



GETTY IMAGES

## Apprenez à aimer la réflexion

La tâche la plus difficile au monde est aussi la plus enrichissante.

- Joel Hilliker
- [29/02/2024](#)

Ralph Waldo Emerson a dit que réfléchir est « la tâche la plus difficile au monde ». Êtes-vous d'accord ? Ne vous contentez pas de lire ou de passer outre. Réfléchissez.

Tout au long de l'histoire, la plupart des gens ont évité cette tâche difficile. « Rien n'est plus pénible pour certaines personnes que de devoir réfléchir », déclara Martin Luther King Jr. « La plupart des gens mourraient plus tôt que de réfléchir—c'est ce qu'ils font d'ailleurs », déclara Bertrand Russell.

Nos écoles et nos universités n'apprennent généralement pas aux étudiants à réfléchir. Elles leur font ingurgiter des faits (et des mensonges), et qualifie cela d'éducation. C'est ainsi que des étudiants des universités de la *Ivy League* considèrent le terrorisme comme héroïque et déconstruisent l'œuvre de Taylor Swift. Cela conduit des peuples et des générations à fonder leur vision du monde sur des demi-vérités et des croyances absurdes et contradictoires. C'est l'une des principales raisons pour lesquelles, comme le montre Apocalypse 12 : 9, le diable a réussi à tromper le monde entier.

PT\_FR

Le problème est grave. Vous vivez dans une cacophonie de personnages hauts en couleur, de rires rapides, de rengaines simples, de courtes vidéos, de défilements sans fin, de listes à puces, de lumières clignotantes, de messages entrants, de musique, de tintements et d'effets sonores qui vous invitent, vous tentent, vous séduisent et exigent que vous vous complaisiez dans une pensée superficielle.

Par conséquent nous devenons, comme le fait remarquer un professeur, « moins expressifs émotionnellement, moins énergiques, moins bavards et moins expressifs verbalement, moins humoristiques, moins imaginatifs, moins anticonformistes, moins vifs et passionnés, moins perspicaces, moins aptes à relier des choses apparemment sans rapport, moins capable de synthétiser et moins susceptibles de voir les choses sous un angle différent » (Kyung-Hee Kim, cité par Scott Newstok dans *How to Think Like Shakespeare*). Réfléchissez à cela et vous saurez que cela est vrai. Réfléchir, c'est vivre. Ne pas réfléchir, c'est mener une vie zombifiée, passive, aveugle, dépendante des sensations animales, dépourvue de sens.

Ne pas réfléchir nous sépare également de notre Créateur. Contemplez un instant Son esprit. Dans Ésaïe 55 : 8-9, Il dit : « Autant les cieus sont élevés au-dessus de la terre, autant mes voies sont élevées au-dessus de vos voies, et mes pensées au-dessus de vos pensées. » Le mot « cieus » ici peut signifier non seulement le ciel, mais aussi l'espace au-delà. Il y a un gouffre béant entre les pensées de Dieu et les vôtres. Mais Il ne veut pas que ce fossé demeure.

Dieu nous a donné une intelligence étonnante, modelée sur la sienne. Et comme l'écrivit Shakespeare : « Bien sûr, celui qui nous a créés avec un si grand discours, / Regardant avant et après, ne nous a pas donné / Cette capacité et cette raison semblable à celle d'un dieu / Pour qu'elles pourrissent en nous sans être utilisées. » Il nous créa pour que nous travaillions, que nous nous efforcions et que nous construisions nos pensées pour qu'elles deviennent comme les siennes. Il nous met au défi : « Venez et plaidons ! » (Ésaïe 1 : 18). Il propose de nous enseigner « même les profondeurs de Dieu » (1 Corinthiens 2 : 10).

Il n'est pas étonnant que le diable ait conçu sa société pour détourner notre attention de toutes les manières possibles et imaginables, pour briser notre concentration et miner notre capacité de profondeur. Il sabote la capacité de Dieu à nous atteindre.

Les hommes de la Bible étudièrent en profondeur et réfléchirent sérieusement : pensez aux connaissances d'Abraham ; aux compositions de Moïse ; à la poésie de David, d'Ésaïe et de Jérémie ; à l'enseignement de Daniel ; à la recherche des documents originaux ; à la compilation des testaments ; à la rédaction des évangiles ; à l'érudition de l'apôtre Paul. Un tel accomplissement nécessite de la discipline. Notre intelligence se renforce de la même manière que notre corps : par le labeur, la lutte, le *travail*. « Je ne cesserai pas de me battre mentalement », écrivit William Blake. Virginia Woolf ajouta : « La lutte mentale signifie penser à contre-courant, et non pas avec le courant. »

La réflexion profonde ne vient pas naturellement à tout le monde. Quels que soient nos intérêts et nos points forts, nous devons tous nous discipliner à faire le travail de concentration et de réflexion sur des sujets importants. Cela s'applique à la pensée spirituelle mais est absolument lié à la science, aux langues, à l'histoire, à la musique et à toutes autres formes de connaissance et d'étude. Réfléchir signifie non seulement se concentrer, lire et mémoriser, mais aussi digérer, contempler et analyser, former de **nouvelles connexions** et des pensées originales.

Le rédacteur en chef de la *Trompette*, Gerald Flurry, incite constamment notre personnel à réfléchir. « La réflexion est un travail difficile », nous disait-il, il y a quelques années. « Faites-le jusqu'à ce que vous l'aimiez. » Dans un article sur Shakespeare, il écrivit : « L'incapacité à penser en profondeur est un fléau pour chacun d'entre nous. Shakespeare en souffrit lui aussi ; il dut *travailler dur* pour développer son esprit ! Dieu ne lui a pas simplement donné ses capacités, Il le fit *travailler* comme Il vous fait travailler ! Si vous voulez devenir grand, même intellectuellement, vous devez y travailler ! Dieu vous fait transpirer et lutter. Oui, Il vous aidera à réussir, et Il mettra toutes sortes d'opportunités devant vous—mais Il exige que vous travailliez ! » (*Vision Royale*, janvier-février 2015).

L'une des mesures les plus efficaces que vous puissiez prendre pour cultiver une pensée de qualité est d'éviter les intrants de qualité inférieure. Reconnaissez que votre *alimentation mentale* affecte votre pensée autant que votre alimentation physique affecte votre santé corporelle. La malbouffe mentale, trop souvent consommée, empoisonne votre esprit. Une alimentation mentale riche nourrit votre bien-être. Par exemple, essayez de méditer un seul verset du Psaume 119 chaque jour. C'est un exercice merveilleux. Forcez-vous à ralentir et à réfléchir à chaque phrase de ce poème magistral. La profondeur de l'auteur et du Dieu qui l'inspire commencera à transformer votre esprit.

Souvent au cours de ce processus, des pensées paresseuses vous envahiront : *C'est difficile. J'aimerais que quelqu'un me dise ce que cela signifie. Je me demande ce qu'il y a sur Netflix* Persévérez

jusqu'à ce que vous preniez plaisir à relever le défi. Faites-le jusqu'à ce que vous aimiez cela.