

## Pensée pour aujourd'hui



© pixabay.com / Libre de droits

### Peur primaire (3400 caractères)

Genèse 3:10 « Il répondit : J'ai entendu ta voix dans le jardin, et j'ai eu peur, parce que je suis nu, et je me suis caché. »

Comme souvent, la langue hébraïque est riche de nombreux mots pour exprimer une idée ou un concept. Il en est ainsi pour la peur. Il y a des livres entiers consacrés à ce sujet.

On peut constater aujourd'hui que l'enfant découvre la peur dès le sein maternel. Il peut ressentir celle de sa mère, et vivre l'insécurité dans un milieu pourtant à l'abri de bien des choses... Et nous adultes utilisons même ces peurs pour l'éducation : la peur de la punition, la peur de l'accident, etc.

Entre les peurs phobiques incontrôlables qui paralysent et la honte qui est la peur du regard de l'autre, il y a toute une palette d'angoisses, de craintes devant l'incertitude, bref... la gamme est étendue. Nous prenons souvent inconsciemment beaucoup de nos décisions en étant guidés par nos peurs.

Les premiers humains à avoir eu peur furent Adam et Eve après leur désobéissance dans le jardin d'Eden. Ce qui est traduit par « j'ai eu peur » peut plus littéralement se comprendre par « j'ai éprouvé de la crainte ». Une nuance pas forcément facile à percevoir dans notre langage. De quoi avaient-ils « peur » ? Pas de la mort ni de la souffrance qu'ils ne connaissaient pas encore... Leur première peur fut la honte ! « Je suis nu et je me suis caché ».

La psychologie s'est bien sûr intéressée aux peurs et tente de les combattre, d'en atténuer les effets, et lui trouve même des mérites liés à notre instinct de survie.

Pour la psychologue Elisabeth Kübler-Ross (« Leçons de vie » éd. JC Lattès), grande spécialiste des soins palliatifs, toutes nos peurs dissimulent une seule et même angoisse. « Il nous faut « éplucher » nos craintes l'une après l'autre pour atteindre la peur fondamentale qui sous-tend toutes les autres. Il s'agit généralement de la peur de la mort. Supposez que vous soyez extrêmement inquiet à propos d'un projet professionnel. « Epluchez » cette angoisse et, en dessous, vous découvrirez la peur de mal faire. En dessous, vous découvrirez encore d'autres couches : la crainte de ne pas obtenir l'augmentation attendue, de perdre son emploi, et finalement de ne pas survivre, qui est essentiellement la peur de la mort et qui sous-tend bon nombre d'inquiétudes liées au travail et aux finances. [...] Comme toute angoisse s'enracine dans la peur de la mort, il est nécessaire d'apprendre à se libérer de celle-ci pour être en mesure d'affronter plus facilement toutes les autres. »

Mais cette science n'explique pas comment on peut se libérer...

Christ, en sortant vainqueur de la mort et en nous offrant la vie éternelle, nous donne ainsi aussi la victoire sur nos peurs. 1 Jean 4:13 nous dit « Dans l'amour, il n'y a pas de place pour la crainte, car l'amour parvenu à une pleine maturité chasse toute crainte (phobos qui a donné phobie) ».

Connaître l'Amour de Dieu, s'y « plonger » quotidiennement par la foi, est le moyen de vivre la victoire sur nos peurs. La certitude de notre salut éternel nous donne un autre regard sur les conditions de notre vie ici-bas, remet les choses dans leur bonne perspective, et nous permet de regarder la mort « en face », sans peur.

Nous pourrions affirmer comme Paul aux Philippiens (1:21-22) « Pour moi, en effet, la vie, c'est Christ, et la mort est un gain. Mais si je continue à vivre dans ce monde, alors je pourrai encore porter du fruit par mon activité. »

### Auteur

Major Yves Dawans

### Publié le

21.12.2018

