

Réflexion biblique—Faire face à la détresse écrasante (Partie2)



Stratégie #2: “Soyez constructif. Concentrez-vous sur ce que vous pouvez faire (pas sur ce que vous ne pouvez pas).”

“Lorsque Jésus débarqua et vit une grande foule, il fut rempli de compassion pour elle parce qu'ils étaient comme des brebis sans berger. Alors il se mit à leur enseigner beaucoup de choses » (Marc 6:34).

Cette histoire biblique dit beaucoup sur qui était Jésus et nous montre comment nous devrions répondre aux immenses besoins des gens aujourd'hui. Lorsque Jésus a vu à quel point les gens étaient perdus et dans le besoin, son cœur s'est tourné vers eux. Mais il ne s'est pas arrêté à simplement les plaindre. Il a aussi agi.

Dans cette situation, il a répondu en leur enseignant. Pour d'autres occasions, il guérissait les malades, chassait les démons, plaidait en faveur des opprimés, accomplissait des miracles, offrait le pardon, ou simplement faisait un commentaire ou un geste aimable et gracieux envers quelqu'un qui avait besoin de miséricorde ou d'encouragement.

Ce qu'il n'a pas fait, c'est de ne se laisser submerger par l'immensité de leurs besoins. Peu importe à quel point il a pu être troublé par ce qu'il voyait, il n'a jamais permis aux actes malveillants des autres de saper sa dévotion à Dieu et son zèle pour faire le bien.

Quelques fois, les besoins écrasants des autres me semblent accablants. Je vois les horreurs qui arrivent à d'autres à travers le monde. Je veux aider, c'est sûr, mais je ne sais pas quoi faire pour faire la différence. Et c'est là que je commence à me sentir submergé. Ma détresse émotionnelle commence à prendre le contrôle de moi, et parfois, je me sens complètement découragé.

Mais Jésus nous montra par son exemple que nous ne devons pas réagir de cette manière. Peu importe l'ampleur de la souffrance des autres, nous devons faire attention à ne pas assumer plus de responsabilités pour leurs problèmes que Dieu n'en a l'intention. Cela ne les aide pas et ne fait que nous blesser. Parfois, je dois me rappeler : « C'est bien et juste de se soucier profondément, mais tu n'aides personne en étant toujours bouleversé ou en te déprimant à cause de ce qui leur arrive. » Bien sûr, chaque fois que je lis une information sur un nouvel attentat, des familles chassées dans la jungle, ou quelqu'un d'autre maltraité ou tué, mon cœur se brise à nouveau. Mais j'ai appris à mes dépens que je ne peux tout simplement pas me permettre de laisser la tragédie de quelqu'un d'autre se transformer en une catastrophe émotionnelle pour moi.

Il y aura toujours beaucoup de choses que j'aimerais faire pour aider les autres qui est bien au-delà de mes moyens, mais l'exemple et l'enseignement de Jésus me montrent que je dois rester concentré sur ce que je peux faire, et non sur ce que je ne peux pas faire. Je dois laisser et ne pas porter quelque chose que Dieu n'a jamais voulu que je porte, afin de pouvoir être plus libre de faire ce qui est vraiment dans mes capacités et mes moyens.

Alors que vous continuez à chercher des moyens de mieux faire face à votre détresse écrasante, n'ayez pas peur de ressentir de la compassion pour ceux qui en ont besoin, qui souffrent énormément. Mais ne prenez pas leur souffrance comme si c'était la vôtre. Au lieu de cela, restez positif et agissez de manière constructive. Et de jour en jour, que Dieu vous guide et vous permette de lâcher prise sur ce qui est au-delà de votre contrôle, et vous donne la paix. Telle est ma prière pour vous aujourd'hui.

Avec l'amour de Jésus Christ,

Dr. Tim

Pour en savoir plus à propos de la façon dont le Saint-Esprit agit dans nos vies pour conduire, guider et donner de la force aux disciples de Jésus, cliquez sur le bouton En savoir plus pour découvrir davantage de ressources en français sur le site Web Faith, Hope, and Love Global Ministries website.