

L'inquiétude

S'il est un sujet d'actualité prégnant à plus d'un titre, ce sont les peurs que suscite l'inquiétude :

Peur du lendemain, de la situation économique, de la guerre en Ukraine et ailleurs et de leurs possibles conséquences, peur de la maladie et de son cortège de souffrances, peur de l'autre qui n'est pas toujours l'étranger, le migrant...en fait peur de tout et de rien.

Me connaissant, vous connaissez aussi mon penchant hypocondriaque, alors vous parler de l'inquiétude relève presque de la provocation.

Les causes de l'inquiétude sont multiples et reposent très souvent sur un sentiment diffus de crainte d'un évènement à venir, évènement à connotation toujours négative dont on n'en discerne jamais les contours avec précision.

« *J'ai le pressentiment qu'il va m'arriver quelque chose de grave* » entend-on souvent au hasard des conversations, sans que la personne ne puisse en saisir la portée réelle ni en définir le sens.

Le pressentiment, le mot est lâché. Mais qu'est-ce qu'un pressentiment ?

Ce serait la connaissance intuitive et vague d'un évènement qui ne peut être connu par le raisonnement.

Si nous examinons les termes qui décrivent l'inquiétude, nous verrions qu'ils renferment l'idée de la division, de la séparation, d'un déchirement de la personnalité.

L'inquiétude est une préoccupation excessive, parfois même angoissée, pour une situation, pour des faits ou des attitudes auxquels ni nous-mêmes, ni personne ne peut rien changer. Parfois, nous ne savons pas même où se trouve la source de cette angoisse.

Alors ce produit ce déchirement profond : L'inquiétude anticipe le futur sans raison. En réalité, il se jette dans le futur à corps perdu...

Pourtant, aussi banal que cela puisse paraître, le futur n'est pas le présent ! C'est-à-dire que nous n'en avons pas le contrôle. Il n'y a que notre imagination sans bride qui veut vagabonder dans ces aires-là.

De manière curieuse c'est souvent la nuit que les inquiétudes se muent en angoisses souvent irrépessibles, incontrôlables et irraisonnées.

Et pourtant, rien n'a changé, en apparence du moins, car la nuit c'est le domaine des ténèbres, de l'obscurité où rien n'est clair, rien n'est bien défini, où tout prend des dimensions effrayantes et décalées avec la réalité.

Notre cerveau nous plonge dans un monde imaginaire où une parole en apparence anodine ou lourde de sens nous projette dans un monde de conjectures plus anxieuses les unes que les autres.

Quand le soleil luit à nouveau il dissipe nos craintes et nos terreurs nocturnes.

Pourquoi l'esprit devrait-il s'égarer dans un temps qui échappe à tout contrôle ? Le Seigneur veut s'occuper de cette maladie qui ronge aussi sûrement que la gangrène.

Cependant, il ne s'arrête pas à décrire un état négatif, il montre surtout la manière dont nous pouvons nous en sortir.

L'inquiétude n'est rien d'autre qu'une fausse polarisation sur la vie. Elle dévore le sujet par d'hypothétiques problèmes concernant le lendemain.

Or, Jésus déclare qu'à chaque jour suffit sa peine !

Le Christ, le Fils de Dieu, reste le Seigneur de l'avenir inconnu comme le Maître de l'heure présente. Nos lendemains se trouvent entre ses mains.

Notre manque de foi en lui est une preuve que nous voulons le remplacer, lui, le Créateur de nos vies et le Rédempteur de notre destinée, par nos esprits tourmentés, par des hypothèses invérifiables.

Pourtant, toutes choses se trouvent entre ses mains. Notre malheur consiste en ce que nous cherchons ce qui nous est offert.

Et Paul de nous mettre en garde contre la forteresse des faux raisonnements :

2 Corinthiens 10 – 4 et 5

Car les armes avec lesquelles nous combattons ne sont pas charnelles ; mais elles sont puissantes, par la vertu de Dieu, pour renverser des forteresses. Nous renversons les raisonnements et toute hauteur qui s'élève contre la connaissance de Dieu, et nous amenons toute pensée captive à l'obéissance de Christ.

En fait, l'inquiétude, l'anxiété relèvent de nos pensées et nos pensées relèvent de notre porosité ou non aux pensées de Satan.

Nous faire croire, voilà sa tactique, notre sensibilité et notre aptitude à l'écouter, voilà ses armes.

La nuit, c'est son domaine, rien de surprenant que ce soit le temps de la démesure, de l'obscurité dans nos pensées et de son corollaire : l'anxiété.

C'est ce combat que Jésus veut que nous gagnions car lui aussi a connu l'angoisse du mont des oliviers mais, tout comme lui qui a été secouru par des anges, il vient en personne nous secourir au moment du doute pour si peu que nous prenions le temps de l'écouter.

Pour autant, l'alternative à l'inquiétude n'est pas et ne doit pas être une insouciance irresponsable, une certitude qu'au fond la foi chrétienne et l'Évangile tout entier sont conçus pour des êtres détachés de la réalité, de doux rêveurs, et que Jésus-Christ en personne ignorait les soucis matériels d'une dure existence...

Ne l'a-t-on pas souvent représenté sous les traits d'un personnage romantique, sans prise sur les réalités quotidiennes de la vie et parfois même assimilé aux hippies des années soixante, vivant dans une communauté « peace and love » où tout n'est qu'amour et bonheur parfait ?

Rappelez-vous ce tube de Johnny écrit et chanté en avril 1970 « Jésus Christ est un hippy ».

Certains chrétiens estiment qu'il serait interdit, par obéissance à l'Évangile, de concevoir des projets d'avenir et de former des plans pour le futur.

Malheureusement, comme beaucoup de paroles de Jésus, celle-ci aussi a connu le sort malheureux des mauvaises interprétations...

Jésus n'objecte nullement à la nécessité de préparer l'avenir. Il refuse simplement que nous ayons à son sujet une inquiétude déplacée.

Le Nouveau Testament, comme d'ailleurs toute la Bible, nous invite à programmer, à préparer la vie, à condition de dresser des plans selon la volonté de Dieu.

La question essentielle est de bien la préparer. S'il est hors de question, pour nous autres chrétiens, de nous angosser pour l'avenir, il est aussi également interdit de nous ériger en maîtres prétentieux du futur.

Nous ne sommes pas différents des autres, nous avons aussi nos soucis, de santé ou autres, Dieu ne nous a jamais promis l'immunité absolue sur cette terre mais il nous a promis d'être chaque jour à nos côtés, de ne jamais nous abandonner, de ne jamais nous laisser tomber.

Le chrétien qui programme, projette et prépare est celui qui, dans une attitude de foi et de confiante soumission, s'adresse à Dieu en le priant : « *Seigneur, tu es le Maître et je te confie tous mes projets. Je veux agir selon ta volonté, te servir pour ta seule gloire. Je t'appartiens corps et âme, dans la vie comme dans la mort.* »

Mais aussi « *Seigneur quand je marche dans la vallée de l'ombre de la mort, Je ne crains aucun mal, car tu es avec moi : Ta houlette et ton bâton me rassurent.*

Tu dresses devant moi une table, En face de mes adversaires; Tu oins d'huile ma tête, Et ma coupe déborde.

Oui, le bonheur et la grâce m'accompagneront Tous les jours de ma vie, Et j'habiterai dans la maison de l'Eternel Jusqu'à la fin de mes jours. »

Comprenons bien les choses : le psalmiste est dans une situation anxieuse et pourtant il compose une ode à la gloire de Dieu où la confiance transpire à chaque verset du psaume.

Posons-nous les bonnes questions :

Est-ce que je me laisse guider par Dieu ?

Dieu détient un contrôle absolu sur tout ce qui se passe, mais nous détenons le libre arbitre pour le laisser mener nos vies.

« Il me fait reposer dans de verts pâturages, Il me dirige près des eaux paisibles.

Il restaure mon âme, Il me conduit dans les sentiers de la justice, à cause de son nom ».

Cela signifie que si vous lui donnez carte blanche pour contrôler votre vie, Dieu répondra à vos besoins, il vous donnera la paix, vous restaurera et vous guidera vers le chemin de la vie, et non celui de la destruction.

Il l'a promis : « *j'ai mis devant toi la vie et la mort, la bénédiction et la malédiction. Choisis la vie, afin que tu vives, toi et ta postérité, pour aimer l'Eternel, ton Dieu, pour obéir à sa voix, et pour t'attacher à lui: car de cela dépendent ta vie et la prolongation de tes jours, et c'est ainsi que tu pourras demeurer dans le pays que l'Eternel a juré de donner à tes pères, Abraham, Isaac et Jacob* » **Deutéronome 30 – 19 et 20.**

Donc, si ta situation te semble chaotique, désespérée, pose-toi la question :

« Est-ce que je permets à Dieu de me conduire ? »

Suis-je en train de camper dans cette « vallée » ?

Des événements troublants peuvent surgir à n'importe quel moment et c'est tout à fait légitime de parfois vous sentir faible par rapport à un parcours parsemé d'embûches. Cela doit-il toutefois vous priver de la joie qui provient de votre relation avec Dieu ? Sachez que non...

« Quand je marche dans la vallée de l'ombre de la mort, Je ne crains aucun mal, car tu es avec moi : Ta houlette et ton bâton me rassurent ».

Peu importe les circonstances, Dieu est avec vous et vous reconfortera durant cette marche périlleuse. Ne choisissez pas pour autant de rester dans cette torpeur et dans cet état d'esprit en « campant » dans cette « vallée » sombre.

Si vous traversez une saison de péchés ou de désespoir posez-vous la question :

« Est-ce que j'essaye d'avancer avec l'aide de Dieu pour m'en sortir ou est-ce que je stagne dans cette situation désolante ? »

Ai-je du mal à me souvenir de la fidélité de Dieu ?

Souvent, lorsque vous focalisez trop sur vos problèmes et sur tout ce qui vous accable, vous remarquerez que vous aurez tendance à faire l'impasse sur les promesses de Dieu.

Arrêtez-vous un instant pour faire une liste et réfléchir sur toutes les façons dont le Seigneur s'y est pris pour être fidèle à votre égard.

Brigitte et moi avons notre fameux cahier vert où nous consignons – avec parfois des oublis, j'en conviens – tout ce que Dieu a fait pour nous, pour vous...Et cela nous reconforte et nous encourage !

« Tu dresses devant moi une table, En face de mes adversaires ; Tu oins d'huile ma tête, Et ma coupe déborde ».

A votre tour, prenez un cahier et notez toutes les réponses de Dieu, vous serez surpris de leur nombre et cela vous rappellera toutes les fois où Dieu ne vous a pas abandonné.

En le faisant, vous aurez l'esprit éveillé et vous vous sentirez mieux. C'est la bénédiction ultime qui vous attend si vous ne vous laissez pas submerger par les pensées négatives !

« Oui, le bonheur et la grâce m'accompagneront tous les jours de ma vie, Et j'habiterai dans la maison de l'Eternel Jusqu'à la fin de mes jours »

C'est la conclusion, la victoire pour celui ou celle qui, après avoir lutté, résisté a vaincu avec l'aide du Seigneur.

Mais pratiquement, que devons-nous faire pour nous débarrasser de nos soucis ?

Je répondrai qu'il est quasi impossible d'y parvenir. Les soucis expriment nos émotions ; Dieu nous a pourvus d'une vie émotive, ainsi que d'une vie intellectuelle et d'une volonté.

Ce serait presque anormal de ne se faire jamais de soucis. Mais le secret consiste à apprendre à diriger nos émotions.

Si nous leur donnons la première place, si nous gaspillons nos énergies, si l'anxiété consomme le potentiel de vitalité qui se trouve en nous et qui est un don de Dieu, alors ce sera la défaillance, l'étouffement et la défaite.

La célèbre parabole des talents racontée par Jésus en offre une parfaite illustration. C'est parce que le troisième serviteur s'était fait trop de soucis sur le capital qui lui avait été confié qu'il alla l'enterrer sans le faire fructifier...

« Paresseux, lui cria son Maître, paresseux et inutile ! Il fallait au moins le confier à d'autres pour que cela rapporte ».

Il existe une attitude de souci légitime ; sachons la conserver dans les limites du raisonnable et faisons confiance à Dieu car seul l'Esprit de Dieu pourra nous affranchir et nous redonner une vision équilibrée des choses et amener la sérénité dans nos esprits.

En réalité, personne ne peut s'occuper de soi-même tel que Dieu le fait pour chacun d'entre nous.

Personne ne peut se supporter ainsi que Dieu nous a supportés, en se chargeant de notre personne, du poids de notre péché, de notre incrédulité...

Examinez la nature et la cause de votre problème, mais sachez surtout que la solution se trouve en Dieu.

Déchiré par l'inquiétude, anxieux et oscillant, vous pouvez vous adresser à celui qui n'a pas épargné son propre Fils, mais qui nous l'a donné comme Sauveur.

Déchargez-vous donc de tous vos soucis sur celui qui vous invite : *« Je ne vous laisserai pas seuls, je ne vous abandonnerai pas. »*

La prière de la foi au Dieu Père, Fils et Esprit Saint voilà l'antidote à une angoisse qui autrement nous mènerait à une ruine certaine.

Philippiens 4 - 6

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. 7. Et la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Jésus-Christ.

Matthieu 6 – 34

Ne vous inquiétez donc pas du lendemain ; car le lendemain aura soin de lui-même. A chaque jour suffit sa peine.

1 Pierre 5.7

Déchargez-vous sur lui de tous vos soucis, car il prend soin de vous.