

# Veillez sur vos pensées



Cathy Jenn

☰ Sommaire



VIVRE  
DANS  
LE CALME  
ET LA  
CONFIANCE

Prenez-vous conscience de l'impact de vos pensées sur votre état d'esprit ?

Nous comprenons que le fait d'amorcer la bonne attitude est important mais la maintenir est tout aussi important.

Encore faut-il veiller sur nos pensées !

Elles peuvent rapidement s'égarer et nous amener dans la confusion et la mauvaise attitude. La gestion des pensées est donc un travail sans relâche.

Voici 3 attitudes pour nous apprendre à veiller sur nos pensées.

### **1 ère attitude : Cultiver le jardin de ses pensées**

60.000 pensées naissent et disparaissent dans notre esprit chaque jour, soit une pensée toutes les secondes...

Alors, comment faire le tri ?

La Bible dans [Philippiens 4.8](#) nous apporte un filtre efficace et libérateur : « 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 ».

Nous avons là sous nos yeux, une liste de pensées que nous pouvons cultiver. Visualisons nos pensées comme un magnifique jardin composé de belles fleurs à soigner. Pour cela, il nous appartient chaque jour de traiter sans pitié "toute mauvaise herbe" qui menacerait notre jardin !

### **2 ème attitude : Être toujours vigilant**

Nos pensées sont une cible pour l'ennemi qui nous bombarde de mensonges. Dieu nous parle d'un combat spirituel à mener en "amenant toute pensée captive à l'obéissance à Christ" ([2 Corinthiens 10.5](#)).

Ainsi, alignons nos pensées à celles de Dieu en les nourrissant de Sa Parole "qui 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" ([Hébreux 4.12](#))

Le calme qui en découlera, affermira votre détermination à lutter fermement contre toute pensée toxique.

### 3 ème attitude : Dire merci

Remercier est un moyen efficace pour veiller sur nos pensées. La gratitude, tel un bon engrais, nourrit chaque jour, le jardin de nos pensées. Se souvenir continuellement des bienfaits de Dieu dans notre vie nous aide à grandir dans la confiance en notre Père Céleste !

Cathy Jenn

**Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !**



9 PARTAGES

---

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. ©

2022 - [www.topchretien.com](http://www.topchretien.com)