

# Vous avez peur ? Ayez confiance en Dieu !



Bob Gass



“

**Tu garderas dans une paix parfaite l'esprit qui s'appuie sur toi, car il se confie en toi.**

Ésaïe 26.3

La peur fait partie de la vie. Même ceux qui ont du succès et de l'assurance en font l'expérience. La différence est qu'ils refusent de

subir sa loi car ils savent qu'une peur incontrôlée vous paralyse. La Bible dit : "La peur implique une punition." ([1 Jean 4.18](#))

Les neuroscientifiques de Yale ont découvert que des patients qui s'attendaient à subir un électrochoc étaient aussi anxieux que ceux qui le subissaient vraiment. Elizabeth Phelps écrit : "Beaucoup de nos peurs et angoisses s'apprennent par la communication. Si quelqu'un vous dit d'avoir peur d'un chien, votre cerveau réagit comme si c'était vrai." Autrement dit, le cerveau ne fait pas la différence entre les peurs réelles et imaginaires.

**“Quand vous partagez votre peur avec quelqu'un, elle tend à disparaître.”**

Cela pourrait bien expliquer que l'on recense près de vingt millions d'Américains souffrant de troubles de l'angoisse. Même en parfaite sécurité, ceux qui ont peur des voleurs souffrent autant que ceux qui sont vulnérables ou qui se font vraiment cambrioler. Puisque notre cerveau ne fait pas la différence entre le réel et l'imaginaire, la peur peut dominer notre vie et nous détruire tout autant qu'une blessure physique.

La psychologue Marilyn Barrick a dit : "La plupart du temps, la peur n'est qu'une illusion. Quand vous la partagez avec quelqu'un, elle tend à disparaître."

**Un conseil pour aujourd'hui**

Partagez donc vos peurs avec Dieu et regardez-les s'évanouir. Appuyez-vous sur ce que la Bible dit : "Tu garderas dans une paix parfaite l'esprit qui s'appuie sur toi, car il se confie en toi."

**Bob Gass**

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



2393 PARTAGES

---

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

2022 - www.topchretien.com