

# COMMENT FAIRE FACE ?

*Et trouver la paix intérieure*



Avez-vous déjà essayé de pousser une voiture en panne ?

C'est dur, n'est-ce pas ?

Avez-vous essayé de la pousser dans une montée ?

C'est encore plus difficile.

Parfois la vie est ainsi : on a l'impression de pousser un véhicule dans une côte.

Mais Dieu peut faire redémarrer la voiture et la faire avancer de sorte que vous n'ayez pas à la pousser. Il a la clé, Il a le pouvoir de prendre en mains votre situation. Si vous poussez trop fort, de vos propres forces, cela revient à pousser une voiture dont le moteur est éteint ; vous allez très vite vous épuiser. Il vous faudra énormément de temps pour atteindre le haut de la côte, et une fois arrivé, vous serez exténué.

S'en remettre au Seigneur, c'est comme Lui demander la clé pour mettre le contact, et vous pourrez démarrer sur les chapeaux de roues ! C'est toute la différence entre pousser la voiture de vos propres forces, et laisser agir la puissance de Dieu.

---

Quand vous êtes accablé par les problèmes, évitez de vous précipiter pour essayer de tout résoudre par vous-même. Forcez-vous à vous arrêter et remettez tout entre les mains du Seigneur, en prière. Donnez-Lui une chance de vous montrer la solution ou la réponse que vous cherchez.

---

*La paix de l'âme vient lorsque l'on consent à faire la volonté de Dieu sans poser de condition.  
C'est le repos d'un cœur enraciné profondément dans le Seigneur.*

\* \* \*

Le roi David était passé maître dans l'art de méditer et de se reposer dans le Seigneur. Les Psaumes contiennent des pages et des pages de louanges, ils exaltent la paix, la confiance et la foi en Dieu. Ces paroles émanent d'un cœur plein de louange, d'amour et de dépendance envers Dieu. Pourtant, David avait enduré toutes les épreuves de la vie, tous ses tests et ses défis. C'est ainsi qu'il avait formé un lien personnel très fort avec le Seigneur et qu'il avait trouvé le havre de paix, l'endroit sacré et béni où rien ne pouvait l'ébranler.

\* \* \*

**Faites une « sieste » spirituelle au milieu de votre journée. Trouvez un endroit calme et reposez votre tête sur l'épaule du Seigneur. Pensez à Lui et Il vous donnera Sa paix.**

## **Une foi à toute épreuve**

Moïse a gardé des moutons pendant 40 ans. Noé a passé 120 ans à construire l'Arche. Job a enduré de terribles souffrances et d'innombrables difficultés. Toutes ces épreuves ont contribué à leur donner une foi hors du commun. Un des facteurs qui les a aidés à tenir bon pendant ces heures extrêmement difficiles, c'était leurs moments de méditation avec Dieu.

S'ils n'avaient pas pris le temps de méditer, ils n'auraient jamais trouvé la foi dont ils avaient besoin à l'heure de l'épreuve.

Pendant les moments difficiles, n'hésitez pas à prendre le temps de communier avec le Seigneur. Laissez-Le travailler dans votre vie, pour faire grandir votre foi.

## **La sérénité**

Quand on pense au mot sérénité, plusieurs images viennent à l'esprit : un lac paisible où l'eau est immobile, sans vent ni vagues... Un champ de fleurs aux couleurs délicates, où tout est parfaitement calme... Ou encore un jour d'hiver, avec la neige qui tombe doucement et enveloppe la terre d'un manteau de silence...

Quelle que soit votre idée de la sérénité, c'est ainsi que Dieu veut que vous vous sentiez dans votre for intérieur. Il veut que votre cœur soit tranquille et en paix, et non pas troublé ni stressé.

Pour trouver ce calme, vous devez méditer sur l'amour de Dieu. La vraie sérénité de l'esprit ne peut venir que du Seigneur, et Il vous la donne pendant que vous priez et méditez. Alors prenez le temps de trouver le calme dont vous avez besoin.

Un esprit tranquille est un signe de foi, et Dieu sait combien la foi est puissante !

Inutile de vous forcer à trouver cette sérénité, il vous suffit de laisser Son Esprit s'écouler en vous. Dieu est paix, Dieu est calme, et vous pouvez savourer Sa présence quand votre corps et votre esprit se relaxent.

Laissez-Le remplir votre esprit d'harmonie et de calme, et louez-Le pour Sa nature paisible et tranquille.

\* \* \*

***La paix ne vient pas de l'absence de problèmes,  
mais de la présence de Dieu au cœur des conflits.***

***Quelle paix peut-on ressentir si l'on n'est pas en paix avec Dieu ?***

***La vie qui est enracinée en Dieu ne peut pas être déracinée.***

***Le croyant vit dans le monde, mais il doit puiser sa force hors de ce monde.***

***Qu'il est rare de trouver une âme assez silencieuse pour laisser Dieu lui parler !***

\* \* \*

Marcher quand les autres courent,  
Chuchoter quand les autres crient,  
Sourire quand les autres sont en colère,  
Faire une pause quand les autres se pressent,  
Prier quand les autres doutent,  
Avoir la paix intérieure en dépit de tout :  
C'est ça, la sérénité.