



Éviter le « Complexe du Sauveur »

Par Danny Zachariah

EQUIPPER

Alors que nous servons nos quartiers et nos communautés, il est vital de se rappeler qu'il n'y a qu'un seul Sauveur, et ce n'est certainement (Dieu soit loué) pas nous.

Le complexe du sauveur, également appelé complexe du messie ou complexe du Christ, se manifeste lorsqu'une personne ressent un sentiment de responsabilité intense pour aider ou « sauver » les autres. Cette attitude peut aller jusqu'à devenir contre-productive, car elle peut finir par nuire à la personne qui apporte son aide ou à celle qui est aidée. Voici ce qu'en dit Sarah Benton, conseillère en santé mentale:

De nombreuses personnes qui se lancent dans des professions de soins, comme les soins de santé mentale, les soins de santé et même celles qui ont des proches souffrant de toxicomanie, peuvent présenter certaines de ces caractéristiques de personnalité. Elles sont attirées par les personnes qui ont besoin d'être « sauvées » pour diverses raisons. Cependant, leurs efforts pour aider les autres peuvent être de nature extrême, ce qui les épuise et empêche l'autre personne de s'en sortir.¹

C'est là que les pasteurs et les responsables d'église doivent veiller à ce que, tout en étant un berger pour leurs congrégations, ils ne finissent pas par essayer de devenir le « Bon Berger »! Malheureusement, certains dirigeants et membres d'église ambitieux et malavisés pensent qu'ils peuvent prêter main-forte à Jésus en servant leurs congrégations et en tendant la main à leurs voisins. En agissant ainsi, ils tombent dans le piège du complexe du sauveur ou du messie. Andrew Purves l'exprime succinctement:

Nous ne sommes pas les médiateurs de Jésus-Christ. Nous ne le rendons pas efficace, pertinent ou pratique. Ce n'est pas non plus à nous de ressusciter les morts, de guérir les malades ou de pardonner les pécheurs... nos ministères ne sont pas rédempteurs. Seul le ministère du Christ est rédempteur. Si nous nous mettons en travers du chemin, en nous concentrant sur nos ministères, nous devons être poussés hors du chemin. Lorsque nous sommes préoccupés par « mon ministère », ce ministère doit être crucifié.²

Les inconvénients d'un complexe du sauveur

Il existe plusieurs inconvénients si nous servons à partir d'un tel complexe. L'un d'eux est que la personne aidée peut être tentée de ne pas assumer la responsabilité personnelle de son besoin de changement. Elle peut facilement s'habituer à attendre votre aide, vos prières, votre recherche de la volonté de Dieu pour elle, et ne pas faire d'effort pour s'approprier ses propres problèmes. Au lieu de leur donner du pouvoir, nous pouvons en fait leur permettre d'agir. Cela peut les amener à devenir dépendants de vous - celui qui fournit l'aide - plutôt que de Jésus. Cela peut également perpétuer le sentiment d'impuissance, en les amenant à croire qu'ils sont impuissants à s'aider eux-mêmes. Le résultat final est une bonne intention qui finit par faire plus de mal que de bien.

Le revers de la médaille de cette tendance à la dépendance est que la personne aidée peut ne pas avoir l'impression d'avoir vraiment besoin de l'étendue du service fourni. L'aide peut en fait être perçue comme intrusive, la faire se sentir obligée et victime de vos bonnes intentions. Elle peut éviter de l'exprimer pour ne pas vous offenser, vous, l'aidant, et cela peut entraîner des sentiments de ressentiment.

¹ <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-high-functioning-alcoholic/201702/the-savior-complex>.

² Purves, Andrew, *The Crucifixion of Ministry*, 2007, InterVarsity Press, 73.

Un autre inconvénient est lorsque l'aidant est frappé par le besoin d'être un « héros ». L'obsession de régler les problèmes devient le principal centre d'intérêt, au lieu de se concentrer sur la personne qui a besoin d'aide. Parfois, le « héros » se préoccupe davantage du problème que de la personne qui le vit! Cela peut en fait révéler des problèmes profonds dont l'aidant n'est pas conscient. Dans le contexte des pasteurs, Greg Williams déclare: « Certains vont même jusqu'à entrer dans le ministère parce qu'ils ont besoin de se sentir utiles. La frustration survient lorsque vous réalisez que vous n'êtes pas suffisant - vous ne pouvez pas répondre à tous les besoins de toutes les personnes de votre congrégation, et vous ne pouvez pas avoir vos propres besoins satisfaits. »³

Un autre inconvénient est que l'aide met en danger le propre bien-être de l'aidant. Aider les autres peut en effet être gratifiant. Dans certains cas, cependant, cela peut nuire à son propre bien-être. Le fait de ne pas se sentir apprécié peut se transformer en frustration, voire en ressentiment. Certaines personnes qui ont un besoin impérieux de secourir les autres souffrent de leur propre besoin d'être secourues. C'est ce qu'on appelle le Syndrome du Chevalier blanc ⁴, et bien que nous ne nous étendions pas sur tout ce que cela implique, nous encourageons chacun à se demander si le désir d'aider les autres est dû à l'amour du Christ ou au besoin de se sentir utile.

Comment éviter le complexe du sauveur

Apprenez à faire la différence entre prendre soin et sauver. En tant que pasteurs, nous devons véritablement prendre soin du troupeau. Certes, faites tout ce qui est nécessaire pour soigner et soutenir, mais ne franchissez pas la limite pour « sauver » quand vous n'en avez pas le pouvoir. Demandez-vous si vos actions sont réellement utiles ou si elles peuvent nuire. Il est également judicieux de demander à la personne aidée de quelle intensité d'engagement elle a réellement besoin. Adaptez ensuite l'aide en conséquence.

Soyez honnête quant à vos sentiments. Est-ce que j'aide parce que l'amour du Christ m'y oblige, ou parce que j'ai besoin de me sentir utile ou d'être accepté? Les sentiments de supériorité, le narcissisme et la folie des grandeurs n'ont pas leur place dans notre désir de participer avec Jésus à ce qu'il fait. Et c'est là la clé: nous servons les autres parce que l'amour du Christ nous pousse à le faire. Comme nous le rappelle Paul dans sa deuxième lettre à Corinthe:

Car l'amour de Christ nous presse, parce que nous estimons que, si un seul est mort pour tous, tous donc sont morts; et qu'il est mort pour tous, afin que ceux qui vivent ne vivent plus pour eux-mêmes, mais pour celui qui est mort et ressuscité pour eux. (2 Corinthiens 5:14-15)

Alors que nous avançons dans l'Environnement de l'amour - partageant l'amour et la vie de Jésus avec nos voisins et nos communautés - il est d'une importance vitale de se rappeler que Jésus-Christ est le véritable et unique Sauveur. C'est lui qui a dit: « Je suis le chemin, la vérité et la vie... » ([Jean 14:6](#)). Il ne se contente pas de montrer le chemin, mais il est *le chemin*, il n'est pas seulement véridique, mais il est *la vérité*, et il n'a pas seulement la vie, mais il est *la vie elle-même*, dans toute son abondance. Il n'y a pas d'alternative à Jésus. Personne ne peut le remplacer ou être son co-sauveur (Ésaïe 46). Il est parfaitement capable de sauver ses bien-aimés et il nous invite à participer à son ministère, pas à le reproduire ou à le remplacer.

Par Danny Zachariah
Pasteur et directeur régional du sous-continent indien



Contribuez à la diffusion de ce type de contenu
en faisant un don aujourd'hui

DONNEZ

³ [The Savior Complex, Greg Williams, Equipper, March 6, 2019.](#)

⁴ [Rescuing Yourself From Your Need to Rescue Others | Psychology Today.](#)