DES PENSÉES RENOUVELÉES

6200 par jour … et par personne … à quoi cela peut-il correspondre ?
=> au nombre de pensées que nous avons par jour !

J'ai choisi ce thème des pensées car j'avais commencé à creuser le sujet lors d'un espace femmes mais je trouvais que le sujet méritait d'être approfondi alors j'ai creusé davantage ce que disait la Parole.

La pensée c'est le précurseur de toute parole, de toute action.
Si nos pensées sont négatives, nos actions le seront aussi, et, au contraire, si nos pensées sont renouvelées par la parole de Dieu, nos actions le seront aussi.

Mais est-ce qu'on prend vraiment le temps de … penser à ce qu'on pense ? ;-) Dans notre société à 1000 à l'heure où on est toujours en action, arrêtons nous un peu sur ce thème des pensées.

Que nous dit la Parole à propos des pensées ?
En fait beaucoup de versets nous parlent des pensées, comme Phi. 4:8 :
« Au reste, frères, que tout ce qui est vrai, tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, ce qui est vertueux et digne de louange, soit l'objet de vos pensées »
Donc on a ici une ligne directrice de ce que sont des pensées alignées avec les écritures.
Et le premier élément est « tout ce qui est VRAI ». Quel est le contraire de vrai/vérité ? Faux/mensonge. Est-ce qu'on ne laisserait pas parfois des pensées mensongères nous envahir ?

rappel corps, âme, esprit
Nous sommes corps, âme et esprit.
Notre corps est la partie visible, il est *dirigé* par nos 5 sens.
L'âme et l'esprit sont les parties invisibles.
L'âme est le siège des émotions, de la volonté et des raisonnements .
L'esprit est la partie qui nous relie à Dieu. Donc lorsque nous ne connaissons pas Dieu, que nous n'avons pas fait de rencontre personnelle avec lui, notre esprit est comme « éteint ».
Alors où se situent nos pensées ? Raisonner (âme) c'est penser mais Dieu peut aussi nous donner Ses pensées. Alors je crois que les pensées se situent à la fois dans l'âme et dans l'esprit.
Mais comment savoir si nos pensées viennent de nous ou de Dieu ?

Lisons Heb 4:12 « car **la parole de Dieu** est vivante et efficace, plus tranchante qu'une épée quelconque à deux tranchants, pénétrante jusqu'à partager âme et esprit, jointures et moelles ; elle juge les sentiments et les pensées du coeur »
Ce verset nous dit que l'âme et l'esprit peuvent être divisés.
=> mais pourquoi partager âme et esprit ? Pour discerner, entre autre, nos pensées.
Le seul moyen de faire la distinction entre âme et esprit est la **parole de Dieu**. C'est une des armes du chrétien ! Dans Eph 6:13 à 18 sur les armes du chrétien, l'épée c'est la Parole de Dieu. Je ne peux que vous encourager à lire la bible, ce verset nous dit qu'elle est vivante ET efficace ! Je suis tellement en admiration devant ce livre, de toutes les révélations qu'il contient, de tous les secrets qui sont encore à découvrir, des encouragements, des réponses à nos questions et de l'espérance qu'il contient.
Rappelez-vous, Jésus a utilisé seulement la Parole pour répondre au diable dans le

désert.

Il y a qqs mois, j'ai commencé à revoir mentalement des moments difficiles que j'avais vécus au collège, je pense que Dieu voulait me guérir de ces mauvais souvenirs. J'étais attaquée de mauvaises pensées. Elles m'assaillaient dès que j'avais un moment de répit. Je n'arrivais pas à empêcher ces mauvaises pensées de venir, c'était un vrai combat ! J'ai déclaré à voix haute Phi 4:7 « et la **paix** de Dieu qui surpasse toute intelligence gardera vos cœurs et vos pensées en Jésus Christ »
Et elles ont commencé à se dissiper jour après jour. Persévérez ! Cela prend du temps et n'est pas toujours facile ! Utilisez la Parole de Dieu pour résister à ces pensées avec fermeté, croyez que ce livre contient la vérité et vous verrez des victoires dans vos vies. Ce n'est pas une formule magique mais une arme. Je contrebalance le mensonge du diable par une parole de Dieu et même si je suis ridicule à parler à voix haute, je me positionne clairement, car la parole de Dieu est puissante.

c'est un combat.
Continuons avec 2 Co 10:4, 5 « Car les armes avec lesquelles nous **combattons** ne sont pas charnelles ; mais elles sont puissantes par la vertu de Dieu pour renverser les forteresses. Nous renversons les raisonnements et toute hauteur qui s'élève contre la connaissance de Dieu et nous amenons toute **pensée** captive à l'obéissance de Christ »

Il est question ici d'armes et de combat.
Nous avons vu tout à l'heure que la parole de Dieu était une arme (l'épée), elle nous permet de démasquer des mensonges auxquels nous croyons.
Par exemple si j'ai des pensées de peur, d'insécurité, je peux les confronter à la Parole. Par exemple dans le Ps 91 il est écrit : « Celui qui demeure à l'abri du Très Haut, repose à l'ombre du Tout-Puissant … Il te couvrira de ses plumes et tu trouveras un refuge sous ses ailes. Sa fidélité est un bouclier et une cuirasse »
Tiens, c'est incroyable, on reparle encore d'armes :)
A quoi sert le bouclier dans les armes du chrétien ? C'est le bouclier de la FOI « avec lequel vous pourrez éteindre tous les traits enflammés du malin » (Eph. 6:16) Je peux donc répondre au diable par la FOI. Parce qu'une des armes préférée du diable, c'est de nous faire **douter** : « tu es sûr que tu es sauvé ? Tu es sûr que Dieu t'aime ? Tu es sûr qu'Il va vraiment pourvoir à tes besoins ? Et si tu ne guérissais pas ? Ta situation ne changera surement jamais... ». Et bien ce bouclier stoppe les « et si ? » et les « tu es sûr que ? » par les « oui je crois ce que dit Dieu, oui je crois qu'il est fidèle et que ses promesses vont s'accomplir » !

Une autre arme que je trouve interessante dans notre sujet d'aujourd'hui, c'est le casque. Le casque se met sur la tête, il protège nos pensées, il assure notre sécurité, comme un casque dans l'armée ou un casque de vélo. Le salut c'est croire qu'on est sauvé par la foi, c'est faire confiance à Dieu, c'est espérer en lui.

Reprenons le verset dans 2 Co 10 : « pour renverser les forteresses »
Quelles sont les forteresses à renverser ?

Une pensée est comme une brique : une ou quelques briques sont faciles à renverser , c'est à dire qu'une pensée négative ou mensongère passagère, vite repérée est détruite facilement. Mais lorsqu'on laisse ces pensées négatives (honte, jalousie, culpabilité, peur, désespoir, impureté, amertume …) nous envahir pendant des mois, des années, elles s'élèvent comme des briques d'une forteresse, et quel est le premier rôle d'une forteresse si ce n'est d'être indestructible ? Donc on peut se construire des forteresses

de pensées négatives et plus ces pensées sont là depuis longtemps, plus la tour est haute ! Le pire c'est qu'on ne se rend même plus compte qu'on vit dans ces forteresses, on les a érigées depuis si longtemps. Satan utilise nos expériences négatives, bien souvent dans l'enfance pour construire des forteresses. On s'est accoutumé à un tas de pensées qui ne sont pas en accord avec la Parole.
Et donc ces forteresses sont beaucoup plus difficiles à détruire que juste quelques briques.

Témoignage :
Il y a 1 an et demi, en été, j'ai commencé à avoir des pensées négatives, je me trouvais malheureuse d'avoir un mari qui travaille tout l'été et qu'on n'ait quasiment plus de vacances avec lui, je trouvais cela injuste et par dessus ces idées, s'en suivaient d'autres plus négatives les unes que les autres. J'ai alimenté ces pensées tous les jours, sans me rendre compte qu'elles me déprimaient, je voyais tout négatif.
Ca a duré un certain temps et un matin je tombe sur le psaume 42:6
« Pourquoi t'abats-tu mon âme et gémis-tu au dedans de moi ? Espère en Dieu car je le louerai encore, il est mon salut et mon Dieu »
C'est à moi que ce psaume s'adressait ! Ca a été un électrochoc !
J'ai réalisé que c'est parce que j'avais nourri mes pensées de négativité que j'étais entré dans un cycle négatif.
J'ai donc parlé à mon âme comme David ! J'ai proclamé cette parole à voix haute, plusieurs fois par jour ! Ca m'a redonné la joie !
Ce verset nous parle aussi d'espoir : « Espère en Dieu ». Quand le désespoir nous envahit, nous perdons l'espoir ! Mais la bible est plein de paroles d'espoir : Jer 29:11
« Car je connais les projets que j'ai formés sur vous, dit l'Eternel, projets de paix et non de malheur, afin de vous donner un avenir et de l'espérance »

Je pense aussi que pour amener « toute pensée captive à l'obéissance de Christ » nous avons un rôle à jouer sur ce que nous regardons et écoutons (pub, télé, internet, radio)
« Qu'est-ce que je laisse entrer dans mon esprit ? »
Je remarque à quel point notre société de soit disant « liberté d'expression » dérape sur certains domaines, notamment celui de la sexualité. J'étais choquée à la radio, à une heure de grande écoute, des mots à connotation sexuelle utilisés à tout bout de champ et le pire c'est que tout le monde rit !!!
Le langage des humoristes est bien souvent grivois, obscène. Les journalistes, les publicitaires prônent un style de vie en décalage avec la bible. Et ce que nous voyons ou écoutons pollue notre esprit et des mots ou des images peuvent venir nous tourmenter.
Que faire ? Nous détourner de ces images, arrêter nos écrans, éteindre la radio.
Nous sommes le temple du Saint Esprit (1 co 6:19) il nous faut garder ce temple saint.

Avec quoi remplir mes pensées ?
David le psalmiste a dit : « O Dieu, nous **pensons** à ta bonté au milieu de ton temple » Ps 48:10. David se remémorait souvent les miracles que Dieu avait faits.
Ruminer une injustice que vous avez subie ou une situation difficile que vous vivez ne vous fera pas aller mieux ! Mais au contraire, je dois me rappeler de ce que Dieu a fait de bon dans ma vie, ça peut être : comment il a toujours pourvu a mes besoins, les gens qu'il met sur ma route, les petits clins d'oeil du quotidien ou la beauté de la création .
Méditons sur la bonté et les promesses de Dieu plutôt que sur nos problèmes.

Lisons Josué 1:8 « que ce livre de la loi ne s'éloigne pas de ta bouche, mais **médite**-le jour et nuit, pour agir fidèlement selon tout ce qui est écrit ... »
Il nous faut lire la parole ET la méditer sinon on aura tôt fait de l'oublier !

Les mauvaises pensées viennent si facilement, sans effort ! Alors que pour avoir des pensées qui honorent Dieu, il nous faut choisir.
C'est comme pour notre corps : c'est facile et très tentant de manger des préparations industrielles, des aliments trop gras, trop sucrés ou de rester sur son canapé, il n'y a pas d'effort à faire mais on sait que ce sera délétère pour notre corps . Alors que faire du sport ou manger équilibré nous demande de faire un choix, de faire des efforts mais que c'est bon pour notre corps.

Donc pour résumer, des pensées négatives peuvent nous empoisonner , elles nous empêchent de voir les choses positives et d'être heureux. Nous devons apprendre à veiller sur nos pensées car nos actes en découlent.
Je finirai avec ce verset :
« Quand les pensées s'agitent en foule au dedans de moi, tes consolations réjouissent mon âme » *Ps 94:19*