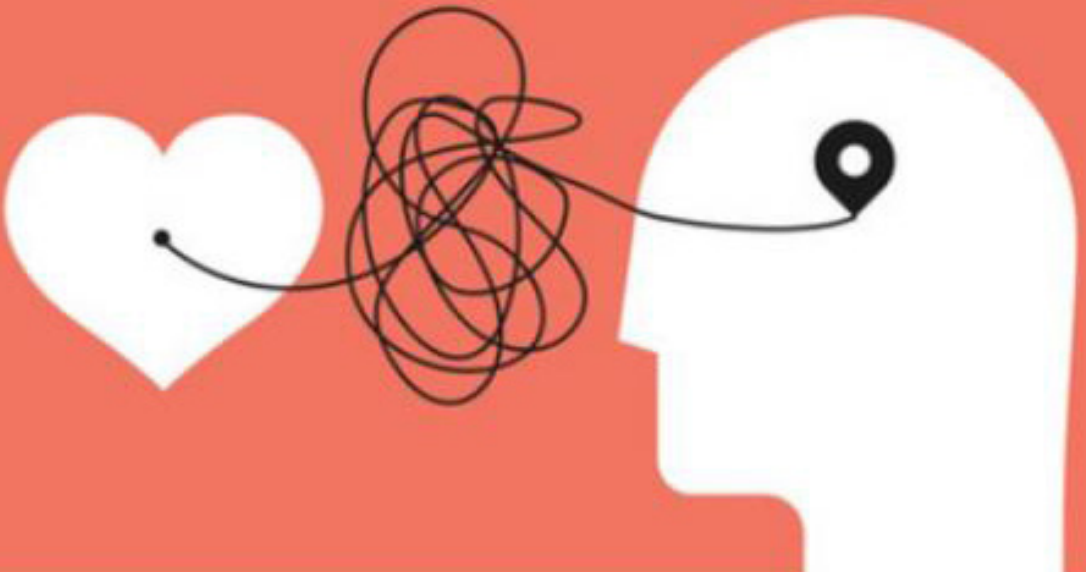


FRANCISCO INSA

LA
FORMATION
DE
L'AFFECTIVITÉ



Le Laurier

LA FORMATION DE L'AFFECTIVITÉ

Francisco INSA

Le Laurier

TABLE DES MATIÈRES

PRÉSENTATION.....	9
1. Maître, que dois-je faire pour avoir la vie éternelle ?	9
2. La formation de l'affectivité	10
3. Psychologie et formation	12
4. Le contenu de ce livre.....	14
I. PERSONNALITÉ ET AFFECTIVITÉ.....	19
QU'EST-CE QUE LA PERSONNALITÉ ?.....	21
1. La notion de personnalité.....	21
2. Tempérament, caractère et personnalité	25
3. Les traits de la personnalité.....	25
4. OCEAN : les Big five de la personnalité	26
a) <i>Openness</i> ou l'ouverture au changement.....	28
b) <i>Conscientiousness</i> ou responsabilité.....	29
c) Extraversion	29
d) <i>Agreeableness</i> ou amabilité.....	30
e) <i>Neuroticism</i> ou instabilité émotionnelle	31
5. Le locus de contrôle.....	32
6. Les mécanismes de défense du moi.....	33
7. Application à la vie personnelle et à la tâche de formation	35
8. Conditionnés sans déterminisme	37
COMMENT ÉVALUER LA MATURITÉ ?	39
1. Il faut grandir	39
2. Critère zéro : identité	41
3. Premier critère : extension du sens de soi.....	43

4. Deuxième critère : relation émotionnelle avec d'autres personnes.....	45
5. Troisième critère : sécurité émotionnelle	47
6. Quatrième critère : perception réaliste, aptitudes et tâches	49
7. Cinquième critère : objectivation du soi, connaissance de soi-même et sens de l'humour.....	50
8. Sixième critère : philosophie unificatrice de la vie.....	52
9. De la maturité à l'identification avec le Christ	55
S'AIMER POUR POUVOIR AIMER.....	57
1. Dieu, moi et les autres ?.....	57
2. Comment naît l'amour de soi-même.....	58
3. Se voir à la lumière de Dieu	63
4. Humilité et vérité.....	66
5. Dieu, les autres et moi	67
QU'EST-CE QUE L'FFECTIVITÉ ?	69
1. Un WhatsApp d'adolescent	69
2. Une définition possible.....	70
3. Les limites de l'affectivité	72
4. Le péché originel et ses conséquences	73
5. Réparer l'image de Dieu	75
DÉVELOPPER L'FFECTIVITÉ	
À PARTIR DES VERTUS THÉOLOGALES.....	79
1. Une proposition parmi tant d'autres.....	79
2. La foi	79
3. Espérance.....	85
4. Charité.....	88
a) Si je n'ai pas l'amour, cela ne sert à rien.....	88
b) Aimer et se sentir aimé.....	89
c) Apprendre à aimer.....	90
5. Un terrain fertile	95

II. GRANDIR INTÉRIEUREMENT TOUT AU LONG DU CYCLE VITAL.....	97
LE CYCLE VITAL.....	99
1. Qu'est-ce que le cycle vital ?.....	99
2. Les stades psychosociaux.....	103
3. La théorie de l'attachement.....	105
ENFANCE ET ADOLESCENCE.....	111
1. L'enfant.....	111
a) Stades évolutifs de l'enfance.....	111
b) Orientations pour les formateurs.....	114
2. L'adolescent.....	118
a) L'éternel conflit de générations.....	118
b) Délimitation de l'étape.....	121
c) Construire l'identité.....	123
L'ÂGE ADULTE.....	129
1. Le jeune adulte.....	129
a) Délimitation de l'étape.....	129
b) L'entrée dans le monde du travail.....	130
c) La création d'un nouveau foyer.....	132
d) La crise de la trentaine.....	133
2. La plénitude de la vie.....	135
a) Délimitation de l'étape.....	135
b) La quarantaine :	
stabilité contre recherche de nouveautés.....	137
c) La cinquantaine : stabilité sans rigidité.....	142
d) Le syndrome du nid vide.....	145
AMÉLIORER LE CARACTÈRE DANS LA VIE ADULTE :	
PRENDRE SOIN DES RELATIONS.....	149
1. La famille.....	149
2. Le travail.....	152
3. Les amis.....	153
4. Sans confusion et avec une hiérarchie claire.....	158

LE TROISIÈME ÂGE	161
1. Qui oserait en fixer le début ?.....	161
2. Délimitation de l'étape.....	162
3. Les signes du vieillissement.....	164
a) La nécessité d'aller de l'avant.....	164
b) Les changements physiques et cognitifs.....	165
c) Changements sociaux	167
4. Excursus : quand on ne prend pas sa retraite.....	170
5. Se préparer à vieillir.....	171
6. Une étape pour continuer à grandir.....	173
7. Se préparer à « faire le grand saut » vers la demeure définitive	179
QUAND LA FIN APPROCHE	183
1. À propos de la mort et de mourir.....	183
2. Première étape : le déni.....	184
3. Deuxième étape : la colère	187
4. Troisième étape : la négociation.....	189
5. Quatrième étape : la dépression	190
6. Cinquième étape : l'acceptation.....	192
7. Accompagner une mort chrétienne.....	194
III. LA VERTU CHRÉTIENNE DE CHASTETÉ	201
POURQUOI VIVRE LA CHASTETÉ ?.....	203
1. Pourquoi ne puis-je pas disposer de mon corps comme je veux ?	203
2. L'entrée dans une vie nouvelle	204
3. Un temple pour l'Esprit Saint.....	206
4. Le sexe est bon... vécu avec ordre	208
5. Le désordre de la concupiscence.....	210
6. La vertu de chasteté.....	214
7. Les moyens traditionnels.....	217
8. Affectivité et chasteté.....	222

LES ADDICTIONS AU XXI ^E SIÈCLE.....	225
1. Le monde virtuel	225
2. Vice ou addiction ?.....	225
3. Addiction et internet.....	227
4. Un problème médical.....	230
5. Un problème social	233
6. Les personnes les plus vulnérables	239
AIDER À VIVRE LA CHASTÉTÉ.....	245
1. Nouvelles difficultés, nouveaux moyens.....	245
2. Une façon d'utiliser internet	246
3. Personnaliser la solution.....	252
4. Catéchèse, accompagnement spirituel et confession.....	254
5. L'aide professionnelle	258
6. La responsabilité morale.....	266
LE CÉLIBAT CHRÉTIEN.....	273
1. Don et mystère.....	273
2. Affectivité et célibat	278
3. L'affectivité de Jésus.....	282
4. Un célibat sain sur le plan psychologique.....	284
5. Situations requérant un discernement spécial.....	289
IV. L'AFFECTIVITÉ MALADE	299
LES TROUBLES AFFECTIFS	301
1. La maladie mentale.....	301
2. L'anxiété.....	302
3. Tristesse et dépression.....	304
4. Le stress professionnel et le syndrome du burnout.....	306
5. Prévenir la pathologie affective	308
a) Un style de vie sain.....	308
b) Prendre soin de son repos	310
c) Corriger les distorsions cognitives.....	313
d) Optimiser le temps de travail	315

e) Une vie de piété à l'épreuve du stress.....	322
6. Lorsque la maladie arrive.....	325
V. LES TROUBLES DE LA PERSONNALITÉ.....	329
1. La maladie mentale.....	329
2. L'aide sous l'angle de la formation	332
3. Classification des troubles de personnalité.....	336
a) Les excentriques.....	338
b) Les extravertis et les égocentriques	340
c) Les introvertis et les anxieux.....	343
4. La personnalité évitante-dépendante.....	345
5. La personnalité obsessionnelle-perfectionniste	349
ÉPILOGUE.....	355
UNE FORMATION SAINTE.....	357
1. Deux manières de former	357
2. Les types d'éducation.....	359
3. La personnalité du formateur.....	363
a) Une personnalité mûre et vertueuse.....	363
b) Se montrer vulnérable	365
c) La formation du formateur.....	366
d) L'intérêt pour la personne dans son intégralité	367
e) Le respect de la personne et de son rythme	370
f) Surmonter ses propres fantasmes	372
4. Cela vaut la peine.....	375
BIBLIOGRAPHIE.....	377
1. Bibliographie générale	377
2. Personnalité et affectivité	377
3. Grandir de l'intérieur au long du cycle vital	378
4. La vertu chrétienne de chasteté.....	379
5. L'affectivité malade	380
6. Une formation saine	381

PRÉSENTATION

1. MAÎTRE, QUE DOIS-JE FAIRE POUR AVOIR LA VIE ÉTERNELLE ?

« Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme, de toute ta force et de toute ton intelligence, et ton prochain comme toi-même » (*Lc* 10, 27). Le dialogue de Jésus avec le docteur de la loi renvoie à deux textes du Pentateuque (cf. *Ddt* 6, 5 ; *Lv* 19, 18). Il résume ce que l'homme doit faire pour atteindre la vie éternelle : aimer Dieu et aimer ses semblables. Les textes de Matthieu et de Marc (cf. *Mt* 22, 37-39 ; *Mc* 12, 30-31) diffèrent légèrement de celui de Luc : dans leurs deux récits, le docteur de la loi demande au Seigneur quel est le commandement principal. La réponse de Jésus reste la même. Un amour radical et complet satisfait en effet pleinement tout ce que Dieu attend de l'homme et lui ouvre en même temps le chemin de la béatitude éternelle.

La relation avec Dieu prend ainsi un sens qui, bien qu'il ne soit pas tout à fait original, contraste avec certaines propositions du judaïsme et surtout avec les religions païennes. Ces dernières mettent l'accent sur l'adoration, la soumission et l'obéissance et soulignent surtout la transcendance absolue de Dieu. La créature humaine ne peut que se prosterner et reconnaître son insignifiance devant lui. La perspective ouverte par Jésus-Christ, sans nier la précédente, rejoint davantage l'homme dans son intimité. Elle est un appel à entrer dans une relation amoureuse qui distingue les différentes dimensions de la personne : le cœur, l'âme, les forces et l'esprit. Jésus semble souligner ainsi que la relation avec Dieu implique l'homme dans son intégralité. Il doit mettre en jeu son intelligence, sa volonté, ses sentiments et ses passions, comme dans la relation avec ses semblables. En effet, « nous n'avons pas un cœur pour aimer Dieu et un autre pour aimer les créatures : notre pauvre cœur, ce cœur de chair, aime d'un amour humain, qui est surnaturel aussi, s'il est uni à l'amour du Christ »¹.

¹ SAINT JOSÉMARIA ESCRIVA, *Amis de Dieu*, Paris, Le Laurier, 2000, n° 229. Cf. G. DERVILLE, *Un seul cœur pour aimer*, Paris, Le Laurier, 2021.

Le double précepte se fonde sur le fait que Dieu est un Père qui nous aime, nous protège et veille sur nous. « Il nous a aimés le premier » (1 Jn 4, 19), il prend l'initiative, « il nous devance » (« *primerear* »), selon le néologisme forgé par le pape François. Nous ne faisons que répondre de façon incomplète à l'amour que Dieu nous a montré en nous créant, en nous donnant une famille, des capacités, des talents... et en nous préparant une demeure qui nous attend au ciel (cf. Jn 14, 2-3). Comme nous le chantons dans l'hymne *Adeste fideles*, « *sic nos amantem, quis non redamaret* », comment ne pas aimer en retour celui qui nous a tellement aimés ?

Dans l'amour qu'il donne et qu'il reçoit de Dieu – et qu'il donne à ses semblables – l'homme trouve la pleine satisfaction de ses désirs les plus profonds. Le premier commandement n'est pas un impératif imposé de l'extérieur mais la formulation de ce qui le rend heureux : « Tu nous as faits tournés vers toi, Seigneur, et notre cœur est sans repos jusqu'à tant qu'il repose en toi »². Dieu n'est pas un tyran à qui notre soumission ne suffirait pas et qui voudrait aussi nous obliger à l'aimer. C'est un Père qui nous aime, prend soin de nous et veille sur nous. Il est le seul capable de combler un besoin irréductible : « La seule chose qui peut rendre une personne heureuse, c'est l'expérience d'aimer et d'être aimée »³.

2. LA FORMATION DE L'AFFECTIVITÉ

Au cours des dernières décennies, le besoin d'offrir une solide formation de l'affectivité est devenu chaque fois plus évident, notamment pour les jeunes qui ont besoin de développer leur intériorité de façon saine et sereine, et de vivre une vie chrétienne joyeuse, qui a du sens et qui soit féconde sur le plan apostolique. Cependant, les formateurs expriment souvent qu'ils trouvent peu d'instruments pour réaliser leur mission. Pendant de nombreux siècles, peut-être a-t-on mis davantage l'accent sur les dimensions intellectuelles et spirituelles, en s'appuyant sur des ouvrages de haut niveau, alors que cet aspect de la formation humaine faisait l'objet d'une moindre attention.

La conséquence de ce déséquilibre est que certaines de ces dimensions ont été parfois involontairement hypertrophiées au détri-

² SAINT AUGUSTIN, *Les confessions*, I, 1, 1, Paris, Gallimard, La Pléiade, 1998, p. 781.

³ FRANÇOIS, *Audience générale* du 14 juin 2017.

ment des autres, provoquant ainsi des déformations telles que l'intellectualisme, le volontarisme ou le sentimentalisme. Il devient donc nécessaire d'intégrer ces dimensions dans l'unité de la personne.

Nous pouvons donner une première définition de l'affectivité : il s'agit de l'ensemble des émotions, des sentiments, des affections et des passions qui font que la personne se sente bien ou mal dans les différentes situations de la vie. Elle donne lieu à un plaisir ou à un malaise – qui peut être sensible (le plaisir de la nourriture) ou intellectuel (une bonne conversation ou une bonne lecture), qui indique ce qu'il convient de rechercher ou d'éviter.

Néanmoins, les biens indiqués par l'affectivité sont partiels et entrent parfois en conflit, par exemple, lorsqu'une incommodité de courte durée (la fatigue) rend plus difficile d'atteindre une plus grande joie (gagner une course). Pour savoir quel est la stimulation à laquelle il faut prêter attention, nous avons tous – en général de façon non explicite – une hiérarchie de valeurs : elle nous indique les biens qui valent la peine d'être sacrifiés pour en obtenir de plus grands. Ce n'est pas que certaines affections soient mauvaises ou erronées, mais on leur octroie une prééminence indue qui menace l'obtention d'autres biens plus importants pour le bien intégral de la personne.

La formation de l'affectivité cherche à aider l'intelligence et la volonté à atteindre cet ordre : savoir ce qui est bon, désirer l'atteindre et prendre les moyens opportuns pour l'obtenir. Il ne s'agit pas d'un simple contrôle ou d'une répression de certaines tendances humaines et encore moins de rationaliser les instincts. On cherche plutôt à obtenir une telle connaturalité avec le bien – dans la tête et dans le cœur – que l'on donne de façon presque instinctive la juste importance à tout ce qui attire l'attention, en fonction du sens que l'on donne à sa vie. La formation de l'affectivité permet de profiter autant du bien obtenu que du renoncement à ce qu'il faut sacrifier pour atteindre un objectif supérieur, même si cela est moins évident à réaliser. Saint Augustin le résume ainsi : « Si l'on aime, on n'éprouve plus de peine, ou l'on aime cette peine » (*in eo quod amatur, aut non laboratur aut ipse labor amatur*)⁴. C'est aussi le sens de la citation évangélique citée au début du chapitre : tout part de ce que nous aimons vraiment. Tout le reste lui est subordonné.

⁴ SAINT AUGUSTIN, *Avantage du veuvage*, XXI, 26, in *Œuvres complètes de Saint Augustin*, Bar-Le Duc, 1869, Tome XII, p. 150-165.

Par ailleurs, il serait illusoire de prétendre à un équilibre parfait. En effet, la formation est un processus dans lequel il est toujours possible de progresser. Elle permet d'approfondir le sens de la propre vocation, de parvenir à la maîtrise de soi pour avancer dans la vie de manière sereine et joyeuse.

3. PSYCHOLOGIE ET FORMATION

Saint Paul, reprenant une division d'origine platonique, exhortait les Thessaloniens : « Que votre esprit (*pneuma*), votre âme (*psychè*) et corps (*soma*) soient tout entiers gardés sans reproche pour la venue de notre Seigneur Jésus Christ » (1 *Th* 5, 23). Cette distinction, unique dans les lettres de saint Paul, a une origine juive⁵ et se retrouve chez de nombreux pères de l'Église, surtout chez les Orientaux.

La division corps et âme, héritée de la théorie hylémorphique aristotélicienne (matière et forme) et généralisée surtout depuis la scolastique médiévale, nous est probablement plus familière ; saint Paul lui-même l'emploie à plusieurs reprises (cf. 1 *Co* 5, 3 ; 7, 34 ; 2 *Co* 7, 1). Chacune de ces propositions a ses avantages et ses inconvénients pour expliquer la réalité de l'être humain qui est inépuisable. Les deux reconnaissent l'unité de la personne. Cette dernière ne consiste pas en une simple addition de deux ou trois principes qui resteraient finalement distincts, comme l'eau et l'huile. Toutefois, il me semble que la division tripartite montre plus clairement la dimension affective de la personne. En effet, dans une division âme/corps, il peut se révéler difficile de situer les pensées, les passions et les émotions qui ont une base physique (elles reposent sur l'activité cérébrale) mais participent aussi à la réalité immatérielle et transcendante de l'homme, image de Dieu. La dépression peut servir d'exemple : il ne s'agit pas d'une pathologie du corps, mais en faire une maladie de l'esprit ne serait pas non plus correct. La division tripartite en revanche délimite mieux l'affectivité : elle appartient à la *psychè* (âme, esprit). Elle est l'objet d'étude de la psychologie et relève de la psychiatrie lorsqu'elle est malade.

Pour aider les personnes dans leurs tâches de formation, il convient de prendre en compte ces trois dimensions : elles ont un esprit appelé à jouir de Dieu dans l'éternité (qui se nourrit de la

⁵ Cf. P. IOVINO, *La prima lettera ai Tessalonesi*, Bologne, Dehoniane, 1992, p. 284-287.

prière, des sacrements et des relations, spécialement lorsqu'elles sont sous-tendues par la charité), un corps (qui a besoin de manger, de dormir et de pratiquer des activités physiques) et une psyché sujette à des hauts et des bas, avec une personnalité donnée, conditionnée par sa biographie, etc. Les trois dimensions sont en perpétuelle interaction : si une personne n'a pas suffisamment dormi, quelles que soient ses bonnes dispositions, il lui sera difficile de prier. Elle se montrera irritable ou d'humeur versatile, etc. De même, un état d'âme au plus bas entraîne généralement diverses conséquences physiques (fatigue, perte d'appétit, maux de tête) et des difficultés à « se connecter » avec Dieu dans la prière.

Certaines connaissances en psychologie sont d'une grande aide dans le cadre de la formation. La connaissance des caractéristiques de chaque étape du cycle de la vie permettra en effet de s'adapter à chaque tranche d'âge, de transmettre les contenus de façon adéquate et de fixer des objectifs en fonction des possibilités de l'intéressé. De la même manière, la typologie de la personnalité permet de prodiguer des conseils personnalisés sur les traits de personnalité à améliorer ou ceux qui peuvent servir de point d'appui pour le travail de formation.

Par ailleurs, certains problèmes psychologiques peuvent être confondus avec des manques de vertu ou avec des péchés. Par exemple, sur le plan des concepts, on distingue le narcissisme et l'orgueil, l'égoïsme et l'égocentrisme, la timidité et le désintéret envers les autres, l'obsession et l'oubli de soi, le manque d'intégration de la sexualité et l'impureté, l'impulsivité et la colère, le conflit avec la figure d'autorité et la désobéissance, le perfectionnisme et le manque d'abandon, un déficit d'attention et le désordre, l'inactivité dû à un état dépressif et la paresse, etc.⁶ À l'origine des premiers termes, il peut se trouver une pathologie, un développement altéré de la personnalité, des blessures, des erreurs cognitives, un déficit dans les relations sociales, etc., et pas seulement un manque de vie intérieure.

Dans ces cas-là, se limiter à prodiguer des conseils ascétiques (grandir en force d'âme, en courage et en tempérance) ou renforcer la vie de piété (prier, se mortifier, fortifier le sens de la filiation divine) serait insuffisant puisqu'on ne parviendrait pas jusqu'au cœur du problème. Ces conseils pourraient même être préjudiciables en

⁶ Cf. C. CHICLANA ACTIS, « Formación y evaluación psicológica del candidato al sacerdocio », *Scripta Theologica*, 51 (2019) 467-504.

distrayant le sujet de son véritable problème, en augmentant sa culpabilité, son sentiment d'inadaptation, ou en le poussant à un effort excessif de la volonté qui se révélerait probablement inefficace et exténuant.

Cela ne signifie pas non plus que nous devons jouer le rôle de psychologues dans notre tâche de formation. Il s'agit davantage de prendre en compte un aspect fondamental de ce travail : la dimension humaine. Elle relève en bonne partie du domaine de la psychologie, laquelle possède sa propre dynamique et ses lois qu'il convient de connaître pour mieux aider les personnes. À titre de comparaison, il n'est pas nécessaire d'être médecin pour conseiller du paracétamol à celui qui a mal à la tête ou de prendre quelques heures de repos supplémentaires à celui qui dort mal, ou encore pour suggérer une consultation aux urgences à celui qui se plaint de douleurs à droite du nombril ou en pleine poitrine. Saint Josémaria définissait cette sensibilité en disant qu'un formateur doit avoir *la psychologie d'une mère*, être capable de deviner l'état d'âme de son enfant, de détecter un problème rien qu'en le voyant rentrer le soir de l'école, ou de se rendre compte s'il s'est disputé avec sa fiancée, etc.

Ce savoir se fonde en partie sur l'intuition, ou la sensibilité, qui est plus développée chez certains que chez d'autres. Mais elle requiert aussi une préparation spécifique qui fait partie du professionnalisme attendu de tout éducateur. Le présent ouvrage se propose de faciliter la *formation des formateurs* sur les aspects psychologiques de la personne.

4. LE CONTENU DE CE LIVRE

Ces dernières années, j'ai été amené à donner de nombreux cours sur l'affectivité à des personnes qui se consacrent à des tâches de formation ou s'y préparent : des parents, des professeurs, des prêtres, des séminaristes... J'ai été surpris de constater que les contenus de ces cours demandent très peu d'adaptation pour s'ajuster aux plus près aux besoins de chacun des groupes. Tous ont démontré un intérêt certain pour ce sujet et j'ai souvent eu l'impression que quelques bases en psychologie leur seraient très précieuses pour mener à bien leur tâche de formation. Certains ont commenté qu'elles leur étaient utiles pour mieux se connaître eux-mêmes, ce qui suscitait une répercussion positive sur leur activité de formateurs.

Pour préparer ces cours, je me suis appuyé sur ma formation de psychiatre, mes études de théologie, sur mon travail en tant que prêtre et sur l'expérience, avant et après mon ordination, dans la formation chrétienne de personnes de tous âges, spécialement des jeunes.

J'ai mis par écrit et amplifié dans ce livre le contenu de ces cours. Il s'agit d'un livre de vulgarisation, direct et pratique, enrichi d'anecdotes tirées de la vie pour illustrer mon propos. J'ai fait appel à l'une ou l'autre école psychologique sans entrer dans une exposition systématique telle qu'on la trouve dans d'autres ouvrages⁷. Chaque chapitre développe le contenu d'un cours d'une heure, ce qui m'a obligé à sélectionner les arguments : je me suis concentré sur certains contenus que je considère importants pour un formateur et que l'on ne rencontre pas facilement dans d'autres ouvrages. En revanche, j'ai porté moins d'attention, sans pour autant les ignorer, aux contenus plus fondamentaux et objectivement moins primordiaux ici dont la connaissance est estimée acquise chez le lecteur : la priorité des moyens surnaturels, certains aspects doctrinaux, le dynamisme des vertus humaines et surnaturelles, etc. À la fin de ce livre, on trouvera une bibliographie qui permet d'approfondir ces points sous différents aspects.

Comme on peut s'y attendre chez un prêtre, je pars d'une anthropologie de matrice chrétienne. Elle tient donc compte du destin surnaturel auquel l'homme est appelé, de son inclination vers le bien et des difficultés qu'il rencontre pour le reconnaître et le réaliser à cause de sa nature blessée. Ici se conjuguent l'aide de la grâce de Dieu pour avancer dans la sainteté et la correspondance que l'on peut attendre de la créature humaine. L'interaction entre ces deux réalités prend pour point de départ les affirmations connues de saint Thomas d'Aquin : « La grâce présuppose la nature »⁸ et « la grâce ne détruit pas la nature, mais la parfait »⁹.

Au cours de ces pages, nous offrons des conseils pour faire en sorte que la nature soit saine et bien orientée, de façon que la grâce

⁷ Cf. entre autres, M. A. MONGE SÁNCHEZ (dir.), *Medicina pastoral. Cuestiones de biología, antropología, medicina, sexología, psicología y psiquiatría*, Pampelune, EUNSA, 2010 ; J. CABANYES, M. A. MONGE (dir.), *La salud mental y sus cuidados*, Pampelune, EUNSA, 2017 ; W. VIAL, *Madurez psicológica y espiritual*, Madrid, Palabra, 2019.

⁸ SAINT THOMAS D'AQUIN, *Somme théologique*, I, q. 2, art. 2, ad 1.

⁹ *Ibidem*, I, q. 1, art. 8, ad 2.

ordinaire de Dieu puisse agir sur elle comme le fertilisant et la pluie qui sont absorbés par l'arbre pour qu'il grandisse et se fortifie. Mais si l'arbre est tordu, il a besoin d'un autre type d'intervention pour le redresser. Bien sûr, Dieu peut le faire, de même qu'il peut guérir une maladie physique. Mais il s'agirait déjà d'une intervention extraordinaire, miraculeuse même, que l'on ne peut pas exiger de lui. Il attend en général de la personne qu'elle aille chez le médecin pour retrouver la santé.

Le livre se compose de quatre parties. Dans la première, je donnerai une vue d'ensemble de la personnalité et de l'affectivité, tout en délimitant ces deux concepts et en donnant des lignes directrices pour favoriser le développement de la maturité. La deuxième partie reprend les différentes étapes du cycle de la vie, de la naissance à la mort et tentera d'illustrer comment les acquis et les déficits qui peuvent se produire au cours de chaque phase peuvent entraîner des conséquences sur le développement ultérieur. La troisième sera consacrée à un aspect concret de l'affectivité, la dimension sexuelle ; certaines idées seront proposées pour l'intégrer adéquatement dans le bien global de la personne. Une attention particulière sera accordée aux difficultés que l'on peut rencontrer aujourd'hui pour vivre la chasteté. Enfin, il sera fait mention de la vocation au célibat et de ses conséquences du point de vue psychologique. La quatrième et dernière partie abordera quelques pathologies psychiatriques. Elle exposera des stratégies de prévention et des moyens pour accompagner les personnes en souffrance. En guise d'épilogue, le livre se termine par un chapitre qui expose les compétences psychologiques nécessaires au formateur, pour répondre à la demande de certains étudiants.

Avant toute chose, je tiens à exprimer ma reconnaissance aux personnes qui ont collaboré à l'élaboration de ce livre. En premier lieu, à Juan Ignacio Peláez, qui a assisté aux premiers cours que j'ai donnés. Sans sa patience et son insistance, je n'aurais pas trouvé la motivation pour écrire. Alfredo Ruiz de Gámiz a révisé chaque chapitre en apportant des suggestions intéressantes fondées sur sa grande expérience sacerdotale. J'ai une double dette envers le docteur Marisol Salcedo, psychologue clinicienne, qui a contribué à ma formation de psychiatre il y a déjà longtemps et qui a rafraîchi de nombreux concepts oubliés et a corrigé mes inexactitudes. Enfin,

les coauteurs du livre *Aimer et apprendre à aimer*¹⁰ reconnaîtront certaines idées dans divers passages du livre : José María Yanguas (aspects théologiques de l'affectivité), Julio Diéguez (la formation des vertus humaines), Paul O'Callaghan (la dynamique de la gratification différée), Wenceslao Vial (psychopathologie), Carlos Chiclana (traitement intégral de la conduite sexuelle incontrôlée), Maurizio Faggioni (l'amitié) et monseigneur Massimo Camisasca (la paternité spirituelle du célibataire) ; je recommande vivement la lecture de leurs textes pour une meilleure compréhension de ces sujets.

Sainte Marie, Mère du Bel Amour, priez pour nous !

¹⁰ F. J. INSA GÓMEZ (dir.), *Aimer et apprendre à aimer, La formation de l'affectivité des candidats au sacerdoce*, Paris, Le Laurier, 2022.