

## Comment réussir haut la main le test de la peur !



"Voici le Dieu de mon salut, j'aurai confiance et je n'aurai pas peur." [Ésaïe 12.2](#)

Quelle place tient la peur dans votre vie ? Allez, faites le test. Entourez le chiffre qui vous correspond le mieux.

1. Je ne sais plus quand j'ai eu vraiment peur pour la dernière fois.
2. J'ai rarement peur et seulement lorsque mes proches ou moi sommes en danger physique.
3. J'ai un peu trop peur à mon goût.
4. La peur tient une grande part de mon quotidien. J'évite tout ce qui est risqué ou dangereux.
5. J'ai tellement peur de tout que ma vie en est bouleversée.

Priez et reprogrammez votre esprit avec la Parole de Dieu.

Si vous avez entouré le numéro 1, vous êtes une personne exceptionnelle qui ne connaît pas la peur ordinaire. Peut-être faut-il tempérer vos actions avec plus de discernement et de sagesse.

Si vous avez entouré le 2, votre approche de la peur est saine et vous la maîtrisez. Vous devriez tenter d'encourager celles et ceux qui ont plus de mal que vous à gérer leur peur.

Si vous avez entouré le 3 ou le 4, vous êtes en bonne place pour améliorer votre vie en changeant d'attitude. Commencez par identifier l'origine de vos peurs, et soyez déterminé(e) à changer ces peurs en foi en Dieu. (Romains 10.17)

Pour chacune d'entre elles, imaginez un contraire positif et créez un plan d'action pour cultiver cette qualité. Puis, concentrez-vous sur ce que vous pouvez contrôler aujourd'hui.

Si vous avez entouré le 5, il est probable que la peur vous prend le meilleur de vous-même et vous aurez du mal à vous en sortir seul(e). Alors, priez et reprogrammez votre esprit avec la Parole de Dieu. Et n'ayez pas peur de chercher de l'aide auprès d'un ami fidèle ou d'un conseiller.

### Une prière pour aujourd'hui

Seigneur, aide-moi par ta Parole à identifier et surmonter mes peurs. Je veux te faire confiance. Amen.

[Bob Gass](#)

**Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !**

824 Partages

## **Partager par email**

Cette méditation de Bob et Debby Gass, publiée en français par l'association PHARE MEDIA est la propriété de UCB UK (charity).

L'autorisation de diffusion est accordée aux églises et aux œuvres chrétiennes à raison de 52 textes par an sous réserve de citer les auteurs, Bob et Debby Gass, la source - [www.paroledujour.com](http://www.paroledujour.com) - et la possibilité d'obtenir gratuitement la version papier sous forme de brochure auprès de : [contact@paroledujour.com](mailto:contact@paroledujour.com).