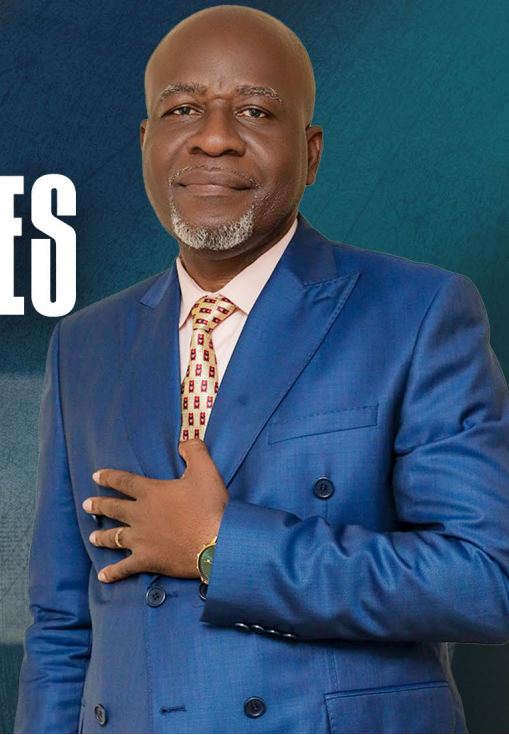


GUÉRIR DES BLESSURES ÉMOTIONNELLES

ECCLESIASTE 4:1-3 | ESAÏE 50:4

Pasteur Guy BOMBOKO



« J'ai considéré ensuite toutes les oppressions qui se commettent sous le soleil; et voici, les opprimés sont dans les larmes, et personne qui les console! ils sont en butte à la violence de leurs oppresseurs, et personne qui les console! Et j'ai trouvé les morts qui sont déjà morts plus heureux que les vivants qui sont encore vivants, et plus heureux que les uns et les autres celui qui n'a point encore existé et qui n'a pas vu les mauvaises actions qui se commettent sous le soleil » **Ecclésiaste 4:1-3.**

« Le Seigneur, l'Éternel, m'a donné une langue exercée, Pour que je sache soutenir par la parole celui qui est abattu; Il éveille, chaque matin, il éveille mon oreille, Pour que j'écoute comme écoutent des disciples » **Esaïe 50:4.**

Me réfugier à l'abri de tes ailes comporte également le repos de l'âme: «*Mon âme trouve son repos en Dieu seul.* » **Psaume 62:2.** Ce repos n'est pas qu'une absence de bruit, c'est une paix profonde qui touche notre santé mentale et émotionnelle. Car Dieu n'est pas sourd aux cris silencieux de ceux qui souffrent. En effet, Dieu se préoccupe de l'état mental de l'homme.

Pourtant, le constat est amer : nos familles, nos foyers et même nos églises sont peuplées de personnes opprimées qui pleurent sans consolateur. Beaucoup souffrent discrètement, portant des blessures émotionnelles non exprimées. C'est le tableau présenté dans **Ecclésiaste 4:1-3**, dans

lequel les vivants convoitent les morts ou ceux qui ne sont pas encore nés, à cause des oppressions.

Néanmoins, **Esaïe 50:4** met en évidence un serviteur disposé à accompagner de tels individus. Selon ce verset biblique, chaque chrétien doit être à mesure d'aider les opprimés qui sont dans les larmes, qui sont en butte à la violence, afin qu'ils soient guéris. Parlant des blessures émotionnelles, il est nécessaire d'en rappeler brièvement les bases avant d'aborder le chemin de guérison.

1. Rappel sur les définitions pratiques des blessures émotionnelles

Une blessure émotionnelle n'est pas une simple tristesse passagère ; c'est une souffrance interne profonde, souvent née de relations humaines brisées.

Qu'elle vienne d'une trahison, d'un rejet ou d'une injustice, elle fragilise l'estime de soi et altère notre façon de voir le monde. Elle change nos comportements : on devient soit agressif par autodéfense, soit replié sur soi par crainte d'avoir mal à nouveau. Reconnaître cette douleur est le premier pas vers la liberté.

Voici ce qu'il est important de retenir :

- **Les blessures émotionnelles:** Ce sont des souffrances intérieures profondes et durables,
- **Origine :** Elles proviennent généralement des relations inter-humaines;
- **Causes :** Elles sont provoquées par des situations désagréables;
- **Conséquences:** Les perturbations des émotions, la fragilisation de la confiance, la régression de l'estime de soi, les difficultés relationnelles et les modifications comportementales.

2. Chemin de guérison des blessures émotionnelles

Tout être humain porte en lui un besoin vital : être aimé, être compris et être accepté. Lorsque ces besoins sont bafoués, la blessure s'installe. Pour la guérir, nous devons emprunter un chemin en cinq étapes :

2.1. L'Amour inconditionnel

Face aux blessures émotionnelles, il consiste à aimer et à recevoir l'autre sans réserve, indépendamment de ses failles ou de son passé, en lui donnant la sécurité nécessaire pour exprimer sa souffrance et entamer un chemin de guérison.

Les apôtres ont accepté de mourir pour Jésus parce Un blessé, c'est quelqu'un qui manifeste une crise affective. Il se sent toujours mal aimé. Il est à la recherche d'un véritable amour, lorsqu'il ne le trouve pas, il se tourne vers les plaisirs, les addictions tels que la drogue, l'alcool, le sexe, la surconsommation de divertissements pour compenser la douleur intérieure (écrans, réseaux sociaux, jeux, séries), recherche excessive d'attention (besoin constant d'être remarqué, valorisé ou approuvé comme Diotrèphe (3 Jean 9), qui aime à être le premier.

Seul l'amour inconditionnel guérit véritablement le cœur, car les plaisirs ou les compensations émotionnelles ne font qu'apaiser momentanément la souffrance, qu'ils ne peuvent pas restaurer. Ils ont un effet éphémère alors que l'amour inconditionnel est durable.

“Heureux ceux qui procurent la paix car ils seront

appelés fils de Dieu.” Matthieu 5:9.

2.2. L'Écoute active

Être aimé, compris et accepté fait allusion à l'écoute active. Esaïe parle d'une oreille éveillée, en vue d'écouter comme écoutent des disciples. Il traduit une attitude d'attention totale et bienveillante envers la personne qui parle, visant à comprendre réellement ce qu'elle ressent, pense et vit, au-delà de ses simples mots. Une oreille attentive, prête à écouter avec le même engagement et la même ouverture que les disciples, pleinement concentrée sur ce qui est dit et ressenti.

Selon Carl Rogers, elle consiste à écouter avec empathie, c'est-à-dire à se mettre à la place de l'autre pour saisir le sens profond de son message verbal et non verbal, sans le juger ni l'interrompre. C'est entendre avec le cœur autant qu'avec les oreilles. C'est entendre l'amertume derrière les mots, comme Dieu a entendu l'accablement des Israélites sous l'oppression égyptienne: *“Et l'on établit sur lui des chefs de corvées, afin de l'accabler de travaux pénibles. C'est ainsi qu'il bâtit les villes de Pithom et de Ramsès, pour servir de magasins à Pharaon.” Exode 1:11.*

L'accablement émotionnel se traduit par une perte de joie, un goût amer de l'existence, celle-ci devient une source de souffrance plutôt que d'accomplissement. La vie est rendue lourde, vide et sans repos.

2.3. Intervention spirituelle

La Bible et la prière ne sont pas des rituels, mais des outils d'une redoutable efficacité.

La Parole de Dieu est une lumière qui déconstruit les mensonges de l'ennemi, tandis que la prière permet de décharger notre agonie sur Celui qui a souffert pour nous à Gethsémani (Luc 22:44). Dieu nous donne un ordre clair : ne pas affliger d'avantage celui qui souffre déjà. Il interdit la «re-traumatisation». Son Église doit être un abri, pas un tribunal: *“ Tu ne maltraiteras point l'étranger, et tu ne l'opprimeras point; car vous avez été étrangers dans le pays d'Égypte. Tu n'affligeras point la veuve, ni l'orphelin.” Exode 22:21-22*

Le prophète parle de la langue exercée pour soutenir. La Parole de Dieu, la Bible occupe une place centrale dans l'accompagnement d'une

Elle ouvre le cœur à Dieu, favorise la guérison intérieure, apporte la paix, la force spirituelle et permet de remettre la souffrance entre les mains du Seigneur pour qu'Il agisse en profondeur.

2.4. Suivi

Il consiste à accompagner la personne dans la durée après les premiers entretiens ou prières, afin de s'assurer de sa progression, de sa stabilité émotionnelle et spirituelle. Il permet de soutenir sa croissance, de prévenir les rechutes et de renforcer sa relation avec Dieu par des échanges réguliers, des conseils et une écoute bienveillante.

2.5. Coaching

Le coaching consiste à transformer celui qui a été guéri en un instrument de guérison pour les autres. Celui qui a été consolé devient le mieux

placé pour consoler à son tour. Initier à accompagner les autres, c'est former et préparer des personnes à offrir un soutien spirituel, émotionnel et relationnel à ceux qui souffrent. Il s'agit de transmettre le cœur de Dieu pour les âmes blessées, afin que chacun devienne un instrument de guérison et d'espérance.

L'Appel du Restaurateur: Que vous soyez aujourd'hui accablé, trahi, humilié ou plongé dans le brouillard de la dépression, sachez qu'il existe une main tendue. Jésus-Christ ne vous juge pas pour votre douleur ; Il vous invite à venir à Lui.

Laissez-le panser vos plaies, restaurer votre estime de vous-même et renouveler votre esprit par Son amour absolu. Sa promesse est certaine : Il guérit ceux qui ont le cœur brisé et Il panse leurs blessures.

POINT DE DECISION

Si nous pouvons vous aider à avancer dans la voie de Dieu par la prière ou les conseils tirés de la Parole de Dieu, veuillez nous contacter au Centre Evangélique Francophone La Bannière



Avenue Essandja n°12-14 (en face de l'Hôtel Phénix), Bon Marché, Commune de Barumbu.



+243 81 688 74 80



contact@labanniere.net



www.labanniere.net



ceflabanniere (Page) | CEFlabanniere (Groupe)