

# COMMENT ÊTRE LIBÉRÉ DU STRESS ?

---

Essentiel du message du 8 Mai 2022 | Gwen Dressaire

---

## VOUS AVEZ LA VICTOIRE GRÂCE À JÉSUS

Le pasteur Gwen Dressaire fait le choix d'intituler son message « comment être libéré du stress ? », cela inclut comment être libéré de la peur, de l'inquiétude, de l'angoisse, ...

Ce message dit que **vous avez la victoire** : la victoire sur l'angoisse, la peur, le stress, la dépression, ... comme la Parole le dit :

” [...] La victoire qui triomphe du monde, c'est notre foi.  
1 Jean 5:4 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

Si vous êtes nés de Dieu, vous avez la **capacité de triompher du monde**. Vous n'êtes pas obligé de demeurer dans la situation dans laquelle vous êtes aujourd'hui ou de continuer dans la dépression, dans l'angoisse, le stress, les peurs irrationnelles ou encore dans les phobies.

Sachez que ce n'est pas une fatalité ! Peut-être que vous vous dites que c'est compliqué, mais **vous pouvez vous en sortir**.



Le pasteur Gwen Dressaire a été sujet à des peurs irrationnelles. Elles étaient telles, par exemple, qu'il avait peur d'effectuer des voyages seul. Il a également vécu la dépression, au point où il restait parfois des journées complètes sans dire un mot.

Aujourd'hui, tout cela est derrière lui car **Jésus l'a réellement libéré**. Et **c'est également votre portion** d'être délivré de toutes les œuvres de l'ennemi. Vous allez marcher dans une glorieuse **liberté** et dans une **joie** profonde.

Si vous avez des peurs, il est possible qu'elles viennent de ce que vous avez pu entendre. En effet, plus vous vous exposez à des choses négatives et angoissantes, plus vous allez y croire.

Ce n'est pas entendre des choses négatives et déprimantes qui vont vous libérer, c'est **entendre la vérité qui va vous rendre libre**.



Vous connaîtrez la vérité, et la vérité vous affranchira.

Jean 8:32 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

## CE QUE PRODUIT LE MENSONGE

La source du stress, des dépressions, ... c'est le **mensonge**.

Si vous vous sentez esclave, dans l'oppression ou vivez un combat dans vos pensées, c'est parce que le mensonge a été **semé**.

La diable n'a qu'une seule arme contre les chrétiens, c'est le **pouvoir de suggérer**.

Et lorsque vous **recevez** ce mensonge et que vous **l'acceptez**, cela va **produire** le stress, la peur, l'inquiétude, ....

Autrement dit, si vous êtes **stressé**, dans l'inquiétude ou êtes dans la peur, c'est parce que vous avez **accepté un mensonge**.

Certains diront qu'il y a des choses qui viennent de sources démoniaques : c'est aussi un mensonge qui vous fait croire que la puissance démoniaque est supérieure à la puissance de Dieu.

Le diable s'est approché d'Adam et Eve, sous la forme d'un serpent par ruse et non sous la forme d'un lion ou tout autre animal suffisamment fort qui les obligerait à manger le fruit.



Il n'a pas la capacité d'obliger quelqu'un à faire quoi que ce soit.  
Son pouvoir, c'est la capacité de **suggérer du mensonge**.  
La source de vos peurs, vos inquiétudes, votre stress, ... c'est le **diable**.

Beaucoup de croyants croient aux mensonges et ils vivent en-deçà de leurs privilèges qu'ils ont en tant qu'enfant de Dieu.

C'est **entendre la vérité qui va vous rendre libres**.

C'est arrêter de consommer le mensonge et vous nourrir de la vérité qui va vous rendre libre.

## LE DIABLE EST LE PÈRE DU MENSONGE, DIEU EST AMOUR

Jésus a dit : « Vous avez pour père le diable » (Jean 8:44).

S'il parle de père, c'est parce qu'il y a une **filiation**, des fils et des filles, une descendance qui sera mensongère et accueillera ses mensonges. Il ne va pas seulement être le père du mensonge, mais il va également enfanter le mensonge.

C'est une joie de voir un croyant qui découvre qui il est en Jésus-Christ et qui arrête de se faire voler dans cette vie ; parce que la vie ce n'est pas seulement d'aller au ciel.

” Vous avez pour père le diable, et vous voulez accomplir les désirs de votre père. Il a été meurtrier dès le commencement, et il ne se tient pas dans la vérité, parce qu'il n'y a pas de vérité en lui. Lorsqu'il profère le mensonge, il parle de son propre fonds ; car il est **menteur** et le **père du mensonge**.

Jean 8:44 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

La nature du diable c'est toujours le mensonge, dans ce qu'il fait et dit. Alors que **le fond de Dieu est l'amour**. Dans vos activités, dans la vie de vos enfants, ... le serpent rusé va suggérer des mensonges qui peuvent créer la peur de ne pas réussir au travail, que les enfants n'aillent pas bien, ...

Rappelez-vous que tout ceci n'est pas sorti de la bouche de Dieu, mais de la bouche de celui dont le fond est le mensonge, car il est menteur et le père du mensonge : **c'est son identité**.

Si vous prenez **un peu de « vérité »** quelque part mais que cette vérité n'est pas issue de la Parole, c'est que cette « vérité » est un **compromis**, un **mensonge**.

Dieu parle la vérité et ne s'associe **jamais** au diable pour vous détruire ou vous faire du mal. S'il y a une attaque sur votre vie, elle vient du père du mensonge.

” Si l'on forme des complots, cela ne viendra pas de moi.

Ésaïe 54:15 (Bible, traduction Louis Segond 1910)



## LE DIABLE PEUT TUER : VOUS POUVEZ REFUSER

La Parole dit que le diable est un meurtrier (Jean 8:44). Il a tué Adam et Eve, il ne les a pas littéralement tué en prenant un couteau par exemple. Il leur a **suggéré un mensonge** qui avait l'air d'être ce que la Parole de Dieu disait, mais il l'a légèrement déviée jusqu'à ce que cela produise la peur, le stress, la douleur, ...

Le diable peut tuer des gens, le monde, des bébés avec des mensonges.

Dans ce monde, il y a une forte exposition à toutes sortes de choses mensongères.

Mais **vous n'êtes pas obligés de consommer ces mensonges, vous pouvez refuser les effets.**

## REMPLEZ LE MENSONGE PAR LA VÉRITÉ

### LE MOT « INCURABLE »

Certaines personnes vont accepter ce mot parce qu'il se trouve dans le dictionnaire.

Incurable veut dire **qui ne peut être guéri.**

Mais la vérité de la Parole de Dieu dit :

” C'est lui qui pardonne toutes tes iniquités, qui guérit **toutes** tes maladies.  
Psaume 103:3 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

Ce verset **annule** le mot incurable. Il est la vérité **pour les enfants de Dieu.**

En tant qu'enfant de Dieu, vous **ne pouvez pas** accepter le mot « incurable », car il est contraire à la Parole de Dieu.

Ce n'est pas la condamnation qui vous rendra libre, mais c'est la vérité qui vous rendra libre de ce mot qui a été **inventé** par le père du mensonge. Incurable n'a pas de place dans le Psaume 103:3.

Dieu vous appelle à être ferme et prendre des décisions par rapport à ce qui est écrit.

” Que Dieu, au contraire, soit reconnu pour vrai, et tout homme pour menteur [...]  
Romains 3:4 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

\* Tout ce qui est contraire à la Parole de Dieu est un mensonge.

### LE MOT « IMPOSSIBLE »

” Car **rien** n'est impossible à Dieu.  
Luc 1:37 (Bible, traduction Louis Segond 1910)



Jésus a dit :

” [...] aux **hommes** cela est impossible. [...]   
Matthieu 19:26 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

Il s'agit ici des hommes sans Dieu.

” [...] **Tout** est possible à celui qui croit.   
Marc 9:23 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

” Je puis **tout** par celui me fortifie.   
Philippiens 4:13 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

En marchant dans la vérité de la parole de Dieu, la vérité va vous délivrer du stress, de la peur.

**Vous pouvez faire de la parole de Dieu, l'ultime autorité de votre vie.**

## VOUS POUVEZ CHANGER DE PERSPECTIVE

” Mes frères, regardez comme un sujet de **joie** complète les diverses **épreuves** auxquelles vous pouvez être exposés, sachant que l'épreuve de votre foi produit la patience.   
Jacques 1:2-3 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

Cela signifie que vous pouvez **changer de perspective**, vous pouvez les regarder comme un sujet de joie.

Le combat est **déjà remporté** et vous pouvez **rire** à la **face** du diable. Vous pouvez apprendre à rire **intentionnellement** car la joie est une décision.

” Quand on **tourne vers lui** les regards, on est rayonnant de **joie**. [...]   
Psaume 34:6 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

” [...] Il y a **d'abondantes joies** devant ta face. [...]   
Psaume 16:11 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

S'il n'y a pas d'abondantes joies là où vous êtes c'est que vous n'avez pas tourné vos regards là où il y a sa face. Il n'y a pas la face de Dieu en regardant le mensonge du diable. C'est en **consommant la vérité**, en appliquant la vérité que vous arrêterez de vous faire voler.

Si le diable vient vous dire que vous ne pourrez pas payer la facture, vous pouvez déclarer « mon Dieu pourvoira à tous mes besoins selon sa richesse avec gloire ». Vous allez parler la Parole.

## ADOPTÉZ LA PAROLE DE DIEU

” Eux qui ont **remplacé** la vérité de Dieu par le mensonge, et qui ont adoré et servi\* la **créature** au lieu du **Créateur**, qui est béni éternellement. [...] Romains 1:25 (Bible, traduction Segond 21)

\* comme des esclaves

Le mensonge met l'emphase **sur la créature** qui est limitée (c'est incurable par exemple), la **vérité** met l'emphase sur le **créateur**.

Ils ont remplacé la vérité de Dieu et ont accueilli le mensonge. À cause du mensonge, ils se sont faits **esclaves de la parole d'un homme**. Souvenez-vous, que tout homme est reconnu pour menteur et Dieu pour vrai (Romains 3:4).

**Tout ce qui est contraire à la vérité de la parole de Dieu vous fera dévier de votre glorieuse destinée.**

Vous n'êtes pas sans espérance dans le monde.

” Or, l'espérance ne trompe point, parce que l'amour de Dieu est répandu dans nos cœurs par le **Saint-Esprit qui nous a été donné**. Romains 5:5 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

Vous avez le Saint-Esprit en vous, l'Esprit de vérité.

**En vous**, vous avez une **ressource** extraordinaire **connectée à Dieu**, qui est Dieu elle-même et qui peut vous faire marcher dans une **vérité constante**.

Vous venez de prendre connaissance de ce que le mensonge peut produire. Dans la suite de son message, le pasteur Gwen Dressaire va aborder ce que la vérité peut produire.

## LA PUISSANCE DE LA VÉRITÉ

” Vous **connaîtrez** la vérité, et la vérité vous affranchira.  
Jean 8:32 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

La vérité que vous **connaîtrez**, vous affranchira. Beaucoup entendent la vérité, mais cela ne veut pas pour autant dire qu'ils la connaissent.  
C'est donc la vérité que vous connaissez, celle qui a **pénétré votre système de pensée**, de croyance, qui vous rendra libre.

Jésus a dit :

” [...] Je suis le chemin, la **vérité** et la vie. [...]  
Jean 14:6 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

La vérité, c'est la personne de Jésus-Christ qui est aussi la parole de Dieu (Jean 1).  
Lorsque vous connaissez la personne de Jésus-Christ, **il va vous affranchir au travers de la parole de Dieu**, en connaissant la Bible, et les promesses de Dieu.  
La vérité n'est pas une doctrine mais la saine doctrine est celle qui prêche **Jésus comme étant la vérité**.

Jean 8:32 est le verset qui explique comment être libre de la peur, de l'angoisse, du stress,  
...

Si vous vous demandez comment faire ? La réponse est simple, **vous avez besoin de plus de vérité**.

Le mensonge et la vérité sont comme deux carburants.

Le mensonge alimente la peur, l'inquiétude, le stress.

La **vérité** est un carburant qui alimente la **foi**, la **paix**, la **joie**, le **repos**, la **justice** et la **sainteté**.

” Et à revêtir l'homme nouveau, créé selon Dieu dans une justice et une **sainteté** que produit la **vérité**.  
Éphésiens 4:24 (Bible, traduction Louis Segond 1910)



## LA VÉRITÉ PRODUIT LA SAINTETÉ

Quelqu'un qui a du mal à marcher dans la sainteté a donc besoin de **consommer la vérité**, il a juste ingéré des mensonges.

La sainteté, ce n'est pas un listing de choses à faire.

La Parole de Dieu dit que vous devez **croire** la vérité, **croire** que vous êtes la **justice de Dieu**. C'est comme cela que vous **marcherez** dans la sainteté.

Elle vous met également en garde contre les doctrines mensongères. Le fait d'être dans le mensonge fera que les gens vont demeurer dans les mêmes péchés parce que **la vérité n'est pas entrée dans les cœurs**.

**Jésus-Christ** habite en vous, **son esprit de résurrection** vous fait **marcher** dans **l'autorité de Christ**.

Autrefois vous étiez morts, vous étiez esclaves du péché, maintenant vous êtes **libres** : C'est la glorieuse liberté des enfants de Dieu !

Cela ne veut pas dire que tout est déjà **manifesté**, mais à cause de **Jésus-Christ**, vous avez la **capacité** de marcher dans la **manifestation** de la justice de Dieu.

Si vous voulez **plus de sainteté**, la solution est de consommer **plus de vérité**.

La vérité est puissante.

## LA VÉRITÉ : LA PREMIÈRE ARME DE L'ARMURE DU CROYANT

Lorsque que vous menez le combat spirituel, **votre première arme est la vérité**.

” Revêtez-vous de **toutes** les armes de Dieu. [...]  
Éphésiens 6:11 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

La première arme c'est la vérité, parce que le diable vous attaquera d'abord par un mensonge.

Il ne viendra pas vous taper sur la tête lui-même, mais il vous **suggerera** de vous **taper vous-même** sur la tête.

N'oubliez pas que le diable a essayé tous ses stratagèmes avec Jésus.

Donc vous n'avez pas à avoir honte parce que ces choses viennent vous attaquer. Le diable a même voulu que Jésus se suicide.

Même lorsque le diable prend la parole de Dieu, il la détourne de sa pureté et de sa vérité.

**Vous devez également veiller aux prédications que vous écoutez**. Ce n'est pas parce que c'est une prédication que c'est la vérité.

Comment savoir que c'est la vérité ? La **paix profonde** qu'elle vous apportera et **aucun esprit de destruction** ne sera associée à cela.



” C'est pourquoi, prenez toutes les armes de Dieu, **afin** de pouvoir **résister** dans le mauvais jour, et **tenir ferme** après avoir tout surmonté. Tenez donc ferme : ayez à vos reins la vérité pour ceinture. [...]  
Éphésiens 6:13-14 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

**Un croyant enraciné dans la vérité est plus difficilement attaqué.**

En connaissant la vérité, vous allez vers une **conscience** éveillée de la vérité de la parole de Dieu, de votre **héritage**.

**Vous allez résister au diable avec la vérité.**

Le diable a aussi répondu à Jésus « il est écrit » mais en répondant « il est écrit » avec la ceinture de la vérité attachée à vos reins, fera qu'il **fuirra loin de vous**.

Si vous décidez de vous enraciner dans la vérité vous deviendrez **inébranlable** et non comestible.

## LA VÉRITÉ DE LA PAROLE PRODUIT LA PAIX

Si vous lisez la parole de Dieu, ce ne sera jamais une source de stress, de peur.

” [...] l'amour parfait **bannit** la crainte. [...]  
1 Jean 4:18 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

La parole de Dieu **produira** en vous la paix, la joie, le repos, l'assurance, l'espérance et même l'Esprit de Dieu **viendra pour s'associer** à cette parole vivante en vous disant que vous êtes un enfant de Dieu, que vous êtes aimé de votre Père, que tout va bien.

**Vous avez l'Esprit de vérité.**

” Quand le défenseur sera venu, l'Esprit de vérité, il vous conduira dans **toute** la vérité ; car il ne parlera pas de lui-même, mais **il dira** tout ce qu'il aura entendu, et vous **annoncera** les choses à venir. **Il révélera** ma gloire parce qu'il **prendra** de ce qui est **à moi** et vous **l'annoncera**. Tout ce que le Père possède est aussi à moi ; voilà pourquoi j'ai dit qu'il prend de ce qui est à moi et qu'il vous l'annoncera.  
Jean 16:13-14 (Bible, traduction Segond 21)

Cela est valable pour **toute** situation, n'importe quelle situation à laquelle vous faites face. Parfois certaines circonstances nécessitent simplement que vous puissiez **entendre** et **croire** la vérité ; être enseigné **par la vérité** et dans la vérité.

En condensant ce verset cela donne : L'Esprit de vérité prendra de ce qui est à Jésus, tout ce que le Père possède, et il vous le donnera.

Si vous avez ingurgité un **mensonge**, c'est **impossible** que l'Esprit de vérité puisse **s'accorder** avec cette parole.

Cela signifie que dans vos pensées, il y a une **cohabitation** qui doit cesser car **d'un côté**, vous avez la Parole de Dieu, et l'Esprit est d'accord avec la Parole, et **d'un autre**, il y a la parole mensongère que vous avez entendue.

Vous avez un **choix** à faire.

” [...] j'ai mis devant toi la vie et la mort, la bénédiction et la malédiction. **Choisis la vie**, afin que tu vives, toi et ta postérité.  
Deutéronome 30:19 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

” Je vous ai écrit, non que vous ne connaissiez pas la vérité, mais parce que vous la connaissez, et parce qu'**aucun mensonge ne vient de la vérité**.  
1 Jean 2:21 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

Jean fait une déclaration et c'est ce qui va **produire la vie** dans la vie de ceux qui lisent. Ceux-ci pourront déclarer : « je connais la Parole » et cette confession va engendrer des actions.

Si vous **croyez** que vous n'avez pas de mémoire, déclarez **au contraire** : « je me souviens des versets au nom de Jésus, la Parole habite abondamment dans mon cœur. ».

Il va y avoir un **changement**, car votre mémoire sera **assujettie** à la vérité.

Si vous pensez l'inverse, rappelez-vous que c'est un mensonge et que l'esprit de vérité ne peut pas être d'accord avec cela.

” Pour vous, **l'onction**\*1 que vous avez reçue de lui **demeure** en vous, et vous n'avez **pas besoin** qu'on vous enseigne ; mais comme son onction **vous enseigne toutes** choses, et qu'elle est **véritable**\*2 et qu'elle n'est point un mensonge, **demeurez en lui** selon les enseignements qu'elle vous a donnés.  
1 Jean 2:27 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

\*1 la personne du Saint-Esprit

\*2 Elle est la vérité.

L'enfant de Dieu que vous êtes a la capacité de **discerner** le vrai du faux. Même un nouveau converti, va être sensible au Saint-Esprit, comprenant des choses **sans** qu'on les lui ait enseigné.

Il est vraiment important que la **vérité** soit **profondément** enracinée dans votre vie, car le mensonge est la seule arme du diable.

Cette vérité **vous gardera** et vous permettra de **perpétuer** le discipolat en Christ. La vérité a la **capacité** de vous faire marcher dans une vie **victorieuse**.

## LE STRESS N'EST PAS À VOUS

Vous avez besoin d'accueillir la vérité, le message de la foi (croire en la vérité), de faire de la Parole de Dieu l'autorité suprême de votre vie. **Changez vos décrets et les déclarations que vous faites à propos de vous.**

” **L'oeuvre de la justice\*** sera la paix, et le fruit de la justice le repos et la sécurité pour toujours. Mon peuple demeurera dans le séjour de la paix, dans des habitations sûres, dans des asiles tranquilles.  
Ésaïe 32:17-18 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

\* c'est-à-dire : je suis la justice de Dieu

### **Le stress, l'angoisse, ... ne sont pas à vous.**

Si vous dites « Je suis une personne stressée » ou encore « mon angoisse, mon stress », c'est ce que vous **vivrez**.

**Ce n'est pas** le langage de Jésus à votre sujet et ce n'est pas non plus de cette manière qu'il vous voit. Aux yeux de Jésus, **vous êtes la justice de Dieu**, vous êtes délivré de toutes les œuvres de l'ennemi. Il a payé le prix fort et aujourd'hui, vous marchez en **nouveauté** de vie.

## DÉCIDEZ DE PORTER LA COURONNE DE GLOIRE

Le stress, l'angoisse, la peur...etc ce sont des **malédiction**s. Au départ dans le jardin d'Eden, il y avait la paix ; Adam et Eve étaient revêtus de la gloire de Dieu. C'est lorsqu'ils vont connaître la chute, qu'ils vont connaître la peur.

” [...] J'ai entendu ta voix dans le jardin, et j'ai eu **peur**, parce que **je suis nu**, et je me suis caché. **Qui t'a appris** que tu es nu ? Est-ce que tu as mangé de l'arbre dont je t'avais défendu de manger ?  
Genèse 3:10-11 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

Dieu va d'abord lui dire : « **Qui t'a dit ?** ». C'est-à-dire quel mensonge as-tu entendu et cru ? Lorsque des chrétiens se sentent nus, c'est-à-dire dépourvus de toute arme, c'est parce qu'ils ont cru **un mensonge** : « Qui vous a dit que vous ne pouviez pas faire/avoir cette chose ? ».

” Le sol sera maudit à cause de toi. [...] il te **produira des épines et des ronces**. [...]  
Genèse 3:17-18 (Bible, traduction Louis Segond 1910)



” Une autre partie tomba parmi **les épines**. [...]   
Matthieu 13:7 (Bible, traduction Louis Segond 1910)

Les épines sont les soucis, les peurs.

Lorsque Jésus a été saisi, on lui a mis une couronne d'épines - parce que la malédiction des soucis, de la peur, du stress, de l'angoisse,... était en train d'être renversée. Le stress, la peur et toutes ces choses étaient la cause de la chute. **Cette couronne d'épines** vous n'avez pas à la porter. **Jésus l'a portée pour vous.**

Lorsque vous accueillez le stress, ... c'est comme si vous accueilliez une petite couronne de malédiction.

Or, **c'est une couronne de gloire qui vous est réservée.**

Dieu vous appelle à vivre le repos, le **repos de l'œuvre toute accomplie à la croix**, le repos de la **foi**, c'est votre héritage.

La **vérité** de la Parole de Dieu va vous amener le **succès**, va vous propulser toujours plus haut, va **déjouer** tous les plans de l'ennemi, car **il ne peut pas** anéantir les promesses de Dieu.

Vous êtes richement béni en Jésus !