

# La maîtrise de soi n'est pas une option



Rick Warren



“

**"En effet, la grâce de Dieu [...] nous enseigne à vivre dans le monde présent avec sagesse, réserve et maîtrise de soi, en toute intégrité et honorabilité devant Dieu."**

**Titre 2.11-12**

La maîtrise de soi n'est pas facultative pour les chrétiens. La course dans laquelle nous sommes engagés a une portée éternelle et exige une discipline sévère ([1 Corinthiens 9.25](#)).

## **“Vos pensées déterminent vos sentiments, qui déterminent à leur tour vos actes.”**

Imposez silence à vos sentiments. Agissez-vous au gré de vos humeurs ? Dieu ne veut pas que vous vous laissiez manipuler par elles, mais au contraire que vous en soyez maître. Avec Christ aux commandes de votre vie, vous pouvez apprendre à maîtriser vos sentiments. Réprimez-les. Apprenez à défier vos émotions. La grâce de Dieu nous rend capables de faire ce qui est juste. Le Seigneur vous donne la faculté de dire non à tel sentiment, tel désir, telle impulsion.

Croyez que vous pouvez changer. Le fruit de l'Esprit commence dans votre pensée. Les graines doivent être semées dans votre esprit. Vos pensées déterminent vos sentiments, qui déterminent à leur tour vos actes.

En nous donnant le pouvoir de choisir nos pensées, Dieu nous a donné celui de modifier nos habitudes. La Bible nous demande-t-elle d'être changés par nos efforts acharnés ou par la simple force de notre volonté ? "Ne vous laissez pas modeler par le monde actuel, mais laissez-vous transformer par le renouvellement de votre pensée" ([Romains 12.2](#)).

Par quoi devons-nous être transformés ? Par le renouvellement de notre pensée. Quand votre maîtrise de soi est mise à l'épreuve, il vous faut attacher vos pensées aux promesses de Dieu. "Dieu est fidèle et il ne permettra pas que vous soyez tentés au-delà de vos forces. Au moment de la tentation, il préparera le moyen d'en sortir pour que vous puissiez y résister" ([1 Corinthiens](#)

10.13).

C'est un fait. Si vous êtes chrétien, vous ne pouvez pas affirmer en toute honnêteté : "La tentation était trop grande ; c'était plus fort que moi." La Bible déclare que Dieu est fidèle. Si vous êtes chrétien, il ne permettra pas que vous soyez tenté plus que ce que vous pouvez supporter. Il ne vous demande jamais de porter un fardeau qui dépasse la force qu'il vous donne par son Esprit.

### **Une action pour aujourd'hui**

Ne vous laissez plus dominer par vos émotions. Vous pouvez les maîtriser en vous appuyant sur la Parole de Dieu. Dieu est fidèle. Il ne vous laissera pas tomber !

**Rick Warren**

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



23 PARTAGES

---

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. ©

2022 - [www.topchretien.com](http://www.topchretien.com)