

# LORSQU'ON NE PEUT TOUT SIMPLEMENT PAS S'ARRÊTER

par Jackson et Jeff Olson

**M**arie est obsédée par la nourriture. Depuis plusieurs années elle se gave puis se fait vomir, jusqu'à 20 fois par jour ou même davantage. Elle semble n'avoir aucun contrôle sur sa routine compulsive.

Bill a un amour dont sa femme ne sait rien. Lorsqu'il était un adolescent curieux, il a découvert *Playboy* et *Penthouse*, deux revues pornographiques. Quinze ans plus tard, il trouve les numéros de téléphone annoncés à la télévision nocturne irrésistibles. Le modem de son ordinateur lui donne un accès facile à la pornographie du cyberspace et de l'internet.

Carla a perdu sa sobriété à l'alcool. Ce n'est pas qu'elle buvait une bière après l'autre au bar du coin ; elle buvait en secret. Personne dans sa famille ne se doutait de son problème. Elle buvait seulement lorsque son mari était au travail et les enfants à l'école. Rien de bien sérieux, pensait-elle, jusqu'au

Titre original : *When We Just Can't Stop*

Photo de couverture : © RBC Ministries, Terry Bidgood

Passages bibliques tirés de la Nouvelle Édition de Genève 1979. © Société Biblique de Genève. Utilisée avec permission. Tous droits réservés.

© 2010 RBC Ministries, Grand Rapids, Michigan, USA

ISBN : 978-1-60485-444-2

FRENCH

Printed in USA

moment où elle retomba enceinte et essaya d'arrêter de boire pour le bien de son bébé.

Comme le démontrent ces exemples, les dépendances ne se limitent pas aux substances illégales et psychotropes. Marie a une compulsion alimentaire. Bill est esclave de sa propre sexualité. Carla est sous l'emprise d'une substance vendue librement au supermarché local.

Les assuétudes soulèvent bien des questions. S'agit-il de faiblesses morales, de maladies, d'habitudes ou de péchés ? Sont-elles des dépendances physiques ou des cycles spirituels compliqués ? Qu'est-ce qui est nécessaire pour produire un changement ? Faut-il un traitement médical, une intervention familiale, des rencontres quotidiennes de groupes ou une transformation spirituelle ? Les comportements peuvent-ils être changés rapidement ou la réhabilitation durera-t-elle

toute la vie ? Si notre réponse à ces questions est oui, ou tout au moins peut-être, nous sommes honnêtes au sujet de la complexité de l'assuétude.

Dans les pages qui suivent, nous examinerons cette complexité et nous nous concentrerons sur quelques-unes des dimensions personnelles et spirituelles les plus critiques de l'assuétude.

## **LA COMPLEXITÉ DE L'ASSUÉTUDE**

### **Définir une assuétude.**

Une assuétude est une dépendance destructive qui asservit. Random House définit *l'assuétude* comme « un état dans lequel on est esclave d'une habitude, d'une pratique ou d'une chose qui crée une accoutumance psychologique ou physique, comme les narcotiques, à un point tel que le fait d'en être privé engendre de sévères traumatismes. »

Étant donné qu'on peut être physiquement prédisposé, et parce qu'il y a possibilité de complications médicales, l'assuétude est souvent vue comme une maladie. Ce serait néanmoins une erreur de ne voir que les dimensions physiques. La plupart des dépendances prennent également racines dans les choix moraux et les besoins spirituels.

La question la plus importante n'est pas de savoir si on est prédisposé à une habitude assujettissante, mais plutôt si on est prêt à faire tout ce qui est nécessaire pour mettre ce « corps malade », cette habitude ou cette idole, à laquelle on est prédisposé, sous le contrôle de la raison et de la foi.

### **Les dépendances sont-elles courantes ?**

Selon un article paru en 1992 dans le « *Library Journal* », 45 millions d'Américains participent chaque semaine à 140 groupes de réhabilitation différents. Cent millions de

personnes de plus essayent d'aider ceux qui sont en réhabilitation. En d'autres termes, la moitié d'entre nous sont en réhabilitation ou aident quelqu'un qui l'est. Cependant, si le tableau complet était visible, on verrait que le nombre de ceux d'entre nous qui sont assujettis à des dépendances destructives et asservissantes, les détruisant et détruisant leurs relations, est encore plus grand que ce que quiconque n'a jamais imaginé.

**À quoi peut-on être assujetti ?** Dans son livre « *Addiction And Grace* », Gerald May a compilé une liste de 105 choses auxquelles certains sont irrésistiblement attachés. La grande majorité d'entre elles sont bonnes en elles-mêmes, comme la nourriture, le travail, l'exercice, les achats et les médicaments d'ordonnance. Examinons-en quelques-unes des plus communes.

**Les médicaments et l'alcool.** Les produits

chimiques psychotropes causent les assuétudes les plus évidentes. Ils créent des dépendances physiques, émotionnelles et sociales envers des sensations provoquées artificiellement. Certains stimulants, qui vont de la cocaïne à la nicotine, produisent une euphorie qui crée une illusion de bien-être, de puissance, de compétence et de contrôle. D'autres causent des hallucinations plaisantes ou terrifiantes. Des dépresseurs tels que l'alcool peuvent soulager temporairement des angoisses et des inhibitions.

**La nourriture.** Il y a des personnes qui utilisent la nourriture pour essayer de satisfaire non seulement les besoins naturels du corps, mais aussi des désirs affectifs et spirituels insatiables. Plus elles mangent pour se sentir mieux, plus le corps s'associe aux sentiments pour augmenter la demande. Le cycle crée une dépendance.

Les efforts pour inverser les effets de la suralimentation peuvent aussi causer une dépendance. Dans le cas de l'anorexie, on se prive de nourriture et dans celui de la boulimie, on mange à l'excès puis on se purge de ce qu'on a absorbé en abusant des laxatifs ou en provoquant le vomissement. En faisant des excès ou en se privant de nourriture, on tombe sans le savoir dans une autre dépendance destructive et asservissante.

### ***Les plaisirs sexuels.***

La dépendance aux plaisirs sexuels peut inclure des obsessions hétérosexuelles, à l'intérieur ou en dehors du mariage, des obsessions homosexuelles, fétichistes ou pornographiques. L'obsession sexuelle devient évidente lorsque les désirs sains envers l'intimité sont dirigés vers des comportements qui enlèvent la dignité personnelle, la liberté, le contrôle de soi et le plaisir procuré par une saine sexualité.

**Le travail.** Selon la Genèse, Dieu nous a créés pour travailler la terre, pour gouverner le monde et nous entraider dans ce travail. Par conséquent, il n'est pas surprenant que dans un monde déchu nous ayons changé le travail lui-même en un esclavage et en ayons fait un dieu. Une grande partie de notre dynamisme culturel est centré sur le besoin de se sentir important grâce aux réussites professionnelles. Les obsédés du travail sont chroniquement absorbés par un flot constant de tâches. Notre sensation de bien-être est étroitement liée à ce que nous faisons. Les efforts pour rompre l'obsession envers le travail conduisent à la dépression et à un sentiment d'échec.

**Les relations.** On peut aussi développer une dépendance destructive et asservissante envers certaines personnes. Une forme d'idolâtrie relationnelle apparaît lorsqu'on considère

quelqu'un d'autre comme la source de son identité et de son bien-être. Lorsqu'on est seul, on se sent vide, insatisfait et impuissant. Lorsqu'on est menacé par une séparation, on s'efforce de s'accrocher à l'autre par tous les moyens possibles, même si cela cause du tort à la personne qu'on prétend aimer.

**Le jeu.** En jouant à la loterie, aux casinos ou aux courses ou en faisant des paris sur des compétitions sportives, quelques-uns sont devenus dépendants des jeux de hasard. Les pertes qui s'accumulent et les rêves d'indépendance financière alimentent le besoin « d'une chance de plus ». À ce moment, le dommage déjà fait à la famille, aux amis et à l'avenir est mis de côté, remplacé par la montée de l'adrénaline d'un pari de plus.

# LES SIGNES D'UNE DÉPENDANCE

Ceux qui travaillent avec des personnes aux prises avec des dépendances identifient au moins cinq signes révélateurs, qui, lorsqu'ils sont réunis, indiquent la présence d'une dépendance destructive asservissante.

**1. L'absorption de l'attention.** Toutes les dépendances demandent du temps, de la réflexion et de l'énergie. Elles ne sont pas de simples passe-temps. Ce sont des obsessions et des préoccupations qui sont de plus en plus exigeantes.

**2. Une tolérance accrue.** Le principe des rapports décroissants s'applique aussi. Il faut augmenter la quantité pour obtenir le même effet. Les toxicomanes ont besoin de plus de drogue pour arriver à la même euphorie. Les

alcooliques ont besoin de plus d'alcool pour maintenir la sensation qui leur venait si facilement au début.

L'obsédé sexuel passe de la pornographie légère à la pornographie perverse ou des relations matrimoniales normales à des rencontres socialement et bibliquement interdites.

**3. Une dénégation croissante.** Afin de protéger les moments sacrés du plaisir, on nie le fait que ce qui attire détruit. Étant donné qu'il y a tant à perdre, on dissimule l'étendue de l'asservissement. On se persuade qu'on peut s'arrêter n'importe quand. On apprend à vivre dans deux mondes à la fois. On croit même ses propres histoires. On devient un acteur talentueux devant les autres par peur d'être découvert.

**4. Les dommages.** Il n'existe pas d'assuétude inoffensive. Toutes les assuétudes sont destructives pour ceux qui en sont atteints et pour ceux qu'ils aiment.

Directement ou indirectement, les obsessions peuvent détruire la famille et les amitiés. On peut perdre son emploi, sa santé, sa dignité et sa réputation. Les assuétudes sont des dépendances asservissantes et destructives. Elles détruisent la capacité de se maîtriser et l'aptitude à connaître et apprécier le Dieu qui nous a créés pour lui-même.

**5. La privation douloureuse.** Il est douloureux d'être privé de ce qu'on a l'habitude d'utiliser pour se donner un faux sentiment de bien-être. Des accès de colère, de l'agitation, de l'anxiété, un sentiment de panique, des tremblements et de la dépression peuvent découler d'un état de manque. Lorsqu'on est privé de ce dont on dépend, on a généralement l'impression d'avoir perdu quelque chose d'essentiel à la vie.

Puisque les conséquences sont si douloureuses, on peut se demander pourquoi

on est tellement porté à devenir dépendant de façons de penser et d'agir autodestructrices.

## POURQUOI S'ACCROCHET-ON À UNE ASSUÉTUDE ?

Les dépendances ne sont pas simplement des déviations de choix. Elles sont perçues comme des canots de sauvetage nécessaires à la survie. Les dépendances apportent quelque chose que l'on pense être indispensable à la vie. Elles offrent un soulagement et un pouvoir prévisibles dans un monde imprévisible et douloureux.

**La recherche d'un soulagement.** Lorsqu'on fait face à la perte de la santé, lorsqu'on est hanté par le mal qu'on a fait à d'autres, lorsqu'on est hanté par le rejet d'un parent ou d'un conjoint,

il est normal d'essayer de trouver un soulagement à la douleur. On a horreur du sentiment de culpabilité, de séparation, de vide et de solitude. On veut être accepté et se sentir aimé. Les dépendances apportent un remède qui aide à oublier la douleur — pour un moment du moins.

L'alcool noie le chagrin.  
La drogue change les moments de déprime en euphorie.  
Les excès alimentaires remplissent le vide intérieur.  
Le travail compulsif remplace l'insécurité par un sentiment d'accomplissement. Les obsessions sexuelles imitent l'aventure et l'intimité.

Les dépendances débutent souvent par une poursuite du plaisir pour engourdir le malaise provoqué par une perte douloureuse. Cependant, on découvre rapidement que les dépendances provoquent plus de douleur. Avec le temps, celles-ci deviennent pires que la douleur qu'on essaye de soulager. On a

maintenant besoin de soulager non seulement les pertes inéluctables, mais également la honte de sa propre stupidité. On a honte d'avoir eu recours à une habitude assujettissante qui a empiré le problème.

La honte est aussi trompeuse. Au début, c'est le plaisir qui maintient dans la dépendance. Avec le temps, la honte a le même effet. Ces deux sentiments sont, chacun à sa façon, des remèdes trompeurs à la douleur. Le plaisir remplit un vide, la honte tue. Le plaisir est une distraction, la honte un assassin. Tous deux s'accrochent à la dépendance. Tous deux se joignent aux obsessions pour insensibiliser le cœur non seulement au mal qu'on fait aux autres, mais aussi au désir d'amour et de relation.

Ironiquement, la honte finit par être même plus utile que le plaisir dans le soulagement de la douleur. La honte procure le sentiment d'être indigne de donner



ou de recevoir de l'amour. La honte étouffe le désir de relation. La honte devient un analgésique puissant qui non seulement diminue la douleur, mais endurecit également le cœur jusqu'à ce qu'on ne ressente plus rien.

Lorsque le cœur est endureci, on n'a pas mal. On n'a pas le désir de donner ou de recevoir de l'amour. On n'est pas non plus capable de ressentir le mal qu'on fait aux autres. Pourtant, utiliser la dépendance, et la honte qui en résulte, pour ne rien ressentir semble plus facile que de supporter les chagrins de la vie.

**La recherche du pouvoir.** Les dépendances donnent également une illusion de contrôle. Elles sont comme des tapis magiques personnels qui transportent dans un monde qu'on semble pouvoir contrôler. Elles offrent une façon prévisible de changer les sentiments qu'on a envers soi-même et envers les autres.

Les dépendances procurent des moments prévisibles sur lesquels on peut compter tout en donnant l'illusion du pouvoir. Alors que les gens et les circonstances sont incontrôlables, les dépendances apportent immédiatement ce qu'elles promettent en soulagement, plaisir, pouvoir et contrôle. En refusant de manger, en se purgeant de ce qu'on a mangé, en utilisant le travail pour se valoriser ou en faisant un achat de plus, on a un sentiment de puissance plutôt que de faiblesse.

L'assuétude est attrayante, car elle semble offrir des doses prévisibles de soulagement et de pouvoir au sein de la douleur et de l'impuissance. Pourtant, elle est en réalité la maison aux miroirs qui promet la liberté, puis prend au piège en laissant peu d'espoir d'en échapper. Il en résulte toujours un esclavage autodestructeur.

Ce qu'on découvre trop tard c'est qu'en échange du

soulagement et du contrôle l'assuétude domine. Bien qu'on pense avoir la situation en main, l'expérience montre qu'il en est autrement. On s'arrêterait si on le pouvait. Mais on est devenu esclave de ses propres désirs. L'attrance pour la dépendance est plus grande que le désir de s'en sortir. On croit avoir besoin du soulagement et du pouvoir que les dépendances apportent et les mériter.

À un moment donné, on est forcé de choisir entre la dépendance et ceux dont on est aimé. On sait ce qu'on désire désespérément. On ne veut pas perdre ceux qu'on aime, mais on ne sait pas comment on pourrait survivre sans « l'ami » qui détruit. On se sent pris dans un cycle de dépendance.

## QU'EST-CE QU'UN CYCLE DE DÉPENDANCE ?

**A** lors que la dépendance devient de plus en plus forte, le plaisir qu'elle procure diminue. Les moments de soulagement sont remplacés par un sentiment persistant de honte. On se sent coupable d'avoir une habitude socialement inacceptable. On a peur d'être découvert. Tour à tour, on décide d'arrêter ou de réparer les torts causés par ses échecs, dans l'espoir de faire taire ses sentiments de culpabilité et de honte. Mais ça ne marche jamais. On peut avoir débarrassé temporairement sa vie de son assuétude et des sentiments déplaisants qu'elle crée, mais rien ne les a remplacés. Par conséquent, on est encore plus profondément conscient du vide intérieur. Des sentiments de désenchantement et de

désespoir s'installent et, une fois de plus, on en recherche le soulagement. Alors qu'on recherche le soulagement, on est attiré à nouveau dans les bras familiers de l'assuétude.

Le cycle continue à se répéter et les sentiments d'insatisfaction, de désenchantement, de désespoir et d'asservissement deviennent de plus en plus profonds.

## PAR QUEL MOYEN PEUT-ON ROMPRE LE CYCLE ?

**P**arfois il est nécessaire que la famille intervienne ou qu'une décision judiciaire ordonne un traitement. Quelquefois c'est la ruine financière, la perte d'un emploi, de la santé ou d'une amitié qui pousse à rompre le cycle.

Pour atteindre ses limites personnelles, il est nécessaire que quelque chose se passe. Quelque chose doit

faire naître la volonté de rechercher l'aide spirituelle ou médicale ou les rencontres quotidiennes de groupe nécessaires pour rompre l'emprise de la dépendance assujettissante et destructive.

Une chose est certaine, même si l'hospitalisation et le traitement médical sont nécessaires pour rompre l'emprise de la dépendance, on aura besoin d'aide spirituelle pour recouvrer la santé mentale et physique, la sobriété et le contrôle de soi.

La dépendance est reliée au for intérieur spirituel. Il existe des besoins qui ne peuvent pas être assouvis par la nourriture, l'alcool, la drogue ou le travail. Les obsessions physiques ne peuvent pas satisfaire les désirs profonds de satisfaction, de sécurité et de raison d'être.

Parce que ces besoins sont spirituels plutôt que physiques, la plupart des centres de traitement de l'assuétude reconnaissent

maintenant qu'il est nécessaire d'apporter plus que des thérapies médicales et sociales. Plusieurs programmes sont basés sur une forme de traitement spirituel qu'on appelle la réhabilitation en douze étapes. Dans les pages qui suivent, nous examinerons les points forts et les points faibles de cette approche.

**L'histoire de la réhabilitation en douze étapes.** Il s'agit du programme du mouvement des Alcooliques Anonymes, qui a été repris par d'autres groupes. Ce mouvement a pris racine dans le groupe Oxford, qui au début du XX<sup>e</sup> siècle a encouragé le renouveau spirituel comme moyen pour rompre l'emprise de l'alcoolisme.

Le groupe Oxford a été fondé en 1908, lorsqu'un secrétaire du YMCA du nom de Frank Buchman a reçu une révélation spirituelle qui a changé sa vie. Des écrits révèlent qu'en juin 1908,

Frank a établi une Église de rue à Philadelphie. L'Église a prospéré et Frank a mis en place un hospice pour jeunes hommes, dont le concept s'est répandu à d'autres villes.

Peu après cependant, Frank a eu un terrible argument avec son comité d'administration parce qu'on avait coupé le budget et les fonds pour la nourriture. Il a démissionné et est parti pour l'Europe. Il a abouti dans une grande convention religieuse à Keswick en Angleterre. Sa transformation spirituelle a eu lieu lorsqu'il a entendu un orateur qui parlait avec simplicité de la croix du Christ. Il a ressenti l'abîme qui le séparait du Christ et a pris conscience de son besoin de s'abandonner à sa volonté. Il est retourné chez lui et a écrit ce qui suit à chacun de ses six administrateurs de Philadelphie : « Mes chers amis, j'ai entretenu contre vous de mauvais sentiments. Je vous en demande pardon.

Voulez-vous me pardonner ?  
Bien à vous, Frank. »

Ressentant un ardent désir de faire connaître cette expérience, il s'est rendu à l'université Oxford où il a établi un groupe évangélique parmi les dirigeants étudiantins et les athlètes. À un moment donné, le groupe, qui était centré sur la foi personnelle en Christ, s'est penché aussi sur le besoin :

1. D'atteindre ses limites personnelles
2. Des autres
3. De dépendre de Dieu
4. De s'examiner soi-même
5. De confesser ses défauts
6. De réparer les torts
7. De travailler avec les autres.

En 1934, des membres du groupe Oxford ont enseigné quelques-uns des principes de leur association à un alcoolique du nom de Ebby Thatcher, qui était sur le point d'être enfermé, en tant que buveur chronique, à Bennington au Vermont. À son tour, Ebby a enseigné

ces principes à un ami d'enfance, qui était aussi alcoolique, du nom de Bill Wilson. Plus tard, Wilson est devenu cofondateur du mouvement AA avec un docteur nommé Bob Smith. Selon une transcription de l'un des discours de Bill, les premiers principes enseignés par Ebby étaient :

1. Nous avons admis que nous avons un problème.
2. Nous sommes devenus honnêtes envers nous-mêmes.
3. Nous en avons parlé avec une autre personne.
4. Nous avons compensé les personnes auxquelles nous avons fait du tort.
5. Nous avons essayé de transmettre ce message à d'autres sans rechercher de récompense.
6. Nous avons prié Dieu tel que nous le concevons et en qui nous croyions.

Étant donné que ce Dieu « indéfini » a refait surface plus tard dans les douze étapes des AA, bien des

chrétiens se sont distancés du mouvement. Selon eux, la réhabilitation par les douze étapes est utilisée comme substitut à la foi en Christ et ils pensent que certains adeptes des douze étapes substituent « le groupe » à l'Église.

### **Le besoin des autres.**

C'est vrai que certaines personnes ont trouvé les groupes de réhabilitation en douze étapes plus utiles que d'aller à l'église. Le principe de l'entraide a été une force importante du processus des douze étapes. Les groupes de réhabilitation les plus efficaces sont ceux qui fonctionnent comme une communauté de personnes qui se trouvent dans le même combat et qui s'entraident avec compassion. On y partage les fardeaux et les peines les uns des autres. On rit ensemble, on pleure ensemble, on se confronte les uns les autres et on se réjouit ensemble. Les reniements et les fausses croyances au sujet

de l'assuétude sont exposés et on s'encourage mutuellement à développer la volonté de faire des choix difficiles.

Il est intéressant de constater qu'il s'agit de la sorte de relation d'amour que le Nouveau Testament prescrit. C'est parmi ceux d'entre nous qui croient en Christ et en la Bible, sur laquelle la réhabilitation en douze étapes est basée, que les principes de réhabilitation et d'entraide devraient être les plus évidents. Certains d'entre nous doivent maintenant apprendre par les groupes de réhabilitation ce que les fondateurs des douze étapes ont appris de l'Église.

Il est aussi important pour nous de garder à l'esprit que les Églises et les groupes de réhabilitation ont des objectifs différents. Bien des Églises ne sont pas équipées pour offrir l'enseignement spécifique et pourvoir aux besoins que des groupes de réhabilitation en douze étapes sont en mesure d'offrir. De même,

les groupes de réhabilitation en douze étapes ne peuvent pas offrir le genre de famille spirituelle, de prise en charge et d'édification que la Bible prescrit. Ils ne définissent pas Dieu afin de pouvoir inclure des gens de toutes les dénominations dans la lutte contre les dépendances. Mais les groupes de réhabilitation qui définissent « Dieu tel que nous le concevons » ne peuvent pas apporter toute l'aide spirituelle nécessaire.

**Le besoin d'être compris.** Se confier à un « Dieu tel que nous le concevons » peut aider les gens à surmonter l'alcoolisme ou la toxicomanie, mais ça ne leur donne pas l'assurance du pardon et une relation intime avec Dieu.

### ***Comprendre son Dieu.***

Dans le Nouveau Testament, l'apôtre Paul parle de la question du « Dieu inconnu » avec un groupe de philosophes athéniens du I<sup>er</sup> siècle (Actes 17.22-34). Alors qu'il reconnaît que

des personnes de toutes les dénominations vivent et ont été créées par Dieu, Paul établit clairement que maintenant Dieu nous appelle tous à reconnaître et à accepter celui qu'il a ressuscité des morts. Paul parlait de Jésus, qui avait enseigné que « Dieu est Esprit, et il faut que ceux qui l'adorent l'adorent en esprit et en vérité » (Jn 4.24).

Lorsqu'on associe ces citations au reste du Nouveau Testament, on voit que Dieu veut être connu. Même s'il aide à surmonter une assuétude alors qu'on adore encore « un Dieu inconnu », cette miséricorde n'est pas une fin en elle-même. Le Dieu de la Bible accorde de telles bénédictions pour qu'on soit attiré à son offre absolue de plein pardon, d'adoption, de vie éternelle et de jouissance d'une vie spirituelle quotidienne en Christ.

Avec ces éléments de base, voyons de quoi ont l'air les principes de réhabilitation

lorsqu'ils sont vus à la lumière d'un Dieu qui se fait connaître, qui tend la main avec amour et qui atteint jusque dans l'assuétude et le péché. Ce sera difficile pour certaines personnes qui se sont senties critiquées et condamnées par des gens qui se déclarent partisans de Christ. Mais souvenez-vous que c'est le Christ lui-même qui a gagné la réputation « d'ami des pécheurs ».

Jésus n'est pas mort seulement pour ses amis. Il n'est pas mort seulement pour les bonnes personnes. Il est mort pour des personnes comme Marie Magdala, qui était possédée par sept démons avant d'être délivrée de son esclavage. Il est mort pour des personnes aux prises avec leurs propres désirs destructeurs pour le sexe, l'alcool et l'argent. C'est pour ça que plus tard l'apôtre Paul a écrit :

*Ne vous y trompez pas :  
ni les débauchés, ni les  
idolâtres, ni les adultères,*

*ni les efféminés, ni les infâmes, ni les voleurs, ni les cupides, ni les ivrognes, ni les outrageux, ni les ravisseurs, n'hériteront le royaume de Dieu. Et c'est là ce que vous étiez, quelques-uns d'entre vous. Mais vous avez été lavés, mais vous avez été sanctifiés, mais vous avez été justifiés au nom du Seigneur Jésus-Christ, et par l'Esprit de notre Dieu (1 Co 6.9-11).*

S'il s'agit-là du genre de personnes que Dieu déclare être sans faute (justifiées) et, si c'est le genre de personnes que Dieu met de côté pour lui-même (sanctifiées) lorsqu'elles croient en son fils, alors il y a de l'espoir pour nous aussi. Dieu ne justifie et ne sanctifie pas les bonnes personnes. Jésus dit lui-même :

*Ce ne sont pas ceux qui se portent bien qui ont besoin de médecin, mais les malades. Je ne suis pas venu appeler des justes,*



*mais des pécheurs,  
afin qu'ils se repentent  
(Mc 2.17).*

**Comprendre sa vulnérabilité.** Mais les chrétiens ne souffrent-ils pas de dépendances ? Oui. Tout le monde peut être aux prises avec des dépendances avant et après avoir reçu le pardon du Christ et le Salut éternel. C'est une des raisons pour laquelle Paul a dû écrire aux chrétiens de Corinthe (voir 1 Co 6.9-11 ci-dessus). Quelques-uns d'entre eux vivaient encore sous l'influence de l'alcool et de désirs sexuels inappropriés, même après être venus au Christ. Comme toute autre personne, celles qui ont été rachetées et qui appartiennent à Dieu peuvent elles aussi être aux prises avec des dépendances. Cette vulnérabilité existera aussi longtemps qu'on vivra et qu'on recherchera à soulager les souffrances de ce corps de chair. (Ro 8.23).

Mais qu'en est-il de ceux qui reçoivent une délivrance dramatique et durable au jour de leur salut ? Quelques-uns rapportent une « cure miracle » lorsqu'ils viennent au Christ et qu'il devient leur Seigneur et Sauveur. Mais leurs récits ne sont pas la norme. Ce que leur expérience démontre est que Dieu peut rompre les chaînes de l'esclavage. Leur délivrance montre que Dieu veut que son peuple soit libre de lui appartenir et d'être gouverné par lui. Leurs cures dramatiques rappellent à tous que Dieu peut donner à son peuple le pouvoir de vivre sous l'influence et le contrôle de son Esprit.

Mais des délivrances dramatiques « du jour au lendemain » ne sont qu'une partie de l'image. Même ceux qui expérimentent une telle libération dans les premiers jours de leur foi devront passer le reste de leur vie à confronter les dangers de nombreuses autres

dépendances assujettissantes et destructives. C'est à des chrétiens que Paul écrivait :

*Ne vous enivrez pas de vin : c'est de la débauche. Soyez, au contraire, remplis de l'Esprit ; entretenez-vous par des psaumes, par des hymnes, et par des cantiques spirituels, chantant et célébrant de tout votre cœur les louanges du Seigneur ; rendez continuellement grâces à Dieu le Père pour toutes choses, au nom de notre Seigneur Jésus-Christ, vous soumettant les uns aux autres dans la crainte de Christ (Ép 5.18-21).*

Dans ce texte, Paul montre que le peuple de Dieu n'est pas à l'abri des dangers de l'assuétude. Il montre également que les chrétiens ont de puissantes ressources pour expérimenter une nouvelle spiritualité et une saine dépendance envers l'Esprit de Dieu.

### **Comprendre ses désirs.**

Afin de comprendre les

dépendances, il est important qu'on comprenne que les désirs de l'être humain ne sont pas mauvais. Le profond désir de relations, d'appartenance et de liberté est donné par Dieu. Ce qui tue c'est la façon par laquelle on essaye de satisfaire ou d'étouffer ces capacités qui sont données par Dieu. Les assuétudes sont puissantes parce que les désirs que Dieu a créés pour être des serviteurs deviennent des maîtres cruels lorsqu'on leur permet de prendre le dessus.

Le désir de se sentir bien a une utilité. Mais lorsqu'on croit avoir besoin d'un soulagement immédiat et lorsque la plus grande priorité est d'éviter la douleur, on est prêt à tomber dans le piège d'une dépendance assujettissante et destructrice. Lorsqu'il est plus important qu'on se sente bien, ou de ne rien sentir, plutôt que de faire le bien, d'aimer les autres ou de connaître Dieu, on est prêt à devenir esclave d'une assuétude.

Les désirs reflètent le fait qu'on a été conçu pour adorer. Le philosophe et théologien Augustine avait raison lorsqu'il disait qu'il y avait à l'intérieur de chacun de nous un vide qui prend la forme de Dieu et que le cœur de l'homme ne sera pas tranquille tant qu'il ne trouvera pas sa paix en lui. Si on n'adore pas un Dieu d'amour, alors on finira par adorer ses propres désirs jusqu'à en être consumé. L'assuétude devient une idole.

Cependant, les désirs auxquels on donne libre cours font plus que consumer. Les efforts désespérés visant à éviter la douleur blessent inévitablement ceux qu'on aime. Comment peut-on mesurer la douleur que ressentent des parents à la vue de leur fille anorexique qui se laisse mourir de faim ? Qui peut exprimer la douleur d'un enfant qui grandit dans la négligence imprévisible d'un parent alcoolique ? Qui peut décrire l'agonie

d'une épouse qui découvre que son mari à tout perdu au jeu et qu'ils sont ruinés ?

Et pourtant, malgré les torts causés à ceux qu'on aime, on s'accroche à ses assuétudes et on renie sans cesse le fait qu'on a un problème. Parce que le désir de se sentir bien ou de ne rien sentir est plus important que la vérité, le reniement est un signe prévisible et constant qui indique que la personne est prise au piège d'une habitude assujettissante.

Les désirs égocentriques poussent les personnes assujetties à renier qu'elles ont un problème parce qu'elles ne peuvent pas s'imaginer vivre sans l'objet de leur dépendance. Le mari qui est impliqué dans une liaison extra-conjugale se sent beaucoup plus animé lorsqu'il est avec sa maîtresse que lorsqu'il est avec sa femme. Les alcooliques pensent qu'ils ont besoin de boire pour que leur vie soit tolérable. Les travailleurs

compulsifs pensent qu'ils doivent travailler 80 heures par semaine pour prouver qu'ils sont importants. Il est impensable pour une telle personne de renoncer à la source de ses sensations agréables.

Lorsqu'on est confronté aux dommages que l'assuétude et le reniement causent aux autres, on a tendance à blâmer tout le monde, sauf soi-même, pour ce qui arrive. Consumé par le désir de se sentir bien ou d'engourdir ses sentiments par n'importe quel moyen, on est porté à se mettre en colère contre quiconque met la vérité à jour.

**Comprendre sa colère.** La colère dissimule la peur. On se met en colère contre tout parce qu'on a peur de faire face à la lumière du jour. On est terrifié à la pensée de perdre le contrôle. Dans cette crainte, on adopte des stratégies de « combat ou de fuite ». On se dispute avec quiconque suggère qu'on a perdu le

contrôle de soi et qu'on est sur une voie autodestructrice. On se réfugie dans le confort de l'« ami » qui procure des moments de soulagement et de satisfaction.

La colère aide à justifier l'assuétude. On croit mériter le soulagement que la dépendance procure. En blâmant les autres pour ses problèmes, on évite l'attention. En blâmant Dieu pour ses souffrances, on évite temporairement la question de l'idolâtrie. Aussi longtemps qu'on pourra entretenir ses récriminations contre le ciel et la terre, on n'aura pas besoin de s'arrêter au fait que par sa propre volonté on ait choisi des dieux qui permettent de se sentir bien pour un instant. Tant qu'on peut se sentir traité injustement, négligé et mal aimé, on peut justifier avec colère pourquoi on remplace Dieu par une assuétude.

Dans sa colère, on oublie toujours celui qui a porté les souffrances du monde dans son propre corps, sur une

croix. Alors qu'on blâme les autres, on oublie les coups, le fouet, le mépris, les clous, la soif et les larmes qui étaient les siens. Tant qu'on continue de blâmer Dieu et les autres pour sa souffrance, on ignore celui qui a enduré toute cette punition et qui s'est écrié, « Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? » (Mc 15.34). En blâmant les cieux et la terre pour ses problèmes et en s'engourdisant dans le confort indifférent de ses dépendances, on ignore celui qui a dit :

*Venez à moi, vous tous qui êtes fatigués et chargés, et je vous donnerai du repos. Prenez mon joug sur vous et recevez mes instructions, car je suis doux et humble de cœur ; et vous trouverez le repos pour vos âmes. Car mon joug est doux, et mon fardeau léger (Mt 11.28-30).*

## À LA CROISÉE DES CHEMINS

Qu'on ait besoin d'être pardonné ou d'être renouvelé spirituellement, le Dieu de la Bible présente une offre qui demande une invitation en retour. Dans la Bible, Jésus se représente frappant à une porte et disant :

*Voici, je me tiens à la porte, et je frappe. Si quelqu'un entend ma voix et ouvre la porte, j'entrerai chez lui, je souperai avec lui, et lui avec moi (Ap 3.20).*

Lorsqu'on entend frapper, on panique ou on se fâche. La première réaction pourrait être « Oh ! Non ! Il est là. La maison est en désordre. Je ne veux pas être vu dans cet état. S'il entre, je serai encore plus mal à l'aise qu'avant. »

Accablé par la peur, on oublie que, puisqu'il est Dieu, il voit à l'intérieur aussi clairement que s'il n'y avait pas de porte. Il voit la vaisselle

sale, les chambres en désordre, la honte, les assuétudes. Il voit tout, il sait dans quel état on est et même à quel point on est fâché contre lui.

En plus d'avoir peur, on est fâché. On est certain qu'il contribue au problème. On ne veut pas le laisser entrer. Trop souvent dans le passé on a été ignoré. Il aurait pu empêcher qu'on souffre. Il aurait pu donner le genre de vie qu'il a donné à d'autres. Il n'a pas été juste. Et pourtant maintenant il veut davantage. On sent instinctivement qu'il veut qu'on lui donne son cœur. Il veut prendre le contrôle. On a l'impression qu'en l'invitant à entrer on invite l'ennemi.

Et pourtant il frappe. Il sait ce qui est difficile à croire. Il est venu en offrant le soulagement, le réconfort, le pardon et le repos. Il est venu offrir le renouveau. Il veut s'asseoir et manger à la table du cœur. Il attend qu'on l'invite, qu'on lui dise quelque chose comme « Seigneur,

entre. J'ai gâché ma vie. S'il te plait, entre et aie pitié de moi. »

Lorsque finalement on invite le Christ dans son fouillis, on découvre qu'il n'est pas venu pour condamner. Il ne demande pas non plus qu'on essaye de réparer soi-même sa vie gâchée. Au contraire, il vient en tant que Sauveur et frappe avec amour. Il attend qu'on lui dise « Oui, Seigneur, entre. Sois en charge de ma vie. Pardonne-moi. Change-moi. »

À ce carrefour d'invitations, il y a une chance de changer. Il y a la possibilité de découvrir la vie à travers un processus d'acceptation de l'assuétude, en reconnaissant sa souffrance, en acceptant de prendre la responsabilité pour les dommages qu'on a causés, en implorant le pardon, en choisissant de s'abandonner et de prendre soin des autres. C'est ici, à cette croisée des chemins, que le cœur peut reprendre vie, dans la présence de celui qui, bien qu'il sache

tout, veut être le Dieu et l'Ami dont on a besoin et qu'on recherche.

Puisque la pensée de commencer ce cheminement avec Dieu fait peur, voyons dans les pages suivantes de quoi certains changements pourraient avoir l'air, si on laisse le Christ entrer dans un monde de dépendances et de péché. Dans les quelques pages qui suivent, nous verrons de quoi l'abandon et le changement pourraient avoir l'air aux yeux de ceux qui ont commencé le long cheminement de la transformation.

## LES SIGNES DU PROGRÈS

### INDICE N° 1 :

**On admet avoir besoin d'aide.** Ce premier pas dans le progrès spirituel n'a pas été facile. On ressent tout d'abord ce passage vers la liberté et vers une nouvelle vie comme

une mort (Mt 10.39). Être honnête envers soi-même et reconnaître qu'on a perdu le contrôle était difficile en soi. Admettre à d'autres la nature de son problème semblait être de la folie. Et pourtant, on a commencé à raconter son histoire. En parlant à d'autres de son combat, on a mis à jour la vérité au sujet de son assuétude et on a vu même plus clairement que ceux qu'on considérait être des « amis » étaient en fait une cause de chute. Les assuétudes ont dérobé les amitiés, la dignité et l'avenir.

Une fois qu'on voit à quel point la vie est devenue incontrôlable, on est prêt à devenir dépendant de l'aide de Dieu et des autres pour retrouver la saine indépendance et le contrôle de soi qu'on avait perdus.

### INDICE N° 2 :

**On a découvert que la souffrance n'était pas l'ennemi.** On a permis à la souffrance de mener

à la raison. Une saine affliction a permis de faire face à la souffrance que les dépendances étaient censées soulager ou faire disparaître. La souffrance n'est pas partie ; on a cependant découvert de nouvelles façons de les endurer avec courage, espoir et même avec joie.

On a appris à laisser sa douleur mener au réconfort que décrit l'auteur du Psaume 73. Lui aussi a été accablé et désillusionné par l'injustice de la vie. Il ne pouvait pas comprendre comment Dieu pouvait laisser les méchants faire leurs mauvaises oeuvres alors que les innocents, comme lui-même, souffraient. Ces pensées étaient douloureuses. Il en a presque perdu la foi. Mais, parce qu'il a fait face à sa douleur et l'a apportée à l'autel, il a soudainement découvert que son cœur avait changé à la perspective de l'éternité.

*La difficulté fut grande à mes yeux, jusqu'à ce que j'aie pénétré dans les*

*sanctuaires de Dieu, et que j'aie pris garde au sort final des méchants. Oui, tu les places sur des voies glissantes, tu les fais tomber et les mets en ruines. Eh quoi en un instant les voilà détruits ! ... Lorsque mon cœur s'aigrissait, et que je me sentais percé dans les entrailles, j'étais stupide et sans intelligence, j'étais à ton égard comme les bêtes. Cependant je suis toujours avec toi, tu m'as saisi la main droite ; tu me conduiras par ton conseil, puis tu me recevras dans la gloire. Quel autre ai-je au ciel que toi ? Et sur la terre je ne prends plaisir qu'en toi. Ma chair et mon cœur peuvent se consumer : Dieu sera toujours le rocher de mon cœur et mon partage (Ps 73.16-19, 21-26).*

Comme le psalmiste, on a appris que la souffrance peut mener à Dieu. On a découvert que la souffrance ne faisait pas nécessairement tomber dans l'assuétude.



### **INDICE N° 3 :**

#### **On a appris à accepter la responsabilité de ses choix.**

On a vu des signes évidents qu'on surmontait les assuétudes lorsqu'on a commencé de voir plus loin que le mal qui avait été infligé.

Au lieu de simplement blâmer ceux qui avaient fait du mal, on a commencé à voir comment on avait choisi soi-même d'agir face aux douloureuses circonstances. Les yeux se sont ouverts et on a admis avoir pris des décisions même lorsqu'on pensait n'avoir aucun autre choix que de continuer dans la dépendance. On a découvert des motifs et des choix auxquels on avait adhéré.

On a accepté la responsabilité de sa colère, de la façon par laquelle on a essayé de satisfaire ses désirs, de la recherche de soulagement, d'avoir refusé d'admettre sa vulnérabilité et de sa détermination à se

protéger à tout prix, même aux dépens des autres.

On a accepté la responsabilité d'avoir remplacé le Créateur par une assuétude qui ne pouvait pas apporter la lumière et l'ordre dans une vie chaotique, mais qui en fait avait obscurci encore davantage les ténèbres dans lesquelles on se cachait.

Tout d'abord, on avait peur d'une telle responsabilité car elle augmentait le sentiment d'échec et de perte. On a découvert qu'on était coupable d'avoir fait du tort aux autres. Cependant, cette prise de conscience grandissante agissait de façon positive. C'est seulement lorsqu'on admet ses fautes qu'on peut découvrir la vérité qui libère (Jn 8.32).

On a reçu l'enseignement de Jacques, qui encourage à ressentir la misère et à s'approcher de Dieu (Ja 4.8-10) et de l'apôtre Paul qui dit que la tristesse selon Dieu produit une repentance à salut (2 Co 7.10).

## INDICE N° 4 :

### **On reconnaît son besoin de miséricorde.**

Plus tôt, on a vu son besoin d'aide. On en est venu à croire que Dieu seul pouvait délivrer de la servitude de l'assuétude. Puis on a découvert qu'on avait besoin de plus, qu'on avait besoin de miséricorde. Après avoir vu les différentes façons par lesquelles on avait péché contre Dieu et contre les autres, il est devenu clair qu'on avait besoin d'une aide et d'un pardon qu'on ne méritait pas.

La miséricorde est devenue une joie nouvelle. La miséricorde a invité à un changement de disposition, une repentance qui ferait qu'on se détournerait joyeusement de ses obsessions idolâtres. Maintenant que l'échec fait partie du passé, la miséricorde demande à ce qu'on devienne dépendant de Dieu.

Lorsqu'on était encore dans les bras de son assuétude, la pensée de

changer était comme la mort. Maintenant la miséricorde offre l'espoir, la vie et la liberté. La miséricorde donne une raison de se détourner des futilités tentatives pour trouver le soulagement et le pouvoir. La miséricorde donne une nouvelle façon de voir Dieu. L'appel de la miséricorde est plus fort que l'attrait de la dépendance. Petit à petit, on voit que celui qui offre le pardon est aussi celui qui aime l'âme.

Pour la première fois, on éprouve un plaisir qui dure plus qu'un instant. On a maintenant une raison de détruire son idole et de rompre les liens auxquels on était attaché. Bien que de se souvenir et de pratiquer tout ce qu'on a appris sera un combat pour le reste de la vie, quelque chose de merveilleux c'est produit. On a été changé. On a goûté à la joie. Dans les moments de réflexion, on devra toujours reconnaître que le plaisir que produit une dépendance ne

mérite pas d'être comparé aux bienfaits de Dieu.

## **INDICE N° 5 :** **On a découvert qu'il y avait bien des raisons d'être reconnaissant.**

C'est seulement lorsqu'on a découvert les richesses de la miséricorde de Dieu qu'on a commencé d'apprécier la profondeur de sa bonté. On était incapable d'aimer véritablement. On était tellement aveugle. On avait tellement insisté sur ses droits d'être délivré de ses souffrances et d'être en contrôle de sa vie. Lorsqu'on était confronté, on reniait constamment la vérité. Même en voyant tout cela, *Dieu a malgré tout manifesté son amour*. Il a pardonné. Il s'est même donné lui-même en rançon pour les êtres brisés.

C'est avec un cœur débordant de reconnaissance qu'on s'accroche aux paroles de David, qui a écrit :  
« Heureux celui à qui la transgression est remise, à

qui le péché est pardonné ! » (Ps 32.1).

C'est lorsqu'on reconnaît la persévérance de Dieu, pour le bien de ceux qu'il recherche, même lorsqu'ils sont effrontés et idolâtres, en pleine rébellion contre lui, que les cœurs sont touchés et reconnaissants pour sa miséricorde et sa grâce. Dès ce moment, on se demande comment on aurait pu se détourner de lui pour aller vers des plaisirs passagers et destructeurs.

Bouleversé par la bonté de Dieu et ayant goûté à la possibilité d'être comblé et complet en lui, on a commencé à éprouver du bonheur à se donner à Dieu en expression de l'adoration et de l'amour qu'on a pour lui (Ro 12.1).

## **INDICE N° 6 :** **On découvre que la soumission est un mode de vie.** Lorsqu'on a découvert ses limites personnelles pour la première fois, lorsqu'on a

atteint le fond du précipice et qu'on a admis que sa vie était anéantie, la soumission à Dieu n'était pas complète. D'une certaine façon c'était une soumission forcée. On avait été brisé par la tyrannie de ses propres choix. Les conséquences de l'esclavage qui en résultaient avaient rendu la vie insupportable. On avait finalement admis qu'on était vaincu et que si on n'abdiquait pas, on mourrait. On s'est rendu pour se sauver la vie.

Ce qu'on n'avait pas réalisé à ce moment, c'est que cette attitude de soumission pouvait devenir un mode de vie. On ne réalisait pas non plus que ça pouvait être une belle vie. En son temps, on avait été surpris par la joie. L'abdication qu'on avait crainte était devenue une façon de demander de l'aide et la miséricorde de celui qui avait fait découvrir le plaisir, la sécurité et la satisfaction en lui.

Lorsqu'on a cessé de faire confiance à son assuétude, on est devenu libre de dépendre de celui qui donne toujours bien plus que ce qu'il demande. Le fait d'abandonner ses buts égoïstes et de se confier en lui a libéré du temps et de l'énergie qui peuvent maintenant être utilisés pour combler les besoins des autres.

## **INDICE N° 7 :**

**On se dévoue pour les autres.** Bien qu'on ait été prisonnier de la confusion de sa propre assuétude, on n'avait rien que du mépris pour les véritables relations d'amour. On avait tellement à cacher et on était tellement occupé à se protéger soi-même et à trouver le soulagement personnel, qu'il ne restait aucune énergie pour les autres. Cependant, après avoir ressenti la bonté débordante de Dieu, c'est devenu un plaisir que de conduire d'autres personnes

vers la même source surnaturelle de liberté. On a découvert qu'il n'y avait pas d'expression de gratitude envers Dieu plus grande que de l'honorer en tendant la main vers d'autres avec le même amour réconfortant qu'on a reçu soi-même. C'est de cette sorte de mission dont parle Paul quand il écrit :

*Béni soit Dieu, le Père de notre Seigneur Jésus-Christ, le Père des miséricordes et le Dieu de toute consolation, qui nous console dans toutes nos afflictions, afin que par la consolation dont nous sommes l'objet de la part de Dieu, nous puissions consoler ceux qui se trouvent dans l'affliction ! (2 Co 1.3-4).*

On a découvert que nulle part ailleurs les gens ne sont aussi bien équipés pour s'entraider que dans une famille d'Église, où les individus se voient comme des coéquipiers qui ont tellement de raisons d'être reconnaissants.

## REDÉCOUVRIR UNE VISION DE L'ÉGLISE

**A**lors que l'Église n'est peut-être pas en mesure de s'occuper de toutes les questions compliquées de l'assuétude, elle peut offrir l'encouragement, la compréhension et la responsabilisation. L'Église, par l'entremise de personnes se préoccupant du bien-être de ses membres, peut offrir l'encouragement. Elle peut aider à comprendre la souffrance à la lumière du temps présent et de l'éternité. Elle peut aider à voir à travers des pensées confuses en montrant comment faire confiance à la parole de Dieu et au Saint-Esprit. Elle peut responsabiliser afin qu'on ne vive pas seulement pour soi-même, mais aussi pour le bien des autres. Une Église en santé peut exhorter à prier, travailler et à se préparer pour

le retour du Christ auquel il faut s'attendre à n'importe quel moment.

## UN REGARD DANS LE MIROIR

**I**l est fort probable que nous nous sommes tous reconnus dans le miroir de ces pages. Quelle sorte de personne avons-nous vue ? Avons-nous vu une personne qui est disposée à ressentir les souffrances inévitables de la vie auxquelles personne n'échappe ? Ou avons-nous vu une personne centrée sur le soulagement et le contrôle ? Avons-nous vu une personne qui a une tendance vers la dépendance à cause de son refus de croire que Dieu seul peut donner la satisfaction et la sécurité ?

Nous portons tous en nous la semence de l'assuétude. Nous voulons tous minimiser notre douleur. Nous voulons tous avoir le contrôle de notre monde.

En ce moment, nous devons nous poser de sérieuses questions : « Y a-t-il quoi que ce soit dans ma vie qui est devenu excessif, compulsif ou asservissant ? Y a-t-il quoi que ce soit que nous pensons ne pas pouvoir laisser tomber parce que cela représente trop pour nous ? » Si c'est le cas, nous devons prendre conscience que nous sommes en danger de tomber dans une dépendance asservissante et destructrice.

L'auteur de Hébreux nous met en garde que nous avons tous besoin d'encouragement quotidien « afin qu'aucun de vous ne s'endurcisse par la séduction du péché » (Hé 3.13). C'est par la tromperie que l'assuétude prend pied. Si on leur permet de prendre racine, la tromperie et le déni de la réalité se répandront et aveugleront le cœur, avec des conséquences dévastatrices. Un homme qui renie avoir une curiosité sexuelle incontrôlée est à

la veille de développer une assuétude sexuelle complète. Un homme qui n'est pas disposé à examiner le nombre d'heures qu'il passe au travail se place dans une situation où il pourrait bien subir les pertes relationnelles d'un travailleur compulsif. Une femme qui refuse de reconnaître qu'elle se tourne vers l'alcool, la nourriture ou les achats incontrôlés pour modifier ses sentiments, est en danger de tomber sous l'emprise de l'assuétude.

Si on est en train de marcher au bord du précipice, il est temps de faire face à la vérité. Le cœur souffre. Les désirs que Dieu a donnés sont puissants. Les stratégies égoïstes pour satisfaire ces désirs ne feront qu'augmenter la souffrance. En plus de se blesser soi-même, on blesse aussi ceux qui sont les plus proches et les plus chers. Les assuétudes sont des dieux qui n'ont aucune compassion, ni pour soi, ni pour ceux qu'on aime. Il est temps d'entendre

la voix aimante et implorante de Dieu, qui s'exprime dans ses termes :

*Ne vous y trompez pas : on ne se moque pas de Dieu. Ce qu'un homme aura semé, il le moissonnera aussi. Celui qui sème pour sa chair moissonnera de la chair la corruption ; mais celui qui sème pour l'Esprit moissonnera de l'Esprit la vie éternelle (Ga 6.7-8).*

## LE VOYAGE DU PÉLERIN

Certains personnes commencent leur réhabilitation en s'attendant à ce que Dieu les délivre immédiatement de leur lutte contre leur dépendance. Ce n'est pas souvent que ça se passe de cette façon. La plupart des gens font face à un long et dur combat, avec bien des rechutes. Mais, malgré les échecs, Dieu ne les abandonne pas. Il n'y a rien

qui puisse être comparé au processus du pardon et de la progressive délivrance de l'égoïsme qui mène à un amour qui se donne pour les autres.

Dans cette vie, personne n'est complètement libéré de la lutte contre le péché. Quel que soit le progrès qu'on a fait, il existera toujours des désirs qui s'opposeront à la grâce de Dieu. Malgré ce fait, Dieu peut donner de vivre de façon à ce qu'on ne soit pas irrésistiblement contrôlé par des substituts à Dieu qui enchaînent, dérobent les énergies et rendent incapable de l'aimer et d'aimer les autres. Il peut aider à développer un esprit de liberté afin qu'on soit motivé davantage par ce qui est bon pour son prochain que par son propre plaisir immédiat. Dieu peut nous donner le pouvoir de placer en lui sa confiance et de trouver en lui une source de vie qui mène à un culte de reconnaissance. Lorsqu'on

ne met plus sa confiance en soi-même et en ses dépendances asservissantes, Dieu peut remplir le cœur jusqu'à ce qu'il déborde de sa grâce merveilleuse.

Michael Card rend la beauté de la délivrance dans son cantique *Things We Leave Behind* [Les choses qu'on laisse tomber]. Il écrit :

*Lorsqu'on dit non aux  
choses du monde,  
On ouvre son cœur à l'amour  
du Seigneur,  
Et il est difficile d'imaginer la  
liberté qu'on trouve  
Face aux choses qu'on  
laisse tomber.*  
(Traduction libre).