

## Comment vivre la reconnaissance au quotidien...

« Je suis reconnaissant » veut dire : *je suis conscient d'un bienfait reçu, je m'en réjouis, j'ai un sentiment de gratitude envers le bienfaiteur.*

« Je suis insatisfait » veut dire : *je n'ai pas ce que je souhaite avoir, j'éprouve un sentiment de déception et de frustration ; je suis mécontent.*

On imagine que le chrétien est toujours reconnaissant... Peut-il être insatisfait, alors qu'il est un fils ou une fille de Dieu ? Pourtant, c'est vrai, il m'arrive de me plaindre, d'être déçu, de me sentir malheureux.

### D'où vient le sentiment d'insatisfaction ?

#### Une situation réellement pénible est difficile à supporter

*Le monde entier est sous la puissance du mal (1 Jean 5.19).*

Les conséquences du péché sur le monde n'épargnent pas le chrétien : douleur, injustice, violence, maladie, précarité peuvent le frapper. Il est alors bien légitime d'espérer en être délivré.

#### Le monde crée toujours de nouveaux « besoins »

Quand on vit dans une ville, on voit des publicités et des magasins, on rencontre des personnes qui possèdent des objets à la pointe de la technologie ou de la mode. La publicité veut me faire croire que les produits qu'elle vante sont nécessaires pour mon bonheur, que j'y ai droit. Si je ne les possède pas, je risque fort de devenir insatisfait, malheureux, peut-être même jaloux et amer (cf. Psaumes 73. 2-3, 12-14).

#### Satan prétend : tu as le droit de désirer et obtenir ce que Dieu te refuse

Avant même la publicité, Satan a fait germer l'insatisfaction dans le cœur de Ève (Genèse 3.1-6). Aujourd'hui encore, il est le « tentateur » (Matthieu 4.3 ; 1 Thessaloniens 3.5). Aujourd'hui encore, il essaie de me faire croire que Dieu ne me donne pas tout ce qui est souhaitable et utile.

#### Mon propre cœur invente des besoins

La convoitise (désir infondé ou illégitime) est l'attirance intérieure qui me rend vulnérable à la tentation.

*Chacun est tenté quand il est attiré et entraîné par ses propres désirs (Jacques 1.13).*

#### Les effets de l'insatisfaction permanente

Elle me remplit d'amertume, de tristesse, de découragement ou de colère. Elle nourrit en moi des sentiments de rancune contre Dieu et contre les hommes. La tristesse me pousse à déprimer, la colère me pousse à dépenser beaucoup d'énergie pour essayer d'atteindre mes buts.

### Attention !

#### L'insatisfaction peut être tout à fait saine et appropriée

Il ne faut pas être satisfait d'une situation qui nous arrange mais résulte d'un mensonge, d'une malhonnêteté ou d'une injustice ; il ne faut pas se satisfaire d'une situation si c'est la peur ou la paresse qui m'empêche de progresser.

L'insatisfaction est alors le déclencheur d'une réaction positive en vue d'une amélioration.

#### La reconnaissance peut être tout à fait malsaine et inappropriée

Elle peut être le fruit de l'orgueil :

*[Le pharisien]: O Dieu, je te remercie de ce que je ne suis pas comme les autres hommes, qui sont voleurs, injustes, adultères, ou même comme ce collecteur d'impôts (Luc 18.11).*

Elle peut aussi être le résultat d'une désobéissance envers Dieu. Exemple : des tribus ont préféré rester en-deçà du Jourdain (Nombres 32.1-4), en pensant que Dieu n'avait pas mieux à offrir dans le pays promis.

### La reconnaissance

#### Ce qui pousse à la reconnaissance

##### Le bon sens

Une attitude générale de reconnaissance a des effets à l'opposé des effets de ceux de l'insatisfaction (cf. paragraphe 2.4) : elle est bonne pour le moral, la santé, les relations, la vie communautaire, le travail, la pédagogie, l'éducation, le leadership....

### L'observation des œuvres de Dieu

Dieu juge ceux qui ne le reconnaissent pas comme le créateur tout-puissant et bienveillant :

*Ils sont donc inexcusables, puisque tout en connaissant Dieu, ils ne lui ont pas donné la gloire qu'il méritait en tant que Dieu et ne lui ont pas montré de reconnaissance (Romains 1.21).*

### La Bible

Dans l'Ancien Testament, la reconnaissance s'exprime par des paroles, psaumes, sacrifices (Lévitique 7.12-13...).

*Offre en sacrifice à Dieu ta reconnaissance, et accomplis tes vœux envers le Très-Haut. Celui qui offre en sacrifice sa reconnaissance m'honore (Psaumes 50.14, 23).*

Le Nouveau Testament contient de nombreux exemples : le Seigneur et Paul ont souvent rendu grâces. Il contient aussi des exhortations très claires :

*C'est, en effet, une grande source de gain que la piété avec le contentement ; si donc nous avons la nourriture et le vêtement, cela nous suffira (1 Timothée 6.6,8).*

### **Comment cultiver, pratiquer, vivre la reconnaissance ?**

Un « vision du monde » correcte fait ressortir les vraies valeurs, les vraies priorités. Cela crée une bonne motivation et donne de bons objectifs à ma vie.

Des « outils » facilitent ensuite la mise en route pour poursuivre ces objectifs.

#### Une juste vision du monde

- Dieu est au centre, sa gloire et son honneur sont prioritaires (ce n'est pas moi le centre de ma vie) ;
- ma valeur est en Dieu, en ce qu'il a fait de moi, (pas dans mes diplômes ou dans mes biens) ;
- mon identité est « enfant de Dieu », « disciple » du Seigneur, « saint » ;
- Dieu est tout-puissant et généreux, il est mon Père et il m'aime : il connaît mes vrais besoins, il sait quand et comment y répondre au mieux dans mon intérêt ; son but est toujours de me bénir et de me réjouir ;
- l'obéissance n'est pas source de frustrations mais de gains et de progrès ;  
*Tout bienfait et tout don parfait viennent d'en haut ; ils descendent du Père des lumières (Jacq. 1.17).  
le Dieu vivant nous donne tout avec abondance pour que nous en jouissions (1 Timothée 6.17).*

#### Changer mon regard et mon attitude

- ne pas prendre tout comme un dû, comme automatique et normal (se réveiller le matin ...)
- chercher ce qui est dans l'intérêt des autres et m'en réjouir :  
*Avec humilité, considérez les autres comme supérieurs à vous-mêmes. Que personne ne recherche son propre intérêt, mais que chacun de vous pense à celui des autres (Philippiens 2.3-6),*

#### Faire intervenir ma volonté

*Mon âme, bénis l'Eternel ! Que tout ce qui est en moi bénisse son saint nom ! Mon âme, bénis l'Eternel, Et n'oublie aucun de ses bienfaits ! (Psaumes 103.1-2)*

- *Mon âme, bénis l'Eternel* : la partie "volonté" de ma personne intervient à un moment donné pour donner un ordre à la partie "sentiments" : *maintenant, vas-y, bénis l'Eternel !* Cela évoque une certaine discipline ou programmation, en plus des élans spontanés.
- *Tout ce qui est en moi* : toute ma personnalité est engagée (intelligence, mémoire, sentiments, émotions..)
- *N'oublie aucun de ses bienfaits* : je fais un effort de mémoire et je prends le temps pour me rappeler autant de bienfaits reçus que possible ; j'en fais une liste, j'utilise des chants...

C'est aussi ma volonté qui choisit de s'appuyer sur ma foi ; je peux ainsi être reconnaissant pour la bienveillance de Dieu même quand il me forme à travers des difficultés ou des souffrances (2 Corinthiens 1.3-4).

#### Envers Dieu : ne pas oublier la reconnaissance, même dans les requêtes !

*Ne vous mettez en souci pour rien, mais, en toute chose, exposez vos besoins à Dieu. Adressez-lui vos prières et vos requêtes, en lui disant aussi votre reconnaissance (Philippiens 4.6).*

#### Envers les hommes : apprendre à dire merci...

*Soyez reconnaissants (Colossiens 3.15 ; là, il s'agit de reconnaissance envers des hommes).*

Je veux être sensible à la bienveillance, à l'affection, à l'aide, au soutien, aux efforts, aux encouragements, à tous les "cadeaux" qu'on peut m'offrir. Cela me préservera des murmures intérieurs et des critiques décourageantes. Reconnaître l'amour stimule l'amour !

Comme la louange envers Dieu, la reconnaissance envers les hommes a besoin d'être exprimée (avec simplicité et sincérité) pour être complète.

## **Conclusion**

Suis-je généralement insatisfait ou reconnaissant ? Si je crois vraiment que Dieu est sage, puissant, bon et fidèle, je serai reconnaissant pour tout ce qu'il m'accorde, que ce soit facile ou pas. Mais j'aurai aussi toujours le désir d'aller plus loin avec lui. Je veillerai à exprimer ma reconnaissance, envers Dieu surtout, mais aussi envers tous ceux qui montrent de la bienveillance envers moi.

Jean Lacombe