

# La réponse de Dieu à l'épuisement



“

**"Le voleur ne vient que pour dérober, égorger et détruire ; moi, je suis venu afin que les brebis aient la vie, et qu'elles soient dans l'abondance." [Jean 10.10](#)**

Viktor Frankl, un survivant de l'Holocauste, a eu cette parole : "La seule chose que vous ne pouvez pas m'enlever, c'est la façon dont je choisis de réagir à ce que vous me faites subir. La dernière liberté qui reste à un homme est de décider de son attitude dans n'importe quelle circonstance."

**"Dieu a parlé à mon cœur et m'a dit : "Joyce, c'est ton approche qui doit être différente.""**

Lorsque l'on connaît le vécu de Frankl, cette affirmation ne manque pas de force. Le fait est que personne ne peut vous obliger à avoir une mauvaise attitude si vous avez décidé du contraire. Cette vérité est importante à comprendre pour qui veut avoir la vie, et l'avoir en abondance ([Jean 10.10](#)).

À une époque, j'étais un bourreau de travail. Je ne profitais pas beaucoup de l'existence et j'avais souvent une attitude négative. Ma vie obéissait au cycle suivant : je travaillais trop et trop longtemps jusqu'à l'épuisement, je finissais par me reposer un peu, puis je travaillais de plus belle jusqu'à ce que je craque à nouveau... Ce mode de vie m'épuisait.

Il arrive à chacun d'être fatigué. Parfois c'est à cause d'un déséquilibre dans un domaine de notre vie, comme dans mon cas. D'autres fois, c'est parce que nous refusons de demander de l'aide et essayons de tout faire nous-mêmes. Quelle que soit la raison, Dieu ne veut pas que nous vivions ainsi.

J'ai constaté que lorsque j'étais épuisée, je perdais facilement le contrôle de mes pensées, de mes paroles et de mes émotions. J'ai aussi tendance à me décourager facilement. Sous l'effet de la fatigue, nous pouvons manger à l'excès ou dépenser plus que de raison ; nous nous apitoyons davantage sur notre sort et nous sommes plus faibles face à la tentation.

Peut-être pensons-nous que ce sont les circonstances de la vie qui nous fatiguent. Or, le problème ne vient pas de la vie, mais de la façon dont nous l'abordons ou la gérons. En d'autres termes, c'est notre attitude qui n'est pas bonne.

Je me souviens avoir prié pour que les choses changent... les circonstances, les gens, tout ce qui me rendait malheureuse. Je l'ai fait pendant des années, jusqu'à ce que Dieu m'ouvre les yeux. Il m'a révélé que ce qui me contrariait n'allait pas forcément disparaître et que c'était donc à moi de changer. Dieu a parlé à mon cœur et m'a dit : "Joyce, c'est ton approche qui doit être différente."

Jésus ne nous a jamais promis une vie facile, mais il a affirmé que nous pourrions vivre au-dessus des événements. Avec sa grâce, sa sagesse, sa paix et sa force, nous pouvons gérer les problèmes et le stress, et conserver une bonne attitude. Le repos qu'il nous promet est celui de nos âmes – de notre esprit, de notre volonté et de nos émotions. Jouir de ce repos, c'est en quelque sorte donner des vacances à son âme. Cela veut dire que quel que soit le problème qui survient, vous ne vous inquiétez pas et ne cherchez pas à le résoudre par vous-même. Vous demandez à Dieu de vous donner sa sagesse, vous faites ce qui est en votre pouvoir et vous vous attendez à lui pour le reste. Il n'y a pas de meilleure position pour un chrétien.

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

Rappelez-vous que Dieu n'est jamais fatigué et qu'il veut vous aider quand vous n'en pouvez plus. Il veut vous donner sa puissance, afin que votre vie de tous les jours se déroule dans la paix et la joie. Apprenez à vous attendre à lui et choisissez de vivre dans une attitude de foi.

Joyce Meyer [S'ABONNER](#)

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



25363 PARTAGES