

Vaincre la peur et la colère

Fermer les portes ouvertes de nos vies

Nous avons probablement tous expérimenté la peur dans notre vie. Parfois la peur est utile, parce qu'il y a un réel danger et la peur nous met en garde face à ce danger. Mais à d'autres moments, nous pouvons ressentir plus de peur que la situation ne devrait provoquer. Ou alors parfois il n'y a même pas de danger du tout, mais nous ressentons quand même de la peur. Bien que nous sachions que cette peur soit irrationnelle, ou disproportionnée, souvent nous n'arrivons pas à nous en libérer.

La colère peut de la même manière nous affecter. Il peut y avoir des situations qui provoquent notre colère sur le moment. Parfois cette colère peut être appropriée, mais parfois elle est exagérée. Ce qui s'est passé n'est pas forcément quelque chose d'énorme, mais cela a provoqué quelque chose en nous. Et alors c'est une colère plus profonde qui ressort, et qui n'est en fait pas dû à la situation actuelle. Tant que cette colère sera présente au fond de nous, elle ressortira à un moment ou un autre.

Certaines personnes ressentent ces émotions irrationnelles tous les jours, d'autres très peu. Ce n'est pas un hasard, il y a des raisons derrière cela.

Une bonne façon d'expliquer cela, est en utilisant la métaphore des portes ouvertes dans nos vies. Nous pouvons imaginer que nous avons une porte de la peur. Aussi longtemps que cette porte restera ouverte, elle permettra à la peur de rentrer dans nos vies. La porte peut-être juste un peu ouverte et la peur ne vient alors que de façon modérée. Mais elle peut aussi être grande ouverte, menant alors la personne à être dominé par la peur dans tout ce qu'elle pense et fait. De la même manière, nous avons une porte de la colère dans nos vies. Si ces portes sont fermées, aucune colère ou peur démesurée ne peut entrer dans nos vies.

Ces portes peuvent être ouvertes par d'autres personnes aussi bien que par nous même. Souvent, une porte a été ouverte quand nous étions jeune par une personne qui a de l'influence sur nos vies, comme par exemple nos parents. Plus tard, nous pouvons ouvrir cette porte encore d'avantage par nos actions.

La bonne nouvelle c'est qu'il est possible de refermer ces portes. Dieu ne veut pas que nous vivions contrôlé par des sentiments mauvais comme la peur ou la colère, mais Il veut nous en libérer.

La porte de la peur et la porte de la colère

	La porte de la peur	La porte de la colère
Quelques symptômes possible quand cette porte est ouverte	Possessif Anxiété Isolation Indifférence Drogues, alcools	Haine Mépris de soi Ragots Jalousie Amertume Calomnie
Mauvais mécanismes	Essayer de me protéger moi même	Essayer de me justifier
La vérité	Dieu veut nous protéger	Dieu veut nous justifier et nous faire justice

Comment fermer une porte ouverte

Dieu ne veut jamais que nous soyons contrôlé par la peur ou la colère. Quand Il a créé le monde, tout était parfait. Il n'y avait ni peur, ni douleur, ni mort ou injustice. Malheureusement, les premiers hommes, comme tous les autres ensuite, se sont rebellés contre Dieu et ont choisi le mal plutôt que le bien. La conséquence de cela est un monde brisé, où satan a une forte influence. Il est constamment en train d'essayer de contrôler les gens. Il se sert de ces portes ouvertes pour amener une peur ou une colère irrationnelle qui rendent les gens captifs.

Les portes sont ouvertes par le péché, que ce soit le notre ou celui de quelqu'un d'autre. Le péché donne à satan de l'influence dans nos vies. De plus, cela nous amène à croire des mensonges. Ces mensonges sont ce qui maintiens ces portes ouvertes. Par exemple:

- Ton père s'est mis en colère à cause de ce que tu as fait et ne t'as pas du tout écouté. Tu t'es aussi mis en colère face à son attitude injuste. Tu as cru "Je ne serai jamais traité justement à moi que je me batte pour me faire entendre."
- Ton professeur t'as humilié devant toute la classe. Maintenant tu as peur de parler devant la classe car tu crois "Je ne suis pas un élève intelligent."

Dieu a promis une solution pour le problème du péché et de la dépravation dans notre monde. Il a promis la venu d'un sauveur qui écraserait la tête du serpent (Genèse 3:15). Ce sauveur est Jésus, le Messie. Il était la seule personne sur terre à n'avoir jamais péché. Pour cette raison, satan n'avait aucun pouvoir sur sa vie. Jésus a été tué par le peuple, mais Il est revenu à la vie trois jours après. A travers cela, Dieu a confirmé le message que Jésus a vaincu le mal. Quiconque crois en Jésus sera lui aussi libre de l'emprise du mal. Comme Jésus est celui qui libère, Son rôle est essentiel dans la fermeture des portes. Il dit en Jean 8:31-32: *"Si vous demeurez dans ma parole, vous êtes vraiment mes disciples. Alors vous connaîtrez la vérité, et la vérité vous rendra libre."*

Trois versets importants à propose des deux portes

"Si vous vous mettez en colère, ne péchez point"; que le soleil ne se couche pas sur votre colère, et ne donnez pas accès au diable. (Ephésiens 4:26-27)

En effet, ce n'est pas un esprit de timidité que Dieu nous a donné, mais un esprit de force, d'amour et de sagesse. (2 Timothée 1:7)

Or le Seigneur, c'est l'Esprit, et là où est l'Esprit du Seigneur, là est la liberté. (2 Corinthiens 3:17)

La procédure pour fermer les portes

Souvent il y a différentes choses qui gardent ces portes ouvertes dans nos vies. Dieu veut les fermer et Il sait le mieux où commencer. En Lui demandant directement, nous Lui donnons la possibilité de nous parler spécifiquement. Le processus débute en Lui posant des questions, et Il nous révèle quelque chose, souvent une situation particulière qui a ouvert une porte dans nos vies. Avec l'aide de Jésus, nous faisons alors tous les pas nécessaire pour se débarrasser de ces influences négatives provoqués par cette situation.

Souvent Dieu ne nous révèle pas tout d'un coup car on ne pourrait pas le supporter. Au lieu de cela, Il nous encourage à marcher avec Lui dans ce processus pas à pas.

Guide pratique

Faites appel à l'aide d'un bon ami. Si vous vous sentez poussez ou que cela ne vous aides pas, dites le tout de suite. Si vous êtes prêt à engager la conversation avec Dieu, vous pouvez commencer:

Esprit de Dieu, vers quelle porte veux Tu me conduire? Jésus, je te prie de me protéger alors que je fais cela.

Quand cette porte a t-elle été ouverte dans ma vie pour la première fois? Qui l'a ouverte?

Laissez Dieu vous montrer ce qu'il s'est passé. Si la porte à été ouverte par quelqu'un d'autre: pardonnez cette personne pour ce qu'elle a fait et pour avoir ouvert cette porte dans votre vie. Voir Pardonnez pas à pas pour plus de détails.

Si vous avez ouvert la porte vous-même: Demandez pardon à Dieu et repentez vous

Quel est le mensonge auquel je crois qui maintiens cette porte ouverte?

Dieu, je suis désolé d'avoir accepté ce mensonge, je te prie de me pardonner. Je rejette le mensonge qui dit que _____.

Jésus, quel est la vérité à la place?

Proclamez la vérité et le fait que vous l'acceptez.

Vérifiez à nouveau: Jésus, comment est la porte maintenant? Pourrais tu la fermer?

Si elle ne peut être complètement fermé pour l'instant, demandez Lui de se tenir devant la porte afin qu'elle ne puisse être utilisé.