

CHEIMOPHOBIE Peur des tempêtes et des orages

Que dit la Bible sur la peur des orages ?

Voici cinq versets bibliques pour vous réconforter au cœur de la tempête : « Quand j'ai peur, je me confie en toi . » (Psaume 56.3) « Car c'est moi, l'Éternel, ton Dieu, qui te tiens par la main droite ; c'est moi qui te dis : N'aie pas peur, je suis là pour te secourir. » (Ésaïe 41.13)

Que dit Jésus à propos de la tempête ?

Voyez Matthieu 8:26 : « Mais il leur dit : "Pourquoi avez-vous peur, gens de peu de foi ?" Alors il se leva, menaça le vent et la mer, et il y eut un grand calme. » Matthieu nous dit que Jésus s'est réveillé en réponse à leurs cris. Mais il nous dit aussi qu'avant de menacer le vent et les vagues, il a réprimandé ses disciples.

Quelle est la prière pour faire face aux tempêtes ?

Seigneur, je te remercie de ce que dans toutes les tempêtes de la vie, je peux crier : "Seigneur, sauve-nous". Aide-moi à te faire confiance et à ne pas avoir peur.

Qu'a fait Jésus pour calmer la tempête ?

Jésus se leva et commanda au vent et aux vagues en disant simplement : « Silence ! Calmez-vous ! » Aussitôt, le calme fut total. Les disciples, stupéfaits et émerveillés par ce miracle, se demandèrent les uns aux autres : « Qui est cet homme ? Même le vent et les vagues lui obéissent ! »

Que faire en cas d'anxiété liée aux orages ?

Une préparation préalable – réfléchir à l'endroit où vous vous abriterez, vous assurer d'avoir plusieurs moyens d'obtenir des alertes et des informations météorologiques, et avoir un plan pour vous et votre famille – peut contribuer à réduire votre peur et votre stress lorsque des tempêtes menacent la région.

Comment vaincre sa peur des orages ?

Pour cela, des séances chez un psychologue peuvent s'avérer utiles. La thérapie cognitive et comportementale (TCC) est particulièrement indiquée en cas de phobie.

Les orages peuvent-ils provoquer des crises de panique ?

Les personnes atteintes **d'astraphobie** (peur du tonnerre et des éclairs) ressentent une anxiété extrême ou une peur paralysante lorsqu'elles se préparent à un orage. Elles peuvent consulter les bulletins météorologiques de manière obsessionnelle ou avoir des crises de panique (vagues d'anxiété accompagnées de symptômes physiques intenses) pendant un orage .