

Les Principes du Contrôle de Soi

Le Tempérament



“Le héros véritable est celui qui vainc sa colère. Il vaut mieux être maître de soi que maître d’une ville.” Proverbes 10:4

Par John E. Schrock

Souligner les points clés présents dans ce principe.

Il faut se rendre compte qu’il n’est pas mauvais d’avoir du tempérament. Le tempérament est une force motrice personnelle. C’est la différence entre les forts et les faibles. Beaucoup de gens demandent à Dieu de retirer leur tempérament. C’est une erreur notre tempérament est un don de force et nous devrions plutôt remercier Dieu pour cela. La plupart des entrepreneurs possède un tempérament qui leur donne l’énergie et le dynamisme à atteindre leurs objectifs et le but de leur vie.

Le tempérament est comme l’essence, plus il est chauffé plus son octane est élevé. Tous deux peuvent être explosifs et dangereux. Si nous ne faisons pas attention et ne restons pas au contrôle du fuel, il peut enflammer nos foyers. Il peut également être très utile. Ephésiens 4 :26 nous dit: “Quand vous serez en colère, ne péchez pas” ce qui signifie qu’on ne devrait pas rejeter une chose parce qu’elle peut être dangereuse, cependant il faut définir des règles de sécurité afin de faire bon usage de sa valeur.

Notre pensée ne devrait pas être de se débarrasser de nos émotions mais plutôt de les contrôler ; Ralentir, et faire attention de ne pas s’emporter. Il faut pouvoir négocier l’énergie qui est créée dans le moment de l’émotion. Elle peut devenir une motivation pour travailler plus dur et accomplir plus de choses. L’émotion forte non seulement affecte l’esprit mais aussi dynamise le corps entier. Les sportifs de haut niveau savent l’utiliser en compétition. Bien sûr cette énergie peut nous amener à devenir destructif. Combien de fois a-t- on vu quelqu’un devenir

violent, casser quelque chose, ou dire des mots qui détruiront leurs relations ou même leur faire perdre le respect de leur communauté.

Donc, quand nous sentons la moutarde nous monter au nez, nous devons penser à ce que nous nous apprêtons à faire et quel effet peut il en résulter pour nous et ceux autour de nous. C’est gérer notre tempérament en utilisant l’énergie de façon positive. Les gens qui réussissent ont généralement des tempéraments chauds, mais ils ont appris à penser avant de réagir. C’est pour cela qu’ils arrivent à la célébrité et sont reconnus pour leur sagesse. Contrôler son tempérament édifie le caractère et augmente la crédibilité. Alors comment peut-on gérer son tempérament explosif ?

1. Soyez conscient du danger potentiel.
2. Considérez le coût de votre réaction.
3. Voyez la valeur de votre tempérament et faites bon usage de son énergie.
4. Relâchez l’énergie excessive en

pratiquant un sport compétitif ou en faisant de l’exercice. Brûler des calories calme la colère.

Tous les hommes droits savent ce que c’est de se mettre en colère mais ils savent aussi comment la discipliner. Même les plantes, les arbres et les fleurs doivent être tempérés dans leur pousse, on les taille de manière à ce qu’ils puissent porter plus de fruits. Toute chose de valeur doit être gérée et contrôlée sinon elle perdra sa valeur.

Alors soyez reconnaissant pour votre tempérament. Ne le laissez pas s’enflammer trop rapidement ou vous brûlerez ceux autour de vous. Ralentissez. Utiliser votre flamme pour réchauffer les cœurs froids et vous serez reconnu comme un homme sage et sachant se contrôler.

Ce principe fait partie du programme de développement de caractère d’un an:

Fondations pour l’accomplissement.

Pensées à méditer:

Le tempérament est un don, seulement si on n’a pas besoin de demander pardon.

Évaluez-vous: De 1 à 10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Pourquoi vous donnez vous ce nombre?										
Quels bénéfices tirerez vous à améliorer ce nombre?										
Quelles actions spécifiques pouvez-vous prendre pour tester les bénéfices de ce principe?										
Cochez la liste pour la lecture journalière de ce principe.	L	M	M	J	V	S	D			

Finie

Non finie