

# De la blessure à l'explosion de vie !



ou

Surmonter les chocs douloureux du passé

*Luc 4 :17-18 "L'Esprit du Seigneur est sur moi parce Il m'a oint pour apporter une bonne nouvelle aux pauvres. Il m'a envoyé pour guérir ceux qui ont le coeur brisé."*

Le cœur brisé est à ne pas confondre avec l'esprit brisé de la repentance, qui est la conviction de péché dont Paul traire dans 2 Corinthiens 7:10

C'est une blessure du passé, un vécu qui a marqué profondément votre être, au point d'y penser tous les jours, comme si ça venait de se passer. Elle eut mettre en cause soit un parent, un proche, un enseignant, un camarade de classe. Et cela a causé une vive douleur émotionnelle, que vous avez étouffée jusqu'ici. Vous n'avez jamais pu en parler pour libérer cette émotion, cette colère.

Et c'est comme un boulet qui gêne votre épanouissement et vous empêche de vivre pleinement.

Or Dieu veut votre épanouissement, c'est ce qu'il a exprimé dans Jean 10 :10 « je suis venu pour que mes brebis aient la vie et qu'elles l'aient en abondance»

## I. 5 types de blessures

Ces types de blessures ont donné un acrostiche : TRAHl (Trahison, Rejet, Abandon, Humiliation, Injustice)

### •1-Trahison

Quand celui qui est censé vous aimer, vous protéger et veiller sur vous, devient une sorte de prédateur, qui sera la cause d'abus et en plus vous fait un chantage pour que vous gardiez le silence. La trahison peut prendre d'autres formes ; dans le couple par exemple. Le résultat en est un défaut de confiance. Une difficulté de faire confiance, surtout à une personne du même sexe que votre agresseur ou dans la même position (votre conjoint, une figure d'autorité...).

### •2-Rejet

Cela peut être un ressenti. Dans une fratrie, ressentir qu'il y a un(e) autre qui a la préférence des parents. Même si ce n'est pas le cas, le ressenti cause tout de même une blessure. L'enfant qui n'était pas désiré peut vivre ce sentiment de rejet, si les parents n'assument pas sa venue. Et alors dans la vie, la moindre remarque, la moindre critique même positive, sera perçue comme un nouveau rejet. Et cette blessure sera ravivée, causant encore d'autres freins à l'épanouissement : L'échec est insupportable ; un examen loupé, un emploi ou un poste refusé vont être mal vécus.

### •3-L'Abandon

Là aussi ça peut être un ressenti. Causé par exemple par la perte précoce d'un des parents. Ou le fait d'avoir été

confié souvent à quelqu'un d'autre : la nounou, les grands parents... Cela donne des personnes exigeantes en amour et en amitié et de nature possessive : peur de plus être aimé, d'être à nouveau abandonné, besoin constant d'être rassuré(e). Cela va se traduire dans le couple par une peur permanente de la rupture...

#### •4-L'humiliation

« Tu n'es qu'un(e) bon(ne) à rien, tu n'arriveras jamais à rien... » et autres paroles et attitudes blessantes ; les mauvais traitements, les surnoms peu flatteurs, les tâches dégradantes... Rien de tel pour rabaisser quelqu'un à ses propres yeux, et briser son image et son estime de soi. Résultat pas ou peu de confiance en soi, sentiment d'être un loser-né et que réussir être heureux et aimé de quelqu'un c'est pour les autres, mais pas pour soi. Des êtres malheureux dans la vie.

#### •5-L'Injustice

Le souffre-douleur de tous, à la maison à l'école. Le coupable désigné. C'est le cas de Joseph à 2 reprises, il n'a rien fait, il se fait mal voir et maltraiter par ses frères, alors qu'il vient voir s'ils vont bien. Ensuite Potiphar, qu'il a servi avec loyauté et fidélité n'a pas trop cherché la vérité afin d'établir son innocence, l'envoie en prison sous les seules accusations de sa femme.

Ce sont toutes ces blessures dont parle Jésus et il te déclare : « *je suis venu guérir ton cœur brisé* ».

## II. Guérir pour vivre selon le potentiel de Dieu

L'oiseau qui est blessé peut continuer à voler, mais il n'atteindra plus les hauteurs prévues pour un oiseau de son espèce, à moins d'être soigné et rétabli.

Or Dieu dit « *J'augmente la vigueur de celui qui tombe en défaillance !* » Esaïe 40 :29  
Il a ainsi tout prévu pour que tu retrouves le potentiel pour lequel tu as été créé(e).

#### •Faire face à ma blessure

Ce n'est pas votre blessure, ni votre passé qui commandent, c'est Dieu ! Il veut que vous releviez la tête, c'est vous qui décidez et il vous donne les ressources pour réussir parce que  
« *Sa divine puissance vous a donné tout ce qui contribue à la vie...* » 2 Pierre 1 :3

Jusqu'ici vous avez tout enfoui, vous ne vouliez plus rien savoir du passé. Et c'est normal d'avoir élaboré une stratégie pour survivre au quotidien! Mais Dieu dit qu'aujourd'hui le temps est venu pour que vous viviez et non plus que vous surviviez.

Alors ne fuyez plus ! Regardez votre passé et votre blessure en face, n'en ayez plus peur, vous n'êtes plus seul pour les affronter ! Prenez la décision de vous occuper de tout ça, vous avez reçu une puissance pour libérer la vie, en recevant Jésus.

« *Celui qui croit en moi, des fleuves d'eaux vives couleront de lui...* » Jean 7 :38

Quoi que vous ayiez entendu par le passé la Bible déclare que vous êtes plus que vainqueur grâce à Celui qui vous aime. Romains 8 :37 Dieu vous voit donc victorieux de tout cela.

Vous pouvez donc proclamer tout de suite : « Je vais m'en sortir car Jésus est à mes côtés et il est puissant ! »  
Vous venez de commencer à changer votre regard sur vous-même.

#### •Libérer mes émotions

Il y a aussi des sentiments qu'on garde en soi à vis-à-vis de celui qui vous a infligé cette blessure : sentiment de colère, on a envie que justice soit faite. Surtout si personne n'a jamais voulu vous écouter, vous croire ou vous reconnaître en tant que victime.

Ces émotions liées à cette blessure ont besoin d'être exprimées. Cette colère a besoin d'être extériorisée, verbalisée, c'est important sur le plan physiologique. Car une émotion comporte 3 stades :

-la charge (qui a lieu tout au long de l'évènement qui crée l'émotion)

-ensuite après cette charge il y a une tension comme un arc.

-puis la décharge: si cette émotion c'est de la joie, alors on saute on crie sa joie ; si c'est de la colère on crie, on casse des objets, voire même on tape sur le coupable s'il est en face, on pleure.

Mais souvent sous le choc, dans la surprise de cet évènement inattendu, on ne prend pas de suite l'ampleur de ce qui vient de se passer. Après la prise de conscience la colère et la révolte vont monter petit à petit avec le temps. Donc bien après que coupable soit parti. La colère est donc contenue, refoulée à cause de ce décalage dans le temps.

Et cette émotion de colère non exprimée est nocive, et vous fait mal à l'intérieur. Il faut donc une opération de déchargement de cette colère.

Commencez à prier et à en parler à Dieu dès maintenant pour qu'il vous aide, jusqu'à ce que vous soyez totalement libéré. Acceptez de lâcher prise et de laisser Jésus le juste juge, régler ça avec le coupable.

Attention, il ne s'agit pas du tout ici de dissimuler des faits répréhensibles par la loi, d'autant qu'il peut y avoir

risque de récurrence de la part du responsable des actes. Nous parlons plutôt ici d'un lâcher prise intérieur pour votre propre libération ; c'est-à-dire la décision de cesser de dépendre d'un règlement humain de votre passé douloureux, en laissant Jésus guérir votre « cœur brisé ».

#### •Me laisser guérir

Joseph pouvait déclarer ces paroles :

*Genèse 49 « Dieu m'a fait oublier toutes mes peines et la maison de mon père ».*

Joseph nous fait comprendre qu'il n'a pas réalisé cela tout seul, il a fallu l'action puissante et restauratrice de Dieu. Mais il a aussi ouvert son cœur pour cela, accepté que Dieu appose son pansement, car c'est lui qui guérit. Permettez à Dieu de passer son baume réparateur sur vous. Remettez-lui toute colère, toute vengeance, toute haine éventuelle.

Ne vous accrochez pas à une hypothétique rencontre sensée vous permettre d'obtenir des réparations ou une reconnaissance de ce que vous avez subi. Non seulement vous prenez le risque d'une nouvelle déception qui entraînerait une nouvelle frustration, mais faire reposer votre guérison et un nouveau départ sur cette démarche paraît assez improbable.

Avec la promesse de guérison que Dieu vous a faite, votre restauration ne fait aucun doute.

### III. Oser croire à un nouveau départ

#### •Transformer mon passé en moteur de vie

Quand quelqu'un a été blessé, trahi, rejeté ou humilié, cela donne souvent un écorché vif, un cœur dur, des relations difficiles avec les autres, car la blessure est toujours là et donc la souffrance et la colère aussi. Le sujet peut aller jusqu'à reproduire auprès des autres les mêmes schémas de ce qu'il a vécu, parce qu'il n'est pas guéri.

Voici par contre ce dit encore Joseph :

*Genèse 41 :52 « Il donna à son second fils le nom d'Ephraïm en disant : Dieu m'a rendu fécond dans le pays de mon affliction ».*

« Fécond » signifie plein de fruits, productif. Tout le contraire de « stérile, bloqué, éteint, limité, loser ».

Comment cela est possible pour un homme qui a subi injustices sur trahisons ? C'est encore Dieu qui est le merveilleux artisan de ce qu'on doit appeler un miracle.

L'Égypte qui devrait normalement être pour lui synonyme de souffrance, de vie gâchée, de trahison, bref l'endroit à fuir à tout prix, Joseph en a fait le lieu de son triomphe sur son passé. Il nous dit en quelque sorte : j'ai été affligé ici, mais mon enfant ne s'appellera pas

« affliction », j'ai été trahi, humilié rejeté mais mon enfant ne s'appellera ni trahison, ni humiliation, ni rejet, je l'appelle Ephraïm.

Autrement dit « je coupe court avec le passé, je me tourne vers la vie, afin de communiquer à mes enfants non pas ma colère et mon amertume mais tout le potentiel de vie dont ils ont besoin. » Et pour ça il fallait qu'il soit guéri.

Et vous que voulez-vous communiquer ? Choisissez de ne pas hypothéquer votre avenir avec votre passé ! Devenez un Joseph : permettez à Dieu de solder votre passé pour mordre désormais à pleine dents dans la nouvelle vie épanouie qu'il met devant vous.

#### •Redéfinir mon passé avec de nouveaux mots

Renommer son passé est possible ! En parler non plus comme une vilaine tâche que l'on porte toute sa vie, comme si on était marqué au fer rouge. Une évocation négative, un trou noir qui vous fait baisser les yeux et rougir de honte. Non !

Bien sûr, les actes commis restent répréhensibles, mais l'expérience vécue peut être redéfinie. Écoutez cette autre parole de Joseph :

*Genèse 45 :8 « Ce n'est pas vous qui m'avez envoyé ici c'est Dieu... »*

*Genèse 45:5«car c'est pour vous sauver la vie que Dieu m'a envoyé devant vous»*

*Genèse 50 :20 « Vous aviez médité de me faire du mal, Dieu l'a changé en bien pour sauver la vie à un peuple nombreux »*

On s'aperçoit ici que Joseph ne parle plus de son passé comme d'un handicap, une tare, une erreur de parcours ; Wahou ! Joseph ne se voit plus comme un homme blessé à plaindre, mais celui qui est appelé à faire du bien, pas seulement aux siens, mais à un « peuple nombreux ». Car s'il n'avait pas été gouverneur de l'Égypte à ce moment-là, des milliers de gens seraient mortes de la famine.

Vous rendez-vous compte de cet énorme revirement ? Dieu n'est jamais pris de court, mis en échec, ou à court de solutions. Il a tout prévu pour faire de ce que vous avez vécu un formidable moyen d'épanouissement, mieux encore « grâce » à vous beaucoup trouveront la voie pour une guérison de leur blessure et pour une vie

retrouvée.

Voulez-vous qu'avec votre guérison Dieu vous fasse renommer votre passé ? Votre souffrance peut être transformée en baume apaisant, et votre blessure en instrument de guérison. Seuls des gens guéris, peuvent conduire d'autres à la guérison. Bienvenu(e) dans la nouvelle définition divine de votre vie ! Une nouvelle aventure commence.

[Dany Vaubien](#)

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

228 Partages

## **Partager par email**

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2019 - [www.topchretien.com](http://www.topchretien.com)