

**Titre : L'intelligence émotionnelle.**

**Références :** Proverbes 14 : 29 et Psaumes 73.

**But :** Faire de nos émotions une force.

**Résumé :** Le terme intelligence émotionnelle est un concept proposé en 1990 par des psychologues. Plus de 2,500 ans avant, la bible agissait déjà dans cette dynamique. Il s'agit de mettre notre intelligence avec nos émotions. De réfléchir, avoir des bases de vie qui alimentent notre réflexion. Pour un croyant il s'agit des principes du Royaume de Dieu. C'est normal d'avoir des émotions associées à certains évènements. Maintenant qu'en faisons-nous? Il y a une différence entre émotion et sentiment. Le premier peut être traité rapidement en le confessant à quelqu'un ou à Dieu en exerçant notre raisonnement. Le deuxième ce sont des émotions non réglées qui deviennent difficiles à déloger. La solution demeure sensiblement la même, il s'agit de plus d'intensité. Dans ce contexte, comment faire de nos émotions une force? Nous trouvons dans les écrits de Paul une piste de solutions.

(2 Corinthiens 11 : 28 Assaillis ; 2 Corinthiens 12 :7-10 Écharde dans la chair et se plaire dans la détresse ; Romains 7 : 24-25 Malheureux et remercier Dieu ; Romains 10 : 8-10 Affirme une conviction ; Deutéronome 30 : 14 La solution c'est la parole dans notre bouche).

**Conclusion :** Ce que nous comprenons, c'est que nos émotions doivent être traitées à la lumière de la parole de Dieu. Quand nous connaissons notre identité et les principes qui y sont rattachés, nous pouvons choisir de parler et d'agir comme des fils. Alors notre bouche dit ce que nous voulons, ce que nous allons

répondre à nos émotions. Ex : Dans la détresse : Je suis fils, je n'ai pas à être victime, je m'appuis sur les principes de Dieu, je remets cette émotion au Seigneur, je fais des pas qui démontrent que je suis libre. Ex : En pardonnant au-delà de mes paroles je fais un geste envers cette personne pour contrer mes émotions. Un gâteau par exemple, service, cadeaux ou autre chose.

**Questions :**

- #1 : Expliquez le terme « Intelligence émotionnelle ».
- #2 : Comment Paul en est arrivé à passer de la détresse à se plaire dans ses faiblesses?
- #3 : Quel est le rôle de la parole dans la gestion des émotions? Deutéronome 30 : 14 avec Romains 10 : 6-11.
- #4 : Pourquoi est-ce primordiale de connaître la parole?
- #5 : Quel rôle joue la révélation (la prophétie) dans le processus?

**Prière :** Seigneur cette révélation nouvelle nous interpelle et nous voulons l'approfondir et mieux la comprendre, afin de la mettre en pratique naturellement dans nos vies. Aide-nous par ton Esprit à mieux réfléchir en même temps que nos émotions se réveillent. Aide-nous à prendre du recul pour voir ce qui nous trouble. Accompagne-nous dans nos réflexions. Que ta parole se lève au milieu de la tempête, qu'elle sorte de notre bouche et anime nos actions. Nous voulons par la force de ton Esprit être plus forts que toutes émotions. C'est possible parce que tu nous declares fils d'un Royaume plus grand que nature. AMEN.