

QUAND ON NE SE SENT PAS À LA HAUTEUR

par Jeff Olson

Catherine ne pouvait pas dormir. Plus tôt dans la soirée, son amie Jeanne avait téléphoné pour lui demander de la conduire au magasin, mais un rendez-vous pour le dîner l'empêcha d'acquiescer à sa demande. Jeanne l'avait pourtant assurée qu'elle en comprenait la raison, mais Catherine se sentait coupable.

Avoir manqué de générosité envers Jeanne obsédait Catherine au point qu'elle ne se considérait plus comme une bonne amie. Agitée et inquiète, elle commença à chercher un moyen de se reprendre. Trouver un moyen de corriger la situation n'enleva pas complètement sa culpabilité, mais lui permit finalement de dormir un peu cette nuit-là.

Ce n'était pas exceptionnel pour Catherine de se sentir coupable à cause d'un tel incident mineur. Elle avait été dans ce genre de situation presque toute sa vie. Elle a toujours détesté dire non. Même l'incident le plus banal pouvait déclencher des

sentiments de culpabilité accablants et un besoin de se rattraper après avoir négligé quelqu'un.

Michel brûlait d'impatience d'annoncer la bonne nouvelle à ses parents. Il avait été admis à un collègue professionnel réputé, car il voulait se lancer dans une carrière en électronique. Mais la réaction de son père brisa son enthousiasme. « Je pensais pouvoir compter sur toi pour m'assister et finalement prendre en main l'agence immobilière, comme je l'ai fait pour mon père », soupira son père. « Si tu pars, à qui vais-je céder l'entreprise familiale ? »

Michel était bouleversé. Il espérait une meilleure réaction, mais il n'aurait pas dû être surpris. Il avait pourtant parlé de ses intentions à plusieurs reprises, mais son père avait paru l'ignorer. Bien entendu, le père de Michel ne le lui avait jamais dit directement, mais il avait confié à d'autres membres de la famille qu'il ne voulait pas vendre une affaire

dans laquelle il avait tant engagé de sa personne. Parce qu'il avait travaillé si fort pour bâtir son agence, il voulait la garder dans la famille et remettre les rênes à son fils. Mais il semblait ne pas tenir compte du fait que Michel n'avait ni la capacité ni l'intérêt pour ce genre de travail.

Michel essaya de faire fi de l'attitude de son père et d'aller de l'avant avec ses projets, mais il voulait tant mériter la fierté de son père. Il ne pouvait supporter l'idée d'éprouver encore une fois la désapprobation de son père. Incapable de repousser sa culpabilité d'avoir déçu son père, à contrecœur, il renonça à ses plans.

Anne était une femme fort occupée. Mère de deux enfants à l'école primaire, elle les aidait en classe trois jours par semaine en plus de tenir les livres de l'agence d'assurances de son père. Elle enseignait aussi aux filles de quatrième année à l'école du dimanche,

organisait les études bibliques du mercredi matin et faisait partie d'une troupe théâtrale de l'Église.

Il semblait donc impossible d'ajouter une activité de plus à un programme déjà tellement chargé. Mais quand on lui demanda de combler un emploi temporaire au bureau de l'Église, ses obligations antérieures ne l'empêchèrent pas de dire oui. Ce travail additionnel réduisit le temps consacré à sa famille et surchargea son horaire, mais un sentiment de culpabilité l'empêcha de dire non.

« Il serait égoïste de ma part de refuser cela à mon Église, » dit-elle pour se convaincre.

« Si je dis non, que va-t-on penser de moi à l'Église ? La chose est inacceptable. Ça va brasser, mais je réussirai d'une façon ou d'une autre. J'y arrive toujours. »

Bien que ces histoires soient différentes, Catherine, Michel et Anne ont une chose en commun : la culpabilité de ne pas se sentir à la hauteur.

Certains peuvent soutenir que ce n'est pas la culpabilité qui a motivé ces personnes, mais leur désir de plaire à Dieu. Par exemple, Catherine ne s'est-elle pas sentie mal et n'a-t-elle pas tout fait pour se réconcilier avec son amie parce qu'elle voyait simplement l'intérêt d'une autre personne ? (Ph 2.3,4.) Quand Michel a annulé ses plans en optant pour l'entreprise de son père, mettant ainsi de côté ses propres choix de carrière, n'honorait-il pas tout simplement son père ? (Ép 6.2.) Quand Anne a consenti à aider au bureau de l'Église, n'agissait-elle pas naturellement comme un membre du corps de Christ ? (1 Co 12.)

On ne peut pas comprendre ces questions en regardant superficiellement. Les actions de Catherine, de Michel et d'Anne sont enracinées dans des raisons et croyances plus profondes au sujet de la vie. Quand on tient compte de ces éléments, on voit qu'il est

possible que ces personnes ne cherchaient pas d'abord à plaire à Dieu. Elles ont pu essayer d'accomplir de bonnes choses, mais pour toutes sortes de mauvaises raisons.

Il est possible que Catherine se soit sentie plus contrainte par l'urgence de se protéger des critiques que par le désir d'aider son amie. Michel a peut-être changé son choix de carrière non pour honorer son père, mais par crainte de sa désapprobation. Quant à Anne, elle ne s'efforçait peut-être pas d'accomplir son rôle dans le corps de Christ autant qu'elle était motivée par le désir d'obtenir l'approbation et d'éviter le rejet des autres.

Vivre pour plaire aux autres en vue d'un gain personnel ou par mesure de protection est un problème que la Bible aborde. C'est précisément sur cette question que Paul a affronté Pierre à Antioche (Ga 2.11-14), en lui disant qu'il « faisait mal » quand il a cessé de manger avec les païens parce qu'il « craignait »

d'être méprisé par un groupe de visiteurs juifs. Le point de Paul était simple : nous devons être guidés par Dieu et non par les opinions des autres.

Dans sa lettre aux Corinthiens, Paul a écrit au sujet du danger de mettre trop d'accent sur l'approbation humaine quand il a dit de ses critiques :

Nous n'osons pas nous égarer ou nous comparer à quelques-uns de ceux qui se recommandent eux-mêmes. Mais, en se mesurant à leur propre mesure et en se comparant à eux-mêmes, ils manquent d'intelligence (2 Co 10.12 ; voir aussi 1 Co 4.3,4).

Paul faisait référence à la fierté qui survient quand nous établissons nous-mêmes la norme de ce qui est juste. Il est vrai que nous pouvons aussi ressentir une culpabilité agaçante lorsque nous ne sommes pas à la hauteur des normes de quelqu'un d'autre.

Comme Catherine, Michel et Anne, beaucoup de gens

se sentent écrasés et conduits par la culpabilité quand ils ne réussissent pas à plaire aux autres. Cela peut arriver à des amis qui sont incapables de dire non, à une épouse malmenée, à un parent ou un employé épuisé, ou à un adulte qui ne peut pas en faire assez pour satisfaire un parent.

En tout cas, une vie remplie du sentiment de culpabilité de ne pas être à la hauteur n'est pas une façon de vivre. Ceci peut nous vider spirituellement, aux plans émotionnel et physique, et même nous laisser asservis aux opinions des autres. Finalement, ces opinions nous empêchent de vivre selon le dessein de Dieu. Si ce genre de culpabilité caractérise votre vie, nous espérons que les pages suivantes vous feront mieux comprendre la source de ce sentiment et qu'elles vous offriront un espoir pour une vie de quiétude où vous serez affranchi de son emprise épuisante.

ATTENTES ET CULPABILITÉ

Nous vivons tous avec des attentes rarement exprimées, mais toujours ressenties à un certain niveau. Tous ont des attentes, et il est bon d'en avoir. Un monde sans attentes serait un monde satisfait de lui-même, sans défi ni progrès. Les attentes peuvent nous stimuler vers des niveaux plus élevés de caractère et de réalisation.

Encore que toutes les attentes ne sont pas porteuses d'un potentiel pour le bien. Selon la raison de leur imposition ou la perception qu'on en a, les attentes personnelles, familiales ou communautaires peuvent s'avérer des demandes brutales qui servent de scène à une bataille de toute une vie contre une culpabilité inutile.

Le sujet des attentes est compliqué. Dans la plupart des cas, nous avons affaire à plus d'une sorte d'attente. Plusieurs de nos objectifs personnels ont

leurs racines dans les souhaits de la famille. Aussi, la plupart des normes de la communauté concourent aux attentes personnelles ou familiales. Il y a un chevauchement entre les trois catégories, mais il est utile de les examiner chacune séparément.

Les attentes personnelles. Par définition, les attentes personnelles sont celles que nous nous imposons nous-mêmes. Certains ne semblent pas se soucier de leur réussite ni de comment ils peuvent être perçus. Ce n'est cependant pas le cas pour ceux qui ne se sentent pas à la hauteur, car au lieu de baisser la barre, ils l'élèvent.

« N'offensez jamais personne. » « Soyez toujours aimables. » « Donnez aux gens ce qu'ils veulent quand ils sont bouleversés. » Ce sont là des attentes personnelles ordinaires que nous nous imposons quelquefois. En voici une autre : « Soyez toujours un atout pour les autres, jamais un fardeau. »

Voici un homme qui ne négligerait jamais quelqu'un qui a besoin d'aide pour réparer sa voiture ou sa maison. Il ferait tout pour aider ceux qui sont dans le besoin. Mais c'est une histoire différente quand *lui* a besoin d'aide. Il demande rarement de l'aide. Pourtant plusieurs de ses amis et voisins l'aideraient avec plaisir, mais il se sent coupable d'abuser des autres. Demander de l'aide violerait sa propre attente de ne jamais être un fardeau.

L'histoire de Catherine est une autre bonne illustration. Son attente personnelle est : « Je dois toujours plaire aux autres. » Incapable d'emmener son amie au magasin, elle s'est sentie coupable de ne pas combler sa propre attente. Les meilleurs arguments n'auraient jamais pu la convaincre qu'elle n'était pas coupable. Elle avait une attente pour elle-même et avait clairement échoué.

Les attentes de la famille. Il y a des gens qui viennent de familles où on

s'attend à ce qu'ils *agissent* d'une certaine façon ou bien on les pousse à *être* quelque chose d'autre que ce que Dieu voulait. Énoncées ou implicites, ces attentes sont clairement comprises. Bien qu'il y ait plusieurs sources d'attentes familiales, les parents en sont définitivement la principale.

Considérez la fille adulte qui se sent coupable d'aller à l'encontre des vœux de sa mère. Sa mère s'attend toujours à ce que les choses soient faites à sa façon. Sinon, elle accuse sa fille de ne pas avoir confiance en son jugement ou elle met en question l'amour de sa fille. Par exemple, si la mère décide que la réunion de famille aura lieu à la maison de sa fille, celle-ci se sentirait coupable de ne pas s'y conformer, malgré son emploi à plein temps et son manque de temps pour préparer ladite réunion.

L'histoire de Michel est l'exemple d'un fils forcé à être quelqu'un qu'il n'est pas. Ses

talents et ses préférences le destinaient à l'électronique, mais son père l'a poussé vers l'immobilier. Bien qu'il se sentait comme une cheville carrée enfoncée dans un trou rond, il se culpabilisait quand même de ne pas être à la hauteur des attentes de son père.

Les attentes de la communauté. L'endroit où nous vivons, celui où nous travaillons, les amis et l'Église que nous fréquentons sont quelques-uns des éléments qui contribuent à former la communauté d'une personne. Dans chaque communauté, il y a un ensemble d'attentes.

Nous voulons tous nous adapter et être acceptés. Il n'est pas agréable de se sentir exclus. Dans chaque collectivité, notre acceptation dépend toujours de notre aptitude à être à la hauteur de règles formulées ou implicites.

Nous pouvons vivre dans une région où le modèle de voiture que nous conduisons ou les vêtements que nous

portons déterminent si nous sommes « inclus » ou « exclus ». Nous pouvons nous associer à un groupe de gens où notre acceptation dépend de notre revenu, éducation, intelligence, humour, apparence, ou volonté de suivre la foule.

Malheureusement, les gens d'Église ne font guère exception à cette forme de pression de groupe. Les vêtements, l'apparence, les liens familiaux, la profession, l'argent et le niveau de service peuvent tous servir de base à notre acceptation. Quelquefois, on associe tellement à Dieu ces normes sociales ou communautaires que ceux qui sont incapables de s'y conformer en viennent à se sentir comme des chrétiens de deuxième ordre.

Anne a ressenti ce genre de pression la première fois qu'elle a refusé de travailler à la garderie de l'Église. Le responsable de la garderie a trouvé le moyen de la culpabiliser, malgré leur

amitié. Le silence glacial du responsable a donné à Anne l'impression d'être un échec spirituel. Sous le poids d'une culpabilité inutile et malsaine, et en dépit d'un horaire surchargé de responsabilités, Anne a décidé de ne plus jamais laisser tomber quelqu'un à l'Église.

Bien que notre préoccupation concernant l'approbation des autres mette plus de distance entre Dieu et nous, nous avons tendance à laisser les autres être la mesure de ce que nous ressentons au sujet de nous-mêmes. Au lieu d'apporter nos vrais échecs et notre culpabilité à Dieu qui est prêt à nous consoler et nous pardonner, nous continuons de nous mesurer et de nous comparer à nous-mêmes (2 Co 10.12).

POURQUOI RESSENT-ON LE BESOIN DE SATISFAIRE DES ATTENTES IRRÉALISTES ?

Se sentir coupable de ne pas être à la hauteur peut s'avérer nuisible. Ce sentiment peut mener à plusieurs problèmes destructeurs, comme des tentatives obsessionnelles de plaire, des désordres alimentaires, des abus de substances de toutes sortes, le perfectionnisme, le stress et des relations personnelles meurtries. Mais qu'est-ce qui nous pousse à ruiner nos vies de cette façon ? Quelle que soit la réponse, elle se trouve en nous. Jésus a dit que les problèmes qui dévastent et corrompent nos vies proviennent de notre cœur (Mc 7.20-23).

Commençons donc par examiner de plus près ce qui

se passe vraiment à l'intérieur de notre cœur quand nous travaillons si fort pour combler les attentes. En scrutant bien, nous découvrirons en premier lieu beaucoup de peur et de désespoir.

Un cœur plein de crainte. Au centre de notre fardeau de plaire aux autres, il y a souvent une peur de la désapprobation ou du rejet. L'apôtre Jean a présenté un exemple de ce genre de peur dominatrice, à l'œuvre dans le cœur des parents de l'homme dont Jésus avait restauré miraculeusement la vue (Jn 9.1-23). Questionnés au sujet de la guérison de leur fils, les parents ont plaidé l'ignorance et ont demandé aux autorités juives de parler à leur fils (v. 20,21). Pourquoi ? Ils avaient *peur* d'être « exclus de la synagogue » (v. 22,23). Autrement dit, ils n'ont pas exprimé leur véritable opinion, quant au rôle joué par Jésus dans la guérison de leur fils, par crainte d'être désavoués par leur communauté religieuse.

Pour plusieurs, ce même genre de peur est à la base des premiers rapports où d'autres les ont critiqués sévèrement ou les ont rejetés parce qu'ils n'étaient pas à la hauteur. On leur a bien fait sentir qu'ils n'étaient pas du bon sexe, pas assez brillants, pas assez athlétiques ou pas assez minces. On a fait sentir à quelques-uns qu'ils désiraient trop d'amour, d'implication ou d'éloges. Si certains exprimaient leur colère par un regard furieux, une insulte ou des larmes de crocodile, le message était fort et clair : « Comment peux-tu être un tel raté ? » ou « Comment oses-tu demander autant ? »

Comme le psalmiste, qui a ressenti une mortelle agonie face à la dérision et au refus (Ps 42.11), quelques-uns d'entre nous savent ce que c'est que d'être insultés, blessés et irrités.

Nous répondons à la douleur et à la colère de différentes façons. Chez certains, il y a un

endurcissement et chez d'autres, la peur. Plusieurs en viennent à la conclusion que les gens ne veulent rien savoir de leurs sentiments, désirs ou opinions véritables. Ils pensent que, s'ils se confient, les gens les déprécieront plus ou s'éloigneront d'eux. Ils ont de plus en plus peur de laisser voir aux autres ce qui se passe vraiment en eux.

Quelquefois, l'angoisse dans notre cœur va au-delà de ce que les autres peuvent faire ou penser de nous. Nous avons peur de les blesser en exprimant notre profonde déception ou notre colère. Il semblerait que personne ne peut faire face à l'intensité de nos émotions. Nous avons parfois l'impression que les gens vont s'effondrer si nous leur faisons part de nos vraies émotions.

Plusieurs d'entre nous ont peur de voir les gens se mettre en colère, se retirer ou s'effondrer s'ils leur avouent leur déception et leur tristesse. Par conséquent, ils apprennent

à masquer leurs désirs légitimes, leurs déceptions, leurs colères et leurs opinions personnelles, ils se conforment à ce qu'ils imaginent que les autres attendent d'eux.

Cette crainte explique en partie pourquoi on s'efforce tant d'être à la hauteur. Par exemple, une femme poussée à être à la hauteur a toujours redouté de discuter de sa déception et de ses frustrations avec ses parents, par peur des répliques mordantes ou du désaveu amer de sa mère et, en même temps, que son père s'effondre. Ainsi, elle a toujours dissimulé ses véritables pensées et émotions, tout en s'efforçant de plaire à une mère critique et de protéger un père fragile.

Un cœur affamé.

Malgré notre capacité de cacher ce qui se passe à l'intérieur de notre cœur troublé, notre profond désir d'acceptation et d'approbation persiste. Nous cherchons donc inlassablement l'acceptation et l'approbation, comme une personne affamée recherche sa

nourriture. En un sens, nous agissons comme ces chefs juifs qui aimaient tant l'éloge des hommes (Jn 12.42,43). En désespoir de cause, nous essayons secrètement d'obtenir des autres ce que nous voulons, en répondant à leurs attentes, mais sans leur laisser savoir ce que nous recherchons vraiment ni même ce dont nous avons besoin.

Notre peur de la désapprobation ou du rejet et notre besoin irrésistible d'acceptation expliquent en partie, pourquoi nous essayons tant d'être à la hauteur des attentes des autres et pourquoi nous nous sentons si coupables quand nous ne le faisons pas. Cela fait aussi partie de la préoccupation qui nous empêche de connaître le genre d'acceptation, de pardon et de réconfort que Dieu offre.

Avant de regarder de plus près au potentiel de cette relation avec Dieu, examinons quelques stratégies courantes que nous utilisons pour calmer la peur et la faim de notre cœur.

QUELLES STRATÉGIES UTILISONS- NOUS ?

En réponse à la désapprobation ou au rejet déjà éprouvé, plusieurs d'entre nous préfèrent étouffer leur déception et leur colère afin de laisser toute la place à la peur de souffrances additionnelles. Intérieurement, nous couvrons de culpabilité ce qui trouble notre cœur ou nous nous blâmons nous-mêmes. Extérieurement, nous essayons de fuir ce que nous craignons, nous compensons nos faiblesses perçues et nous nous efforçons de gagner l'acceptation et l'approbation que notre cœur désire et recherche désespérément.

Notre stratégie interne. Certains répliquent féroce­ment quand d'autres les blessent. Ils visent méticuleusement de leurs dards de mépris les personnes

qui les ont déçus. Mais, répliquer féroce­ment ne caractérise pas ceux d'entre nous qui se sentent coupables de ne pas être à la hauteur. Nous pouvons piquer une colère à l'occasion, mais nous déversons généralement notre mépris sur nous-mêmes.

Nous pouvons résumer notre stratégie interne par ces mots : *mépris de soi*. Au lieu d'être objectifs devant les attentes irréalistes et froides des autres, nous en venons à croire que c'est de notre faute si nous sommes attaqués ou abandonnés. Nous nous réprimandons souvent avec des affirmations comme : « J'aurais dû en faire plus ou travailler mieux, » ou : « J'ai trop exigé de temps ou de soutien. »

Prenez, par exemple, la femme qui se rappelle un douloureux incident symbolisant ses relations avec son père. Elle se souvient d'être revenue à la maison un jour après l'école et d'avoir dit à son père comment une

amie l'avait trahie plus tôt ce matin-là. Elle espérait qu'il comprendrait son chagrin et qu'il la consolerait. Malheureusement, il a minimisé sa douleur et l'a même sermonnée parce qu'elle l'avait interrompu (il lisait le journal). Ce n'était pas la première fois qu'un tel événement se produisait et ce ne serait pas la dernière. Incapable de supporter le chagrin et d'affronter la colère qu'elle éprouvait au sujet du mépris de son père, elle a conclu que son désir d'être réconfortée était non seulement mauvais, mais qu'il était la raison pour laquelle son père semblait contrarié.

Nos stratégies

externes. Le fait que nous nous méprisions ou que nous nous culpabilisions nous convainc que nous sommes à blâmer pour ce qui nous est arrivé, et nourrit ensuite nos stratégies externes. Alors que nous n'en avons probablement pas conscience, croire que c'est de notre faute

nous permet de redéfinir le problème de manière à ce que *nous* puissions le régler. Ainsi, nous nous disposons à cacher nos défauts, arranger ce qui ne va pas et ainsi gagner l'acceptation et l'approbation.

Nous essayons de cacher nos défauts. Terrifiés par ce que les gens pourraient penser s'ils voyaient nos faiblesses ou notre désir d'acceptation, nous avons tendance à contrôler leur façon de nous percevoir. Plusieurs d'entre nous font cela en donnant l'impression que tout va bien et que nous n'attendons rien de personne. Le mépris de soi nous porte à utiliser toutes les ressources disponibles pour nous assurer que personne ne nous considérera jamais comme des hommes ou des femmes, des conjoints, des parents, des enfants, des professionnels ou des amis incompetents ou dans le besoin.

On ne doit pas confondre cette stratégie qui consiste à se cacher derrière une façade de compétence avec les efforts

légitimes pour être un époux ou un parent bienveillant, pour être un ami à l'écoute, ou pour bien accomplir une tâche. On fait tout son possible pour ne pas exposer ses défauts ou ses désirs, afin de ne pas risquer de paraître plus ridicule ou d'être encore rejeté.

Le cas d'Anne est un bel exemple de cette stratégie. Elle maintenait parfaitement un horaire chargé et s'avérait rarement un fardeau pour les autres. Dans son esprit, elle ne pouvait risquer d'être vue comme incompétente ou nécessiteuse. Ça aurait été trop imprudent.

Anne a grandi auprès d'une mère non seulement perfectionniste, mais aussi froide et distante. Très jeune, elle a appris à ne pas demander d'amour à qui que ce soit. Ayant grandi dans un foyer marqué par l'abus verbal et sexuel, sa mère lui a elle-même enseigné que le désir d'être aimée est un signe de faiblesse que les autres utiliseraient pour la

séduire. Cela a tout d'abord troublé Anne, mais elle en est malheureusement venue à accepter cette mise en garde après avoir goûté l'amertume de la trahison dans ses rapports sociaux. De plus, sa mère l'a critiquée sans pitié lorsqu'elle n'était pas à la hauteur de ses normes idéalistes. Les attaques verbales de sa mère ont profondément meurtri son cœur, mais Anne a finalement reconnu que sa mère avait raison. Elle a commencé à croire les critiques de sa mère (remarquez son mépris d'elle-même) et que le désir d'être aimée était stupide ; ainsi, elle a entrepris de cacher aux autres ses imperfections et ses désirs derrière un masque de pseudo-compétence.

Nous essayons d'arranger ce qui ne va pas. Le mépris de soi est toujours là pour *nous rappeler* que nous sommes le problème. Ne pas être à la hauteur s'avérant, pour nous, le problème, nous essayons de le corriger en cachant nos

défauts et en nous conformant aux normes des autres, surtout des gens que nous ne voulons pas vexer.

Les attentes que nous n'avons pas remplies déterminent souvent ce que nous essayons d'arranger. Si nous ne sommes pas assez minces pour nos parents, notre conjoint ou nos semblables, nous allons perdre un peu de poids. Si nous ne sommes pas assez instruits, nous étudierons plus fort. Si nous ne sommes pas assez prospères, nous demanderons une promotion ou nous chercherons un travail plus lucratif. Si on nous fait sentir que nous ne donnons pas assez d'argent à l'Église, nous augmenterons nos dons. Nous ferons tout ce qui est nécessaire pour corriger ce qui, à notre avis, n'est pas correct en nous.

L'histoire de Catherine illustre la stratégie à observer pour corriger ce qui ne va pas. Rappelez-vous à quel point elle s'est sentie coupable de ne pas avoir pu emmener son

amie au magasin. Dans son esprit, elle avait manqué à son devoir et elle n'a pas pu dormir jusqu'à ce qu'elle trouve une solution pour se réconcilier avec son amie.

Nous essayons d'obtenir l'acceptation et l'approbation. Tout en nous efforçant de cacher nos défauts et d'arranger ce qui ne va pas selon nous, nous essayons secrètement d'obtenir l'approbation des autres ou de conserver le peu d'acceptation que nous avons déjà. Nous cachons aux autres ce que nous cherchons. Souvent, nous ne savons pas nous-mêmes ce que nous voulons. Consciemment ou non, les rapports avec les autres se détériorent et en sont réduits à des transactions où être à la hauteur sert de monnaie d'échange pour acheter l'acceptation et l'approbation.

Nous travaillons dur pour être à la hauteur des attentes de ceux dont nous sollicitons désespérément l'acceptation et l'approbation. Certains

cherchent cela chez presque tous ceux avec qui ils entrent en contact. Qu'il s'agisse d'un employé de magasin ou d'un étranger à côté de qui il leur arrive de s'asseoir dans un autobus ou dans un avion, ils ne peuvent pas supporter la pensée qu'une personne puisse être indifférente à eux. Pour d'autres, le besoin irrésistible d'acceptation se limite à une poignée d'individus. La liste peut inclure un parent, un frère ou une sœur, un enfant, un ami, un confrère de travail, un patron ou un professeur.

Le cas de Michel est un bel exemple de la ligne à suivre pour gagner l'approbation. Il n'y avait aucun doute que son père ne l'approuverait pas s'il choisissait une carrière en électronique. L'approbation de son père étant sa plus haute priorité, il n'avait d'autre choix que de travailler pour son père et de renoncer à sa carrière en électronique. C'était l'unique façon d'obtenir l'approbation de son père.

Se blâmer soi-même ou s'efforcer d'arranger ce qui ne va pas, de cacher ce qu'on ne peut pas corriger et de gagner l'acceptation et l'approbation des autres sont des stratégies auxquelles plusieurs d'entre nous ont recours à divers degrés. Pour quelques-uns, c'est un sérieux problème, pour d'autres c'est seulement une question qui revient de temps en temps. En tout cas, il y a une récompense, car on obtient toujours quelque chose de ses stratégies.

QUE GAGNONS-NOUS PAR NOS STRATÉGIES ?

Nos stratégies nous semblent fort utiles, sinon nous n'y consacrerions pas autant d'énergie. Jetons un bref coup d'œil à ce qu'elles accomplissent pour nous. Elles nous aident à :

Réduire la déception.

Le mépris de soi, qui décrit assez bien le fait de se culpabiliser, aide à réduire la déception causée par la façon dont on est traité par les autres. Ironiquement, il est plus facile d'accepter de se voir peu méritant ou raté que de se voir refusé le genre d'amour si ardemment désiré. La déception n'atteint pas son but si on choisit de se croire indigne d'amour.

Se protéger soi-même. Les stratégies aident à se protéger d'un plus grand mal en désamorçant la colère et en contrôlant comment on est perçu par les autres. La colère est légitime quand on est maltraité, mais elle fait peur, car on ne sait pas ce qui se passerait si on l'exprimait. Se blâmer prévient les explosions de colère et empêche d'être à nouveau ridiculisé et rejeté. Aussi, sembler être en pleine forme et heureux aide à contrôler comment on est perçu par les autres. Cela permet de donner

l'impression qu'on a réussi et protège contre des sarcasmes et des rejets supplémentaires.

Gagner l'acceptation.

Arranger ce qui va mal et donner aux gens ce qu'ils attendent offre la possibilité d'obtenir et de conserver ce qu'on croit avoir besoin. Si on peut compenser ses défauts apparents et satisfaire aux attentes des autres, on obtiendra peut-être leur acceptation et leur approbation.

Enfants, nous avons instinctivement essayé de satisfaire nos désirs et de nous protéger nous-mêmes de maux supplémentaires dans un monde misérable et brutal. C'est compréhensible que des enfants adoptent de telles stratégies, mais ce n'est pas sain que des adultes s'accrochent à elles comme sources principales de vie et de protection. Nous agissons comme des moutons stupides qui essaient naturellement de trouver leur propre chemin sans le conseil ni la puissance

du berger bienveillant (És 53.6). Examinons de plus près ce qu'il y a de mauvais avec les stratégies que nous utilisons.

POURQUOI NOS STRATÉGIES NE SONT-ELLES PAS EFFICACES ?

Alors que nous nous sentons blessés, irrités, effrayés et vides, nous voulons également parvenir, par nos propres moyens, à calmer nos émotions inquiétantes et à remplir le vide. Mais les stratégies que nous utilisons ont de grandes lacunes. Si nous sommes honnêtes, nous devons admettre qu'elles ne fonctionnent pas très bien et qu'en plus elles sont à la fois une échappatoire et une manifestation de notre *vrai* problème.

Nos stratégies nous laissent tomber. Certes,

nos stratégies fonctionnent, mais pour combien de temps et à quel point ? Pouvons-nous totalement échapper à notre déception et nous protéger de ce que nous appréhendons ? Pouvons-nous réellement gagner assez d'acceptation et d'approbation pour remplir le vide de notre cœur ?

Bien sûr que non. Nos stratégies sont un mauvais investissement. Nous obtenons peu de soulagement, de protection ou de satisfaction comparativement à la somme de temps et d'énergie que nous y investissons. Pire, elles nous conduisent à l'épuisement. Il est rare que nous nous délassions et que nous profitons de la vie. Nous vivons une pression terrible pour nous assurer de ne pas laisser tomber les autres ou de devenir un fardeau. Mais nous ne pouvons pas suivre le rythme. Inévitablement, nous décevons quelqu'un ou nous en avons besoin. Notre incapacité d'être à la hauteur nous donne plus de

raisons de nous blâmer et de nous sentir coupables, ce qui alimente encore plus les mêmes tactiques stupides qui nous ont amenés au bord de l'épuisement.

Nos stratégies nous emmènent dans le cul-de-sac de l'épuisement et de la frustration. Nous semblons aller dans la bonne direction, mais ce n'est pas le cas. C'est difficile de nous en apercevoir à cause de la nature étourdie de nos plans.

Nos stratégies nous détournent de notre vrai problème.

Les distractions égarent et détournent l'attention de ce qui est plus important. Or, c'est exactement ce que font nos différentes tactiques quand vient le temps de comprendre notre vrai problème.

Le mépris de soi (notre stratégie *interne*) réduit notre problème à un niveau acceptable où nous pouvons le corriger par nos stratégies *externes*. Par conséquent, nous ne voyons pas le vrai problème

qui est dans notre cœur, parce que nous nous préoccupons d'un moindre problème, plus maniable, que nos stratégies définissent et essaient d'arranger.

Alors, où est notre vrai problème ? Plus tôt, nous avons cherché et trouvé plusieurs questions inquiétantes dissimulées au fond de nos cœurs. Un premier examen a révélé beaucoup de déception, de colère, de crainte et une soif d'acceptation et d'approbation. Mais, poussons l'examen plus loin pour voir plus clairement le vrai problème et sa relation avec les stratégies utilisées.

QUEL EST NOTRE VRAI PROBLÈME ?

Nous commettons l'erreur de croire que le problème numéro un consiste à ne pas être à la hauteur de certaines attentes. Mais, un examen plus minutieux révèle le vrai problème : nous fondons notre bien-être sur un autre dieu que le Dieu de la Bible. En d'autres mots, notre vrai problème est une forme subtile d'idolâtrie.

L'idolâtrie est là chaque fois que nous mettons notre confiance dans un objet, une activité ou une personne pour nous donner un sentiment de valeur ou d'importance, ou pour nous sauver de ce que nous craignons le plus (És 44.15-17). Comme l'homme qui a imploré l'image qu'il a taillée dans le bois : « Sauve-moi ! Car tu es mon dieu ! » (v 17), nous nous fions au faux dieu de notre propre

fabrication pour nous protéger et nous sentir à l'aise avec nous-mêmes.

Il peut être difficile de voir et d'admettre que notre plus grand problème est une idolâtrie déguisée. Mais quand nous considérons le problème mentionné plus tôt, celui de plaire aux autres pour un profit personnel et la protection au lieu de plaire à Dieu, nous pouvons y voir un exemple de confiance mise en d'autres pour le genre d'acceptation et d'approbation que Dieu seul peut offrir.

L'apôtre Paul qui était « grandement affligé » par le grand nombre d'idoles à Athènes, a insisté pour dire que c'est en Dieu que « nous avons la vie, le mouvement, et l'être » (Ac 17.28). Quand nous ignorons le seul vrai Dieu et que nous considérons les opinions et les actions des autres comme plus importantes que celles de Dieu, nous sommes comme les Athéniens avec leurs nombreux dieux. Les gens prennent la place

de celui qui nous a faits pour lui-même.

De même, nos stratégies pour nous protéger de la douleur de la désapprobation trouvent souvent leurs racines dans les dieux que nous fabriquons. Par exemple, nous pouvons croire que nous ne passerons pas la journée à moins d'obtenir l'approbation et l'acceptation des autres. Celles-ci nous paraissent aussi vitales que l'oxygène !

Certes, il est bon de désirer des rapports affectueux qui favorisent l'acceptation et l'encouragement mutuels (Ro 1.12 ; Ph 1.8 ; 4.1 ; 1 Th 2.8), mais lorsque ce pour quoi nous vivons le plus est l'approbation et l'acceptation des autres (comme Catherine avec son amie et Michel avec son père), nous faisons des gens de faux dieux. Nous mettons notre confiance non seulement dans ce que les gens nous donnent pour notre bien-être personnel, mais aussi en notre capacité de le mériter

en faisant tout pour leur plaire.

Nous pouvons aussi voir le principe de l'idolâtrie à l'œuvre dans nos stratégies pour cacher nos échecs. Auparavant, nous avons remarqué notre tendance à dissimuler nos défauts pour prévenir l'attaque ou le désaveu des gens. Nous ne savons tout simplement pas si nous pourrions survivre à de nouvelles critiques ou à un nouveau rejet. En agissant ainsi, nous avons remplacé Dieu par des gens, en leur donnant le dernier mot pour évaluer si nous sommes des individus corrects ou non. Pour éviter de décevoir les autres (comme Anne l'a fait avec les gens de son Église), nous mettons donc notre confiance dans le dieu de nos efforts pour dissimuler et pour plaire.

Consciemment ou non, il y a un lien direct entre notre dépendance excessive à l'égard des autres et nos diverses stratégies. Mais une question

plus fondamentale demeure : *pourquoi substituons-nous des gens à Dieu ?* Notre tendance à faire cela provient de la notion erronée que nous pouvons vivre indépendamment de Dieu. Paul ne laisse aucun doute à ce sujet : l'idolâtrie provient de notre refus de donner à Dieu l'honneur et la reconnaissance que lui seul mérite (Ro 1.18-23). En d'autres mots, nous nous sommes engagés à réussir notre vie sans le vrai Dieu, en mettant notre confiance dans de faux dieux.

Pourquoi nous engageons-nous autant à nous rebeller contre Dieu et à vivre indépendamment de lui ? Sous leur sentiment de culpabilité de ne pas être à la hauteur, plusieurs d'entre nous couvent une plainte contre le ciel qui permet que nous soyons ainsi maltraités. Le cri de notre cœur s'exprime souvent ainsi : « Si Dieu est bon, pourquoi laisse-t-il les gens me mettre en morceaux par leurs paroles ou se cacher

derrière un silence froid et glacial ? » Nous ne sommes pas si sûrs qu'il est digne de confiance. En fait, nous sommes vexés parce qu'il avait le pouvoir d'empêcher cela et il ne l'a pas fait ! Nous pensons : « Je peux mieux prendre soin de moi et me protéger — et je vais le faire ! » Sciemment ou non, c'est surtout à cause de cette plainte cachée dans notre cœur que nous avons recours à nos stratégies idolâtres pour nous rebeller contre Dieu.

Il est crucial que nous voyions précisément que notre vrai problème provient de faux dieux. Comprendre cette tendance à l'idolâtrie nous permet de mieux voir notre vraie culpabilité ! Une fois que nous reconnaissons notre culpabilité *authentique*, nous pouvons nous approcher de Dieu de manière convenable, en implorant sa miséricorde et en chérissant son pardon purificateur pour ce qui doit vraiment être pardonné. Ce genre de culpabilité est

légitime et bon. D'un autre côté, une culpabilité qu'on s'impose est injustifiée et nuisible. Au lieu de mener à la confession, au pardon et à la liberté, elle mène à plus de condamnation de soi, de pression et d'esclavage.

Nous essayons naturellement de remédier à nos cœurs idolâtres, mais malgré tous nos efforts, nous faisons face à un problème que nous ne pouvons pas régler, ni même atténuer, par nous-mêmes. Notre seul espoir d'échapper au châtement et à la puissance du péché réside dans la mort et la résurrection de Jésus-Christ (Tit 2.14 ; 3.3-5). Dieu seul a le pouvoir de sauver et de transformer nos cœurs blessés et arrogants.

Le salut et la délivrance du châtement de nos péchés surviennent à l'instant même où nous plaçons notre foi en Christ seulement (Ac 16.31). Mais la délivrance de l'emprise du péché est un processus de toute une vie, qui atteindra son apogée quand nous verrons

Christ. Alors, nous serons enfin comme il est (1 Jn 3.2). Mais jusqu'à ce moment-là, toute transformation qui se fait en nous est progressive.

Avant d'examiner plus attentivement ce processus plein d'espoir, qui mène au pardon et à de plus hauts niveaux de liberté, de repos et de joie, considérons brièvement quelques-uns des obstacles qui nous empêchent d'amorcer et de vivre ce processus de transformation de la vie.

LES OBSTACLES AU CHANGEMENT

Voici trois des principaux obstacles dans nos cœurs qui bloquent la marche vers une plus grande ressemblance à Christ : la négation, l'indépendance et l'égoïsme.

L'obstacle de la négation. Nier la réalité est notre façon d'éviter ce qui est trop douloureux à affronter. Comme le propriétaire de la maison qui espère faire disparaître la fuite du robinet en fermant la porte de la salle de bain, nous espérons voir finalement s'en aller les souffrances profondes de la vie en les niant. La négation dit que nous ne souffrons pas. Elle se contente d'une quiétude basée sur un faux-semblant et résiste à la paix de Dieu, qui nous soutient quand nous affrontons ce qui est vrai à notre sujet ou

au sujet de notre monde (Ph 4.6,7).

Nous sommes également peu disposés à affronter nos questions et nos doutes au sujet de Dieu. Comme Gédéon, nous ne voyons pas que nos interrogations au sujet de Dieu peuvent en fait nous rapprocher de lui (Jg 6.12-16). Que nous rejetions la douleur profonde des rapports humains ou nos luttes avec Dieu, cela bloque le travail de l'Esprit de Dieu dans notre cœur. Finalement, nier la réalité nous empêche de voir la profondeur de notre rébellion et ainsi de bénéficier du pardon surabondant de Dieu (Mc 4.12).

L'obstacle de l'indépendance. Nier notre vrai problème mène souvent à l'indépendance. La présomption arrogante de l'indépendance, c'est que *nous* pouvons réparer ce qui ne va pas en nous. *Nous* pouvons faire mieux. Si nous sommes juste fâchés, nous pouvons maîtriser notre

tempérament. Si tout le monde a simplement le dessus sur nous, nous pouvons nous forcer à être plus forts. Qu'elle soit accompagnée d'un mépris de soi déprimant ou d'une confiance en soi arrogante, l'indépendance est notre tentative de régler tout ce qui ne semble pas bien fonctionner dans notre vie. L'indépendance entrave donc le processus biblique du changement. Nous croyons peut-être en Dieu pour notre salut, mais nous avons tendance à compter sur nos propres efforts « dépourvus de sens » pour achever le travail que l'Esprit de Dieu a commencé en nous (Ga 3.3).

L'indépendance touche surtout notre *extérieur*. Elle met la charrue avant les bœufs en plaçant plus d'importance sur notre apparence et sur ce que nous faisons que sur l'objet de notre confiance. Tout en semblant bonne, elle mène inévitablement à un égoïsme asservissant (Col 2.20-23).

L'obstacle de l'égoïsme. Un des problèmes majeurs de l'indépendance consiste à ne pas pouvoir aller au-delà de nous-mêmes. Si nous échouons, elle mène seulement à un genre de culpabilité qui nous pousse encore plus à être meilleurs. Si nous réussissons, nous devenons fiers. Dans un cas comme dans l'autre, tout tourne autour de nous et de ce que nous pouvons faire ou obtenir. La grande tragédie dans tout cela, c'est que le travail de Dieu est ignoré. À première vue, cela peut sembler ne pas être le cas, mais nous avons tendance à consacrer la plus grande partie de notre temps et de notre énergie à mieux paraître et, par conséquent, à mieux nous sentir. Mais, ces efforts ne peuvent jamais satisfaire nos appétits (Ec 6.7). Ils mènent seulement à plus d'égoïsme, et nous éloignent donc de la connaissance de la liberté que

procure le pardon et de la joie de l'amour.

La négation, l'indépendance et l'égoïsme sont ainsi trois obstacles sur la voie de l'humble confiance en Dieu pour nous transformer. Comment vaincre ces obstacles ? Pour répondre à cette question, tournons-nous vers les principaux éléments du processus de croissance et de changement : un engagement envers la vérité, une appréciation de la rédemption et une liberté d'aimer.

VAINCRE LES OBSTACLES

La vérité, la rédemption et l'amour ne sont pas seulement un moyen de changer, mais ils procurent la force pour briser les barrières qui se dressent entre nous et le travail extraordinaire de Dieu dans nos vies.

L'engagement envers la vérité. Dieu veut que

nous connaissions la vérité (Ps 51.8). La vérité est une arme efficace dans le combat contre le malin (Ép 6.14). C'est aussi l'épée puissante qui tranche la négation dans nos cœurs (Hé 4.12) pour ouvrir un chemin à la liberté à travers les broussailles du péché (Jn 8.31,32).

Connaître la vérité tout en choisissant de l'ignorer conduit à la négation. Si nous voulons en finir avec nos sentiments de fausse culpabilité et notre idolâtrie, nous devons nous engager à faire face aux vérités importantes qui nous concernent et demander à Dieu de nous aider à nous laisser sonder (Ps 139.23).

Pour ceux d'entre nous qui sont accablés par le sentiment de ne jamais être à la hauteur, ils peuvent commencer à accepter la vérité en admettant que, bien qu'ils aient certains torts, ils ont aussi été critiqués injustement ou abandonnés par des personnes importantes dans leur vie, et que leur brutalité ou leur manque de

soutien les a profondément affectés. Par conséquent, ils luttent contre des craintes et des déceptions, qui autrement ne seraient pas présentes à un degré aussi important.

Certains peuvent se moquer de leurs douleurs et de leurs peurs, ou redouter de les affronter. Aussi stupide ou accablant que cela puisse paraître, admettre sa peine peut révéler une faim profonde que rien ni personne ne peut jamais satisfaire. Seulement Dieu lui-même peut combler cette faim (De 8.3). De même, admettre ses peurs est un pas important pour les vaincre. Prétendre n'avoir aucune peur est une stupide négation.

Un autre élément pour faire face à la vérité consiste à confesser les stratégies égoïstes et inefficaces utilisées pour atténuer notre déception, nous protéger et obtenir ce que nous demandons aux gens. Alors que nous faisons effectivement certaines choses dans l'intention sincère de servir les autres, nous devons

aussi reconnaître la vérité humiliante que beaucoup de nos paroles et de nos efforts pour plaire sont en fait des moyens d'obtenir l'acceptation que nous demandons ou de nous protéger d'un mal potentiel. De plus, malgré les efforts accomplis pour mériter l'acceptation et l'approbation, et ce, pour cacher nos insuffisances et pour masquer nos défauts, nous avons uniquement accru notre douleur, nos peurs et l'emprise du sentiment de culpabilité en notre cœur.

Une dernière étape importante pour faire face à la vérité consiste à admettre que nous sommes des idolâtres qui résistent à mettre leur confiance dans le secours et la protection de Dieu. Au lieu de nier que la lutte existe, il nous faut être francs envers nous-mêmes et envers Dieu, qui désire que nous soyons honnêtes (Ps 51.8). En nous présentant devant Dieu avec nos doutes et notre colère, nous apprenons à être

silencieux devant lui. Nous pouvons alors parvenir, comme Job, à cet état où nous sommes incapables de parler (Job 41 – 42). C'est alors que Dieu se révèle à nous et que nous commençons à nous rendre compte, comme Pierre, qu'il n'y a personne vers qui aller, sinon à Dieu : « Seigneur, à qui irions-nous ? Tu as les paroles de la vie éternelle » (Jn 6.68).

Faire face à la vérité est la seule façon de commencer à aller au-delà d'une vie dominée par la déception, la colère, la crainte et l'emprise de la culpabilité. Mais soyons honnêtes, il n'est pas facile de regarder la vérité en face. À certains égards, la plupart d'entre nous préféreraient oublier les réalités troublantes de leurs cœurs. Bien que la vérité exige que nous affrontions une douleur énorme et que nous soyons humiliés par l'ampleur de notre égoïsme et de notre rébellion, elle ouvre la voie (ce que la négation ne peut pas faire) qui nous amène à une plus grande

appréciation de la rédemption, où se trouve l'espoir d'une transformation profonde et durable de notre caractère.

L'appréciation de la rédemption. Un engagement envers la vérité nous permet de beaucoup mieux nous voir nous-mêmes. Non seulement nous avons été blessés au-delà des paroles, mais nous avons découvert notre colère et notre détermination à assouvir notre peur et notre faim sans l'aide de Dieu. Nous avons considéré les gens comme des ennemis dont nous devons nous défendre ou comme des moyens pour obtenir ce que nous demandons. Bien que nous ayons accompli de bonnes œuvres, nous en sommes venus à constater que nous sommes beaucoup plus coupables que nous n'aurions jamais pu imaginer de ne pas aimer les gens et de nous rebeller contre Dieu.

Ce qui surprend le plus, ce n'est pas juste l'ampleur

de notre péché, mais la réaction de Dieu. Nous nous sommes approchés de Dieu avec nos doutes et notre rage. Il connaît nos tentatives idolâtres de rébellion contre lui et de notre manipulation des gens. Mais contrairement aux autres que nous avons rencontrés, il ne nous attaque pas et ne nous abandonne pas. Curieusement, il y a longtemps qu'il a réagi à notre rébellion en déversant sa fureur sur son Fils et en l'abandonnant sur la croix pour notre salut. Nos péchés ont été expiés quand Dieu a maudit publiquement son Fils pour nous (Ga 3.13). Pour certains, voir la réaction rédemptrice de Dieu à leurs péchés peut être la première fois que l'Évangile remplit leur cœur. Pour ceux d'entre nous qui sont chrétiens, c'est une occasion de déborder de reconnaissance.

Considérez un instant la scène de la croix. Le récit de Matthieu nous dit que, tandis que Jésus luttait pour respirer en portant la honte

de nos péchés, de nombreux spectateurs l'injuriaient. Les deux brigands qui étaient crucifiés à ses côtés l'ont aussi insulté (Mt 27.44).

Luc jette plus de lumière sur l'histoire en décrivant un changement radical dans l'attitude d'un des brigands. Alors que ce dernier regardait Jésus souffrir atrocement sur les plans physique et émotionnel, quelque chose de différent à son sujet l'a frappé. Jésus était innocent ; pourtant il souffrait volontairement. L'humilité silencieuse et la bonté de Jésus ont sorti ce brigand hors de sa propre douleur, de sa colère et de sa peur d'être insulté avec Jésus. Quelque chose a commencé à attendrir son cœur, et il a exprimé son désir d'un Sauveur (Lu 23.40-42).

Nous aussi, à notre manière plus ou moins évidente, avons contesté Dieu et nous nous sommes même mis en colère contre lui. Mais, en l'approchant honnêtement, nous pouvons

aussi mieux apprécier sa réaction remarquablement bienveillante à notre rébellion. Sa miséricorde peut adoucir notre colère et apaiser nos doutes. En nous tenant devant lui, coupables et sans excuse, nous pouvons éprouver comment il « fait grâce aux humbles » (Pr 3.34). En voyant plus clairement notre rébellion, nous pouvons être émerveillés et séduits par les « richesses de sa bonté » (Ro 2.4).

La foi du psalmiste en Dieu a été restaurée quand il s'est rappelé et a médité les « merveilles d'autrefois » (Ps 77.11-21). De la même façon, c'est le souvenir et la méditation de notre « exode » de l'esclavage du péché qui restaure notre confiance en Dieu quand il y a peu de raisons de croire qu'il est pour nous. Si nous ne sommes pas de plus en plus réjouis par la rédemption — que l'Innocent ait payé le prix pour le coupable — alors nous serons incapables de voir au-delà de notre propre

vide, notre colère ou notre peur. Mais lorsque le pardon de Dieu devient de plus en plus notre plus grand trésor, il libérera notre désir restauré d'aimer (Lu 7.47).

La liberté d'aimer.

Bien sûr, nous continuerons à lutter contre la déception, la colère et la peur. Le changement ne veut pas dire que ces réalités disparaîtront. Le changement signifie plutôt que nous serons moins assujettis à ces réalités et plus affranchis par une liberté renouvelée et une passion de voir au bien-être des autres (Ph 2.3,4).

Ce changement n'arrivera pas du jour au lendemain, mais imaginez combien différents nous pouvons devenir. Imaginez le repos et la joie parfaite d'aimer les autres qui peuvent remplacer l'épuisement et la corvée d'être à la hauteur d'attentes irréalistes. Cela peut se passer en même temps que nous apprenons à remettre notre bien-être entre les mains de

notre Dieu miséricordieux et affectueux.

Revenons à nos histoires du début et jetons un dernier coup d'œil à ce que la liberté d'aimer peut faire.

Catherine aurait *pu ressentir de la peine* au lieu de la culpabilité d'avoir été incapable d'aider son amie. Se blâmer l'a laissée préoccupée d'elle-même, parce qu'elle pensait avoir trop de défauts à corriger ou à cacher. Mais si la tristesse au sujet de ses restrictions pouvait remplacer la culpabilité qu'elle s'imposait, Catherine pourrait découvrir l'énergie et la liberté de s'intéresser aux besoins réels des autres, au lieu de la difficile corvée d'être à la hauteur de ce qu'on attend d'elle. Sa confiance restaurée dans la bonté de Dieu aurait pu rendre supportables les peines de la vie (És 43.1,2).

Michel aurait *pu discuter* franchement de ce qu'il ressentait au sujet de l'emprise de son père au lieu de s'effondrer sous la peur

du rejet. Bien que partager ses vraies émotions aurait pu décevoir son père, cela aurait été une réaction claire qui aurait mis à jour, avec amour, la vérité au sujet de l'attitude égoïste de son père. Son courage pour dire la vérité, sans s'inquiéter de l'attitude de son père, aurait pu venir de la conviction croissante que « celui qui se confie en l'Éternel est protégé » (Pr 29.25).

Anne aurait *pu gentiment refuser* au lieu de consentir à aider au bureau de l'Église. Elle aurait pu montrer un aspect de cette liberté que nous avons en Christ de dire non quand nous atteignons nos propres limites. Parfois, savoir dire non empêche qu'on soit poussé au-delà des limites raisonnables où on devient inefficace. Bien entendu, il aurait été inconvenant pour Anne (ou pour chacun de nous) de dire non avec l'attitude d'un « je me fiche de ce que les gens pensent ». Paul a écrit que nous ne

devrions jamais utiliser notre liberté pour nous servir nous-mêmes, mais plutôt pour être « serviteurs les uns des autres » (Ga 5.13).

La liberté d'aimer est en fait la liberté d'exister comme l'homme ou la femme que Dieu a voulu que nous soyons. Sous l'influence de la négation et de la culpabilité que nous nous imposons, nous pouvons penser que nos véritables sentiments ou opinions importent peu. Certains se sentent même coupables de simplement être en vie ! Cependant, nous avons la liberté d'être en vie sous l'influence de la vérité et du pardon. Nous commençons à voir que nous avons quelque chose de spécial et de précieux à offrir. Nous n'avons pas à gaspiller autant de temps pour tenter de nous cacher ou de nous corriger. Nous pouvons offrir ce que nous avons, et ainsi radicalement influencer la vie des autres, pour la gloire de Dieu. Plus nous prendrons goût à vivre pleinement notre

véritable identité en Christ, plus nous serons animés par la perspective d'imiter Dieu dans nos vies (Ép 5.1,2).



LECTURES SUGGÉRÉES :

False Guilt: Breaking The Tyranny of an Overactive Conscience, de Steve Shores (NavPress, 1993).

Le courage d'aimer vraiment, de Dan B. Allender et Tremper Longin, III, Les Éditions La Clairière, Collection Sentier, 1995.

Boundaries, de Henry Cloud et John Townsend (Zondervan, 1992).

Repentance & 20th Century Men, de C. John Miller (CLC, 1980)

Jeff Olson est un conseiller professionnel exerçant au Michigan et travaille au département de la correspondance biblique de RBC.