
« *Il faut que je sois parfait* »

(et autres hérésies des demeures pastorales)

Le guide de l'enfant de pasteur
sur les saintes hérésies avec lesquelles vous avez peut-être
grandi et le moyen de retrouver votre chemin vers la vérité

Timothy L. Sanford, M.A.

Avec préface de Chonda Pierce

« *Il faut que je sois parfait* » (et autres hérésies des demeures pastorales)

Édition originale publiée en anglais par Llama Press, Colorado Springs, CO, É.-U., sous le titre :
« I HAVE TO BE PERFECT » (And Other Parsonage Heresies)

Copyright © 1998 par Timothy L. Sanford, M.A., L.P.C.
ÉDITION RÉVISÉE – Copyright © 2003

Copyright © Édition française, 2011, Ministère Cœur de Berger

Tous droits réservés. Des extraits de cette publication peuvent être cités et reproduits sous n'importe quelle forme, jusqu'à un maximum de cinq cents (500) mots, sans la permission écrite expresse de l'éditeur, à condition que les extraits cités ne représentent pas plus de vingt-cinq pour cent (25 %) du texte total de l'ouvrage dans lequel ils sont cités et à condition que le crédit en soit attribué à l'auteur.

C'est une bonne chose que les lettres de l'apôtre Paul soient exemptes de droits d'auteur! L'Église souffrirait beaucoup si les écrits de Moïse, du roi David et des prophètes avaient été ainsi protégés. Les temps ont bien changé!

À moins d'indication contraire, toutes les citations bibliques sont extraites de la Bible Louis Segond – Nouvelle édition de Genève 1979.

Les demandes de renseignements peuvent être adressées à :

Ministère Cœur de Berger
ministerecoeurberger@me.com

Traduction : Sylvie Pelletier



Shepherd's HEART MINISTRY

Ce livre vous est proposé par le Ministère Cœur de Berger.

www.shepherdsheartministry.com

ministerecoeurberger@me.com

Eric et Rachel Dufour sont un couple pastoral et missionnaire français. Ils sont engagés dans le ministère depuis 1991, et depuis 2008, ils servent Dieu ensemble à plein temps au sein d'une organisation interconfessionnelle appelée : « Ministère Cœur de Berger », créée en 2003 aux États-Unis, par les pasteurs Larry et Lorrie Russell.

Ils offrent gratuitement des semaines de relation d'aide individuelles à des couples engagés dans un ministère ou un leadership spirituel, qui connaissent une situation de crise, ou qui éprouvent le besoin de faire le point dans leur vie avec Dieu, leur couple et leur service.

Ils offrent aussi des enseignements tournés vers la prévention à des groupes pastoraux ou missionnaires, ainsi que des suivis de relation d'aide personnalisés, pour couples ou célibataires, à l'aide de Skype ou d'autres moyens.

Ministère Cœur de Berger est présent aux États-Unis, Canada, France, Israël, Asie du Sud-Est. Eric et Rachel travaillent à l'année entre les États-Unis, la France et l'Asie du Sud-Est.

Ils sont mariés depuis 1991 et sont les parents de 5 garçons.

Nous croyons que Dieu veut que chaque personne qu'Il a appelée à un ministère, vive et s'épanouisse à son service. Nous avons la conviction que Dieu est un Dieu de grâce qui ne se repent ni de ses dons, ni de son appel, et qui se plaît à pardonner et à restaurer ceux qui sont tombés. Non, sa main n'est pas trop courte pour délivrer et racheter ses serviteurs!

« L'Éternel est miséricordieux et juste, Notre Dieu est plein de compassion » Psaume 116.5



REMERCIEMENTS

Ce ne sont que quelques-unes des personnes qui doivent être en partie remerciées ou blâmées pour ce livre. Elles ont poussé, encouragé, corrigé, vérifié l'orthographe, ranimé (moi, en l'occurrence!), tiré, poussé, suggéré, critiqué, dirigé, conseillé, emballé, étiqueté, posté et acclamé. Sans elles, j'aurais passé plus de temps dans les montagnes, mais vous n'auriez pas ce livre entre les mains.

Max Anders (pasteur)
Stephen Bransford (EP)
David (EM) et Sandra Gatewood (missionnaires et pasteur)
Chonda Pierce (EP)
Ruth Van Reken (EM et missionnaire)
Grace Saenz (amie)
Becky Sanford (mariée à un EM, moi!)
David (EP) et Karene Sanford (missionnaires)
Heidi Sanford (fille d'un EM)
Terryll Sanford (fille d'un EM)

Les nombreux EP et EM, clients et amis que je ne peux nommer par souci de protéger leur identité.

Merci!

TABLE DES MATIÈRES

<i>PRÉFACE</i> de Chonda Pierce	6
<i>INTRODUCTION</i>	7
Rencontrez les rats de laboratoire	
Le juke-box	
Toutes les mises en garde nécessaires	
<i>PREMIÈRE PARTIE – DE TOUTE MANIÈRE... QUEL EST LE PROBLÈME?</i>	12
1 Un regard à l'intérieur	13
2 Les forces qui vous influencent.....	17
<i>DEUXIÈME PARTIE – QUELS SONT LES DÉGÂTS... VRAIMENT?</i>	22
Les quatre saintes hérésies à mon sujet	24
3 « Il faut que je sois parfait »	24
4 « Je devrais déjà savoir »	27
5 « Je suis ici pour les autres »	30
6 « Je suis différent »	34
Les quatre saintes hérésies au sujet du monde	36
7 « Je ne peux faire confiance à personne »	36
8 « Je peux détruire le ministère de mon père »	39
9 « Les besoins des autres sont plus importants que les miens »	41
10 « Quoi que je fasse, je suis perdant »	44
La sainte hérésie au sujet de Dieu	49
11 « Dieu est déçu de moi »	49
<i>TROISIÈME PARTIE – ET MAINTENANT... HONNÊTEMENT... QUELLE EST LA SOLUTION?</i>	52
12 Évaluation des dégâts.....	53
13 Et le voyage se poursuit.....	61
14 Faire face au tyran des « devrais »	65
15 Vaincre le monstre de l'anxiété	74
16 Cette chose qu'on appelle « le pardon »	80
17 Trouver Dieu dans les décombres	88
<i>APPENDICE</i>	94

Préface

Je suis une humoriste. Non, mais c'est vrai. J'ai toujours dit que si une personne est née fille d'un pasteur du sud des États-Unis et qu'elle s'est toujours assise dans la deuxième rangée, alors neuf fois sur dix, elle deviendra femme de pasteur ou humoriste.

Je suis une humoriste!

Ayant grandi dans la jungle des vitraux, j'ai vécu des expériences vraiment hilarantes – comme la fois où un évangéliste invité est venu demeurer dans ma chambre pendant une semaine : j'étais somnambule et je me suis retrouvée dans le mauvais lit. Je n'avais que quatre ans à cette époque et je ne crois pas que c'aurait été si grave, à l'exception du fait que je me dirigeais vers la salle de bain!

C'est drôle, n'est-ce pas? En ce qui me concerne, grandir dans la maison du pasteur a suscité une foule d'événements amusants. Et pourtant, certaines des choses qui sont arrivées n'étaient vraiment pas drôles, mais là encore, nous ne sommes pas censés parler de *ces choses*. N'est-ce pas?

Mais Tim Sanford est arrivé et non seulement nous permet-il de parler des jours qui ne sont pas si amusants, mais il nous *encourage* à le faire. Extraordinaire! Et en raison de cet appel à l'honnêteté, j'ai vu beaucoup de guérisons se produire dans la vie d'adultes qui étaient enfants de pasteur – des adultes qui, pendant plusieurs années, avaient espéré ardemment qu'on les écoute.

La première fois que j'ai entendu Tim Sanford, c'était à une conférence pour adultes, enfants de pasteurs, que j'animais à Nashville au Tennessee. Pendant des années, il a œuvré en tant que thérapeute professionnel et lors de la conférence, il a pu nous partager ses vastes connaissances, sa sagesse et son intuition, teintées par la perspective d'un enfant de pasteur – parce qu'il en est un! Tim et moi sommes rapidement devenus amis. Je lui ai enseigné quelques bonnes blagues et il m'a enseigné comment surmonter certaines idées fausses que j'avais sur Dieu et sur son Église.

Alors, si vous êtes un enfant de pasteur qui cherche des réponses, ou un pasteur qui cherche des outils en tant que parent pour sa famille – ou si vous êtes simplement curieux de savoir ce qui nous motive – ce livre ouvrira votre cœur et votre esprit envers un bien-être en Christ Jésus. Et puis, qui sait si vous ne deviendrez pas humoriste! Ou bien femme de pasteur!

Chonda Pierce

Humoriste / Comédienne professionnelle

Nashville, Tennessee

INTRODUCTION

Un jour, on m'a demandé ce que signifiait être un EM. Le moment était mal choisi; on m'a pris dans ma période la plus sarcastique. En passant, le sarcasme est une seconde (ou troisième) nature chez l'EP (enfant de pasteur) ou l'EM (enfant de missionnaire)! Je leur ai dit qu'un EM ressemblait beaucoup à un rat de laboratoire : tout le monde vous observe, vous touche, vous teste, vous évalue, vous examine, mais personne ne veut entrer dans votre cage et être votre ami. Personne ne veut voir le monde de votre point de vue. Personne ne veut toucher le monde qui vous touche, ni même vous écouter le décrire. Et bien, je suis déjà dans la cage. Ça vous dit de vous joindre à moi?

Je n'écris pas *sur* les EP. J'écris *aux* EP. Ce livre a pour but de vous aider à mieux vous comprendre, ou peut-être à vous comprendre pour la première fois.

Vous vous dites probablement : « Un nouveau concept ! Vous voulez dire : considérer *mes* besoins et ce qui *me* motive? Êtes-vous certain que ce soit biblique? »

Je vous garantis que ça l'est.

J'ai côtoyé des EP et des EM toute ma vie. Et de toute façon je suis apparenté à environ la moitié de tous les EP et EM du monde entier! Mon père est un EP, ce qui signifie que ses six frères et sa sœur sont des EP. À l'âge de soixante-dix ans, ma grand-mère a débuté sa carrière de missionnaire, qui a duré quinze ans. Quatre de mes oncles étaient missionnaires ou pasteurs à un moment ou à un autre, ce qui fait de tous leurs enfants, mes cousins, des EP ou des EM. Plusieurs de mes cousins se sont mariés avec des EP ou des EM. (Les croisements sont fréquents parmi la population d'EP/EM!) Il y a même quelques-uns de mes cousins qui sont allés dans le ministère. Qui sait, je suis peut-être parent avec vous!

Je travaille depuis plusieurs années en tant que thérapeute professionnel auprès des EP et des familles dans le ministère. Ayant eu l'occasion d'entendre histoires après histoires, j'ai relevé plusieurs thèmes et modes de pensée communs et similaires chez les EP et les EM. À ma grande surprise, en regardant ma propre vie, j'ai pu voir ces mêmes modes de pensée faire surface dans mon esprit. Je pensais que ma vie « allait bien ». J'ai de très bons souvenirs de mon enfance et de mon adolescence. Mon père a toujours été et il est encore mon meilleur ami. J'en ai donc déduit que mes modes de pensée étaient normaux et que j'étais en bonne santé mentale. Pas tout à fait. David Gatewood, un EM et très bon ami, m'a dit que mon expérience ne comptait pas. Il dit

qu'elle était trop équilibrée et trop saine pour être une expérience « normale d'EM/EP ». Après avoir entendu les histoires d'autres EP, je le crois. C'est vraiment triste d'arriver à cette conclusion. Et pourtant, malgré toutes les expériences positives que j'ai eues, incluant une bonne relation avec mes parents, j'avais subi des dommages parce que j'avais été élevé dans un environnement ministériel. Il y a ces « risques du métier » qui viennent avec le fait que vos parents sont dans le ministère.

Ma vision simpliste a changé. Je vois maintenant les dommages profonds laissés dans mon esprit. Je me souviens avoir lu des livres qui parlaient de ce que ce pouvait être de vivre dans une « maison de verre ». C'était bien, mais cela ne m'a pas aidé à démêler mes pensées. Je me suis surpris à dire : « Et puis après? Et maintenant? »

Ce livre parle du « Quoi? », du « Et puis après? » et du « Et maintenant? » Je désire vous aider à découvrir les *conclusions* que vous avez tirées pendant ces années dans le laboratoire à rats, à l'intérieur de la maison de verre. Je désire regarder particulièrement les conclusions que vous avez peut-être tirées sur vous-même, sur le monde et sur Dieu.

L'une des choses les plus profondes dont je me souviens dans tous mes cours de psychologie est le truisme : « Où que vous alliez, vous êtes là. » Croyez-moi : c'est de la saine doctrine. Je l'ai vérifié. Vous êtes peut-être très loin d'une maison de pasteur maintenant et les expériences peuvent avoir été oubliées depuis longtemps, mais les conclusions que vous avez formées dans votre esprit sont encore avec vous aujourd'hui, que vous le réalisiez ou non. Et la plupart d'entre nous ne le réalisent pas. Où que vous alliez, vous emportez votre esprit avec vous (du moins j'espère que vous emportez votre esprit avec vous). Vous utilisez votre esprit pour interpréter les événements de chaque jour, les filtrant à travers les conclusions que vous avez tirées il y a plusieurs années.

Il peut devenir confus de lire à la hâte sur l'esprit, les croyances, les conclusions et les modes de pensée. Laissez-moi essayer de simplifier la matière en utilisant une illustration. De toute façon, je pense en « illustrations »; cela fonctionne donc très bien pour moi. Vous ne trouverez cela dans aucun livre de psychologie, mais ça n'en demeure pas moins vrai. Imaginez que votre esprit soit un juke-box. Un vrai juke-box. Comme les anciens avec les disques de vinyle 45 tours et les boutons devant, qui correspondaient chacun à un succès de l'heure. Vous pouviez même voir le disque tomber sur la table-tournante, le bras se tasser au-dessus et l'aiguille entrer dans les rainures et commencer à jouer votre sélection. Certains d'entre nous se souviennent de ces appareils avant qu'on ne les appelle des « antiquités »! C'est à cela que ressemble votre esprit. Sur chaque disque est gravé l'enregistrement d'une locution simple et courte qu'on appelle croyance. Une croyance est un énoncé de ce que vous reconnaissez comme un fait, une conclusion à laquelle vous tenez au sujet des circonstances qui sont devant vous. La plupart de vos croyances ont été enregistrées, cataloguées et classées dans votre juke-box pendant les sept à neuf premières années de votre vie. Vous me suivez?

Les croyances religieuses sont les premières choses qui vous viennent à l'esprit lorsque vous entendez le mot croyance. En fait, vous avez des croyances sur tous les sujets sous le soleil. Vous utilisez ces croyances à chaque jour alors que vous tentez de trouver un sens à la vie. C'est, pour ainsi dire, votre vision du monde, sur une pile de 45 tours!

Elles jouent ainsi :

Une nouvelle expérience se produit, ou un ensemble d'expériences similaires.

Vous tirez une conclusion de cette expérience sur ce qui est vrai et, en conséquence, ce qui selon vous *sera* vrai pour l'avenir.

Un enregistrement de votre conclusion devient votre énoncé de croyance et est classé dans votre juke-box. Le nouveau disque est poli, catalogué et prêt pour référence future.

Maintenant, à chaque fois qu'une situation similaire se présentera, ce disque jouera et vous répondrez en conséquence.

Nous avons tous un disque plus ou moins semblable. Ce disque dit : « Tous mes disques, toutes mes croyances, sont vrais. Je peux même les valider avec des expériences réelles dans ma vie! » J'ai aussi remarqué que nous sommes très défensifs quand il s'agit de nos disques. Si vous n'êtes pas d'accord avec moi, mes défenses se mettent à crier (du moins dans ma tête, quand ce n'est pas de vive voix) : « Croyez-vous que je sois stupide? Je ne croirais pas un mensonge! Je possède une intelligence, vous savez. Je *sais* ce qui est correct et vrai, et je peux le démontrer par mes expériences! »

Si vous avez le désir d'aller au-delà de votre réflexe défensif, vous découvrirez peut-être que vos disques sont quelque peu tordus. Les conclusions que vous avez tirées alors que vous étiez enfant n'ont peut-être pas été basées sur une information complète. Les croyances en fonction desquelles vous vivez et mourez ne sont peut-être pas toutes exactes. Elles peuvent avoir *semblé* exactes à l'époque et elles étaient peut-être partiellement ou relativement vraies *sur le moment*. Mais pas maintenant. Pas lorsqu'on les compare au plus grand domaine de la réalité. Mais les disques demeurent dans les rainures de votre juke-box, tordus et inexacts, attendant d'être activés par un bouton, même aujourd'hui. Lorsque l'un de vos disques pas si exact est déclenché et joue, il sonne drôle pour tout le monde, sauf pour vous. Pour vous, il semble vrai, même aujourd'hui. La plupart d'entre nous ne s'arrêtent jamais assez longtemps pour remettre en question l'exactitude de leurs croyances. Nous croyons simplement qu'elles sont exactes. Je suis certain que ma théorie du juke-box est ce qui a déclenché cette

expression : « Tu es vraiment tordu dans la tête! » Je ne peux pas le prouver, mais de toute manière, j'en prendrai le crédit.

Ce livre est une collection de ce à quoi ces disques tordus ressemblent. Des disques que j'ai entendu jouer encore et encore par des EP à travers le pays. Je les appelle les saintes hérésies des demeures pastorales, parce que c'est exactement ce qu'ils sont. Vous avez peut-être détecté un brin de sarcasme ici, mais je reconnais aussi la vérité dans ce vieux dicton chinois : « On dit souvent la vérité en riant. » La bonne nouvelle est que les disques tordus peuvent être redressés ou remplacés. La mauvaise nouvelle est que les trouver exige une honnête introspection. J'espère que vous regarderez sérieusement les disques de votre juke-box pour voir s'il y en a qui sont tordus. J'espère que vous prendrez le temps de remettre en question les conclusions que vous avez tirées il y a longtemps. Certaines devront peut-être être mises à jour ou changées. J'espère que vous vérifierez si vous avez de saintes hérésies qui flottent autour de votre esprit innocent et doctrinalement pur d'enfant de pasteur. De toute manière, votre juke-box a probablement besoin d'un bon nettoyage! Des juke-box propres ont un meilleur son. Des esprits propres pensent mieux. Ça semble vraiment thérapeutique, n'est-ce pas?

À chaque fois qu'on commence à parler des pasteurs ou des dirigeants de ministères quels qu'ils soient, on doit d'abord passer à travers une série de mises en garde. Après tout, parler négativement d'un pasteur est la même chose que dénigrer Dieu Lui-même, n'est-ce pas? Vous savez ce que je veux dire; toutes les choses du genre « Ce que je *ne dis pas*. » On ne doit pas marcher sur les orteils de qui que ce soit, n'est-ce pas?

Donc, afin d'être religieusement et politiquement correct et doctrinalement pur, voici les mises en garde qui s'imposent :

- (1) Je *ne suis pas* ici pour attaquer les pasteurs, les dirigeants d'églises ou les dirigeants de confessions. Je *suis* ici pour essayer de vous aider à regarder profondément et honnêtement votre propre vie et vos propres expériences. (Répétez la première ligne.)
- (2) Je *ne* vous donne *pas* une raison de blâmer quelqu'un d'autre pour vos propres choix et actions.
- (3) Je *ne suis pas* ici pour présenter les choses de façon diplomatique, ni pour dissimuler les vrais problèmes. Parfois, la vérité fait vraiment mal. Nous ne sommes pas à l'école du dimanche ici, ni à une pratique de louanges. Les EP ont l'habitude de faire semblant; nous sommes habitués à dissimuler et à « bien » paraître. À un point tel que nous commençons souvent à y croire nous-mêmes. Et bien, *pas* ici.
- (4) Je *ne* présume *pas* que chaque famille pastorale est dingue et perturbée. Je *ne* présume *pas* que tous les EP sont cinglés ou qu'ils sont « tordus dans leur

tête. » Je *ne* présume *pas* non plus que tout allait bien sur la véranda de la demeure pastorale.

Voilà! Ça couvre à peu près tout. Du moins pour l'introduction.

AVERTISSEMENT pour vous (dirigeants d'églises, parents, professionnels ou conjoints) qui désirez mieux comprendre les EP : Il est difficile de vraiment comprendre le monde d'un EP à moins d'en être un. Ce n'est pas la même chose d'être dans le ministère en tant qu'adulte que d'être un enfant dont les parents sont dans le ministère. Un adulte dans le ministère a choisi le ministère; vos enfants n'avaient pas le choix. En tant que pasteur vous avez des aptitudes d'adaptation d'adulte pour composer avec les dangers reliés au ministère; vos enfants n'ont qu'un niveau d'aptitudes et d'habiletés d'enfants.

Si vous travaillez avec un EP dans le cadre de votre vie professionnelle ou sociale, commencez par écouter, faites-le parler, essayez d'apprendre plutôt que d'enseigner, puis écoutez encore. Soyez conscient de vos *propres* tendances à secrètement stéréotyper. Vous ne connaissez pas notre monde, alors ne prétendez pas le connaître.

Et si vous êtes marié à un EP, que le ciel vous aide!!!

AVERTISSEMENT NUMÉRO DEUX pour vous qui désirez mieux comprendre les EM : Il est encore plus compliqué de comprendre et de travailler avec des EM. À moins d'avoir été élevé comme un ETC (enfant de troisième culture), vous ne comprendrez pas. Il ne s'agit pas ici d'un énoncé prétentieux, juste d'un énoncé véridique. Ici encore, être un missionnaire n'est pas la même chose qu'être un EM.

Pour vous, professionnels de la santé mentale : le counseling interculturel est une *spécialité*. N'essayez pas d'adapter l'ETC à votre cadre théorique existant. Cela ne fonctionnera pas. Ce qui peut vous sembler dysfonctionnel n'est peut-être que le fruit de votre perception culturelle.

NOTE TECHNIQUE : Plutôt que d'utiliser constamment EP/EM à travers le livre, j'ai décidé d'utiliser seulement EP. Le contenu s'adresse également aux deux groupes. Puisque les EM doivent composer avec la dynamique additionnelle de la culture, celle-ci prend habituellement toute la place. Il est temps de reléguer au second plan les problèmes de culture pour un certain temps et de regarder d'autres problèmes qui affectent aussi les EM.

NOTE DE LA TRADUCTION : Afin de faciliter la lecture et d'éviter d'alourdir le texte, la forme masculine a été utilisée tout au long de cet

ouvrage. Toutefois, on retrouve autant de femmes que d'hommes chez les EP/EM.

J'ai couvert toutes les formalités nécessaires, alors si vous êtes toujours avec moi, allons-y. Les rats de laboratoire commencent à s'impatiser!

PREMIÈRE PARTIE

*DE TOUTE MANIÈRE...
QUEL EST LE PROBLÈME?*

BRISER LE SILENCE

AVERTISSEMENT : Si vous êtes comme moi et que vous avez tendance à sauter l'introduction d'un livre, ne le faites pas! Retournez-y et lisez-la. Elle prépare le terrain pour comprendre tout ce qui suit. Non, mais c'est vrai.

Un regard à l'intérieur

CHAPITRE 1

L'un des mots les plus difficiles à dire pour un EP est un petit mot tout simple...

ET.

Combien de fois est-ce qu'il aurait pu être utile, et même exact, de dire : « *et* » ?

- Il y avait de bons moments... *et* ... il y avait de mauvais moments.
- Papa était un bon papa... *et*... il a aussi fait quelques erreurs.
- Je suis fier de notre agence missionnaire... *et*... ils ont fait de mauvais choix en cours de route.

ET... Un mot puissant et souvent un mot honnête. N'y a-t-il pas eu :

- Le bon et le mauvais ?
- Le plaisir mêlé à la tristesse ?
- Les choses bien faites comme les choses mal faites ?
- Les hommes consacrés aussi bien que les égoïstes ?

Il y a plusieurs années, j'avais été invité à parler à un atelier parrainé par l'église ici, à Colorado Springs. Pendant l'une des pauses, une femme dans la trentaine est venue me voir. Je ne me souviens plus de son nom; je vais donc l'appeler Julie. Ses oreilles étaient grandes ouvertes quand j'ai partagé quelques-unes de mes expériences d'EM en Amérique du Sud. Elle-même une EM de deuxième génération, élevée quelque part en Extrême-Orient (je ne me souviens plus de l'endroit non plus), maintenant mariée à un pasteur, Julie semblait prête à exploser. Elle avait émotionnellement un grand besoin de dire le simple mot « *et* » à quelqu'un, sans être cataloguée ou réprimandée. Elle n'haïssait pas l'agence missionnaire, ni ses parents, ni le fait qu'elle était une EM. Elle était très loyale envers toutes ces choses. Mais elle désirait simplement avoir la liberté de dire qu'il y avait aussi des moments difficiles, que la mission n'était pas toujours parfaite dans les décisions qu'elle prenait. Mais elle ne le pouvait pas. La mission n'aurait pas toléré une telle chose, du moins pas officiellement, bien entendu. (Nous regarderons davantage ce phénomène au chapitre dix). Tout en parlant, Julie m'a raconté expérience après expérience, heureuse d'avoir trouvé un endroit sûr pour dire

la vérité. Elle n'avait pas besoin de thérapie. Elle avait besoin d'avoir la liberté de verbaliser les « *et* ».

Et nécessite qu'on soit honnête, du moins avec soi-même. Plusieurs EP à qui j'ai parlé ont été éduqués à « supporter les faiblesses des faibles » et à « nourrir leurs pensées (*uniquement*) de tout (...) ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, ce qui est (...) digne de louange. » Ces énoncés peuvent sembler spirituels, mais ils sont incomplets en eux-mêmes. Je suis certain que les pharisiens aussi croyaient qu'ils paraissaient spirituels et justes tandis qu'ils exhibaient une partie de la loi et qu'ils en négligeaient d'autres parties. Si vous voulez croire ces demi-vérités, allez-y. Je suis certain que Dieu trouvera parfaitement normal que vous négligiez les deux gouttes d'arsenic dans le champagne pour vous concentrer sur les jolies bulles.

La plupart des EP que je connais ne se sont jamais retrouvés dans un hôpital psychiatrique ou derrière les barreaux, bien que j'en aie rencontré quelques-uns dans chacun de ces endroits. Mais le fait de ne pas avoir passé de temps dans l'une ou l'autre de ces institutions ne signifie pas automatiquement que vous soyez en parfaite santé. Les EP ont une très grande capacité d'adaptation. Nous n'avons pas le choix. Vous avez peut-être tellement bien appris à vous adapter que tout le monde vous perçoit comme étant normal parce que vous agissez normalement. Toutefois, derrière l'adaptation, vous cachez peut-être une foule de blessures, de souffrances, de confusion, d'anxiété et de pensées tordues. L'adaptation vous a aidé à survivre, mais elle n'est pas synonyme de bonne santé mentale ou émotionnelle.

L'honnêteté est plus difficile en privé. C'est une question d'équilibre et non de « l'un ou l'autre ». Certaines règles qui régissent la demeure d'un pasteur ressemblent beaucoup aux règles qui régissent la maison d'un « ivrogne païen ». « Ne pense pas, » c'est vrai. « Ne ressens rien, » : fais semblant. « Ne parle pas » : vous savez, les secrets de famille. Avant que vous ne disiez que ce n'était pas le cas chez vous, arrêtez-vous et réfléchissez. C'est peut-être plus vrai que vous ne voudriez l'admettre.

Et est un mot très important qui peut changer drastiquement tout le sens d'une phrase. Voici ce que signifiait le *et* pour une adolescente qui était assise dans mon bureau avec un œil au beurre noir :

« La semaine dernière, mon père (pasteur-jeunesse) était à l'église et il disait à quel point il aimait les enfants

... *ET* ...

la nuit dernière il m'a battue et m'a fait cet œil au beurre noir.

J'ai vu son œil au beurre noir! Sa mère a confirmé l'histoire. Parfois, *et* peut rapidement remettre les pendules à l'heure. Mais si souvent, le *et* n'est pas verbalisé. *Et* vous permet de briser la loi du silence, pour enfin dire les secrets qui *doivent* être dits. Je me moque que le père de cette jeune fille dise qu'il aime les enfants, ce n'est pas ainsi qu'on traite une enfant, jamais, *jamais!* J'ai beaucoup de mal à croire les paroles quand

les poings disent autre chose. Dans ce cas particulier, les poings du papa-pasteur ont parlé beaucoup plus fort que même le meilleur sermon du dimanche matin.

DÉFINITIONS : Secrets de famille. Les *secrets* c'est quand ceux qui doivent savoir ne savent pas. La *confidentialité* c'est quand ceux qui doivent savoir savent et ceux qui ne doivent pas savoir ne savent pas. Les secrets doivent être brisés. Vraiment. Trouvez quelqu'un qui soit digne de confiance. Prenez le risque tranquillement, mais prenez-le. Ce quelqu'un peut être un parent, un frère ou une sœur, un conjoint, un ami en qui vous avez confiance. Il faudra peut-être que ce soit un professionnel. Peu importe, les secrets doivent être partagés. Vraiment.

Réfléchissez sérieusement à ce que je suis en train de dire. Peut-être finirez-vous comme le fils de pasteur qui m'a appelé pour me dire qu'il était prêt à me poster une lettre qui commençait ainsi : « Merci d'avoir détruit ma vie! » Il a poursuivi en disant que lui aussi croyait que son expérience d'EP était belle et merveilleuse. Il n'a pas subi d'abus; il n'est pas devenu orphelin; il n'a pas fait partie d'un gang de rue. Tout allait bien (sans parler de son histoire de dépression et de doute de soi-même), jusqu'à ce qu'il commence à regarder sous la surface. Il était devenu professionnel dans l'art de s'adapter et dans l'art de faire semblant. Lorsqu'il a commencé à être honnête avec lui-même, pour la première de fois de sa vie, il a réalisé que plusieurs saintes hérésies s'étaient glissées dans ses pensées et avaient fait des ravages dans sa vie. Au début, il était dévasté. Il a terminé la conversation en me disant qu'il était heureux du choc que cela avait provoqué chez lui et de la chance qu'il avait de pouvoir aller plus en profondeur. Ayant pu voir les choses clairement, il était désormais capable de commencer à travailler sur les problèmes qui l'avaient gardé prisonnier pendant toutes ces années. Il avait commencé sa quête vers la liberté.

Vous vous demandez peut-être si j'ai déjà rencontré des EP qui étaient corrects. Oui, j'en ai rencontré trois!!! Non, mais c'est vrai, plusieurs EP que j'ai rencontrés sont en santé et vont très bien. J'attire volontairement votre attention sur les énoncés chuchotés après les *et*, parce que ce sont les paroles qui sont négligées ou étouffées. Ces paroles contiennent la souffrance, les blessures et les déceptions avec lesquelles vous avez peut-être vécu toute votre vie. Ce sont ces paroles qui, lorsqu'elles sont étouffées ou passées sous silence, entraînent l'isolement, l'amertume, la dépression et la colère.

Le fait que tout n'était pas bon *ne* signifie *pas* nécessairement que tout était mauvais. Examiner les choses difficiles, les choses douloureuses, les choses mauvaises ou les déceptions que vous pouvez avoir vécues, n'invalide pas les expériences positives, amusantes, plaisantes et enrichissantes que vous avez eues. Ici encore, nous combattons la tendance à regarder l'expérience des EP (et ce livre) avec une mentalité de « l'un ou l'autre ». Nous devons lutter pour garder le *et* dans la phrase, même lorsque nous parlons entre nous.

Que votre expérience d'EP ait été saine à 95 % et troublante à 5 %, ou qu'elle ait été l'enfer à 80 % et merveilleuse à 20 %, soyez prêt à vous regarder et à regarder votre manière de penser de façon honnête et profonde. Le *et* est vrai; les deux se retrouvaient dans toutes nos familles et nos expériences. J'ai vu les blessures, la colère et le sentiment d'abandon dans tellement de regards au fil des ans. Je ne veux pas que vous soyez une autre victime silencieuse. Lisez ce livre lentement et de manière réfléchie. Prenez ce qui s'applique à vous et jetez le reste. Ce peut être une bonne idée de tenir un journal tout au long de votre lecture. Écrivez ce qui coïncide avec votre vie, ce qui s'applique à vous, ou les souvenirs qui refont surface. Décrivez de façon détaillée vos pensées, vos émotions et tous les souvenirs qui vous viennent à l'esprit. Inscrivez aussi vos conversations avec Dieu sur le sujet (si vous vous parlez encore, bien entendu). Efforcez-vous d'être authentique et honnête. Voyez si les pages de votre journal sont conformes à ce qui se passe entre vos deux oreilles. Consultez l'appendice intitulé « Idées pour tenir un journal. »

Parfois la vérité fait mal. Si c'est nécessaire, laissez-la faire.

Les forces qui vous influencent

CHAPITRE 2

Quand les gens pensent aux systèmes de croyance ou lorsqu'ils m'entendent parler de saintes hérésies, ils présument automatiquement qu'il y aura une attaque en règle contre la famille. Après tout, n'avez-vous pas tout appris, le bon comme le mauvais, de votre environnement familial? Près, mais manqué. Les parents reçoivent beaucoup de blâmes, justifiés ou non, et il y a plusieurs personnes dans l'église qui n'attendent qu'un morceau juteux ou un ragot à raconter sur la famille du pasteur. Cependant, la vérité est qu'il y a plus de voix dans votre juke-box que seulement celles de votre père et de votre mère. Vous recevez les influences de votre famille, de la communauté chrétienne et de votre culture. Les voix des trois se retrouvent gravées profondément dans votre juke-box.

Forces familiales

La famille joue effectivement un *grand* rôle dans le développement de votre vision des choses. Plusieurs des énoncés sur les disques de votre esprit ont été enregistrés dans votre foyer. C'est donc l'endroit logique où commencer.

La famille est la « micro-culture, » le plus petit groupe des trois. La famille est le « nous » des relations individuelles. La famille est l'endroit où les influences qui viennent de la communauté et de la culture sont peaufinées et finalisées. C'est la force la plus près de vous, mais pas nécessairement la plus puissante.

Quelles déclarations *et* sont exactes au sujet de votre famille? Qu'est-ce que papa et maman ont enseigné par leurs actions et quelles sont les choses qu'ils n'ont pas dites? Résistez à la tendance à présumer que d'autres EP ont eu les mêmes genres de parents et de vie de famille que vous. J'ai vu des papas/pasteurs qui se situaient d'un bout à l'autre du continuum, de saints à psychopathes. J'ai entendu parler de mamans qui étaient tout à fait divines et d'autres qui étaient tout à fait théâtrales. Aujourd'hui, on estime à environ 80 % les pasteurs qui sont issus de familles dysfonctionnelles.¹

Incroyable! Un vrai désastre! Parfois, la vérité *est* plus étrange que la fiction, même dans les salles bénies du sanctuaire.

Quelles attentes inexprimées la famille avait-elle? À quelle image s'attendait-on à ce que votre famille se conforme? Aviez-vous vraiment le droit de vous exprimer? Vous permettait-on d'avoir et d'exprimer *toutes* vos émotions? Est-ce qu'on vous écoutait? Aviez-vous un papa ou un pasteur à la maison? Nous recherchons la vérité ici; nous ne cherchons pas à mettre papa en boîte (une autre de ces mises en garde). Mais pour certains d'entre vous, ces questions n'ont jamais été formulées dans votre esprit. Vous ne vous êtes jamais arrêté pour y réfléchir sérieusement.

En public, ces comportements négatifs ne se retrouvent nulle part. Mais dans l'intimité de la demeure pastorale où vous seul pouviez voir, entendre et ressentir, étaient-ils présents? Certains peuvent avoir été présents, d'autres non. Certains peuvent avoir été présents la plupart du temps, d'autres seulement de temps en temps. Le poison est mauvais, peu importe la quantité ou la fréquence. Les personnes dangereuses sont dangereuses.

Votre famille, comme toute autre famille, avait ses bons et ses mauvais côtés, et peut-être même des moments sans danger et des moments dangereux. Ce qui est important, c'est que vous puissiez voir la réalité telle qu'elle était. Lorsque vous voyez clairement, vous pouvez alors prendre les mesures nécessaires. L'ignorance n'est pas synonyme de contentement, pas plus que la signature d'un contrat sans l'avoir lu est synonyme de confiance.

La communauté spirituelle

La communauté est la « sous-culture » à laquelle votre famille appartient. Elle définit davantage votre famille et vous-même. La communauté est le groupe social, la plus grande collectivité. Ah oui! le fameux *ils*.

PARENTHÈSE : Qui sont-*ils* ceux pour qui nous dépensons tant de temps et d'énergie à nous inquiéter, à essayer de leur plaire, ou dont nous essayons de nous cacher? Avez-vous déjà remarqué qu'ils n'ont pas de noms ou de visages spécifiques? Ils ne vous disent jamais rien en pleine figure. Ils sont l'ensemble nébuleux d'individus « qui connaît qui » qui vous surveillent, vous évaluent, vous jugent et qui, d'une manière ou d'une autre, se sont retrouvés avec le pouvoir de vous valider ou de vous invalider. Ils ont le pouvoir de vous accepter ou de vous rejeter.

Ils forment le groupe invisible qui forme le « nous » - le groupe qui est plus grand que la somme de ses membres. C'est pourquoi il n'y a pas précisément de visages ni de voix. C'est l'ensemble des règles non écrites, des attentes, des menaces et des récompenses utilisées pour vous rendre conforme, afin que vous correspondiez à l'image générale.

La communauté chrétienne, sous la forme de l'église locale, de la confession, de l'organisation para-ecclésiastique ou de l'œuvre missionnaire, est la force la plus sous-estimée de toutes pour votre système de croyance. À partir des principaux leaders de la confession, jusqu'aux ragots dans la salle de communion fraternelle (ce nom n'est-il pas une vraie farce? « communion fraternelle, » là où il y a le plus de « parler-dans-le-dos-des-gens », que partout ailleurs sur le terrain de l'église!), la communauté a un impact profond sur ses membres, particulièrement sur vous. Le pouvoir d'un groupe est presque indestructible. C'est vrai, qu'il s'agisse de la tragédie de la secte de Jim Jones ou d'une équipe olympique. Pourquoi croirions-nous que ce soit différent avec le groupe qui s'appelle l'église? J'ai appris à un très jeune âge que les gens écoutaient mon père prêcher, puis qu'ils donnaient pour notre soutien de façon directement proportionnelle à mon comportement à l'église.

Mon père ne m'a jamais enseigné cela. Ma mère n'a jamais suggéré cela. Les personnes assises à l'église, la sainte église de Dieu, m'ont enseigné cela. Peut-être n'avez-vous jamais pensé à cela de cette manière, mais les EP ont 100 pères et 150 mères. Oui, c'est vrai! Pas étonnant que nous soyons devenus si parfaits!

NOTE pour vous, parents d'EP : Vous avez partagé (ou vous partagez présentement) votre influence parentale avec toute la congrégation. Que ce soit juste ou non, c'est vrai. Le troupeau local est devenu officieusement la famille élargie des EP. Et c'est une forte influence, bien que silencieuse, autant sur la pensée que sur le comportement. C'est l'un des risques du métier que vous imputez à vos enfants. Soyez conscients que vous partagez votre rôle parental avec toute personne qui entre dans votre église. Que vous aimiez cela ou non, vous devez vivre avec et vos enfants aussi.

DÉFI pour vous, membres de la congrégation : Ce que vous pensez, ce que vous dites, vos gestes non verbaux à l'endroit des enfants du pasteur sont visibles. Peut-être remarquez-vous la longueur de la jupe de l'EP, mais non des autres filles? Peut-être remarquez-vous la vitesse à laquelle le fils du pasteur sort du terrain de stationnement, mais négligez-vous le style de conduite de votre propre fils? Réfléchissez avant de répondre.

La comédienne Chonda Pierce, l'une de mes amies EP, raconte une histoire qui s'est passée lorsqu'elle avait environ cinq ans. Elle buvait de l'eau à la fontaine un dimanche entre l'école du dimanche et le service. Deux femmes âgées étaient en ligne derrière elle. L'une des deux lui a caressé les cheveux et a dit à l'autre : « C'est l'une des enfants de notre pasteur. Elle n'est pas très j-o-l-i-e. » Chonda, qui avait déjà beaucoup de cran, s'est retournée et a répliqué calmement : « Non, mais je suis très v-i-v-e! » Les EP ne sont pas idiots, sourds ou aveugles. En passant, Dieu non plus. Vous êtes responsables de l'impact, verbal ou autre, que vous avez sur les EP de votre église.

Avant que j'aie l'air d'un EP mécontent qui cherche à se justifier et à poursuivre ses propres objectifs, jetez un coup d'œil sur ce que Stephen Arterburn et Jack Felton décrivent comme étant un milieu ecclésial dangereux, dans leur livre Toxic Faith (Foi toxique – traduction libre). Voici leurs « 10 règlements d'un système ecclésial toxique » :

1. Contrôle – Le leader doit toujours dominer la situation.
2. Blâme – Lorsqu'un problème survient, trouvez immédiatement un coupable à blâmer.
3. Perfectionnisme – Ne faites pas d'erreurs.
4. Illusion – Ne montrez jamais la réalité de la situation.
5. Bonne humeur perpétuelle – N'exprimez jamais vos sentiments à moins qu'ils soient positifs.
6. Loyauté aveugle – Ne posez pas de questions, surtout si elles sont difficiles.
7. Conformité – Ne faites rien en dehors de votre rôle.
8. Méfiance – Ne faites confiance à personne.
9. Avarice – Rien n'est plus important que de donner de l'argent à l'organisation.
10. Image sans tache – À tout prix, vous devez protéger l'image de l'organisation ou de la famille.²

Est-ce que l'une ou l'autre de ces règles s'appliquaient à l'église dans laquelle vous avez grandi? Le dirigeant exerçait-il un contrôle absolu, même si le jargon disait plutôt « leadership de serviteur »? Y avait-il une loyauté aveugle? Était-il nécessaire de préserver « l'image »? Était-ce ce qu'on attendait de vous? Y avait-il une règle, écrite ou non, de se conformer... sinon?

Il y a quelques années j'étais au Mexique en tant que membre d'une équipe d'alpinistes. Notre but était d'atteindre le sommet du mont El Pico de Orizaba, d'une hauteur de 5 655 mètres. La journée avant notre arrivée, il y avait eu un accident impliquant trois alpinistes. Plusieurs d'entre nous ont tenté un sauvetage. Lorsque nous sommes arrivés sur le site où se trouvaient les trois alpinistes, l'un d'entre eux était déjà mort. Il avait subi d'énormes blessures internes à la tête pendant la chute de 600 mètres sur la pente glacée. Le deuxième alpiniste est mort sous mes yeux, cinq minutes après notre arrivée. Le dernier alpiniste a pu être stabilisé et transporté hors du glacier, d'où il a été évacué par hélicoptère le lendemain. Alors que nous essayions de comprendre cette tragédie, de faire face à nos émotions et de nous reposer, chacun de nous individuellement avait décidé de ne pas tenter l'escalade le lendemain. Chacun d'entre nous s'était promis de demeurer au refuge pendant que les autres se rendraient au sommet. Lorsque le réveil a sonné à 3 heures du matin, le groupe a commencé à se lever; aucun des alpinistes n'a dit « non ». Nous nous sommes tous habillés. Nous avons tous préparé notre équipement. Nous nous sommes tous dirigés vers la porte. La puissance du groupe nous a tous aspirés et nous sommes tous partis dans l'air frais de la nuit, à la recherche du sommet, sans tenir compte des choix individuels que nous avions faits auparavant.

Ne croyez pas un seul instant que la communauté chrétienne soit moins puissante. La communauté dans laquelle vous avez grandi était-elle sécuritaire? Quelle quantité de foi toxique éclaboussait les classes d'école du dimanche ou les réunions du conseil?

Culture

Si la communauté chrétienne est la force la plus sous-estimée, la culture est la force la plus négligée des trois. Cette plus grande force d'impact, que j'appelle « macro-culturelle », donne une structure et de l'ordre à votre communauté, à votre famille et à vous-même en tant qu'individu. Elle influence votre manière de définir vos besoins physiques, psychologiques, religieux et sociaux. Elle définit votre façon de voir la beauté et décide ce que vous aimerez et n'aimerez pas. Elle définit aussi la langue – votre manière de communiquer avec le reste du monde, à partir des membres de votre famille jusqu'à vos compatriotes.

Quelle sorte d'impact la culture a-t-elle eu sur vous? Cela pourrait vous surprendre. Qu'en est-il de l'impact *indirect*? La culture a un impact sur la communauté chrétienne qui elle, a un impact sur vous. La société a un grand impact sur la famille qui, en retour, a aussi un impact sur vous. Jusqu'à quel point pensez-vous comme un Américain (si vous êtes Américain, bien entendu)? Jusqu'à quel point votre famille et votre église pensent-elles comme des Américains? Si jamais vous avez l'occasion d'avoir une bonne conversation avec une personne de culture différente, faites-le. Cela pourrait vous aider à ouvrir vos yeux sur l'impact qu'a eu votre culture sur vous. Même si vous devez payer le dîner, demandez-lui comment elle voit la culture américaine et son impact sur vous.

Je réalise qu'il y a de plus en plus d'information pour aider les EM à mettre de l'ordre dans leur identité propre en tant qu'enfants de troisième culture. Je suis encouragé de voir de plus en plus d'organismes missionnaires répondre à nos besoins. Il était temps. Ça fait aussi du bien de savoir que même s'il y a de bizarres taches brunes sur ma fourrure de rat blanc de laboratoire, je ne suis pas un extraterrestre!

Vous devez être conscient des puissances qui ont eu un impact sur votre pensée, qui ont gravé les disques du juke-box de votre esprit. Chacune de ces forces, individuellement et dans leur ensemble, peut transmettre de saintes hérésies.

¹ LONDON, H.B., Jr. et Neil B. WISEMAN, *Pastors at Risk*, Wheaton, IL: Victor Books, 1993, 45 p.

² ARTERBURN, Stephen et Jack FELTON, *Toxic Faith*, Nashville, TN: Oliver-Nelson, 1991, 263 p.

DEUXIÈME PARTIE

*QUELS SONT LES DÉGÂTS...
VRAIMENT?*

INTERVENTION CHIRURGICALE SUR LES ÉMOTIONS

ORDONNANCE MÉDICALE : Pendant la lecture de ce livre, vous avez la permission de souffrir, d'être triste, de pleurer, de vous mettre en colère, d'être mélangé, d'être soulagé, de vous réjouir, d'éprouver toutes ces émotions ou de n'éprouver aucune de ces émotions.

POSOLOGIE : Répéter aussi souvent que nécessaire.

Les saintes hérésies sont des choses sérieuses et doivent donc être traitées avec la plus grande révérence et le plus grand respect. Il nous appartient de les regarder systématiquement. (Le sarcasme devient épais ici!) J'ai choisi de les diviser en trois grandes catégories :

- (1) Saintes hérésies à votre sujet. Il s'agit de quatre conclusions que vous avez peut-être tirées dans votre façon de penser à votre sujet, en tant qu'individu.
- (2) Saintes hérésies au sujet du monde. Bien qu'elles soient reliées à vous, parce qu'il s'agit de vos disques, ces quatre conclusions expriment la manière dont vous pouvez avoir tendance à voir les autres ou votre environnement.
- (3) Saintes hérésies au sujet de Dieu. Cette section seule aurait pu prendre tout le livre, mais je l'ai réduite à un seul problème majeur qui semble affecter la plus grande partie de ce que vous pouvez penser au sujet de Dieu.

Ayant aidé plusieurs EP à identifier ces saintes hérésies, j'ai remarqué que ce sont les EP âgés de 25 à 50 ans qui sont les plus enclins à vouloir verbaliser la présence de telles pensées. Je ne suis pas certain de comprendre pourquoi, mais j'ai mon idée. Habituellement, nous ne développons la maturité mentale et émotionnelle dont nous avons besoin pour voir les choses avec profondeur et exactitude, que lorsque nous atteignons l'âge adulte. C'est peut être parce que nous nous trouvons suffisamment confrontés à la réalité pour commencer à voir au-delà de nos attentes et espérances de jeunesse. Quand nous commençons à fonder une famille et à avoir des enfants, nous commençons à réévaluer notre propre enfance. Cela peut nous prendre tout ce temps pour arrêter de faire semblant, chose que nous avons appris à faire tellement bien au cours des trente dernières années. Peu importe les raisons officielles, le modèle est consistant.

Lorsque vous lirez chacun des neuf chapitres suivants, gardez à l'esprit que chaque hérésie ne s'appliquera pas nécessairement à votre situation. Il s'agit d'une collection des principaux modes de pensée que j'ai relevés au cours de mes années de travail et de vie avec des EP. Vous pourrez vous sentir interpellés par certains et non par d'autres. Vous devez vous y attendre.

Le nombre total d'hérésies différentes qui se trouvent dans la collection de disques de votre juke-box est ce que j'appelle la « quantité ». J'ai connu des EP qui ont dit que les neuf s'appliquaient à eux. Prenez ce qui s'applique à vous et laissez le reste aux autres. Je sais aussi qu'à première vue, certaines peuvent sembler ne pas s'appliquer. C'est pourquoi je vous encourage à tenir un journal et à prendre le temps de bien réfléchir alors que vous traverserez chaque chapitre.

En plus de la « quantité » d'hérésies différentes qui peuvent s'appliquer à vous, il y a ce que j'appelle « l'intensité » de chaque hérésie. Une certaine hérésie peut parfois, souvent ou toujours représenter votre façon de penser. Peut-être la croyez-vous un peu, mais pas entièrement. Quel est le volume – l'intensité – du disque qui joue dans vos oreilles?

Peu importe votre âge, regardez attentivement chacune des neuf saintes hérésies suivantes, afin de voir si elles s'appliquent à vous. Lorsque vous lirez chaque chapitre, il vous semblera peut-être que le sujet n'est développé qu'à moitié. C'est parce qu'il l'est. Dans cette section nous traiterons des erreurs. La vérité viendra lorsque nous arriverons à la troisième partie. D'abord les hérésies, ensuite la guérison.

LES QUATRE SAINTES HÉRÉSIES À MON SUJET

« *Il faut que je sois parfait* »

CHAPITRE 3

Comme tout bon évangéliste, je vais droit au cœur. « Il faut que je sois parfait » est une hérésie si grosse et si profonde qu'elle prend plusieurs formes et déguisements. J'ai entendu trop d'EP répéter ces mêmes mots. D'autres, qui les nient en paroles, les révèlent par leur comportement et leur mode de pensée. Même s'ils ne se voient pas comme des perfectionnistes. Comme toute hérésie qui fait couler beaucoup d'encre, « Il faut que je sois parfait » a plusieurs variations. Et elle peuvent toutes faire très mal.

« C'est sûr qu'il faut que je sois parfait. Laissez-moi vous énumérer les raisons! »

- Tout le monde s'attend à ce que je sois un modèle de ce que papa prêche.
- Si je ne le suis pas, je suis un irresponsable.
- Parce que je ne veux pas laisser tomber mes parents.
- Parce qu'alors je vais laisser tomber Dieu.
- Les choses vont mieux pour tout le monde si je suis parfait.
- Je ne veux pas détourner qui que ce soit du message du salut.
- L'image est ce qu'il y a de plus important; c'est ce que maman dit toujours.
- La congrégation va aimer papa davantage si je le suis.

Y a-t-il quelque chose que vous désirez ajouter à cette liste?

L'un des aspects intéressants de cette hérésie est que *vous* êtes la seule personne à y être liée. Les autres n'ont pas à être parfaits. Seulement vous. Les autres ont le droit d'être humains et de faire des erreurs, mais pas vous. « Les autres peuvent; vous ne pouvez pas. » Avez-vous déjà entendu cela? J'en parlerai davantage au chapitre six.

Le perfectionnisme crée un but qui est à la fois inaccessible et inexistant. Nous le formulons avec une très belle terminologie chrétienne, comme si cela pouvait le rendre plus accessible, si nous sommes juste assez disciplinés et si nous faisons assez confiance à Dieu, et si... et juste... Pour ce faire, nous intériorisons un système complexe d'énoncés sous forme de *devrais* qui agit comme un pseudo-Saint-Esprit – un tyran dictateur qui a pour seule tâche de nous garder alignés sur une ligne parfaite.

- « Je *n'aurais pas dû* dire cela. »
- « Je *devrais* être plus patient. »
- « Je *ne devrais pas* être si fatigué. »
- « Je *devrais*... »

Entendez-vous cela? Que vous disiez ces mots exacts ou non, sont-ils présents dans votre pensée? En passant, qui a dit que c'était la façon dont ça *devrait* être?

Le perfectionnisme crée un but inaccessible qui vous amène ensuite à créer la longue liste d'énoncés sous forme de *devrais*. Mais c'est bien de dire *devrais*, n'est-ce pas? Cela vous empêche de faire des choses mauvaises ou stupides, n'est-ce pas? Cela vous aide à être responsable, n'est-ce pas? Bien sûr. Tout comme attacher votre petite de deux ans à la patte du lit l'empêchera de brûler ses jolies petites mains sur la cuisinière. Cela fonctionne, mais ce n'est pas la bonne façon de la protéger.

Avec la pensée du *devrais*, vous n'avez que deux options : la manière *devrais*, ou la mauvaise manière. Non seulement pour les points importants des Écritures où il y a vraiment le bien et le mal, mais cela se généralise dans tous les aspects de la vie. Cette façon de penser, « l'un ou l'autre », est le catalyseur de l'anxiété. Oh! J'oubliais : en tant que croyants, nous n'avons pas « d'anxiété »; nous appelons cela des soucis. N'embarquez pas là-dedans. C'est le même cheval, seule la couleur est différente.

Maintenant, en tant qu'adulte, vous vous retrouvez à prendre des décisions en fonction de ce dont vous avez peur.

- Peur d'échouer.
- Peur de ce que les autres vont penser.
- Peur du rejet.
- Peur de ne pas savoir quelque chose.
- Peur d'être irresponsable.
- Peur de laisser tomber Dieu.
- Peur... peur...

Peur, parce que quelque part au plus profond de vous-même, vous vous sentez obligé d'être parfait. Ça vous rappelle quelque chose? Est-ce que votre mari ou votre femme dirait que ça lui rappelle quelque chose? Vos amis intimes diraient-ils que ce chapitre vous sied? Rappelez-vous : le perfectionnisme vient de plusieurs directions et porte plusieurs visages. Votre placard est peut-être en désordre, mais la pensée est peut-être encore dans votre esprit.

Le besoin d'être parfait génère non seulement un tourbillon d'anxiété, mais il détruit aussi votre confiance en vous.

Quand tout est soit *devrais* ou échoue,

vous finissez par échouer souvent,

ce qui fait de vous un échec, du moins c'est ce que vous croyez,

ce qui fait de vous un abruti,

ce qui mine votre confiance en vous-même.

À ce point vous avez, encore une fois, deux options. La première option consiste à mourir en essayant... essayant... essayant... d'être parfait. Vous pouvez même déformer la réalité afin d'avoir au moins le sentiment d'avoir réussi. L'autre option consiste à abandonner et à vous retirer. « Si je n'essaie pas, » vous direz-vous, « je ne peux pas échouer. » Vous créez un alibi qui vous permet de sauver la face. Il est préférable de ne pas essayer et d'échouer que d'essayer aussi fort que vous le pouvez et malgré tout, de ne pas être à la hauteur, n'est-ce pas? Et tout cela vient de l'hérésie qui dit : « Il faut que je sois parfait. »

L'excellence est bien. La passion pour l'œuvre de Dieu est super. Par contre, le perfectionnisme tue.

En tant que rat de laboratoire, je suis motivé par les récompenses. De plus, j'évite intensément la douleur. Je peux vivre avec l'une ou l'autre ou avec ces deux choses. Mais si vous m'électrocutez pour chaque petite chose que je ne réussis pas à faire à la perfection, je deviendrai névrotique, violent et catatonique! La même chose s'applique aux êtres humains.

L'anxiété, combinée avec une confiance en soi endommagée, fait de vous un candidat idéal à la dépression profonde. En 1996, je présentais un atelier qui s'appelait « À l'intérieur de l'esprit d'un EP » à la *First Annual Adult Preacher's Kid Conference* (Première conférence annuelle pour adultes, enfants de pasteurs – traduction libre), à Nashville. L'un des EP qui était assis à la première rangée m'a demandé de parler des EP et de la dépression. J'ai demandé aux personnes qui avaient reçu un diagnostic de dépression, ou qui prenaient des antidépresseurs, ou qui avaient été hospitalisées pour dépression, de lever la main. Sur les 100 adultes présents, près de 80 ont levé leur main. C'est comme si j'avais été frappé par un train. Puis une femme qui était assise à l'arrière de la salle a bien résumé le tout : « Oui, mais nous n'avons pas la permission d'être dépressifs! » Aïe! Mais combien vrai. »

NOTE D'ÉTUDE : Ces hérésies ont tendance à être liées entre elles. Au fur et à mesure que vous lirez ces chapitres, revenez en arrière et notez les liens que vous percevrez. Lorsqu'il y a une hérésie, il peut y en avoir d'autres.

« *Je devrais déjà savoir* »

CHAPITRE 4

Le meilleur endroit par où commencer à parler de cette hérésie particulièrement sournoise est avec moi. Aussi loin que je puisse me rappeler, j'ai toujours cru que « Je devrais déjà savoir » tout ce qui est nécessaire pour faire face à la situation qui se trouve devant moi. Je devrais connaître la réponse à la question du professeur de l'école du dimanche. Je devrais déjà savoir comment gérer ce conflit particulier. Peu importe que je n'aie jamais rencontré une situation comme celle-ci auparavant (détail insignifiant, s'il en est), j'aurais tout de même dû savoir. Je pourrais écrire un livre sur toutes les choses que je *pense* que je devrais déjà savoir!

Cette hérésie n'est pas limitée aux choses religieuses. Il y a plusieurs années, lorsque j'étais guide d'excursions dans les régions sauvages, j'ai eu l'occasion de descendre la rivière Arkansas en kayak. Lorsque nous travaillions la technique pour garder cette drôle de petite embarcation à l'endroit dans l'étang de pratique, j'ai travaillé très fort pour la maîtriser. Le « je devrais déjà savoir » a commencé à s'infiltrer. Après tout, j'étais athlétique. J'étais guide d'excursions dans les régions sauvages. J'avais descendu la rivière à plusieurs reprises (dans un canot pneumatique, avec un guide). Je pensais : « Je *devrais savoir* comment manœuvrer cet engin. » Quand nous sommes allés dans la rivière pour la « vraie aventure », mon but était de descendre toute la rivière sans chavirer. Après tout (encore), je *devrais savoir* comment diriger ce truc. Rappelez-vous que je n'étais jamais allé en kayak auparavant dans ma vie... jamais. Mais le « je devrais déjà savoir » ne tient pas compte de ces petites réalités. Cela ne faisait pas plus de trente secondes, oui *secondes*, que nous étions partis que j'ai chaviré avec mon kayak! La frustration que j'ai ressentie n'était pas causée par la difficulté à essayer de sortir d'un kayak qui avait chaviré dans seulement un mètre d'eau; elle provenait de mon échec à *déjà savoir* comment manœuvrer un kayak. L'hérésie du « je devrais déjà savoir » peut attaquer n'importe où, à n'importe quel moment et dans n'importe quelle situation. En passant, après cette renverse, j'ai fait le reste de la descente sans chavirer. « L'échec » initial a brisé l'exigence que je m'étais imposée et m'a libéré pour que je puisse apprécier l'expérience.

Une variation de cette hérésie est la conclusion qui dit : « Je devrais être rendu plus loin dans mon cheminement spirituel que je ne le suis présentement. » Quoi que ce puisse

être, je devrais déjà le savoir. Où que je sois rendu dans mon cheminement spirituel, je devrais être plus loin.

C'est un mode de pensée que peu de personnes qui ne sont pas des EP peuvent vraiment comprendre. Ils ne peuvent pas comprendre pourquoi nous pensons ainsi. Je ne suis pas certain de bien le comprendre non plus, mais je *devrais* comprendre. Je ne tiens pas cela de mes parents. Je ne peux pas relier cela à un événement ou une circonstance dont je me souviens. À mon avis, cette hérésie a muté à travers un mode d'interactions qui se sont produites un peu comme ceci :

Les gens savaient que j'étais un EM et présumaient que j'en savais déjà plus que les autres enfants.

J'ai repris leur présomption et j'en ai conclu que je *devais* peut-être déjà savoir. Alors plutôt que d'avoir l'air stupide, j'ai prétendu que je savais.

Ils m'ont vu prétendre et ils ont conclu que je *savais* vraiment et ils ont continué à présumer.

Quand vous êtes dans ce cycle, cela vous crée quatre problèmes. Premièrement, vous devenez bon à prétendre et à cacher la vérité. Voyez-vous comment cette hérésie peut facilement se mêler à l'hérésie : « Il faut que je sois parfait » ? Vous devenez ensuite expert à ce que j'appelle *esquiver-et-couvrir*. Ce manque de sincérité nuit à votre propre croissance émotionnelle et spirituelle. Vous pouvez même devenir tellement bon à prétendre que vous commencez à le croire vous-même.

Deuxièmement, vous avez tendance à ne pas demander d'aide. Après tout, pourquoi demander de l'aide pour faire quelque chose que vous *devriez déjà savoir* comment faire ? Pourquoi devriez-vous montrer à tout le monde que vous *ne savez pas* ce que vous *devriez déjà savoir* ? Vous traversez la vie par vos propres moyens, par votre propre vivacité d'esprit, observant les autres en silence, sans demander d'aide.

Troisièmement, vous refusez de parler et de demander de l'aide (l'envers de la médaille, c'est que les autres ont tendance à ne pas *offrir* leur aide non plus). Est-ce que quelqu'un dans l'église vous a déjà offert d'être votre mentor ? Vous a-t-on déjà demandé si vous aviez besoin d'un ami et d'un partenaire pour vous encourager ? Si vous êtes partiellement isolé parce que vous ne demandez pas, le cercle d'isolation se referme lorsque les autres ne vont pas vers vous pour offrir leur aide. Vous vous sentez isolé, seul et *différent* (vous verrez ce problème à nouveau au chapitre six).

La quatrième raison est probablement la plus dommageable. Avec « je devrais déjà savoir » vient la réalité qu'il y a une foule de choses que je *ne sais pas* déjà. C'est l'élément déclencheur pour que le mépris de soi-même sorte sa vilaine tête et vous avale tout entier. « Je devrais déjà savoir... mais je ne sais pas. » Vous commencez à penser que vous êtes un échec et il est facile d'embarquer dans un programme mental d'auto-flagellation pour que vous reveniez sur la bonne voie et que vous agissiez

comme vous le *devriez*, quoi que ce puisse être, même si vous n'en avez aucune idée. Et vous pouvez devenir très habile à vous démolir avec les mots. Vous vous dites des noms. Vous vous récitez des phrases méprisantes dans les catacombes de votre esprit. Vous concluez que vous êtes un abruti et un perdant.

J'ai parlé à quelques EP qui ont poussé le mépris de soi-même un peu plus loin et qui se sont physiquement fait mal parce qu'ils se sentaient tellement stupides ou incompetents; tout ça parce qu'ils pensaient qu'ils *devraient déjà savoir*. Peut-être pensez-vous que je parle de coupures sanglantes aux poignets ou quelque chose du genre. Habituellement non. Après tout, les EP doivent être, ou du moins avoir l'air, parfaits. Il serait tout à fait inacceptable d'aller à l'église avec des cicatrices aux poignets, là où tout le monde pourrait les voir! Pensez à ce que diraient les Lemire! L'offrande diminuerait! Le monde s'anéantirait! Ainsi que le merveilleux ministère de papa!

« Ma chère! As-tu vu ça, Esther? »

Le dommage physique dont je parle est presque toujours caché. Être bon à couvrir va de paire avec être bon à prétendre. Il peut s'agir de coupures, mais à des endroits qui sont toujours couverts par les vêtements. Cela peut prendre la forme d'un entraînement physique excessif, jusqu'au point d'endommager son corps. Un autre moyen important de faire physiquement souffrir son corps est en mangeant ou en ne mangeant pas. C'est un excellent moyen de se faire mal, sans qu'il n'y paraisse. Nous parlerons davantage de ce sujet au chapitre dix.

RAPPEL : Cette hérésie, comme les autres, comporte au moins quelques vérités. Nous devons être responsables, intelligents et compétents, oui. Nous devons apprendre de nos erreurs et essayer de ne pas les répéter, oui. Mais cela est différent de l'hérésie qui dit : « Je devrais déjà savoir. » C'est simplement et profondément faux.

Mais j'ai l'impression que c'est vrai.

Mais ça ne l'est pas.

Mais ça semble vrai.

Mais ce *n'est pas* vrai!

Vous ne savez que ce que vous savez aujourd'hui et c'est acceptable pour aujourd'hui. Vous apprendrez davantage; vous serez rendu plus loin demain que vous ne l'êtes aujourd'hui. Mais pour aujourd'hui, c'est correct. Et c'est assez pour aujourd'hui.

« *Je suis ici pour les autres* »

CHAPITRE 5

CONSEIL : Cette hérésie s'accompagne habituellement de l'hérésie qui dit : « Les besoins des autres sont plus importants que les miens » dont nous discuterons au chapitre neuf. Ils partagent le même lit (j'aime cette expression) et ils forment une combinaison dangereuse. Peut-être voudrez-vous passer d'un chapitre à l'autre au cours de votre lecture. Vous avez le droit, vous savez.

Le verset par excellence de cette hérésie est : « Portez les fardeaux les uns des autres, » (Galates 6.2). Grandir avec la façon de voir du ministère, peut facilement vous programmer à une cascade de pensées comme :

« Je suis ici pour être un boyau d'arrosage spirituel. Vous savez : distribuer « l'eau vive » de Dieu aux autres. »

« Mais le boyau n'est pas important, et moi non plus, seulement les autres. »

« Je n'existe que pour servir les autres. »

Vous pensez peut-être que c'est votre travail, oui, même votre appel ou votre obligation, de rendre les autres heureux et confortables. Après tout, ce sont eux qui sont là pour recevoir, n'est pas? C'est égoïste de votre part d'entraver « l'œuvre de Dieu » avec vos propres besoins, n'est-ce pas?

Mensonges... mensonges... mensonges! ...

Mais aucun mensonge n'a jamais semblé aussi... aussi spirituel!

Vous vous souvenez des sermons. « Que chacun ne regarde pas à soi..., mais... aux autres. » (TOB) Peu importe les mots « seulement » et « aussi » qu'on laisse de côté lorsqu'on cite Philippiens 2.4. Nous devons « porter les fardeaux les uns des autres. » Demi-vérité. Mais les demi-vérités sont aussi dommageables que les purs mensonges. Si vous gardez cette ligne de pensée, consciemment ou non, vous faites des dalots spirituels dans l'allée de quilles du ciel, en supposant qu'on joue aux quilles au ciel. Peut-être avez-vous adopté cette position afin de ne pas avoir l'air égoïste ou égocentrique, l'autre dalot de l'allée de quilles. Vous avez surcompensé à l'extrême, mais vous placez *tout de même* la boule dans le dalot. Être égoïste ou arrogant est mauvais. Ne pas tenir compte de la valeur que Dieu vous donne est aussi mauvais. Si le jeu est le même au ciel qu'il l'est ici sur terre, chacun des dalots vous donne le même nombre de points : zéro.

Vos besoins légitimes ne sont pas comblés et vous vous retrouvez soit déprimé (encore le mot avec un grand « D »!), ou vous tentez de récupérer quelques sentiments qui vous font vous sentir bien en vous accrochant à un sens de justice propre. Silencieusement, vous notez combien de fois vous vous êtes sacrifié pour l'Évangile, et vous essayez tant bien que mal de remplir les vides ainsi laissés dans votre âme. D'une manière ou d'une autre, vous perdez. Vous perdez en ce que vos besoins ne sont pas comblés. Vous perdez une saine estime de soi. Vous perdez votre prise sur la vérité. Nous en reparlerons au chapitre dix.

Mon père se souvient de la fois où la responsable de son club biblique au primaire lui avait demandé de ne plus mémoriser d'autres versets jusqu'à ce que quelques-uns des autres enfants puissent le rattraper. Les autres enfants du club étaient découragés parce que lui, le fils du pasteur, était rendu tellement loin en avant d'eux dans la compétition de mémorisation. On pourrait s'attendre à ce qu'il place les besoins des autres avant les siens. Le respect de l'autorité et la considération pour les autres étaient des valeurs cardinales dans la maison de mes grands-parents. Le ministre et sa famille étaient là pour les autres. La requête de la responsable du club a été honorée. Avec seulement quelques semaines avant la fin de la compétition, l'enseignante a promis de le dire à mon père lorsqu'un autre enfant s'approcherait du nombre de versets qu'il avait mémorisé. Mais elle a oublié. Son fils, un ami très proche de mon père, a gagné le prix!

C'était une fin d'histoire très décevante pour le garçon qui avait tellement hâte d'avoir ce prix qu'il aurait pu facilement gagner, mais il a perdu. Mon père a admis avoir oublié l'incident (après un certain laps de temps). L'histoire lui est revenue vingt-cinq ans plus tard lorsque mon père a rencontré la responsable du club biblique. Elle s'est confondue en excuses pour avoir tiré profit de sa volonté de répondre positivement à sa demande et d'avoir mis « les autres avant lui-même. » Il lui a pardonné, des larmes ont coulé et la peine dans le cœur de cette enseignante a été soulagée par une accolade.

Voici maintenant un cycle un peu fou qui parodie le cycle du développement de l'enfant dès la tendre enfance et qu'on appelle communément le « déficit de l'attachement ». Voici comment les choses sont *censées* fonctionner :

Vous avez un besoin.

Vous exprimez ce besoin.

La principale personne dispensatrice de soins comble ce besoin.

Vous vous sentez bien et la confiance dans la personne dispensatrice de soins grandit.

Toutefois, dans une famille qui œuvre dans le ministère, les choses peuvent prendre une toute autre tournure :

Vous avez un besoin.

Vous exprimez ce besoin.

Mais ce besoin n'est pas comblé, ou bien il n'est pas comblé avec régularité. Ou encore, dans le cas des EM, les personnes dispensatrices de soins changent constamment et il n'y a donc pas possibilité de créer des liens avec qui que ce soit.

Vous vous sentez abandonné, blessé et confus. Vos besoins continuent à ne pas être comblés. La confiance est absente.

Il est plus douloureux de demander et de *ne pas* être entendu que de ne pas demander du tout. Alors vous cessez de demander.

Après un certain temps, vous oubliez de demander.

Éventuellement, vous oubliez peut-être même d'avoir *besoin* de quoi que ce soit de qui que ce soit, pour toujours.

J'ai vu l'impact de cette exacte progression dans les yeux d'une EP adolescente avec qui j'ai travaillé il y a plusieurs années. Elle était assise dans mon bureau avec l'allure d'une survivante de camp de concentration; aucune vie, aucun rêve, rien. Son père était occupé à être un pasteur, sa mère était déprimée, tandis qu'elle, se retrouvait seule. Rien de « vraiment mauvais » ne lui était arrivé, simplement une absence de bonnes choses. Elle ne demandait rien, ne voulait rien et elle a appris à ne dépendre de personne d'autre que d'elle-même pour quoi que ce soit. La dernière fois que je l'ai vue, elle avait choisi la drogue comme moyen pour cheminer dans la vie. Mon cœur pleurait lorsque je l'ai vue quitter mon bureau pour la dernière fois.

Cela se produit tellement graduellement, si subtilement et fort probablement, involontairement. Mais néanmoins, cela se produit. Et en même temps, c'est applaudi à titre de service spirituel, en « mettant de côté la chair ». Même si cela peut *ressembler* à un sacrifice désintéressé aux yeux d'un observateur non averti, ou même de vos parents, ce n'en est pas un. Je peux vous tuer en tirant sur vous avec un pistolet. Je peux aussi vous tuer en vous affamant jusqu'à la mort. Le pistolet fait du bruit et on le remarque. La famine est silencieuse et on ne la voit pas jusqu'à ce qu'il soit trop tard. D'une manière ou d'une autre, vous êtes mort.

« Je suis différent »

CHAPITRE 6

Cette hérésie n'a rien à voir avec les noms péjoratifs que vous donnaient vos frères, vos sœurs et vos amis, quand vous étiez petits. Cette hérésie n'a rien à voir avec la différence légitime que ressentent les EM comme moi en raison de leur mode de pensée teintée de cultures mélangées. Soyons honnêtes : combien d'enfants se rendent à l'école tous les jours à dos d'éléphant afin de ne pas être attaqués par des lions ! C'est une histoire géniale que les EM africains avaient l'habitude de raconter dans les classes d'école du dimanche lorsqu'ils étaient de retour chez eux pendant ce qu'on appelait une permission. En tant qu'EM de retour aux États-Unis, je me souviens que je ne me sentais pas à ma place. Je me suis mis à faire la seule chose que je savais faire : essayer très fort de *ne pas* me faire remarquer. Mais ce n'est pas la seule chose qui alimente cette hérésie.

L'hérésie « je suis différent » vient du fait que vous avez été subtilement *traité* différemment pendant votre enfance. Vous aviez des règles *différentes*. Vous deviez répondre à des attentes *différentes*. Ces règles et ces attentes provenaient des forces de la famille et de la communauté spirituelle. Même si les membres de l'église le nient catégoriquement, ils jugent et traitent *vraiment* les EP *différemment*. C'est un saut facile à faire : « Puisque je dois *jouer* avec des règles différentes, je dois *être* différent. » Ou : « Puisque je dois *répondre* à des attentes différentes, ... ce doit être parce que je *suis* différent. Je ne sais pas du tout pourquoi, mais je suis juste différent. » Cette conclusion devient bientôt votre façon de vous percevoir.

Il y a un fond de vérité dans tout cela : en tant qu'EP, il est fort probable que vous ayez eu des expériences et des occasions différentes. Vous avez peut-être eu l'occasion de voyager davantage. Vous avez peut-être eu l'occasion de rencontrer les grands noms de la foi chrétienne ou d'être autour de leaders clés de la confession. Vous avez peut-être eu l'occasion de participer à des conférences, des concerts, des camps ou des voyages missionnaires auxquels vos camarades rêvaient de participer. Toutes ces choses sont quelques-uns des « avantages » d'un EP. Certains n'ont pas de prix aujourd'hui. Vos expériences étaient différentes, c'est vrai. Mais en tant que membre de la race humaine, vous êtes toujours l'un d'entre nous. La clé consiste à séparer la vérité du mensonge.

Une autre différence réelle est que vous avez probablement été exposé à des luttes différentes dans la vie de l'église ou de la confession. Vous connaissiez les problèmes financiers de l'église. Vous avez entendu les arguments amers au sujet de la couleur du tapis dans le nouveau sanctuaire. Vous saviez quels membres tentaient de « déloger » votre père (ou plutôt de le mettre dehors). Peut-être vouliez-vous connaître les scoops internes et peut-être pas, mais de toute manière, vous les avez entendus. Et vous n'aviez pas la liberté de dire quoi que ce soit à qui que ce soit. Cela aussi vous rend *différent*.

Bien que cette hérésie en elle-même ne soit pas suffisante pour couler votre bateau, elle peut tout de même causer d'importants dégâts. « Je suis différent » peut vous empêcher de poursuivre des amitiés profondes, même aujourd'hui en tant qu'adulte. Vous pouvez vous sentir mal à l'aise dans un contexte social. Vous êtes peut-être sur vos gardes quand d'autres personnes sont autour. Vous êtes peut-être extrêmement sensible au protocole et au fait que vous ne faites pas les choses comme il se doit. Vous êtes peut-être porté à vous isoler parce que c'est plus sécurisant que de sentir que vous n'êtes pas à votre place. Vous vous sentez peut-être seul, même avec des amis. Cette tendance à vous isoler, mêlée de sentiments de solitude, vous prédispose à la dépression ou à un sens exagéré de ce que j'appelle l'arrogance indépendante. Les deux sont intérieurement dommageables. « Je suis différent » peut même interférer avec votre habileté à entretenir une amitié intime avec votre mari ou votre femme.

« *Je ne peux faire confiance à personne* »

CHAPITRE 7

Peut-être pensez-vous : « Juste une minute. Ce n'est pas une hérésie, c'est la vérité! Je *sais* comment les gens sont réellement derrière leur visage du dimanche. Je *sais* comment la langue des gens peut se déchaîner. Je *sais* comment les confidences sont transmises sous le couvert de « requêtes de prières ». Je *sais* combien de fois les gens, surtout ceux qui ont des positions de leadership, disent une chose et en vivent une autre. Je *sais* que je ne peux faire confiance à personne, jamais! »

J'ai moi-même de la difficulté à appeler cela une hérésie. La triste vérité est qu'il y a plusieurs personnes, même celles dont on voit le reflet dans les vitraux du sanctuaire, à qui on *ne peut pas* faire confiance. Je n'essaie pas d'être cynique, seulement honnête. De nos jours, il n'y a pas suffisamment d'exemples de confiance, de loyauté et de discipline pour garder cette confiance. Les gens ont la langue et l'esprit paresseux, parfois même volages, égoïstes et manipulateurs.

Combien de fois avez-vous dit ou fait quelque chose, pour ensuite l'entendre dans un sermon? Combien de fois avez-vous parlé à un professeur de l'école soutenue par l'église, pour que ça aille ensuite au directeur, puis à un membre du conseil de l'église, pour se retrouver finalement, énormément altéré bien entendu, dans le bureau de votre père? Combien de fois avez-vous vu votre père parler d'une lutte personnelle dans un esprit de confiance, pour qu'ensuite ce soit utilisé contre lui à la prochaine réunion du conseil? Combien de fois avez-vous entendu le dirigeant de l'équipe missionnaire dire « Tu peux te confier à moi », pour finalement vous rendre compte que tout s'est rendu au siège social?

Alors que les histoires de ce genre sont vraies, l'énoncé qui dit « je ne peux faire confiance à *personne* » conserve suffisamment de faussetés en soi pour être qualifié d'hérésie. Il y a certains individus à qui on *ne peut pas* faire confiance. Point final. Il est insensé d'essayer de leur faire confiance, qu'ils soient ou non des croyants. Ceci peut ne pas sembler chrétien, mais c'est biblique. Allez voir Proverbes 25.19 quand vous aurez le temps.

Ce manque de confiance pour des raisons légitimes peut facilement vous rendre cynique ou sarcastique. Il y a certaines personnes à qui nous ne pouvons même pas faire confiance pour qu'elles finissent par croire la vérité. Le sarcasme est un moyen sécuritaire de faire passer votre message. Chonda Pierce a de bonnes raisons d'être devenue une humoriste professionnelle. Elle sait qu'elle peut dire des choses en tant qu'humoriste qu'elle ne pourrait pas dire sérieusement. Quand vous dites quelque chose à la blague, vous évitez de perdre du temps avec les mises en garde. Cette attitude cynique se révèle particulièrement intense lorsqu'il est question de leadership chrétien et d'autorité en général. Vous passez beaucoup de temps à essayer de comprendre ce qu'ils veulent vraiment. Vous attendez que le coup tombe. Vous savez que ça va arriver. Ce n'est pas une question de savoir s'il va tomber, mais quand il va tomber. Alors vous attendez.

Mais certaines personnes *sont* dignes de confiance. Elles ne sont pas parfaites et en conséquence, leur fiabilité ne sera pas parfaite. Mais vous pouvez trouver certaines personnes à qui vous pouvez faire confiance si vous vous en donnez la peine. Sans confiance, il n'y a pas de relations. Sans relations, c'est l'isolement. Cet isolement peut causer de la dépression, une menace courante chez plusieurs EP, ou peut faire de vous un spectateur. Vous restez là à regarder, mais vous n'êtes jamais au milieu de l'action. Vous regardez, tout simplement. Il est plus sécuritaire d'être le spectateur. Vos imperfections ne paraissent pas. Ce que les autres ne savent pas encore reste caché. Aucune fissure dans votre armure ne paraîtra. Aucune faiblesse ne sera exposée à qui que ce soit, pour être un jour utilisée contre vous.

David Gatewood m'a tracé un portrait de cela lorsqu'il m'a décrit une expérience qu'il a eue. C'est arrivé lorsqu'il était un petit garçon. Il regardait des enfants qui jouaient dans la rue, par la fenêtre de sa maison en Suisse. Son petit nez et ses petites mains étaient collés contre la vitre et il regardait. Il ne participait pas. Il était détaché. Il regardait, tout simplement. Quand la confiance est absente, vous finissez comme David – vous restez seul en silence, à regarder.

L'autre extrême de cette même hérésie qui dit « je ne peux faire confiance à personne » est le besoin d'être seul maître à bord ou le cynique qui veut tout faire lui-même et qui marche au son de son propre tambour. Vous ne faites confiance à personne. Vous êtes déterminé. Vous passez trop de temps à regarder par-dessus votre épaule et à surveiller le travail de tout le monde. Vous ne prenez aucun risque sauf ceux dont vous avez la certitude qu'ils vont se terminer comme vous l'escomptiez (en fin de compte, ce ne sont pas vraiment des « risques »). Et silencieusement, l'anxiété gronde dans la matière grise de votre cerveau. Le cynisme et le sarcasme grandissent; peut-être même les cultivez-vous. Vous brûlez vos ponts aussi vite que vous les construisez. Et vous vous retrouvez seul.

Pendant la période où j'ai écrit ce manuscrit, je suis devenu conscient de mon propre manque de confiance. Ce n'est pas le manque de confiance cynique, mais c'est celui

qui dit silencieusement : « Je marche seul. Je marcherai toujours seul. » Et c'est ce que j'ai fait. Et je le fais. Ma femme le sent. Les autres aussi le sentent, j'en suis certain. Je pense seul, j'écris seul et j'escalade souvent les montagnes du Colorado seul. Je ne ressens pas de solitude, je me sens seul, détaché de tout et de tout le monde. Au cours de notre lunch hebdomadaire du mercredi ensemble, David et moi avons parlé des ressources professionnelles sur ce qu'on appelle le « déficit d'attachement réactif ». Nous nous retrouvons de plus en plus dans ces descriptions. Nous voyons de plus en plus d'EP et d'EM qui reflètent ces choses que nous ressentons, mais nous n'avons jamais trouvé les mots pour décrire ce qu'ils ressentaient.

Quand on ne fait confiance à personne, le monde devient un énorme endroit qui fait peur. Vos choix ?

Porte n° 1. Quitter le monde. Le suicide semble être le geste de prédilection. Si vous choisissez de ne pas vous trancher les poignets, vous jouerez peut-être à la roulette russe avec des activités qui comportent des risques élevés comme, entre autres, le rugby, la drogue, le sexe, etc. Peut-être ne quitterez-vous pas le monde comme tel, mais vous quitterez le monde de l'église. Vous sortirez en secouant la poussière de vos pieds, sans jamais regarder en arrière.

Porte n° 2. Construire des murs suffisamment hauts et épais pour empêcher les personnes dangereuses de se rendre à votre cœur. Sans confiance, vous marchez seul. Peut-être pas socialement, mais sûrement émotionnellement et peut-être même spirituellement. Vous réussissez très bien à accomplir cela parce que vous avez réussi le cours « Clichés chrétiens », débutant et intermédiaire, avec une moyenne de 20 sur 20, pas moins ! Mais vous ne parlez jamais de ce qu'il y a vraiment dans votre cœur. Vous apprenez à n'avoir besoin de rien. Ce que votre cœur désire, c'est de *ne pas* désirer. C'est trop risqué. Cela vous rend trop vulnérable.

Porte n° 3. Désolé, vous n'avez que deux options. Allez voir au chapitre dix si vous voulez comprendre pourquoi il n'y a que deux choix.

« *Je peux détruire le ministère de mon père* »

CHAPITRE 8

Je ne peux plus compter le nombre de fois où j'ai entendu des EP ou des EM me dire cela. L'hérésie qui dit « Je peux détruire le ministère de mon père » peut vous amener à vivre dans un état constant de légère anxiété. La peur de faire une grosse erreur qui coûterait son emploi à papa. La peur qu'un jour vous ferez une petite erreur de trop et qu'on enlèvera papa de son poste.

J'ai rencontré Andrée Lemay (nom fictif) pour la première fois il y a plusieurs années. Au fil des ans, nos chemins se sont croisés à quelques reprises et récemment, elle m'a raconté cette histoire :

« J'étais au début de l'adolescence et mon père songeait à accepter un travail à une nouvelle église. Ma sœur venait d'avoir une année très mouvementée, alors nous étions tous un peu nerveux. Mon père s'est assis avec nous et nous a dit : « Croyez-vous pouvoir vous comporter suffisamment bien pour que je puisse accepter ce travail ? » Ma traduction : attention de ne rien bousiller – soit parfaite. Tu vas détruire le ministère de ton père et ainsi détruire ton bien-être et sa capacité de pourvoir pour vous tous. J'avais une peur bleue de regarder *qui que ce soit* dans les yeux, de peur de ce qui allait arriver. »

Cela vous rappelle-t-il quelque chose ? Pour éviter de détruire le précieux ministère de papa, vous essayez très fort de ne faire aucune erreur. Autrement dit, vous essayez d'être parfait. (Vous vous rappelez ce qu'on a vu au chapitre trois ?) Vous travaillez particulièrement fort pour que tout le monde soit heureux et confortable, pour que les besoins de tous les autres soient comblés (voir les chapitres cinq et neuf). Vous devenez extrêmement vigilant, extrêmement sensible à tout ce qui arrive à l'église. Et s'il se produit quoi que ce soit de mauvais (habituellement au moins une fois par semaine), d'une manière ou d'une autre, vous croyez que c'est votre faute. Vous vous sentez responsable, même si vous n'avez pas de lien direct avec le problème.

L'une des grandes présomptions derrière cette hérésie est que papa a vraiment *besoin* de ce ministère, qu'il *doit* l'avoir et qu'en conséquence, toute la famille doit le protéger à tout prix. Littéralement, à *tout* prix. J'en suis venu à la conclusion que plusieurs personnes se retrouvent dans le ministère non parce que Dieu les y a appelées, mais parce que leurs propres blessures intérieures, ou leurs besoins, ou leurs désirs, ou leur égoïsme les y ont menées. Peut-être est-ce simplement mon sarcasme qui sort. Peut-être est-ce simplement le point de vue limité qu'a un rat de laboratoire sur la chapelle. Peut-être est-ce la vérité.

Une autre présomption qui *semble* logique est que *vous* êtes la personne qui est ultimement responsable de veiller à ce que papa garde sa position. Après tout (il y a beaucoup « d'après-tout » dans ce livre!), comment peut-il diriger l'église s'il ne peut diriger sa propre maison? *Vous* en êtes la preuve. Papa est crédible à cause de *vous*. C'est *vous* qui faites de lui une personne sincère et non un hypocrite. Tout repose sur vos épaules d'enfant du primaire! Quelle chance! Vous pouvez sûrement assumer cela; vous êtes le fils du pasteur.

Ici prend place une étrange torsion de la réalité humaine. Certaines personnes dans l'église *vont* répondre au sermon de votre père proportionnellement à la manière dont vous vous comporterez à l'église. Certains membres de l'église *vont* rejeter votre père à cause de votre comportement inacceptable. Ils ont remarqué à quelle vitesse vous êtes sorti du stationnement après la réunion de la jeunesse mercredi dernier. Votre père (plus probablement, votre mère) vous a peut-être dit cela mot pour mot. Wow! Quel pouvoir énorme! Un EP peut totalement démanteler le ministère d'un homme de quarante-deux ans mesurant 1,80 m, diplômé d'un collège biblique!

Comme c'est accablant.

Comme c'est puissant, avec cependant un faux sentiment de puissance.

Comme c'est lourd sur votre conscience.

Comme c'est erroné!

Perdre sa position ou sa réputation auprès de l'église demeure entre votre père, l'église et le conseil ou le comité des dirigeants. Mais fréquemment, l'un d'entre eux vous attire à l'intérieur afin de fournir une « raison » pour les décisions qui sont prises. Voilà le carburant qui garde vivante et bien portante l'hérésie qui dit « je peux détruire le ministère de mon père. »

Est-ce crédible? Oui.

Mais cela demeure une hérésie quand on la compare avec la vérité.

« *Les besoins des autres sont plus importants que les miens* »

CHAPITRE 9

Oh, mais bien sûr! Les besoins de tous les autres *sont* plus importants que les vôtres. Laissez-moi vous raconter comment, au cas où vous auriez oublié :

- Papa a besoin de se reposer ou d'étudier en silence et c'est plus important que ton besoin d'aide en maths ou de jouer au football.
- Les membres de l'église ont besoin de voir que tu es un « bon exemple » pour leurs enfants et c'est plus important que ton besoin d'être traité comme un enfant normal.
- Le membre de l'église qui doit subir une opération passe avant le temps de vacances en famille, même si ça fait trois ans que vous n'avez pas eu de vacances ou si les vacances ont été planifiées depuis six mois.
- Le besoin de maman de bien paraître et de ne pas être gênée est plus important que ton besoin d'être un enfant de six ans (quand vous aviez six ans, bien entendu).
- Le besoin d'un nouveau tapis à l'église est plus important que ton besoin de nouveaux vêtements pour l'école.
- Le besoin de l'organisation d'avoir un pasteur jeunesse qui voyage est plus important que ton besoin d'avoir un papa qui te borde dans ton lit tous les soirs.
- Le besoin du monde pour un évangéliste est plus important que ton besoin d'avoir un papa.

Voulez-vous ajouter des choses spécifiques à la liste?

Et comme si cela n'était pas assez, lorsque vous vous plaigniez, certaines personnes, incluant vos parents, disaient que vous étiez égoïste et immature. Vous avez donc appris à ne pas vous plaindre. Vous avez appris à ne pas avoir de besoins. Vous êtes tranquillement devenu anesthésié par l'hérésie et vous ne vous êtes plus jamais éveillé émotionnellement.

David Gatewood m'a raconté une autre histoire, alors que sa famille vivait en Allemagne après la Deuxième Guerre mondiale. Ils vivaient à Frankfurt, dans un aéroport qui avait été bombardé (un endroit terrifiant pour un enfant). Le gouvernement allemand leur avait donné une caserne modulaire et la permission de demeurer sur le site de l'aéroport, s'ils étaient prêts à s'occuper d'environ dix à quinze jeunes Nazis affamés qui vivaient dans les décombres. Pour les nourrir, ils ont fait un jardin. Les jardins attirent les lapins. Ils ont donc aussi commencé à élever des lapins. L'un des garçons allemands a donné un lapin à David afin qu'il le garde comme animal de compagnie. Comme le temps passait, son lapin est devenu le plus gros de tous. Il garde encore gravée dans sa mémoire l'image de la peau de *son* lapin qui pendait sur le côté de la cage. Les paroles de son père résonnent encore dans son esprit : « Fiston, *ils* avaient besoin de nourriture. C'est ta façon de donner à l'œuvre du Seigneur. » Aucune reconnaissance du choc et de la peine qu'a ressenties David. Aucune possibilité de partager ouvertement ses émotions. Le message était clair : « Les besoins des autres sont plus importants que les tiens. »

Il est tellement facile pour les parents, les membres et les dirigeants de l'église de présumer que vous allez simplement abandonner vos besoins « pour le bien du ministère. » Ils présument également que c'est la *bonne* chose à faire pour vous. Il est vrai que certaines crises ne peuvent être évitées, ni planifiées. Parfois, vos plans doivent être changés ou mis de côté. Habituellement, plus petite est l'église, plus souvent cela aura tendance à se produire. Mais lorsque cela devient la norme, l'hérésie prend racine dans un sol fertile. Une fois que les racines sont solidement accrochées, l'hérésie devient un disque dans le juke-box de votre esprit qui jouera encore et encore.

Une hérésie reste rarement seule. Les vignes de plusieurs hérésies s'entremêlent autour de votre esprit et de votre cœur : « Je dois être parfait » et en conséquence, je ne devrais pas avoir de besoins. « Je devrais déjà savoir » comment composer avec mes problèmes et *ne pas* avoir tant de besoins. Avoir des besoins est un signe de faiblesse ou d'immaturité spirituelle. Et si qui que ce soit l'apprend, ça peut « détruire le ministère de mon père. » Alors voilà où vous en êtes : quoi que vous fassiez, vous êtes perdant. En passant, cela aussi est une hérésie en soi, que nous verrons au chapitre suivant.

Parfois une combinaison d'hérésies peut littéralement tuer l'âme. Andrée m'a raconté qu'un jour, elle s'est retrouvée avec un garçon dans une situation sexuelle qui était tout à fait indépendante de sa volonté. Après cette épreuve, elle a découvert que quelqu'un avait vu tout ce qui s'était passé et cet individu lui a fait du chantage. Andrée avait tellement peur de dire quoi que ce soit à qui que ce soit, parce « qu'elle détruirait le

ministère de son père » et parce qu'elle n'était pas « parfaite. » Cela a continué pendant une longue période de temps. Elle lui donnait ce qu'il demandait (relations sexuelles) et il lui faisait du chantage pour en avoir plus. « Je me suis tuée, » a-t-elle dit, « mes désirs, moi, mes émotions, afin de protéger ma famille et tout le monde dans l'église. » Voici une fille qui s'est laissée violée parce qu'elle croyait que les besoins des autres (que les apparences soient préservées) étaient plus importants que son *propre* besoin de sécurité et de santé mentale. Andrée n'est pas seule. Ces hérésies ne sont pas simplement des questions de sémantique. Elles sont réelles et elles peuvent être vraiment douloureuses.

« Les besoins des autres sont plus importants que les miens » est une hérésie qui est souvent enseignée dans les églises, peut-être même par votre propre père. Mais c'est tout de même une hérésie, malgré le fait que trois points, un acrostiche, une illustration et un verset puissent y être associés de temps en temps. Le sirop d'ipéca ne change pas par magie lorsque vous changez l'étiquette pour une autre qui dit « savoureux sirop contre la toux ». Je vous mets au défi d'essayer! Insérer un verset biblique dans une hérésie ne change pas ce que c'est – une hérésie. La vérité est peut-être proche, mais pas dans cette bouteille.

« *Quoi que je fasse, je suis perdant* »

CHAPITRE 10

Tandis que la plupart des hérésies énumérées dans ce livre sont des mensonges avec un peu de vérité dedans, cet énoncé est en grande partie vrai, avec juste une parcelle de mensonge dedans. Rappelez-vous. Vous vous êtes retrouvé souvent dans une situation de « l'un ou l'autre ».

OU BIEN vous êtes un petit saint,
OU BIEN vous êtes le rebelle du quartier.

OU BIEN vous êtes d'accord avec tout ce que papa dit et fait,
OU BIEN vous êtes perçu comme étant contre tout ce à quoi il croit.

OU BIEN vous êtes un serviteur,
OU BIEN on dit que vous êtes égoïste.

OU BIEN c'est un rocher,
OU BIEN c'est un endroit dur. (Je voulais juste voir si vous lisiez attentivement!)

OU BIEN vous êtes d'accord avec tout ce que la mission fait,
OU BIEN vous êtes contre les missions.

Vous êtes obligé de vivre une existence où c'est l'un ou l'autre. Puisque vous voyez davantage les rouages internes du ministère, puisque vous voyez les lacunes entre ce que les leaders disent et leur façon de vivre, puisque vous savez comment les gens sont *vraiment*, vous vous retrouvez dans une contrainte, et même dans une double contrainte. Le terme « double contrainte » est un terme technique utilisé pour décrire une situation où vous êtes confronté avec deux messages conflictuels. Peu importe celui que vous choisissiez, vous ignorez l'autre et vous perdez. D'où le « quoi que je fasse, je suis perdant. »

Ou bien...

... vous prétendez que tout va pour le mieux alors que vous savez que ce n'est pas vrai. Vous faites votre part en prétendant que tout le leadership est correct et intègre et que votre famille est l'exemple par excellence de ce qu'une famille chrétienne devrait être. Vous êtes stéréotypé comme étant un modèle de vertu, alias « un serviteur ».

Le problème de cette option est que c'est faux et vous le savez. Tout *ne va pas* bien. Le leadership *n'est pas* parfait ni sans reproche. Les choses *ne sont pas* toujours belles et confortables. Vous *n'aimiez pas* vivre dans une petite ville. Vous *n'aimiez pas* vivre dans la ville. Vous *n'êtes pas* d'accord pour dire que vivre avec papa, c'est comme vivre avec Dieu, même si c'est ce que pensent les gens. Vous vous *sentez* seul. Vous *avez* des blessures et des peurs. Mais vous êtes lié par un vœu de silence et l'incohérence grandit à l'intérieur, de même que la tension, la frustration, les besoins non comblés, la colère, l'anxiété et la solitude.

La pression intérieure monte jusqu'à ce qu'elle fasse éruption. Vous ne pouvez prétendre que pendant un certain temps. Vous ne pouvez garder la frustration à l'intérieur que pour un certain temps. Elle peut sortir violemment. Il est fort probable que si vous choisissez cette option, la frustration sortira subtilement.

Peut-être vous tournerez-vous vers la nourriture pour vous punir ou pour vous soigner. Vous tentez de soulager l'anxiété ou la tension en mangeant. Vous utilisez la nourriture pour supporter la situation. La dynamique des troubles alimentaires agit de trois manières :

- (1) Excès de poids ou obésité. Vous mangez pour calmer l'anxiété. Vous mangez pour soulager la douleur. Vous mangez pour ne pas vous sentir si seul. Vous mangez pour retourner la colère contre vous-même. La nourriture devient un ami qui est toujours là pour vous. Elle ne vous rejette et ne vous réprimande jamais. La nourriture peut être un moyen de soulager la douleur ou la colère.
- (2) Boulimie. Vous mangez pour les mêmes raisons que celles mentionnées ci-dessus, puis vous restituez le tout. Ainsi, vous avez le réconfort de la nourriture, sans prendre de poids. Ainsi, personne ne peut voir quoi que ce soit « d'inacceptable ».
- (3) Anorexie. Vous vous abstenez de manger et de prendre du poids comme moyen ultime d'avoir un certain contrôle sur votre vie, sur laquelle vous n'avez plus le contrôle. Ajoutez l'obsession de notre culture pour la minceur à la pression et à l'anxiété qui viennent avec la maison de verre, et vous avez le mélange émotionnel fatal idéal pour l'anorexie.

Revenons à Andrée. La pression d'être parfaite, combinée avec la douleur émotionnelle d'être exploitée sexuellement, la tentative de garder le secret et la présence constante du chantage qui planait au-dessus d'elle ont finalement eu raison d'elle. Doit-on se

surprendre qu'elle n'arrivait plus à prétendre? Est-il surprenant que son instinct de survie ait refait surface et qu'elle se soit accrochée furieusement à tout ce qui pouvait lui offrir un sentiment de contrôle? Elle s'est accrochée à la nourriture. *Personne* ne pouvait la forcer à manger. *Personne* ne pouvait contrôler cet aspect de sa vie. *Elle* avait le contrôle absolu. « C'était à moi, tout à moi, » disait-elle.

Si vous ne pouviez échapper physiquement à la tyrannie de la double contrainte, peut-être avez-vous essayé d'y échapper *mentalement*. Vous avez « déconnecté ». Vous vous perdiez dans les rêveries, la musique, les romans. Peut-être pas intentionnellement, mais vous vous échappiez dans vos pensées, dans un monde imaginaire. Le raisonnement derrière tout cela est très simple. Si vous ne pouvez pas *traiter* la pression et la douleur du monde réel et si vous ne pouvez pas y échapper, il ne vous reste qu'un seul choix – créer un monde imaginaire où la pression et la douleur peuvent être ignorées. Vous créez une oasis mentale, un temps mort, un endroit sûr. Ou peut-être devenez-vous simplement engourdi. Vous n'êtes pas parti vers un monde imaginaire; vous êtes simplement disparu dans un grand trou noir où il n'y a que le vide.

S'échapper n'est pas mauvais en soi (à moins que vous ne soyez en train de conduire). S'échapper devient dommageable si vous passez plus de temps à vous échapper qu'à vivre. Cela devient dommageable lorsque cela interfère avec le monde réel du travail, de l'école, des relations ou de la motivation personnelle.

Le fantasme devient dangereux et mauvais lorsqu'il évolue en une sorte de fantasme sexuel comme la pornographie (sévère ou légère), le voyeurisme, les liaisons, ou toute une panoplie de dysfonctionnements sexuels. J'ai parlé avec le D^r Harry Schaumburg, auteur de Fausse intimité, qui a travaillé sur les dépendances sexuelles pendant les 18 dernières années. Il a été missionnaire en Afghanistan et il travaille présentement avec plusieurs leaders chrétiens qui luttent avec différentes formes de dépendances sexuelles. Il dit qu'il est facile de progresser d'un monde de fantasmes bénins à un monde de fantasmes sexuels. Après tout, nous sommes des êtres sexuels. La combinaison de pressions et d'attentes, l'image qui en fait un « guérisseur » et l'étrange isolation (« je suis différent ») inhérentes à ce travail rendent les pasteurs particulièrement vulnérables. « C'est un risque du métier, » dit-il. « Ce n'est que mon hypothèse éduquée, mais je crois que les EP sont plus sujets à être prédisposés à la pornographie que les enfants ordinaires. » C'est logique. Si les pressions, les attentes et la douleur peuvent conduire un pasteur adulte à se créer une échappatoire sexuelle, à combien plus forte raison ces pressions, ces attentes et cette douleur engloutiront-elles le fils du pasteur dans une échappatoire sexuelle malsaine.

LE SAVIEZ-VOUS? Dans un sondage de pasteurs mené en 1991, 80 pour cent des pasteurs actifs disaient que le ministère affectait négativement leur famille ou eux-mêmes.¹

Si la fille d'un pasteur peut réussir à cacher son trouble alimentaire, le fils du pasteur peut également réussir à cacher son fantasme sexuel. Grâce à Internet, vous avez

accès à tout ce que vous voulez et même à ce que vous *ne voulez pas*, dans l'intimité de votre foyer ou de votre bureau. Personne ne le saura – que ce soit votre assemblée, votre employeur, votre famille, ou même votre femme. Et c'est un chemin qui mène à la destruction. Je veux bien reconnaître qu'il y a d'autres facteurs qui contribuent à attirer les hommes dans la dépendance et les fantasmes sexuels, mais derrière tout cela il y a un besoin urgent d'échapper à la douleur, à l'isolation ou à quelque chose d'autre.

Il y a le choix entre « l'un ou l'autre ». Peu importe ce que vous choisissiez, vous perdez.

Ou...

... vous parlez. Vous prenez votre propre chemin. Dans le but de détruire le stéréotype du modèle de vertu, vous essayez d'être vous-même et cela vous amène vers un autre stéréotype : le rebelle du village. Je peux déjà les entendre :

« Tu sais, Francine, c'est le fils du pasteur. »

« Pas surprenant qu'il soit tellement impossible, Maryse. »

« Humm... oui, et bien, je plains sa mère. C'est tellement une femme bien. »

Vous sautez de la poêle à frire pour vous retrouver dans le feu, d'une mauvaise étiquette à une autre. Vous ne pouvez tout simplement pas gagner! Même si vous *voulez* faire la bonne chose, même si vous *voulez* être dans la chorale, les gens penseront que vous êtes là simplement parce que vous êtes le fils du pasteur. On ne vous donne jamais le crédit. Même si vous *voulez* choisir votre propre chemin, même si vous *voulez* être vous-même, les gens penseront que vous êtes rebelle, simplement parce que vous êtes le fils du pasteur. *Encore une fois*, on ne vous donne pas le crédit.

« Je ne peux pas gagner. Je ne peux tout simplement pas gagner! »

Si vous vivez suffisamment longtemps ainsi, vos perceptions seront moulées de sorte que vous ne verrez plus qu'en noir et blanc...

- Accepter ou rejeter
- Perdre ou gagner
- Tout aimer ou tout haïr
- Réussir ou échouer
- Bon ou mauvais
- Parfait ou échec
- Ange ou démon.

Il n'y a pas de juste milieu. Pas de *et* pour amener un équilibre ou une réalité dans votre vision de la vie. Voilà précisément la dynamique qui a piégé Julie, l'EM d'Extrême-Orient dont il a été question au chapitre un. L'agence missionnaire, des amis

missionnaires et même ses parents l'ont piégée dans une double contrainte. Si jamais elle parlait, elle était réprimandée en privé. Si elle se taisait, elle se détruisait silencieusement de l'intérieur. D'une manière ou d'une autre, elle était perdante.

J'ai parlé de sarcasme dans les chapitres précédents. (Vous aurez probablement remarqué qu'il y en avait un peu aussi dans ces pages.) La genèse du sarcasme vient du cœur de la double contrainte. Puisqu'il n'est pas permis de dire la vérité et qu'il n'est pas tout à fait possible de garder le silence, vous cachez la vérité dans le sarcasme. Si vous n'êtes pas capable de battre le petit tyran du terrain de jeu, vous crachez dans son carton de lait quand il ne regarde pas! Ce comportement est passif-agressif. Le sarcasme est le comportement passif-agressif du langage. Vous réussissez au moins à sortir une partie de l'information et vous éprouvez une vengeance partielle. Cela devient une stratégie d'adaptation, une tactique de survie, une tentative de se sortir de la double contrainte dans laquelle vous vous trouvez encore et encore.

¹ 1991 Survey of Pastors, Fuller Institute of Church Growth, tel que cité par H.B. London, Jr et Neil B. Wiseman, *Pastors at Risk*, (Wheaton, IL: Victor Books, 1993), 30.

LA SAINTE HÉRÉSIE AU SUJET DE DIEU

« Dieu est déçu de moi »

CHAPITRE 11

La conclusion logique après que toutes ces hérésies aient joué dans votre pensée pendant si longtemps, c'est que bien entendu, « Dieu est déçu de moi. » Bien sûr, parce que :

- Vous *n'êtes pas* parfait.
- Vous *ne savez pas* déjà les choses que vous *devriez* savoir.
- Vous *avez* des doutes.
- Vous *n'êtes pas* rendu assez loin dans votre cheminement spirituel ou votre foi.
- Vous *êtes* parfois en colère contre Dieu.
- Vous *êtes* sarcastique par rapport au leadership de l'église.
- Vous *avez* des besoins et vous voulez qu'ils soient comblés.
- Vous *ne mettez pas* toujours les besoins des autres avant les vôtres.
- Vous *ne faites pas* confiance, alors que vous *devriez* faire confiance.
- Vous voyez toutes les façons dont vous avez « nui » au ministère de papa et, en conséquence, au ministère de Dieu.
- Vous faites semblant, alors que vous savez que Dieu hait l'hypocrisie.

« Un Dieu saint, pur et juste *doit* sûrement être déçu de moi. » C'est du moins l'air que joue votre juke-box. Dans ma pratique de relation d'aide, j'ai travaillé avec une EP qui avait littéralement une peur atroce de Dieu. Elle avait peur qu'Il ne « l'élimine » pour chaque petite chose qui n'était pas exactement parfaite. Pire encore, Dieu « l'éliminerait » parce qu'elle était une « mauvaise fille ». C'était du moins ainsi qu'elle se percevait. Elle continuait à faire les bonnes choses spirituelles; elle allait à l'église; elle étudiait la Bible... et tout le reste. Ce qu'elle *n'a pas* fait, c'est s'approcher de la personne de Dieu, ou Lui permettre de s'approcher d'elle. Et elle n'est pas la seule.

Au milieu de la peur et de l'inquiétude, vous, tout comme elle, faites peut-être encore les bonnes choses. Théologiquement, vous savez que Dieu n'est pas le problème, alors ce *doit* être vous. Vous ne faites simplement pas assez d'effort. Vous êtes relâché dans votre discipline. Votre foi est faible. Vous essayez donc de plus en plus fort de plaire à Dieu. Vous essayez de Le rendre heureux et confortable, tout comme vous passez votre vie à essayer de rendre *les gens* heureux et confortables.

Vous vous gardez occupé dans le but d'avoir un pas d'avance sur le mépris de soi et les sentiments de perte de contrôle qui vous talonnent. Peut-être même développerez-vous des comportements et des modes de pensée obsessionnels-compulsifs.

Essayer...

Essayer...

Essayer pour faire assez pour plaire à Dieu,
afin qu'Il ne soit plus déçu de vous.

Les EP sont « b-r-i-l-l-a-n-t-s ». Si telle est votre perception de Dieu, vous avez mieux à faire que de Le laisser s'approcher de votre cœur. Vous ferez de votre mieux pour garder ce que vous pensez à une distance sécuritaire de Lui. Peut-être déciderez-vous de rejeter entièrement Dieu. Jetons le bébé (Dieu) avec l'eau du bain (les intrigues de l'église). Vous ne faites plus semblant. Vous ne vivez plus de la manière dont « ils » veulent que vous viviez. Vous n'êtes plus intéressé à faire confiance à Dieu. Plus de vie spirituelle à l'intérieur non plus. Vous êtes sorti des portes sacrées et vous n'avez plus jamais regardé en arrière. Votre disque ne dit pas « Dieu est déçu de moi », mais « Dieu *m'a* déçu. » Comment peut-Il se déclarer juste et tolérer tout ce bazar que vous avez vu derrière la scène?

Comment peut-Il dire qu'Il se soucie de vous, alors qu'Il n'a pas mis fin à la violence que vous avez subie aux mains du papa-pasteur?

Comment peut-Il dire qu'Il contrôle tout quand Il n'est même pas intervenu pour arrêter les attentats à la pudeur qui vous ont traumatisé?

Comment a-t-Il pu?

Vous avez conclu que soit ses mains étaient liées ou qu'Il était tout simplement indifférent à ce qui vous arrivait.

De toute manière, maintenant, vous vous en moquez.

Vous connaissez tous les clichés de l'église. Ils sont trop superficiels pour répondre aux questions que vous posez vraiment. « Alors », vous dites-vous, « pourquoi essayer encore? » Vous vous éloignez de l'église organisée et aussi de Dieu.

Que vous continuiez à tourner dans la roulette du hamster, ou que vous choisissiez de vous éloigner, c'est vous qui perdez. Vous vous retrouvez spirituellement mort et vide. Que cela vous dérange encore ou non, vous continuez à marcher avec un cœur blessé et qui souffre. D'une manière ou d'une autre, l'hérésie gagne et vous perdez. « Alors, il n'y a rien de nouveau, » murmure une petite voix. « Il en a toujours été ainsi. »

Si les histoires que j'ai racontées dans les neuf derniers chapitres vous semblent extrêmes, vous êtes béni! Prenez conscience que des expériences anodines, tout comme des expériences traumatisantes peuvent cultiver ces saintes hérésies. Si, à côté de l'histoire de votre vie, un film d'horreur a l'air d'un film de Disney, je *suis* désolé. Je me suis volontairement abstenu de raconter des histoires plus traumatisantes que celles-ci afin d'éviter d'être accusé de sensationnalisme. J'ai vraiment *tout* entendu. Quel qu'ait été le mélange de bon et de mauvais que vous avez expérimenté en tant qu'EP, j'espère que vous pouvez bénéficier de certaines des choses qui ont été partagées.

TROISIÈME PARTIE

*ET MAINTENANT... HONNÊTEMENT...
QUELLE EST LA SOLUTION?*

HONNÊTE SOUFFRANCE... HONNÊTE GUÉRISON

Évaluation des dégâts

CHAPITRE 12

La première étape dans tout processus de guérison est l'évaluation de la situation : faire l'inventaire de ce qui ne va pas et déterminer comment on peut y remédier. Si vous ne l'avez pas déjà fait, accordez-vous officiellement la permission de *penser*, de *ressentir* et de *parler*. Écoutez l'autre côté du *et* dans la phrase. Écoutez au-delà des réponses faciles. J'espère que c'est ce que vous avez fait pendant que vous lisiez.

GELURE : La guérison des blessures de votre cœur ressemble beaucoup à la gelure que j'ai expérimentée après une escalade particulièrement difficile et dangereuse. Tant que vous êtes engourdis, vous ne ressentez aucune douleur. Tout semble aller « bien ». Le déni fonctionne, et fonctionne même très bien. Au moins, vous ne *ressentez* pas de douleur. C'est pourquoi on l'utilise. Cela ne veut pas dire que tout va vraiment bien; c'est simplement que vous ne ressentez pas le brisement. Tout comme pour mes doigts. Quand ils étaient gelés, je ne ressentais aucune douleur et je pouvais supporter les coupures et les roches qui tombaient, sans même sourciller. Mais le gel continuait à faire ses ravages. Quand j'ai commencé à dégeler mes mains et mes pieds dans la baignoire, dans la sécurité de mon foyer, whoaaa! J'ai commencé à ressentir intensément et profondément la douleur. Voilà pourquoi les gens choisissent de demeurer engourdis et dans le déni – c'est trop douloureux de voir clairement. C'est trop douloureux de dégeler. Je souhaiterais qu'il y ait un chemin plus facile, mais le seul chemin vers la guérison passe par la douleur.

Voici venu le temps de votre examen. Regardons combien d'hérésies se sont infiltrées dans *votre* pensée. Regardons s'il y a de l'engourdissement ou de la gelure dans votre cœur. À la page suivante, j'ai résumé les neuf saintes hérésies. Indiquez avec quelle justesse elles décrivent votre pensée, que vous les exprimiez de vive voix ou non. Indiquez le nombre le plus élevé qui décrit comment vous pensez maintenant ou comment vous pensiez dans le passé.

LES SAINTES HÉRÉSIES QUE LES EP/EM DÉVELOPPENT SOUVENT

Calculez votre pointage à l'aide de cette échelle :

- 1 = Absolument pas vrai
- 2 = Parfois vrai
- 3 = Souvent vrai
- 4 = Presque toujours vrai

- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 1) « IL FAUT QUE JE SOIS PARFAIT. » J'ai l'impression (ou on m'a dit) que « l'image est ce qu'il y a de plus important. » Je servais d'exemple à suivre pour les autres. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 2) « JE DEVRAIS DÉJÀ SAVOIR. » J'ai l'impression d'être né mature et que je <i>devrais</i> être rendu bien plus loin que je ne le suis maintenant. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 3) « JE SUIS ICI POUR LES AUTRES. » J'ai l'impression que mon travail consiste à rendre les autres confortables. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 4) « JE SUIS DIFFÉRENT. » J'ai l'impression de vivre selon un ensemble de règles et d'attentes différentes de celles des autres. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5) « JE NE PEUX FAIRE CONFIANCE À PERSONNE. » Je <i>sais</i> de quoi ont <i>vraiment</i> l'air les gens et les églises sous la surface et je ne leur fais pas confiance. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 6) « JE PEUX DÉTRUIRE LE MINISTÈRE DE MON PÈRE. » On m'a souvent dit cela, ou j'ai souvent ressenti cela. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 7) « LES BESOINS DES AUTRES SONT PLUS IMPORTANTS QUE LES MIENS. » J'ai souvent l'impression que mes besoins sont moins importants que les besoins des autres. J'ai l'impression que les autres souffrent plus que moi et qu'ils ont davantage besoin du temps et de l'énergie de papa ou de Dieu, que moi. |

1 2 3 4

8) « **QUOI QUE JE FASSE, JE SUIS PERDANT.** » Je me sens pris au piège. Il n'y a pas de juste milieu. J'ai l'impression que je dois être d'accord avec tout, sinon je suis contre tout. Je suis sarcastique et cynique.

1 2 3 4

9) « **DIEU EST DÉÇU DE MOI.** » Je ne suis pas parfait et j'ai l'impression que je devrais l'être. J'ai l'impression de vivre un mensonge et de faire semblant et je sais que Dieu déteste le mensonge et qu'Il déteste qu'on fasse semblant. Je me mettrais bien en colère contre Lui, mais ce n'est pas permis. J'ai parfois l'impression qu'Il me déteste parce que je suis « mauvais ».

LES FORCES QUI INFLUENCENT LES EP/EM

Remplissez la feuille de travail ci-dessous. Comment évalueriez-vous ces forces dans votre vie? Quel pourcentage assigneriez-vous à chacune des catégories de la colonne de gauche, en termes de leur influence négative sur votre vie? « Autres » est une catégorie « tout-aller » au cas où quelque chose ne pourrait pas aller dans l'une ou l'autre des trois grandes catégories. Lorsque vous aurez terminé, les quatre chiffres à gauche totaliseront 100. Prenez ensuite les pourcentages de gauche dans chaque catégorie et répartissez le total dans ce que vous qualifieriez de « bonne » influence ou « mauvaise » influence. Les deux chiffres (bonne plus mauvaise) doivent totaliser le nombre correspondant immédiatement à leur gauche. Soyez un petit enfant sage et dites la vérité maintenant!

[] FAMILLE	[] bonne	[] mauvaise
[] COMMUNAUTÉ CHRÉTIENNE	[] bonne	[] mauvaise
[] CULTURE(S)	[] bonne	[] mauvaise
[] AUTRES	[] bonne	[] mauvaise

100 %

NOTE (j'aime ces diversions!) : Dans les recherches que j'ai faites sur les EP et ces forces d'influence, la plupart des EP ont évalué leur famille et la communauté spirituelle comme ayant eu une assez bonne influence. Cela sonne bien et génial, mais ces mêmes répondants démontrent également des signes de saintes hérésies dans leur système de croyance. Je ne suis peut-être pas un scientifique, mais quelque chose ne fonctionne pas. Comment est-ce que tout peut bien aller d'un point de vue environnemental alors que les EP se retrouvent encore mentalement et émotionnellement blessés et meurtris? Comment est-ce que tout peut bien aller, alors qu'ils demeurent avec des disques tordus? Tout cela ne peut passer sur le dos de la culture (« le monde », comme on dit souvent à l'église). Gardent-ils encore des secrets? Est-ce une réponse conditionnée? Est-ce la « bonne » réponse qu'ils ont donnée sans penser? Je ne sais pas encore.

Avez-vous réussi ou échoué? C'est une blague! Il n'y a pas « d'échec »; c'est simplement une grille pour vous aider à décider quel geste poser selon les réponses que vous avez données.

Additionnez les neuf chiffres que vous avez encerclés à la gauche de chacun des énoncés. _____

Pour chaque « 3 » que vous avez encerclé, ajoutez 2 points de plus $2 \times \text{_____} = \text{_____}$

Pour chaque « 4 » que vous avez encerclé, ajoutez 5 points de plus $5 \times \text{_____} = \text{_____}$

TOTAL DE TOUS LES POINTS = _____

Notez chaque « 3 » et « 4 » que vous avez encerclés. Vous devez travailler individuellement sur chacune de ces hérésies, peu importe votre pointage TOTAL et la catégorie indiquée ci-dessous.

Si votre pointage TOTAL se situe entre 9 et 18 : votre juke-box est en très bon état. Allez cueillir des fleurs ou gonfler un ballon et donnez-les à quelqu'un. Si on présume que vous avez été honnête avec vous-même, vous avez bien survécu aux risques du métier d'EP. Vous avez de quoi être reconnaissant.

Si votre pointage TOTAL se situe entre 19 et 27 : vous avez des disques tordus dont on a sérieusement besoin de s'occuper. Regardez ces conclusions erronées et comment vous pouvez les rectifier avec la vérité. Comme première étape, vous pouvez lire des livres qui pourront vous aider et tenir un journal. Allez tout de même cueillir des fleurs, mais laissez le ballon de côté jusqu'à ce que vous ayez terminé vos lectures. Consultez la liste de livres dans l'appendice. Parler avec un ami de confiance peut aussi s'avérer bénéfique.

Si votre pointage TOTAL se situe entre 28 et 44 : vous avez besoin d'une aide extérieure. Les lectures et la tenue d'un journal vont aider, mais puisque les hérésies sont profondes et envahissantes, vous aurez besoin d'un ami sage et digne de confiance pour vous aider à trouver la vérité et à vous la rappeler. Si vous voulez tout de même cueillir des fleurs, allez-y. Mais réfléchissez, lisez et tenez un journal en même temps que vous les cueillerez.

Si votre pointage TOTAL se situe entre 45 et 81 : vous devez faire appel à une aide professionnelle. Vous avez de sérieux problèmes, même si vous ne le sentez pas. Oubliez les fleurs et utilisez votre temps pour trouver un bon thérapeute. Les lectures, la tenue d'un journal et parler à un ami digne de confiance ne seront pas suffisants pour recoller tous les morceaux brisés. Laissez le ballon dans votre poche. Ce sera un bon aide-mémoire pour vous rappeler que la vie ne tient pas seulement au travail et à la guérison!

Si vous désirez m'aider dans mon sondage, veuillez remplir les renseignements démographiques ci-dessous. Envoyez vos réponses sur les saintes hérésies et les forces d'influence, ainsi que vos renseignements démographiques à :

Timothy L. Sanford, M.A.
6270 Lehman Drive, Suite 220B
Colorado Springs, CO 80918
U.S.A.

LES QUESTIONS DÉMOGRAPHIQUES

Indiquez celui qui s'applique:

_____ EP _____ EM _____ Enfant d'organisme interconfessionnel

Âge : _____ Âge quand vos parents ont commencé leur ministère _____

Nombre d'années en tant qu'EP/EM _____ Homme / Femme (encerclez)

Âge quand vous avez **quitté le foyer familial** ou quand vos parents ont laissé le ministère _____

Nombre de frères et sœurs _____ Votre rang dans la famille _____

Êtes-vous dans le ministère présentement? _____ Oui _____ Non

BESOIN D'AIDE : Il y a une autre feuille de sondage dans l'appendice. Faites-en des copies et distribuez-les aux adultes EP/EM que vous connaissez. Bien que ce sondage n'ait jamais eu pour but d'être un outil de recherche officiel, il aide ceux d'entre nous qui travaillent avec les EP/EM.

Vous pouvez également utiliser ce sondage supplémentaire pour vous-même... au cas où vous n'auriez pas rempli le vôtre *à la perfection!*

POUR LES CURIEUX : Jusqu'à quel point êtes-vous « normal »? Voici les résultats préliminaires du sondage :

23 % de toutes les réponses indiquaient « Presque toujours vrai ».

20 % de toutes les réponses indiquaient « Souvent vrai ».

Cela signifie que 43 % de toutes les réponses indiquaient soit « Presque toujours vrai » ou « Souvent vrai ».

16 % des personnes qui ont répondu au sondage avaient plus de cinq « Presque toujours vrai ». Cela signifie que *plus de la moitié* des saintes hérésies sont présentes dans leur juke-box à un niveau profond et puissant.

43 % des gens qui ont répondu au sondage sont présentement dans le ministère. Je suppose qu'il est difficile de laisser la course de rats de laboratoire, n'est-ce pas?

Par opposition à la présence flagrante d'hérésies dans la pensée des répondants, le sondage indiquait que :

77 % de l'influence familiale était positive (bonne).

63 % de l'influence de la communauté spirituelle était positive.

64 % de l'influence culturelle était positive.

Il y a quelque chose qui ne fonctionne pas ici. Comment se fait-il que 43 % des réponses indiquent « Presque toujours vrai » ou « Souvent vrai », alors que 70 % de toute l'influence indiquait « bonne »? Qu'est-ce qui cloche? Je n'en suis pas encore certain. Je présume que (1) les forces familiale, communautaire et culturelle jouent un bien plus grand rôle dans nos vies que nous le réalisons, et (2) il y avait plus de « mauvaises » influences que nous voudrions, oserions ou *serions prêts* à le reconnaître. Il est trop tôt pour tirer des conclusions définitives, mais ce schéma s'est avéré consistant dès le début.

En ce moment, vous avez des choix à faire en fonction des résultats qui sont devant vous. Si vous devez opérer des changements, il n'y a pas de meilleur moment pour commencer que maintenant.

La première leçon en est une que j'ai apprise il y a plusieurs années sur le terrain de football de l'école secondaire. Je crois que c'est une leçon qui serait très appropriée ici également : la souffrance *n'est pas* l'ennemi.

Je *n'aime* pas la souffrance. Je *ne vais pas* à sa recherche. Mais ce n'est toutefois *pas* l'ennemi. On *ne doit pas* chercher à l'éviter à *tout prix*. Croyez-moi, je l'évite quand je le peux! Mais il arrive parfois que ce que je désire et ce dont j'ai besoin se trouvent de l'autre côté de la souffrance. Pour m'y rendre, je devrai ressentir la souffrance pendant un certain temps.

Le vieil adage que mes entraîneurs me criaient (alors que j'étais sur le point de mourir pendant le sprint final!) revient me hanter :

« On n'a rien sans mal! »

Je les détestais lorsqu'ils disaient cela! Surtout lorsque je les voyais en train de siroter une limonade bien froide et de grignoter des graines de tournesol! Il y a une part de vérité là-dedans, même quand on n'est pas sur le terrain de pratique.

Un EP qui me consultait dans ma pratique privée a offert d'acheter un écriteau pour ma porte qui dirait : « Chambre des tortures. » Il y a beaucoup de vérité là-dedans, mais ce serait terrible pour mon image et ce ne serait pas très bon pour les affaires. La souffrance n'est pas l'ennemi; l'ignorance, le déni et l'inquiétude sont les ennemis.

Et le voyage se poursuit

CHAPITRE 13

Le voyage se poursuit parce que si vous êtes encore avec moi, vous êtes déjà sur le chemin qui mène hors du labyrinthe des rats de laboratoire. Le processus de guérison et de maturité n'est pas aussi simple que la préparation du sermon du dimanche matin : histoire introductive - trois points principaux – illustration - appel - prière finale. Le processus suit toutefois un modèle.

- (1) Vous *devenez conscient* de chaque conclusion fautive dans laquelle vous avez vécu – saintes hérésies ou autres.
- (2) Vous *l'appellez par son nom* : un mensonge. Vous admettez l'erreur ou l'erreur partielle de votre pensée. Vous admettez que vous avez un ou deux disques tordus.
- (3) Ensuite, vous *partez à la recherche de la vérité*, ce qui est plus exact que la conclusion à laquelle vous vous rattachez comme étant la vérité.
- (4) Lorsque vous avez trouvé quelque chose de plus exact et vrai, vous *en faites un nouvel enregistrement*. Vous définissez un nouvel énoncé de croyance pour traiter le sujet dont il est question.
- (5) Finalement, vous *opérez le changement*. Avec discipline et détermination, vous vous engagez dans le difficile processus mental qui consiste à empêcher l'ancien enregistrement de jouer, tout en commençant à faire tourner le nouveau.

Soyez conscient des conclusions fautives potentielles

Le plus grand obstacle à surmonter est l'absence de conscience. Il vous est impossible d'évaluer ou de changer quelque chose dont vous ne soupçonnez même pas l'existence. Si vous vous engagiez dans une bagarre de rue avec un bandeau sur les yeux, vous perdriez sûrement. Je sais aussi que cela prend du courage pour examiner minutieusement les conclusions qui sont avec vous depuis si longtemps. Par le fait

même, vous découvrirez aussi que plusieurs de vos conclusions *sont* exactes et bonnes. Génial! Gardez-les. Si votre voiture a un léger problème de direction, vous ne mettez pas votre véhicule au rancart pour autant. Vous avez un bon véhicule avec un petit problème d'alignement. Gardez la voiture, faites réparer l'alignement et continuez à vous promener. La même chose est vraie pour vos modes de pensée. Gardez toutes les bonnes choses, les bons enregistrements, les bonnes conclusions que vous avez tirées et occupez-vous des choses qui en ont besoin.

Lorsqu'on regarde le passé et le présent, il nous arrive de porter toute notre attention sur les mauvaises choses qui nous ont causé de la souffrance et sur les pensées erronées. Les conclusions fautives viennent *effectivement* de la souffrance provoquée par les mauvaises expériences. Elles viennent *aussi* des expériences où il *n'y a pas* eu de bonnes choses. Rappelez-vous ce que nous avons vu au chapitre cinq : je peux vous tuer avec un fusil (en faisant une « mauvaise » chose). Je peux aussi vous affamer jusqu'à ce que vous en mouriez (en *ne faisant pas* la « bonne » chose). Soyez conscient de la présence des expériences dommageables, mais également de l'absence de bonnes expériences.

Appelez-les par leur nom

Si les disques de votre juke-box sont exacts et vrais, bravo! Polissez-les, remettez-les et écoutez la musique. Si un disque ou deux sont tordus, dites-le. Quand vous admettez enfin ce qu'est la vérité, vous devenez libre de grandir et d'effectuer les changements nécessaires. Ça sonne presque biblique, n'est-ce pas? – « Vous connaîtrez la vérité et la vérité vous affranchira. » (Jean 8.32). Le « déni » est le terme thérapeutique utilisé pour identifier le refus d'appeler les choses par leur nom. Le déni signifie que vous êtes conscient que quelque chose ne va pas (étape un), mais que vous refusez d'en reconnaître l'existence.

Recherchez ce qui est vrai et exact

Il s'agit du service Recherche et développement (R&D) du processus. Plus vous aurez passé de temps dans la demeure pastorale ou sur le terrain, plus vous connaîtrez tous les clichés et toutes les réponses. Mais quelle est la *vérité*? Quelle *est* la conclusion la plus exacte à ce sujet? Qu'est-ce que la *vérité*, que cela semble vrai ou non?

À cette étape du voyage, vous avez besoin d'une contribution extérieure. Vous avez besoin de savoir plus que vous ne savez. Lisez. Parlez avec des personnes que vous respectez et en qui vous avez confiance. Posez des questions. Vérifiez ce que vous entendez. Vérifiez ce que vous avez cru pendant tant d'années. Est-ce que cela fonctionne dans le monde réel? Est-ce que c'est cohérent? Est-ce que c'est *toujours* vrai? Et oui, retournez aux Écritures pour voir si les versets que vous avez mémorisés et pour lesquels vous avez reçu toutes ces étoiles sont effectivement vrais et dignes de confiance.

Procédez à un nouvel enregistrement

Prenez les nouvelles données et formulez un court énoncé. Faites une « nouvelle version » du disque. Écrivez-le dans vos propres mots, des mots qui ont du sens pour vous. Notez-le sur une fiche que vous garderez avec vous en cas de besoin. J'ai personnalisé plusieurs versets des Écritures, comme si Dieu Lui-même me parlait directement, en fonction de ma situation actuelle. D'une manière ou d'une autre, j'ai besoin que les mots sortent du papier pelure pour devenir chair et sang. Alors que je faisais cela avec les versets, au fil des ans ma « relation personnelle » avec Dieu est devenue plus personnelle et plus une relation. Quel concept!

Effectuez le changement vers l'extérieur

Vous découvrirez que les vieux disques ne meurent pas facilement, même si vous savez discerner le mensonge de la vérité. Plus longtemps vous aurez vécu avec les vieux disques, plus vous aurez besoin de temps pour exercer à nouveau votre oreille à la vérité. Au fil des ans, votre juke-box s'est ajusté aux disques tordus. En conséquence, votre comportement s'est ajusté à la présence des hérésies. Cela prendra du temps et de l'énergie pour que les choses retrouvent leur équilibre. Soyez patient et entêté. L'entêtement est bon dans ce cas. Il vous aidera à passer à travers la période de changement. Votre esprit reviendra aux anciens disques, aux anciennes conclusions, aux anciennes émotions. C'est une habitude. C'est familier. Dans votre esprit, c'est la « famille ». Vous pouvez parcourir le labyrinthe des rats de laboratoire les yeux fermés avec un pied attaché dans le dos et encore parvenir à battre des records! Maintenant, le labyrinthe a changé et vous devez réfléchir. Maintenant, vous devez le faire différemment. Maintenant, vous devez changer. Avec le nouveau disque de la vérité, vous devrez choisir consciemment d'effectuer le changement du vieux vers le nouveau, du moins pour un certain temps.

Je n'ai jamais aimé être en retard. Je déteste être en retard pour quoi que ce soit. C'est étrange pour quelqu'un qui a été élevé dans une culture latine! Il y a plusieurs années, je suis devenu conscient du disque qui faisait que je détestais être en retard. Je m'attachais à la conclusion que « les personnes compétentes ne sont jamais en retard. » Cela me semblait bien. Si vous êtes vraiment compétent, vous prévoyez suffisamment de temps pour arriver à l'heure, n'est-ce pas? Pour moi, c'est logique! Être compétent était la même chose qu'être parfait. Il a fallu plusieurs semaines avant que ce disque devienne suffisamment clair pour que je l'identifie pour ce qu'il était. C'était près de la vérité, mais pas tout à fait. À ce point, j'ai dû repenser ma définition de la compétence. J'ai dû chercher une définition plus exacte de ce que signifie vraiment être compétent. Cela n'a rien à voir avec la ponctualité. Je connais des gens qui sont à l'heure partout, mais qui ne sont pas très compétents. Je connais des gens qui sont compétents, mais qui sont parfois en retard. J'ai dû faire un nouvel enregistrement qui ressemblait un peu à ceci : « Je suis une personne compétente, même si j'arrive en retard. » Au début, cela semblait dénué de sens, mais avec le temps, cela s'est avéré plus juste que l'ancien disque. Lentement, le changement s'est imposé dans ma

pensée. Je cherche encore à être à l'heure, mais je ne me disqualifie pas si j'arrive quelque peu en retard. Je suis également plus tolérant envers les autres quand ils sont en retard.

On estime que cela prend trente jours pour développer une nouvelle habitude. Il est donc normal que cela prenne plus de temps à en *briser* une. Lorsqu'on essaie de se départir de vieilles conclusions et d'en adopter de nouvelles, on doit considérer un minimum de deux à quatre mois. Toutefois, à un certain point, les nouveaux disques deviendront automatiques, ceux qu'on utilisera par défaut. C'est vrai, c'est ce qui va arriver. Au fur et à mesure que cela se produira, vous deviendrez vraiment libre. Même si vous ne remarquez pas le changement, il se produira. Soyez patient. Soyez entêté. Au fur et à mesure que les vieux disques tordus (les hérésies) seront détruits et remplacés par les nouvelles versions (la vérité), ce sera tellement doux à votre oreille!

« Dites-donc, tandis que vous y êtes, pourquoi ne pas changer aussi l'aiguille? »

Les chapitres suivants traitent de domaines spécifiques dans le voyage vers la guérison, qui touchent plusieurs EP dans leur quête de guérison et de liberté de ces hérésies. Les problèmes comme le perfectionnisme, l'anxiété, le pardon et une honnête poursuite de Dieu ne sont pas uniques aux EP, mais les EP n'ont pas le droit de lutter avec ces problèmes. De plus, pourquoi devriez-vous lutter? Ne demeuriez-vous pas dans la maison la plus sainte en ville? N'avez-vous pas une ligne directe avec Dieu? *Vous* êtes la dernière personne qui devrait avoir à lutter avec quoi que ce soit.

« C'est assez! »

Faire face au tyran des « devrais » ?

CHAPITRE 14

Le perfectionnisme est très subtil. Il ne s'agit pas seulement de vouloir que chaque chose soit « simplement ainsi ». L'aspect de votre garde-robe n'est pas ce qui détermine si vous êtes ou non un perfectionniste. La pensée perfectionniste n'est pas seulement basée sur la manière dont vous désirez que les choses soient parfaites, mais sur la manière dont vous pensez qu'elles « devraient » être. En partie, le perfectionnisme consiste en des modes de pensée profondément ancrés (vous rappelez-vous l'illustration du juke-box?) qui s'accrochent à une vision concise de la manière dont les choses *devraient* être faites afin qu'elles soient *bien* faites. Il n'y a qu'*une seule* façon de faire les choses et vous *devriez* les faire ainsi.

Pourquoi?

« Parce que c'est la *bonne façon* de le faire. »

Qui a dit cela?

« *Ils* l'ont dit...

... et je *ne devrais pas* douter d'eux. »

Les phrases contenant *devrais* se sont infiltrées dans ce livre, surtout parce qu'elles s'infiltrèrent dans le juke-box de tellement d'EP. C'est un mode de pensée dangereux. Je peux dire avec assurance que plus vous avez de disques *devrais*, plus vous êtes anxieux, colérique ou déprimé. Pourquoi? Pour plusieurs raisons.

Aucune option

Le mode de pensée *devrais* ne vous laisse aucune option viable. Ou bien vous le faites de la manière dont vous *devriez* le faire, ou bien vous avez tort. Vous avez échoué.

C'est l'un ou l'autre pour vous. Si vous faites chaque chose comme vous le *devriez*, vous réussirez. Et après tout, vous *devriez* le faire à la manière du *devrais*.

Si vous faites les choses de quelque autre manière que ce soit,

vous échouerez,

ce qui fera de vous un échec... et un abruti.

Avec l'enregistrement *devrais*, vous n'avez pas vraiment d'options.

Aucun choix

Si vous n'avez pas d'options, il va sans dire que vous n'avez pas de choix. Vous *devez* le faire de la manière dont vous le *devriez*. Vous n'avez tout simplement pas le choix.

- Vous *devez* aimer l'église, parce que vous *devriez* l'aimer.
- Vous *devez* toujours sourire, parce que vous *devriez* « vivre victorieusement. »

Aucune option, aucun choix. Vous n'êtes que le serf d'un tyran qui règne invisiblement et qui brandit vers vous un doigt religieux de pseudo-dieu.

- « Tu *aurais dû* être plus gentil avec elle. »
- « Tu *ne devrais pas* être en colère contre Dieu! »
- « Tu *devrais* être plus mature. »
- « Tu *ne devrais pas* lutter avec les difficultés que tu as vécues dans ton enfance. »
- « Ils *devraient* simplement passer par-dessus et grandir. »
- « Tu *ne devrais pas* avoir besoin d'aide. »
- « Tu *devrais* être plus fort. »

Condamnation et peur

Les tyrans imposent la soumission en utilisant la condamnation et la peur. Les *devrais* font la même chose. Chacun des énoncés ci-dessus n'est qu'à demi complet. Ce que vous lisez représente ce que vous entendez ou dites. La deuxième moitié est rarement verbalisée, mais elle est néanmoins présente. Écoutez-les à nouveau.

- « Tu *dois* aimer tout le monde...
mais tu ne le fais pas... abruti! »
- « Tu *ne devrais pas* être en colère contre Dieu...
mais tu *l'es*... païen, pécheur, ordure! »

- « Tu *ne devrais pas* lutter avec les difficultés que tu as vécues dans ton enfance, »
mais tu le *fais*... accusateur. »
- « Ils *devraient* simplement passer par-dessus et grandir...
mais ils *ne le font pas*... immatures! »
- « Tu *ne devrais pas* avoir besoin d'aide. Tu *devrais être plus fort*...
mais tu en *as* besoin et tu *n'es pas fort*... paresseux,
mauviette! »

CONFRONTATION : En passant, qui a dit que *vous* étiez Dieu? Qui a dit qu'*ils* étaient Dieu? Qui a donné à l'un ou l'autre d'entre vous le pouvoir de décider ce qui *devrait* être fait, ce qui *devrait* être dit ou ce qui *devrait* être suivi? Comment en êtes-vous arrivé à tout savoir cela et à décider de la seule *bonne manière* de tout faire? Qui a dit que *vous* étiez Dieu? Qui a dit qu'*ils* étaient Dieu?

À chaque fois qu'il y a un *devrais*, il y a un jugement, une accusation à la fin. Si vous vivez avec le tyran des *devrais*, vous deviendrez un spécialiste du mépris de soi-même. Si vous placez les autres sous le même joug du mode de pensée des *devrais*, vous déborderez de mépris envers les autres.

Si vous devez agir de la manière exacte dont vous *devriez*, vous courez un risque élevé de *ne pas* performer exactement de la *bonne* manière à chaque fois, en toutes circonstances. En conséquence, la plupart de vos choix deviendront une épreuve de force entre réussir ou échouer, gagner ou perdre, vivre ou mourir, *devrais* ou pécher. C'est une probabilité élevée si l'imperfection est le terrain fertile où naissent l'anxiété ou l'inquiétude.

« Je *devrais* être plus gentil. »

« Mais, *qu'arrivera-t-il si* je ne le suis pas? »

« *Qu'arrivera-t-il si* je ne me soucie vraiment pas d'eux? »

« Mais je le *devrais*. »

« Mais, *qu'arrivera-t-il si* je ne m'en soucie vraiment pas? »

« *Qu'arrivera-t-il si* Dieu entend tout cela? »

« *Qu'arrivera-t-il s'il* me déteste parce que je pense ainsi? »

« *Qu'arrivera-t-il si...* »

Au prochain chapitre, nous verrons comment briser le mode de pensée des *qu'arrivera-t-il si*, mais ici il est nécessaire que vous purgiez votre juke-box des conclusions provenant des *devrais*. Les conclusions des *devrais* qui semblent si spirituelles, mais qui ne le sont pas.

Mais elles *semblent* bien. Mais elles *sonnent* vrais.

Elles ne sont pas justes.

Mais elles *devraient* être justes, n'est pas? Après tout, je les ai prises directement de la Bible, n'est-ce pas?

Je *ne* crois *pas* que tout soit relatif et matière à débat en fonction de nos conclusions personnelles. Je *ne dis pas* qu'il est sain de « croire ce que vous voulez croire, dans la mesure où vous êtes sincère. » (D'autres mises en garde pour satisfaire les théologiens parmi nous.) Les Écritures sont claires. Il y a des énoncés comme « tu devrais » et « tu ne devrais pas ». Il s'agit de points importants et catégoriques sur le bien et le mal. Mais Dieu n'a jamais forcé l'humanité ou quelque individu que ce soit à obéir. Dieu n'a jamais choisi pour les gens. Il n'a pas choisi pour Adam et Ève; Il ne choisit pas pour vous. Dieu présente le bien et le mal. Il présente les conséquences et les récompenses de chacun. Il vous encourage clairement à choisir la bonne voie. Mais Il ne passe jamais outre votre volonté ni ne vous manipule afin que vous agissiez d'une certaine manière.

« Et bien, M. Sanford, je crois à la prédestination. Je crois que c'est Dieu qui choisit. »

« Prédestination, mon œil! Nous choisissons Dieu. Il ne nous choisit pas. N'est-ce pas, M. l'Auteur? »

« Oh, laisse-le tranquille, il ne parle pas de la « foi qui sauve, » il parle de la manière dont nous vivons notre vie de tous les jours! »

Le livre des Proverbes est clair lorsqu'il parle des voies de la sagesse. Salomon est aussi très clair lorsqu'il parle de la responsabilité de choisir. Certains choisiront la sagesse, d'autres la folie.

« Mais nous *devrions* bien choisir, n'est-ce pas? »

« Si nous voulons nous appeler chrétiens, nous *devons* choisir la sagesse, n'est-ce pas? »

« Je suis perdu! »

Si le mode de pensée *devrais* est inexact, qu'est-ce qui est préférable? Qu'est-ce qui est plus exact que vrai?

« Je crois qu'il *devrait* expliquer les choses mieux que ça, Mélanie. *Il ne devrait pas* essayer de nous mélanger ainsi. »

« Tu as raison, Sara. Il *doit* être plus sensé que ça, s'il veut me convaincre de la manière dont je *devrais* changer ma façon de penser! »

J'espère qu'avec tout ce qui précède, vous pouvez commencer à comprendre la façon dont se forme le mode de pensée *devrais*. Ce mode de pensée est subtil et souvent, il est devenu tellement partie intégrante de votre pensée que vous ne réalisez même pas sa présence. Le mode de pensée *devrais* est pourtant dangereux. Que vous soyez convaincu ou non à ce point, continuez à lire. Les tyrans n'abandonnent pas. Certains tyrans mettent beaucoup d'énergie à essayer de convaincre les serfs de leur dépendance absolue. Mais les *devrais* peuvent être changés pour le mieux. Encore une fois, il s'agit d'échanger le mensonge pour la vérité.

- LE MENSONGE : « Je *devrais*... »

- LA VÉRITÉ : « Je *pourrais*... »

« J'*aimerais*... »

« Je *choisis* de... »

Avant que vous disiez que je joue tout simplement à un stupide jeu de mots psychologique, vérifiez. Demandez-vous si cela s'applique aux énoncés énumérés précédemment. Vérifiez si les énoncés demeurent vrais. Vérifiez si les *pourrais* sont plus exacts que les *devrais*.

LE MENSONGE : « Tu *ne devrais pas* être en colère contre Dieu...
mais tu l'es... païen, pécheur, ordure! »

LA VÉRITÉ : « Je *pourrais* être en colère contre Dieu, si je le voulais...
j'*aimerais* ne pas l'être. »

C'est vrai que vous *pourriez* être en colère contre Dieu. Vous *êtes* en colère, et toujours en vie! Vous *pouvez* être en colère. Vous pouvez encore *vouloir* être en colère, bien que vous *aimeriez* ne pas l'être. L'option est vôtre; le choix vous appartient, *sans* le mépris de soi-même ou la condamnation de Dieu. Regardons un autre énoncé.

LE MENSONGE : « Ils *devraient* simplement passer par-dessus et grandir...
mais ils *ne le font pas*... immatures! »

LA VÉRITÉ : « J'*aimerais* qu'ils passent par-dessus...

je *pourrais* les aider, ou je *pourrais* simplement les ignorer. »

Oui, vous *aimeriez* bien qu'ils passent par-dessus « la chose » en question. Tels sont votre désir et votre opinion. Vous pouvez aussi avoir des opinions et des désirs, vous savez. Ils *pourraient* passer par-dessus; ils *pourraient* simplement se lamenter et se plaindre. C'est à eux de décider. Ils choisissent. Choisir de faire ce qu'il faut pour « passer par-dessus » serait plus sage, mais ils peuvent choisir d'être insensés et d'adopter un rôle de victime. Par ailleurs, vous *pourriez* offrir de les aider, ou vous *pourriez* décider que la meilleure chose à faire est de vous éloigner. Il n'y a pas *qu'une seule bonne façon* de traiter cette situation.

Cet exemple ajoute une autre dimension aux relations. Si vous avez tendance à vivre selon les *devrais*, vous aurez d'autant plus tendance à faire en sorte que les autres vivent en fonction de votre même liste de *devrais* et de *ne devrais pas*. La misère aime la compagnie. Si vous devez être un serf qui travaille dur toute la journée dans la boue, pourquoi laisseriez-vous les autres aller à l'opéra? Vous devenez très critique, exigeant, méprisant et condescendant. Vous ne pensez peut-être pas que vous l'êtes. Je me demande comment répondraient les personnes de votre entourage.

Ce n'est pas simplement un jeu de mots. Quand vous changez les *devrais* pour des *pourrais*, vous vous donnez des options.

Quand vous avez des options, de vraies options, vous avez de vrais choix.

Quand vous avez des choix, vous avez la liberté.

Quand vous avez la liberté, vous avez la responsabilité qui vient avec les choix.

Parfois, la responsabilité revient à choisir entre la sagesse et la folie.

La plupart du temps, par contre, il s'agit de choisir entre plusieurs options qui contiennent toutes à la fois des éléments positifs et des éléments négatifs. Vous êtes libre d'utiliser le cerveau que Dieu vous a donné pour choisir librement.

Si vous choisissez la folie et non la sagesse, vous récolterez les conséquences que Dieu et la nature ont déjà établies. Mais vous *n'êtes pas* condamné en tant que personne. Si vous choisissez la sagesse, vous pourrez vous réjouir des récompenses. Si vous choisissez entre plusieurs options viables, vous accepterez les aspects positifs et les aspects négatifs de ce choix. Encore une fois, aucune condamnation. Si vous

faites une erreur, vous *pourrez* apprendre de cette erreur. Vous *aimeriez* grandir à partir de cette expérience, afin de ne pas la répéter. Vous *pourriez*...

Vous serez probablement d'accord avec moi pour dire que je *devrais* payer mes taxes. Que je *dois* les payer. Qui dit que je *dois* absolument les payer? Qui dit que je *devrais* absolument les payer?

« Le gouvernement dit que tu *dois* les payer. »

Certaines personnes *ne paient pas* leurs taxes.

Mais, ils *doivent* les payer.

Mais ils *ne le font pas*. Certaines personnes essaient de s'en tirer sans les payer. Certaines personnes choisissent de travailler au noir seulement. Le gouvernement ne peut pas entrer dans mon corps et me faire sortir mon chéquier. Il *ne peut pas* m'obliger à payer.

C'est certain qu'il essaie d'*influencer* ma pensée. Il veut que je *choisisse* de payer mes taxes.

Je *pourrais* payer mes taxes. Je *pourrais* aller en prison. Je *pourrais* m'enfuir dans un autre pays.

Je *choisis* de payer mes taxes.

J'*aimerais* qu'il y ait une autre option!

Je choisis de payer mes taxes, tout comme je choisis d'obéir à Dieu – volontairement. Je veux Lui obéir. Il s'agit ici de *pourrais* et non de *devrais*. Il s'agit d'un *vouloir* et non d'un *devoir*. L'action extérieure peut s'avérer exactement la même, mais la motivation intérieure est tout à fait différente. Le *devrais* fait de vous un serf du tyran. Le *pourrais* fait de vous un fils de son Père. Et peu importe que les gens vous en donnent ou non le crédit, vous vous attachez à la vérité que vous avez *choisie*. Le *devrais* asservit, tandis que le *pourrais* libère. Le *devrais* opprime, tandis que le *pourrais* émancipe.

« Je crois que nous *devrions* nous débarrasser de tous ces *devrais* dans notre pensée, ne le *devrait-on* pas, Mario? »

« Tu crois vraiment qu'on *devrait*? »

« Oui! Il est temps que nous nettoyions notre juke-box, comme le jeune homme a dit. »

« Est-ce que je *dois* le faire, Hélène? Je veux dire, est-ce que je *dois* vraiment le faire? »

« Bien sûr que tu *dois* le faire. C'est ce que tu *devrais* faire si tu veux vivre au 21^e siècle! »

Prenez une feuille de papier

Coupez-la en deux. Sur l'une des parties, écrivez *devrais* et *ne devrais pas*. Sur l'autre, écrivez *pourrais*, *aimerais*, *je désire* et *je choisis*.

Posez chaque partie devant vous

Choisissez de garder l'un des morceaux de papier et détruisez l'autre.

« Je sais que je *devrais* garder le morceau qui dit « pourrais », ne le *devrais-je* pas? »

À NOTER : Peu importe le morceau de papier que vous choisissiez de détruire, soyez conscient que vous ne pouvez *plus* penser à ces mots ou les prononcer, jamais!

« Mais, M. le Professeur, *qu'arrivera-t-il* si j'oublie et que je dise les mots que je *ne devrais pas dire*? »

Voyez-vous à quel point les expressions *qu'arrivera-t-il si* et *devrais* sont surnoises? Elles peuvent s'infiltrer presque partout! Vous pouvez choisir les expressions *pourrais*. Si c'est le morceau de papier que vous choisissiez, détruisez le papier *devrais*. Brûlez-le, déchirez-le en petits morceaux, mangez-le, faites-en ce que vous voulez. Détruisez-le, tout simplement. Vous pouvez aussi choisir de garder les *devrais*, si vous le désirez. Vous choisissiez.

Effectuez le changement vers l'extérieur

À chaque fois que vous avez l'occasion d'utiliser *devrais* ou *ne devrais pas*, arrêtez-vous. Utilisez l'une des phrases *pourrais* à la place. Cela vous demandera un effort conscient, mais cela en vaudra la peine, éventuellement. Ce changement vers l'extérieur pourra prendre de quelques semaines à plusieurs mois. Soyez patient et persévérez. C'est la quincaillerie de la transformation de votre pensée.

Stéphanie était passée maître dans l'art de se culpabiliser avec les *devrais*. Un jour, j'ai fait un petit exercice avec elle, du genre « faisons un marché ». Quelques jours plus tard, elle s'est arrêtée en plein milieu d'une phrase et elle m'a lancé le regard *j'aimerais-te-tuer*! Elle m'a accusé de lui enlever la moitié de son vocabulaire! Sans les expressions *devrais*, elle se retrouvait muette, ce qui était rare pour elle. Éventuellement, elle m'a remercié. Elle est toujours mon amie. Elle m'a même donné la permission de la dénoncer!

Rappelez-vous : la liberté vient de la connaissance et de l'*utilisation* de la vérité. Les *devrais* ne sont que des perceptions, pas la vérité. Les *pourrais*, même s'ils vous donnent la liberté de choisir l'erreur, vous donnent également la possibilité de choisir la vérité. Les *pourrais* inspirent, alors que les *devrais* rongent toute la confiance que vous avez. Les *devrais* s'acharnent à atteindre un but parfait, idéaliste et inaccessible. Les *pourrais* recherchent une réalité excellente, réaliste et accessible. Les *devrais* ne laissent aucune place à la croissance; c'est tout ou rien. Les *pourrais* vous poussent en avant, tout en laissant de la place pour la croissance et la maturité. Les *devrais*

n'acceptent pas les limites, quelles qu'elles soient. Les *pourrais* reconnaissent les limites légitimes et répondent aux attentes en fonction de ces limites.

Les *devrais* doivent mourir. Le tyran doit être détrôné. Le doigt dans votre visage peut être remplacé par un bras autour de vos épaules. Le choix vous appartient. Vous *pourriez* vivre comme un serf pour le reste de vos jours (« Non! Non! »). Vous *pourriez* choisir de partir libre (« Prends-moi! Prends-moi! »). Le choix vous appartient vraiment.

Vaincre le monstre de l'anxiété

CHAPITRE 15

Alors que j'entame le sujet de l'anxiété, je réalise qu'il est de la plus haute importance de commencer avec quelques définitions élémentaires. Au fil des ans, j'ai appris que les mots ne signifient pas ce qu'ils signifient et je passe mon temps à retourner à mon dictionnaire pour vérifier la vraie signification des mots. Je vous ramène donc au dictionnaire pour votre leçon de vocabulaire d'aujourd'hui.

« Pouvez-vous nous l'expliquer sans utiliser tous ces mots techniques, s'il vous plaît, M. le Professeur? »

ANXIÉTÉ POUR DÉBUTANT, VOCABULAIRE :

PEUR : Une réaction émotionnelle intense, face à un danger *légitime* et *présent*.

ANXIÉTÉ : Une réaction émotionnelle intense, habituellement une terreur, face à un danger *perçu/prévu* et *futur*.

PANIQUE : Une réaction mal avisée du comportement, où vous êtes bouleversé par l'émotion de peur ou d'anxiété.

OBSESSIONNEL : Une *pensée* (ou mode de pensée) *persistante* et souvent un *flot de pensées* non désirées qu'il est très difficile, voire impossible, d'arrêter.

OBSESSIONNEL-COMPULSIF : Un trouble où vous tentez d'arrêter la pensée obsessionnelle (voir ci-dessus) par un *comportement répétitif*, comme se laver les mains, compter, revérifier tout, nettoyer, réciter les mêmes mots ou les mêmes phrases sans arrêt, etc.

INQUIÉTUDE : Un terme non technique pour anxiété.

SOUCI : La version christianisée d'anxiété. L'utilisation légitime du terme souci est souvent perdue en raison de cette mauvaise utilisation du terme. Un cheval, quelle que soit sa couleur, demeure toujours un cheval, que vous ayez ou non béni la peinture auparavant.

L'anxiété se manifeste de différentes façons.

- Tremblements
- Inquiétude excessive
- Sentiment d'agitation (plus ou moins prononcé)
- On se sent facilement épuisé
- Difficulté de concentration
- Troubles du sommeil
- On a toujours un « plan B » et « C » et...
- On évite les situations ou les décisions avec lesquelles on est incertain
- On se sent pris et incapable de prendre une décision sans que cela exige un très grand effort
- Peur d'avoir tort
- Penser, toujours penser... planifier... penser...
- Besoin de savoir ce qui va arriver ensuite
- Sentiment d'échec imminent ou de rejet
- Besoin de tout contrôler
- Sentiment de perte de contrôle
- Dépression
- Colères fréquentes, sans raison apparente

L'anxiété provient d'un mode de pensée, d'une habitude de *pensée* – une très *mauvaise* habitude de pensée, c'est le moins qu'on puisse dire. L'expression qui résonne dans le juke-box est, *qu'arrivera-t-il si...*

Qu'arrivera-t-il si... je déçois quelqu'un?

Qu'arrivera-t-il si... je gâche tout?

Qu'arrivera-t-il si... je ne fais pas tout comme je le devrais?

Qu'arrivera-t-il si... je dis quelque chose que je ne devrais pas dire?

Qu'arrivera-t-il si... Dieu ne m'accepte vraiment pas? (Je devrais être meilleur.)

Qu'arrivera-t-il si...

Vos préoccupations constituent le problème du mode de pensée *qu'arrivera-t-il si*. L'anxiété détourne vos préoccupations du présent et les tire vers l'avenir. Au temps présent, la peur dit : « Cela se produit *maintenant!* » Par ailleurs, l'anxiété dit :

« *Qu'arrivera-t-il si* cela se produit (un jour)? » Plusieurs choses au sujet desquelles vous vous êtes inquiété au fil des ans ne se sont jamais produites.

« Mais *qu'arrivera-t-il si* elles se produisent cette fois-ci? »

L'anxiété se concentre sur l'avenir, un avenir qui n'existe pas encore et qui peut ne jamais exister comme vous l'envisagez dans votre esprit. Vous ne pouvez pas contrôler l'avenir. Plus vous vous concentrerez sur l'avenir, plus vous vous sentirez en perte de contrôle, puisque vous ne pouvez pas le contrôler. Le contrôle qui vous appartient ne se trouve *que* dans le présent, parce que le présent *existe*. Ce que vous faites aujourd'hui aura une influence sur demain, oui, mais vous ne pouvez pas encore contrôler quelque partie que ce soit de demain. Vous ne pouvez pas vivre demain aujourd'hui. Cela viendra demain. Vous ne pouvez contrôler que des parties d'aujourd'hui. L'anxiété réussit à clouer votre mode de pensée sur les dangers possibles, *perçus* et *futurs*, et vous fait perdre le contrôle.

Quand j'ai pris conscience de mon propre mode de pensée *qu'arrivera-t-il si* (qui courait du matin au soir dans mon esprit), j'ai commencé à demander aux gens s'il y avait des moyens d'arrêter la folie dans mon esprit. Tout ce que j'ai reçu comme réponses, ce sont les clichés habituels :

« Ne t'inquiète pas pour demain. »

« Amène chaque pensée captive. »

« Ne pense qu'aux bonnes choses. »

Je n'étais pas sarcastique quand j'ai répondu à chacun avec un honnête : « Comment? » Ils m'ont dit ce que je *devais* faire. Je savais déjà cela, mais *comment* y arriver? Je n'ai reçu que des regards vides, mais aucune réponse. Personne ne pouvait me dire *comment* faire taire le mode de pensée *qu'arrivera-t-il si*.

Briser l'habitude de pensée du *qu'arrivera-t-il si* fonctionne à peu près de la même façon que briser l'habitude de pensée du *devrais*.

- (1) Identifiez le *qu'arrivera-t-il si* qui rebondit continuellement sur les murs internes de votre pensée.
- (2) Arrêtez la pensée *qu'arrivera-t-il si*.
- (3) Remplacez cette pensée par la réalité présente légitime *qu'en est-il...*

Pour m'aider dans cette transition, j'ai développé une technique en quatre questions. Cette technique est un peu bête, mais considérez la source – un thérapeute! Pourtant, ça fonctionne.

J'ai écrit ces quatre questions sur une petite fiche.

- (1) Nomme 5 couleurs que tu vois présentement.
- (2) Nomme 5 sons que tu entends présentement.
- (3) Nomme 5 choses que tu ressens physiquement présentement (ex. : montre à mon poignet, vent dans mes cheveux, pieds sur le plancher, etc.)
- (4) Qu'est-ce que je suis censé faire ou à quoi suis-je censé penser PRÉSENTEMENT?

J'ai placé la fiche sur ma table de nuit et au matin, dès que mes cellules cérébrales ont commencé à fonctionner, j'ai répondu aux questions.

J'ai apporté la fiche avec moi au travail et j'ai essayé de revoir les quatre questions de trois à cinq fois, même si ma journée allait bien. Les habitudes se développent à force de répétition. Les habitudes se développent à force de répétition.

Quand je suis allé me coucher, j'ai replacé la fiche sur ma table de nuit et, une fois de plus, j'ai répondu aux questions.

Je n'avais aucune idée si cette petite technique, que j'ai surnommée « 3 x 5 + 1 » allait être bonne ou non. Je savais seulement qu'il était nécessaire que je fasse quelque chose pour essayer de ralentir la pensée du *qu'arrivera-t-il si* qui me contrôlait plus que je ne la contrôlais. Ce que j'ai remarqué c'est qu'à chaque fois que je faisais cet exercice, cela m'aidait, même si ça ne durait que quelques minutes. Je me sentais moins anxieux. Certains jours, j'étais le vainqueur et je réussissais à faire cesser les assauts des *qu'arrivera-t-il si*; d'autres jours les *qu'arrivera-t-il si* gagnaient. Pendant la période de temps nécessaire au bris d'une mauvaise habitude et au développement d'une nouvelle à sa place, le *qu'en est-il* a commencé à prendre racine. Après environ deux à trois mois, le changement s'est opéré. Non seulement le *qu'en est-il* avait-il pris racine, mais il était devenu la pensée par défaut. C'est devenu de plus en plus automatique.

« Je suis guéri, Sam! Comme je me sens bien! »

Les *qu'arrivera-t-il si* s'infiltraient encore parfois, mais pas aussi souvent. Et maintenant que le *qu'en est-il* est familier dans ma pensée, le *qu'arrivera-t-il si* se sent comme un étranger. J'ai ressenti aussi d'autres changements. Le présent est devenu plus vivant pour moi, parce que j'étais maintenant *dedans* plutôt que dans le trou noir de l'avenir. Je remarquais davantage, je me sentais plus léger et je me souvenais mieux. Je me sentais aussi beaucoup plus en situation de contrôle, parce que mes préoccupations se portaient sur les choses présentes que je pouvais contrôler et non plus sur les choses futures que je ne pouvais pas contrôler.

Les trois premières questions utilisent vos sens physiques pour attirer votre attention hors de l'avenir et dans le présent. Les couleurs, les sons et le toucher n'existent que dans le présent. C'est un moyen d'amener votre esprit à penser consciemment aux choses qui vous entourent. La raison pour laquelle j'ai indiqué cinq réponses à ces trois questions est pour garder le compte sur les doigts de ma main! (Sentez-vous libre de les modifier de la manière qui pourra fonctionner pour vous.)

« *Qu'arrivera-t-il s'il n'y a que quatre couleurs? Qu'arrivera-t-il si...* »

Très souvent nous pensons que ce à quoi notre pensée pense est ce à quoi nous devrions penser.

« Que dites-vous? »

« Ça ressemble à ce jargon psychologique contre lequel ce pasteur itinérant nous a mis en garde l'an dernier, Lucie! »

La plupart des gens pensent que ce qui leur vient à l'esprit est la pensée sur laquelle ils doivent s'attarder. Si votre esprit était un chien Saint-Bernard, il *vous* amènerait faire une promenade immédiatement, vous tirant à cet arbre, « *qu'arrivera-t-il si* », puis à ces buissons, « *qu'arrivera-t-il si* », etc. etc. etc. Vos pensées vagabondes choisissent ce à quoi vous pensez. La promenade ne serait-elle pas plus agréable si *vous* disiez au Saint-Bernard où *vous* allez et s'il marchait au pied? Quand vous répondez à la question « Qu'êtes-vous censé faire, ou à quoi êtes-vous censé penser PRÉSENTEMENT? », *vous* choisissez ce à quoi vous pensez dans le présent. Vous décidez quel chemin prendre. Vous contrôlez. Si vous voulez étudier, alors choisissez d'étudier. Si vous êtes censé prendre une douche, alors prenez une douche, mais ne prenez pas une douche *tout en* vous inquiétant. Si vous conduisez, alors conduisez et prenez plaisir à conduire. Comptez les voitures, cherchez les plaques d'immatriculation étrangères, ou bien soyez simplement attentif à la route, pour une fois! Reposez votre esprit. Pensez seulement à ce qui est devant vous.

La dépression

L'anxiété est un problème sérieux parce qu'elle est directement liée à la dépression. Pensez à la boîte de disjoncteurs dans votre maison. Si vous branchiez tous vos appareils électriques dans la même prise électrique et les allumiez, vous feriez « sauter le fusible » et vous auriez une panne de courant. Mais si vous n'aviez pas de boîte de disjoncteurs et faisiez la même chose insensée, il est fort probable que vous auriez un incendie sur les bras. Ainsi, la raison d'être de la boîte de disjoncteurs est d'éviter de détruire votre maison. La dépression fonctionne un peu de la même manière. Certaines dépressions ont une origine organique. Les dépressions psychologiques trouvent leur origine dans l'anxiété. L'anxiété et le stress augmentent continuellement, jusqu'à ce qu'ils atteignent un niveau qui causera la destruction émotionnelle ou physique de votre corps. Sans vous consulter au préalable, votre corps prend une décision exécutive qui dit : « Ça n'a aucun sens, Marc! » et il coupe le courant. Vous avez une panne de

courant émotionnel qui s'appelle dépression. Pour traiter efficacement la dépression clinique, on doit aussi traiter les modes de pensée sous-jacents et les conclusions qui génèrent l'anxiété.

La colère

L'anxiété se trouve aussi à la racine de la colère. La colère est une émotion secondaire, ce qui signifie qu'elle est le résultat de la combinaison de deux autres émotions. On a enseigné aux bons petits chrétiens que la colère était mauvaise. Alors les gens qui vont à l'église font un peu de chirurgie verbale et disent qu'ils sont « simplement frustrés » ou encore qu'ils « luttent ». Encore une fois, quelle que soit la couleur du cheval, il demeure un cheval. Regardez ses dents.

Derrière la colère, ou la « frustration », pour ceux qui sont dans un déni divin, vous trouverez toujours de l'anxiété. L'équation de la colère ressemble à ceci :

$$DOULEUR + ANXIÉTÉ = COLÈRE$$

Quand vous mélangez du vinaigre avec du bicarbonate de soude, vous obtenez des bulles. Quand vous mélangez la peine/déception avec l'anxiété (*les qu'arrivera-t-il si*) vous obtenez la colère. La colère se remarque et la peine est assez facile à découvrir, mais il faut creuser plus profondément pour découvrir l'anxiété derrière tout cela. Elle peut même sembler absente par moments, mais néanmoins, elle est là. Tout comme avec la dépression, il est important d'aller chercher les racines de la colère. La gestion de la colère peut vous aider à apprendre à diriger votre colère vers la cible appropriée. Cependant, si vous voulez vraiment diminuer la cause de la colère, vous devrez encore une fois regarder les *qu'arrivera-t-il si* dans votre pensée.

L'anxiété, la dépression et la colère sont toutes des cousines avec des noms de famille différents, mais elles font toutes partie de la même famille malsaine. L'anxiété est vraiment un monstre. Mais regardez le bon côté. Vous pouvez tuer ces trois géants avec le même caillou et le même lance-pierres! La technique « 3 x 5 + 1 » réduira l'anxiété, et de un. Si dans l'ensemble vous êtes moins anxieux, vous aurez moins tendance à être accablé et déprimé, et de deux. Avec la diminution de l'anxiété, vous vous mettrez en colère moins souvent, et de trois.

« Cela vaut mieux qu'une semaine gratuite à une camp jeunesse, Nicolas! »

Cette chose qu'on appelle « le pardon »

CHAPITRE 16

AVERTISSEMENT : Ce chapitre peut être dangereux pour vos notions préconçues sur cette douce petite doctrine du pardon. Lisez ce chapitre à vos propres risques.

La réponse des chrétiens à chaque dilemme humain est cette chose spirituelle qu'on appelle le pardon (guérit-tout, répare-tout, fait-tout). Ce n'est que lorsque j'ai décidé d'étudier sérieusement le sujet que j'ai réalisé à quel point je connaissais peu de choses et qu'on ne m'avait jamais enseigné sur la vraie dynamique du pardon.

Le pardon *n'est pas* un évènement où vous, la personne offensée, prononcez des mots pieux qui, d'une certaine manière, libèrent l'accusé et vous-même par la même occasion.

Le pardon *n'est pas* le déni du tort qui a eu lieu.

Le pardon *n'est pas* l'oubli des évènements de votre passé, comme s'ils n'avaient jamais eu lieu.

Le pardon *n'est pas* un moyen spirituel de dire que le tort que vous avez subi est correct et qu'il n'a pas eu de conséquences.

Le pardon *ne signifie pas* qu'on devient un martyr. Ce n'est pas une tentative d'autojustification pour bien paraître alors qu'on lèche ses plaies.

Le pardon *n'est pas* bon marché, rapide ou facile.

Le pardon *n'est pas* la confiance automatique ou même l'affection envers la personne qui vous a blessé.

Ce sont toutes des choses que le pardon *n'est pas*. Alors, qu'est-ce que *c'est*? Bonne question. Au risque d'avoir l'air d'un sermon sur papier, laissez-moi commencer par regarder la racine du mot en question, oui, dans le grec et l'hébreu. Je suis ignorant des langues bibliques; je sais seulement comment tricher et utiliser la fin de ma concordance biblique. (Ça paraît bien, toutefois!) Ce qui a commencé à surgir de mon étude m'a surpris.

En hébreu, qui est une langue d'images, le mot pardon ressemble à ceci :

- Brûler
- Emporter
- Supporter ou endurer (intéressant)
- Être libéré d'une amende
- Souffrir (Hein? Je n'avais jamais pensé que cela faisait partie du pardon!)
- Lever le poids d'un fardeau

Il y avait déjà quelques nouvelles tournures que je n'avais jamais entendues auparavant, dans cette idée du pardon. Lorsque je suis passé au grec, j'ai découvert encore plus de choses.

- Abandonner
- Mettre de côté
- Remettre à sa place (Ça va, je commence à comprendre!)
- Rendre
- Retenir les dommages (D'où peut bien venir *celui-ci*?)
- Éloigner de moi

Lorsque j'ai essayé d'énoncer une définition adéquate à partir de tous ces morceaux, quelque chose de simple et clair est ressorti :

Lever le poids de la dette, le renvoyer et absorber ou souffrir moi-même le dommage.

Je ne sais pas si j'aime vraiment cette définition! Je peux accepter le *lever* et le *renvoyer*. Toutefois, la partie qui dit *souffrir moi-même le dommage* est quelque chose que je préférerais ignorer, merci beaucoup! C'est peut-être trop difficile à avaler. Vous rappelez-vous avoir entendu un sermon (je suis certain que vous vous rappelez chaque sermon que vous avez entendu!) qui liait le pardon et la souffrance en un concept compréhensible? Si vous le pouvez, considérez-vous béni. Je n'en ai jamais entendu, même en tant qu'adulte. Je me rappelle les énoncés qui disaient : « Il faut que tu portes ta croix. » Ceci est différent.

Le pardon est un processus et non un évènement. Il faudra du temps pour que le « processus » se produise. La guérison et le pardon prennent tous deux du temps.

Plus grand est le tort subi, plus grande et profonde sera la douleur.

Plus profonde est la douleur, plus grand sera le dommage ou la blessure.

Plus grand est le dommage, plus le temps nécessaire à la guérison sera long.

Plus le temps nécessaire à la guérison est long, plus le temps nécessaire au pardon complet sera long.

Il n'y a aucune formule physique élaborée ici, seulement le bon sens.

Le processus du pardon s'opère en six étapes distinctes. Vous pouvez avancer dans ces étapes de façon linéaire, une à la fois. Ou vous pouvez aller et venir de l'une à l'autre. Peu importe, c'est correct.

Le processus comprendra toujours ces étapes :

- (1) Identifiez clairement le tort qui vous a été fait.
- (2) Avec chaque tort commis, une dette est contractée.
- (3) Transférez la dette à Dieu.
- (4) Votre liste de dettes est marquée « payé en entier. »
- (5) Absorbez le dommage.
- (6) Le pardon se vit dans la vie de chaque jour.

Identifiez clairement le tort qui vous a été fait

Oui, avant même que vous puissiez commencer à pardonner, vous devez articuler le qui, le quoi, le quand et le où de ce qui doit être pardonné. Regardez l'histoire de Joseph dans le livre de la Genèse. Lorsqu'il s'est finalement révélé à ses frères, il a articulé le tort qu'il avait subi en disant : « Je suis Joseph, votre frère, que vous avez vendu pour être mené en Égypte! » Et voilà, le tort a été identifié, tout simplement.

Peut-être ne *voulez-vous* pas identifier le tort clairement. Cela peut faire ressortir des souvenirs pénibles. Vous pouvez avoir l'air d'essayer de blâmer quelqu'un au lieu d'être responsable de vous-même. Si vous identifiez le tort réel que vous avez subi, il peut être plus gros que vous ne voulez l'admettre. Par ailleurs, il peut *ne pas* être aussi gros qu'il vous a semblé à première vue.

Différencier ce qui est un tort spécifique et légitime de votre perception de ce tort peut être difficile. Le tort en question était-il un bris des lois civiles, bibliques ou morales? Être trop occupé en tant que père n'est pas mal. Toutefois, ce n'est pas sage. Cela

entraîne des résultats négatifs pour la famille, mais ce n'est pas une infraction à quelque loi que ce soit. Mais ne pas combler les besoins émotionnels légitimes de vos enfants est moralement et spirituellement mal. Je n'essaie pas de jouer avec les mots ici. Ce *n'est pas* seulement une question de sémantique; il s'agit de découvrir la vérité. Chercher la vérité parmi toutes vos émotions, vos opinions et vos perceptions peut s'avérer difficile. Néanmoins, il est important que ce soit fait si on veut vraiment pardonner. C'est ici qu'une perspective extérieure objective prend toute son importance.

EXEMPLE DE LA VOITURE : Je vais essayer d'utiliser un exemple très simple pour vous guider dans chacune des six étapes. Entre vous et moi, disons que vous êtes en colère contre moi à cause de quelque chose que vous avez lu. Dans votre colère, vous trouvez ma voiture et vous fracassez mon pare-brise. (S'il vous plaît, ceci n'est qu'une illustration. Ne prenez pas cette idée au sérieux!) Quand nous nous retrouverons devant le juge au tribunal, il essaiera de déterminer le tort qui a été fait. Votre infraction spécifique à mon égard est d'avoir *brisé mon pare-brise*. Ce *n'est pas* de vous être mis en colère contre moi; ce *n'est pas* d'avoir été en désaccord avec moi. Le juge ne se préoccupe pas de la colère ni des désaccords, juste de la loi qui a été brisée : « Ne causez pas de dommages à la propriété d'autrui. » Vous avez brisé mon pare-brise. Le tort a été clairement établi.

Avec chaque tort commis, une dette est contractée

Soudain, il y a un tu-me-dois qui est apparu. Le fumier attire les mouches. Les torts attirent les dettes. Cela ne semble peut-être pas très chrétien, mais c'est vrai. Lorsque l'humanité, représentée par Adam et Ève, a péché contre Dieu et a mangé le fruit défendu, une dette a été contractée. Une dette qui a été ultimement payée par la mort de Jésus.

VOITURE : Vous avez eu tort de fracasser mon pare-brise. Maintenant, vous me devez un nouveau pare-brise. Si j'ai un bon avocat, vous me devrez également un million de dollars en « dommages et intérêts »! Le tort a été déterminé et la dette a été clarifiée.

Tout comme il est nécessaire que vous articuliez le tort que vous avez subi, il est nécessaire que vous définissiez clairement la dette contractée envers vous. Dire que vous me devez un nouveau pare-brise est facile. Définir la dette dans le contexte d'une relation est beaucoup plus difficile.

La personne qui vous a fait du tort vous doit...

- D'admettre que c'est effectivement arrivé, qu'il vous a bel et bien fait ce que vous dites.
- De confirmer que c'était mal.

- De confesser que c'était sa faute. (Qu'il ait eu l'intention de faire du mal ou non, c'est tout de même mal. C'est tout de même ses actions qui ont causé la douleur; c'est donc sa faute.)
- De réparer le dommage qui est réparable.
- De mettre les pendules à l'heure avec les autres personnes qui ont besoin de savoir.
- De demander votre pardon.

Cette notion que la personne a contracté une dette envers vous ne passera peut-être pas très bien. Mais elle vous *doit* quelque chose. Vous *avez* en main une liste tu-me-dois, même si vous ne savez pas ce qui est écrit dessus. Vous devez savoir ce qui est sur la liste afin que le processus du pardon puisse se poursuivre.

Le pardon et la confrontation ne sont pas des sujets mutuellement exclusifs. Si un tort a été causé, vous devez confronter la personne qui vous a offensé. Tout en confrontant, vous entamez aussi le pardon, parce que les deux commencent par l'énoncé du tort causé et de la dette contractée. La confrontation montre à la personne son offense, la dette qu'elle doit et lui demande de rembourser et d'absorber les dommages qui peuvent être absorbés. Si elle confesse, se repent et accepte de couvrir la dette, cela vous rendra les choses beaucoup plus faciles et ce sera mieux pour vous. Il vous reste la douleur à guérir. La confiance doit encore être restaurée. Le processus prendra encore du temps, mais ce sera un peu plus facile. Si la personne refuse, vous poursuivez le processus du pardon pour votre propre bien, aussi difficile que cela puisse être.

Il arrive que la confrontation *ne soit* ni sage ni une bonne démarche. Si la personne est encore blessante, manipulatrice ou dangereuse (physiquement, émotionnellement ou spirituellement), vous pouvez choisir de ne pas confronter. Proverbes 9.7-8 dit : « Celui qui reprend le moqueur s'attire le dédain, et celui qui corrige le méchant reçoit un outrage. » Vous connaissez des personnes semblables? « Ne reprends pas le moqueur, de crainte qu'il ne te haïsse;... » c'est la ligne de conduite logique et sécuritaire. Ou vous pouvez choisir d'utiliser le système judiciaire pour confronter la personne et pour garantir votre sécurité. Vous pouvez choisir de renoncer à toute forme de confrontation et de poursuivre le processus du pardon. Le choix vous appartient.

Transférez la dette à Dieu

Voici la partie difficile. Vous avez une liste des torts commis contre vous. Vous avez une liste des tu-me-dois et par le fait même, vous êtes devenu un collecteur de dettes. Les torts doivent être réparés. Dieu a fait le monde ainsi. C'est ce que reflète son caractère. Les torts doivent être réparés. La question est *qui* s'assurera que ces torts particuliers,

sur cette liste particulière seront réparés, et quand? Qui sera le gardien des dettes? Il ne reste que vous ou Dieu.

Garderez-vous la liste des dettes? Essaieriez-vous de garder le compte jusqu'à ce que les dettes soient toutes payées? Voulez-vous l'emploi de collecteur de dettes? Essaieriez-vous de les faire payer?

Ou...

Allez-vous transférer la liste à Dieu? Le laisserez-vous garder le compte des torts et s'assurer qu'ils soient réparés? Le laisserez-vous voir à ce que la mention « payé en entier » soit inscrite sur les dettes? Le laisserez-vous être le collecteur de dettes?

Si vous voulez faire un choix honnête, vous devez croire que Dieu réparera effectivement les torts, qu'il s'en préoccupe, qu'il ne s'arrangera pas pour perdre la liste sous un nuage céleste et qu'il ne dira pas d'un ton désinvolte : « Ma grâce te suffit! » Dieu est-il vraiment là? Est-ce qu'il s'en préoccupe vraiment? L'école du dimanche n'a plus de réponses ici. Quelle est la vérité vivante? Telles sont les questions qui font surface quand vous faites face à un choix comme celui-ci.

VOITURE : Vous m'avez fait du tort. Vous avez une dette envers moi. Je choisis de remettre la liste de dettes à Dieu. Je ne suis plus dans la ligne de mire. Je ne suis plus là pour demander un nouveau pare-brise. Maintenant, le problème est entre vous et Dieu.

Avec le pardon, vous décidez de transférer la dette à Dieu, afin qu'il fasse Lui-même le suivi. Maintenant, le problème se situe entre l'autre personne et Dieu. Vous n'êtes plus dans le coup. Vous laissez aller. Vous l'envoyez loin de vous, par choix, par entente.

Votre liste de dettes est marquée « payé en entier »

Lorsque vous avez remis vos dettes, l'autre personne ne vous doit rien. Elle *ne* vous doit *plus* la moindre petite chose, pas une excuse, pas un « Je suis désolé, » *rien*. Entre vous, tout est couvert par le « payé en entier » que vous avez écrit de votre propre main. C'est pourquoi il est si difficile de laisser aller la liste. Très souvent nous voulons encore quelque chose de l'autre, même un petit quelque chose, n'importe quoi pour nous aider à nous sentir mieux, ou vengé. Vous êtes peut-être trop spirituel pour chercher la vengeance, mais vous cachez peut-être un désir secret d'être là quand Dieu lui rendra la monnaie de sa pièce! Regardez les motivations de votre cœur.

VOITURE : Vous m'avez fait du tort. Vous avez une dette envers moi. Je choisis de remettre ma liste de dettes à Dieu. Maintenant le problème est entre vous et Lui. Quand vous sortez du tribunal, vous ne me devez plus rien, même pas un « au revoir. » Vous êtes libre de toute obligation. Vous êtes libre et clair à mes

yeux. J'ai inscrit sur ma copie de la liste de dettes « payé en entier ». Le marteau s'est abaissé, le juge est parti, et nous partons, chacun de notre côté.

NOTE : Toutefois, si vous décidez de faire un paiement volontaire pour mon pare-brise, j'accepterai votre remboursement avec joie! Je ne rejeterai pas votre offre afin d'avoir l'air plus spirituel! Soyons réalistes ici. J'ai le droit d'accepter votre repentance et votre argent. Et si c'est ce que vous décidez de faire, il me sera plus facile de poursuivre le processus du pardon. Mais je ne suis pas lié par vos actions. Je n'essaie pas de vous lier à quelque action que ce soit non plus. Je peux pardonner, que vous coopériez ou non.

C'est ici le point où un ou plusieurs mythes sur le pardon prennent vie. Le fait d'avoir pardonné à l'autre personne *ne* signifie *pas* que vous allez automatiquement lui faire confiance, l'aimer ou même désirer être autour d'elle. Je vous ai pardonné d'avoir fracassé mon pare-brise, mais je *ne* me stationnerai *pas* à côté de vous dans le stationnement de l'église dimanche prochain! Le pardon et la confiance sont deux choses complètement différentes. Le pardon commence par la lettre « P » et la confiance commence par la lettre « C ». En ce qui me concerne, vous êtes peut-être encore fâché contre moi et dangereux.

Retournons à l'histoire de Joseph. La raison pour laquelle Joseph a fait mettre de l'argent dans les sacs de grains et pour laquelle il a fait venir Benjamin en Égypte, était d'éprouver ses frères. Joseph voulait voir si ses frères, qui avaient été dangereux et n'avaient pas été dignes de confiance le jour où ils l'avaient vendu comme esclave, étaient maintenant dignes de confiance. Seulement après qu'ils se soient montrés dignes de confiance s'est-il révélé à eux. Il vous appartient de pardonner. La confiance se mérite. Toujours.

Absorbez le dommage

Si inscrire « payé en entier » sur la liste de dettes est la partie difficile, absorber le dommage est la partie qui coûte.

VOITURE : Lorsque nous quittons le tribunal, vous ne me devez plus rien. Mais qu'en est-il de mon pare-brise? Est-ce qu'il a été réparé par magie par quelques anges doués pour la mécanique? Je ne crois pas. Qui devra payer pour un nouveau pare-brise? C'est *moi*. Je paie le prix. J'absorbe les dommages. Je souffre les inconvénients de tout cela. Je me rends à l'atelier de mécanique avec le vent dans le visage et des insectes entre les dents. Aucune prière magique ici. Avec le pardon, je dépense l'argent et je fais ce qu'il faut pour que le pare-brise soit réparé.

Absorber le dommage *ne* signifie *pas* absorber le tort. Ce *n'est pas* votre faute. **CE N'EST PAS VOTRE FAUTE.** Ce *n'est pas* juste. Est-ce que c'est suffisamment clair? Ce *n'était pas* – et ce ne sera jamais – votre faute. Point. Vous choisissez tout de même

de laisser aller la liste de dettes. Maintenant, vous devez faire ce qu'il faut pour amener la guérison et la restauration dans votre cœur ou votre corps brisés, plutôt que de rester là comme un chiot blessé à attendre que les autres amènent la guérison. Je répète. *Ce n'est pas* votre faute, *ce n'est pas* juste et vous n'acceptez *pas* le blâme de l'infraction. Vous absorbez simplement le coût de la guérison et de redevenir une personne entière.

Deux choses rendent l'absorption des dommages encore plus difficile : (1) Quand l'offense se poursuit encore aujourd'hui. Dans ce cas, il vous faudra peut-être vous éloigner le plus possible de la personne. (2) Quand certains dommages sont permanents et irréversibles, que ce soit physiquement ou dans la relation. Certaines blessures guérissent, mais vous laissent une cicatrice pour la vie. Quand cela arrive, vous devez chercher plus loin dans votre âme pour pouvoir accorder le pardon qui vous libérera.

Le pardon se vit dans la vie de tous les jours

Lorsque vous avez abandonné le suivi de la liste de dettes, vous *agissez* à partir de ce moment comme si l'autre personne ne vous devait plus rien. Vous ne lui faites peut-être pas confiance, mais vous ne lui rappelez pas son infraction, verbalement ou non verbalement, ouvertement ou à couvert, sérieusement ou sarcastiquement. À chaque fois que vous voyez cette personne, vous agissez en fonction de la réalité que votre liste de dettes est marquée « payé en entier ». Vous la traitez avec le respect que vous auriez envers n'importe quel être humain, même si la douleur est encore présente dans votre cœur. C'est ce qu'est le vrai pardon. Le vrai pardon entraîne la vraie liberté. Cela peut vous prendre des jours, des semaines ou même des années pour passer du début à la fin. Qu'il en soit ainsi. Prenez garde de ne pas comparer le progrès d'une autre personne avec le vôtre. Chaque cas est différent et unique. Bien que la progression soit similaire, le rythme ne l'est pas.

Trouver Dieu dans les décombres

CHAPITRE 17

Ce chapitre a été celui que j'ai trouvé le plus difficile à écrire. Pas parce que je ne sais pas où est Dieu, mais parce que le voyage vers sa présence ne peut se réduire à quelques mots. De plus, vous avez déjà entendu tous les mots, les acrostiches et les exemples. Il n'est pas facile d'exprimer ce concept sans qu'il ait l'air d'un autre « vous devriez ».

Trouver Dieu sans se perdre dans le dédale du jargon religieux peut être délicat. Être attiré dans la présence de Dieu sans être aspiré dans les politiques organisationnelles n'est pas facile. Mais s'il y a vraiment un Dieu (et je crois qu'il y en a un), je veux Le trouver et Le connaître mieux. Je connais des choses *sur* Lui. Je sais ce que les autres disent *de* Lui. Je sais ce que je pense *de* Lui. Mais je veux *Le* connaître, l'Être qui vit et parle et bouge.

Il y a près d'onze ans, je suis tombé sur un petit livre – le seul qui reste sur mon étagère – intitulé Connaître les profondeurs de Jésus-Christ. Je l'ai pris. L'auteur était une Française du 17^e siècle du nom de Jeanne Guyon. Ce furent mes premiers pas dans l'arène du silence, de la contemplation et de l'abandon. Je n'essaierai pas d'égaler l'éloquence de Guyon au sujet de l'expérimentation de la présence du Tout-Puissant. Voici cependant quelques pensées que j'ai cataloguées, dans mon voyage pour sortir des décombres.

Dieu n'est pas qui je pensais qu'il était

Toute ma vie j'avais entendu parler de Dieu. Je connaissais les deux côtés de tous les arguments doctrinaux. Je savais ce que mes parents pensaient. Je savais ce que les autres pensaient. Je savais ce que je pensais que je pensais. Mais je n'étais pas prêt pour un Dieu qui était tellement vivant et réel qu'il refusait de se laisser contenir dans ma boîte de théologie systématique.

Tant que Dieu demeurait une doctrine à étudier, à organiser et à défendre, j'étais le plus grand. J'étais en sécurité. Je pouvais Le prendre ou Le laisser. Mais lorsqu'Il est devenu le Dieu de l'univers et qu'Il se tenait devant moi, je ne pouvais plus rien faire pour Le contenir. Il était plus grand et j'avais peur. Les mots ne suffisent pas à exprimer cette pensée, mais en résumé, Dieu ne rentrait dans aucune des boîtes que j'avais faites pour Lui. Il n'était pas qui je pensais qu'Il était.

Dieu m'aime

Ce point peut sembler trop évident pour être même mentionné, mais c'est là que Dieu a commencé avec moi. Je connais et j'ai appris tous les chants et les versets qui me disent que Dieu m'aime. Mais m'aime-t-Il *vraiment*? M'aime-t-Il vraiment? M'aime-t-Il *tout* le temps? Si vous cherchez quelque chose de fou, et bien vous êtes servi. Un Roi souverain prenant une décision unilatérale, seulement pour mon bénéfice, cette décision ne pouvant pas être brisée ou gâchée par qui que ce soit (incluant moi-même). C'est pour ça qu'Il a payé; cela n'a pas de fin et il n'y aura jamais de rappel. C'est un amour fou et c'est entièrement vrai! C'est ainsi qu'Il définit son amour pour moi.

Comme Dieu répondait : « Oui. Oui. Oui. » à chacune de ces questions, mes « Oui, mais... » ont commencé à résonner vers Lui.

- « Oui, mais je suis un zéro. »
- « Oui, mais je ne suis pas parfait. Regarde cette ordure... »
- « Oui, mais je ne suis pas vraiment bon à quoi que ce soit. »
- « Oui, mais tu dois te concentrer sur d'autres personnes, pas sur moi. »

Un jour, j'ai pris 1 Corinthiens 13.4-8 et je l'ai réécrit comme une lettre que Dieu m'aurait écrite. Je l'ai égarée depuis, mais ça commençait un peu comme ceci :

« Cher Tim,
J'ai hâte d'être avec toi. Je me soucie de toi. Je ne suis pas arrogant. Je n'agirai pas avec condescendance envers toi. Je ne serai pas grossier envers toi... »

Avec toute mon affection, Dieu.

Tranquillement, j'ai commencé à faire confiance à ses paroles (du moins un peu). Vous le pouvez aussi.

Dieu est personnel, pas institutionnel

Ensuite, sont venus les versets de Romains 8.38-39, que j'ai réécrits de la même manière :

« Tim,

Rien, *rien*, ni les mauvaises choses que tu as faites, ni ton entêtement, ni ton impatience, ni ce qui t'est arrivé, ni les situations, ni ton refus d'aller dans le ministère, aucun « oui, mais... », ni ta provocation... rien ne peut te séparer de mon amour. Rien ne me peut faire en sorte que *J'arrête* de t'aimer. *Rien*. »

Dieu.

Ceci *n'est pas* une sorte d'entente à la fais-cela-et-je-vais-t'accepter. C'est une sorte de folle amitié à la Je-t'aime-parce-que-Je-le-veux-point, qui n'a aucun sens d'un point de vue humain. Toutefois pour Dieu, c'est tout à fait sensé, parce que *c'est* ainsi qu'Il se soucie de nous. Je dois encore me rendre jusqu'au fond de son amour pour moi. Je commence à croire qu'il n'y a pas de fond, pas de fin, pas de limite à son amour pour moi.

Dieu est entré dans mon monde

Quand son amour personnel a commencé à saisir mon cœur, c'était comme si ses bras m'entouraient, me gardaient en sécurité. Ce que j'ai mis du temps à réaliser, c'est qu'Il était entré dans *mon* monde, là où j'étais. Il voyait *mon* monde, ressentait *mes* émotions et touchait *ma* douleur. Parmi toutes les personnes, c'est Lui qui est venu dans la cage du rat de laboratoire et s'est assis avec *moi*. Je n'avais pas besoin d'être à genoux, les mains jointes. Je n'avais pas besoin de me fermer les yeux. Il n'était pas nécessaire que cela se produise le dimanche seulement. Je n'étais pas restreint à Le rencontrer devant l'autel ou pendant mes temps officiels de méditation.

Quand Il est entré, Il n'a pas condamné! Il n'a pas joué le rôle d'un instructeur de camp militaire au visage sombre, conduisant une espèce d'inspection spirituelle. Il n'a pas forcé sa présence en moi. De même, Il ne minimisera pas votre douleur, votre peur, votre confusion, vos questions ou vos rêves.

Lorsque je travaillais sur cette partie du chapitre, David Gatewood m'a raconté une expérience personnelle pour illustrer l'*opposé* de la manière d'opérer de Dieu. Il travaillait dans la relation d'aide chrétienne depuis environ dix ans et avait convaincu son père-pasteur d'assister à un congrès de la *Christian Association for Psychological Studies* (*l'Association chrétienne pour les études psychologiques* – traduction libre). Il était ravi. Il pouvait enfin montrer à son père *son* monde et ce qu'*il* faisait pour vivre et comme ministère. Quinze minutes après la présentation d'ouverture, son père a regardé sa montre, s'est tourné vers David et a dit : « Je crois que j'ai autre chose à faire. Je dois probablement travailler à lever des fonds. » Alors qu'il quittait le congrès en s'excusant, il a ajouté en guise d'au revoir : « Ça ne te dérange pas, n'est-ce pas? » Son propre père ne pouvait pas, ou ne voulait pas, tolérer le monde de son fils. David se souvient à quel point cela l'avait démolì, au point où il en avait les larmes aux yeux.

Ce n'est pas ainsi avec Dieu. Encore une fois, un verset est devenu vivant pour moi : « Je ne te délaisserai point, et je ne t'abandonnerai point. » (Héb. 13.5). *Jamais*. J'ai marché seul toute ma vie, mais maintenant je peux Le laisser marcher avec moi. Il le veut. Mon image de Dieu est passée du terrain de football où l'instructeur pousse, crie et aiguillonne, au sommet d'une montagne où le guide m'encourage, me respecte et m'aide à grimper. Nous montons ensemble. Depuis le début, Dieu a essayé d'entrer dans mon monde. C'est moi qui ne Le laissais pas entrer... parce que j'avais peur.

Dieu m'attire dans son monde

Tranquillement, j'ai commencé à croire qu'Il *désirait* ce qu'il y avait de mieux pour moi. Graduellement, j'ai commencé à Lui faire confiance. J'ai arrêté d'aller vers d'autres sources pour Le chercher et j'ai commencé à aller directement vers Lui. J'ai commencé à m'asseoir silencieusement et à entraîner mon esprit à rester immobile. La simple prière : « Seigneur, je veux Te voir comme *Tu* Te vois » est devenue le thème de mon cœur. Il m'attirait dans son monde.

UNE AUTRE MISE EN GARDE : Je ne suis pas le genre de personne qui dit qu'on peut croire ce qu'on veut. Je ne suis pas non plus le genre de personne qui croit que l'expérience confirme les Écritures. Ce que j'essaie de dire est qu'il est important d'aller au-delà de la *forme*, afin de voir la vraie *fonction* des choses. Vous devez vous concentrer non sur l'*endroit*, mais sur la *personne* de Dieu Lui-même. Vous devez voyager au-delà de l'*ecclésiastique* pour passer dans l'*expérimentation*.

À chaque fois qu'Il m'a attiré plus profondément en Lui, mes propres peurs se révélaient de plus en plus :

- La peur de me tromper.
- La peur d'être trop « libéral ».
- La peur de ne pas avoir assez de foi.
- La peur de ne pas être assez bon.

À ce moment, une deuxième prière s'est ajoutée à la première : « Seigneur, permets que je me voie, comme Tu me vois. » La première prière me faisait peur, mais celle-ci terrifiait chaque fibre de mon être.

- *Qu'arrivera-t-il si je ne suis pas assez bon?*
- *Qu'arrivera-t-il s'Il me rejette?*
- *Qu'arrivera-t-il si...*

Le silence m'était difficile. Il ne s'agissait pas seulement du silence de mon environnement, mais du silence de mes pensées et de mon esprit. Je n'étais pas habitué à son monde. Je ne connaissais pas les « règles ».

- *Qu'arrivera-t-il s'il ne répond pas?*
- *Qu'arrivera-t-il si je n'ai pas assez de foi?*
- *Qu'arrivera-t-il si je me trompe?*

J'ai appris que le silence est l'expression extérieure de l'abandon. C'est peut-être pourquoi nous évitons tellement le silence. Nous parlons souvent de l'idée d'abandon, comment nous *devrions* abandonner, mais l'abandon réel est différent. Le silence signifie :

- Je n'ai *aucun* choix, *aucune* voix, *aucun* droit de parole.
- Je n'ai *plus* de défense. Je suis entièrement vulnérable!
- C'est *son* monde, pas le mien, et je me dois de L'écouter.
- C'est *Lui* qui détermine le programme, pas moi.
- Je n'ai aucun contrôle sur ce monde, mais *Lui*, l'a.
- Dieu parle, j'écoute.

Mais dans le silence de son monde, Il transmet la vie à mon âme.

- Il *ne* me condamne *pas*, même si je le fais souvent.
- Il *n'est pas* impatient avec moi.
- Il *ne* me rejette *pas*.
- Il *ne* me déteste *pas*.
- Il *ne* s'attend *pas* à ce que je sois parfait, même si moi, je le fais.
- Il *ne* s'attend *pas* à ce que je fasse semblant.
- Il *veut* que je me sente en sécurité.
- Il *m'aime*.
- Je *suis* acceptable à ses yeux, maintenant, tel que je suis.
- Je *ne* L'ai *pas* déçu.
- Il *est* en colère au sujet de tous les torts qu'on m'a fait subir.
- Il *voit* toute l'hypocrisie et Il déteste cela.

Il dira la même chose de vous.

Quand je me suis sauvé de son monde pour me réfugier dans le mien, Il est demeuré avec moi. Nous marchions dans mon monde et, à l'occasion, Il m'attirait à nouveau dans le sien. Maintenant, peu importe le monde dans lequel je me trouve, je sais que je ne suis pas seul. Il est mon Dieu et rien ne peut me séparer de Lui.

Dieu m'appartient

Au fur et à mesure que j'ai expérimenté une croissance réelle, Dieu est devenu personnel. Je Le connais directement, pas par personne interposée. Il n'est pas l'ami d'un de mes amis, Il est *mon* ami. Je Le connais aussi comme le Tout-Puissant, et je tremble d'un sain respect pour Lui. Il est devenu *mon* Dieu. Personne ne peut me L'enlever maintenant. L'église ne le peut pas, la confession ne le peut pas, le monde ne

le peut pas, mes amis ne le peuvent pas, mes parents ne le peuvent pas, ma famille ne le peut pas et même l'enfer ne le peut pas (bien qu'il ait déjà essayé, littéralement). Il est à moi. Je Le connais. Je L'aime. Il m'aime. Vous pouvez m'enlever ma réputation, vous pouvez m'enlever mon travail ou mon argent ou ma famille ou ma santé, ma vie même, mais vous ne pouvez pas m'enlever mon Dieu.

Je n'ai pas trouvé Dieu dans les bancs d'église, mais sur le sofa de mon salon, tard dans la nuit, avec les lumières éteintes et un édredon sur mes jambes. Je ne L'ai pas trouvé dans l'étude, mais en restant assis et en laissant les versets que j'avais appris quand j'étais enfant me parler. Je ne L'ai pas trouvé en écoutant un grand prédicateur, mais en demeurant silencieux assez longtemps pour entendre le murmure doux et léger de Dieu traverser mes propres pensées.

Une dernière mise en garde. Je *ne suis pas* contre l'église, la prédication, l'école du dimanche ou l'étude biblique. Toutes ces choses font partie de ma vie et la plupart du temps j'y prends plaisir. Mais peut-être que comme moi, vous avez de la difficulté à trouver Dieu dans ces endroits. Peut-être que comme moi, vous avez besoin de Le trouver dans un fauteuil, ou dans une prairie, ou en écoutant des chants de louange avec des écouteurs, ou dans les pages d'un journal. J'avais besoin de sortir des *devrais*. Peut-être que vous aussi.

Où que vous éprouviez le besoin de regarder, regardez. Parfois les arbres nous empêchent de voir la forêt. Parfois nous, qui avons été élevés dans le sanctuaire, avons besoin de sortir des murs saints afin de pouvoir enfin voir la vérité. C'est ainsi pour certains d'entre nous. C'est peut-être ainsi pour vous aussi.

Il n'est *jamaïs* trop tard pour passer les décombres au crible. Il n'est *jamaïs* trop tard pour regarder honnêtement dans le juke-box de votre esprit. Il n'est *jamaïs* trop tard pour chasser les saintes hérésies de votre pensée de demeure pastorale. Il n'est *jamaïs* trop tard pour guérir les blessures. Dans mes années de ministère et en tant que thérapeute, il n'y a pas beaucoup de choses que je n'aie pas vues ou entendues. Je le sais : il n'est *jamaïs* trop tard. *JAMAIS*.

Il y a tellement d'autres choses que j'aimerais exprimer, mais les mots s'arrêtent ici. Il n'y a plus de mots.

APPENDICE

IDÉES POUR TENIR UN JOURNAL

1. Il n'y a *aucune* règle. Il n'y a pas de « C'est ainsi que vous *devriez* faire! »
2. Vous n'êtes pas obligé d'écrire tous les jours, ou d'inscrire tous les événements de la journée. Ce journal est pour *votre* bien; il ne faut pas que vous en deveniez esclave. Sentez-vous libre de laisser passer quelques jours –voire des semaines ou des mois – entre les inscriptions. Écrivez quand vous en éprouvez le besoin ou le désir.
3. Écrivez ce que vous pensez présentement. Mettez vos pensées en mots, du mieux que vous le pouvez. Écrivez vos émotions, vos pensées, vos questions et vos opinions – les choses « intérieures ». Il n'y a rien d'inacceptable. Si vous le pensez ou le ressentez, écrivez-le. Vous êtes honnête et ouvert avec vous-même.
4. Ne « révisez » pas ce que vous écrivez. Vous n'avez pas besoin d'écrire des phrases complètes. Ne vous préoccupez pas de l'orthographe. Il n'est même pas nécessaire que ce que vous écriviez ait du sens. Il peut s'agir de dessins, de diagrammes, de gribouillages, ce dont vous avez besoin à ce moment... pour vous.
5. Si vous craignez que quelqu'un lise votre journal, avec ses émotions et ses pensées sur d'autres personnes, utilisez les premières initiales de leurs noms ou tout autre symbole que vous comprenez.
6. Gardez votre journal dans un endroit sûr. Si vous écrivez ce qui est dans votre esprit et dans votre cœur, protégez-vous en protégeant votre journal. Partagez votre journal seulement lorsque vous le voulez, avec qui vous voulez et pour les raisons que vous voulez.
7. Si cela ne fonctionne pas pour vous, arrêtez.

LES SAINTES HÉRÉSIES QUE LES EP/EM DÉVELOPPENT SOUVENT

Notez vos choix en fonction de cette échelle :

- 1 = Absolument pas vrai
- 2 = Parfois vrai
- 3 = Souvent vrai
- 4 = Presque toujours vrai

- | | | | | | |
|---|---|---|---|----|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 1) | « IL FAUT QUE JE SOIS PARFAIT. » J'ai l'impression (ou on m'a dit) que « l'image est ce qu'il y a de plus important. » |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 2) | « JE DEVRAIS DÉJÀ SAVOIR. » J'ai l'impression d'être né mature et que je <i>devrais</i> déjà savoir. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 3) | « JE SUIS ICI POUR LES AUTRES. » J'ai l'impression que mon travail consiste à rendre les autres confortables. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 4) | « JE SUIS DIFFÉRENT. » J'ai l'impression de vivre selon un ensemble de règles et d'attentes différentes de celles des autres. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5) | « JE NE PEUX FAIRE CONFIANCE À PERSONNE. » Je <i>sais</i> de quoi ont <i>vraiment</i> l'air les gens et les églises sous la surface et je ne leur fais pas confiance. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 6) | « JE PEUX DÉTRUIRE LE MINISTÈRE DE MON PÈRE. » On m'a souvent dit cela, ou j'ai souvent ressenti cela. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 7) | « LES BESOINS DES AUTRES SONT PLUS IMPORTANTS QUE LES MIENS. » J'ai l'impression que mes besoins sont moins importants que les besoins des autres. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 8) | « QUOI QUE JE FASSE, JE SUIS PERDANT. » J'ai l'impression que je dois être d'accord avec tout, sinon je suis contre tout. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 9) | « DIEU EST DÉÇU DE MOI. » Je ne suis pas parfait et j'ai l'impression que je devrais l'être. J'ai parfois l'impression qu'il me déteste parce que je suis « mauvais ». |

FORCES QUI INFLUENCENT LES EP/EM

En tant qu'EP/EM, il y a eu plusieurs forces qui ont influencé votre vie. Prenez quelques minutes pour revoir ces forces (à ce jour) afin de voir comment elles se situent dans chacune des catégories énumérées à gauche. Déterminez un pourcentage pour chacune. Les quatre nombres devraient totaliser 100 %.

Prenez les pourcentages de gauche et répartissez le total dans ce que vous qualifieriez de « bonne » ou « mauvaise » influence pour chaque catégorie.

[]	FAMILLE	[]	bonne	[]	mauvaise
[]	COMMUNAUTÉ CHRÉTIENNE	[]	bonne	[]	mauvaise
[]	CULTURE(S)	[]	bonne	[]	mauvaise
[]	AUTRES	[]	bonne	[]	mauvaise

100 %

LES QUESTIONS DÉMOGRAPHIQUES

Indiquez celui qui s'applique:

_____ EP _____ EM _____ Enfant d'organisme interconfessionnel

Âge : _____ Âge quand vos parents ont commencé leur ministère _____

Nombre d'années en tant qu'EP/EM _____ Homme / Femme (encerclez)

Âge quand vous avez **quitté le foyer familial** ou quand vos parents ont laissé le ministère _____

Nombre de frères et sœurs _____ Votre rang dans la famille _____

Êtes-vous dans le ministère présentement? _____ Oui _____ Non

Envoyez vos réponses sur les saintes hérésies, les forces d'influence et les questions démographiques à :

Timothy L. Sanford, M.A.
6270 Lehman Drive, Suite 220B
Colorado Springs, CO 80918

U.S.A.

LECTURES SUGGÉRÉES

Connaître les profondeurs de Jésus-Christ, Jeanne Guyon, Thabot Publications, 2009.

Ces fausses croyances qui nous piègent, Dr. Henry Cloud et Dr. John Townsend, Empreinte Temps Présent, 2004.

False Intimacy, Dr. Harry W. Schaumburt, NavPress, 1992.

Growing Up Holy and Wholly, Donald E. Sloat, Wolgemuth & Hyatt, Publisher, Inc., 1990.

Letters Never Sent, Ruth Van Reken, "Letters", 1988.

De la vie communautaire, Dietrich Bonhoeffer, Cerf, 1998.

Notes on How to Live in the World... And Still Be Happy, Hugh Prather, Doubleday, 1986.

PK: Helping Preacher's Kids Through Their Identity Crisis, Cameron Lee, Zondervan Publishing House, 1992.

Powerful Personalities, Tim Kimmel, Focus on the Family, 1993.

Ragamuffin Gospel, Brennan Manning, Multnomah Books, 1990.

Safe People, Dr. Henry Cloud and Dr. John Townsend, Zondervan Publishing House, 1995.

Safe Places, Stephen Arterburn, Frank Minirth and Paul Meier, Thomas Nelson, Inc., 1997.

Search for Significance, Robert McGee, Rapha Publishing, Second Printing 1990.

Second Row Piano Side, Chonda Pierce, Beacon Hill Press of Kansas City, 1996.

Bien se connaître pour mieux vivre, William Backus et Marie Chapien, Bethany Empreinte, 1998.

The Last Photograph (novel), Stephen Bransford, Thomas Nelson Publishers, 1995.

La romance sacrée, Brent Curtis et John Eldredge, Farel, 2001.

The Wounded Healer, Henri J.M. Nouwen, Image Books, 1972.

Toxic Faith, Stephen Arterburn and Jack Felton, Oliver-Nelson, 1991.

When I Relax I Feel Guilty, Tim Hansel, David C. Cook Publishing Co., 1981.

Why Christian Kids Leave the Faith, Tom Bisset, Thomas Nelson Publishers, 1992.

PREACHER'S KIDS INTERNATIONAL

MISSION

Preacher's Kids International est un organisme de bienfaisance qui a pour but d'être un ministère d'encouragement et d'édification pour ceux et celles qui ont grandi dans l'église. Son seul objectif est de servir de soutien aux enfants de pasteurs, de pasteurs adjoints (ou associés), de directeurs de louange, d'évangélistes, de missionnaires, etc. et d'offrir de l'aide aux familles qui font partie d'un ministère.

VISION

En fonction de la vie unique des EP, nous voyons la nécessité de répondre aux *besoins* uniques de ce groupe spécial de personnes, dans différents domaines. Nous désirons offrir des occasions de réseautage et de communication par nos bulletins de nouvelles et notre site Web. Nous désirons offrir de plus grandes possibilités de guérison, de soutien et de célébration, à l'aide d'une série de conférences annuelles. Finalement, nous désirons aider à offrir de la relation d'aide et de l'aide financière, selon les besoins, aux enfants de pasteurs.

POUR FAIRE PARTIE DE NOTRE LISTE D'ENVOI

Courriel :
www.preacherskids.com

Ou écrivez à :

Preacher's Kids International, Inc.
P.O. Box 1737
Antioch, TN 37011-1737
U.S.A.

« IL FAUT QUE JE SOIS PARFAIT »

(et autres hérésies des demeures pastorales)

Votre père ou votre mère étaient-ils pasteur, évangéliste, rabbi, dirigeant d'une confession, directeur de louange, missionnaire ou directeur principal d'un organisme interconfessionnel?

Si c'est le cas, alors ce livre s'adresse à vous... il n'est pas *sur* vous, mais *pour* vous.

Que vous perceviez votre expérience comme bonne ou mauvaise, la vérité est qu'elle a été un peu des deux.

Tim Sanford est un EM (enfant de missionnaire), un pasteur et un auteur qui pratique la relation d'aide en tant que thérapeute professionnel. Il a tout vu, tout entendu et maintenant, il touche à tout avec candeur, honnêteté, sarcasme et puissance. Tim ouvre l'esprit de l'EP (enfant de pasteur) et vous aide à regarder honnêtement et profondément les conclusions que vous avez peut-être tirées de vos propres expériences d'EP.

Un livre plein de révélations personnelles et de guérisons!

« Quand Tim a présenté ce matériel à la *First Annual PK Conference* (Première conférence annuelle d'EP – traduction libre)... la salle semblait remplie d'électricité alors que les « Ah! Ah! » indiquant une nouvelle prise de conscience commencèrent à fuser de partout... Le travail de Tim n'est pas simplement unique, mais révolutionnaire parmi les EP/EM. »

- Ruth Van Reken, EM de 2^e génération
Mère de trois EM
Auteur de *Letters Never Sent*

« Enfin, quelqu'un a écrit un livre qui m'a aidée à comprendre pourquoi je suis comme je suis! »

- Chonda Pierce, EP
Humoriste / Comédienne professionnelle
Auteur de *Second Row Piano Side*

« En plus de 25 ans de travail dans le domaine de la santé mentale chez les chrétiens, je n'ai jamais vu les problèmes, les pressions et les dynamiques familiales si clairement définies. Le matériel qu'on retrouve dans *Il faut que je sois parfait* amènera sûrement le soulagement et la liberté à des EP, alors que les mensonges et les distorsions sont exposés et que la vérité de Dieu est clarifiée et intériorisée à travers tout le processus de guérison. »

- Peter H. Kuiper, M.S.W.
Directeur de programmes, Pueblo, CO
New Life Clinics

« L'information contenue dans ce livre a permis à mon mari de comprendre enfin ses plus profondes souffrances et émotions en tant qu'enfant de pasteur. La transformation qui se produit dans sa vie a débordé dans notre mariage, en faisant un endroit sûr de joie et de restauration comme nous n'en avons jamais connu auparavant. »

- Kim Wilson, femme d'EP
Ancienne travailleuse jeunesse