

Comment

regagner confiance
en moi

Un pas vers la guérison



JOYCE MEYER

Copyright © 2004 par Joyce Meyer
Titre original de l'ouvrage : Straight Talk
Editeur original : Faith Words Hachette Book Group, New York, U.S.A.

© Tous les droits de l'édition française sont réservés à :
Joyce Meyer Ministries GmbH
Postfach 76 10 01
22060 Hambourg
www.joyce-meyer.de
Tel. +49 (0)40 / 88 88 4 11 11

Version imprimée : 978-3-945678-33-6
ePub : 978-3-945678-86-2

1ère édition : Octobre 2019

Reproduction :

Selon le Copyrights Act américain de 1976, vous devez demander l'autorisation de l'auteur avant de copier ou de partager une partie ou l'ensemble de l'ouvrage. Dans ce cas, vous pouvez nous écrire à : contact@joycemeyer.fr. Merci de respecter et de soutenir les droits d'auteur.

Sauf indication contraire, les citations bibliques sont extraites de la Bible version dite du Semeur.

Texte copyright © 2000, Société Biblique Internationale. Avec permission.

Les passages notés (AMPC) sont tirés de la Bible Amplifiée Edition Classic.

Les passages notés (LSG) sont tirés de la Bible version Louis Segond édition 1910.

Les passages notés (SG21) sont tirés de la Bible version Segond 21. Reproduit avec aimable autorisation.

Traduction : Joyce Meyer Ministries-Francophonie
Typographe : Satz & Medien Wieser, Stolberg, Allemagne
Imprimeur : CPI books GmbH, Allemagne

TABLE DES MATIÈRES

Introduction	5
1^{ère} Partie: Accepté	11
1. Éliminez le négatif	12
2. Célébrez le positif	21
3. Évitez les comparaisons	28
4. Concentrez-vous sur votre potentiel, non sur vos limites ...	33
5. Exercez vos dons	41
6. Ayez le courage d'être différent	48
7. Apprenez à relativiser la critique	59
8. Déterminez votre valeur	62
9. Prenez du recul par rapport à vos défauts	67
10. La véritable source de la confiance en soi	69
Conclusion	78
2^{ème} Partie: Versets bibliques	79
Versets sur la confiance en soi	80
Prière pour retrouver confiance en soi	82
Prière pour établir une relation personnelle avec le Seigneur	83

INTRODUCTION

Êtes-vous fatigué de jouer un rôle, de porter un masque, d'essayer d'être quelqu'un d'autre que vous-même? N'apprécieriez-vous pas la liberté d'être accepté tel que vous êtes, sans essayer d'être quelqu'un que vous savez ne pas être?

Voudriez-vous réussir à être vous-même?

Dieu veut que vous vous acceptiez, que vous aimiez celui ou celle que vous êtes et que vous appreniez à gérer vos faiblesses. Il ne veut pas que vous vous rejetiez à cause d'elles.

Jésus comprend vos faiblesses (Héb. 4.15).

Le Saint-Esprit vous soutient dans vos faiblesses (Rom. 8.26).

Dieu choisit les choses faibles et folles du monde pour confondre les sages (1 Cor. 1.27).

Si, pour me situer sur une échelle de valeur, je tenais compte de mes faiblesses, la conclusion se lirait en dessous de zéro. Or, la valeur d'un être humain ne dépend pas de ce qu'il fait, mais de ce que Dieu a déjà fait.

Dieu vous accepte tel que vous êtes, mais le diable essaie, de toutes ses forces, de vous empêcher de pleinement comprendre le message divin. Il fait pression sur vous, de multiples manières, afin que vous continuiez à croire que vous n'êtes pas de taille à atteindre le standard qui vous est réservé. Il ne veut pas que vous vous acceptiez, que vous aimiez tel que vous êtes, parce qu'il sait que ce serait le catalyseur d'une œuvre merveilleuse en vous.

L'opinion que nous avons de nous-mêmes affecte nos relations avec les gens et avec Dieu. En affectant notre relation avec Dieu, notre vie de prière est détournée.

Il est possible de prier et de prier encore sans voir de résultat, malgré le bon vocabulaire et la conformité aux promesses bibliques. Les sentiments négatifs que nous entretenons à notre égard sont une des raisons pour lesquelles nos prières ne sont pas exaucées; nous ne croyons pas que Dieu devrait faire *pour nous* ce que nous Lui demandons. Nous avons des difficultés à prier et à croire que Dieu va faire les grandes choses pour lesquelles nous prions, parce que nous ne nous y atten-

dons pas ! Nous évaluons notre valeur en fonction de nos performances, laissant ainsi nos faiblesses, nos défauts et nos échecs affecter négativement l'opinion que nous avons de nous-mêmes.

Les gens sont très axés sur les performances. Dès le plus jeune âge, nous apprenons que nous ne méritons l'amour que lorsque nous réussissons.

Dans notre relation avec Dieu, notre manière de penser reproduit souvent ce schéma. Nous pensons que plus nous réussissons, plus Dieu nous aimera et nous bénira. Mais, incapables de bien agir tout le temps, nous nous imaginons pouvoir compenser avec nos œuvres et nous nous démenons pour tenter de vaincre toutes nos faiblesses. Nous pensons qu'alors Dieu nous aimera assez pour nous accorder ce dont nous avons besoin.

Notre valeur ne repose pas sur ce que *nous* faisons mais sur ce que Dieu a fait de nous, grâce à ce qu'*Il* a fait pour nous. Tout chrétien connaît ce principe là – c'est la base du salut. Nous avons été rendus justes, nous sommes justifiés devant Dieu, grâce à ce que Jésus a fait en mourant sur la croix. Nous ne pouvons gagner le salut par ce que *nous* faisons ; c'est un don de Dieu, qui repose sur ce que *Jésus* a fait (voir 1 Cor. 1.30 ; Éph. 2.8). Il suffit de l'accepter.

Mais, même si chaque chrétien reçoit le salut de cette manière, généralement seuls les chrétiens mûrs continuent à vivre à la lumière de cette vérité et l'appliquent à tous les aspects de leur vie (Gal. 3.3). Malheureusement, nous l'avons vu, cette approche contredit l'éducation qu'ils ont reçue. Nous devons changer notre manière de penser en renouvelant notre intelligence avec les Écritures ; elles enseignent que nous sommes justes devant Dieu grâce à Jésus – non pas grâce à nos propres œuvres.

Notre valeur ne dépend pas de ce que nous faisons pour être acceptables devant Dieu. Dieu est attiré par les personnes qui ont une bonne attitude de cœur envers Lui, non pas par celles qui Lui présentent un *Guinness book* des records de bonnes œuvres ! 2 Chroniques 16.9 dit : « Car les yeux du Seigneur parcourent toute la terre afin qu'Il se montre fort en faveur de ceux dont le cœur est parfait envers Lui... ».

Dont le cœur est parfait envers Lui, signifie avoir une attitude de cœur juste envers Dieu – c'est-à-dire L'aimer autant que vous savez le faire, vouloir faire Sa volonté.

Dieu s'est arrangé pour que nous soyons en règle avec Lui (si nous acceptons Sa provision). Il aime l'être humain et recherche ceux qui sont ouverts à Sa volonté, afin de se montrer fort envers eux et de les bénir.

Nous ne pouvons pas monnayer l'amour de Dieu, Ses bénédictions ne se méritent pas. Nous pouvons venir à Lui, à tout moment, et voir nos besoins pourvus. Hébreux 4.16 dit: «Approchons-nous donc avec révérence, confiance et assurance du trône de la grâce (le trône de la faveur imméritée de Dieu envers nous, les pécheurs), afin que nous recevions la miséricorde [pour nos erreurs] et trouvions la grâce qui nous aide au temps opportun dans chacun de nos besoins [une aide appropriée, au moment propice, qui arrive exactement à l'heure où nous en avons besoin] ».

Cependant, notre style de vie affecte notre capacité à recevoir tout ce que Dieu a pour nous. Une vie de service et d'obéissance envers Dieu Lui permet de nous bénir abondamment. La fidélité libère les bénédictions (Prov. 28.20).

Vivre dans la désobéissance affectera à coup sûr ce que Dieu est capable de faire dans nos vies, car la Bible enseigne que si nous plantons de mauvaises semences, nous ferons une récolte mauvaise (Gal. 6.8).

Les gens qui vivent et marchent intentionnellement dans la désobéissance, mais qui veulent que Dieu les bénisse quand même, pensent sans doute qu'il n'est pas nécessaire de vaincre ses faiblesses pour gagner l'approbation de Dieu; ils se servent de leurs faiblesses comme une excuse pour pécher. Voici la vérité: Dieu nous utilise en dépit de nos faiblesses et Il nous aide à les vaincre; nous n'avons pas à nous débattre avec elles, nous ne sommes pas livrés à nous-mêmes pour les vaincre. Toutefois, nous devons avoir pour but de les vaincre progressivement.

Le Seigneur dit à Paul: «...Ma grâce te suffit car ma puissance s'accomplit dans la faiblesse...» (2 Cor. 12.9). 2 Corinthiens 13.4 dit: «... nous sommes faibles en lui, mais nous vivrons avec lui par la puissance de Dieu...».

Lorsque Paul enseigne aux Romains le message de la grâce, voici ce qu'il dit:

« Que dirons-nous donc ? Demeurerions-nous dans le péché, afin que la grâce abonde ? Loin de là ! Nous qui sommes morts au péché, comment vivrions-nous encore dans le péché ? »

Romains 6.1-2

En d'autres termes, devrions-nous vivre pleinement dans le péché pour donner à Dieu une opportunité de nous faire grâce ? La réponse de Paul a été la suivante : « Je vous en supplie, réalisez ceci : comment pourriez-vous pécher si vous êtes morts au péché ? ».

Les propos de Paul avaient pour but d'enseigner les Romains sur leur identité en Christ. Ils étaient – nous sommes – acceptés parce que Dieu les (nous) a rendus acceptables (Romains 6.5-16).

Dieu veut que nous nous acceptions nous-mêmes et comprenions que notre valeur ne dépend pas de ce que nous faisons mais de *qui nous sommes*. Il veut que nous soyons prêts à assumer ce que nous sommes, avec nos faiblesses et tout le reste.

C'est merveilleux de débiter la journée sans se détester pendant une demi-heure avant de sortir du lit ! Ou bien de se réveiller sans entendre le diable débiter à vos oreilles la liste de toutes les erreurs commises la veille, vous répétant que vous n'êtes qu'un perdant et que vous ne pouvez pas, décemment, vous attendre à ce que Dieu fasse quoi que ce soit pour vous. La plupart des gens sont abattus dès le matin, avant même d'avoir posé un pied par terre !

Le plan du diable est de nous induire en erreur, en nous faisant croire que notre valeur dépend de nos performances, puis de nous garder concentrés sur nos fautes et manquements. Satan veut que nous ayons une piètre opinion de nous-mêmes et que, confinés dans l'insécurité, nous vivions sans porter de fruit pour Dieu, misérables et incapables de recevoir les bénédictions de Dieu.

Une fois que nous aurons fait la paix avec nous-mêmes, nous commencerons à vivre en paix avec les autres. À partir du moment où nous apprenons à nous accepter et à nous apprécier, nous sommes à même d'accepter et d'apprécier les autres. Par expérience, je sais que, plus je m'accepte et m'aime en dépit de mes fautes et manquements, plus je peux accepter et aimer les autres en dépit des leurs.

Chacun de nous est imparfait, et Dieu nous aime tels que nous sommes.

Introduction

En appliquant les principes bibliques de ce livre, vous vaincrez tout sentiment d'insécurité personnelle et vous vous préparerez à accomplir l'extraordinaire plan de Dieu pour votre vie.

1^{ère} Partie

Accepté

CHAPITRE 1

Éliminez le négatif

Si vous voulez finir par vous accepter et améliorer l'estime que vous avez de vous-même, décidez dès maintenant que rien de négatif à votre sujet ne sortira jamais de votre bouche.

Reconnaissez les bonnes choses

Je lui demande que ta participation à la foi soit efficace pour la cause de Christ, en faisant reconnaître en nous toute espèce de bien.

Philémon 1.6

La participation (ou « communication », dans la version anglaise) de notre foi est rendue efficace lorsque nous reconnaissons *toutes les bonnes choses* qui sont en nous *de par notre union avec Christ Jésus* – et non pas tous les *mauvais points*.

Le diable veut que nous prenions conscience de chaque chose négative que nous voyons en nous-mêmes parce qu'il ne veut pas que nous communiquions notre foi avec efficacité. Il veut qu'à tout moment nous méditions sur notre état pitoyable et que nous en parlions. Étant l'accusateur des frères (Apocalypse 12.9-10), il essaie continuellement de détourner notre attention, de telle sorte qu'elle ne soit plus portée sur *qui nous sommes en Christ*, mais sur nos faiblesses.

Le diable nous présente de multiples opportunités de penser négativement à notre sujet afin que nous retournions à l'ancien schéma de pensées, dans lequel la plupart d'entre nous a grandi. Ainsi, nous retombons dans ce mensonge qui prétend que notre valeur dépend de nos performances et, qu'à cause de nos fautes, nous ne valons rien.

Une raison essentielle pour laquelle nous ne devons pas parler négativement de nous-mêmes est que nous croyons bien plus ce que nous disons, que ce que peut dire n'importe qui d'autre. Mais, une fois que nous comprenons véritablement qui nous sommes en Christ

et que nous réalisons tout ce qu'Il a fait pour nous en versant Son sang afin de nous rendre dignes, nous prenons conscience que méditer sur nos défauts et nos erreurs est un affront à notre Père céleste. Actes 10.15 dit: « ...Ce que Dieu a déclaré pur, ne le regarde pas comme souillé ».

Justes devant Dieu

L'une des premières révélations que Dieu m'a donnée dans Sa Parole est au sujet de la justification. En parlant de « révélation », je fais référence au jour où, subitement, ce que j'ai compris est devenu une partie de moi. Cette connaissance n'est pas seulement intellectuelle – vous n'avez plus besoin de renouveler vos pensées sur le sujet, parce que vous ne doutez plus ou n'espérez plus que ce soit la vérité – vous savez.

J'ai su que j'étais justifiée en Christ lorsque Dieu m'a parlé au travers de 2 Corinthiens 5.21 :

Celui qui n'a point connu le péché, Il L'a fait devenir péché pour nous, afin que nous devenions en Lui justice de Dieu.

La justification est un don de Dieu

Romains 4.24 (Amp.) dit:

...La justice, [le fait d'être acceptables devant Dieu] nous sera accordée et créditée à nous aussi qui croyons en (avons foi en, nous attachons à, nous reposons sur) Dieu, qui a ressuscité notre Seigneur Jésus d'entre les morts.

Ce jour-là, j'ai compris que la justification est un don. Elle nous est « imputée, accordée et créditée » lorsque nous croyons en ce que Dieu a fait pour nous, par Son Fils Jésus-Christ.

Jésus, qui ne connaissait pas le péché, est devenu péché afin que nous devenions, en Lui, justice de Dieu.

Par-dessus tout, le diable ne veut pas que nous vivions la réalité de notre justification devant Dieu. Il veut que nous contemptions, les

yeux hagards, ce qui ne va pas en nous, au lieu de penser à notre justice acquise grâce au sang de Jésus.

Je vivais déjà depuis quelques années selon cette révélation de la justice divine et je l'enseignais, lorsqu'un événement est survenu. Il a mis en évidence l'importance de ne rien prononcer de négatif à notre égard. Nous sommes tenus responsables de la révélation que nous recevons; j'étais donc responsable des paroles négatives que j'avais prononcées à mon encontre.

L'importance de parler conformément à la Parole de Dieu

Dave et moi avions prié pour avoir un enfant. Notre fils, Daniel, n'était pas un « accident », nous le désirions. Mais après sa naissance, j'ai laissé ce changement de vie m'affecter de façon négative. Je n'avais pas l'habitude de rester aussi longtemps à la maison. En outre, j'avais pris quelques kilos et ma peau avait changé – c'est souvent le cas après une grossesse. Je me voyais moche et énorme et je désespérais à l'idée de le rester. J'étais tout le temps d'humeur exécrationnelle.

Un matin, avant de partir au travail, Dave a essayé de me remonter le moral. Il m'a exhorté à ne pas réagir de la sorte puisque je connaissais la vérité. Je lui ai fait comprendre que sa réponse m'énervait. Il a répliqué et j'en ai profité pour enchaîner sur un autre sujet. Enfin, j'avais une excuse pour faire ce que je voulais faire depuis des jours: exploser!

Mon passé était très négatif. Mes paroles étaient négatives et mon attitude très déplorable envers tout et tout le monde, y compris envers moi-même. Lorsque je commettais une erreur ou me trompais, je trouvais normal de penser « Je ne peux jamais rien faire correctement... Je suis vraiment trop nulle... Ce que je fais n'est jamais bien, jamais! ».

Seule à la maison, après le départ de Dave, alors que je nourrissais Daniel dans la cuisine en ressassant la discussion houleuse, j'entretenais des pensées négatives mon sujet: « C'est bien vrai, Joyce: tu es vraiment nulle. Et tu penses qu'étudier la Parole va te sortir de là? Rien ne peut t'aider! Tu n'es qu'un désastre depuis que tu es sur terre, et tu le resteras. Laisse tomber... tu ne régleras jamais tes problèmes ».

Soudain, j'ai senti qu'une présence maléfique et suffocante traversait la pièce dans ma direction. C'était si fort qu'elle était presque visible. J'ai compris immédiatement qu'un esprit démoniaque allait s'attacher à moi à cause de ce que je ne cessais de me dire à moi-même.

Je rends grâce au Seigneur pour la Parole qui avait été semée dans mon cœur parce que, sans même y réfléchir deux fois, je me suis mise à La prononcer «*Je suis la justice de Dieu en Christ. Je suis la justice de Dieu en Christ. Je suis la justice de Dieu en Christ. Je suis la justice de Dieu en Christ. Son sang me recouvre*».

La présence maléfique a reculé comme elle était venue, et l'atmosphère dans la pièce s'est allégée. Inutile de dire que cette expérience a instauré en moi une sainte crainte; j'ai saisi l'importance de prononcer des mots conformes à la Parole – surtout sur soi-même!

Chaque être humain est naturellement enclin à penser négativement: «...les pensées du cœur de l'homme sont mauvaises dès sa jeunesse...» (Gé. 8.21). Cette tendance naturelle se renforce jusqu'à ce que nous inversions ce processus.

Depuis que je me suis mise à étudier la Parole, Dieu œuvre en moi. Il m'apprend à ne plus penser ou parler négativement à mon sujet, Il transforme mes attitudes et mes façons de penser.

Car il est comme les pensées de son âme...

Proverbes 23.7

Je vous exhorte à ne jamais penser ni dire quelque chose de négatif sur vous. Les réponses à vos prières, ce que vous recevez de Dieu, et la mesure dans laquelle Il peut vous utiliser dépendent de l'opinion que vous avez de vous-même. Dieu veut se servir de vous mais vous devez Le laisser faire.

Laissez-Le faire et croyez qu'Il vous a rendu digne de recevoir les bonnes choses qu'Il vous a réservées. Laissez-Le faire et croyez que vous êtes capable de faire ce qu'Il vous demande parce qu'Il vous en a rendu capable. Ne prononcez que des phrases conformes à la Parole de Dieu.

L'amour de Dieu chasse l'insécurité

« Nous L'aimons, parce qu'Il nous a aimés le premier » (1 Jean 4.19). Si nous ne permettons pas à Dieu de nous aimer, nous pourrions difficilement L'aimer en retour. Si nous ne signons pas un traité de paix avec nous-mêmes, nous ne pourrions jamais aimer les autres, comme la Bible nous le demande: «...Tu aimeras ton prochain comme toi-même... » (Marc 12.31).

Plus que tout, les êtres humains ont besoin de la révélation de l'amour que Dieu leur porte personnellement. L'amour que Dieu nous porte est le fondement de notre foi, de notre libération du péché et de notre capacité à servir, sans crainte ni sentiment d'insécurité.

Dieu a créé en chacun l'ardent désir, la profonde aspiration et le besoin d'être aimé. La Bible révèle que Dieu nous aime autant qu'Il aime Jésus! (Jean 17.23).

Ceux qui pensent être justes aux yeux de Dieu grâce aux efforts qu'ils font pour surpasser leurs défauts, pensent également exaspérer Dieu avec leurs échecs et catastrophes. Il nous est impossible de pousser Dieu à bout. L'Amour ne peut être poussé à bout et rien de ce que nous pouvons faire n'incitera jamais Dieu à ne plus nous aimer. Dieu ne possède pas l'amour: Il EST amour! (1 Jean 4.8).

Beaucoup de gens développent une image d'eux-mêmes fondée sur la honte, résultat des traitements injustes que leur ont infligés d'autres personnes (parents, professeurs, amis, étrangers). Au bout d'un certain temps, les attitudes et opinions d'autrui s'impriment en nous. Si nous ne savons pas à quel point nous sommes aimés en Christ, nous risquons de développer un sentiment d'insécurité. Ne laissez pas la façon dont les autres vous traitent déterminer votre valeur.

Les gens qui manquent de confiance en eux sont le siège d'une guerre intérieure: la plupart du temps ils en sont le territoire disputé. Puisqu'il est facile de se lever le matin en dressant la liste de tout ce qui ne va pas chez nous, le diable en profite pour semer des mensonges dans nos pensées afin que nous nous en servions pour créer une vision négative de nous-mêmes – bâtie sur l'avis des autres.

Satan a une mauvaise attitude, et il veut vous la transmettre

Satan veut nous pousser à l'égoïsme. Une telle attitude s'exprime sous deux formes, aussi problématiques l'une que l'autre. À mon avis, peu lui importe celle que nous choisissons, car toutes les deux nous maintiennent éloignés de la volonté de Dieu et nous privent de la puissance qui appartient à l'enfant de Dieu. L'une et l'autre reposent sur le fait de déterminer notre valeur sur notre « moi » – et non sur Dieu.

Une personne arrogante, orgueilleuse, indépendante, auto-suffisante et ne comptant que sur elle-même, réagit ainsi: « Peu importe ce qui arrive, je gère, je n'ai pas besoin de Dieu ». Beaucoup de gens ignorent avoir cette position: nous disons avoir besoin de Dieu, mais cette attitude est subtilement révélée au travers de nos actes. Nous n'agissons pas comme si nous avions effectivement besoin de Dieu.

En tant que croyants, notre confiance repose en Dieu, pas en nous-mêmes. La Bible ne cesse de répéter que nous ne sommes pas supposés placer notre confiance en nous-mêmes. En lieu et place, nous devons placer notre confiance en Dieu – et croire qu'Il agit à *travers* nous.

Satan veut que les personnes qui optent pour l'autre attitude se condamnent elles-mêmes. Elles sont en colère contre elles, comptent de leurs erreurs et de leurs fautes. Elles se détestent et se jugent inutiles, insignifiantes et dépourvues de tout intérêt. Certaines personnes ont une trop haute opinion d'elles-mêmes, tandis que d'autres en ont une trop faible.

Beaucoup de gens n'apprécient pas leur apparence. Ils s'estiment peu attirants, ou sont convaincus d'être moches, alors qu'en réalité, ils sont attrayants. Le diable est un menteur (Jean 8.44). Par le moyen de la tromperie, il cherche à nous éloigner de la vérité relative à notre identité et à notre héritage en Christ. Il veut nous empêcher d'apprécier pleinement la vie que Dieu a prévue pour nous et amoindrir, voire détruire, notre efficacité en Dieu.

Un jour, lors d'une conférence que j'animais, le Seigneur m'a incité à demander à tous ceux qui n'aimaient pas leur apparence de s'avancer pour la prière. Sa demande m'a surpris. C'était la première fois, dans mon ministère, que je lançais un tel appel: « Que tous ceux qui s'estiment laids s'avancent ». La réponse a été impressionnante.

Une jeune femme, dans la file, ressemblait à un mannequin ! Elle était splendide. Présument qu'elle n'avait pas compris le sujet de l'appel, je me suis dirigée vers elle en premier pour lui demander : « Avez-vous bien compris que l'invitation s'adresse à toute les personnes qui se trouvent laides ? ».

Des larmes ont commencé à couler sur son visage lorsqu'elle m'a répondu : « Toute ma vie, j'ai cru que j'étais horrible à regarder ». Devant une telle confession, je me suis demandé si elle avait besoin de lunettes. Ceci est un parfait exemple d'une tromperie démoniaque. Si le diable ne vous tient pas suffisamment occupé à vous flageller pour vos erreurs ou vos faiblesses, il essaiera d'utiliser une bonne chose dans votre vie, et vous amènera à la considérer comme mauvaise !

Dieu approuve

Avant que je t'eusse formé dans le ventre de ta mère, je te connaissais, et avant que tu fusses sorti de son sein, je t'avais consacré...

Jérémie 1.5

Après nous avoir créés, Dieu n'a pas dit : « Bon, maintenant, je crois qu'il est temps que j'apprenne à te connaître ». La Bible dit qu'Il nous connaissait et nous a approuvés avant même de nous avoir formés dans le sein maternel.

En Éphésiens 1.6 (VKJ), il est dit que Dieu nous a rendus acceptables dans le Bien-Aimé, grâce au sacrifice de Jésus-Christ.

Dieu nous a approuvés avant que quiconque n'ait eu la possibilité de nous désapprouver. Si Dieu nous approuve et nous accepte, tels que nous sommes, pourquoi s'inquiéter de ce que les autres pensent de nous ? Si Dieu est pour nous, qui peut être contre nous qui puisse faire une différence ? (Romains 8.31)

Perfection : la quête impossible

Qu'il ne sorte de votre bouche aucune parole mauvaise mais, s'il y a lieu, quelque bonne parole, qui serve à l'édification et communique une grâce à ceux qui l'entendent.

Éphésiens 4.29

Depuis l'âge de 9 ans, mon fils Danny joue au golf avec mon mari Dave et moi-même. Bien que bon joueur à cet âge, il avait un sérieux problème. Il avait tendance à n'être heureux que s'il jouait très bien, mais s'il faisait un mauvais swing, il se mettait très en colère et se traitait de tous les noms : « Mais quel abruti, Danny ! Tu fais tout de travers ! ».

Il avait l'impression de n'être qu'un bon à rien lorsqu'il ratait un travail. Les remarques négatives à son sujet fusaient si tout n'était pas parfait. Le diable a essayé de faire en sorte que Danny se condamne dès le plus jeune âge !

Dès que nous nous en sommes aperçus, Dave et moi avons travaillé ce point avec lui, pour qu'il comprenne que c'était une dangereuse habitude.

« Danny », disions-nous, « dire de telles choses à ton sujet ne te fait aucun bien. Ça ne profite pas non plus aux personnes qui sont avec toi ».

Ceci est valable pour chacun de nous. Non seulement nous sommes mal à l'aise lorsque nous parlons négativement de nous-mêmes, mais en plus, les gens qui nous entendent parler négativement de nous-mêmes sont gênés. Dans le verset suivant, Paul nous avertit de ne pas nous autoriser un langage polluant ou une parole indigne : « Et n'attristez pas le Saint-Esprit de Dieu... » (Éph. 4.30). Apparemment, un tel négativisme attriste le Saint-Esprit. Cela afflige également notre propre esprit. Dieu ne nous a pas créés pour dire ou recevoir ce qui est négatif. Voilà pourquoi personne n'apprécie la compagnie d'une personne négative.

Si une personne qui commet une erreur disait « Cette erreur ne m'enchanté pas mais j'apprends, je ferai mieux la prochaine fois, Dieu merci, je m'améliore », tout le monde en serait édifié. La personne garderait une bonne opinion d'elle-même, et ceux qui l'entourent également. Elle assumerait la responsabilité de son erreur sans pour

autant être négative ou se condamner. Nous devrions opter pour cette attitude et pour ce comportement.

Pour apprendre à Danny à ne pas se voir négativement, j'ai décidé que lorsque je ferais un mauvais swing, je copierais son attitude – pour qu'il réalise la démesure de sa réaction.

À la première occasion j'ai donc lancé « Mais quelle sotte, Joyce ! Tu ne fais jamais rien de bien ! ». Danny n'a même pas entendu. Je l'ai répété avec beaucoup d'efforts car cela m'était très désagréable, je ne le pensais même pas et le simple fait de prononcer ces mots et de les entendre attristait mon esprit.

La puissance est dans notre bouche

Car, par tes paroles, tu seras justifié et, par tes paroles, tu seras condamné.

Matthieu 12.37

Nous nous sentons condamnés lorsque nous nous rabaissons verbalement. Pratiquons activement ce que Jésus a enseigné dans les Écritures en parlant positivement de nous-mêmes, ceci étant la première étape de notre victoire sur l'insécurité. Ne parlez jamais négativement de vous-mêmes. Prononcez des paroles qui vous édifient – non des paroles qui vous affaiblissent.

Ne lâchez pas un pouce de terrain

Frères, je ne pense pas l'avoir saisi ; mais je fais une chose : oubliant ce qui est en arrière et me portant vers ce qui est en avant. . .

Philippiens 3.13

Dieu sait que nous ne sommes pas parfaits, mais Il veut que nous cherchions par tous les moyens à y parvenir. Parlons et agissons en sachant que Jésus est vivant et à l'œuvre dans notre vie et que le sang versé de Jésus recouvre nos erreurs, quel que soit leur poids.

CHAPITRE 2

Célébrez le positif

La seconde clé pour vaincre l'insécurité est liée à la première: *méditer et prononcer des choses positives sur vous-même.*

Nous avons appris que penser et prononcer des paroles négatives sur nous-mêmes est destructeur. Maintenant, considérons la puissance qui se trouve dans le fait de penser et de dire des choses positives sur nous-mêmes, conformément à la Parole.

Comme nous l'avons vu, nos pensées et paroles à notre égard sont extrêmement importantes. Nous devons méditer volontairement sur les bonnes choses nous concernant, les penser et les prononcer pour nos propres oreilles.

En parlant négativement de nous-mêmes, nous commençons à nous voir à travers ce prisme négatif. Très vite, nous transmettons ce négativisme à notre entourage. Il est absolument vrai que l'opinion des autres à notre sujet ne surpasse jamais l'opinion que nous pouvons avoir de nous-mêmes.

Les personnes pleines d'assurance transmettent ce sentiment et, en retour, nous avons confiance en elles. À l'opposé, il est extrêmement difficile d'accorder sa confiance à quelqu'un qui transpire l'insécurité!

Ce principe est applicable à nous-mêmes. Si nous voulons susciter la confiance des autres, nous devons leur montrer que nous avons confiance en nous-mêmes.

Géants ou sauterelles?

...et nous y avons vu les géants, enfants d'Anak, de la race des géants: nous étions à nos yeux, et aux leurs, comme des sauterelles.

Nombres 13.33

Dans le livre des Nombres, douze espions ont été envoyés pour explorer la Terre Promise. Dix sont revenus avec un mauvais rapport et

deux avec un bon témoignage. Dix sont revenus effrayés à la vue des géants, et ont avoué: «...nous étions à nos yeux, et aux leurs, comme des sauterelles...». En d'autres mots, l'ennemi les a vus comme ils se voyaient eux-mêmes.

Ces dix espions se sont enfui vaincus. Pourquoi? Parce qu'ils n'ont pas pu vaincre les géants du pays? Non. Ils ont été vaincus à cause de leur perception d'eux-mêmes, à cause de l'attitude négative qu'ils avaient envers eux-mêmes.

La puissance de la confession positive

Caleb calma le peuple devant Moïse et dit «Montons dans le pays comme un seul homme et possédons-le, nous sommes parfaitement capables de le conquérir»

Nombres 13.30

Ici, nous lisons la réaction de Caleb, l'un des deux espions positifs. Aux regards des chances *apparemment* infimes, son rapport a été: «Nous sommes parfaitement capables». Il a avancé cette certitude car il savait que c'était Dieu qui leur avait dit d'aller prendre possession du pays.

Pour vaincre cette manière négative de penser et de parler, qui fait partie de notre style de vie depuis si longtemps, nous devons faire un effort conscient pour changer. Pour cela, nous devons prononcer des confessions positives.

Peut-être trouvez-vous étrange l'idée de vous parler à vous-même; pourtant, vous le faites déjà! Même si vous ne parlez pas à voix haute, il y a en vous un monologue intérieur incessant.

Je vous encourage à commencer à parler positivement en privé, par exemple lorsque vous êtes sous la douche ou seul dans votre voiture. Commencez à prononcer, volontairement, de bonnes choses sur vous.