

Je suis trop timide : comment faire ?



« J'ai un conseil à vous demander à propos de mon attitude face à un problème ou à une situation angoissante, surtout parler devant un public. J'ai le cœur qui bat très fort et mes joues deviennent rouges, la sueur coule à flot. Pourtant je prie même à genoux pour me donner force et courage.

Depuis des années, j'ai toujours prié Jésus pour être débarrassé de ce fardeau qu'est la timidité.

En plus, ce qui m'inquiète vraiment, c'est que mes trois enfants ont plus ou moins ce trait de caractère. Merci pour vos précieux conseils ».

Il y a une douzaine de mots dans votre email qui décrivent très bien ce que vit une personne timide (attitude, problème, situation, angoisse, parler devant, le cœur qui bat très fort, rougir, sueur, force et courage qui manquent, fardeau, inquiet, et caractère).

Je ne vais pas vous faire un descriptif des causes, des effets, et comment guérir totalement de la timidité. Puisque vous avez accès à Internet, il y a sur la toile 1000 études et recettes sur le "sujet".

Faites quand même attention aux livres ou articles que vous consultez; beaucoup de gens érudits en théories et sans expériences des choses qu'ils décrivent sont des poisons qui aggravent plus qu'ils ne solutionnent les "problèmes". Exemple de titre : "Vaincre la timidité".

C'est comme si vous disiez à un dépressif : "Allez, fais un effort sur toi-même, tu déplaies à Dieu dans cette situation, change un peu ..." Ce serait ridicule et même anti charitable ... Par contre il y a quelques éléments que nous ignorons souvent et qui nous font doucement, avec patience et en laissant le temps au temps (c'est à dire à la Foi et à Dieu), sortir de cette "enveloppe" (le timide) qui n'est pas NOUS.

J'espère que vous me comprendrez, mais il y a des solutions de Dieu pour nous Ses enfants biens aimés qui ne sont pas très "logiques" humainement parlant. Par exemple en ce qui concerne ce "problème" angoissant et paralysant qu'est la timidité, ce n'est pas en luttant, proclamant, en allant de l'avant les armes aux poings que nous en sortons mais en cédant, en abandonnant, en renonçant.

Un peu comme pour sortir d'un trou étroit à l'horizontale dans lequel nous serions entrés tête en avant par témérité, nous n'aurions d'autre solution que de reculer doucement sans paniquer jusqu'à ce que nous soyons LIBRE, à l'air libre.

En fait pour les perfectionnistes que nous sommes (les timides) il faut comme renoncer à la perfection, aux détails, à nous-mêmes, en apprenant à laisser la place à Dieu ..., dans le repos et souvent (pour nous guérir de la culpabilité de ne jamais faire ou être assez bien) ne RIEN FAIRE.

Les vainqueurs en Christ sont ceux qu'un Psaume appelle « Les Fils de la Croix ».

Votre timidité est votre croix en quelque sorte. Elle vous humilie, elle vous fait souffrir, elle vous traîne à Dieu en criant : « Père, je suis tellement seul etc ... »

La croix dans nos vies nous tient près de Dieu. Elle crucifie notre orgueil, elle est là pour nous tenir dans la faiblesse, jusqu'à ce que nous puissions dire comme Paul : "Oh, la, la, mais ...c'est vrai !!! Ce n'est plus moi qui vis, mais c'est Christ qui vit en moi". Quel repos ...

De nos jours on demande aux chrétiens d'être des "surhommes" en tout (surtout chez les évangéliques). Jésus est venu comme un simple homme pour que nous redevenions de simples hommes. Vous n'avez pas à devenir ce que vous n'êtes pas.

Restons simples, entreprenons ce qui est à notre portée et n'ambitionnons pas des choses (ou des ministères) trop hauts pour nous . "**N'aspirez pas à ce qui est élevé, mais laissez-vous attirer par ce qui est humble.**" ([Romains 12.16](#)) Nous ne serons plus de la sorte en échec puisque nous ferons ce que Dieu NOUS demande et ce pour quoi nous avons Sa provision.

Ma timidité a commencé à me lâcher quand je me suis enfin résolu à vivre Dieu au présent. Répondre aux différentes SIMPLES choses que Dieu met sur la route de ma journée, sans chercher à faire des choses pour lesquelles je m'angoisse.

Ainsi j'ai laissé à la croix l'idée (très haute et très exigeante) que je me faisais du "service de Dieu", de LA vie chrétienne réussie, la vie victorieuse comme certains la nomment.

Du coup je m'aperçois (surtout mon entourage) que le Christ est plus "évident" dans ma vie ... Je prends plaisir à passer du temps seul à seul avec mon Père qui ne me demande rien sinon de recevoir de lui, garder ouvertes mes mains dans la conscience de mon extrême pauvreté et de son extrême richesse qui aime à donner. Ma Bible est devenue beaucoup plus qu'avant vrai Pain de Vie pour mon âme.

[Je suis comme un enfant sevré sur le sein de sa mère, calme et tranquille.](#)

Psaume 131.2

Les timides ont besoin de connaître l'Amour indescriptible de Dieu dans le Christ en croix. C'est pour vous montrer jusqu'à quel point Il vous aime, que le Père est venu en Christ nous affirmer que dorénavant tout est pardonné, payé, effacé et que maintenant, votre vie, c'est Christ. La Vie de résurrection coule au travers de nous quand nous sommes dans le repos de la Foi.

Voilà je m'arrête là. Le sujet est de ... toute notre vie. La guérison vient au fur et à mesure que cet orgueil qui nous colle à la peau est comme neutralisé par la puissance du Saint-Esprit.

Que Dieu notre Père vous bénisse, et il le fait j'en suis sûr !

Ne lâchez pas ..., c'est lui qui le fera ([Philippiens 1.6](#))

En ce qui concerne vos enfants, pour les aider à ne pas s'abandonner à la timidité :

- Aimez les, parlez avec eux de ce qui va bien dans leurs vies. Encouragez les en mettant l'accent sur ce qu'ils réussissent et en oubliant ce qui vous apparaît comme échec.
- Dites leurs souvent quel prix ils ont à vos yeux. N'exigez pas de choses trop élevées d'eux.
- Faites tout ce que vous pouvez, afin qu'ils n'aient pas le sentiment de ne jamais rencontrer vos exigences.

- AIMEZ-LES BEAUCOUP !

Michel Roux [S'ABONNER](#)

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



147 PARTAGES