

# N'ayez pas peur des amitiés plus profondes



Rick Warren



“

**"Car ce n'est pas un esprit de timidité que Dieu nous a donné, mais un esprit de force, d'amour et de sagesse."**

**2 Timothée 1.7**

Lorsque nous sommes habités par la peur et l'angoisse, nous ne nous approchons pas des autres, nous nous en éloignons au contraire.

Nous craignons d'être rejetés, manipulés, blessés ou exploités.  
Toutes ces peurs nous coupent de notre prochain.

## “La peur a trois effets dévastateurs sur les relations !”

Cette peur est aussi vieille que l'humanité. Lorsque Dieu appela Adam et Ève après qu'ils eurent péché, Adam répondit : "j'ai eu peur [...] je me suis donc caché" ([Genèse 3.10](#)). Depuis ce jour, les êtres humains se cachent. Nous avons peur, c'est pourquoi nous nous dérobon aux regards des autres. Nous dissimulons notre véritable nature.

Nous ne permettons pas aux gens de savoir qui nous sommes vraiment. Nous ne les laissons pas voir ce qui est au-dedans de nous. Parce que s'ils nous voient tels que nous sommes et qu'ils sont déçus, nous sommes bien embarrassés. Pas de chance ! Pourquoi ai-je peur de vous dire qui je suis ? Parce que si je me découvre et que vous ne m'aimez pas, c'est tant pis pour moi. Je n'ai pas d'alternative. Nous préférons donc porter des masques et faire semblant.

La peur a trois effets dévastateurs sur les relations :

**1. Elle nous met sur la défensive.** Nous craignons de nous révéler. Nous nous défendons. Quand les autres soulignent nos faiblesses, nous ripostons pour nous défendre.

**2. Elle nous garde distants.** Nous ne nous laissons pas approcher. Nous avons envie de reculer, de nous retrancher. Nous cherchons à cacher nos émotions. Nous refusons d'être ouverts et honnêtes. Nous nous mettons sur la défensive et gardons nos distances.

**3. Elle nous rend exigeants.** Chaque fois que nous éprouvons un sentiment d'insécurité nous essayons de contrôler les choses ; et plus ce sentiment est

fort, plus nous essayons de les contrôler. C'est pourquoi nous cherchons à avoir le dernier mot. Nous voulons dominer, contrôler. Cette attitude est toujours un symptôme de peur et d'insécurité.

Où trouver la confiance, le courage de faire le premier pas face à autrui, de rechercher une intimité plus grande ? Où trouver ce courage ?

Il nous vient de l'Esprit de Dieu dans notre vie. Paul nous dit dans [2 Timothée 1.7](#) : "Car ce n'est pas un esprit de timidité, de lâcheté ou de défaitisme que Dieu nous a donné, mais un esprit de courage, d'amour et d'enthousiasme, c'est un esprit actif et aimant qui nous donne un jugement sain et une parfaite maîtrise de nous-mêmes".

Comment savez-vous que vous êtes rempli de l'Esprit de Dieu ? Parce que vous êtes plus courageux dans vos relations. Vous aimez les autres. Vous appréciez leur présence. Vous n'avez pas peur d'eux, parce que l'Esprit de Dieu est dans votre vie. La Bible dit : "Dieu est amour" et : "L'amour parfait bannit la crainte." Plus Dieu sera présent dans votre vie, moins il y aura de place pour la peur.

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

Avant d'entamer une relation avec qui que ce soit, prenez le temps de vous arrêter et de prier : "Seigneur, donne-moi le courage de faire le premier pas." Faites-le maintenant pour une personne avec qui vous désirez établir une relation.

:: [MonEglise.net](#) est lancé ! - Bienvenue à chacun ::

**Rick  
Warren**



**Je m'abonne**

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



46 PARTAGES

---

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

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