

Les complexes c'est pas simple!



1 Samuel 16/7: "Et l'Éternel dit à Samuel: Ne prends point garde à son apparence et à la hauteur de sa taille, car je l'ai rejeté. L'Éternel ne considère pas ce que l'homme considère; l'homme regarde à ce qui frappe les yeux, mais l'Éternel regarde au cœur."

Introduction:

Les complexes, c'est pas simple!

La société dans laquelle nous évoluons privilégie bien souvent l'apparence à toute autre valeur. Elle fixe ainsi ses critères d'apparences au risque d'exclure ceux et celles qui ne correspondent pas à la "norme"...!

Ainsi, nous nous devons de paraître sous notre meilleur jour en toutes circonstances.

Face à de telles exigences, nombreux sont ceux et celles qui vivent avec des complexes.

Ils sont complexés pour un nez un peu long, un peu tordu, sur des yeux trop petits, des oreilles trop grandes, etc...

Si vous parlez avec une personne complexée, elle vous dira qu'elle souffre de ses complexes parce qu'elle est persuadée que ce qu'elle appelle défaut est la seule chose que les autres remarquent chez elle.

Les complexes nous conduisent bien souvent à nous faire une image déformée de nous même ?

Si vous questionnez autour de vous, vous verrez que tout le monde se trouve des petits défauts. Nul n'échappe à cela! Chaque personne est concernée!

Alors d'où viennent nos complexes et comment parviennent-ils à nous gâcher la vie ?

Les complexes, c'est pas simple!

Souffrons-nous en face d'un idéal?

Psaumes 139/14: *"Je te loue de ce que je suis une créature si merveilleuse. Tes oeuvres sont admirables, Et mon âme le reconnaît bien."*

Une personne qui complexe exagérément sur un petit défaut physique a une image idéale d'elle-même et passe son temps à comparer son image réelle avec cette image idéale, imaginaire. Le danger commence lorsque l'imaginaire prend le pas sur le réel! C'est donc qu'il existe réellement une distance entre l'image qu'on a de soi et la façon dont les autres nous voient. D'où vient cette distance ?

Les complexes traduisent souvent une souffrance de votre âme!

Le complexe sur un petit défaut physique traduit la focalisation d'une souffrance de votre âme sur un détail corporel. Quand elles se regardent dans la glace, les personnes complexées ne se voient pas dans leur globalité mais fixent leur regard uniquement sur ce petit détail.

Sans ce défaut, leur vie, pensent-elles serait complètement différente. Elles rencontreraient plus de succès, auraient de meilleurs rapports avec les autres... Obnubilées par ces "défauts" cherchant à les camoufler par tous les moyens, elles s'empêchent de développer d'autres cotés de leur personnalité qui mettraient l'accent sur leurs atouts et leurs qualités.

Sommes-nous égaux en face des complexes?

Si les complexes frappent différemment les hommes et les femmes, ils sont tout aussi handicapants pour les uns et les autres. Pour les surmonter, chacun doit apprendre à vivre avec ce qu'il est, même s'il ne ressemble pas à la description stéréotypée de ceux qui font la mode. Etre complexé, c'est craindre d'être remarqué à cause de ses défauts.

Mais s'agit-il de défauts ou de différences ?

Imposer sa différence libère des complexes.

N'oublions pas que c'est la diversité des individus qui fait la richesse d'une société !

Savez vous que 60 à 70 % des adolescents ne sont pas satisfaits de leur corps.

Quand est-il des chrétiens?

Passent-ils au travers de cette statistique ou au contraire sont-ils aussi les victimes des stéréotypes?

La jeunesse de nos églises souffre-elle aussi d'un manque d'acceptation d'elle-même parce qu'elle dirige plus ses yeux vers les critères d'un monde exclusif plutôt que vers l'amour de Dieu qui ne fait acception de personne?

Ne généralisons pas, mais posons nous la question tout de même...

Et si c'était dans la tête ?

Les complexes sont le reflet de ce que votre âme ressent. Ils sont l'expression d'un mal-être intérieur qui rejaillit jusque sur la périphérie de votre personne. Mais à quoi bon essayer de changer ce qui n'est pas à la source de votre mal-être. Vouloir ignorer les souffrances dans votre âme c'est vous plonger dans une quête interminable qui ne produira en vous qu'insatisfaction.

Avez-vous les bonnes lunettes?

Certaines personnes ont de gros problèmes de vision... Elles ont une vision déformée des autres trouvant toujours quelque chose à redire. D'autres ont une vision déformée d'eux même. Néanmoins il y a un véritable problème de vision!

Qui est touché par ce trouble de la vision de soi ?

Marc 8/22à25: *"Ils se rendirent à Bethsaïda; et on amena vers Jésus un aveugle, qu'on le pria de toucher. Il prit l'aveugle par la main, et le conduisit hors du village; puis il lui mit de la salive sur les yeux, lui imposa les mains, et lui demanda s'il voyait quelque chose. Il regarda, et dit: J'aperçois les hommes, mais j'en vois comme des arbres, et qui marchent. Jésus lui mit de nouveau les mains sur les yeux; et, quand l'aveugle regarda fixement, il fut guéri, et vit tout distinctement."*

Les croyants sont bien souvent à l'image de cet homme aveugle qu'on avait amené à Jésus. Malgré le fait que le Seigneur soit intervenu dans sa vie, cet homme voyait mais d'une manière trouble. Pouvait-il se contenter de cette situation?

Il fallut que le Seigneur intervienne une deuxième fois pour que sa vision devienne parfaite. De la même façon nous devons permettre au Seigneur d'intervenir dans notre vie pour qu'il opère certains "réglages" nécessaires.

Accepteriez-vous que le Christ vous permette d'avoir un nouveau regard sur vous-même?

Pas d'apitoiements inutiles

Cet aveugle aurait pu repartir sans avoir reçu la guérison complète dans sa vie. Quelle aurait été son attitude dans les jours suivants?

Il se serait certainement plaint que malgré le fait qu'il soit venu à Jésus tout n'était pas réglé dans sa vie.

Combien de personnes appartenant au Seigneur continuent à souffrir encore de certains problèmes qu'ils avaient avant leur rencontre avec Jésus?

Peut-on se contenter de certaines améliorations alors que le Seigneur désire pour nous un renouvellement complet de notre être?

L'aveugle n'a pas attendu des jours ou des mois en pensant que les choses allaient s'arranger d'elles même par la suite...

Si vous commencez par la foi, continuez par la foi!

Il est resté auprès du Seigneur jusqu'à ce que le miracle soit complet.

Servez-vous de votre langue !

Quand Jésus a demandé à l'aveugle s'il voyait quelque chose, celui-ci répondit avec sincérité.

Il ne se cacha pas derrière des faux-semblants mais annonça clairement le problème devant lequel il se trouvait.

Il voyait mais pas clairement.

Si leur Seigneur vous posait la question maintenant pour connaître votre état réel, que lui répondriez-vous?

Vous sentez-vous objectif sur vous-même?

Allez-vous vous mentir à vous-même ou refuser de répondre à Jésus?

Sous prétexte qu'ils sont chrétiens certains n'osent pas avouer leurs problèmes.

Ils pensent qu'avec Jésus tout devrait être réglé dès le début, dès le premier jour de leur conversion.

L'aveugle est l'exemple parlant qu'il faut souvent revenir auprès du Seigneur avec un cœur ouvert pour espérer recevoir la plénitude de sa bénédiction.

Le traitement adéquat.

Vaincre ses complexes, c'est facile.

Si vos imperfections vous gâchent parfois la vie, comment faire la paix avec vous même ?

Acceptez d'être ce que Dieu a fait de vous.

Soyez réaliste. Ne vivez plus d'illusion. Vous ne ferez certainement, jamais la couverture d'un magazine.

Est-ce si grave ?

Cela vous empêchera-t-il d'avoir un conjoint, des amis, des enfants, un emploi qui vous plaît ?

Non !

Alors acceptez de faire le deuil de vos rêves et laissez Dieu les remplacer par ses rêves à lui!

Jérémie 29/11: *"Car je connais les projets que j'ai formés sur vous, dit l'Eternel, projets de paix et non de malheur, afin de vous donner un avenir et de l'espérance."*

Faites le bilan et soyez objectif:

N'attribuez pas tous vos ennuis à vos complexes: c'est la solution de facilité, qui vous empêche de voir l'essentiel.

Vous vous focalisez sur un détail... mais comprenez que les autres vous voient dans votre globalité!

Dieu vous aime tel que vous êtes, il ne s'est pas trompé en vous créant.

Les imperfections d'aujourd'hui ne sont rien aux yeux de Dieu qui ne regarde qu'à celles du cœur. A force de fixer vos regards sur les apparences vous finirez par ne plus considérer aux réels problèmes: ceux de votre cœur, de votre âme!

Même si vous n'êtes pas parfait aujourd'hui, Dieu prendra le temps de vous transformer de jours en jours à son image.

Proverbes 31/30: *"Le charme est trompeur, la beauté passagère, seule une femme soumise au Seigneur est digne d'éloge."*

Dis moi qui tu fréquentes...

Souvent, les gens dont l'estime de soi est défaillante s'entourent mal, et recherchent sans le savoir un entourage qui les critique facilement. Evitez bien des souffrances supplémentaires en choisissant plutôt des gens qui vous aiment vraiment, pour ce que vous êtes, et qui ne prendront pas plaisir à vous rabaisser...

Cultivez votre différence chrétienne celle que Dieu a faite, en faisant de vous son enfant. Ne vous conformez pas à l'attitude de ceux qui vous entourent dans leur recherche à vouloir sans cesse s'assimiler aux standards d'apparences de la société.

Quels sont leurs modèles?

Des stars névrosées, des mannequins anorexiques, des provocateurs en mal de reconnaissance, des impudiques laissant libre cours à leurs pulsions les plus viles!

Votre modèle doit demeurer le Christ!

Romains 12/2: *"Ne vous conformez pas au siècle présent, mais soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence, afin que vous discerniez quelle est la volonté de Dieu, ce qui est bon, agréable et parfait."*

Arrêtez de vous dévaloriser !

Nul besoin de vous faire des critiques: vous êtes le premier à dire du mal de vous-même !

Reconnaissez-vous un jour votre vraie valeur ?

Arrêter de dire: "Je ne serai jamais reçu à mon examen: je n'ai pas le niveau! Je ne trouverai jamais d'amoureux

(se): je suis trop gros (se), pas assez branché(e), trop vieux (vieille), trop jeune ... Je ne sais rien faire de mes dix doigts et rate tout ce que j'entreprends."

Ce genre de paroles vous lient et concourent à vous placer sous des jougs spirituels et émotionnels pour lesquels Christ est mort!

Savez-vous réellement quelle est votre valeur?

Elle ne dépend ni de vos qualités, ni de vos aptitudes mais du prix que Dieu a estimé, c'est-à-dire: Le prix que Christ a payé en s'offrant à la croix pour vous racheter. **Votre valeur est inestimable!**

N'ayez pas peur du regard des autres !

Mais placez vous plutôt sous le regard bienveillant de Dieu qui vous aime.

Ne vous sous estimez plus. Arrêtez d'agir ainsi car vous ne faites qu'amoindrir le prix que Christ a payé pour vous!

[Xavier Lavie](#)

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !

121 Partages

Partager par email

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2019 - www.topchretien.com