

Ce qui détruit tes plus belles relations - Ivan Carluer

Ivan Carluer • 17 mai 2026 • Relations, Foi • Matthieu 11, Lamentations

DANS CE MESSAGE

Ce message traite d'une réalité douloureuse et universelle : la destruction progressive de relations précieuses, qu'elles soient d'amitié, familiales ou spirituelles.

Ivan Carluer explore comment certaines « intoxications » relationnelles, telles que la distance, la jalousie, les critiques répétées et la rumination, peuvent s'immiscer insidieusement dans les liens les plus forts et les fragiliser jusqu'à les briser. Il s'appuie sur la relation entre Jésus et Jean-Baptiste, deux figures bibliques très proches, pour illustrer comment ces facteurs peuvent dégrader même les relations les plus solides. La distance, qu'elle soit physique, émotionnelle ou liée à des trajectoires de vie différentes, crée un éloignement qui met à l'épreuve la confiance et la complicité.

La jalousie et les critiques, souvent nourries par des informations indirectes ou déformées, alimentent un climat toxique qui empêche de célébrer la réussite de l'autre. La rumination, ce fait de tourner en boucle sur des pensées négatives ou des doutes, amplifie la souffrance et la méfiance, surtout quand elle s'accompagne d'une souffrance physique ou d'une épreuve personnelle. Ivan souligne que ces mécanismes sont naturels mais qu'ils demandent une vigilance particulière pour ne pas laisser la relation se détériorer.

Il met en garde contre le piège de la comparaison et du décrochage, où l'un avance tandis que l'autre stagne ou régresse, ce qui engendre frustration et amertume. Enfin, il invite à adopter une posture de bénédiction envers ceux qui ont pu blesser, à reconnaître la mission et la valeur de chacun, même dans les ruptures, et à garder une mentalité du royaume des cieux qui permet de se réjouir sincèrement de la réussite de l'autre. Ce message s'adresse à toute personne confrontée à des tensions, des ruptures ou des blessures dans ses relations, en offrant des clés pour comprendre les dynamiques à l'œuvre et pour préserver ou restaurer la paix intérieure et relationnelle.

01 — La distance comme première cause d'épreuve dans les relations

Ivan Carluer commence par analyser la distance, non seulement physique mais aussi émotionnelle et situationnelle, comme un facteur majeur qui fragilise les relations. Il illustre cela par la proximité géographique initiale entre Jésus et Jean-Baptiste, qui pourtant, malgré leur proximité, voient leur relation mise à rude épreuve. La distance physique peut être nécessaire pour respirer, mais lorsqu'elle devient trop grande ou prolongée, elle crée un éloignement difficile à combler. La distance évolutive ou de trajectoire, où les chemins de vie divergent, est encore plus problématique car elle crée un décalage dans les expériences et les réalités vécues. Jean-Baptiste, enfermé en prison, isolé et souffrant physiquement, se sent déconnecté de la réussite éclatante de Jésus, ce qui alimente son amertume. Cette partie met en lumière la complexité de la distance, qui n'est pas simplement une question de kilomètres mais aussi de vécu et de perception.

02 — La jalousie et les critiques : des poisons relationnels à éviter

Le message met en garde contre la jalousie et les critiques, souvent alimentées par des rumeurs, des informations indirectes ou déformées. Ivan souligne que dans toute relation, surtout quand il y a des similitudes ou des missions proches, des clans et des comparaisons apparaissent rapidement, générant des tensions. Jean-Baptiste et ses disciples critiquent Jésus, voyant en lui un concurrent qui attire plus de monde, ce qui engendre jalousie et ressentiment. Le pasteur invite à rester étanche aux critiques sur ceux qu'on aime, à ne pas se laisser influencer par des ragots ou des jugements partiels. Il insiste sur l'importance de préserver la relation en étant clair sur son identité et son rôle, comme Jean-Baptiste qui reconnaît humblement sa mission préparatoire et ne cherche pas à rivaliser avec Jésus.

03 — Se réjouir de la réussite de l'autre : un commandement difficile mais essentiel

Ivan Carluer met en avant une vérité profonde et souvent difficile à vivre : la relation se fortifie lorsque l'on se réjouit sincèrement de la réussite de l'autre. Jean-Baptiste exprime cette attitude en disant « Il faut qu'il grandisse et que je diminue », une phrase qui résume l'esprit du royaume des cieux. Pourtant, il reconnaît que cette posture est contre nature pour l'humain, qui a tendance à vouloir grandir en même temps ou à voir l'autre diminuer. Le pasteur souligne que beaucoup applaudissent cette idée en surface, mais peinent à l'intégrer dans leur cœur, surtout quand la réussite de l'autre semble accentuer leur propre souffrance ou stagnation. Cette partie invite à une remise en question intérieure profonde, à dépasser la jalousie et à adopter une mentalité d'humilité et de bénédiction.

04 — L'impact de la souffrance physique et des circonstances sur la perception spirituelle

Une dimension importante développée est l'influence de la souffrance physique et des épreuves personnelles sur la manière dont on perçoit les autres et la réalité. Ivan partage son expérience personnelle avec ses problèmes digestifs pour illustrer comment la douleur peut altérer la perception, générer des pensées négatives et amplifier les critiques. Jean-Baptiste, enfermé en prison dans des conditions difficiles, voit sa vision de Jésus et de son ministère se troubler, ce qui contribue à la rupture relationnelle. Cette partie souligne que la souffrance n'est pas seulement un mal physique mais qu'elle affecte aussi la santé émotionnelle et spirituelle, rendant plus fragile la capacité à maintenir des relations saines.

05 — La rumination et les informations indirectes : des pièges qui détruisent la confiance

Ivan Carluer aborde la rumination comme un processus mental toxique où l'on tourne en boucle sur des pensées négatives, des doutes ou des critiques, ce qui finit par intoxiquer la relation. Jean-Baptiste, isolé en prison, reçoit des informations indirectes sur Jésus, souvent biaisées ou déformées, qui nourrissent ses doutes et son amertume. Le pasteur met en garde contre le fait de se fier aux ragots ou aux jugements rapportés, car ils passent toujours par un filtre subjectif. Il invite à aller à la source, à vérifier les faits et à ne pas juger sans être présent. Cette partie met en lumière la nécessité de maîtriser ses pensées et de ne pas se laisser envahir par des réflexions toxiques qui minent la confiance et la paix intérieure.

06 — La déception liée à des attentes trop élevées et la tentation de la critique destructrice

Une autre cause de rupture est la déception qui survient lorsque les attentes placées dans une relation ou une personne sont trop élevées. Ivan illustre cela par l'exemple d'une jeune fille très amoureuse, dont l'idéalisation du conjoint risque de s'effondrer face à la réalité. Jean-Baptiste avait des attentes précises sur le Messie, et la réalité de Jésus ne correspondait pas toujours à ses projections, ce qui a nourri son désenchantement. Le pasteur souligne que cette désillusion peut conduire à critiquer violemment ce que l'on avait auparavant encensé, détruisant ainsi la relation. Il invite à une posture plus réaliste et à reconnaître les qualités et les défauts des autres sans tomber dans la condamnation.

07 — La confiance comme acte de foi et la nécessité de bénir ceux qui ont blessé

Le message se conclut sur une invitation forte à ne pas devenir aigris ou méfiants à cause des blessures relationnelles. Ivan rappelle que la confiance envers autrui est un prolongement de la foi en Dieu, et que refuser de faire confiance aux hommes rend difficile la confiance en Dieu lui-même. Il exhorte à rester digne, à ne pas laisser la colère ou la rancune consumer le cœur. La bénédiction de ceux qui ont fait du mal est présentée comme une clé pour déverrouiller la bénédiction personnelle. En prenant l'exemple de Jean-Baptiste, qui malgré ses doutes et ses souffrances a accompli sa mission, le pasteur encourage à célébrer les relations passées, à reconnaître la valeur de chacun et à garder une mentalité du royaume des cieux, capable de pardonner et de bénir même dans la rupture.