

# La peur

Darney, 29/011/2020

## Introduction

C'est Martine Bontems qui m'a proposé de faire une prédication sur la peur, en rapport avec la situation actuelle, marquée par l'épidémie que nous connaissons bien. Et il est vrai que nous vivons une période stressante avec la maladie d'un côté, responsable de plus de 50 000 morts en France, et ce chiffre augmente tous les jours, et les conséquences sociales et économiques de la maladie, comme la solitude de beaucoup ou la pauvreté d'un grand nombre par le chômage ou le manque de revenus. A tout cela, il faut ajouter la peur du lendemain : quand pourra-t-on revenir à une vie normale ?

La peur est un sujet vaste dont on ne fera pas le tour ce matin. D'autant plus que le mot recouvre des sentiments d'une intensité variable, d'une simple inquiétude à une profonde anxiété qui peut comme dévorer les personnes qui en sont atteintes.

Je vous propose une série de thèses sur le sujet, sans, encore une fois faire le tour de la question.

### 1) La peur fait partie de notre humanité

En effet, l'être humain est fragile et limité, il n'est pas tout-puissant. La peur est positive, et même indispensable, quand elle pointe le danger dans lequel nous pouvons nous mettre et nous aide à être raisonnablement prudent. Par exemple, j'espère pour chacun de nous que si nous roulons en voiture à une vitesse excessive pour notre sécurité, la peur en nous se manifeste face aux conséquences de notre attitude. La peur nous protège du danger, elle nous rappelle la réalité des conséquences possibles de nos comportements. Il n'y a absolument aucune raison d'avoir honte de cette peur-là. Quand l'humain n'est plus sensible à la peur, parce qu'il a trop bu ou qu'il sous l'emprise de certaines substances ou de sentiments trop violents, cet avertisseur qu'est la peur ne fonctionne plus et cela peut entraîner des catastrophes. Il y a donc une bonne peur !

### 2) Le péché a abîmé notre humanité

L'homme n'est pas seulement une créature, avec ses limites, il est aussi marqué par le péché, il est abîmé dans son être intérieur, dans son équilibre personnel par le mal qui est à l'œuvre dans le monde.

#### Quand trouve-t-on pour la première fois le mot « peur » dans la Bible ?

Dans le récit de la désobéissance de l'humain envers Dieu. Livre de la Genèse 3,6-10 :

*6 La femme vit que l'arbre était bon pour la nourriture et plaisant pour la vue, qu'il était, cet arbre, désirable pour le discernement. Elle prit de son fruit et en mangea ; elle en donna aussi à son mari qui était avec elle, et il en mangea.*

*7 Leurs yeux à tous les deux s'ouvrirent, et ils surent qu'ils étaient nus. Ils cousirent des feuilles de figuier pour se faire des pagnes.*

*8 Alors ils entendirent le SEIGNEUR Dieu qui parcourait le jardin avec la brise du soir. L'homme et sa femme allèrent se cacher parmi les arbres du jardin pour ne pas être vus par le SEIGNEUR Dieu.*

*9 Le SEIGNEUR Dieu appela l'homme ; il lui dit : Où es-tu ?*

*10 Il répondit : Je t'ai entendu dans le jardin et j'ai eu peur, parce que j'étais nu ; je me suis donc caché.*

La rupture avec Dieu a eu un effet remarquable : l'humain essaie de se cacher de Dieu car il a peur, il a peur parce qu'il s'est découvert nu, et cette nudité a pour lui quelque chose d'angoissant. Bien sûr, la nudité ici n'est pas l'absence de vêtement, le mot symbolise autre chose : l'humain s'est découvert fragile, exposé, sans protection absolue, sans maîtrise de son existence, ni de ses lendemains. Il l'était déjà avant, mais cela ne lui posait pas de problème, car sa relation avec Dieu était sans nuage et il n'avait pas conscience de tout cela. Mais comme cette relation avec Dieu s'est altérée, s'est abîmée, l'humain stresse devant sa condition humaine et essaie de se cacher, car il ne sait pas bien gérer cette situation, une mauvaise peur est entrée dans sa vie...

Et cette peur va être un compagnon parfois discret, parfois envahissant, de l'histoire humaine. Elle va prendre différentes formes.

### **3) Des situations compliquées avec les autres humains**

Une fois qu'Adam avoue devant Dieu avoir mangé du fruit de l'arbre interdit, il rejette tout de suite la responsabilité sur Eve, et même sur Dieu qui a créé Eve (Gn 3,12). Il apparaît incapable d'assumer la responsabilité de ses actes.

Dans le livre de la Genèse, au chapitre 4, Caïn a un problème avec Dieu, car Dieu a rejeté son sacrifice. Sa situation est d'autant plus difficile, que le sacrifice de son frère Abel a été accepté. Caïn est mal, son problème est avec Dieu, mais c'est difficile de se débarrasser de Dieu, ce Dieu qui essaie pourtant de dialoguer avec lui. Mais Caïn n'écoute pas Dieu et préfère tuer son frère. Et quand Dieu lui parle, son premier réflexe à lui aussi est de se cacher, en étant dans le déni, mais évidemment, cela ne marche pas.

La violence s'installe dans le monde, ce qui augmente la méfiance et la peur réciproques. Si l'humain peut tuer l'humain, qui est à l'abri ?

Autres exemples : la peur pousse au mensonge, comme Abraham qui dira dans deux situations précises que Sarah n'est pas sa femme, mais sa sœur, car il avait peur qu'on le tue pour prendre son épouse. Son fils Isaac fera de même avec Rébecca (Gn 12,11-13 ; 20,2.11 ; 26,7).

### **4) Une relation compliquée avec Dieu**

La peur empêche la confiance entre humains mais aussi envers Dieu. L'histoire d'Israël, dès la sortie d'Égypte, est celle d'un manque de confiance récurrent en Dieu. L'humain, abîmé par le péché subi et le péché commis, ne sait pas faire confiance, ne croit pas en l'amour et en la bonté de Dieu. Malgré les miracles des plaies d'Égypte, malgré la mer qui s'ouvre pour laisser passer les Israélites, malgré la manne et les cailles, malgré les victoires militaires, les Israélites n'arrivent

pas à faire confiance en Dieu et râlent dès qu'il y a un problème, accusant Moïse et, au-delà de Moïse, soupçonnant Dieu de leur vouloir du mal, de vouloir la mort du peuple dans le désert (livre de l'Exode 14,11-12 ; 16,3 ; 17,3 ; Nb 16,13.41 ; 20,4 ; 21,5).

Par contraste, Abraham est un modèle de la foi, car il a fait suffisamment confiance en Dieu pour faire ce que Dieu lui dit, quand il lui ordonne de quitter son pays, sans savoir comment aller se passer la suite... (Gn 21,1-4).

## **5) Une relation compliquée avec soi-même**

L'humain n'a pas seulement une relation compliquée avec les autres et avec Dieu, il a aussi une relation compliquée avec lui-même. Stressé, instable, pas fiable, souvent incapable de bonne relation avec les autres, centré sur lui-même, jouant à cache-cache avec le mal qu'il commet.

Tout cela pour dire que l'humain, limité et fragile de par sa réalité de créature, est fragilisé encore bien plus par le péché sous ses divers aspects, aussi bien par le mal qu'il subit, que par le mal qu'il lui arrive de faire.

## **6) Et chez le chrétien ?**

En tant que chrétien, nous vivons dans ce monde abîmé. L'expérience du salut a changé des choses en nous, certaines de façons profondes, mais nous ne sommes pas totalement guéris et purifiés. Oui nous recevons dès maintenant le pardon de nos péchés, et une identité nouvelle. Oui il y a un début de transformation. Par contre, le salut n'est qu'un début, il ouvre devant nous un chemin de vie nouvelle, un chemin difficile, resserré, mais un chemin de vie, de libération. Et sur ce chemin nous ne sommes pas seuls : nous avons le Christ qui nous accompagne, nous éclaire, nous soutient, qui prie pour nous ; et nous avons le Saint-Esprit.

Ce chemin nous invite à des relations nouvelles avec les autres, avec Dieu, et même avec nous-mêmes. Ce chemin passe par des apprentissages parfois difficiles ; nous sommes des disciples, nous sommes à l'école de Jésus. Et apprendre des manières nouvelles de vie, c'est souvent commencer par désapprendre les vieilles manières de vivre. Un des axes de cet apprentissage est d'être fortifié intérieurement pour que les peurs ne nous dominent plus.

Quand nous lisons les évangiles en observant plus particulièrement les disciples, on est frappé de voir à quel point suivre Jésus les a bousculés dans leurs habitudes de pensées et de vivre. La nouveauté de Jésus, ce n'est pas « tout est merveilleux » et « chantons des cantiques ». Pour les disciples, cette nouveauté, c'est souvent perturbant, parfois angoissant. Ils ont souvent peur, non pas des ennemis de Jésus, mais de ce que Jésus révèle et manifeste de sa personne : la marche sur l'eau, la tempête apaisée, la transfiguration, la pêche miraculeuse, dans tous ces moments, les disciples ont peur. Ils ont un moment de stress en découvrant à quel point Jésus est bien plus que ce qu'il croyait au début. Jésus les a aussi pris à contre-pied par son enseignement : le pardon jusqu'à 77 x 7 fois, l'amour des ennemis, le refus de la répudiation, servir plutôt qu'être servi, Jésus pain de vie qu'il faut manger, autant d'enseignements perturbants, au point même que certains

disciples le quittent. Chaque disciple, dans sa marche avec Jésus, va se retrouver face à ses limites, parfois des limites dont il n'avait pas conscience. Jacques et Jean sont des ambitieux que Jésus doit reprendre, car leurs idées sont plus celles du monde que celles de Jésus ; Pierre, qui se croyait si fort, craque dans l'épreuve ; le côté sceptique de Thomas se révèle. Ça ne devait pas être agréable d'entendre Jésus lui dire : *Parce que tu m'as vu, tu es convaincu ? Heureux ceux qui croient sans avoir vu !*

Les 12 et beaucoup d'autres sont restés fidèles. Malgré les moments de stress, de peur, de faux pas, ils s'accrochent à Jésus. Pourquoi ? Il y a plusieurs réponses à cette question. Ils étaient évidemment épatés par la personnalité de Jésus, son enseignement et ses miracles. Mais plus que tout cela, à mon avis, ils ont été touchés par la relation d'amitié, d'amour, que Jésus a construit avec chacun d'eux au fil du temps. Pour les disciples, l'amour était certes au cœur de l'enseignement de Jésus, mais c'était surtout une expérience de vie, dans le quotidien d'une vie communautaire itinérante. Jésus leur faisait du bien, même si le suivre était parfois difficile. Et ils ont développé une confiance forte en lui, même s'ils restaient des hommes fragiles, qui ont eu tous peur quand Jésus a été arrêté : ils l'ont tous abandonné. Les disciples ont construit une relation de confiance avec Jésus et cette confiance les a fortifiés intérieurement, sans en faire des surhommes.

L'amour est la clef ; la clef d'une nouvelle relation avec Dieu, Père, Fils et Saint-Esprit, avec les autres, avec soi-même. La clef de l'affermissement intérieure, la clef du commencement de la guérison des blessures intérieures ; la clef pour ne plus être stressé par le lendemain, un lendemain sur lequel on n'a aucun pouvoir et qu'il nous faut vivre dans la confiance au Père céleste. La clef pour traverser les épreuves de la vie.

## **7) Trois passages bibliques pour nous aider**

### **A) 1Jn 4,18-21**

*18 Il n'y a pas de crainte dans l'amour, mais l'amour accompli bannit la crainte, car la crainte suppose un châtement, et celui qui craint n'est pas accompli dans l'amour.*

*19 Quant à nous, nous aimons, parce que lui nous a aimés le premier.*

*20 Si quelqu'un dit : « J'aime Dieu », et qu'il déteste son frère, c'est un menteur, car celui qui n'aime pas son frère, qu'il voit, ne peut aimer Dieu, qu'il ne voit pas.*

*21 Et nous avons de lui ce commandement : que celui qui aime Dieu aime aussi son frère.*

Ce texte souligne que le vainqueur de la crainte, c'est l'amour. Dans le contexte de l'épître, il s'agit de la peur du jugement. Mais ce qui est écrit est valable pour toutes les craintes. L'amour fonde la confiance. Je peux faire confiance en celui dont je sais qu'il m'aime, surtout s'il a démontré cet amour par la mort de Jésus. *La confiance est un apprivoisement de la relation. Elle est comme un arbre qui demande beaucoup de soins et de temps pour pousser.*

En grandissant, cette confiance m'aide à maîtriser mes peurs. Avoir peur, c'est normal et dans plusieurs cas, c'est bon. Mais dans nos personnalités blessées, la

peur peut devenir dévorante. Des expériences de vie négatives comme les abus, le mépris, le rejet, le harcèlement, un deuil dans notre enfance, des échecs, la solitude, ... ont pu nous blesser profondément, nous fragiliser et rendre difficiles l'estime de soi, la confiance dans les autres et en soi, et donc la maîtrise de nos peurs. L'amour de Dieu est guérissant. Enracinons-nous toujours plus profondément dans cet amour.

S'enraciner dans l'amour de Dieu passe par :

- Dire à Dieu ce qui habite, ce qui nous empêche d'aimer, lui demander de l'aide et de la liberté
- Passer du temps avec Dieu pour mieux le connaître en lisant et en méditant sa Parole
- Relire sa vie, y repérer les interventions de Dieu, mais aussi sa présence bienveillante au fil du temps
- Développer la reconnaissance : remercier aussi longtemps qu'on a demandé
- Profiter des fêtes, comme la période de l'avent : Noël, c'est la manifestation de **l'amour** de Dieu qui nous tant qu'il se fait homme pour vivre avec nous et nous sauver
- Entrer dans la volonté de Dieu qui nous veut libre et donc travailler la maîtrise de soi, et notamment la maîtrise de ses émotions ; prendre la responsabilité de ses émotions.
- Ne pas rêver d'avoir une vie protégée de tout

Etre chrétien, ce n'est pas vivre sans problème, sans difficultés. Mais c'est apprendre à vivre toutes les circonstances de la vie, même les situations difficiles, en communion avec Dieu, sans se laisser dominer par la peur. Ce n'est pas si facile que cela, c'est parfois un combat.

### **B) Philippiens 4 versets 6 et 7**

*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.*

Face aux circonstances de la vie, Covid, etc., Le Seigneur nous demande de ne pas nous inquiéter, mais de vivre nos difficultés, nos peurs, à sa lumière, de demander son secours et de recevoir lui les moyens de ne pas céder à la panique générale: il nous donne la paix.

### **C) Ephésiens 3,14-19**

*14 C'est pourquoi je fléchis les genoux devant le Père, 15 de qui toute famille dans les cieux et sur la terre tient son nom, 16 afin qu'il vous donne, selon la richesse de sa gloire, d'être rendus forts et puissants par son Esprit, au profit de l'homme intérieur ; 17 que le Christ habite dans votre cœur par la foi et que vous soyez enracinés et fondés dans l'amour, 18 pour être capables de comprendre, avec tous les saints, quelle est la largeur, la longueur, la profondeur et la hauteur, 19 et de connaître l'amour du Christ qui surpasse la connaissance, de sorte que vous soyez remplis jusqu'à toute la plénitude de Dieu.*

L'amour est la clef, le fondement d'une personnalité qui s'affermir, se fortifie en Dieu. Tout part de l'amour du Christ qui nous nourrit et nous fortifie. Il ne s'agit pas de demander à être préservé des difficultés, mais d'apprendre à faire face. La certitude de l'amour de Dieu pour nous nous donne cette assurance intérieure qui nous permet de rester debout dans les tempêtes. Cela ne se fait pas d'un coup de baguette magique. Il ne s'agit pas d'adopter la méthode Coué en répétant « Je suis fort ». Mais en cheminant avec le Christ en cherchant à vivre comme son disciple, nous nous fortifions petit à petit, avec l'assistance de l'Esprit Saint.

## **8) L'entraide communautaire**

Dernière remarque : dans l'Église, nous sommes appelés à nous entraider, notamment dans nos difficultés à être fidèles. Nous sommes des ressources les uns pour les autres pour devenir de meilleurs disciples. Comme le dit l'apôtre Paul, *Portez les fardeaux les uns des autres, et vous accomplirez ainsi la loi du Christ*

**Amen**