

# Écraser la peur

## PRÉLIMINAIRES

Nous faisons tous face à la peur et à l'anxiété, mais invitons-nous ces sentiments dans nos vies ? Comment fermer la porte à la peur et vivre de façon victorieuse ?

« Car ce n'est pas un esprit de timidité<sup>2</sup> que Dieu nous a donné ; au contraire, son Esprit nous remplit de force, d'amour et de sagesse » (II Timothée 1 : 7).

## PRÉPARATION à la louange

Nous remercions Dieu parce qu'il est le Prince de la paix (Ésaïe 9 : 5). Il sait exactement où nous nous situons et dans quelle direction nous allons (Psaume 139 ; Jérémie 29 : 11). Il n'y a pas une seule tempête — physique, spirituelle ou émotionnelle — qu'il ne puisse calmer. Aucun problème n'est trop grand, qu'il ne puisse le résoudre, ni trop petit qu'il veuille l'ignorer. Il a prouvé sa bonté et sa fidélité à maintes reprises, et il continuera à le faire même si nous ne le méritons pas. Il est notre Prince de la paix !

Prenez un moment pour écrire certaines choses que Dieu a faites dans votre vie. Rappelez-vous d'écrire non seulement les fois où Dieu vous a bénis, mais aussi les fois où il vous a aidés à surmonter des situations difficiles. Si les participants sont à l'aise, qu'ils partagent ces choses avec les autres.

## PARABOLE

Il y a des peurs folles dans le monde. Certaines craintes ont des raisons d'être (après tout, qui aime les araignées ?), mais certaines sont plutôt drôles. La geliophobie est la peur de rire, et la dextrophobie est la peur de tout ce qui se situe à droite. Non négligeable, l'anatidaephobie est la peur qu'un canard ou qu'une oie vous regarde. On pourrait continuer à nommer des phobies abracadabrantes toute la journée, mais je pense qu'on est d'accord que, parfois, certaines personnes ont peur ou sont anxieuses de choses étranges.

<sup>2</sup> N.d.T. La version anglaise *New King James* et la Darby en français utilisent « esprit de crainte ».

Avez-vous déjà été anxieux ou effrayé de quelque chose, alors que dans votre tête vous saviez que cela ne faisait aucun sens de l'être ? Même quand nous savons que nos craintes sont irraisonnables et infondées, nous avons du mal à nous en débarrasser.

## À PRÉSENT

La Bible nous dit que Dieu ne nous a pas donné un esprit de crainte, mais au contraire, il nous a remplis de force, d'amour et de sagesse. Si nous ne sommes pas supposés avoir un esprit de crainte, nous devons nous assurer d'être remplis de l'Esprit de Dieu ! Nous avons besoin d'être remplis de la puissance qui vient uniquement quand nous recevons le Saint-Esprit (Actes 1 : 8).

Il y a de la puissance de savoir que le même Dieu qui a créé l'univers vit à présent en nous. Il ne nous abandonnera pas, et il ne permettra rien qui soit au-delà de nos forces (I Corinthiens 10 : 13). Quand nous prions et présentons nos craintes à Dieu, les situations et les circonstances changent et se transforment (I Jean 4 : 4). Si nous sommes inquiets au sujet de quelque chose, nous devons prier à ce sujet.

Jésus est plus grand que les craintes auxquelles nous nous heurtons.

Non seulement nous devons être remplis de la puissance de Dieu, mais aussi d'amour. On ne relie pas souvent la crainte à l'amour comme étant des émotions contraires, mais la Bible les oppose. Soyons sûrs de ne pas permettre à la crainte d'être le facteur qui détermine nos décisions. Souvent, quand Dieu nous appelle à l'action, nous avons peur. Cependant, notre amour pour lui doit être plus grand que notre peur !

Pierre n'a pas laissé sa crainte de l'eau l'empêcher de sortir de la barque et de marcher vers Jésus, et heureusement, Jésus n'a pas laissé sa peur de la croix l'empêcher de donner sa vie au Calvaire. Pareillement, ne laissez pas vos craintes vous retenir de faire ce Dieu s'attend de vous. La peur dit : « Ne partage pas l'Évangile ; ils pourraient le rejeter », mais l'amour dit : « Jésus est mort pour que tous puissent avoir une vie abondante ! » La crainte cherche toujours la voie de la facilité, mais l'amour nous appelle à toujours faire ce qui est juste, quoi qu'il en coûte.

Enfin, l'Écriture nous dit que Dieu nous a donné un esprit de sagesse<sup>3</sup>. Nous ne devons pas être contrôlés par nos émotions ; nous pouvons réfléchir et réagir logiquement. Nous devrions prendre un instant et nous souvenir de toutes les fois où Dieu a été fidèle envers nous. Si Dieu l'a fait pour nous dans le passé, il le fera à nouveau. Si Dieu nous a aidés à surmonter des moments difficiles dans le passé, il le fera encore. Il est le même hier, aujourd'hui et éternellement (Hébreux 13 : 8) !

Si la vie a déjà essayé de vous terrasser, vous êtes la preuve vivante que vous pouvez vous relever (Michée 7 : 8). Que le souvenir de vos victoires antérieures vous aide à ne pas avoir peur !

## Mise en PRATIQUE

1. Si vous n'avez pas reçu le Saint-Esprit, vous devez le rechercher ! Si vous l'avez reçu, vous devez être renouvelés. Priez au sujet des situations, de l'anxiété et de la peur auxquelles vous faites face. Sa puissance peut vous libérer de la peur !
2. Si vous sentez que Dieu vous appelle à faire quelque chose, ne laissez pas la peur contrôler vos actions ! Comme le slogan de *Nike* le dit : « *Just do it !* » [Faites-le !]
3. Tenez un journal intime et écrivez-y, chaque jour, une chose pour laquelle vous êtes reconnaissants. Écrivez les fois où Dieu a répondu à vos prières et vous a aidés. Quand vous traverserez des situations difficiles, relisez toutes les choses que Dieu a faites dans votre vie.

## PRIÈRE

Merci, Jésus, de nous avoir donné l'occasion d'être remplis de l'Esprit. Que nous puissions nous souvenir de ta bonté et de ta fidélité envers nous, et laisser l'amour déterminer les décisions que nous prendrons. Ne permets pas que nous soyons remplis d'un esprit de peur, mais remplis-nous de puissance, d'amour et de sagesse !

<sup>3</sup> N.d.T. La version BDS parle d'un « Esprit qui...nous rend...réfléchis ».

## Un peu PLUS

Pensez à quelque chose que Dieu vous a demandé de faire. Peut-être vous appelle-t-il à partager l'Évangile à un ami. Peut-être vous appelle-t-il au baptême au nom de Jésus ou à rechercher le Saint-Esprit ? Vous appelle-t-il à laisser tomber une mauvaise habitude ou à rompre une relation ? Si vous l'écoutez, Dieu vous mettra dans le cœur quelque chose à faire. Vous serez probablement nerveux d'agir selon la parole que Dieu vous aura donnée ; vous ressentirez probablement de la crainte. Toutefois, après avoir prié, laissez l'amour de Dieu être la motivation de votre action. Faites ce que vous devez faire et écrasez la peur !