



OSER ÊTRE VRAI

« *Sonde-moi, ô Dieu, et connais mon coeur ! Éprouve-moi, et connais mes pensées !* » Psaume 139, 23

Qui connaît réellement ton coeur et tes pensées ? Le mot hébreu traduit ici par « pensées » parle de pensées anxieuses, alarmantes. Le genre de pensées qu'un homme a de la peine à partager...

En effet, il n'est jamais facile de partager à des amis ce que nous ressentons réellement au fond de notre coeur, nos luttes intérieures. Nous ne voulons pas être vulnérable et souvent, nous préférons laisser transparaître que tout va bien. N'est-ce pas magnifique de voir le nombre d'hommes qui vont bien dans nos églises ?! Si nous restons seuls avec nos difficultés, nos luttes, notre anxiété nous risquons davantage le *burn out* ou une sévère dépression.

La meilleure manière d'éviter cela est de mettre en pratique ce que nous enseigne ce verset du Psaume 139. Peut-être que tu n'arrives pas toujours à être vrai avec les gens qui t'entourent, mais commence par l'être avec Dieu. Ose demander à Dieu de regarder à ton coeur et à tes pensées. Ose lui dire quelles sont tes luttes, tes inquiétudes, ce qui habite vraiment tes pensées. Bien qu'il connaisse ce qu'il y a à l'intérieur de ton coeur, Il attend que tu lui en donnes l'accès en lui parlant. Par la suite, tu pourras plus facilement partager cela avec des amis proches, ton groupe d'hommes ou juste à quelques uns d'entre-eux.

Le groupe d'hommes de mon église est devenu un lieu où chacun ose dévoiler son coeur. Personne ne porte de masques, nous sommes vrais, authentiques et on se soutient les uns les autres. Cela demande un pas de notre part à chaque rencontre. Vais-je porter un masque ou laisser mon coeur et mes pensées accessibles aux autres ?



PRIÈRE

Père, sonde mon coeur et connais mes pensées. Je te donne tout aujourd'hui, je ne garde rien de caché devant toi. Merci de me donner ta paix ainsi que le courage pour partager mes luttes avec mes frères lorsque j'en ai besoin. Amen

POUR CONTINUER LA RÉFLEXION

- Esaïe 40, 31
- L'exemple de Jésus : Jean 11, 35; Luc 22, 41-44

QUESTIONS

- As-tu l'habitude de tout mettre à plat devant Dieu? Si oui, quel en est le fruit?

- Pourquoi est-ce si difficile d'être vrai les uns envers les autres? Comment faire pour que cela change?

- Qu'est-ce que nous enseigne la Bible à propos de l'authenticité et du soutien des uns envers les autres ?

info@hommes.ch
www.hommes.ch

Pour nous soutenir
CCP : 34-462329-6
