

Le remède de Dieu pour ceux qui sont épuisés



"Il donne le sommeil à son bien-aimé." [Psaumes 127.2](#)

J'ai toujours été fasciné par le changement soudain dans l'attitude des disciples avant et après la résurrection. Ils étaient vaincus, et la minute d'après, les voilà dynamiques. Ils étaient abattus et ils sont tout à coup pleins d'assurance. Ils s'apitoyaient sur leur sort et les voilà subitement prêts à affronter le monde. Pourquoi cette différence ?

Parfois la chose la plus spirituelle que vous puissiez faire est d'aller vous coucher. Quand vous faites une rencontre personnelle avec le Christ ressuscité, votre confiance et votre assurance augmentent. Ce fut le cas pour les disciples dans Jean 20.

Nous lisons aux [versets 19 et 20](#) : "Le soir de ce jour, qui était le premier de la semaine, les portes du lieu où se trouvaient les disciples étaient fermées, par la crainte qu'ils avaient des Juifs ; Jésus vint, et debout au milieu d'eux, il leur dit : Que la paix soit avec vous ! Quand il eut dit cela, il leur montra ses mains et son côté. Les disciples se réjouirent en voyant le Seigneur".

Les disciples étaient fatigués. Il était tard en ce dimanche soir et la semaine avait été rude. Il y avait eu le dimanche des Rameaux, la purification du Temple, le dernier repas avec Jésus, Gethsémani, les six jugements et enfin la crucifixion. Ils étaient épuisés !

L'épuisement physique et émotionnel est la cause de découragement la plus fréquente. La situation paraît toujours pire quand vous êtes fatigué. Vince Lombardi a dit : "La fatigue fait de nous tous des lâches."

Quand vous êtes fatigué, vous perdez votre confiance. C'est aussi simple que cela. Que faire alors ? Inutile d'être surdoué pour le trouver. Le remède à l'épuisement physique et émotionnel - et à la perte de confiance qu'il peut occasionner - est le repos !

Le [Psaume 127.2](#) nous dit que Dieu "donne le sommeil à son bien-aimé". Parfois la chose la plus spirituelle que vous puissiez faire est d'aller vous coucher. C'est incroyable comme tout paraît moins compliqué après une bonne nuit de sommeil.

Vous ne serez jamais au mieux de votre forme si vous ne vous reposez pas.

Une réflexion pour aujourd'hui

Qu'est-ce qui vous empêche de prendre suffisamment de repos ? En quoi votre épuisement physique et émotionnel pourrait-il vous empêcher de pratiquer les œuvres que Dieu a préparées pour vous ?

[Rick Warren](#)

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !

31 Partages

Partager par email

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2020 - www.topchretien.com