

Lâcher prise.... vous avez dit ?



C'est une phrase que j'ai très souvent entendue ces dernières années, je me la suis répétée et elle m'a beaucoup travaillée...

Il y a tellement de choses dans nos vies qui peuvent nous parasiter (travail, couple, famille, budget, maison...). Nous sommes alors trop affairés à régler tous nos soucis de ce monde... Cela peut même parfois nous couper de notre relation avec notre papa céleste.

Lâcher prise peut concerner les circonstances qui nous entourent, mais aussi des relations qui nous blessent...

Mais est-ce vraiment de lâcher prise dont il s'agit ?

Je n'ai pas souvent fait d'escalade dans ma vie, mais assez pour me souvenir que lâcher prise équivaldrait à peu près à se jeter dans le vide... Lorsqu'on regarde les différentes

définitions, cela s'apparente à arrêter de prendre le contrôle, de s'accrocher à une situation que l'on ne maîtrise pas vraiment.

J'ai vécu pas mal d'épreuves dans ma vie, comme des montagnes plus grandes les unes que les autres. Je ne souhaitais ni me lâcher dans le vide, ni m'accrocher vainement à des circonstances ou relations qui me seraient néfastes, mais je voulais trouver la meilleure façon de gravir ces épreuves.

Que faire alors ?

Il s'agit selon moi de trouver l'équilibre entre PRENDRE prise : être responsable de ce qui est juste, ce qui nous appartient et DONNER le contrôle, RENONCER à ce qui nous dépasse pour le confier au bon endroit : dans notre relation avec DIEU, sa parole, ses promesses. Dans ce qui pourra jamais nous nuire.

Prendre prise en étant vrai avec nous-même et notre entourage et en demandant la sagesse nécessaire, afin de discerner ce qui est de notre responsabilité et ce qui ne l'est pas. Prendre prise en ne remettant pas à demain, ne cherchant pas à fuir ou ignorer les difficultés, les épreuves auxquelles nous continuerons à faire face... Mais en prenant le temps de saisir ce qu'il est juste de gérer, de changer, de travailler, et de délaissé ce qui n'est pas de notre compétence.

Renoncer à notre tentative de contrôle sur les circonstances ou sur les autres... Ne plus accepter la culpabilité, la colère, les blessures, les erreurs, comme réacteurs de notre vie...

Rendre prise et pouvoir reconnaître nos faiblesses, nos difficultés. Puis choisir d'y répondre en prenant prise au bon endroit et rendant ce qui ne nous appartient pas à qui de droit : Dieu.

«Préoccupez-vous d'abord du Royaume de Dieu et de la vie juste qu'il demande, et Dieu vous accordera aussi tout le reste. Ne vous inquiétez donc pas du lendemain: le lendemain se souciera de lui-même. A chaque jour suffit sa peine.»

[Matthieu 6.33-34](#)

Prendre prise sur le roc, c'est avoir l'assurance de gravir la montagne, et garder les yeux fixés sur l'identité que Dieu lui-même nous a donnée, et y trouver les victoires sur nos épreuves quotidiennes. C'est parfois accepter de ne pas regarder à nos difficultés, nos problèmes, oser ne plus s'en préoccuper, mais se préoccuper seulement de ce que Dieu veut nous apprendre au travers de cela. Se préoccuper de son royaume et de la seule relation qui ne nous nuira jamais, et qui nous permettra d'ajuster ce qui est de notre responsabilité et ce qu'il ne l'est pas.

Seigneur, merci car tu connais toutes les situations que nous traversons. Celles qui nous dépassent et celles qui sont parfois trop douloureuses. Tu es le DIEU de l'impossible, je n'ai pas à me charger de ce que je ne peux pas, mais je veux faire confiance en qui tu es pour moi, et je sais que tu me donneras la force nécessaire, la sagesse pour agir selon ta volonté face aux montagnes que je rencontrerais. Merci parce que je n'ai pas besoin de tout lâcher, faire semblant que cela n'existe pas ou avoir le sentiment d'être incapable de gérer toutes mes épreuves...J'ai simplement besoin de te les confier pour que tu me montres ce que je peux faire, comment réparer, quelle sagesse avoir pour prendre les décisions qui sont justes pour ton royaume et pour ma vie. Jamais tu ne me laisseras tomber dans le vide, mais tu es celui qui m'assure en continu pour gravir toutes les montagnes auxquelles je ferai face. Amen.

Marie Juge [S'ABONNER](#)

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



176 PARTAGES