



FAIRE FACE À L'ANXIÉTÉ AVEC LES PROMESSES DE DIEU

Tout le monde souffre d'inquiétude, de stress et d'anxiété à un moment ou à un autre. C'est un aspect normal de la vie. À tel point que la Bible contient des dizaines de versets qui traitent de ce sujet. Après une brève étude du mot "inquiétude", j'ai découvert une perspective intéressante. Dans le Nouveau Testament, le mot "inquiétude" est le mot grec "merimnao", qui se traduit par "anxiété". Il s'agit d'une combinaison de deux mots: merizo, qui signifie "diviser", et nous, qui signifie "l'esprit". La combinaison de ces deux mots permet de comprendre que l'inquiétude divise l'esprit.

Si vous avez connu des moments d'anxiété dans votre vie, pouvez-vous vous identifier à cette idée - un esprit divisé? Présent, mais pensant à l'avenir. Reconnaissant, mais stressé. L'option A et tout ce qu'elle pourrait signifier ou l'option B et tout ce qu'elle pourrait signifier. L'inquiétude peut facilement provoquer toutes sortes de confusions et de peurs dans notre esprit. Il ne faut pas longtemps pour comprendre que l'anxiété et l'inquiétude volent notre joie et nous privent de la paix.

Dans le Psaume 55, David lutte contre l'inquiétude et l'anxiété. Il utilise des mots tels que "désespéré", "souffrance", "angoisse", "tremblement" et "accablé". Tout cela dans les cinq premiers versets! Puis, au verset 6, il déclare "Si j'avais les ailes d'une colombe! Je m'envolerais et je trouverais le repos".

David était clairement soumis à beaucoup de stress et avait beaucoup de choses qui l'inquiétaient. Son esprit semblait divisé et ses pensées le troublaient grandement. Comment David a-t-il géré le stress et les inquiétudes auxquels il était confronté? Voici 3 choses que l'on voit dans ce texte

Il fait confiance à la promesse de Dieu d'entendre.

- *"Je crie dans la détresse, et il entendra ma voix." (v.17)*

Il fait confiance à la promesse de Dieu d'agir.

- *"Et toi, ô Dieu! tu les feras descendre au fond de la fosse; Les hommes de sang C'est en toi que je me confie." (v.23)*

Il fait confiance à la promesse de Dieu de le soutenir.

- *"Remets ton sort à l'Eternel, et il te soutiendra, Il ne laissera jamais chanceler le juste." (v. 22)*

Lorsque nous sommes anxieux et inquiets, il y a de fortes chances que nous ne fassions pas confiance à Dieu. Dans ce psaume, David se rappelle activement qu'il doit faire confiance à Dieu au lieu de céder à l'anxiété. La solution à notre anxiété se trouve toujours en Jésus. Il promet de nous entendre, d'agir et de nous soutenir pendant nos périodes de stress. Cependant, en tant qu'êtres humains, c'est souvent dans le processus d'abandon de ces



DÉVOTIONNEL

DECEMBRE

*Faire face à l'anxiété avec
les promesses de Dieu*

Commencez par réfléchir aux choses courantes qui causent de l'anxiété et du stress dans votre vie. Quelles sont les choses qui vous divisent l'esprit? Quelles sont les choses qui vous inquiètent?

Selon vous, quelle est l'origine de ces inquiétudes et de cette anxiété ? Quelle est la raison ou le sentiment profond qui attise ces inquiétudes

Lisez les versets suivants : Isaïe 41:10, 1 Pierre 5:6-7, Phil 4:19, Jérémie 17:7-8.

Qu'est-ce que nous savons de Dieu (d'après ces Écritures et ainsi votre propre expérience) qui nous permet de savoir qu'il est digne de confiance et bienveillant?

Il est facile de croire que Dieu est digne de confiance, mais parfois nos actions et notre anxiété montrent que nous ne lui faisons pas vraiment confiance. Demandez à l'Esprit Saint de vous montrer les domaines dans lesquels vous avez besoin de mettre votre confiance en Dieu.

Ces idées sont probablement des choses que vous connaissez déjà et que vous croyez au sujet de Dieu. Cela dit, quels sont les plus grands obstacles dans votre vie qui vous font oublier ou ne pas appliquer ces promesses à votre réflexion?