

# Déchargez-vous de vos soucis sur Jésus

[Casting Your Cares on Jesus]

## Paroles de Jésus

« Venez à moi vous tous qui êtes fatigués de porter un lourd fardeau et je vous donnerai le repos. Prenez sur vous mon joug et laissez-moi vous instruire, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos pour vous-mêmes. » —*Matthieu 11.28-29*

Mes épaules sont assez larges pour porter tous les fardeaux que vous voudrez bien Me confier. Vos fardeaux sont peut-être trop lourds pour vous, mais ils ne le sont pas pour Moi. Vous avez souvent entendu dire : « Déchargez-vous de tous vos soucis sur Jésus »<sup>1</sup>, mais peut-être vous demandez-vous : « Concrètement, comment puis-je me décharger de tous mes soucis sur Toi, Seigneur ? ».

Prenez d'abord quelques minutes pour réfléchir à votre situation. Quels sont les soucis qui pèsent sur votre esprit ? Qu'est-ce qui vous rend anxieux et vous inquiète pour le futur ? Qu'est-ce qui rend vos fardeaux si lourds et votre joug si pesant ? Que devez-vous faire pour prendre mon joug sur vous et trouver le repos que Je vous ai promis ?

Vous trouverez un havre de paix en Moi ; c'est le lieu du renoncement, de la foi et de la confiance en mon amour pour vous. Vous demandez : « Comment puis-je entrer dans ce lieu de renoncement et de confiance totale ? Avec tout ce qu'il y a à faire, comment puis-je être sûr que mes soucis reposeront sur tes épaules et pas sur les miennes ? »

Commencez par prendre le temps de communier avec Moi et évaluez vos priorités. Prenez note des tâches qui vous attendent. Examinez d'un peu plus près vos responsabilités, et les soucis et les fardeaux qui vous préoccupent. Demandez-Moi de vous donner la sagesse de voir quelles sont les préoccupations *légitimes* dont vous devez vous occuper avec mon aide, et quels sont les soucis, les fardeaux, les inquiétudes ou les peurs que vous ne pouvez pas résoudre et dont il faut vous décharger sur Moi.

Confiez-Moi tous vos soucis, l'un après l'autre, et demandez-Moi de me charger de tous vos soucis et de vos appréhensions. Demandez-Moi de vous aider à ne pas reprendre ces fardeaux sur vos épaules. Puis confiez-Moi toutes les responsabilités, les tâches et les projets dont vous avez la charge. C'est ainsi que vous vous déchargerez de tous vos soucis sur Moi : vous rejetterez votre fardeau sur Moi, et vous aurez l'assurance que Je vous soutiendrai et que Je ne permettrai pas qu'ils vous déstabilisent ou vous fassent trébucher.<sup>2</sup>

Recherchez-Moi pour obtenir la grâce, la sagesse et l'onction pour chaque tâche de votre liste de choses à faire et confiez-les à mes mains compétentes, puis faites-Moi confiance pour continuer à affermir vos pas et pour vous aider à surmonter et relever tous les défis qui s'offriront à vous.<sup>3</sup> Quel que soit votre ministère, votre travail ou votre appel, le fait de vous décharger de vos soucis sur Moi allégera vos fardeaux.

Bien sûr, au cours de la journée, il arrive souvent que les problèmes et les soucis déferlent sur vous de toutes parts. Lorsque cela se produit, rappelez-vous de ne pas essayer de porter la charge vous-même. Apportez-Moi vos problèmes et vos difficultés, et Je vous aiderai à porter le fardeau et à aborder chaque situation avec foi.

## Ménagez vos forces pour l'ascension

Le pèlerinage du chrétien est une ascension continuelle vers le sommet. Il y a des petits plateaux où vous pouvez faire une pause, vous reposer et vous détendre, et même des endroits où vous pouvez jouir d'un répit prolongé et reprendre des forces avant de continuer. Bien que l'ascension de la montagne puisse être ardue et fatigante, je prévois des haltes que vous pourrez apprécier et des moments de relaxation qui vous permettront de reprendre des forces. Dans ces moments-là, il est essentiel de faire une pause et de se reposer.

Ces postes d'observation sont de magnifiques haltes où vous pouvez admirer la vallée et contempler l'impressionnant panorama, le paysage majestueux et époustoufflant de la chaîne montagneuse, le ciel, la forêt et toute la création. Cela vous inspirera et vous encouragera, et cela vous donnera le temps de vous imprégner de toute cette beauté et de réfléchir à vos intentions et à vos projets. Ces riches moments vous inspireront et vous rappelleront que tout cela en vaut la peine, et vous pourrez alors poursuivre votre ascension.

Mais parfois, dans la frénésie du quotidien, on a l'impression qu'on n'a pas le temps de s'arrêter ni de profiter des petits plateaux et des jolis panoramas pour se reposer et se ressourcer. Il est important de vous rappeler que vous devez prendre le temps de vous détendre, pas seulement pour profiter de l'ascension et de la vue, mais aussi pour vous ressourcer et vous reposer avant de poursuivre votre voyage.

Tous ceux qui me suivent trouvent que, par moments, l'ascension est difficile. Tous les alpinistes doivent apprendre à ménager leurs efforts, car la montée sera éprouvante et elle exigera une grande force et beaucoup d'endurance. C'est un principe fondamental pour mes alpinistes : ils doivent s'arrêter pour se reposer et prendre du temps avec Moi et ne pas laisser ce temps qui m'est consacré être éliminé de leur vie.

C'est le principe de la montagne—un des principes les plus importants de la vie d'un chrétien : vous devez vous arrêter et entrer en ma présence pour être fortifié par ma Parole et trouver le repos de votre âme. Dans ce havre de paix et de tranquillité, vous trouverez la paix, la guérison et la force dont vous aurez besoin pour continuer votre route sur le bon chemin.

Lorsque vous négligez ce temps avec Moi pour vous reposer et reprendre des forces, à la longue vous risquez de vous fatiguer et de vous laisser abattre par le découragement.<sup>4</sup> Ceux qui sont fatigués doivent prendre du temps avec Moi pour entrer dans ma paix, pour se ressourcer, se recharger et reprendre des forces.

Les temps changent, les circonstances changent, le temps change, et même les conditions sur la montagne changent au fur et à mesure de l'escalade. C'est pourquoi même les alpinistes les plus expérimentés doivent non seulement se reposer, mais surtout passer du temps avec Moi, sous peine de s'épuiser et de devenir découragés et de commencer à se sentir surchargés et abattus.

Recherchez ma force et mes conseils pour gravir la montagne de cette vie. Accordez-vous des périodes de repos. Référez-vous au « manuel de l'alpiniste » et demandez-Moi de vous guider dans les conditions changeantes que vous rencontrez. Tous les alpinistes doivent prendre le temps de se décharger de leurs fardeaux et de recharger leurs batteries pour reprendre des forces et continuer l'escalade.

## **Recharge tes batteries**

Prends le temps de recharger tes batteries, mon cher. Reste près de Moi et laisse-Moi te donner le repos que J'ai promis. Je vois ton grand amour pour Moi. Tu as donné ta vie pour Moi, et cela me remplit de joie. Je vois les désirs de ton cœur, la volonté de faire ce qu'il faut, ce pour quoi Je t'ai appelé. Je vois aussi les difficultés. Je connais et Je comprends les fardeaux qui sont les tiens.

Ne t'inquiète pas et ne te charge pas de ces fardeaux, car ils sont trop lourds pour toi. Laisse-Moi te soutenir et t'aider. Tu dois te décharger sur Moi de tes soucis et de tes problèmes—et cesser de te demander comment les choses vont tourner, si les gens ou les circonstances vont changer, si tes problèmes seront résolus—car ce n'est pas à toi de les porter.

Fais-Moi confiance, Je sais ce que Je fais. Sois assuré que Je maîtrise chaque situation dans laquelle tu te trouves, même lorsque des choses néfastes arrivent à cause des mauvais choix des hommes et du libre arbitre que Je leur ai donné. Je suis toujours capable de faire en sorte que tout contribue au bien de tous ceux qui m'aiment et qui font de leur mieux pour Moi. Je ferai en sorte que toutes ces choses finissent par porter des bons fruits pour ceux qui m'aiment et me suivent. Dès lors que tu me confies tes préoccupations en priant avec ferveur, ce n'est plus à toi de porter le fardeau de ces problèmes et de les résoudre. Alors, viens à Moi et dépose tes soucis à mes pieds.

Mes pensées et mes plans dépassent ta compréhension, et parfois tu ne vois pas ou tu ne comprends pas comment Je travaille. Mais si tu me confies tes fardeaux et les problèmes qui t'assailles, et que tu me laisses les porter, Je te donnerai la force, l'onction et la grâce dont tu as besoin pour continuer le voyage. Aie confiance en mon amour éternel pour toi, mon cher ami.

*Première publication : août 1998. Adapté et réédité le 2 décembre 2021. Traduit de l'original par Bruno Corticelli.*

---

<sup>1</sup> 1 Pierre 5.7.

<sup>2</sup> Psaume 55.23.

<sup>3</sup> Psaume 37.23.

<sup>4</sup> Hébreux 12.3.