

# SAS et Vous

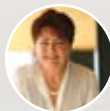


## Édito

Pardon,  
*le bon sens,*  
c'est où ?

Tout au long de l'histoire humaine, il y a cette quête de sens. Le vaste monde ou plutôt, les humains qui l'habitent semblent perdre la boule en s'excluant les uns et les autres ou en cherchant à prendre le dessus sur autrui. Il est vrai que depuis longtemps J.-J. Rousseau appelait de ses vœux, un peuple et un souverain qui ne soient qu'une même personne<sup>1</sup>. Jacques Attali<sup>2</sup> lui, ne voit qu'un homme, une sorte de Roi, d'homme dieu comme solution. Il a réfléchi à la question et n'a rien trouvé d'autre pour sauver le monde.

Noël, c'est quand cette année ? ●



Béatrice Beauverd  
Directrice

Voir page 2

Un couple au bord  
de la séparation.

★ News

LE PROCHAIN ATELIER À  
ECUBLENS. VOIR PAGE 8



## « C'est inné ».

Qu'est-ce que ça veut dire lorsque depuis toute petite fille, son père l'appelle « mon petit Henri » ?

L'identité se forge dans la relation, en relation avec un identifiant, permettant un sentiment d'appartenance.

2

Le sens inné ? Il se forge dans la petite enfance. Le sens se construit dans la relation, tout comme l'identité sexuelle. Le sens, le bon sens s'acquiert, il n'est pas inné.

Cette femme, dont vous lirez le récit ci-contre, manifestait une confusion au niveau de son identité sexuelle. Elle a reçu comme message du père « tu es mon garçon ». Plusieurs parties de son être avaient adopté une identité masculine.


● BB

En savoir plus ? Allez sur : [www.lesas.ch](http://www.lesas.ch)



## Où étais-tu papa ?

Aujourd'hui, je peux dire ; « Je sais ce que je veux, je sais ce que je ne veux pas ». C'est une formidable victoire. J'ai fait de grands pas sur le chemin de la guérison. En plus, j'ai commencé une formation en informatique alors que je n'ai suivi que quatre ans d'école.

«  OÙ ÉTAIS-TU PAPA ? » Combien de fois, la nuit, j'ai appelé au secours, à genoux sur un manche à balai, au milieu du couloir dans le froid et les courants d'air. C'était la punition chez les bonnes sœurs, juste parce que j'étais sortie du dortoir pour aller aux WC. J'avais beau crier, personne ne venait. Un jour mes reins se sont bloqués et j'ai perdu connaissance. A l'hôpital, personne ne comprenait ce qui m'arrivait.

J'avais été arrachée des bras de ma mère par l'assistante sociale, j'étais petite fille. Je me souviens juste qu'elle aimait chanter et de la douceur de sa voix. Mon père m'avait vomi à ma naissance. Pas reconnue comme fille, il m'appelait « mon petit Henri ». J'essayais par tous les moyens de m'en faire aimer. Mais quoi que je fasse, il me repoussait avec violence. Grand-père, lui, m'a manifesté de la tendresse lorsque j'ai atterri chez lui et grand-mère, à l'âge de six ans. Grand-père a abusé de moi. C'est grand-mère qui l'a découvert et qui m'a chassé de chez elle six mois plus tard en criant que j'étais une traînée. Je croyais que c'était comme ça qu'on aimait ! A l'école, assise au fond de la classe, personne ne s'occupait de moi. Je me sentais inutile, sans valeur, encombrante. A 8 ans, j'ai voulu mourir. Je n'avais pas d'identité, j'avais peur des autres, j'allais devenir folle, comme ma mère. Il ne fallait pas montrer aux autres mes sentiments, de peur qu'ils me détruisent. →



Ma sœur, en fait j'ai une sœur plus grande qui a suivi le même chemin. Ma sœur avait trouvé le moyen de s'enfuir de l'orphelinat pour rendre visite à maman. Un jour elle m'a pris avec, nous nous sommes retrouvées sur un banc, dans un grand parc public. Maman nous a lu de belles histoires.

Bien plus tard, un jour de février 1984, mon papa m'a réclamée. Il était à l'hôpital. Lorsque je suis arrivée, il était déjà à la chapelle, décédé. « Papa, tu n'étais plus là, tu n'étais plus là ». ● MC



## Mes nombreuses thérapies n'avaient rien changé, sauf...

LES MOTS RÉSONNAIENT DANS MA TÊTE : « Tu ne sers à rien, personnes ne t'aime. Tes amis en ont marre de toi, ta famille et même Dieu... » Sur ce, j'ai décidé de m'en sortir seule. Vu que mes nombreuses thérapies n'avaient rien changé, je souhaitais un accident ou une maladie mortelle. J'essayais de survivre tant bien que mal. C'était le cauchemar au quotidien ! J'ai suggéré à mon mari de continuer sa vie sans moi, afin de lui offrir une vie décente sans avoir ce boulet à traîner ... qui se trouvait être ma personne.

Au travers du SAS, j'ai été accueillie avec beaucoup d'amour, d'écoute et de disponibilité. L'équipe sur place est professionnelle et l'approche est différente de tout ce que j'avais entendu et expérimenté auparavant. Ici, le travail est focalisé sur les parties brisées et détachées de la personne. C'est une reconstruction au niveau de l'identité que Dieu a prévu pour la personne.

3

Ce travail sur soi prend du temps. C'est long et je n'en ai pas encore fini. Mais maintenant, avec ce que j'ai déjà vécu et appris, je sais comment réagir quand des situations similaires se présentent. Le plus important est de pouvoir réaliser que Dieu m'aime et que je peux me réfugier dans ses bras.

Le changement dans ma vie a été ressenti mais pas du jour au lendemain. Maintenant, je peux dire que j'ai une place dans ce monde. Je suis aimée de mes ami-e-s et j'ai la forte conviction que Dieu m'aime. J'ose m'imposer (m'affirmer), c'est-à-dire je prends ma place un peu plus et je n'ai plus besoin de me justifier continuellement pour (exister) paraître. Je m'approche plus volontiers des gens — chose que je ne pouvais faire auparavant. Je mentirais en disant que tout roule sans difficultés maintenant. Mais je sais comment réagir et ne me laisse plus entrainer dans ce siphon qui me conduisait vers la mort. Je suis en chemin pour la guérison complète. ● FN

# Merci !

Vos dons 2010 à fin août :  
 Frs 15'017.00, qui deviendront Frs 30'034.00.  
 8 mois d'aide, 8 mois de miracles.

**R** IEN N'EST SIMPLE, RIEN N'EST FACILE. La bataille pour la vie demande beaucoup d'énergie. Et plus encore, cela demande de la confiance, en soi, en Dieu, en l'avenir, mais aussi dans la capacité des hommes et des femmes que nous recevons à se remettre debout ! A redevenir des hommes qui marchent. Vous avez donné, soyez-en remerciés.

La restauration en profondeur de notre société. Utopie ? Peut-être pas, le rayon laser est fait de minuscules rayons de lumière, mais mis ensemble, quelle force ! ■

« Mon passage au SAS a été déterminant. Merci à vous qui avez permis que je puisse y être reçue. Cela m'a redonné du courage et un sens à ma vie. Je me sens femme et je n'ai plus une mauvaise image de moi-même. Mes enfants et mon entourage en bénéficient. » MC

## Témoins

La parole est à nos amis, partenaires, bénéficiaires ou à ceux qui soutiennent le SAS :

J'accompagne des personnalités importantes lors de cordées, là-haut, nous parlons en frères. Que de souffrances sont alors exprimées ! Le SAS est au cœur du problème le plus important : L'insécurité. C'est pourquoi je soutiens cette œuvre.

**Philippe Martinez**  
 Guide de haute montagne

C'est quand vous voulez ! Nous revenons. Nous sommes convaincus de ce que vous faites. Continuez !

**Agence Virage- François Pilloud**  
 Manager de Théozed

Merci de m'envoyer des bulletins de versements. Enfin une œuvre qui va aux racines des douleurs de notre société. Je suis bouleversée de ce que j'ai vécu au SAS. Je veux vous soutenir régulièrement.

**Maryline Keenan**  
 Infirmière

Partout, où que je regarde, je vois des gens malades. Malades dans leur âme. Découragés profondément. Comment faire ? J'aimerais faire plus.

**Jean-Claude Berberat**

Lorsque je suis invité à une conférence comme professionnel du marketing, économiste, voire comme philosophe, mais cela me donne souvent l'impression que finalement, les gens attendent un guide pour les mener vers la lumière. Le SAS est prophétique dans ce sens là.

**Eric Jaffrain**  
 professionnel en marketing non-marchand

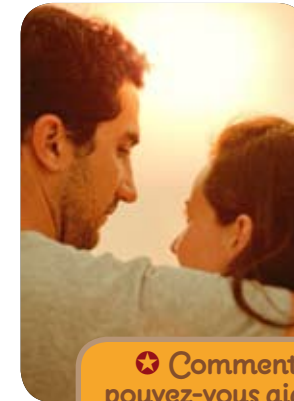
Il faudrait des SAS un peu partout, à mon avis. Je soutiens le SAS parce que je suis convaincu que seule une approche holistique de la personne permet de sortir du cercle vicieux du désespoir et de l'activisme.

**Daniel Pfaff**  
 Chef d'entreprise

# Voyez comme un don peu faire la différence dans la vie des autres

**U** N COUPLE A ÉTÉ PRIS EN CHARGE financièrement sur 6 mois par un homme âgé rempli de sagesse, les résultats sont magnifiques ! Lui fuyait- Elle devenait de plus en plus dure ! Le couple était au bord de la séparation. Au SAS, ils ont découvert qu'elle avait peur de le perdre et que lui cherchait désespérément à lui plaire. Elle avait perdu son père jeune encore et lui sa mère. La parole, l'écoute ont permis de comprendre, d'aller à la rencontre de l'autre et d'aimer vraiment. Aujourd'hui, c'est une famille heureuse, agrandie d'un nouveau bébé !

*Si financièrement ce couple n'avait pas été aidé, il serait séparé aujourd'hui... et Emmanuel ne serait pas né. Vos dons portent du fruit et permettent la Vie !*



### Comment pouvez-vous aider ce couple ?

SI VOUS ÊTES 8 PERSONNES À DONNER FRs 100.- PAR MOIS OU SI VOUS ÊTES 16 PERSONNES À DONNER FRs 50.- PAR MOIS VOUS COUVREZ ALORS LES FRAIS DE FRs 4 800.- POUR LEURS 6 MOIS DE SOINS

**UN FONDS DE SOLIDARITÉ**  
 COMME CETTE HISTOIRE OU CELLE DU JEUNE COUPLE QUE VOUS AVEZ SANS DOUTE LUE DANS LE NUMÉRO PRÉCÉDENT, NOUS ACCUEILLONS SOUVENT DES COUPLES EN DIFFICULTÉS QUI ONT BESOIN DE SOUTIEN: C'EST POUR CELA QU'UN FONDS DE SOLIDARITÉ À ÉTÉ CRÉÉ DEPUIS LONGTEMPS, ALIMENTÉ GRÂCE AUX DONS D'AMIS COMME VOUS.

### Comment faire un don ?

- PAR UN SOUTIEN FINANCIER RÉGULIER OU PONCTUEL AFFECTÉ SELON VOTRE SOUHAIT,
  - OU POUR ACQUÉRIR UN BEAMER, UNE NOUVELLE IMPRIMANTE OU UN ORDINATEUR PORTABLE.
  - OU ENCORE AVEC UN PEU DE VOTRE TEMPS, COMME BÉNÉVOLE, POUR :
  - AIDER DANS LE SECRÉTARIAT,
  - DES TRADUCTIONS- FRANÇAIS ALLEMAND ET ANGLAIS
  - L'ENTRETIEN DES LOCAUX. A TOUS MERCI !
- CCP 20-70-93



4

5

Philippe Martinez

Maryline Keenan





## Les Ateliers à visée thérapeutique du SAS :

**C'** EST PASSER DE L'ANGOISSE et de la dépression à la vie qui est capable de recevoir, de garder ou de redonner.

**L'Ecoute :** Un lieu protégé où l'Ecoute est privilégiée, un lieu hors du bruit. Un lieu où le temps semble s'arrêter. Un lieu, enfin, où il y a de l'attention et de la réceptivité à écouter le corps, l'histoire, le cœur. Tout n'est pas forcément verbalisé. Le corps, des gestes, un dessin, un modelage, peuvent exprimer plus profondément et sans effort ce qui habite au plus profond de soi-même.

**Le Partage :** Le partage authentique, sans l'attente d'un retour est pour la plupart d'entre nous, inhabituel. Il ne se concrétisera véritablement que lorsque les participants aux Ateliers auront pris conscience que le regard des autres ne se pose pas en jugement sur eux, qu'ils n'ont rien à prouver et rien à devoir. Les autres sont là pour eux. Ils sont artisans de leur histoire. Ils découvrent que l'Autre peut être un autre fort différent que celui dont le souvenir effraie ou séduit. Le regard peut trahir. L'image peut cacher la vérité. L'Autre peut être si proche, plus proche que ce que l'imaginaire avait fait craindre. L'histoire est si ressemblante et les douleurs même plus fortes que celles qui sont familières. En effet, ensemble il est possible de se soutenir et de s'encourager. L'Ecoute devient alors partage. ■

Pour prendre part à des Ateliers, pour en savoir plus : [www.lesas.ch](http://www.lesas.ch)



### Psychothérapie ?

En grec, therapeia veut dire soin. Therapeo signifie prendre soin de, servir, être serviteur.

Therapeuein ten Psychen veut dire soigner l'âme

Psyché =

a/ souffle

b/ souffle de la vie, d'où l'âme, l'être vivant, la personne.

Un cœur brisé a besoin de soins. La médecine parle des suites aux réactions d'effroi et d'angoisse correspondant à des expériences de déliaison brutale des grandes fonctions psychiques qui se trouvent dissociées. ■

### C'est toute tremblante de peur

que j'ai abordé les Ateliers. Je n'avais pas du tout l'habitude de m'exprimer en public. Je me sentais comme « un ananas au pôle nord ». J'ai tout de suite compris que j'étais libre, de dire ou de ne pas dire. Puis, après des larmes exprimées et un gros tas de colères sorties, j'ai aimé ! Je suis tellement reconnaissante d'y avoir trouvé la Vie. MB

Pour aller plus loin : Prochains Ateliers à Ecublens-Lausanne (Suisse) - sous peu. Se renseigner en téléphonant au SAS ou sur le site [www.lesas.ch](http://www.lesas.ch)



### La célèbre sculpteur, Niki de St-Phalle,

fortement perturbée par un père incestueux, a créé la plus grande Putain du monde. Elle oblige les visiteurs à entrer par une porte qui est en fait le vagin de la sculpture. C'est la manière dont elle a choisi de crier sa douleur et de la partager.

Comme elle le dit dans sa souffrance : « Il existe dans le cœur humain un désir de tout détruire. Détruire c'est affirmer qu'on existe envers et contre tout. » ■

**L'** ARGILE, LA DANSE, LE DESSIN comme la parole, le génogramme, la musique sont des outils magnifiques qui accompagnent la personne en soins.

Parler de soins laisse sous-entendre qu'il y a eu blessure. Pour que le développement affectif puisse se faire, un enfant a besoin de sécurité en priorité. Malheureusement, on parvient rarement à l'âge adulte sans qu'un événement ou une personne en particulier ait été la raison d'un choc émotionnel. Pour l'adulte, il peut s'agir d'un événement d'apparence mineur, mais qui, dans le cœur d'un petit enfant, aura eu l'effet d'une bombe. ■



## Rencontre

Réactions plus que positives des participants à la conférence du samedi 28 août 2010, au campus de La Ligue à CH-Vernes - Lausanne. Thèmes : Des pistes de réflexion- des témoignages- ci-contre Nandou et Monique - des réponses apportées par plusieurs praticiens et spécialistes du SAS. Pour en savoir plus voir page 4 et [www.lesas.ch](http://www.lesas.ch)



**Théozeed**, sa guitare et son humour décapant, ont soulevé l'enthousiasme ! Le public invité à reprendre les couplets, à imiter oiseaux et insectes s'est amusé tout en ayant de quoi réfléchir. Théozeed, venu de Bordeaux pour l'occasion, n'en est pas à son coup d'essai, c'est un parolier remarquable et pertinent, dans l'axe de la

thématique du jour.

8

## On recherche des bénévoles

- 1. Téléphoniste :** Contacter les participants aux conférences, contacter les amis SAS pour les informer des événements SAS
- 2. Aide de bureau :** Mettre sous plis le courrier à expédier, enregistrer les inscriptions aux conférences, séminaires, ateliers et autres.
- 3. Aide de cuisine :** Confectionner, ou participer à l'élaboration de collations/repas organisés au SAS.
- 4. Homme ou Femme de ménage :** entretien des locaux SAS (1 fois par semaine)
- 5. Aides ponctuels pour les sorties et conférences SAS :** aider dans l'une ou l'autre des tâches proposées.

### QUI EST LE SAS ?

Le SAS créé en 1997 est une association privée reconnue d'utilité publique. Le SAS s'adresse aux adultes qui ont subi des traumatismes et qui ressentent comme symptômes, entre autres: Angoisses récurrentes, peurs irraisonnées, burnout, difficultés relationnelles, identité morcelée, agressivité et instabilité d'humeur, etc.

Son siège est à Marin (près de Neuchâtel) en Suisse. Le SAS propose un suivi à visée thérapeutique en quatre étapes ainsi qu'une Formation en Institut de psychothérapie selon les critères de sa base éthique. Le SAS reçoit des personnes de toutes provenances, sans distinctions religieuses ou culturelles. Des conférences, des cours peuvent être accessibles en Suisse, en Europe, en Afrique. Consultez le site : [www.lesas.ch](http://www.lesas.ch) ■

## Que propose le SAS ? LES 4 CLÉS DU CONCEPT SAS. UN CURSUS À VISÉE THÉRAPEUTIQUE.

### 1- Découvrir sa véritable identité

En Atelier de groupe ou en entretiens individuels. Cette approche permet de découvrir quels sont les messages reçus, de faire le deuil de ses espérances, de découvrir sa véritable personnalité, un constat d'échec est le point de départ du chemin qui va conduire à la vie.

### 2 - Oter les verrous

Des entretiens privés pour un soin sur les conséquences spirituelles des traumatismes, qui bloquent la créativité.

### 3 - Intégrer les parties brisées de l'âme

Un soin sur les parties brisées du cœur, qui elles, auront besoin de soins spécifiques et d'intégration intérieure et personnelle... Des entretiens tout en douceur.

### 4- Vivre en société

Pour apprendre à parler : écouter, formuler, exprimer, sortir de l'opposition. Un apprentissage relationnel des réunions de groupe ou en couple.



Service d'Action Sociale  
Gare 13 - CP 370  
CH - 2074 Marin (Neuchâtel)  
Téléphone : ++41(0)32 753 03 32  
Fax : ++41(0)32 753 03 64  
Email : [contact@lesas.ch](mailto:contact@lesas.ch)  
[www.lesas.ch](http://www.lesas.ch)  
CCP : 20-7093-0