

Journey To



LIFE

"You have shown me the path of life."
Psalms 16:11

ADVENTIST
recovery
MINISTRIES
NORTH AMERICAN DIVISION

12501 Old Columbia Pike
Silver Spring, MD 20904-6600
www.adventistrecovery.org
Email: recovery@NAD.adventist.org

THE NEWSLETTER OF ADVENTIST RECOVERY MINISTRIES, sponsored by NAD Health Ministries

MAI-JUIN 2015 • Volume 4, Number 3



Perspective Éditorial

Quelque chose de "vieux" – Quelque chose de "nouveau"

Wikipedia écrit: " L'histoire de l'utilisation du tabac remonte aussi loin que 5.000 avant Jésus-Christ. ». Les allemands ont un mot pour les pratiques néfastes ayant une longue histoire – telles que celle du tabac. Le mot est "genussmittel" qui signifie "moyen nécessaire de plaisir ». Nous sommes aussi conscients que les problèmes avec l'alcool étaient connus du temps de Noé (genèse 9 :2-28)

Selon Infoplease (une ressource publiée en ligne par Pearson Education), l'addiction à la drogue et à l'abus de drogue remonte à l'utilisation des narcotiques en Egypte depuis 4.000 av. J.C. et que l'emploi "médical" de la marijuana date de 2737 av.J.C. en Chine. Cependant, ce n'est pas avant le 19ème siècle que les substances des plantes créant la dépendance (comme la morphine ou la cocaïne) furent extraites. Elles n'étaient pas contrôlées et les médecins les prescrivaient librement. Elles étaient vendues par des vendeurs ambulants, dans les pharmacies et par courrier.

Un phénomène de dépendance "nouveau" est présenté par les professionnels sous le nom de «Autonomous Sensory Meridian Response" (ASMR). Les gens qui trouvent des vidéos d'activités associées avec les murmures,

froissement de papier, pliage de serviettes, coupe de cheveux, visites de docteurs et d'imagerie guidée, comme étant calmantes et poussant à dormir sont généralement appelés « tingleheads (têtefrissonante) ». Ce nom est dérivé de la sensation du sentiment, un "headtingle" ou "frisson du cerveau". Peut-être dans un prochain numéro pourrions-nous avoir un article sur ce sujet.

Que ce soit une dépendance "nouvelle" ou "ancienne" les mêmes pratiques et principes qui évitent ou améliorent la dépendance et ses impacts néfastes mentionnées par le Dr. Duane McBride dans son article, bien écrit, sur ce sujet dans ce numéro de *Voyage vers la vie* se révélera comme une source de valeur d'aide et d'idée.

Mon espoir est que vous serez conscients (qu'ils soient nouveaux ou anciens) de vos comportements obsessionnels, compulsifs et de dépendance. Avec cette prise de conscience, je vous encourage à trouver de l'aide pour la guérison et/ou à persévérer dans la guérison d'habitudes néfastes d'addiction qui vous empêchent de développer le caractère de Christ dans votre vie.

Ray Nelson, MDiv, MSPH
adventistrecovery@gmail.com

Mission et Vision d'ARMin

Notre Mission:

Promouvoir la guérison et la libération des pratiques néfastes en fournissant des ressources et une formation pour faciliter la guérison.

Notre Vision:

Des personnes saines croissant dans la relation avec Christ en utilisant les principes de la Parole de Dieu et en choisissant des pratiques saines visant à trouver la liberté vis à vis des habitudes malsaines et des comportements de dépendances.

Objectifs/Buts potentiels:

- Promouvoir la guérison (individuelle et corporative) en utilisant les principes équilibrés et sains de la Paroles de Dieu.
- Fournir des ressources aux églises et aux individus de façon à élever leur prise de conscience et les éduquer au sujet des racines des dysfonctionnements qui créent la désunion chez les individus, les familles, les églises et les communautés par des épreuves, des troubles et des tragédies non résolus.
- Former des individus pour faciliter des groupes de soutien permanents dans un environnement sain et nourrissant.
- Nous croyons que lorsque nous guérissons des épreuves, troubles et tragédies de la vie, nous sommes inspirés et engagés à rejoindre les autres comme résultat de notre gratitude pour notre guérison personnelle; à prendre soin des autres parce que nos vies ont été tellement enrichies par le pardon du Christ; et la bénédiction de la liberté que nous expérimentons due à la grâce et la miséricorde infinies de Dieu.

We believe that as we heal from life's trials, troubles and tragedies, we become inspired and committed to reach out to others as a result of gratitude for our personal healing; to care for others because our lives are so enriched by Christ's forgiveness; and the blessing of the freedom we have experienced due to His unending grace and mercy.

La valeur
guérissante des

12 Étape

Étape 8—

“Faire une liste de toutes les personnes que nous avons blessées, et décider de faire amendements à elles toutes”

Comparaison biblique

“Si donc tu présentes ton offrande à l’autel, et que là tu te souviennes que ton frère a quelque chose contre toi, laisse là ton offrande devant l’autel et va d’abord te réconcilier avec ton frère; puis viens présenter ton offrande ». Matthieu 5:23-24

Vers Jésus Chapitre

Le test du disciple

Calendrier des événements à venir

Mois de la santé mentale (Mai 1-31)
Pour plus d’information:
www.mentalhealthamerica.net/go/may

Semaine nationale de prise de conscience sur l’alcool et toutes les autres drogues reliées aux défauts de naissance (Mai 10-16) Pour plus d’informations:
www.ncadd.org

Journée mondiale sans tabac (Mai 31)
www.who.int/mediacentre/events/official_days/en/

Journée de la conscientisation de l’abus des personnes âgées (Juin 15)
www.un.org/en/events/elderabuse/

Journée internationale contre l’abus des drogues (Juin 26)
www.un.org/en/events/drugabuseday/

Calendrier des formations ARMin: **NOTER LES DATES**

- Atlantic Union (AUC), New York, NY (Juin 20-21, 2015)
- Trans-European Division (TED), Newbold, UK (Juillet 31-Aug 2, 2015)
- Southwestern Union (SWUC), Dallas, TX (Octobre 9-11, 2015)

Pour plus d’informations sur ces formations aller sur www.adventistrecovery.org ou appeler 301-680-6733.

Institut d’été sur les études sur la guérison (Juillet 20-24, 2015)
Parrainé par l’Association nationale chrétienne sur la guérison (NACR)
Séminaire de théologie Fuller, Pasadena, California
Pour plus amples informations ou pour s’inscrire aller sur: <http://www.nacr.org/5224-2>

Sommet sur le bien-être émotionnel (Janvier 13-17, 2016)
NOTER LA DATE! Plus d’informations sur www.EmotionalWellnessSummit.com

12 Étapes vers la guérison –ÉTAPE 8

Souvent nous pensons que nos dépendances sont des actes solitaires. Nous nous mettons en tête que nos mécanismes permettant de faire face n’affectent que nous. Quand nous pensons ainsi, nous éliminons mentalement la possibilité que nos complexes aient blessés quelqu’un dans le passé et qu’ils ne blesseront personne dans l’avenir. Quand nous faisons la liste des personnes que nous avons blessées et que nous nous décidons à faire amende honorable à chacune d’elles, nous commençons à réaliser que nos dépendances affectent plus de gens que nous-mêmes. Elles affectent tous ceux qui nous entourent. Cela nous aide à réaliser les conséquences de nos actions. Mais plus important encore, cela affecte notre relation avec Dieu.

“Si donc tu présentes ton offrande à l’autel et que là tu te souviennes que ton frère a quelque chose contre toi, laisse là ton offrande devant l’autel, et va d’abord te réconcilier avec ton frère; puis viens présenter ton offrande. » Matthieu 5:23-24. Pour avoir une solide relation avec Dieu, nous devons d’abord être en accord avec ceux que nous avons blessés. Dans les versets entourant ce texte, Matthieu 5 parle de la colère et de l’importance de nous arranger avec les victimes de notre égoïsme. Il donne l’exemple de deux personnes allant au tribunal et il conseille à l’accusé de s’arranger avec son accusateur avant d’arriver au tribunal. Autrement, l’accusateur le remettra au juge et le juge le mettra en prison pour lui faire payer ses crimes. Faisons amende honorable avec ceux que nous avons blessés ou le Juge de l’univers continuera à nous considérer comme coupable.

Non seulement ce défi, présenté par l’étape 8, vous mettra en ordre avec Dieu et les hommes, mais il vous aidera à comprendre la véritable amplitude de vos dépendances. De la même façon, établir un journal de vos échecs passés sur une période de temps vous aidera à comprendre la fréquence de vos erreurs, une liste de ceux que vous avez blessés vous aidera à comprendre le degré ou la sévérité de vos besoins insatiables. L’étape 8 nous permet d’avoir une image plus large de notre état.

Randal Ulangca

Témoignage

Je suis une femme. Et j’ai été une Adventiste du 7ème jour pratiquante depuis l’enfance. Je me présente ainsi afin que vous sachiez que la pornographie n’est pas qu’un problème d’homme, ou un péché qui ne touche pas les gens dans notre église.



Lire la pornographie a été pour moi un processus graduel, depuis une exposition accidentelle par une histoire non marquée jusqu’à les rechercher activement. À l’école secondaire, j’ai commencé à lire des fictions en ligne n’ayant pas de contenu sexuel. Avec le temps, je suis tombé sur des histoires à contenu sexuel. Les lire m’a conduit dans une escalade allant de contenu sexuel simplement impliqué, à des contenus hétérosexuels peu explicites, puis à des contenus peu explicites d’homosexualité masculine, puis à des contenus de tendance dure d’homosexualité masculine; avant que je cesse, ces contenus en étaient à l’étape dure, des contenus sombres ou durs des rapports non consentis et des graphiques d’homosexualité masculine. J’ai probablement lu des histoires de fictions de pornographie dure pendant environ cinq ans. Durant tout ce temps je me sentais coupable, et je savais que j’avais tort de lire ces histoires. Cependant, je n’en ai pas conclu, jusqu’à ce que peu de temps avant que je cesse, que je lisais ce qui pourrait (et je pense devrait) être classifié comme pornographie.

J’ai admis ouvertement à moi-même peu avant de cesser, que j’étais dépendante de la lecture de fictions pornographiques. Je m’abstiens maintenant de toute lecture de fictions quel qu’elles soient afin de protéger mon esprit (Phil. 4 :8; Col. 3 :1-5). Il me serait très facile de retourner à ses lectures parce que j’aime lire l’impact émotionnel des personnages en réponse à d’intenses situations psychologiques dans lesquelles ils se trouvent. Je sais que chaque cas de contenu sexuel n’est pas indiqué dans la table des matières, aussi, avant que je le sache cela peut me ramener dans ces contenus sombres (Gal.5 :1). J’ai décidé qu’il valait mieux pour moi que j’éloigne la tentation en ne lisant aucune fiction du tout - l’abstinence pour éviter la rechute (Rom.6 :12).

Tout au fond de moi, inconsciemment je lisais ces fictions afin d’avoir la sensation d’un lien émotionnel avec l’autre. Parce que je connaissais les pensées intimes, les sentiments et les comportements des personnages de l’histoire, j’avais un faux sentiment d’intimité. Par le fait de rendre compte, le travail de guérison dans le cadre d’un groupe c’est fait, et j’en arrivais à voir l’intimité (la chose que je craignais le plus) était ce que je désirais depuis toujours. Cependant, avec d’autres personnes cela devint trop désordonné parce que je m’impliquais dans leurs vies, leurs sacrifices et les choix que je devais faire. Je me sens insécure dans une relation à ce niveau avec de vraies personnes, aussi en lisant des histoires fictives je pouvais fixer mon niveau émotif, en sachant que les pensées et les sentiments des personnages sans que j’ai à leur donner une partie de moi-même en retour. J’étais en “sécurité” parce que j’étais totalement à sens unique.

Cela était incroyablement malsain. Bien des années sont passées, mais maintenant j’ai une intimité authentique avec de vraies personnes et je suis en meilleure santé et plus heureuse pour cela : ((2 Tim 1:7; Ezé 36:26; Eph 2:22-24).

Erin



Façons de prévenir et d'améliorer l'impact de la dépendance

Le chemin de la dépendance à l'alcool, au tabac et à d'autres drogues est complexe. Il implique des facteurs génétiques, neuropsychologiques, et des systèmes familiaux, de même que des politiques environnementales micro, mezzo et macro. En d'autres mots les causes de l'addiction sont très complexes. De même, la prévention de la dépendance est complexe et a plusieurs facettes. Nous avons vu l'utilisation du tabac dans la majorité du monde être coupée en deux durant la dernière décennie ou à peu près par la combinaison de règlements publics sévèrement restrictifs quant aux lieux où les individus peuvent fumer et une éducation sanitaire efficace sur les conséquences menaçantes de l'utilisation du tabac. Tandis que certains aspects de la prévention sont au-delà des efforts individuels, il y a bien des choses dans lesquelles les familles, les membres d'église, les professeurs et les membres des communautés peuvent s'engager, et cela a été scientifiquement montré, pour prévenir l'abus de substances.

La recherche scientifique a identifié quelques stratégies clés que nous pouvons utiliser dans notre vie quotidienne. Parmi ces découvertes se trouve l'impact protecteur d'une relation humaine positive. Je vis dans une région rurale du Michigan. A peu près à cette époque de l'année je vois de nombreux jeunes animaux, du chevreuil à l'écureuil et aux dindes, courant partout très tôt après leur naissance. En contraste, les êtres humains sont dépendants des autres dans tous les aspects de leur existence, et cela pour bien des années. La recherche suggère que nous bénéficions réellement toute notre vie de relations humaines positives. Elle suggère aussi que notre système immunitaire fonctionne mieux et que nous guérissions plus rapidement de plusieurs maladies si nous avons un soutien positif fort. On a suggéré qu'il vaudrait mieux manger une barre candy avec des amis que du brocoli tout seul.

En terme de prévention de l'alcool et des drogues, il a été montré qu'une relation positive humaine est protectrice avec constance. Il faudrait d'abord nommer les parents. Les faits montrent sans cesse qu'une relation positive entre les parents et les enfants est liée à un niveau plus bas d'utilisation d'alcool et d'autres substances (de même qu'avec bien d'autres

risques sanitaires plus bas et un comportement pro-social positif), en particulier les diners familiaux. Les jeunes qui ont quatre repas familiaux ou plus par semaine sont significativement moins enclins à s'engager dans l'utilisation de substances de même que dans une promiscuité sexuelle. Que ce passe-t-il lors du repas familial? La recherche suggère que les meilleurs comportements montrés par les parents, la surveillance des comportements des jeunes, le partage des normes/des attentes de la famille, créent des liens émotionnels. Il est important de noter que s'il y a un dysfonctionnement de la famille, incluant des cris et des batailles, cela est relié à un taux plus élevés d'abus de substances.

D'autres adultes responsables jouent aussi un rôle majeur dans la prévention. Une grande variété de recherches montre que la surveillance des relations entre les jeunes et d'autres adultes comme les professeurs, les pasteurs et les jeunes leaders dans les églises/communautés sont reliés significativement à un bas taux d'abus de substances. S'il y a d'autres adultes vers lesquels les jeunes peuvent se tourner pour traiter des enjeux difficiles de la vie, cela abaisse leurs risques d'abus de substances. Au début de l'année les réunions des membres de la faculté à l'Université Andrews, je rappelle toujours aux membres et à l'équipe que l'une des meilleures choses que nous pouvons faire et qui sont empiriquement prouvées pour prévenir l'usage de drogues, est d'écouter tout simplement, agir et essayer de résoudre les enjeux dont les étudiants viennent nous parler. D'autres adultes fonctionnels dans la vie d'un jeune peuvent aider à améliorer les problèmes de familles dysfonctionnelles.

Une autre relation de prévention implique le service aux autres. Aider les autres dans les défis auxquels ils font face dans la vie. Les chercheurs ont sans cesse trouvé que les jeunes qui s'engagent au service d'autrui sont, de façon significative, moins enclin à utiliser de l'alcool ou d'autres drogues tout comme dans des activités sexuelles et ont de meilleures notes. Le service peut impliquer une variété de choses depuis déneiger les trottoirs et fournir le bois pour le feu, jusqu'à être un tuteur dans l'école. Les jeunes qui aident les autres commencent à penser de cause à effet, à être capables

continued on page 4

Ressources

Voyage vers l'intégrité:



Des séries pouvant être utilisées dans les groupes de soutien ou les petits groupes comme ressources pour faciliter la guérison

après avoir abandonné des pratiques malsaines, et fortifié une relation intime avec Dieu dans un voyage vers une vie abondante. Ces matériels sont maintenant disponibles pour utilisation avec des Bibles en toutes les langues plutôt que dans la seule Bible Serenity. Des guides pour les facilitateurs et les participants peuvent être achetés dans le magasin en ligne sur www.AdventistRecovery.org

Bulletin de nouvelles du voyage vers la vie:



Ce bulletin de nouvelles bi-mensuel est disponible en Anglais, Français, Espagnol et Russe. Imprimez une copie

pdf gratuite, chargez ou inscrivez-vous pour la recevoir pas email sur www.AdventistRecovery.org

Choisir les ressources de la vie pleine:



Ce sont des affichettes, des calendriers/marque-pages, livrets pouvant être utilisés pour partager avec les autres les 10 Voies pour choisir une vie pleine

en embarquant dans un voyage vers la guérison. Pour plus d'informations et pour placer une commande allez sur www.NADHealthMinistry.org et contrôlez le magasin en ligne. Le chant thème de Choisir la vie pleine est aussi disponible pour être chargé.

Décroché:



C'est une série en 28 épisodes produite par ARMin et Hope Channel,

mettant en lumière les différents types de comportements de dépendance, des histoires vraies, des commentaires d'experts sur des traitements efficaces. Elle est conçue pour apporter l'espoir de guérison en Christ. Le DVD complet avec tous les épisodes est maintenant disponible à l'achat. Les épisodes de Hope Channel peuvent être vus sur www.hopetv.org/unhooked ou pour commander la série complète aller sur le magasin en ligne: www.AdventistRecovery.org.

Featured Article *continued from page 3*

de mieux planifier, à être moins égocentriques et plus altruistes. Le service permet aussi aux étudiants d'être des acteurs positifs et faire une différence réelle dans la vie des autres. Ce succès semble les encourager à agir de façon plus responsable dans une vaste variété de domaine de la vie de la drogue au sexe à une planification à long terme.

La relation positive et protectrice la plus importante implique peut-être notre relation avec Dieu. L'une des découvertes de la recherche la plus continue est que ceux qui croient en Dieu, qui sont impliqués dans leur communauté de foi et ont une vie de dévotion active, risquent beaucoup moins d'utiliser l'alcool et les drogues. Des faits récents suggèrent aussi que pour les Adventistes, l'acceptation des fondements de notre message de santé, et concevoir notre corps comme le temple de Dieu est une grande protection. L'importance de la religion/foi a été prouvée efficace dans toutes les dénominations chrétiennes. Notre relation avec Dieu est cruciale dans la prévention. Quoi que les parents, les professeurs et les membres d'église puissent faire pour améliorer la relation de nos jeunes avec Dieu peut être un acte fort de prévention.

L'un des concepts clés que nous utilisons dans la prévention est la résistance. Elle implique la capacité à triompher des

circonstances difficiles dans la vie; elle implique le bon garçon/fille dans de mauvais voisinages. Nous sommes à un click de la pornographie explicite, des instructions pour fabriquer de la méthamphétamine et comment faire pousser la meilleure qualité de marijuana. La résistance se produit quand la jeunesse a le soutien de relations positives dont nous avons parlé.

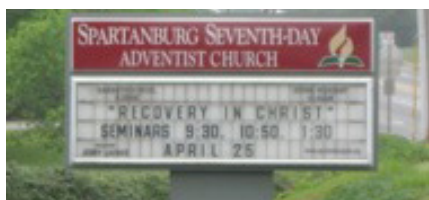
Il est aussi crucial de noter que même avec les meilleures relations positives, l'utilisation de substances peut arriver. Le péché est arrivé dans un environnement de soutien parfait. Cependant, le passé de ces relations positives indique aussi la guérison des dépendances. Nous n'abandonnons jamais nos jeunes tout comme Dieu n'abandonne jamais avec nous. La relation positive de soutien que vous avez avec un jeune peut ne pas sembler avoir d'effet maintenant, mais elle a de bonne chance d'en avoir un dans le futur. Pour chacune des relations indiquées nous avons la possibilité d'en faire partie. Nous pouvons tous être actifs dans la prévention de l'abus de substances et, dans l'avenir, dans les guérisons si l'abus se produit.

*Duane McBride, PhD
Directeur du Département des sciences
du comportement et de l'Institut pour la
prévention des dépendances de l'Université
Andrews.*

NOUVELLES

Union du sud

Église adventiste du 7ème jour de Spartanburg



L'église Adventiste de Spartanburg, Caroline du sud, a tenu une journée de prise de conscience d'ARMin le 25 avril 2015. Frank Sanchez, coordonnateur d'ARMin pour l'Union du sud, a parlé le matin et les assistants étaient très réceptifs. L'après-midi,

un séminaire se tenait aussi avec une bonne participation, y compris plusieurs amis de la communauté. Les réunions hebdomadaires sur l'entièreté en 12 étapes, rendues plus aisées par Sharon et son mari se passent bien, dix nouveaux membres y assistant.

ENVOYEZ-NOUS VOS NOUVELLES

Des nouvelles de guérison racontées, des photos (protégez l'anonymat des individus dans les réunions) et de guérisons en cours, et des événements de prise de conscience peuvent être envoyés pour de futurs bulletins de nouvelles. Veuillez les envoyer à Ray Nelson, Éditeur de Journey to Life – adventistrecovery@gmail.com et/ou à Katia Reinert, Directrice des ministères adventistes de guérison – recovery@nad.adventist.org.

Message de la Directrice

Se recentrer sur la santé mentale

Le 15 avril j'ai eu l'occasion d'assister à ma première réunion du Conseil national consultative pour SAMHSA (agence de services sur l'abus de substance et la santé mentale). Avec sept autres membres de ce conseil consultatif, j'ai eu l'occasion d'entendre parler des efforts merveilleux de SAMHSA pour faciliter la guérison et améliorer la santé mentale de millions de personnes.

Je fus d'abord impressionnée par leurs 4 logos percutants: la santé comportementale est essentielle à la santé, la prévention fonctionne, les traitements sont efficaces, les gens guérissent! Contrôlez, contrôlez, contrôlez! Ils sont tout à fait dans la ligne des Ministères adventistes de la guérison (ARMin), de leurs croyances et de leurs valeurs.

J'ai alors entendu parler des objectifs extraordinaires voulus pour avancer la santé comportementale de la nation de 2015 à 2018:

1. Accroître la prise de conscience et la compréhension au sujet des désordres mentaux et des désordres dus aux substances.
2. Promouvoir la santé émotionnelle et le bien-être
3. Prévenir la dépendance et la maladie mentale
4. Augmenter l'accès à des traitements efficaces
5. Soutenir la guérison

C'était rafraîchissant de voir tous ces efforts faits pour augmenter la coordination et l'intégration de la santé du comportement dans les soins de santé, et améliorer la santé des patients avec comme priorité la prévention et le bien-être. De même, après le "Affordable Care Act (ACA)" nous voyons maintenant la santé mentale et l'abus de substances être inclus dans la liste des prestations essentielles à la santé. Tout cela est très bon. Mais le rôle des communautés de foi dans la facilitation de la prise de conscience demeure d'une importance capitale.

Reconnaissant que le plan de Dieu pour nous est global (esprit, corps et âme) et que, comme l'a dit l'un de nos fondateurs, "9 maladies sur 10 trouvent leur origine dans l'esprit", l'Église Adventiste est encore engagée à non seulement faire partie de la conversation au niveau national, mais aussi à utiliser les ressources pour être une voix active et un catalyse pour une santé mentale améliorée.

L'un de nos efforts est le travail de la force de travail pour la santé mentale créée en 2013 ici en Amérique du Nord. Il en résulte qu'un sommet sur la santé émotionnelle se tiendra à Orlando, FL, du 13 au 17 Janvier 2016. Nous équiperons les professions de la santé, les leaders de foi et d'autres alors que nous discuterons de plusieurs aspects de la santé du comportement – y compris la prévention et la guérison des dépendances, de la guérison des traumatismes et de l'émotion, du rôle des églises comme centres de santé mentale et de bien-être, comme modèles de collaboration avec les autres organisations et de l'intégration des soins de santé dans l'amélioration de la santé mentale, et la compréhension des principes de guérison pour la santé de l'individu tout entier. La formation ARMin sera aussi fournie.

Planifiez d'être présents avec nous et devenez un élément d'un front uni, étendant une approche centrée sur Christ de l'approbation, la guérison et la récupération!

Katia Reinert

Katia Reinert, PhD, RN, CRNP, FNP-BC, PHCNS-BC, FCN

*Directeur, des Ministères adventistes de la santé/et des ministères de la guérison (ARMin)
Division Nord-Américaine de l'Église Adventiste du 7ème jour.*

