

Pour prévenir la dépendance affective :

AIMER DIEU PLUS QUE TOUT !

Nous tous qui avons reçu le don précieux de la vie,
Dieu nous appelle à développer
notre identité d'homme ou de femme
en devenant de plus en plus
image de Dieu.

Bref,
DEVENIR AMOUR ET DON.

Pour réaliser notre vocation humaine,
DEVENIR AMOUR ET DON,
nous devons prendre conscience
de notre dépendance absolue et permanente de Dieu.

*C'est Lui, l'Amour total,
qui nous donne d'être, d'agir et de vivre.*

Si nous délaissions Dieu,
les **CONSÉQUENCES** les plus négatives nous attendent
sur le **plan personnel**
comme sur le **plan social**.

De cet abandon de Dieu découlent tous nos **MALHEURS...**

Entre autres, un malheur particulier :
la dépendance affective.

Celle ou celui
qui n'aime pas Dieu plus que tout,
ou qui le fait passer au second ou dernier rang,
ou qui le met de côté totalement,
en arrive à développer une **DÉPENDANCE AFFECTIVE**
vis-à-vis tel être ou telle personne
plutôt que vis-à-vis de Dieu.

Deux des conséquences majeures
de ne pas aimer Dieu
avant tout et plus que tout sont :

(1) l'incapacité de répondre à l'amour de Dieu
qui nous a laissé cette consigne fondamentale :

*«Tu aimeras Dieu de tout ton cœur,
de toute ton âme, de toute ta pensée,
et de toute ta force. »* (Marc 12, 29);

(2) l'incapacité de pouvoir jamais goûter le bonheur
d'aimer Dieu vraiment pour lui-même.

Si notre amour ne va pas d'abord à Dieu,
nous sommes tous guettés un jour ou l'autre
par la **dépendance affective humaine**.

Ce n'est plus Dieu qui est adoré,
mais la personne à laquelle
nous aurons soumis entièrement notre vie.

La définition que donne la psychologie
de la dépendance affective
(« *l'individu croit que son bonheur et son malheur
dépendent spécifiquement
de son amoureux* » Diane Borgia)
n'est pas adéquate,
car elle met en évidence seulement
les caractéristiques intérieures et extérieures
superficielles de la maladie.

Il nous faut aller plus loin.

Dans la dépendance affective,
par mon attachement égoïste à une autre personne,

en plus de ne pas faire moi-même
la volonté de Dieu en l'aimant par-dessus tout,

j'empêche cette autre personne
de faire la volonté divine,
en ligotant sa liberté.

Je dois reconnaître
que **j'appartiens** en quelque sorte
à la personne dont je dépends affectivement,
et que **je désire qu'elle m'appartienne**,
qu'elle me donne toute son attention
et qu'elle ne vive que pour moi.

C'est la négation
de la **GRATUITÉ DE L'AMOUR VÉRITABLE.**

La dépendance affective génère ainsi un rapport **d'utilisation mutuelle**, qui ouvre toute grande la porte aux procédés de **manipulation**.

C'est finalement la personne la plus **manipulatrice** qui aura raison de l'autre et qui en abusera, jusqu'au jour où elle jugera que l'autre ne lui est **plus utile**.

C'est alors que viendra, le plus souvent, la séparation.

Cette séparation sera alors vécue
comme un abandon, comme un rejet,
alors qu'en réalité
elle est l'aboutissement normal
d'un processus d'utilisation de l'autre.

Une telle séparation ne serait-elle pas

UN BIEN,

pour moi et pour l'autre ?

Sur le plan de la volonté de Dieu,
cette séparation vécue comme un douloureux rejet
représente **UNE GRÂCE**.

C'est **une grâce** qui invite l'âme souffrante
à s'interroger très sérieusement
sur la **SOURCE DU VRAI BONHEUR**
et, particulièrement, sur le sens et la place
de **LA LIBERTÉ** dans notre vie.

Si je pense et je dis que j'aime Dieu,
et que je ne suis pas déterminé à entrer
dans le grand mouvement de l'amour de Dieu,
qui suis-je ?

UN MENTEUR, qui se ment à lui-même
et qui ment aux autres.

Pour **ÊTRE VRAI**, il importe que :
je connaisse l'Amour infini de Dieu pour moi;
et que je réponde à son Amour
en acceptant sa volonté
imprimée en chacun de nos cœurs.

Par la suite, je peux lui prouver par mes actes
que je l'aime de tout mon cœur.

**Quelle est la cause principale
pour laquelle les relations de dépendance affective
sont et seront toujours malheureuses ?**

C'est leur opposition à l'ordre voulu par Dieu,
ce qui éloigne nécessairement les cœurs
de la source du vrai bonheur.

Si Dieu est l'unique source du bonheur,
de notre côté à nous,
une réalité primordiale conditionne notre bonheur :
c'est notre liberté personnelle.

Abordons le sens du mot « liberté ».

Il y a plusieurs espèces de libertés.

LA LIBERTÉ SOCIALE ET POLITIQUE

est associée aujourd'hui à la démocratie,
où le droit de parole est accordé à tous.

À cette liberté extérieure s'opposent
les différentes formes de dictature,
qui se couvrent parfois
du manteau de la démocratie.

Si, sous le prétexte de respecter
les droits et libertés de tous,
quel que soit le régime politique,
certains actes criminels
portant atteinte au bien commun
ne sont plus sanctionnés,
en réalité **la liberté des citoyens** y est bafouée.

En chaque personne,
il y a **deux sortes** de liberté intérieure

- la liberté psychologique
- la liberté spirituelle.

LA LIBERTÉ PSYCHOLOGIQUE
appartient à la volonté de l'homme conscient.

L'être humain
en possession de ses facultés et à l'état de veille
a le privilège,
par rapport aux **animaux sans raison**,
de faire des choix,
de choisir d'agir ou de ne pas agir,
de faire ceci ou de faire cela.

CETTE LIBERTÉ PSYCHOLOGIQUE

qu'on appelle le libre arbitre
a été donné par Dieu à l'homme
pour que, de lui-même,
il se détermine à poursuivre le bien
dans tous les domaines,
et qu'il s'accomplisse ainsi comme personne,
en pourvoyant à ses besoins et,
selon ses responsabilités, aux besoins des autres.

De cette manière, il prolonge
la Providence divine,
il agit à l'image de Dieu.

Si la personne humaine
n'est pas libre psychologiquement,
si elle n'a pas le libre arbitre,
peut-elle aimer ?

Elle ne peut pas aimer véritablement,
car, dans la mesure où il y a
une **contrainte** qui empêche de faire un choix libre,
il ne peut y avoir d'amour vrai.

Comme Dieu avait éprouvé
la liberté de tous **les anges**,
il fallait que la liberté **des humains**
fut également éprouvée.

**EN TOUTE PERSONNE HUMAINE,
LA LIBERTÉ EST DONC MISE À L'ÉPREUVE.**

Elle est constamment appelée à choisir
entre aimer Dieu par-dessus tout
et aimer autre chose plus que Dieu.

Lorsqu'une personne humaine,
sous prétexte d'un bien qu'elle poursuit
ou d'un besoin qu'elle entend satisfaire,
se préfère librement elle-même à Dieu
ou lui préfère une créature,
ce qui est objectivement un péché,
elle perd sa liberté spirituelle,
c'est-à-dire la maîtrise morale de sa vie.

Nous ne perdons toutefois pas
la faculté de libre arbitre
ni la liberté psychologique,
bien que de mauvais choix (péchés...) répétés,
obscurcissent notre intelligence
et affaiblissent notre volonté
et portent atteinte à nos facultés naturelles,
en leur infligeant des blessures
plus ou moins profondes.

LA LIBERTÉ SPIRITUELLE

est la perfection morale d'une volonté libre,
qui choisit spontanément le bien.

Elle résulte de l'amour de Dieu
régnant tellement dans la volonté
qu'il préside à tous ses choix.

Sont spirituellement libres

les personnes dont les choix sont déterminés
non par les passions, mais par la raison,
elle-même entièrement soumise
à la volonté de Dieu.

EN CONCLUSION, réaffirmons que

TOUT ce qui rend une personne dépendante
l'empêche d'être spirituellement libre
et de goûter profondément
la sécurité, la paix et la joie venant de Dieu.

Référence principale

**J.R.B. (J.-Réal Bleau),
*La dépendance affective
son aspect spirituel,*
Coll. Unam Sanctam
Montréal, Avril-juin 2004.**

Il vaut la peine
d'y réfléchir et de me demander :

« Est-ce que
je suis une personne
vraiment **LIBRE ?** »

FIN de l'exposé
COMMENCEMENT de ma réflexion