

Cessez de vous inquiéter !



“

"Ne vous inquiétez de rien ; mais, en toutes choses, par la prière et la supplication, avec des actions de grâces, faites connaître à Dieu vos demandes. Et la paix de Dieu [...] gardera vos cœurs et vos pensées en Christ-Jésus." [Philippiens 4.6-8](#)

L'inquiétude – un sentiment de malaise ou de trouble – est un fléau qui semble toucher des milliers de personnes aujourd'hui. Il est dans la nature humaine de se faire du souci face à des situations difficiles dans le monde ou dans sa vie personnelle, mais si nous n'y prenons pas garde, le diable fera tout pour nous amener à nous inquiéter plus que de raison. L'inquiétude est comme un rocking-chair – toujours en mouvement mais sans jamais nous mener nulle part. Alors pourquoi y cédon-nous... et quel bien en retirons-nous ?

“Lorsque vous êtes inquiet et tendu, il est toujours préférable de prier au sujet de ce qui

vous préoccupe plutôt que d'en parler à autrui.”

L'inquiétude nous épuise physiquement et pourtant nombreuses sont les personnes qui persistent à se faire du souci au lieu de se tourner vers Dieu dans la prière. La prière est une force puissante et une de nos meilleures armes contre l'inquiétude. Elle nous fait entrer dans la présence même du Dieu tout-puissant.

Lorsque vous êtes inquiet et tendu, il est toujours préférable de prier au sujet de ce qui vous préoccupe plutôt que d'en parler à autrui. Jésus a passé beaucoup de temps dans la prière durant sa vie sur terre, nous montrant l'exemple d'une vie réussie.

Nous lisons dans [Luc 5.15-16](#) : "... les foules nombreuses se rassemblaient pour l'entendre et pour être guéries de leurs maladies. Mais lui se retirait dans les déserts et priait." Si Jésus avait besoin de passer du temps dans la prière pour accomplir sa vocation, je pense pouvoir affirmer que c'est également le cas pour nous.

Jésus avait tout remis à Dieu, jusqu'à sa réputation et sa vie. Et parce que nous savons que Dieu nous aime et ne veut que le meilleur pour nous, nous pouvons sans crainte lui confier nos vies. Nous n'avons pas besoin de lui expliquer tous nos problèmes – nous pouvons simplement les lui remettre et lui demander de s'occuper de toutes choses.

Trop souvent, nous compliquons nos prières – et diminuons leur efficacité. Il est temps que cela change ! Lorsque nous nous inquiétons et nous tourmentons pour trouver une meilleure solution, il nous faut savoir que seul Dieu sait ce qui est le meilleur pour nous.

Dans [Matthieu 11.29](#), Jésus lance cette invitation : "Acceptez de vous laisser diriger par moi et mettez-vous à mon école [...] Ainsi, votre vie trouvera son épanouissement dans le repos." (Parole vivante) Quelle promesse merveilleuse ! Le Maître de l'univers aspire à passer du temps avec vous et à vous libérer de l'habitude destructrice de l'inquiétude.

Une action pour aujourd'hui

Si vous avez pris l'habitude de vous inquiéter pour pratiquement tout – votre santé, vos finances, votre couple, vos enfants, votre travail, vos beaux-parents, vos voisins – il est temps de changer. Vous n'avez pas besoin de vous tracasser une minute de plus. Tout ce que vous avez à faire, c'est renoncer à vous faire du souci et avoir foi en la prière simple, confiante – elle est un remède infaillible à l'inquiétude !

Joyce Meyer

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



54 PARTAGES