

# *La Puissance de la Reconnaissance*

---

**365 MÉDITATIONS**  
pour découvrir l'impact de la gratitude



JOYCE MEYER  
MINISTRIES

Copyright © 2014 par Joyce Meyer  
Titre original de l'ouvrage: *The Power of Being Thankful*  
Éditeur original: FaithWords Hachette Book Group, New York, USA

© Tous les droits de l'édition française sont réservés à:  
Joyce Meyer Ministries GmbH  
Postfach 76 10 01  
22060 Hambourg

[www.joyce-meyer.de](http://www.joyce-meyer.de)  
Tel. +49 (0) 40/88 88 4 11 11

**Version imprimée: 978-3-948795-09-2**  
**ePub: 978-3-948795-56-6**

1re édition: Octobre 2021

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](mailto:contact@joycemeyer.fr). Merci de respecter et de soutenir les droits d'auteur.

Sauf indication contraire, les citations bibliques sont extraites de *The Amplified Bible*. Les autres citations bibliques sont tirées de la version *Semeur*.  
Texte copyright © 2000, Société Biblique Internationale. Avec permission.

Traduction: Translation Ministries, asbl, Belgique  
Mise en page: M. + J. Kaspereit  
Typographe: Satz & Medien Wieser, Aachen, Allemagne  
Imprimeur: CPI books GmbH, Allemagne

## ***Introduction***

**P**armi toutes les choses importantes dans notre vie, nous ne devons jamais perdre de vue la suivante: la puissance de la reconnaissance. Nous devrions remercier Dieu chaque jour – pour notre vie et pour tout ce qu’il nous donne et fait pour nous. Bien souvent, nous nous concentrons uniquement sur ce que nous n’avons pas ou sur ce que nous aimerions avoir et nous traversons la vie en étant frustrés et déprimés. Mais lorsque nous faisons une pause et pensons à ce que nous avons déjà reçu et combien Dieu nous a bénis, cela nous donne une toute nouvelle perspective: notre pensée est renouvelée, notre attitude change et nous commençons à apprécier la vie de plus en plus.

Ce livre est tout spécialement conçu pour vous aider à progresser dans ce domaine. Les 365 méditations que vous découvrirez contiennent des conseils tirés de plusieurs de mes livres les plus populaires. Elles sont destinées à vous accompagner tout au long de l’année et à vous aider à développer et à maintenir une attitude de gratitude.

Peu importe où vous en êtes dans votre cheminement avec Dieu, je crois que *La Puissance de la Reconnaissance* vous aidera tout au long de la journée à découvrir comment la joie peut prendre plus de place dans votre vie. Ma prière est que vous utilisiez les encouragements contenus dans ce livre pour chercher Dieu avec un cœur reconnaissant. Ne traversez pas la vie en étant déprimé et malheureux. Dieu a prévu quelque chose de bien mieux pour vous! Montrez-lui chaque jour votre reconnaissance pour tout ce qu’il fait dans votre vie – pour les grandes choses comme pour les petites. Si vous pensez à ce que Dieu a déjà fait pour vous dans le passé et que vous vous rendez compte de la façon dont il vous bénit aujourd’hui, penser à ce qu’il fera pour vous à l’avenir vous remplira d’enthousiasme. Soyez reconnaissants et préparez-vous: Dieu a prévu quelque chose de merveilleux pour votre vie!

Remerciez Dieu en toute circonstance :  
telle est pour vous la volonté que  
Dieu a exprimée en Jésus-Christ.

1 Thessaloniens 5:18

## ***La meilleure façon de commencer une prière***

« [...] ils étaient chargés de se présenter chaque matin et chaque soir pour célébrer et louer l'Éternel. »

1 Chroniques 23:30

Quel que soit l'objet de notre prière, elle peut toujours s'accompagner d'actions de grâces. Prenez la bonne habitude de remercier Dieu chaque fois que vous vous présentez devant lui. Dites-lui par exemple : « Merci Père pour tout ce que tu as fait dans ma vie. Tu es un Dieu grand et merveilleux et je veux vraiment t'exprimer mon amour et ma reconnaissance. »

Je vous encourage à considérer votre vie et à réfléchir à la place qu'occupe la reconnaissance dans vos pensées et vos paroles. Passez-vous votre temps à vous plaindre et à murmurer, ou avez-vous un cœur reconnaissant ?

Si vous aimez les défis, en voici un : essayez de passer toute une journée sans vous plaindre une seule fois. Appliquez-vous à être reconnaissant dans toutes les situations. En fait, pratiquez la reconnaissance sans retenue – et vous verrez votre intimité avec le Seigneur s'approfondir et ses bénédictions abonder.

---

### ***Prière de reconnaissance***

Merci, Père, pour la façon dont tu me guides dans la prière. Aide-moi à t'exprimer ma reconnaissance avant toute autre chose. Que la gratitude soit le fondement de ma vie de prière. Je prends aujourd'hui la décision de cesser de me plaindre, mais plutôt de t'exprimer ma reconnaissance dans la prière.

## *Vivre dans la paix*

*« ... je vous laisse la paix, c'est ma paix que je vous donne. Je ne vous la donne pas comme le monde la donne. C'est pourquoi, ne soyez pas troublés et n'ayez aucune crainte en votre cœur. »*

*Jean 14:27*

**L**a paix est une des conditions essentielles pour profiter de votre vie.

Une vie de frustrations et de luttes, une vie sans paix, est ce qui vous attend si vous vous focalisez sur des choses que vous êtes incapable de changer. Lorsque vous vous inquiétez pour des situations sur lesquelles vous n'avez aucune prise, vous ouvrez la porte au stress et à l'anxiété.

L'apôtre Paul a dit: «Ne vous mettez en souci pour rien, mais, en toute chose, exposez vos besoins à Dieu. Adressez-lui vos prières et vos requêtes, en lui disant aussi votre reconnaissance. Alors la paix de Dieu, qui surpasse tout ce qu'on peut concevoir, gardera votre cœur et votre pensée sous la protection de Jésus-Christ» (Philippiens 4:7).

Dès que nous prenons conscience que quelque chose nous trouble, prions et remettons immédiatement la situation à Dieu, en sachant qu'il interviendra selon sa volonté et nous donnera sa paix. Nous ne sommes pas appelés à une existence de frustrations et de luttes. Jésus est venu pour nous donner la justice, la joie et la paix !

---

### *Prière de reconnaissance*

*Merci Père pour la paix. C'est un cadeau merveilleux de ta part et je te demande ton aide pour rester paisible en toutes circonstances.*

## *Que votre lumière brille*

*« Vous êtes la lumière du monde. Une ville au sommet d'une colline n'échappe pas aux regards. »*

Matthieu 5:14

En tant que croyants, nous pouvons être débordants de vie. Nous pouvons être dynamiques, vivants, actifs, énergiques, sereins et remplis de joie.

C'est notre attitude face à Dieu qui détermine nos sentiments et notre humeur. Si nous allons à lui avec audace, reconnaissants pour sa grâce et sûrs de son amour et de sa bienveillance, nous ne pouvons faire autrement que d'être pleins de vie. En revanche, une approche légaliste, religieuse détruit la vie au lieu de la nourrir. Rappelez-vous cette parole de Paul: « Car la Loi, avec ses commandements écrits, inflige la mort. L'Esprit, lui, communique la vie » (2 Corinthiens 3:6). Lorsque nous marchons selon l'Esprit, nous nous sentons vivants.

Chacun de nous devrait se poser cette question: « Ma façon de vivre et l'expression de mon visage donnent-elles envie aux autres? Ma vie reflète-t-elle un cœur reconnaissant, confiant, se réjouissant à l'avance de ce que Dieu va faire à chaque nouvelle journée? »

Nous sommes appelés à être la lumière du monde. Assurez-vous que votre lumière brille de tout son éclat aujourd'hui.

---

### *Prière de reconnaissance*

*Père, je suis reconnaissant de ne pas devoir m'approcher de toi par la loi. Merci parce que je peux me présenter devant ton trône avec audace, à cause de ton immense grâce. Merci parce que ta grâce et ta joie illuminent ma vie et me permettent d'être une lumière pour le monde.*

## *Attendez de bonnes choses*

*« Que Dieu, qui est l'auteur de l'espérance, vous comble de toute joie et de sa paix par votre confiance en lui. Ainsi votre cœur débordera d'espérance par la puissance du Saint-Esprit. »*

*Romains 15:13*

L'espérance est une des forces les plus puissantes à l'œuvre dans l'univers. En tant qu'enfant de Dieu, vous pouvez jouir d'une mesure illimitée d'espérance. Voilà un beau sujet de reconnaissance !

L'espérance est l'anticipation bienheureuse de quelque chose de bon. Espérer, c'est attendre du bien. Qu'attendez-vous ? Vous êtes-vous déjà posé cette question ? Si vous n'attendez rien, ou juste un tout petit peu, ce que vous recevrez sera à la mesure de votre attente.

Je dis toujours que je préfère espérer beaucoup et ne recevoir que la moitié, plutôt que d'espérer peu et recevoir la totalité.

Dieu veut que vous lui fassiez confiance et que vous viviez dans l'attente heureuse de quelque chose de bon. Si vous traversez une situation difficile aujourd'hui, attendez-vous à ce qu'elle change. Si au contraire tout va bien, attendez-vous à ce que cela aille encore mieux. Dieu est un Dieu d'espérance.

---

### *Prière de reconnaissance*

*Seigneur, merci pour la force de l'espérance dans ma vie. Merci parce que tu vas faire quelque chose de bon pour moi. Je peux te faire confiance et attendre le meilleur.*



## ***Entraînez-vous à voir le côté positif***

*« Un cœur joyeux est un excellent remède, mais l'esprit déprimé mine la santé. »*

*Proverbes 17:22*

**J**e vous encourage à être une personne reconnaissante et positive. Si ce n'est pas votre cas, il vous suffit de prendre de nouvelles habitudes.

J'étais tellement négative à une époque de ma vie que si j'essayais d'aligner ne fût-ce que deux pensées positives l'une à la suite de l'autre, j'avais l'impression que mon cerveau cessait de fonctionner. Mais aujourd'hui je suis devenue très positive et je n'aime plus la compagnie des gens négatifs.

Si vous n'avez pas encore pris l'habitude d'être positif, pourquoi ne pas commencer aujourd'hui même ? Disposez de petits mémos un peu partout dans votre maison ou dans votre voiture avec l'inscription : « Sois positif ». Demandez au Saint-Esprit de vous rappeler à l'ordre dès que vous glissez dans le négatif. Faites-vous également aider par vos amis. Mettez du temps à part au cours de la journée pour penser à toutes les bonnes choses que Dieu vous donne et pour le remercier.

Les pensées positives et reconnaissantes n'arrivent pas par hasard ; vous pouvez décider de vous y entraîner. Et rappelez-vous que c'est en forgeant que l'on devient forgeron.

---

### ***Prière de reconnaissance***

*Merci, Père, de ce que tu m'aides à avoir des pensées positives. Je suis reconnaissant de ne pas être prisonnier des pensées négatives et de pouvoir choisir d'être heureux et dans la joie.*

## *Sachez apprécier la récompense*

« Et les hommes pourront dire: Oui, ceux qui sont justes trouvent une récompense. Il y a un Dieu qui exerce la justice sur la terre. »

*Psaumes 58:12*

Prendre le temps de jouir du fruit de votre labeur vous aidera à persévérer dans les moments difficiles.

Dieu a confié des tâches difficiles à beaucoup d'hommes et de femmes de la Bible, mais il leur a toujours promis une récompense. La perspective de la récompense nous aide à supporter la difficulté. La Bible nous dit dans Hébreux 12:2 que Jésus a méprisé la honte attachée à la croix, parce qu'il avait en vue la joie qui lui était réservée. Il siège désormais à la droite du Père.

Je vous encourage à ne pas regarder uniquement au travail que vous êtes en train d'accomplir, mais à considérer également la promesse de la récompense. Prenez le temps d'être reconnaissant pour le fruit de votre labeur et d'en profiter. Vous aurez ainsi le courage nécessaire pour achever votre course.

---

### *Prière de reconnaissance*

*Merci, Père, parce que je peux toujours compter sur une récompense de ta part. Je suis reconnaissant de ce que les moments difficiles ne durent pas éternellement. Je peux en tirer des enseignements et m'attendre à ta bonté dans ma vie.*

## *À quoi attachons-nous nos pensées?*

« Car il est tel que sont les arrière-pensées de son âme. »

Proverbes 23:7 (Colombe)

Notre esprit est le moteur ou le précurseur de tous nos actes. Les choix que nous faisons chaque jour sont la conséquence directe de ce que nous nous autorisons à penser.

Si nous avons un esprit négatif, notre vie sera à l'avenant. En revanche, si nous renouvelons nos pensées selon la Parole de Dieu, nous expérimenterons la volonté de Dieu, bonne, agréable et parfaite (voir Romains 12:2).

Pour beaucoup de personnes, leurs difficultés proviennent de schémas de pensée erronés. Ce sont souvent leurs pensées négatives qui créent leurs problèmes. Heureusement, nous ne sommes pas obligés de rester prisonniers d'une telle mentalité. Nous pouvons choisir de mettre nos pensées en phase avec la Parole de Dieu.

L'esprit est un champ de bataille. Prenez la décision de résister aux pensées négatives et destructrices, et ayez en vous des pensées bonnes et positives. Plus votre mentalité s'orientera vers ce qui est positif, plus votre vie changera pour le mieux.

---

### *Prière de reconnaissance*

Père, je te remercie parce que je ne suis pas obligé de rester prisonnier de mes pensées. Avec ton aide, je peux changer ces pensées négatives qui minent ma vie. Je peux remporter la bataille de l'esprit en passant du temps dans ta Parole, en méditant tes promesses et en choisissant délibérément des pensées qui t'honorent.

## ***Ne vous relâchez pas***

*« Faisons le bien sans nous laisser gagner par le découragement. Car si nous ne relâchons pas nos efforts, nous récolterons au bon moment. »*

*Galates 6:9*

Une des principales raisons que vous avez d'être reconnaissant est la promesse de Dieu de ne jamais vous abandonner. Il est toujours à vos côtés.

N'oubliez pas que, même si votre situation vous paraît terriblement compliquée, il ne faut jamais baisser les bras ! Dieu est pour vous, et il est plus grand que n'importe quel problème auquel vous pouvez être confronté.

Vous pouvez reconquérir le terrain que le diable vous a volé. Regagnez-le un centimètre à la fois si nécessaire, en remerciant Dieu et en vous appuyant continuellement sur sa grâce et non sur vos propres capacités. Dans Galates 6:9, l'apôtre Paul nous encourage à ne pas relâcher nos efforts. Ne soyez pas défaitiste ! Adoptez une attitude qui proclame : « Je puis tout avec Christ. » Dieu cherche des hommes et des femmes qui sont prêts à aller jusqu'au bout avec lui.

---

### ***Prière de reconnaissance***

*Merci, Père, parce que tu me donnes la force de ne jamais renoncer. Je suis reconnaissant de ce que tu es toujours avec moi et que tu livres mes combats à ma place.*

## ***Discipline et maîtrise de soi***

*« Celui qui ne sait pas se dominer est comme une ville démantelée qui n'a plus de remparts. »*

*Proverbes 25:28*

**I**l est possible de vivre dans la discipline et la maîtrise de soi. C'est même une des clés d'une vie agréable. La Bible insiste souvent sur l'importance d'une vie disciplinée.

Si nous ne nous imposons pas une certaine discipline, les situations que nous vivons finiront par amener des regrets. Heureusement, la Parole de Dieu nous invite à faire preuve de tempérance, de modération, c'est-à-dire à respecter certaines limites, à trouver le juste milieu entre deux extrêmes.

Tout est donc une question d'équilibre. Les finances sont un exemple d'un domaine où la discipline est nécessaire. S'il est mauvais de trop dépenser, il l'est tout autant de ne pas assez dépenser. Si Dieu nous donne de l'argent, ce n'est pas pour que nous l'amassions, mais pour que nous en profitions. La sagesse consiste à trouver un bon équilibre entre ce que nous économisons, ce que nous dépensons et ce que nous donnons.

Dans chaque domaine de votre vie – les relations, les finances, l'exercice physique, l'alimentation, le travail, les pensées et les paroles – demandez à Dieu de vous donner de la discipline et de la maîtrise. Ne vous laissez pas diriger par des réactions affectives, sous le coup de l'émotion. Appuyez-vous sur la sagesse de Dieu pour mener une vie équilibrée et jouissez de chaque instant !

---

### ***Prière de reconnaissance***

*Merci, Père, pour le fruit de la maîtrise de soi. Par ta grâce, je suis capable de me discipliner. Tu me donnes de la force et de la sagesse, et tu me guides tout au long du chemin.*

## *Rechercher la paix*

*« Je vous ai parlé ainsi pour que vous ayez la paix en moi. »*

*Jean 16:33 (NBS)*

La paix est un des plus beaux cadeaux que Dieu nous ait fait, et nous devrions l'en remercier chaque jour. Cependant, il ne suffit pas de désirer la paix. Vous devez rechercher activement la paix avec Dieu, avec vous-même et avec les autres. J'ai constaté que plus j'étais reconnaissante, plus grande était ma paix. La reconnaissance m'aide à regarder à ce que j'ai plutôt qu'à ce que je n'ai pas. Elle garde mes pensées fixées sur mes bénédictions et me préserve de l'inquiétude.

Lorsque la paix devient une priorité dans votre vie, vous faites l'effort nécessaire pour la trouver. J'ai passé des années à prier que Dieu me *donne* la paix, jusqu'à ce que je comprenne enfin qu'il me l'avait *déjà* donnée, mais que je devais la saisir. Jésus a dit dans Jean 14:27: « Je vous laisse la paix, c'est ma paix que je vous donne » (Jean 14:27). Il vous a d'ores et déjà donné la paix. Prenez la décision de marcher dans cette paix aujourd'hui.

---

### *Prière de reconnaissance*

*Père, merci de m'avoir donné tout ce qui est nécessaire pour vivre dans la paix. Aujourd'hui, je choisis de saisir cette paix et de jouir de ton repos, sachant que tu es plus grand que n'importe quelle épreuve ou tribulation que je peux rencontrer. Tu es tout ce dont j'ai besoin. Tu es ma paix.*

## ***Prenez le temps de dire merci***

*« À tout moment et pour toute chose, vous remercirez Dieu le Père au nom de notre Seigneur Jésus-Christ. »*

*Éphésiens 5:20*

**L**a Bible nous montre diverses façons de célébrer un progrès ou une victoire. Certains hommes de Dieu, par exemple, prenaient le temps de lui présenter une offrande et de le remercier. Ce fut notamment le cas de Noé et d'Abraham. Pourquoi ne pas les imiter ?

Il y aurait beaucoup plus de célébrations dans notre vie si nous prenions le temps de remercier Dieu chaque fois qu'il fait de grandes choses pour nous. La gratitude est très révélatrice du caractère d'une personne. Elle permet de garder Dieu à la première place, sachant qu'il est la source de toute bénédiction. Un cœur rempli de gratitude sait que rien ne lui est dû. Il dit au contraire : « J'ai conscience que je ne mérite pas la bonté de Dieu, mais je lui suis vraiment reconnaissant. »

---

### ***Prière de reconnaissance***

*Père, je suis reconnaissant pour toutes les bonnes choses que tu m'as données. Je veux prendre le temps aujourd'hui de méditer ta bonté et de te remercier pour tes bénédictions.*

## ***Vous pouvez prier à tout moment***

*« [Ils] se mirent à le supplier à haute voix: Jésus, Maître, aie pitié de nous! »*

*Luc 17:13*

Que vous soyez parent, enseignant, cadre supérieur, mécanicien ou neurochirurgien, votre vie est probablement bien remplie! En plus des exigences liées à votre métier, vous devez peut-être vous occuper de votre famille ou d'un de vos proches. Quelle que soit votre charge de travail, sachez que Dieu entend toutes les prières, même les plus courtes – et c'est là un grand sujet de reconnaissance!

Vous pouvez prier tout au long de la journée, même si vous avez une liste interminable de choses à faire. Par exemple, si vous êtes une maman surchargée de travail qui passe ses journées à faire le ménage et changer des couches, arrêtez-vous un instant et dites: « Ô Jésus, je t'aime. Renouvelle mes forces maintenant. Seigneur, je suis épuisée, j'ai besoin que tu me redonnes de l'énergie. »

Vous pouvez vous adresser à Dieu en toute simplicité. En formulant ce genre de prières simples et précises tout au long de la journée, nous invitons Dieu dans tous les domaines de notre vie, et c'est exactement ce qu'il désire.

---

### ***Prière de reconnaissance***

*Je veux te remercier aujourd'hui, Père, parce que la prière n'a pas besoin d'être longue et compliquée. Tu entends même mes prières courtes, mes cris du cœur. Merci parce que je peux te parler tout au long de la journée, et parce que tu m'entends et me réponds.*



## *Sachez dépasser vos émotions*

*« Car c'est lorsque je suis faible que je suis réellement fort. »*

*2 Corinthiens 12:10*

Un même jour, nous pouvons nous sentir bien ou mal dans notre peau, être heureux ou triste, enthousiaste ou découragé, ou dans mille autres dispositions. Cependant, aussi forts et impérieux que soient nos sentiments, nous ne sommes pas obligés de les laisser diriger notre vie.

Nous pouvons apprendre à dominer nos émotions au lieu de nous laisser dominer par elles. C'est là une des vérités bibliques les plus importantes que j'ai apprises au cours de mon cheminement avec Dieu. Et elle me permet de jouir de ma vie quoi qu'il arrive.

Si nous devons analyser ce que nous ressentons chaque matin avant de savoir si notre journée sera bonne ou mauvaise, c'est le signe que nous sommes le jouet de nos émotions. Mais heureusement, nous avons un libre arbitre qui nous permet de prendre des décisions qui ne s'appuient pas sur nos sentiments. Si nous avons le désir sincère de faire les bons choix indépendamment de ce que nous disent nos émotions, Dieu, dans sa fidélité, nous en donnera toujours la force.

---

### *Prière de reconnaissance*

*Père, je te remercie parce que je ne suis plus obligé de me laisser contrôler par mes émotions. Je suis vraiment reconnaissant de ne pas devoir me demander chaque matin comment je me sens, avant de commencer ma journée. Avec ton aide, je veux dépasser mes émotions et jouir de la joie que Jésus veut me donner.*

## ***Savoir attendre avec grâce***

*« Mais il faut que votre endurance aille jusqu'au bout de ce qu'elle peut faire pour que vous parveniez à l'état d'adultes et soyez pleins de force, des hommes auxquels il ne manque rien. »*

*Jacques 1:4*

Si nous voulons glorifier Dieu et jouir de la vie, la patience est une qualité indispensable. Les personnes impatientes réagissent avec leurs émotions aux différentes situations qui se présentent.

La prochaine fois que vous devrez attendre quelque chose ou quelqu'un, au lieu de subir, dites-vous : *M'énervier n'accélénera pas les choses, alors autant profiter de ce moment d'attente*. Puis, pourquoi ne pas dire à haute voix : « Je suis reconnaissant pour cette attente, car elle m'apprend la patience » ? Par une telle attitude, vous obéissez à la Parole de Dieu, au lieu de simplement subir une situation désagréable.

Rappelez-vous que la patience est un fruit de l'Esprit que Dieu veut faire grandir dans votre vie. Ne vous focalisez pas sur le côté frustrant de l'attente, mais remerciez Dieu de ce qu'il vous apprend à attendre avec grâce.

---

### ***Prière de reconnaissance***

*Père, merci de m'avoir donné la patience. Merci parce qu'avec ton aide, je peux avoir une bonne attitude face à n'importe quelle situation. Aide-moi aujourd'hui, et tous les jours de ma vie, à être patient en toutes choses.*

## ***S'entendre avec ceux qui ont mauvais caractère***

« Autant que possible, et dans la mesure où cela dépend de vous, vivez en paix avec tous les hommes. »

Romains 12:18

Comment réagissez-vous lorsqu'une personne est désagréable avec vous? Répondez-vous avec amour comme la Parole de Dieu vous le demande, ou la rejoignez-vous sur le même terrain? S'il y a tellement de gens pénibles aujourd'hui, c'est peut-être dû en grande partie à notre mode de vie stressant.

Nous pouvons être reconnaissants d'avoir Dieu et sa Parole pour nous aider et nous reconforter. Sa présence dans nos vies nous garde des écueils du stress. Mais n'oublions pas que les personnes qui sont difficiles à vivre n'ont généralement pas cela. Jésus dit que nous n'avons aucun mérite si nous sommes aimables avec ceux qui le sont; mais si sommes bons envers ceux qui nous traitent mal, nous faisons bien (voir Luc 6:32-35).

Les gens sont partout, et tous ne sont pas agréables. Voulez-vous obéir à la Parole et les aimer par amour pour Dieu?

---

### ***Prière de reconnaissance***

Père, quand j'ai affaire à une personne difficile, aide-moi à prier pour elle plutôt que de laisser parler mes sentiments. Merci de me donner la grâce d'être bon envers tous – quel que soit leur comportement à mon égard.

## ***Attendre le meilleur des autres***

« L'amour couvre tout: il souffre, endure et excuse. Il sait passer par-dessus les fautes d'autrui. Aimer, c'est faire confiance à l'autre et attendre le meilleur de lui [...]. »

1 Corinthiens 13:7 (Parole Vivante)

La Bible nous invite à toujours voir le meilleur en chacun.

Cependant, si nous nous laissons diriger par nos pensées, elles nous entraînent généralement vers le négatif, car la chair sans l'influence du Saint-Esprit est sombre et pessimiste. Mais, bonne nouvelle, nous n'avons pas à marcher selon la chair, nous pouvons faire le choix de nous laisser diriger par l'Esprit (voir Romains 8.5). Si nous décidons de marcher selon l'Esprit, nous verrons le meilleur chez les autres, et nos âmes seront remplies de vie et de paix.

Je vous encourage à regarder les autres comme des enfants de Dieu plutôt que comme des adversaires. Décidez de passer par-dessus leurs défauts et de les voir comme Dieu les voit. Soyez reconnaissant de ce que l'Esprit peut vous aider à voir le meilleur en toutes les personnes que vous côtoyez.

---

### ***Prière de reconnaissance***

*Je te remercie aujourd'hui, Père, de ce que tu pardonnes mes péchés et ne les retiens pas contre moi. Je te demande la force d'agir de même envers les autres.*

## *Faire confiance à Dieu*

*« Ô Seigneur Éternel, en toi j'espère, car, depuis ma jeunesse, toi, tu es mon appui ! »*

*Psaumes 71:5*

**L**a confiance en Dieu nous permet d'entrer dans son repos. Le repos est un lieu de paix où nous pouvons jouir pleinement de notre vie, assurés que Dieu combat pour nous.

Dieu prend soin de nous ; il résoudra nos problèmes et pourvoira à nos besoins, de sorte que nous pourrions arrêter d'y penser et de nous inquiéter. J'ai conscience que c'est plus facile à dire qu'à faire, mais qu'attendez-vous pour apprendre à vivre différemment, sans soucis, sans angoisses et sans peurs ?

C'est le moment de choisir la confiance et de dire : « Je veux entièrement me confier à Dieu ; je n'ai aucune raison de m'inquiéter ! Je ne céderai pas à la peur ou à l'angoisse. Dieu est la source de ma confiance. » Plus vous méditez cette vérité, plus vous choisirez la confiance plutôt que l'inquiétude.

---

### *Prière de reconnaissance*

*Merci, Père, parce que je n'ai pas besoin de m'inquiéter ! J'ai confiance que tu prends soin de moi et que tu es toujours avec moi.*

## *Savoir apprécier sa vie*

*« Le voleur vient seulement pour voler, pour tuer et pour détruire. Moi, je suis venu afin que les hommes aient la vie, une vie abondante. »*

*Jean 10:10*

Croyez-vous que Dieu veut que vous profitiez de la vie ? Eh bien, c'est le cas ! En fait, il veut que vous jouissiez pleinement de chaque minute. Je sais que c'est vrai parce que sa Parole l'affirme à maintes reprises.

Le roi Salomon, qui était connu pour sa grande sagesse, a écrit dans Ecclésiaste 2:24 : *« Il n'y a donc rien de mieux à faire pour l'homme que de manger, de boire et de jouir du bonheur au milieu de son labeur. Mais j'ai constaté que cela aussi dépend de Dieu. »*

Salomon vous encourage à jouir du bonheur dans votre travail. Ne méprisons pas le plaisir, parce qu'il est essentiel à notre équilibre et notre santé. Cela ne veut pas dire que toute la vie devient une grande fête, mais ce qui est vrai, c'est que par la puissance de Dieu, nous pouvons apprendre à être reconnaissants pour chaque instant de notre existence et le vivre pleinement.

---

### *Prière de reconnaissance*

*Père, je suis reconnaissant parce que Jésus est venu pour me donner la vie en abondance. Quand les temps sont durs et que ma joie s'éteint, rappelle-moi que tu as promis que je pouvais jouir pleinement de ma vie. Merci pour la joie, la paix et la sécurité que je trouve en toi.*