de faire face au stress, notamment en cherchant l'aide de proches.

Anxieux : pour les personnes qui ont une vision négative d'elles-mêmes et une opinion exagérément positive des autres. Elles sont généralement anxieuses dans les relations et ont une peur malsaine de l'abandon, car elles croient qu'elles ne sont pas dignes d'amour.

Ces personnes ont des niveaux accrus d'anxiété, mais des niveaux d'évitement moindre. Elles manquent d'assurance dans la sécurité d'une relation, ont un sentiment d'estime de soi qui est faible, une certaine peur du rejet et une envie de proximité. Elles sont inquiètes de façon obsessionnelle, en demande et « collantes » dans leurs relations les plus étroites.

Distant : pour les personnes qui sont le contraire des personnes anxieuses : elles ont une vision trop positive d'elles-mêmes et une vision trop négative des autres. Elles ne sont pas à l'aise avec la proximité et ont tendance à devenir trop autonomes, car elles ne croient pas que d'autres seront là pour elles.

Ces personnes ont des niveaux d'évitement élevés et des niveaux d'anxiété bas ; elles ont une surestime de soi et ne sont pas à l'aise avec la proximité.

Crainitif : pour les personnes qui ont une vision négative aussi bien d'elles-mêmes que des autres. Elles éprouvent des difficultés lorsqu'il s'agit d'intimité et de proximité et, souvent, elles évi-



tent tout simplement les relations.

Ces personnes ont des niveaux élevés d'évitement et d'anxiété, recherchent l'acceptation et l'estime des autres, mais craignent que ceux-ci ne soient pas capables de répondre à leurs besoins, et sont donc mal à l'aise avec la proximité et la construction d'une relation intime.

L'attachement à Dieu

Pour que Dieu soit perçu comme une figure d'attachement, il doit remplir chacune des fonctions qui caractérisent les relations d'attachement.

Notre capacité à rechercher la proximité avec lui, à nous tourner vers lui comme un refuge sécurisant, à le voir comme une base sûre, de telle sorte que nous nous sentions libres d'entreprendre et d'explorer, et même de pleurer avec lui, tout cela peut avoir un

réel impact.

C'est la différence entre le fait de croire en Dieu de façon cognitive ou intellectuelle et le fait de nous attacher à lui personnellement, volontairement, affectivement et émotionnellement, de lui faire confiance et de marcher avec lui chaque jour.

Il peut y avoir une foule de raisons pour lesquelles nous éprouvons des difficultés à établir une connexion avec Dieu, mais au travers de ce que nous avons vu, nous pouvons en dégager trois :

- Nos idées préconçues sur Dieu reposent sur les modes et styles d'attachement que nous avons appris durant l'enfance.
- Dieu est invisible.
- La réalité du péché qui nous sépare de Dieu trouble et déforme nos perceptions.

Restauration spirituelle

Une réponse négative aux deux questions essentielles mentionnées plus haut engendre des problèmes comportementaux qui ne se résolvent pas en un seul instant. Il est possible que le début du processus transformateur s'opère à un moment précis, mais la guérison des dommages émotionnels ressemble davantage à la période de rééducation qui suit un tragique accident corporel qu'à une lampe que l'on allume instantanément.

Ainsi, instaurer une relation sécurisée avec Dieu passe par la restauration de nos difficultés relationnelles avec les autres. Cela va demander du temps avec l'accompagnement d'un thérapeute.

C'est ce que nous développerons dans le bulletin du mois de mars 2018.



Témoignage

Je m'appelle Fanny Martinez, j'ai aujourd'hui 30 ans. Pendant de longues années, j'ai été très malade, avec une hospitalisation en 2008. J'ai bien cru que tout était fini pour moi. J'ai commencé à prendre des médicaments, mais sans trop de réussites au début.

J'ai beaucoup lutté avec des arrêts de médicaments, ne comptant plus que sur ma foi. De plus, on me prédisait que j'allais guérir. Mais je n'arrivais pas à trouver une stabilité pour me permettre d'avoir une vie « comme tout le monde ».

A partir de 2013, j'ai entamé une thérapie à Horizon 9, qui m'a aidée à prendre conscience de l'importance de prendre mes médicaments régulièrement. Avec cette prise de conscience, la prière et l'aide de Dieu, j'y suis arrivée. En 2015, LE DEBUT DE LA GUERISON A PU COMMENCER. Quand on parle de guérison, ce n'est pas forcément une guérison physique, mais une acceptation de ce qui ne peut pas changer, afin de pouvoir mettre en place des stratégies en accord avec le Seigneur, qui nous permettent d'avoir une vie sereine avec un avenir.

Auparavant, j'avais eu la chance de pouvoir exercer une activité en milieu protégé, ce qui m'a permis de faire d'énormes progrès et de réaliser combien le travail était important. Jusque-là, je n'en avais pas du tout conscience.

Certes, tout n'a pas été facile, mais grâce à cette stabilité, j'ai réussi à passer au travers des conflits, des difficultés de la vie, sans sombrer ni baisser les bras.

Aujourd'hui, je poursuis une formation que j'ai débutée en 2014. C'était un projet qui bouillonnait en moi. Il s'agit d'une formation dans l'esthétique et les produits de beauté.

Les jours avancent et ne se ressemblent pas. Mais j'ai pu vraiment m'améliorer et décider d'aller de l'avant tout en gardant mon traitement. A ce jour, je me sens capable de me reconstruire avec l'aide de Dieu et des médecins et je vais beaucoup mieux. Et si je devais donner un conseil, ce serait de maintenir le traitement, car j'ai réalisé à Horizon 9 que Dieu avait également permis que les médicaments existent. Certes, il peut y avoir des guérisons totales, mais il faut être prudent avec cela !! Pour ma part, le fait d'avoir été durant quelque temps dans l'attente d'une guérison sans médicaments m'a apporté plus de tourments qu'autre chose, car je ne comprenais pas ce qui m'arrivait, pourquoi je ne guérissais pas. J'espère de tout cœur que ce témoignage aidera ceux et celles qui se trouvent sous l'emprise des mêmes difficultés que moi.

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

4ème atelier de Développement Personnel Chrétien

Selon les circonstances de notre vie, il arrive que nous passions par des temps de réflexion qui incluent notre relation avec Dieu.

Nous pouvons être affectés dans la réalité de notre vie et éprouvés dans notre conception de notre foi. Cela peut nous troubler et nous plonger dans une véritable crise de foi.

L'atelier de développement personnel que nous proposons chaque année, depuis quelques temps déjà, permet de vous aider dans cette réflexion.

Une ancienne participante témoigne: « *Ma vie a changé de manière assez radicale ces dernières années. Mes convictions profondes ont été bousculées, tout s'est un peu écroulé. Cela m'a amené dans une grande remise en question, assez difficile mais finalement tellement libératrice. Tout a été secoué: Comment gérer ces moments? Qui est Dieu? Comment vivre ma foi? Qu'est-ce qui est vérité ou mensonge au milieu de toutes les croyances que j'avais construites?*

Cet atelier de développement personnel a été un espace de réflexion, enrichissant et bienfaisant, donné par des personnes qualifiées. Il m'a donné des outils pour me (re)construire et avancer dans la vie.

Je vous le recommande vivement! A n'importe quel moment de la vie, nous avons tous besoin de remettre en question les croyances sur les quelles nous basons notre vie ».

Dans le courant du mois de janvier nous pourrons vous donner toutes les informations concernant cet atelier. N'hésitez pas à nous contacter par courriel à therapie@horizon9.ch ou par téléphone au 022 344 72 00