



## 104. Quelles aides apporter pour les dépendances actuelles

(Noëlle Sennwald, le 29 avril 2012)

### Résumé

Il y a les malades dépendants de l'alcool, de la drogue, de la nourriture, etc. Il y a aussi des dépendances subtiles qui montrent un trouble en nous (chocolat, café, etc. pour compenser un manque). Nous pouvons accompagner des personnes qui sont dépendantes et d'autres qui ne savent pas qu'elles le sont. Pour cela, les aspects psychologiques et spirituels sont complémentaires car ces problèmes ne se règlent pas avec quelques versets bibliques.

**1) Aspect psychologique :** Il y a des personnes qui, conscientes de leur problème veulent le régler seules. Il y a des personnes qui ne sont pas conscientes de leur problème, elles sont dans le déni. Elles pensent que ce sont les autres qui exagèrent.

Nous avons tous une histoire personnelle qui a pu laisser des « trous » dans nos émotions, notre raison et notre capacité à décider. Accompagner une personne dépendante, c'est l'aider à découvrir ce qui la rend dépendante.

**Conséquences des dépendances :** isolement ; tensions et rupture avec la famille et la société ; perte de sens et de vie spirituelle.

**2) Aspect spirituel :** ne pas surestimer nos capacités à tenir face aux tentations de ce monde 1 Co 10.11-13. Nous sommes tentés par ce qui nous est présenté comme étant bon (produit pour être plus performant, par exemple). La mauvaise expérience des uns doit être un enseignement pour les autres et non un sujet de jugement. L'ennemi nous tente à ne pas tenir compte du cadre de référence donné par Dieu, Ge 3. 2-4. Si l'on va trop loin, la tentation produira la dépendance «si tu prends tel produit tu seras davantage reconnu , tu seras... ». C'est un combat 1 Tm 4.10. A l'image du sport, 1 Tm 4.8, rien n'est mauvais en soi mais rien ne doit être consommé avec excès ou devenir une source d'attachement sauf l'attachement au Seigneur qui est utile à tout. Il faut résister aux discours séducteurs, Col 2.3-4. Avoir les yeux fixés sur Christ, He 12.2. Chercher la consolation en Jésus.

**D'autres pistes :** Accompagner adéquatement; envoyer vers un professionnel ; utiliser la Main Tendue tél. 143 ; consulter le site internet « ciao » ; consulter l'agenda du week-end dans le journal 24Heures ; le soutien de l'église ; la prière, prendre soin de l'enfant qui est en nous (peur du rejet, du jugement, etc.), avec lequel nous pouvons discuter en tant qu'adulte et puiser notre force en Dieu, Ps 28.7. Malgré ce que nous pouvons vivre comme dépendance, Dieu continue de nous aimer et il pleure de ce que nous ne choisissons pas le chemin de la vie.

### Questions

- Quelles dépendances, subtiles ou non, ai-je repérées dans ma vie ?
- De quel « trou » dans ma vie, sont-elles le symptôme ?
- En cas de besoin, qu'est-ce qui pourrait m'empêcher de chercher de l'aide ?
- Quelle est mon expérience de la dépendance (accompagnant ou accompagné)

### Mon complément au résumé

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### Mes questions

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### Mon projet de progression

.....

.....

.....

.....

.....

.....