

# Savoir dire NON à l'inquiétude !



« **Voilà pourquoi je vous dis : Ne vous inquiétez pas (...)** » **Matthieu 6 : 25**

La grande déclaration de Jésus sur l'inquiétude réside dans Matthieu 6:25-32. « *Voilà pourquoi je vous dis : Ne vous inquiétez pas au sujet de la nourriture et de la boisson dont vous avez besoin pour vivre, ou au sujet des vêtements dont vous avez besoin pour votre corps. La vie est plus importante que la nourriture et le corps plus important que les vêtements, n'est-ce pas ? (.....) Mais votre Père qui est au ciel sait que vous en avez besoin.* »

La charte de l'apôtre Paul indique également comment éviter de s'inquiéter ? « *Philippiens 4 : 6,9* ». « *Ne vous inquiétez de rien ; mais en toute chose faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications, avec des actions de grâces. Ce que vous avez appris, reçu et entendu de moi, et ce que vous avez vu en moi, pratiquez-le. Et le Dieu de paix sera avec vous.* »

L'enseignement sur l'inquiétude est clair, nous devons refuser l'inquiétude et rechercher la paix de Dieu. **La meilleure façon d'éliminer cette mauvaise habitude consiste à la remplacer par une bonne.**

- **La première bonne habitude à adopter pour éviter l'inquiétude est la PRIÈRE**

Nous devons réussir à faire face à l'inquiétude par la prière et notamment la prière de reconnaissance. Paul dit : « *Ne vous inquiétez de rien (..)* » (v.6). La demande adressée à Dieu par Paul au sein de ces difficultés était précise. Au lieu de prier en exprimant des sentiments de doute, de découragement ou de mécontentement, Paul s'est approché de Dieu avec reconnaissance.

Dieu n'a-t-il pas promis de ne pas nous éprouver au-delà de nos forces (**1 Corinthiens 10 :13**), de faire concourir toutes choses à notre bien (**Romains 8 :28**), qu'au sein de la souffrance, il nous formera lui-même (...) nous affermira (...) nous fortifiera (..) et nous rendra inébranlables » (**1 Pierre 5 :10**). Ce sont les principes clés de la vie chrétienne.

Souvenons que toutes nos épreuves font parties du plan de Dieu. Apprenons à le remercier pour sa puissance et ses promesses.

Peut-être serions-nous tentés de nous écrier : « Dieu, où es-tu ? Que fais-tu ? Pourquoi cela m'arrive t-il ? Jonas a réagi différemment (**Jonas 2 :2,8**). Il a réagi avec reconnaissance quand un grand poisson l'a avalé (**Jonas 2 : 1**). Il avait, certes, ses faiblesses mais une grande stabilité spirituelle se dégageait de sa prière. En effet, il savait que Dieu avait la capacité de le délivrer s'il en décidait ainsi.

**La prière est le principal moyen d'éviter l'inquiétude.**

- **La deuxième bonne habitude à adopter pour éviter l'inquiétude est de veiller sur l'objet de nos pensées (Philippiens 4:8)**

L'apôtre Paul nous exhorte à ne plus penser aux œuvres infructueuses des ténèbres (**Ephésiens 5 :11, 12**), mais à nous concentrer uniquement sur ce qui est juste et honorable.

La capacité de penser avec justesse et clarté est une bénédiction immense de Dieu. Elle commence par l'Évangile qui est la puissance de Dieu pour le salut de quiconque croit (Romains 1 :16). Le salut exige une réponse intelligente, à savoir la confiance dans la vérité révélée par Dieu et une transformation visible dans notre vie.

Concentrer nos pensées sur ce qui est vrai exige de méditer la parole de Dieu et de garder les yeux fixés sur Jésus (**Hébreux 12 : 2**). Ainsi des pensées justes précéderont des actes justes.

Seules les armes spirituelles peuvent nous aider contre notre nature inquiète, notre nature pécheresse (**2 Corinthiens 10 : 4**) et nous renouveler. En évitant l'inquiétude par la prière et en adoptant des attitudes justes, nous renversons les raisonnements et toute hauteur qui s'élèveront contre la connaissance de Dieu, et nous rendront toute pensée captive à l'obéissance à Christ (**2 Corinthiens 10 : 5**).

### Résumé :

#### **Pour dire NON à l'INQUIÉTUDE :**

- 1) Appuyez-vous sur la parole de Dieu qui me demande de ne m'inquiéter de rien (Matthieu 6 : 25-32).
- 2) Adresser des prières de reconnaissance à Dieu à l'instar de Paul et Jonas et méditer sa parole sans cesse. (Jonas 2 :2,8)
- 3) Veiller sur vos pensées (Hébreux 12 : 2)

Pasteur Israël