

Journée de prière : LA MAÎTRISE DE SOI

« Ajoutez [...] à votre connaissance la maîtrise de soi . » - 2 Pierre 1 :5-8

Au cours d'une vaste campagne contre la drogue, les jeunes Français ont entendu ce conseil : " Dites non. " L'humanité se porterait tellement mieux si tout le monde disait non, pas seulement à la drogue, mais aussi à l'alcoolisme, aux modes de vie insensés ou immoraux, à la malhonnêteté dans les affaires et aux " désirs de la chair " ! (Romains 13:14.) Cependant, qui prétendra qu'il est toujours facile de dire non ? Puisque tous les humains imparfaits éprouvent de la difficulté à exercer la maîtrise de soi, nous devrions avoir envie d'apprendre à remporter les combats personnels que nous livrons.

Comme une ville forcée et sans murailles, ainsi est l'homme qui n'est pas maître de lui-même. Proverbes 25:28

La maîtrise de soi est la faculté de contrôler et de maîtriser différents éléments de notre vie. Elle fait partie des choses que le Saint Esprit produit dans la vie des enfants de Dieu

Ce que l'Esprit Saint produit, c'est l'amour, la joie, la paix, la patience, la bienveillance, la bonté, la fidélité, la douceur et la maîtrise de soi. Galates 5:22

Elle concerne tout notre être : l'esprit, l'âme et le corps

. La maîtrise de notre esprit : nos pensées, notre volonté ...

. La maîtrise de notre âme : nos sentiments, nos émotions, nos désirs

. La maîtrise de notre corps : nos sens, nos membres

Nous sommes ainsi conçus que toutes les parties de notre être se tiennent et dépendent l'une de l'autre, l'esprit, l'âme et le corps. Par exemple, lorsque notre esprit est en proie à de mauvaises pensées, il influence les sentiments de notre âme et produit des désirs pernicieux qui vont à leur tour entraîner notre corps à pécher. D'où l'importance de nous soumettre totalement au Saint Esprit, afin qu'Il communique sa vie, sa nature, à notre être entier. IL NOUS FAUT PRIER POUR CHACUN DE CES ASPECTS DE NOS VIES ;

Que le Dieu de paix vous sanctifie lui-même tout entiers, et que tout votre être, l'esprit, l'âme et le corps, soit conservé irrépréhensible, lors de l'avènement de notre Seigneur Jésus-Christ! 1 Thessaloniens 5:23

La maîtrise de notre esprit

Notre esprit est le siège de nos facultés mentales, la pensée, la réflexion, la volonté. C'est là que s'élaborent nos projets et se prennent nos décisions, des choses qui sont déterminantes pour notre vie. Notre pensée est toujours en mouvement et se porte sur de nombreuses choses : des projets qui peuvent devenir de vains rêves, des images mentales parfois impures, des situations imaginaires ou tout simplement les choses courantes et quotidiennes de notre vie. Nous pouvons avoir de bonnes ou de mauvaises pensées qui surgissent à l'improviste. Elles sont comme des oiseaux qui traversent le ciel. Quelqu'un a dit au sujet des pensées "Nous ne pouvons pas empêcher les oiseaux de voler au dessus de nos têtes, mais nous pouvons les empêcher de faire leur nid dans nos cheveux."

La crainte et l'inquiétude envahissent parfois nos pensées, qui s'agitent et nous font agir de façon désordonnée ou au contraire nous paralysent complètement. Nous voyons combien il est important de maîtriser ce qui se passe dans notre esprit. L'apôtre Pierre a écrit :

C'est pourquoi, ceignez les reins de votre entendement (c'est à dire : pensée, réflexion, intelligence, compréhension), soyez sobres 1 Pierre 1:13

Notre esprit peut être sollicité par toutes sortes de pensées, l'inquiétude, l'impureté, la vanité, l'orgueil, etc. Il faut alors les chasser en nous tournant vers de bonnes choses, comme l'apôtre Paul nous y exhorte :

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. Philippiens. 4.8

Il enseigne encore que la prière et les actions de grâce sont un précieux secours dans ce domaine :

Ne vous inquiétez de rien; mais en toute chose faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications, avec des actions de grâces. Et la paix de Dieu, qui surpasse toute intelligence, gardera vos cœurs et vos pensées en Jésus-Christ. Philippiens 4.6/7

La maîtrise de notre âme

Ici il s'agit de nos sentiments, nos émotions et nos désirs. Il y a beaucoup à dire dans ce domaine qui touche notre personnalité, tellement nous sommes différents dans nos réactions. Il y a les impulsifs et les modérés, les hypersensibles et les indifférents, les calculateurs et les naïfs, les extravagants et les anonymes, les orgueilleux et les humbles, les violents et les doux, les optimistes et les pessimistes ...Souvent nous nous laissons influencer par nos sentiments et nous donnons libre cours à nos émotions. Il nous faut certainement apprendre la modération dans l'expression de nos sentiments, de nos émotions et de nos désirs.

Lequel d'entre vous est sage et intelligent? Qu'il montre ses œuvres par une bonne conduite avec la douceur de la sagesse. Mais si vous avez dans votre cœur un zèle amer et un esprit de dispute, ne vous glorifiez pas et ne mentez pas contre la vérité. Cette sagesse n'est point celle qui vient d'en haut; mais elle est terrestre, charnelle, diabolique. Car là où il y a un zèle amer et un esprit de dispute, il y a du désordre et toutes sortes de mauvaises actions. La sagesse d'en haut est premièrement pure, ensuite pacifique, modérée, conciliante, pleine de miséricorde et de bons fruits, exempte de duplicité, d'hypocrisie. Le fruit de la justice est semé dans la paix par ceux qui recherchent la paix. Jacques 3.13/18

La maîtrise de notre corps

Notre corps est la partie la plus fragile de notre être, parce que la plus exposée à cause de nos facultés sensorielles. Nos sens subissent toutes sortes de sollicitations venant de l'extérieur. Ils sont autant d'accès, de portes et de fenêtres, par lesquelles entrent et sortent des choses bonnes et mauvaises. C'est pourquoi la maîtrise de soi, que produit le Saint-Esprit, doit s'appliquer tout particulièrement aux membres de notre corps et à nos cinq sens, afin de les maintenir dans ce qui est raisonnable, pur et saint. L'apôtre Paul, qui était un homme de la même nature que nous, a écrit :

Je traite durement mon corps et je le maîtrise sévèrement, afin de ne pas être moi-même disqualifié après avoir prêché aux autres. 1 Corinthiens 9:27

Nous connaissons tous la fonction et la valeur de ces facultés sensorielles que Dieu a créées et dont il nous a dotés : La vue, l'ouïe, le goût, le toucher et l'odorat. Souvent, trop souvent, nous sommes esclaves de leurs exigences charnelles et nous cédon à leurs désirs, alors que nos sens doivent demeurer nos serviteurs.

La vue

Je ne mettrai rien de mauvais devant mes yeux; Je hais la conduite des pécheurs; Elle ne s'attachera point à moi. Psaumes 101:3

Job avait fait un pacte avec ses yeux et il dit qu'il n'aurait pas arrêté ses regards sur une vierge. Job 31:1

Nous pouvons regarder et voir toutes sortes de choses, des belles comme des moins belles et des choses horribles. Le monde nous propose une foule d'images qui attirent nos regards et suscitent nos envies. C'est le principe de base de la publicité, autrement de la séduction.

L'apôtre Jean écrit que la convoitise des yeux fait partie de l'esprit du monde :

N'aimez pas le monde, ni ce qui est dans le monde. Si quelqu'un aime le monde, l'amour du Père n'est pas en lui ;car tout ce qui est dans le monde, la convoitise de la chair, la convoitise des yeux, et l'orgueil de la vie, ne vient point du Père, mais vient du monde. 1 Jean 2:15,16

L'ouïe

Il y a des musiques d'inspiration diverses : divine, humaine et diabolique. Certaines musiques apaisent, entraînent à la louange et à l'adoration, d'autres produisent l'excitation, la gesticulation, et vont jusqu'à produire une sorte d'hystérie collective. Nous devons veiller à ne pas nous laisser emporter par n'importe quelle musique. Prenons garde aussi à la délectation des ragots, des rumeurs, des critiques; des paroles méchantes, des jugements injustes, ainsi que des propos équivoquant, des histoires malsaines.

Les paroles du rapporteur sont comme des friandises, Elles descendent jusqu'au fond des entrailles. Proverbes 18:8

Le méchant est attentif à la lèvre inique, Le menteur prête l'oreille à la langue pernicieuse Proverbes 17:4

Ceux qui tiennent des discours vains et profanes avancent toujours plus dans l'impiété, et leur parole rongera comme la gangrène. 2 Timothée 2.16

Fermons nos oreilles à l'ouïe des choses nocives. Maîtrisons notre manière d'écouter.

Le goût

Prenez garde à vous-mêmes, de crainte que vos cœurs ne s'appesantissent par les excès du manger et du boire ... Luc 21:34

... l'ivrognerie, les excès de table, et les choses semblables. Je vous dis d'avance, comme je l'ai déjà dit, que ceux qui commettent de telles choses n'hériteront point le royaume de Dieu. Galates 5:21

La maîtrise de soi en ce qui concerne notre nourriture permet de ménager notre santé et nous garde lucides pour les choses de Dieu.

Le toucher

C'est le sens qui permet d'apprécier ou non ce qui se dégage des choses ou des gens avec qui nous sommes en contact. Par le toucher nous réagissons au froid et au chaud, à ce qui est rugueux ou doux, ce qui est agréable ou non au toucher. Il concerne en particulier le plaisir du corps et a trait directement à la sensualité physique. Nous comprenons ce que cela veut dire. Il est merveilleux de constater que le Seigneur nous a créés afin que nous puissions avoir du plaisir dans les choses courantes de la vie, telles que les caresses ou la manifestations de la tendresse et de l'amour, même dans une simple poignée de mains. Il y a un domaine où nous devons être particulièrement vigilants en ce qui concerne le toucher, c'est celui de la sexualité. C'est une chose naturelle, dont Dieu est le créateur, mais elle dérive souvent dans toutes sortes d'excès, dans la recherche d'un plus grand plaisir avec des artifices et des comportements condamnables et immoraux. Le contact physique fait partie des bonnes choses que Dieu a créées, mais si nous ne veillons pas à maîtriser notre comportement dans ce domaine cela peut devenir dangereux et nous entraîner au mal. Aussi soyons prudents.

La maîtrise de nos membres

Chaque membre de notre corps a une fonction unique et celui qui paraît le plus petit a son importance. On dit de certaines personnes qu'elles sont extraverties, c'est à dire qu'elles s'expriment avec volubilité et force gestes. Dans la vie quotidienne, des personnes ont un maintien physique orgueilleux, d'autres ont des comportements équivoques. Certains font des gestes menaçants et d'autres s'adonnent à la violence, frappent du poing et maltraitent leurs semblables. Ce sont des choses qui doivent être maîtrisées, en particulier chez ceux qui confessent appartenir au Seigneur Jésus-Christ. Il y a un membre de notre corps sur lequel nous devons principalement veiller c'est la langue.

Si quelqu'un croit être religieux, sans tenir sa langue en bride, mais en trompant son cœur, la religion de cet homme est vaine. Jacques 1:26

L'apôtre Jacques a écrit à ce sujet un texte qui est très révélateur de la nature humaine :

Nous bronchons tous de plusieurs manières. Si quelqu'un ne bronche point en paroles, c'est un homme parfait, capable de tenir tout son corps en bride. Si nous mettons le mors dans la bouche des chevaux pour qu'ils nous obéissent, nous dirigeons aussi leur corps tout entier. Voici, même les navires, qui sont si grands et que poussent des vents impétueux, sont dirigés par un très petit gouvernail, au gré du pilote. De même, la langue est un petit membre, et elle se vante de grandes choses. Voici, comme un petit feu peut embraser une grande forêt! La langue aussi est un feu; c'est le monde de l'iniquité. La langue est placée parmi nos membres, souillant tout le corps, et enflammant le cours de la vie, étant elle-même enflammée par la géhenne. Toutes les espèces de bêtes et d'oiseaux, de reptiles et d'animaux marins, sont domptés et ont été domptés par la nature humaine; mais la langue, aucun homme ne peut la dompter; c'est un mal qu'on ne peut réprimer; elle est pleine d'un venin mortel. Par elle nous bénissons le Seigneur notre Père, et par elle nous maudissons les hommes faits à l'image de Dieu. De la même bouche sortent la bénédiction et la malédiction. Il ne faut pas, mes frères, qu'il en soit ainsi. La source fait-elle jaillir par la même ouverture l'eau douce et l'eau amère? Un figuier, mes frères, peut-il produire des olives, ou une vigne des figues? De l'eau salée ne peut pas non plus produire de l'eau douce. Jacques 3.2/12

REMARQUES

La maîtrise de soi est le fruit de l'Esprit ; En lisant ces paroles nous prenons d'avantage conscience de notre faiblesse à maîtriser les choses de notre vie et de notre besoin du secours du Seigneur.

Nous pouvons nous écrier avec l'apôtre Paul :

Misérable que je suis! Qui me délivrera du corps de cette mort?... Grâces soient rendues à Dieu par Jésus-Christ notre Seigneur!... Romains 7:24

Nous devons bien comprendre qu'il ne s'agit pas de rechercher la maîtrise de soi par des pratiques religieuses austères, consistant dans des préceptes qui ne sont fondés que sur les ordonnances et les doctrines des hommes et qui tous deviennent pernicieux par l'abus, selon que l'écrit l'apôtre Paul :

Qu'aucun homme, sous une apparence d'humilité et par un culte des anges, ne vous ravisse à son gré le prix de la course, tandis qu'il s'abandonne à ses visions et qu'il est enflé d'un vain orgueil par ses pensées charnelles, sans s'attacher au chef, dont tout le corps, assisté et solidement assemblé par des jointures et des liens, tire l'accroissement que Dieu donne. Si vous êtes morts avec Christ aux rudiments du monde, pourquoi, comme si vous viviez dans le monde, vous impose-t-on ces préceptes: Ne prends pas! ne goûte pas! ne touche pas! préceptes qui tous deviennent pernicieux par l'abus, et qui ne sont fondés que sur les ordonnances et les doctrines des hommes? Ils ont, à la vérité, une apparence de sagesse, en ce qu'ils indiquent un culte volontaire, de l'humilité, et le mépris du corps, mais ils sont sans aucun mérite et contribuent à la satisfaction de la chair. Colossiens 2.18/23

La maîtrise de soi, dont il est question ici, est spirituelle. Elle n'est pas le fruit de la nature humaine, mais elle est produite dans notre cœur par le Saint-Esprit. Il est important que nous soyons persuadés que les choses spirituelles viennent de Dieu et nous sont accordées en Christ.

Mais grâces soient rendues à Dieu, qui nous donne la victoire par notre Seigneur Jésus-Christ! 1 Corinthiens 15:57

Il en est ainsi de la maîtrise de soi. Elle est le produit de notre communion avec le Seigneur, selon ses paroles :

Demeurez en moi, et je demeurerai en vous. Comme le sarment ne peut de lui-même porter du fruit, s'il ne demeure attaché au cep, ainsi vous ne le pouvez non plus, si vous ne demeurez en moi. Je suis le cep, vous êtes les sarments. Celui qui demeure en moi et en qui je demeure porte beaucoup de fruit, car sans moi vous ne pouvez rien faire. Jean 15.4/5

Si vous vous désespérez de votre faiblesse, sachez que la force est en Christ. Par son Esprit il produit en nous le vouloir et le faire. Il affermit notre volonté et nous rend capables de tenir notre être entier assujéti.

Paul est le meilleur avocat du salut par la foi seule, mais nous pouvons voir dans ces textes que la vie chrétienne est un effort conjoint, dans lequel des objectifs justes doivent être définis, ainsi que l'application d'un effort maximal pour atteindre ces objectifs. **Dieu ne laissera pas notre problème de péché hors de contrôle, mais nous sommes appelés à une vie de maîtrise de soi. Voulez-vous vous engager à vous entraîner pour vivre une vie juste ?**

Certains mènent un combat plus âpre

Certains chrétiens ont plus de mal que d'autres à exercer la maîtrise de soi. Pourquoi ? Leur éducation ou leur passé ne les aide pas forcément. S'il n'a pas été difficile pour nous de cultiver et de manifester la maîtrise de soi, tant mieux. Mais montrons-nous compatissants et compréhensifs envers ceux qui ont plus de difficulté, même si leur manque de maîtrise nous contrarie. Puisque nous sommes imparfaits, lequel d'entre nous a une raison valable de se croire plus juste que les autres ? — Romains 3:23 ; Éphésiens 4:2.