

A photograph of a person's face and hands reflected in water. The person's hands are raised in the background, and their face is reflected in the water. The image is slightly blurred and has a warm, yellowish-green tint.

**SURMONTER LA DÉPENDANCE
À L'APPROBATION DES AUTRES**

Joyce Meyer

**SURMONTER LA DÉPENDANCE
À L'APPROBATION DES AUTRES**
- par Joyce Meyer -

En entendant le mot « dépendance », les gens pensent tout de suite à la drogue ou à l'alcool. Mais en réalité, nous pouvons devenir dépendants de quasiment tout et n'importe quoi. L'Apôtre Paul déclare dans une de ses lettres (voir 1 Corinthiens 6 : 12) qu'il ne veut pas se laisser asservir par quoi que ce soit. Ceci est une bonne attitude à avoir, et il faut souvent se battre avec détermination pour la maintenir. Même les gens les plus « spirituels » peuvent devenir dépendants de quelque chose. Leurs dépendances ne sont pas nécessairement évidentes mais sont néanmoins tout à fait réelles.

On parle de dépendance lorsqu'une personne pense qu'elle ne peut pas vivre sans une certaine chose, ou qu'elle se sent obligée de faire cette chose pour se soulager d'une pression, d'une douleur ou d'un inconfort. Une personne dépendante de la drogue par exemple, fait des pieds et des mains pour parvenir au prochain « shoot » dès qu'elle commence à se sentir en manque. Un alcoolique se sent poussé à boire, surtout s'il se retrouve confronté aux problèmes de la vie. La substance à laquelle les gens deviennent « accro » soulage leur douleur temporairement mais les projette dans l'engrenage d'un cercle vicieux destructeur.

J'ai moi-même longtemps été fumeuse de cigarettes. J'étais complètement dépendante de la nicotine. J'ai vécu plusieurs des symptômes que j'ai décrits ci-dessus, à un degré moindre heureusement. Par exemple, si je me sentais tendue, mon premier réflexe était d'aller fumer une cigarette. Si j'étais en colère ou si quelque chose me stressait, je fumais encore plus que de coutume. J'utilisais la cigarette pour relâcher mes tensions au lieu de faire face aux problèmes de la vie de la façon dont Dieu aurait voulu. Je ne me considérais certainement pas dépendante, mais au bout d'un moment il a fallu que je me rende à l'évidence que non seulement j'étais dépendante du tabac, mais que d'autres choses dans ma vie me contrôlaient aussi. J'étais dépendante de l'approbation des autres, du besoin de tenir les rênes, du travail, du raisonnement, pour ne citer que quelques exemples. Puisque je voulais pouvoir dire comme l'Apôtre Paul « je ne me laisserai asservir par quoi que ce soit ! », il fallait que j'accepte de regarder la vérité en face et que je permette à Dieu de me changer.

DÉPENDANT DU RAISONNEMENT

Dieu m'a révélé que j'étais dépendante du raisonnement. J'étais complètement incapable d'être à l'aise et en paix à moins de trouver une explication logique aux choses qui se passaient dans ma vie. Je voulais savoir ce qui allait se passer - quand, comment et pourquoi. Si je n'avais pas ces réponses, je devenais anxieuse, agitée, nerveuse, inquiète et grincheuse. Mes symptômes, même s'ils étaient moins sévères, étaient les mêmes que ceux d'un dépendant à la drogue qui commence à être en manque.

À l'époque, j'étais chrétienne et faisais partie du « faith movement » américain (Mouvement de Foi) – j'étais donc sensée marcher par la foi, n'est-ce pas ? La réalité en était toute autre. Je me confiais en Jésus pour mon Salut certes, mais pour le reste, je me confiais en moi-même pour trouver les réponses aux questions de tous les jours.

Les gens qui se font du souci de façon excessive indiquent clairement qu'ils mettent leur espoir en eux-mêmes pour résoudre leurs problèmes, plutôt que de faire confiance à Dieu. L'inquiétude est un péché, et il faut s'en repentir comme de tout autre péché.

Dans mon cas, il y avait toujours quelque chose, soit dans ma vie, soit dans la vie de quelqu'un d'autre, que je m'acharnais à résoudre par la raison. Je trouvais des réponses qui semblaient sensées et pour un temps, elles me reconfortaient; mais en général, les choses ne tournaient pas comme prévu. Je me souviens d'avoir senti le Saint-Esprit me dire : « Joyce, tu penses que tu comprends tout à la vie. Tu penses savoir ce que je vais faire et comment je vais m'y prendre. Mais en fait, tu n'en sais vraiment rien. Tu n'es pas aussi futée que tu le penses, Joyce ! »

La Bible nous dit dans Proverbes 3 : 7 de ne pas être sages à nos propres yeux. En d'autres mots : « Ne pensez pas un instant que vous soyez assez astucieux pour gérer votre propre vie et avoir réponse à tout ! ».

Je le sais, ô Eternel [plaide le prophète Jérémie au nom de son peuple] ! La voie de l'homme n'est pas en son pouvoir ; ce n'est pas à l'homme [même un homme fort ou un homme à son meilleur], quand il marche, de diriger ses [propres] pas. (Jérémie 10 : 23)

On se faciliterait tellement la vie si nous étions disposés à croire la Parole de Dieu et à l'appliquer à nos vies, mais la plupart d'entre nous ont besoin d'apprendre « à la dure ». La Parole nous dit que nous sommes incapables de bien gérer nos vies par nous-mêmes, et pourtant nous nous entêtons à essayer.

À cause de tous mes raisonnements, j'étais incapable de trouver la paix – mais j'avais fonctionné comme ça depuis si longtemps que je ne savais plus comment vivre autrement. C'est comme ça avec les gens qui ont une dépendance. Ils n'aiment pas leur vie, mais ils ne peuvent faire face à la pensée terrifiante de la changer. Ils détestent leur dépendance, mais en ont aussi besoin.

Dès mon enfance, il a rapidement fallu que j'apprenne à prendre soin de moi-même. Mes parents ont pourvu à mes besoins matériels et m'ont logée et vêtue, mais je me suis toujours sentie exploitée plutôt qu'aimée.

Je ne faisais confiance à personne parce que les gens qui prétendaient m'aimer abusaient de moi et me décevaient. Mon père a abusé de moi sexuellement et ma mère m'a abandonnée. Elle n'a pas physiquement quitté le foyer, mais elle a fait semblant de ne pas savoir ce qui m'arrivait alors qu'elle en était complètement consciente. Elle était incapable de m'aider parce qu'elle avait peur du scandale que causerait un procès pour abus sexuel sur mineur. Le rejet et l'abandon que j'ai vécus dans mon enfance sont à la source de ma dépendance à l'approbation des autres. Je me sentais profondément imparfaite et sans valeur, et puisque je ne m'aimais pas, ma crainte était que personne ne m'aime non plus.

Enfant, je ne me sentais jamais en sécurité. Je ne pouvais pas compter sur mes parents et n'osais donc exprimer ni besoin ni désir. Je ne voulais jamais rien demander à personne, et surtout pas à mon père, parce qu'il y avait toujours un prix à payer. Je pris l'habitude de me projeter mentalement dans le futur pour garder une longueur d'avance et anticiper mes besoins. Je ne voulais avoir besoin de personne. J'étais déterminée à prendre soin de mes propres besoins, ce qui est une tâche énorme pour une enfant. J'étais même déterminée à prendre soin des autres, surtout de ma mère. Puisqu'elle semblait incapable de prendre soin de moi et de me protéger, je devins donc la « sauveuse » de la famille. Je grandis avec un faux sens de responsabilité. Encore aujourd'hui, je dois lutter contre la tentation de prendre sur moi-même certaines choses qui sont sous la responsabilité de quelqu'un d'autre.

Je suis aussi devenue « accro » au besoin de tenir les rênes. J'avais peur de laisser d'autres personnes décider de quoi que ce soit. Je ne croyais pas qu'elles auraient le moindre égard envers mes sentiments et mes intérêts. J'étais trop habituée au fait que les gens essaient de se servir de moi. Quand enfin je pus quitter la maison et prendre ma propre vie en main, je résolus de me protéger derrière « une cuirasse » et que plus personne ne pourrait me blesser. Je me suis jurée: « Je ne laisserai plus jamais personne profiter de moi ; je ne laisserai personne me donner des ordres. »

Je devins rebelle à toute forme d'autorité, surtout masculine. Je n'étais pas méchante - j'étais effrayée ! Si je n'avais pas le contrôle, je frôlais la crise de nerf et faisais des pieds et des mains pour parvenir à ce que je voulais.

La liste des choses dont nous pouvons devenir dépendants est interminable, mais parlons tout d'abord de la dépendance à l'approbation des autres.

LE BESOIN D'APPROBATION

Lorsque notre amour-propre est fondé sur la façon dont les gens nous traitent, ou sur ce qu'ils peuvent penser de nous, nous devenons rapidement dépendants de leur approbation. Et pourtant, on ne devrait pas avoir besoin de l'acceptation des autres pour se sentir bien dans notre peau. Penser de cette façon est un piège qui ouvre la porte à beaucoup de souffrances. Que de temps et d'efforts passés à essayer de plaire aux gens et gagner leur approbation ! Au moindre regard de désapprobation ou la moindre parole dévalorisante, notre estime de nous-mêmes est complètement détruite. C'est une sorte d'esclavage. On peut faire des pieds et des mains pour plaire aux gens et obtenir leur assentiment, mais il y aura toujours quelqu'un qui ne nous approuvera pas.

Dans le chapitre 5 de l'épître aux Galates, la Bible nous parle de deux engagements et décrit deux manières dont nous pouvons choisir de mener notre vie. Regardons les de plus près.

1. Par les oeuvres de la chair

La première façon dont nous pouvons choisir de vivre est par les oeuvres de notre propre chair. On décide de se fier à soi-même, de faire ses propres projets, et de se démener pour que les choses se passent comme on le veut, quand on le veut. C'est la façon naturelle et normale, la façon dont la plupart des gens vivent. C'est aussi un chemin qui engendre toutes sortes de souffrances. On se débat, on est frustré, on échoue, et la plupart du temps on fini las et abattu. On se retrouve désorienté, vaincu, sans paix et sans joie.

2. Par la foi

La deuxième façon dont nous pouvons vivre est dans le surnaturel, par la puissance de Dieu. Nous pouvons vivre par la foi, confiant à Dieu la tâche de nous diriger et de s'occuper de nous. Ce chemin est décrit dans la Bible comme étant une « route nouvelle et vivante » (voir Hébreux 10 : 20). Cette nouvelle route engendre paix, joie, tranquillité et succès. Nous pouvons essayer d'acquérir l'approbation des gens avec les moyens du monde, ou bien nous pouvons choisir de vivre avec la puissance de Dieu.

TROUVER GRÂCE DE FACON SURNATURELLE

Quand l'Éternel approuve les voies d'un homme, Il dispose favorablement à son égard même ses ennemis. (Proverbes 16 : 7)

Dieu nous aide à obtenir la faveur des personnes qui nous entourent si nous le Lui demandons et nous confions en Lui. Il peut même faire en sorte que nos ennemis soient en paix avec nous.

Lors de mes débuts en tant que prédicatrice, je voulais bien entendu que les gens m'aient et m'acceptent – et cela n'a pas changé. Mais à l'époque je ne comprenais pas que c'est en se confiant en Dieu que l'on obtient la faveur des gens, de façon surnaturelle. Je me mettais énormément de pression pour tout faire correctement, dans l'espoir que les gens m'accepteraient et m'approuveraient.

Cet état d'esprit engendre un sérieux problème. En effet, malgré tous nos efforts, nous ne pouvons jamais plaire à tout le monde en même temps, car tout le monde a des attentes différentes. Certaines personnes trouvaient mes conférences trop longues tandis que d'autres voulaient que je prêche plus longtemps. Certains trouvaient que la musique était trop bruyante alors que d'autres voulaient qu'on monte le son. La plupart des gens qui venaient à mes conférences aimaient mon style de prédication, mais de temps en temps quelqu'un était heurté par mon approche plutôt franche et m'envoyait une lettre pour me reprendre. La moindre désapprobation me rendait littéralement malade d'anxiété et je me sentais profondément rejetée – jusqu'à ce que j'apprenne à avoir confiance en Dieu au lieu d'essayer d'être acceptée par mes propres efforts.

Quand j'étais jeune, avant que je permette à Dieu de faire Son travail en moi, je passais mon temps à faire semblant. J'essayais d'être ce que je pensais que les gens voulaient que je sois. Je portais beaucoup de masques, essayant de me faire accepter par tout le monde. Ce genre de comportement peut devenir un véritable problème si on ne le confronte pas. Dieu ne nous aidera jamais à être quelqu'un d'autre que nous-mêmes.

Dans son livre « Le Masque Derrière le Masque » (biographie du célèbre acteur Peter Sellers), l'auteur Peter Evans explique que l'acteur avait joué tant de rôles qu'il n'était parfois même plus sûr de sa véritable identité. En d'autres mots, Sellers avait épousé tellement de personnalités qu'il en avait oublié qui il était. Je me souviens d'avoir un jour crié ma frustration à Dieu en disant : « Je ne sais pas qui je suis et comment je suis sensée me comporter ! » Parfois je me sentais comme un « distributeur ». Chaque personne appuyait sur un bouton ou un autre, s'attendant à quelque chose de différent de ma part. Mon mari voulait une bonne épouse, dévouée et soumise.

Mes enfants voulaient une mère attentive. Mes parents et ma tante, qui étaient âgés et dépendaient beaucoup de moi, voulaient mon attention. L'appel que Dieu avait placé sur ma vie venait aussi avec ses propres exigences.

Les gens que je servais à travers mon ministère s'attendaient à ce que je sois disponible à tout moment en cas de besoin. J'ai longtemps dit oui à tout – jusqu'à ce que le stress me rende malade et que je finisse par réaliser que si je n'apprenais pas à dire non, je risquais de graves problèmes de santé. Je voulais que tout le monde m'aime et m'accepte, et je voulais désespérément l'approbation de tous, mais la façon dont je m'y prenais n'était pas du tout la bonne.

Le Seigneur m'a alors dit qu'Il me donnerait la faveur des gens que je rencontrerais si je priais pour eux et si je Lui faisais confiance. Dieu peut faire en sorte que nous soyons acceptés et même appréciés par des personnes qui normalement nous mépriseraient. La Bible nous dit qu'Il change le coeur de l'homme de la même façon qu'Il peut diriger un cours d'eau à son gré (voir Proverbes 21 : 1).

Si Dieu peut faire couler une rivière dans la direction qu'Il désire, Il peut définitivement changer le coeur de quelqu'un envers nous. Nous nous épuisons souvent à essayer d'accomplir ce que seul Dieu peut accomplir.

Dieu ouvrira les bonnes portes pour vous et vous donnera la faveur des bonnes personnes, au bon moment. Dieu peut par exemple vous bénir avec un emploi infiniment supérieur à tout ce que vous pourriez tenter de décrocher par vous-même. En fait, Dieu m'a donné un emploi pour lequel je n'étais même pas qualifiée, puis Il m'a donné la capacité de le faire. Il s'agissait d'un poste de directrice générale dans une entreprise. J'ai été capable de gérer des situations et de porter des responsabilités qui exigeraient normalement un diplôme d'études supérieures et plusieurs années d'expérience. À l'époque je n'avais ni l'un ni l'autre, mais j'avais Dieu dans mon camp. Si l'on a la faveur de Dieu dans notre vie, Il peut alors nous accorder la faveur des hommes.

Je fais maintenant confiance à Dieu dans ce domaine. Quand nous avons Sa faveur, Il nous donne et fait pour nous des choses que nous ne méritons pas naturellement. En fait, je ne mérite absolument pas le travail que je fais maintenant, et je ne suis pas naturellement qualifiée pour l'accomplir. C'est un travail pour lequel Dieu m'équipe chaque jour. Dans Luc 4 : 18-19, Jésus dit que c'est l'onction du Saint-Esprit qui Le qualifie pour son oeuvre, et c'est cette onction qui me qualifie également pour le travail auquel Dieu m'a appelée. Dieu m'a sélectionnée et m'a choisie pour cette tâche.

Il veut faire de même pour tous Ses enfants, s'ils le Lui permettent. Souvenez-vous : Dieu peut seulement « commencer » là où nous acceptons de « finir ». Arrêtez de vous débattre, d'essayer d'obtenir par vos forces vos propres désirs, et demandez à Dieu de prendre le volant de votre existence.

Tant que nous essayons de parvenir à nos fins par les oeuvres de notre chair, Dieu se tient patiemment en arrière-plan et attend que nous nous épuisions. Il se tient à nos côtés, prêt pour le moment où nous finirons pas accepter de nous tourner vers Lui.

ON NE PEUT PAS PLAIRE À TOUT LE MONDE À LA FOIS.

Toute personne voulant accomplir de grandes choses dans sa vie doit se rendre à l'évidence que l'on ne peut pas obtenir l'approbation de tout le monde. Si on ne s'en méfie pas, le besoin d'être populaire peut nous voler notre destinée. Dans le cadre de mon ministère, j'ai affaire à toute une variété de gens. Il n'est pas humainement possible que je puisse tous leur plaire en même temps. Joyce Meyer Ministries emploie plus de cinq cents personnes – il est bien rare que nous prenions une seule décision qui convienne à tout le monde !

La Bible dit que Jésus s'est « dépouillé de lui-même et a pris la condition de serviteur » (voir Philippiens 2 : 7). Ceci est une déclaration de taille. Beaucoup de gens ne voyaient en Lui aucune valeur, mais Son Père Céleste l'approuvait et approuvait également ce qu'Il faisait, et c'était la seule chose qui comptait à Ses Yeux. Tant que nous avons l'approbation de Dieu, nous avons ce dont nous avons le plus besoin.

L'Apôtre Paul a dit que si son but avait été d'être populaire aux yeux des gens, il n'aurait pas décidé de servir Jésus-Christ. (Galates 1 : 10). Paul voulait dire qu'un besoin disproportionné de l'approbation des autres peut nous voler notre destinée. On ne peut pas toujours plaire à Dieu et plaire aux hommes en même temps.

Priez pour obtenir la faveur dans vos circonstances. Reconnaissez que vous avez la faveur de Dieu et que Lui seul peut vous donner celle des hommes. Avant de vous aventurer dans un nouveau projet d'entreprise, demandez Sa faveur à Dieu. Quand vous rencontrez de nouvelles personnes, demandez également la faveur de Dieu. La Bible nous dit dans Jacques 4 : 2 que « vous n'avez pas ce que vous désirez parce que vous ne demandez pas à Dieu ». Prenez l'habitude de demander régulièrement à Dieu qu'Il vous donne Sa faveur et vous serez surpris par les bénédictions qui en découleront.

Apprenez à augmenter votre foi et à vivre dans l'attente de la faveur de Dieu. Rappelez-vous que vous ne pouvez pas plaire à tout le monde tout le temps, mais que c'est Dieu qui déverse la faveur sur votre vie. Faites Lui confiance pour choisir vos amis, pour ouvrir les bonnes portes et fermer les mauvaises. Demandez au Seigneur d'intervenir et de vous connecter de façon surnaturelle à des personnes afin de former des amitiés « divines », exactement au bon moment. Dieu peut vous mettre en contact avec des gens qui vous béniront au lieu de simplement profiter de vous.

Malgré tout cela, il y aura quand même des moments où certaines personnes ne vous approuveront pas. Dans ces temps-là, efforcez-vous de plaire à Dieu et laissez-Le s'occuper d'elles.

ESCLAVAGE OU LIBERTÉ

Comme nous en avons parlé plus tôt, il y a deux façons de vivre. Nous pouvons vivre par la grâce, c'est à dire avec la faveur et l'aide de Dieu, ou vivre par nos oeuvres, c'est à dire par nos propres efforts, essayant de faire le travail de Dieu à Sa place. Ces deux chemins produisent des résultats bien différents qui sont l'esclavage ou la liberté.

Voici quelques exemples.

- Nous pouvons vivre selon deux sortes de justice : celle que l'on essaie d'obtenir par notre propre registre de bonnes oeuvres, et celle que Dieu nous donne par la foi en Jésus-Christ.
- Nous pouvons recevoir deux sortes d'amour : l'amour que nous essayons de gagner et de mériter, et l'amour qui est le don gratuit de Dieu.
- Nous pouvons donner deux sortes d'amour : le premier est l'amour ordinaire que les gens doivent mériter et gagner ; quand ils ne le méritent pas, on ne leur donne pas. Mais nous pouvons aussi donner l'amour que Dieu Lui-même nous a offert. Nous pouvons laisser Son amour s'écouler à travers nous, jusque dans la vie des gens qui nous entourent. L'amour de Dieu est sans conditions. Nous pouvons le recevoir, puis le donner à notre tour aux autres.
- Nous pouvons prospérer de deux différentes façons : soit en essayant de défricher notre propre chemin et en nous battant selon les règles du jeu du monde, ou alors en faisant ce que Dieu nous demande de faire et en donnant notre dime et nos offrandes, choisissant de L'honorer et de Lui faire confiance pour subvenir à nos besoins.
- Nous pouvons également tenter de progresser de différentes façons : en essayant de nous promouvoir nous-mêmes, cherchant constamment un moyen de nous hisser vers le haut, ou en faisant confiance à Dieu dans notre progression et afin d'obtenir la faveur auprès des gens.
- Nous pouvons poursuivre deux sortes d'approbations : celle des gens, ou celle de Dieu. Tout le monde veut bien sûr être approuvé, mais si nous devenons dépendants de cela, s'il nous faut à tout prix cette approbation et si nous sommes prêts à faire n'importe quoi pour l'obtenir, nous perdrons notre liberté. En revanche, si nous faisons confiance à Dieu pour obtenir Sa faveur auprès des hommes et si nous recherchons Son approbation avant tout, Il nous libèrera de cette dépendance.

EQUILIBRE ET LIMITES, OU BURN-OUT

Les personnes qui sont dépendantes de l'approbation des autres se retrouvent souvent en état d'épuisement physique et moral, ce qu'on appelle en anglais le « burn-out » (être complètement brûlé). Ces personnes courent constamment le risque d'en faire trop. Elles veulent si désespérément plaire à tout le monde qu'elles passent leur temps à faire tout ce qu'elles imaginent que l'on attend d'elles, et bien au-delà. Elles font parfois cela parce qu'elles sont déterminées à être « gentilles ». Parfois aussi, elles disent « oui », non pas parce qu'elles pensent faire la volonté de Dieu, mais parce qu'elles ne savent simplement pas dire « non ».

Elles sont au bord de l'épuisement par manque de discernement ou à cause d'une culpabilité mal placée et leur colère ne fait que grandir. Lorsqu'on est épuisé et tirillé dans mille et une directions, il arrive fréquemment que l'on soit tendu et que l'on se mette en colère. Le burn-out nous conduit à cette émotion parce qu'on sait, tout au fond de nous-mêmes, que ce n'est pas du tout normal d'être si épuisé. Nous sommes souvent en colère après les personnes qui émettent une pression sur nous, alors qu'en réalité c'est NOUS qui permettons cette situation. Pour éviter cette pression dont d'autres personnes ou nous-mêmes sommes la cause, nous devons prendre le contrôle de nos vies sous les directives du Saint- Esprit.

Un jour, alors que je me plaignais de mon emploi du temps trop chargé, le Saint-Esprit me dit : « Joyce, c'est toi qui établis ton propre emploi du temps ; s'il ne te va pas, et bien fais quelque chose ! ».

Bien souvent, nous nous plaignons et vivons des vies de colère silencieuse tout en persistant à refaire ces choses mêmes qui nous mettent en colère. Il est vrai que les gens ne devraient pas exercer de pression sur nous, mais il est aussi vrai que nous ne devrions pas permettre à cette pression de nous asservir. Ça ne sert à rien de blâmer les autres, quand c'est en fait nous qui sommes entièrement responsables de la situation.

Une vie chrétienne normale devrait être vécue au sein des limites d'un bon équilibre de vie. On ne se remet jamais facilement d'un « burn-out ». Personne, pas même ceux qui sont « appelés au service de Dieu », ne peuvent violer les lois naturelles que Dieu a établies sans en subir les conséquences. On ne peut pas vivre sans limites, même si on travaille pour Dieu. Jésus Lui-même prenait le temps de se retirer loin des foules pour se reposer et se ressourcer.

Beaucoup de gens célèbres qui ont consacré leur vie au service de Dieu ont souffert de lassitude et de burn-out, avec bien souvent des tendances dépressives. Il faut réaliser que nos problèmes ne sont pas toujours d'ordre spirituel – certains sont purement physiques. On accuse souvent le diable de choses qui sont en fait notre propre faute. Il nous faut à tout prix apprendre à dire non, sans craindre de perdre des relations. J'ai un jour abouti à la conclusion suivante : si je perds ma relation avec quelqu'un pour lui avoir dit « non », je peux dire avec certitude que cette relation n'avait en fait jamais été authentique !

RELATIONS

Les relations que nous entretenons avec les gens sont un des aspects les plus importants de notre vie. Dieu désire que nous ayons des relations saines et agréables les uns avec les autres. Une relation n'est pas saine si l'une des personnes tient les rênes tandis que l'autre fait des pieds et des mains pour obtenir son approbation, prête à faire tout ce que l'autre veut, même à son propre détriment. Lorsque l'on va à l'encontre de notre propre conscience pour gagner l'approbation de quelqu'un d'autre, nous nous retirons de la volonté de Dieu.

Nous pouvons nous « acheter » des amis en les laissant nous contrôler, mais le prix à payer pour garder ces amis, sera de leur permettre de conserver le contrôle de nos vies . Un jour ou l'autre, notre manque de liberté nous épuisera. Je crois fermement que la solitude elle-même est préférable à une vie sujette à la manipulation et au contrôle des autres. Soyez prudents quand vous vous investissez dans une nouvelle relation. Ce que vous tolérez au début devient une chose à laquelle l'autre s'attend. Par exemple, quand mon mari et moi commençons à faire affaire avec de nouvelles personnes, Dave met toujours des limites en place. Si le produit fini n'est pas à la hauteur de nos attentes, il le leur fait savoir immédiatement.

S'ils commencent à arriver en retard à nos rendez-vous d'affaires sans nous prévenir par un simple appel téléphonique, il leur explique que ce genre de comportement n'est pas acceptable. Je pense parfois qu'il est peut-être un peu dur, mais il me dit toujours : « Si nous n'établissons pas nos attentes de façon claire dès le début, les gens profiteront de nous plus tard. »

Ce que vous tolérez au début d'une relation devrait refléter ce que vous êtes prêts à tolérer dans le long terme. Conduisez-vous de façon à ce que les gens comprennent que vous pouvez vivre sans leur approbation s'il le faut. Respectez les autres, mais faites-leur comprendre que vous vous attendez à ce qu'ils vous respectent aussi.

Les gens font parfois des compromis dans les premiers stades d'une relation afin d'obtenir quelque chose ou une relation à laquelle ils tiennent. Ils pensent pouvoir changer la personne au fil du temps, mais en général ça ne se passe pas comme ça. Je connais beaucoup de femmes qui ont épousé des hommes non-croyants en pensant qu'elles pourraient les convaincre d'aimer Jésus avec un peu de temps. La plupart d'entre elles deviennent très malheureuses, car elles sont « avec des incroyants sous un joug qui n'est pas celui du Seigneur » (2 Corinthiens 6 : 14).

Une jeune femme m'a récemment contactée à ce sujet. Elle sortait avec un jeune homme qui se disait chrétien mais qui en vérité ne s'était pas complètement engagé avec Dieu. Elle-même avait été élevée dans une famille chrétienne et entretenait une relation active et personnelle avec le Seigneur.

Son père s'était vigoureusement opposé à ce qu'elle continue à fréquenter ce jeune homme, l'avertissant qu'en s'attachant à cet homme, elle se plaçait dans la situation difficile de ce « joug étranger », c'est à dire dans une position d'inégalité spirituelle.

Lorsque l'on s'attache émotionnellement à quelqu'un, il faut faire très attention à ne pas laisser nos émotions outrepasser notre sagesse et étouffer la voix de Dieu. J'ai donc simplement recommandé à cette jeune femme de se méfier du piège qui consisterait à épouser cet homme en se disant qu'il changerait plus tard. S'il était véritablement chrétien, il le prouverait maintenant en s'engageant à suivre un style de vie cohérent.

Beaucoup de gens sont soi-disant « chrétiens » mais leur vie n'en montre aucun fruit. La Bible dit : « vous les reconnaîtrez à leurs fruits » (Matthieu 7 : 16). Beaucoup de personnes acceptent philosophiquement l'existence de Dieu, mais cela ne veut pas dire qu'elles se sont engagées à Le servir. Le monde est rempli de gens qui croient en Dieu mais qui vivent dans le péché, séparés de Lui.

Cette jeune femme m'expliquait que cet homme qu'elle fréquentait commençait à venir à l'église avec elle et qu'elle avait bon espoir qu'il s'engagerait bientôt avec le Seigneur de façon sérieuse. Je lui ai recommandé qu'elle s'assure bien de ce fait avant de l'épouser, et de ne pas faire de compromis en début de relation, afin que ses attentes envers lui soient très claires.

La sagesse nous permet de faire des choix dans le présent qui continueront de nous satisfaire dans le futur. Ne vous perdez pas dans le moment présent au point d'en oublier demain – car demain et ses conséquences finissent toujours par nous rattraper.

Lorsque l'on choisit les personnes avec lesquelles nous voulons entamer une relation – que ce soit d'ordre professionnel ou personnel – on réalise souvent après-coup que nos choix n'étaient pas nécessairement remplis de sagesse. Demandez à Dieu de pourvoir à des « connections divines », mais sachez qu'Il risque de vous placer dans des relations que vous n'auriez jamais choisies par vous-mêmes, à cause de vos idées préconçues sur ce que vous recherchez dans une relation. Apprenez à regarder au-delà de l'apparence extérieure des gens et à voir leur cœur. Telle personne peut avoir une très belle apparence mais être un véritable cauchemar à gérer au niveau relationnel. Telle autre personne n'est peut-être pas extrêmement attrayante au premier regard, mais pourrait finir par être votre meilleur(e) ami(e) une fois que vous apprendrez à le ou la connaître.

Etant très peu sûre de moi-même, je voulais toujours m'associer et être amie avec des personnes « populaires ». Je finissais souvent par avoir beaucoup de peine. Je poursuivais l'approbation de ces personnes parce que j'étais rongée par mon insécurité.

L'INSECURITE ET LA DÉPENDANCE À L'APPROBATION DES AUTRES.

Les gens qui souffrent d'insécurité deviennent facilement dépendants de l'approbation des autres. Ils ont tellement besoin d'être acceptés qu'ils sont prêts à faire tout et n'importe quoi pour obtenir ce qu'ils recherchent. Pourtant, Dieu nous donne Sa sécurité et Il nous accepte à travers Jésus-Christ. Il veut que nous nous sentions à l'aise dans notre peau, et acceptés tels que nous sommes. Il veut que nous soyons libres d'être nous-mêmes. Mais pour obtenir cette liberté et cette acceptation, il faut se tourner vers Jésus.

Si vous êtes dépendant de l'approbation des autres, ou si vous connaissez quelqu'un qui l'est, vous avez sans doute réalisé que c'est une façon de vivre complètement misérable. Vous ne savez jamais si les gens vont vous approuver ou vous désapprouver. Quand vous pensez avoir enfin compris comment leur plaire, leurs attentes changent envers vous! Cette obsession de toujours vous demander comment plaire aux autres vous emprisonne et vous empêche de suivre librement votre coeur et la direction du Saint-Esprit dans votre vie.

Mon père était complètement dysfonctionnel – c'est à dire qu'il ne fonctionnait pas de la façon « normale » qu'on attendrait d'un père. En plus d'être abusif de toutes les façons possibles et imaginables, il était aussi impossible à satisfaire. De temps en temps – ô miracle ! – il me montrait son approbation au sujet de quelque chose que j'avais fait. Mais la fois suivante, dans des circonstances semblables, je me faisais réprimander. L'atmosphère à la maison était terriblement instable et saturée de crainte.

Je me sentais incroyablement peu sûre de moi-même. J'avais constamment peur qu'on me désapprouve et de me faire réprimander ou punir. Je faisais de mon mieux pour anticiper ce qu'il voulait de moi, mais c'était impossible à prédire. D'avoir vécu dans cet environnement instable me transforma en véritable « toxicomane de l'approbation ». Je voulais si désespérément éviter la douleur de la désapprobation que j'étais prête à tout faire pour être acceptée par mon entourage. Il a fallu que j'apprenne à affronter et à surmonter cette dépendance qui contrôlait ma vie, mais aussi à confronter les gens qui essayaient de me contrôler.

CONFRONTATION

La confrontation est souvent nécessaire pour établir ou maintenir une relation saine. Ceci peut impliquer de réussir à dire « non » même lorsque l'autre personne veut entendre « oui », ou encore de faire un choix - qui est une décision sage pour vous - bien que cette personne ne l'approuve pas.

Si vous n'avez pas l'habitude de confronter les gens, et si vous vous trouvez actuellement dans des relations où vous êtes contrôlé et manipulé, le changement ne sera pas facile. Une fois que l'on est devenu dépendant de l'approbation des gens parce que l'on a peur qu'ils nous rejettent, un véritable pas de foi s'avère nécessaire pour briser ce cercle vicieux.

Alors que je grandissais, j'avais très peur de mon père et lui dire « non » ne m'aurait jamais traversé l'esprit. Lorsque j'ai finalement quitté la maison, j'ai conservé ce même modèle relationnel avec d'autres personnes qui avaient un caractère semblable au sien. J'avais du mal à conserver mon indépendance, surtout avec les personnes qui avaient une forte volonté. Si j'étais avec quelqu'un qui me le permettait, je saisisais le contrôle. Mais si l'autre personne avait une personnalité plus dominante, je finissais toujours par me faire contrôler. La vraie liberté m'était inconnue. Je ne savais pas comment permettre aux autres d'être libres, et je ne savais pas non plus comment revendiquer mon propre droit à la liberté auprès des autres.

Les gens qui n'ont pas l'habitude de la confrontation réagissent souvent de façon agressive, du moins au début. Il vous sera peut-être nécessaire de leur expliquer que vous avez fait l'erreur de leur permettre de toujours obtenir ce qu'ils voulaient dans le passé – et que vous aviez tort. Expliquez-leur que vous avez des problèmes d'insécurité et que vous aviez auparavant besoin de leur approbation, mais qu'à présent, il est important que cela change. Ce sera un processus difficile pour eux comme pour vous, mais il faut impérativement que cette transition se produise pour que vous puissiez développer une relation saine.

Prenez le temps de prier avant d'entamer une confrontation. Demandez à Dieu de vous donner le courage. Demandez Lui d'aider l'autre personne à être disposée à l'écoute et au changement. Ce qui est impossible à l'homme n'est pas impossible à Dieu (Marc 10 : 27).

Un des plus grands pas que vous puissiez prendre est de décider maintenant, en cet instant, que vous allez envers et contre tout, briser le cycle de la dépendance à l'approbation des autres, avec l'aide de Dieu. Au début, vous vous sentirez probablement mal-à-l'aise à l'idée que vous ayez pu déplaire à quelqu'un. Mais souvenez-vous que la seule autre alternative est de vivre malheureux. Briser une dépendance est un processus douloureux mais qui mène à la victoire. Soit l'on souffre sur le chemin de la victoire, soit l'on souffre dans un cercle vicieux de dépendances.

Tant qu'à souffrir, autant que ce soit pour quelque chose qui en vaut la peine !

Avec toute mon affection,
Joyce