

L'amertume

C'est un mélange de colère, de révolte et de tristesse causé par une désillusion ou des souffrances vécues comme étant injustes. Elle est souvent liée au fait qu'une personne nous a empêché de réaliser notre projet, ou d'atteindre le but qu'on s'était fixé.

On peut en garder un goût **amer** (du grec *pikros* qui a donné picrate = mauvais vin) parce que :

1- selon nous, la personne responsable aurait pu éviter de nous imposer ces souffrances

2- on reste prisonnier de ces sentiments qui nous empoisonnent et nous tirent vers le bas

NB : l'amertume qui dure peut nous conduire à des actes de compensation : excès alimentaires, alcool, chocolat, manque d'appétit, humour noir, hyperactivité (dérivatif), masturbation etc.

L'amertume est le signe d'une douleur encore vivante.

Elle indique qu'on n'a pas exprimé complètement sa colère et surtout qu'on n'a pas agi de façon juste avec la personne qui nous a causé le tort qui nous affecte encore.

Manière de faire juste : accorder son pardon, ne pas vouloir se faire justice soi-même mais en laisser le soin à Dieu.

L'amertume enterrée ou *racine d'amertume (Heb 12v15)* produit du trouble et souille l'autre quand elle se manifeste (*bourgeoine*), et le *zèle amer (Jacq 3v13-17)* s'oppose à la sagesse.

Pour la colère, le problème n'est pas dans l'émotion, mais dans les pensées que nous cultivons et qui l'entretiennent : *mettez-vous en colère... que le soleil ne se couche pas sur elle (Eph 4v26)*

De la même manière, la Bible nous exhorte à ne pas nous installer dans l'amertume :

Eph 4v31 Que toute amertume, et tout courroux (= emportement), et toute colère, et toute crierie (= éclats de voix), et toute injure, soient ôtées (qui ôte ? comment ôter ? au bout de combien de temps ?) du milieu de vous de même que toute malice (= méchanceté) ; mais soyez bons les uns envers les autres, compatissants, vous pardonnant les uns aux autres comme Dieu aussi, en Christ, vous a pardonné.

Pour ôter l'amertume, il faut donc parfois revoir les pensées que nous cultivons :

1- repréciser nos projets avec Dieu ; avec Lui nos buts ne sont jamais bloqués/irréalisables !

2- ne pas vouloir se faire justice soi-même, mais compter sur Dieu

Comme pour les autres émotions douloureuses, **ce que je ressens (émotions) vient de ce que j'ai choisi de penser. Je peux toujours décider de penser autrement. C'est ma liberté.**

Cheminement d'Anne par rapport à l'amertume Lecture : 1 Samuel 1v1-28 et 2v1-10

⇒ au départ : des choses difficiles

v5 l'Éternel avait fermé sa matrice (pourquoi cette épreuve ? quel était le but de Dieu ?)

v6 son ennemie la chagrinait aigrement, afin de la pousser à l'irritation (douloureux !)

v7 Chaque fois qu'elle montait à la maison de l'Éternel, Peninna la chagrinait (répétition usante)

v8 Est-ce que je ne vaudrais pas mieux pour toi que dix fils ? (très maladroite !)

v14 Jusques à quand seras-tu ivre ? Ôte ton vin d'avec toi. (plutôt méchant !)

- la tristesse : *v7 et elle pleurait, et ne mangeait pas,*

v10 et pleura abondamment

v11 Si tu veux regarder à l'affliction de ta servante

v15 je suis une femme qui a l'esprit accablé

v16 c'est dans la grandeur de ma plainte et de mon chagrin que j'ai parlé

- l'amertume : *v10 elle avait l'amertume dans l'âme* Contre qui ? contre Peninna qui la tourmentait ? contre Elkana qui n'arrivait pas à lui donner d'enfant ? contre elle-même ? contre Dieu (inconsciemment peut-être) qui avait *fermé sa matrice* ? un peu de tout ça sans doute...

⇒ Elle ne s'est pas installée dans l'amertume pour finir ses jours ainsi, mais a choisi de s'engager sur un autre chemin (au bout de combien de temps ? d'années ? on ne sait pas...).

v10 elle pria l'Éternel (se tourner vers la bonne personne, se réfugier auprès de Dieu).

v11 Si tu veux regarder à l'affliction de ta servante, et si tu te souviens de moi et n'oublies pas ta servante, si tu donnes à ta servante un enfant mâle, je le donnerai à l'Éternel (intégrer Dieu dans son projet - ici de maternité - et accepter Son plan pour sa vie : *si tu...*)

⇒ Son amertume s'est dissipée avant même que sa situation ne change.

v18 Et la femme s'en alla son chemin ; et elle mangea, et elle n'eut plus le même visage.

⇒ Elle reste cohérente dans son projet avec Dieu.

V27-28 J'ai prié pour cet enfant, et l'Éternel m'a accordé la demande que je lui ai faite. Et aussi, moi je l'ai prêté à l'Éternel ; pour tous les jours de sa vie, il est prêté à l'Éternel.

⇒ Son cœur est rempli de joie qui vient du prix accordé aux personnes (Dieu, Samuel) et déborde en louange, manifestant une belle et heureuse relation avec Dieu (lire *1Sam 2v1-10*)

Quelques chants en relation avec le sujet

H&C 114v3 *si nous goûtons l'amertume... notre œil sur toi se repose...* (regarder à Jésus)

H&C 176v3 *Sous l'opprobre et l'amertume... que ton exemple, ô Sauveur, chaque jour nous encourage* (car il a su traiter l'amertume de la bonne manière cf *1Pi 2v23*)

R 137v2 *Viens changer notre amertume, transformer notre attitude.*

On demande au Seigneur de faire ce qu'il ne peut pas faire ... et qui est de notre responsabilité, à savoir choisir les bonnes pensées et abandonner les mauvaises > pas génial :-/

R143v1 *Je reconnais, ô Seigneur, que là je cache ma souffrance, mon amertume, ma rancœur... révèle-toi, touche mon cœur... créant en moi le désir de remercier mon Père, et de l'aimer.*

C'est la bonne attitude : reconnaître l'émotion douloureuse, ma part de responsabilité (*je cache*), me tourner vers le Seigneur qui se révélera à moi et prendra soin, avec délicatesse et tendresse, de mon être intérieur (*fond de mon cœur, là où demeure ma vérité* cad les pensées que je choisis), pour me conduire à la sérénité intérieure et à la louange, à l'exemple d'Anne.