

# CCLE : LES VALEURS (16)

## Devenir disciple (6)

### INTRO CULTE



**« O Dieu, des orgueilleux se dressent contre moi,  
des hommes violents en veulent à ma vie.  
Il n'y a pas de place pour toi dans leurs pensées ».**

*Psaume 86 : 14*

Il y a quelques années, j'ai eu l'occasion de voir un reportage sur des animaux dont on parle peu et qui vivent principalement aux Etats-Unis. On y parlait de l'opossum, par exemple, qui était très loin de ressembler au portrait que je m'en faisais. J'avais des souvenirs d'un opossum tout mignon, hérité des dessins animés de mon enfance, quelle ne fut pas ma surprise de découvrir une petite bête pas si petite que ça, avec des dents encore moins petites et une agressivité à effrayer même les plus courageux. Et puis, le reportage s'est attardé sur un couple de retraités qui habitait une charmante maison, dans une magnifique vallée entourée de montagnes. Ce brave couple a alors expliqué qu'un samedi matin, ils avaient été réveillés par une odeur indescriptible qu'ils ont attribuée à une fuite de gaz. Ils ont donc appelé les services concernés, pompiers et autres, pour découvrir que, finalement, c'était un putois qui avait élu domicile en dessous de leur maison. Ils ont contacté tous les exterminateurs possibles et imaginables, mais aucun d'eux n'a daigné se déplacer pour régler son compte au putois. Ils se sont donc dit que tout finirait par s'arranger tout seul, encouragés en cela par le fait que l'odeur diminuait. En réalité, l'odeur ne diminuait pas, ils s'y habuaient, c'est tout. C'est lorsqu'un voisin leur fit remarquer qu'il régnait dans leur maison une odeur pestilentielle, qu'ils se sont décidés à rechercher quelqu'un capable de murmurer à l'oreille des putois. Le gars en question a fini par découvrir qu'il y avait deux putois vivants et un putois mort en dessous de la maison. Une fois les bestioles évacuées, tout rentra dans l'ordre. « Cela a coûté des sous, mais ça en valait la peine » diront Mr et Mme Smith pour conclure.

Cette histoire nous apprend quelque chose d'important : « *Vous ne pouvez pas vous débarrasser d'une odeur de putois, sans vous débarrasser du putois* ». Notre odorat possède une puissance unique à évoquer l'émotion. Pensez au parfum d'une fleur, à une fragrance aromatique, aux senteurs de certaines épices. Dans nos vies intérieures, ce sont nos émotions qui agissent en tant qu'arômes. Nos émotions positives, la joie, le plaisir, la gratitude ont des odeurs de pain fraîchement cuit au four. Nos émotions négatives, la tristesse, l'inquiétude, la colère peuvent par contre nous donner envie d'évacuer nos propres vies. Lorsque ces émotions nous frappent, notre humeur plonge et nous perdons de l'énergie. Dieu nous semble distant, la prière semble vide, le péché diablement tentant et notre vie nous semble maussade. Mes amis, nos émotions ne nous viennent jamais par hasard. Voici la règle générale :



**Nos émotions découlent de nos pensées.**

Les gens découragés ont tendance à avoir des pensées décourageantes. Les gens inquiets ont tendance à avoir des pensées anxieuses. Les gens amers ont tendance à avoir des pensées du même type. Et ces pensées deviennent tellement automatiques que, même si cela sent mauvais, même si une odeur persistante de putois parfume l'atmosphère de nos vies, après un certain temps, nous ne remarquons même plus que ces pensées nous habitent. Nous nous sommes habitués à ce que l'on appelle en anglais, les « *stinking thinking* », « aux pensées puantes ». Nous allons prendre un exemple biblique de processus de pensées puantes :

*« Achab raconta à la reine Jézabel tout ce qu'avait fait Elie et comment il avait fait périr par l'épée tous les prophètes de Baal. Alors Jézabel envoya un messenger à Elie pour lui dire : - Que les dieux me punissent très sévèrement si demain, à la même heure, je ne t'ai pas fait subir le sort que tu as infligé à chacun de ces prophètes! Elie prit peur et s'enfuit pour sauver sa vie. Il se rendit d'abord à Beer-Sheva, dans le territoire de Juda, où il laissa son jeune serviteur. Puis il s'enfonça dans le désert. Après avoir marché toute une journée, il s'assit à l'ombre d'un genêt isolé et demanda la mort : C'en est trop, dit-il! Maintenant Eternel, prends-moi la vie, car je ne vaudrais pas mieux que mes ancêtres! »*

**1 Rois 19 : 1-4**

Cela peut nous arriver à tous. Le prophète Elie vient d'atteindre un sommet dans sa vie en défaisant les 450 faux prophètes sanguinaires du Dieu Baal. C'est alors qu'un événement, cette lettre de menace de la reine Jézabel, le plonge dans une peur sans nom! Examinons ses pensées :

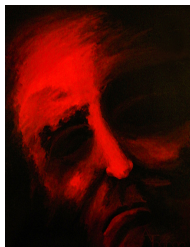
- **Il se sent indigne** : verset 4 « je ne suis pas meilleur que mes ancêtres ».
- **Il est désespéré** : verset 3 « il fuit pour sauver sa vie ». Et il fuit dans le désert! Il faut être vraiment désespéré pour fuir la mort en allant vers la mort! Le désert du Sinaï, c'est mortel, mes amis.
- **Il se sent seul** : verset 9-10 « je suis le seul qui reste ».
- **Il se sent incapable d'en sortir et il veut mourir**: verset 4b « j'en ai assez, prends-moi la vie ».

Nous sommes en présence, ni plus ni moins, de la première demande d'euthanasie active recensée de l'histoire, et c'est un des plus grands prophètes qui adresse cette demande à Dieu! Heureusement pour Elie, et pour nous, Dieu est un grand thérapeute! Il va commencer par offrir à Elie, une petite sieste à l'ombre d'un arbre. Que dis-je d'un arbre, d'un arbrisseau, d'un genêt. Oui parce que, je ne sais pas si vous savez, mais les chênes, dans le désert, c'est plutôt rare. Il est à noter également que Dieu ne reproche rien à son serviteur, du style : « Comment? Tu as le privilège de me servir et tu as l'audace de ne pas aller bien! Tu veux peut-

être que je te donne le numéro d'un psy? Après tout ce que j'ai fait pour toi! La vie merveilleuse et spirituelle que je te donne. Quelle ingratitude! ». Heureusement pour Elie et pour nous, Dieu n'est pas un homme. Il ne fait pas de reproches, il invite son serviteur à se reposer parce qu'il en a besoin : De plus, Dieu va lui donner à manger par l'intermédiaire d'un ange, des biscuits cuits sur des pierres (v5 et 7). Ils sont tout chauds, quelle odeur agréable. De quoi déjà, par les narines, se souvenir combien le Seigneur est bon! A ce stade-là, Elie est encore perdu dans ses pensées morbides; la preuve, c'est qu'un ange lui parle, et il ne s'en émeut pas plus que ça. Pourtant, comme signe que Dieu est avec lui, ce n'est pas mal! Ensuite, Dieu va donner à son prophète Elie, une petite thérapie cognitive, afin de remplacer chacune de ses pensées tueuses de vie! Il va donner à Elie une apparition de sa personne! Celui-ci va apparaître à son prophète dans un « *silence éloquent* » ou « *un bruissement doux et léger* ». Pourquoi Dieu fait-il cela? Quel type d'impact possède une apparition de Dieu? Quand ce style d'apparition se passe-t-elle? Eh bien, très souvent, cela se passe lorsqu'un homme est tellement désespéré que son être intérieur va craquer. C'est le cas pour Moïse qui demande la mort et finalement demandera à Dieu de lui montrer sa gloire. C'est le cas pour Jésus lorsque dans le jardin de Gethsémani, il est en lutte avec des angoisses mortifères. C'est à ce moment, nous dit Luc dans son Evangile, qu'un ange lui est apparu pour le fortifier. Pour lui rappeler le goût du ciel, en quelque sorte.

*Apparemment lorsque Dieu « se montre », c'est pour briser l'enfermement de la désespérance.*

Pour Elie également, l'objectif semble être de remplir le futur du prophète d'espérance parce qu'il sera avec lui, il ne le lâchera pas : « *Retourne d'où tu viens* » lui dit Dieu. Cela ne veut pas dire : « *cesse de me déranger avec tes petits problèmes* », mais bien : « *retourne à ta vie, retourne à ta vocation, à ce que j'ai fait de toi. Retourne vers ceux qui ont besoin de ce que je t'ai donné. Retourne vers tous ceux qui ont besoin de ta vie* ». Et puis, une bonne nouvelle n'arrivant jamais seule, Dieu lui révèle également qu'il n'est pas seul : « *sept mille me sont encore fidèles en Israël* ». Sept mille n'ont pas plié le genou devant Baal, devant les faux dieux et leurs appétits atroces d'enfants et ce, malgré les risques que cela entraînait pour eux et leur famille! Et enfin, Dieu redonne du sens à la vie d'Elie en lui donnant une nouvelle mission : former son successeur! En définitive, Elie pensait que son problème était Jézabel. *Mais, mes amis, il y aura toujours une Jézabel dans nos vies. Le véritable défi se situe entre nos deux oreilles.*



*La manière dont nous vivons sera inévitablement le reflet de la manière dont nous pensons.*

Le véritable changement commence dans nos esprits. La bonne nouvelle, c'est que si Dieu a pu changer la façon de penser d'Elie, il peut aussi changer la vôtre. Ce qui fait que les gens sont ce qu'ils sont, ce qui fait que vous êtes ce que vous êtes, vient principalement de votre façon de penser. Vous vous souvenez de ce verset : « *Ne vous laissez pas modeler par le monde actuel, mais laissez-vous transformer par le renouvellement de votre pensée, pour pouvoir discerner la volonté de Dieu : ce qui est bon, ce qui lui plaît, ce qui est parfait* »<sup>1</sup>. La plupart d'entre nous connaissons bien ce verset, peut-être même trop bien d'ailleurs. Tellement bien que cela ne change strictement rien à la façon dont nous fonctionnons. Je vous en propose donc une nouvelle version :

**« Laissez Dieu vous transformer en changeant votre façon de penser ».**

Devenir la personne que Dieu vous appelle à devenir repose sur une simple directive : *Pensez de grandes pensées!* Les personnes qui vivent de grandes vies ont, en général, de grandes pensées. Leurs pensées les inclinent vers la confiance, l'amour et la joie. A ce stade, je veux encore redire ceci : *Essayer de changer vos émotions, ce que vous ressentez, par votre volonté, sans permettre à l'Esprit de Dieu de modifier le flux de vos pensées, revient à remplir de fumée le terrier du putois, tout en permettant au putois de vivre dans l'espace sous votre maison!* Dieu peut nous aider à changer notre façon de penser. Nous allons maintenant examiner deux manières dont nous pouvons nous ouvrir à son travail :

<sup>1</sup> Romains 12 : 2

- **apprendre à surveiller ce qui se passe dans notre esprit.**
- **apprendre à connecter nos esprits sur une meilleure fréquence.**

Nos habitudes de pensées deviennent aussi habituelles que le fait de nous brosser les dents. Après un certain temps, nous n’y pensons même plus. Nous sommes si accoutumés à avoir des pensées amères ou anxieuses ou égoïstes, que nous ne remarquons même plus que nous avons ce genre de pensées. Une des plus grandes barrières à un esprit florissant est ce que l’on appelle parfois « être absent en esprit ». Vous êtes à table avec quelqu’un, un ami, votre famille, présent de corps donc, mais votre esprit n’est pas là. Il rumine vos problèmes, réels ou sublimés. Une sorte d’obsession sourde, répétitive et ennuyeuse, quasi hypnotique, nourrie de vos problèmes et de vos tâches, est, elle, par contre, bien présente. Je suis absent d’esprit! Mon esprit s’est absenté sans permission. Il a déjà quitté le building. Les personnes qui m’entourent savent bien que je ne suis pas pleinement présent car toute expressivité a quitté mon visage et aucun stimulus ne semble pouvoir le ramener à la vie. Je parle moins ou pas du tout, et quand je parle, je suis superficiel et laconique. Je ne le fais pas exprès. C’est simplement devenu une habitude de mon esprit. La vie spirituelle commence par la prise de conscience et l’attention portée à nos pensées. C’est la raison pour laquelle le psalmiste fait cette prière :

*« Examine-moi, ô Dieu, et connais mon cœur,  
mets-moi à l’épreuve et connais mes pensées! »*

**Ps 139 : 23**



Dieu connaît nos pensées mieux que nous-mêmes et il nous aidera à découvrir ce qui se passe dans notre esprit un moment après l’autre. En surveillant mon esprit, je vais rencontrer de nombreuses pensées qui ne sont pas les bienvenues : je deviens anxieux, je vois tout en noir, je convoite, j’envie. Mais je vais aussi commencer à reconnaître quel genre de pensées l’Esprit de Dieu me souffle. L’apôtre Paul nous a laissé un cadre pour comprendre quelles sont les pensées et attitudes qui proviennent de l’Esprit de Dieu. Il écrit :

*« De fait, la nature humaine tend vers la mort,  
tandis que l’Esprit tend vers la vie et la paix ».*

**Rom 8 : 6**



Prenez une pensée, spécialement celle qui vous semble pesante et que vous tournez en boucle encore et encore dans votre petite tête, et posez-vous la question : « Dans quelle direction me dirige cette pensée? Vers la vie, vers la version sanctifiée, divinisée de moi-même ou dans une autre direction? ». Est-ce que c’est fatiguant? Cela peut l’être, surtout au début. Mais notre esprit ne peut pas devenir un hall de gare dans lequel n’importe quoi ou n’importe qui, à n’importe quel moment peut entrer. Notre esprit doit devenir une discothèque, une boîte de nuit. Pourquoi une boîte de nuit, allez-vous me dire? Eh bien parce que devant une boîte de nuit, à l’entrée, il y a un sorteur, un physionomiste. Quelqu’un qui trie et qui empêche les indésirables d’entrer. Les critères d’accès à notre esprit sont simples :

*« Enfin, frères et sœurs, portez vos pensées sur tout ce qui est vrai,  
tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout  
ce qui est digne d’être aimé, tout ce qui mérite l’approbation, ce qui  
est synonyme de qualité morale et ce qui est digne de louange ».*

**Phil 4 : 8**



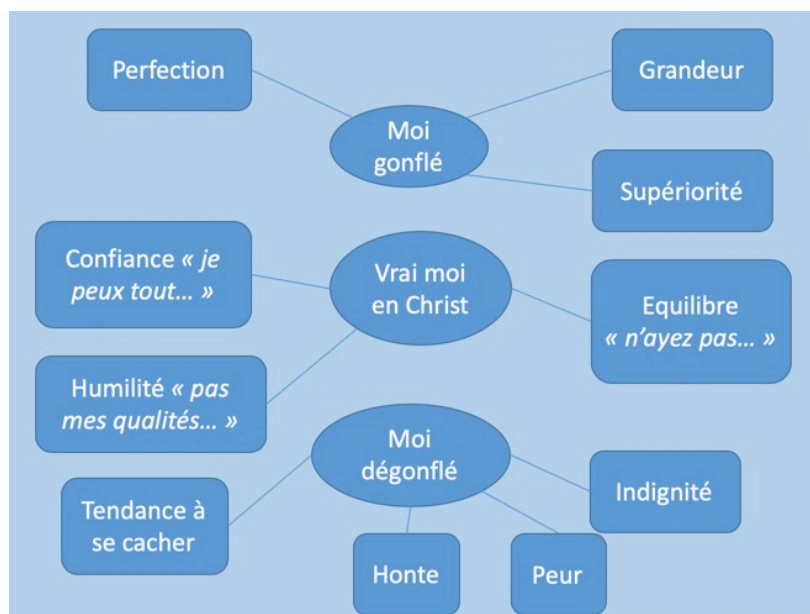
C’est important, la qualité de notre vie et de nos relations en dépendent. Parce que, vous aurez remarqué sans doute, nous ne vivons pas seuls. Si notre vie est bloquée sur la fréquence dépression, amertume, colère, désespérance, égocentrisme ou autre, cela aura un impact sur votre entourage. Et je vous le dit tout suite pour vous encourager à prendre Dieu au sérieux : on n’a jamais vu personne rester en couple avec un putois! Une des façons les plus simples et les plus efficaces de surveiller votre esprit est de programmer votre réveil ou votre téléphone portable ou quoi que ce soit d’autre qui puisse être programmé, et de le faire sonner à intervalles réguliers tout au long de la journée. Lorsque ça sonne, notez (ou relevez mentalement) où vous êtes et ce que vous faites. Ensuite, sur une échelle de 1 à 4, relevez votre pensée :

|                 | Très |   | Pas du tout |   |
|-----------------|------|---|-------------|---|
| En paix         | 4    | 3 | 2           | 1 |
| Connecté à Dieu | 4    | 3 | 2           | 1 |

Faites cela pendant une semaine, et regardez quelles activités et quelles personnes vous aident le plus à vivre sous le contrôle de l'Esprit. Quelles sont les activités et les relations qui bloquent l'action de l'Esprit? Comment pourriez-vous changer cela ou, à tout le moins, le diminuer? Voilà donc en ce qui concerne les personnes et les activités. Revenons aux pensées. Même principe, dans quel état d'esprit êtes-vous : relevez trois adjectifs qui correspondent à votre état d'esprit habituel parmi les mots suivants :

**Reconnaisant Curieux Borné Insatisfait Créatif Défensif Plein d'espoir Fâché Anxieux Courageux Préoccupé Passif Déterminé Engagé**

Il faut que nous apprenions à devenir conscients du flot de pensées présent dans notre esprit sans trop essayer de les changer rapidement. Autrement dit, soyons patients avec nous-mêmes. Les tout petits qui commencent à marcher apprennent systématiquement de leurs chutes, mais sans aucun jugement pouvant paralyser leurs progrès. Aucun bébé ne se dit : « *Je suis à nouveau tombé! Mais quel lourdaud je fais! Je vais ramper le reste de ma vie. Je ne marcherai jamais!* ». Apprendre à marcher dans l'Esprit nécessite au moins autant de grâce et de force qu'apprendre à marcher sur ses deux jambes. L'Esprit Saint vous poussera toujours à aller vers la meilleure version de vous. On pourrait l'imager comme suit :



Un peu à l'instar d'Elie, nous pouvons être tentés de penser que nous sommes les seuls vraiment fidèles, les seuls vraiment doués et un peu spéciaux. Et tout cela est relié à cette vieille tentation « *Vous serez comme des dieux* ». Parce que lorsque nous pensons à nous en termes de ressemblance avec Dieu, nous devenons bien souvent obsédés par notre propre succès et notre propre bonheur, et nous avons alors besoin de promouvoir une version « gonflée » de notre compétence et de notre importance. Et c'est là que la réalité nous frappe. Et lorsque ce moi idéalisé s'effondre, ce qui reste, c'est un moi dégonflé et déchiré. Comme Adam et Eve, nous avons alors envie de nous enfuir et de nous cacher. Nous pensons que nous n'avons rien à offrir et que tout est affreux.

*L'Esprit de Dieu veut nous libérer aussi bien de notre prétention à être Dieu que de notre déprime à n'être rien.*

Il existe un Dieu, ce n'est pas vous. Il veut vous aider à être le vrai vous, la meilleure version de vous-mêmes. La version « full options ».