

# Vos décisions déterminent votre destinée : prenez l'habitude de bien nourrir vos pensées !



Catherine Gotte Avdjian



“

"Au reste, frères, que tout ce qui est vrai, tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, ce qui

# est vertueux et digne de louange, soit l'objet de vos pensées."

Philippiens 4.8

Alors que nous parlons de choix dans nos habitudes, il nous faut parler de ce que nous avons l'habitude de donner à manger à nos pensées, à notre esprit.

Votre esprit est nourri par ce que vous lisez, voyez, écoutez mais il peut être aussi "gavé", empoisonné ! Un esprit sain : "Vous êtes ce que vous mangez." Et ce que votre esprit mange va définir votre silhouette spirituelle.

## “La Bible reste notre fil à plomb...”

Internet peut vous bénir comme vous abîmer. Les réseaux sociaux sont chronophages, ils vont "bouffer" votre temps si vous n'y prenez garde. Les écrans sont aussi source d'addictions comme la pornographie qui se faufile facilement sous la couette de nos jeunes et moins jeunes et qui bousillent leur vie.

Jésus est radical dans son enseignement : il s'agit de se débarrasser de ce qui est pour nous une occasion de pécher. "Si ton œil droit est pour toi une occasion de chute, arrache-le et jette-le loin de toi." ([Matthieu 5.29](#))

Avant de jeter votre téléphone portable dans les toilettes, il y a certainement d'autres étapes intermédiaires que vous pouvez tenter, comme ne pas rester passif(ve) devant l'écran mais choisir avec intelligence votre programme TV pour ne pas vous mettre en position

de vulnérabilité. Job avait fait un "pacte avec ses yeux" ([Job 31.1](#)) : voilà quelqu'un de réactif ! Et puis fixer des limites en termes de temps. Un bon régime ne vous fera pas de mal !

Le verset du jour nous parle de ces "aliments bio" dont il faut nourrir nos pensées : ce qui est "vrai", "aimable", "vertueux"... Mais de nos jours, comment discerner le bien du mal ? La Bible reste notre fil à plomb en la matière, d'où l'importance de la lire et de la méditer pour la mettre en pratique.

Avec la lecture de la Parole, la prière est indissociable : passer du temps quotidiennement dans la présence du Seigneur, s'imbiber de son Esprit, le louer, l'adorer, voilà qui fera le plus grand bien à votre âme et vous maintiendra en bonne santé à "tous égards." ([3 Jean 1.2](#))

### **Une prière pour aujourd'hui**

Seigneur, je remets mon esprit entre tes mains... Aide-moi à le remplir de tout ce que tu aimes. Amen.

**Catherine Gotte Avdjian**

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



1625 PARTAGES

---

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

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