

Ministry®

4^e TRIMESTRE 2015

REVUE INTERNATIONALE POUR LES PASTEURS FRANCOPHONES

Le ministère
pastoral
au troisième
millénaire :

apprendre
l'art de la
« négligence
stratégique »



4 **Le ministère pastoral au troisième millénaire**
Apprendre l'art de la « négligence stratégique »
Willie et Elaine Oliver

8 **Équilibrer une vie chargée**
S. Joseph Kidder

12 **Dépression clinique ou « soucis de la vie » ?**
Savoir distinguer le chagrin de la dépression dans le cadre du soutien pastoral.
Ronald W. Pies
Cynthia M. A. Geppert

18 **Des pasteurs sentinelles**
L'Église locale face aux problèmes de santé mentale et de toxicomanie.
Curtis J. Vanderwaal, Andrea Opel et Edwin J. Hernandez

22 **La contribution d'Ellen G. White à l'Église adventiste du septième jour**
Gerhard Pfandl

25 **Une journée remplie de délices**
Karen Holford

29 **Le sexe durant le sabbat**
Michael W. Campbell

3 **Éditorial**

28 **Courrier des lecteurs**

31 **Réveil et Réforme**

Ministry®, Revue internationale pour les pasteurs
12501 Old Columbia Pike, Silver Spring, MD 20904-6600 U.S.A.
www.ministrymagazine.org
ministrymagazine@gc.adventist.org

Rédacteur en chef: Derek J. Morris
Rédacteur adjoint: Willie E. Hucks II



Rédacteur de l'édition en français:
Bernard Sauvagnat

Secrétaire de rédaction: Sheryl Beck

Responsable financier et de fabrication: John Feezer IV

Conseillers internationaux: Michael D. Collins, Daniel Devadhas, Carlos Hein, Patrick Johnson, Victor Kozakov, Passmore Mulambo, Rudatinya M. Mwangachuchu, Daniel Opoku-Boateng, David Ripley, Hector Sanchez, Branimir Schubert, Houtman Sinaga, Artur Stele, Ivan L. Williams, Ted N.C. Wilson.

Publicité: advertising@ministrymagazine.org

Abonnements et changements d'adresse

ministrysubscriptions@gc.adventist.org; +1 301-680-6511; +1 301-680-6502 (fax)

Couverture: 316 Creative, Dominique Gilson

Maquette & corrections: Dominique Gilson - France

Tarif: 4 numéros pour le monde entier: 10 US\$. Pour commander, envoyer nom, adresse et règlement à Ministry® Subscriptions, 12501 Old Columbia Pike, Silver Spring, MD 20904-6600 U.S.A.

Articles: Nous accueillons les articles non sollicités. Avant de soumettre un article, merci de consulter les consignes de rédaction sur www.ministrymagazine.org. Merci d'envoyer vos textes par courrier électronique à: ministrymagazine@gc.adventist.org ou à bernard.sauvagnat@adventiste.org



Animateurs: Anthony Kent

Co-Animateurs: Derek Morris

www.MinistryinMotion.tv

Ministry® est publié chaque mois depuis 1928 par l'Association pastorale de la Conférence générale des adventistes du septième jour®

Secrétaire: Jerry N. Page

Adjoints: Jonas Arrais, Robert Costa, Willie E. Hucks II, Anthony Kent, Derek J. Morris, Janet Page.

Centre de ressources pastorales

Coordinatrice: Cathy Payne 888-771-0738, (téléphone) +1 301-680-6511;
www.ministerialassociation.org

Imprimé par la Pacific Press® Pub. Assn., 1350 N. Kings Road, Nampa, ID 83687-3193. Port payé à Nampa, Idaho (ISSN 1947-5829).

Membre d'Associated Church Press.

Adventiste®, Adventiste du septième jour®, et Ministry® sont des marques déposées de General Conference Corporation of Seventh-day Adventists®.

Volume 7 Numéro 4 © 2015 - IMPRIMÉ AUX ÉTATS-UNIS.



Les dangers et les privilèges du ministère pastoral

Nous entendons beaucoup parler des dangers du ministère pastoral et ils sont nombreux. Nous sommes confrontés au risque de nous voir très souvent submergés par les services que nous rendons aux autres et ce, que nous passions peu ou pas de temps aux pieds de Jésus. Nous faisons également face au danger permanent de négliger notre propre famille en tentant de prendre soin des familles qui se trouvent dans l'église 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7. Du point de vue professionnel, il est tout à fait acceptable de négliger de nous prodiguer les soins nécessaires tout en encourageant volontiers les autres à se réapprovisionner physiquement, émotionnellement et socialement.

Ces dangers, comme d'autres que je pourrais mentionner, sont bien réels. Ils méritent d'être traités et doivent impérativement être évités. Vous apprécierez l'article de Willie et Elaine Oliver, nous invitant à mettre sur pied une stratégie pour éviter de nombreux dangers au sein du ministère : l'art de la négligence stratégique.

Reconnaître les dangers du ministère pastoral et nous en occuper, c'est bien. Mais c'est bien aussi de nous rappeler et d'apprécier les merveilleux privilèges qui font partie de notre mission pastorale.

Il y a de nombreuses années, j'ai servi en tant que pasteur dans une église dans le Nord-Est des États-Unis. Là, j'ai eu le privilège de rencontrer un jeune nommé Nathan Krause. La journée, il travaillait dans une fonderie locale et le soir, il donnait des cours d'arts martiaux. J'ai partagé la vérité au sujet de Jésus avec ce jeune homme et un jour j'ai eu le privilège de le baptiser.

Mon soin pastoral pour Nathan ne s'est pas arrêté là. Je l'ai encouragé à fréquenter une université chrétienne, j'ai prononcé un discours lors de sa remise de diplôme,

j'ai célébré son mariage et j'ai présenté au Seigneur deux de ses enfants. Suite à cela, notre amitié a pris une tournure intéressante. Lorsque j'ai déménagé à Washington, D.C., où je travaille actuellement, j'ai découvert que Nathan était le pasteur de l'église que je fréquentais. Ceci me donna à nouveau l'occasion de réfléchir aux privilèges du ministère pastoral. Les graines semées il y a des années peuvent produire une généreuse récolte. Nous le savons, c'est l'œuvre de Dieu, et nous pouvons nous réjouir de voir les miracles de Dieu se réaliser.

Depuis quelques mois, je suis provisoirement le pasteur bénévole d'une église locale. Ma principale responsabilité est d'annoncer la Parole de Dieu. Une fois de plus, je suis mis au défi de sonder les Écritures, d'examiner mon propre cœur et de porter une attention particulière à la vie de mon auditoire afin de partager la Parole de Dieu. C'est une impressionnante responsabilité et un immense privilège.

Avec cette mission pastorale temporaire, j'ai aussi eu à parler aux élèves et aux enseignants de l'école de notre église locale. Cette expérience m'a fait chaud au cœur, surtout quand j'ai écouté les élèves chanter l'hymne de l'école : « Ceux qui comptent sur l'Éternel, renouvellent leur force ; ils s'élèvent comme des aigles et ils courent sans se lasser ; ils marchent et ne faiblissent pas. » Je connaissais bien ce passage des Écritures, mais je n'avais jamais entendu personne le chanter avec autant d'enthousiasme ou des gestes des

maines aussi dynamiques. Après ma prédication sur l'adoration, de nombreux élèves sont venus me saluer. Les plus petits m'ont serré par la taille et les plus matures m'ont donné une poignée de main. Leurs professeurs devaient être fiers de leurs bonnes manières. Je me suis une fois de plus souvenu du privilège du ministère pastoral.

Tous les mercredis soir, nous tenons un groupe de prières dans notre foyer. Cette réunion de prières du milieu de semaine est ouverte à tous. Ces derniers temps, nous avons partagé cet important moment de prières avec une mère confrontée à un énorme problème de santé. Notre foyer était plein de collègues et d'amis qui participent régulièrement à l'étude biblique. Ainsi j'ai vu l'amour de Dieu se répandre et j'ai entendu les prières monter au nom de Jésus. Je me suis encore une fois rappelé combien le privilège de servir comme pasteur d'une église locale est grand.

Le ministère pastoral comporte des joies comme des peines, des privilèges comme des dangers, des bénédictions comme des difficultés. Aussi, quand vous avez une rude journée, une semaine pénible ou encore une année difficile, n'oubliez pas de jeter un regard d'ensemble. Laissez le Bon Berger cheminer avec vous à travers la sombre vallée périlleuse et prenez du temps pour réfléchir et pour exprimer votre reconnaissance pour les privilèges de travailler dans le ministère pastoral.

“Les graines semées il y a des années peuvent produire une généreuse récolte.”



WILLIE OLIVER, PhD, CFLE, est le directeur du département de la famille à la Conférence générale des adventistes du septième jour à Silver Spring, Maryland, aux États-Unis.

ELAINE OLIVER, MA, CFLE, est la directrice adjointe du département de la famille à la Conférence générale des adventistes du septième jour à Silver Spring, Maryland, aux États-Unis.



Le ministère pastoral au troisième millénaire : *apprendre l'art de la « négligence stratégique »*

Aors que nous survolions l'Atlantique il y a quelques mois, nous nous sommes retrouvés face à une violente tempête. Bien que nous ayons déjà connu de nombreuses tempêtes à bord d'un avion, ce vol fut l'un des pires. Nous étions tous deux bien calmes, assis côte à côte durant cette nuit lugubre. Main dans la main, nous avons parlé à Dieu chacun de notre côté. Dans ces moments où l'avion commençait à plonger et était secoué de tous côtés, et quand notre futur semblait incertain, nos pensées n'étaient pas tournées vers nos responsabilités professionnelles. Plus tard, lorsque les cieux se furent apaisés, nous nous sommes avoués mutuellement ce qui pesait vraiment sur nos esprits : notre relation avec Dieu, notre relation de couple et le salut de nos enfants.

Leçons tirées d'un parcours difficile

Invariablement, nos vies au sein du ministère peuvent, à certains moments,

avoir l'air d'une violente tempête. L'intensité du travail en lui-même, ajoutée au taux élevé des attentes irréalistes de membres d'église ou même de dirigeants, n'aident pas toujours à rendre le parcours facile. Au contraire, cela expose les pasteurs à un épuisement rapide et souvent, à une vie chargée d'un grand fardeau de culpabilité, de beaucoup de frustrations et de désillusions. Ces émotions ne sont pas seulement une réalité pour les pasteurs, mais ont des répercussions sur les conjoints et les enfants. Souvent, nombre des attentes placées sur le pasteur reposent aussi sur l'épouse et les enfants. Par exemple, les conjoints (habituellement les épouses) sont invités à assumer des responsabilités pastorales, et les enfants sont censés être des modèles de perfection montrant une maturité spirituelle trop importante pour leur âge.

Bien sûr, le ministère pastoral comprend des joies mais aussi des défis. Tandis que les points forts du ministère peuvent être formidables - amener les gens à Jésus, donner une espérance à

des gens sans espoir - les points plus faibles peuvent faire plonger très bas, et amener souvent à être débordé et à atteindre ses limites de temps et de ressources. Ceci conduit à ne pas obtenir de résultats appréciables tant avec l'église qu'avec la famille. Au milieu des années 1980, Paul Tsongas, sénateur américain du Massachusetts, a découvert qu'il avait un cancer. Au début, il a décidé de poursuivre sa campagne de réélection. Il a changé d'avis quand un ami, Arnold Zack, lui a écrit un petit mot qui disait ceci : « Personne sur son lit de mort n'a jamais dit : "J'aurais voulu consacrer plus de temps à mon travail professionnel". » Tsongas a renoncé à sa campagne pour passer du temps avec sa famille pendant cette période difficile.¹ Nous ne disons pas ici que les pasteurs devraient abandonner le ministère. Nous suggérons plutôt qu'ils jettent un nouveau regard sur leurs priorités pour mieux gérer leurs différents engagements et trouver un équilibre entre leur vie spirituelle, personnelle et professionnelle. « S'il néglige son foyer



pour les soucis du dehors, le prédicateur n'a aucune excuse. La prospérité spirituelle de sa famille passe avant tout.»²

« Négligence stratégique »

Dans un entretien accordé au journal *Leadership*, Bill Hybels de l'Église de Willow Creek parle des clés d'une gestion simple et plus efficace. Il mentionne la nécessité pour les pasteurs et les dirigeants au sein du ministère d'accepter la notion de « négligence stratégique. »³ Cette idée concerne le besoin de saines limites dans le ministère. Clairement, chaque pasteur doit concentrer, simplifier et fixer ses priorités. Pour cela, il faut personnellement se poser des questions comme : qui ai-je envie d'être au fil du temps ? Quel genre de mari ou de femme ? Quel genre de père ou de mère ? Quelle sorte d'ami, de pasteur ou de dirigeant ? Et puis, la question corolaire : que mettre dans mon programme afin de pouvoir devenir ce genre de personne ? Les pasteurs doivent d'abord décider de façon stratégique les choses qui n'ont pas à faire partie de leur programme pour pouvoir réussir au niveau spirituel, personnel (dans leur vie familiale) et professionnel.

Dans une étude récente sur le stress des familles pastorales dans la Division nord-américaine des adventistes du septième jour, un pourcentage important de pasteurs a déclaré avoir de la difficulté avec la prière personnelle, à entretenir une communion personnelle avec Dieu et à prendre du temps pour la méditation personnelle. Ce que nous savons, étant nous aussi dans le ministère, c'est que sans la prière et l'étude de la Bible, il est impossible de maintenir une relation vitale avec Dieu, indispensable à tout ministère efficace. Sans cette communion quotidienne, nous perdons de vue notre vocation, faisant de notre engagement pour l'église, tout simplement, un emploi ordinaire.

Et dans sa stratégie, que doit « négliger » le pasteur pour développer une discipline spirituelle plus forte ? Fixer des moments précis pour répondre aux courriels ? Passer moins de temps sur des réseaux sociaux inutiles ? Moins regarder la télévision ? Aller au lit plus tôt pour pouvoir se réveiller plus tôt ? Vous êtes le seul capable de déterminer ce que vous devez stratégiquement « négliger » pour accorder le temps nécessaire à la prière et à l'étude de la Bible.

Cela vous permettra d'être un dirigeant spirituel efficace.

Dans la Bible, le livre d'Esdras déclare (7.10) : « Esdras avait appliqué son cœur à étudier la loi du Seigneur pour la mettre en pratique et pour apprendre à Israël les prescriptions et les règles. »⁴ Notez l'engagement d'Esdras à l'étude des Écritures, pour les vivre et les enseigner. L'étude de la Parole de Dieu est une condition préalable à la connaissance de Dieu. Beaucoup de spécialistes étudient et enseignent les Saintes Écritures, sans que cela change leur vie. Ce n'était pas le cas d'Esdras. Il y mettait tout son cœur. Il étudiait les Écritures, contemplant les Écritures, et puis enseignait les Écritures. Sans aucun doute, la « négligence stratégique » était active dans la vie de ce fidèle scribe, car sinon il n'aurait pu étudier, vivre et enseigner les Écritures.

En tant que pasteurs, nous devons étudier et mettre en pratique dans nos vies l'exemple d'Esdras, afin d'être efficaces en tant que conducteurs du troupeau. Le temps que nous passons à la méditation personnelle et à l'étude de la Parole de Dieu ne peut pas être seulement pour préparer des prédications,

Les 7 engagements d'un mariage heureux

Une relation nécessite un engagement. Voici sept engagements « clés » qui amèneront votre mariage à un niveau supérieur :

Je m'engage à

1. écouter mon conjoint sans être sur la défensive;
2. partager mes sentiments avec mon conjoint sans lui reprocher ce que je ressens;
3. donner à mon conjoint le bénéfice du doute et ne pas énoncer des jugements hâtifs;
4. reconnaître mon implication dans nos malentendus;
5. demander pardon à mon conjoint lorsque je lui ai fait ou dit quelque chose qui l'a blessé(e);
6. pardonner mon conjoint, même si il ou elle ne présente pas d'excuses;
7. et faire tout mon possible pour offrir à mon conjoint bonté, patience, compréhension et pardon.

Willie et Elaine Oliver, "And They Lived Happily Ever After," *Vibrant Life*, Janvier/Février 2015, 24-27.



Comment respecter nos priorités

- Mettez-les au programme !
- Faites des méditations personnelles.
- Organisez une sortie agréable hebdomadaire avec le conjoint (Ne discutez pas des problèmes).
- Passez du temps en tête-à-tête avec les enfants.
- Respectez le programme !
- Honorez votre engagement envers Dieu, votre famille et l'église.
- Négligez de façon stratégique les « petits cailloux » (ces choses qui sont un obstacle à ce qui est le plus important).
- Utilisez votre programme pour rester sur la bonne voie !
- La vie suit son cours et les programmes peuvent dérailler.
- Utilisez votre programme pour rééquilibrer et rester centré sur les priorités.

mais doit être le moment où nous cultivons et prenons soin de notre vie spirituelle afin d'être pleinement reliés au cep. Dans Actes 1.8, Jésus enseigne ceci à ses disciples : « Mais vous recevrez une puissance, quand l'Esprit saint viendra sur vous, et vous serez mes témoins à Jérusalem, dans toute la Judée et en Samarie, et jusqu'aux extrémités de la terre. » Quelques versets plus loin, dans Actes 1.14, il est dit ceci : « Tous, d'un commun accord, étaient assidus à la prière. » Le Saint-Esprit nous habitera lorsque nous passerons du temps dans la prière, demandant un esprit clair avec l'objectif de représenter efficacement Jésus dans le monde. La puissance du Saint-Esprit descendra avec la vigueur de la Pentecôte lorsque nous prendrons le temps d'être en communion avec Dieu par la prière. Sans cette approche et cette priorité, nos vies deviendront trop encombrées pour prendre le temps de prier. Ellen G. White donne ce conseil : « Consacrez-vous à Dieu dès le matin ; que ce soit là votre premier soin. »⁵ En tant que pasteurs, nous devons prévoir du temps de manière in-

entionnelle pour la prière et l'étude de la Bible, car si nous négligeons ces activités, les autres deviennent des obstacles au temps passé avec Jésus.

Dans une étude de nombreux pasteurs se sont plaints de ne pas avoir assez d'heures dans la semaine pour gérer toutes leurs responsabilités et pour avoir du temps pour se détendre et prendre du plaisir en famille. En conséquence, les pasteurs doivent « négliger » de manière stratégique dans leur ministère beaucoup de bonnes choses qui ne sont pas au cœur de leur mission principale, de manière à pouvoir passer du temps et s'enrichir en famille. Si nous acceptons toutes les invitations à prêcher et à écrire que nous recevons chaque année, nous manquerons les objectifs primordiaux de nos responsabilités au sein du ministère. Bien que nous soyons souvent tentés de travailler pendant nos vacances, nous devons délibérément remettre à plus tard ou refuser certaines tâches et fonctions afin de faire cette pause nécessaire pour être spirituellement, émotionnellement et physiquement en bonne santé et

pouvoir ainsi continuer à travailler de manière efficace.

Travail d'équipe

En août dernier, nous avons célébré nos 30 ans de mariage. Pour marquer l'occasion, créer des souvenirs et conserver la vitalité de notre mariage, nous avons passé cinq jours à la plage. Nous aimons les vacances au bord de la mer, surtout là où le sable est chaud et l'eau bleue et limpide. Le temps que nous avons passé à la plage fut tout simplement inouï. Nous nous sommes reposés, avons lu des livres, mangé de la nourriture préparée par quelqu'un d'autre, nagé, fait de la plongée, du bodyboard et du kayak. Mais ce qui a été le plus mémorable, a été d'apprendre à naviguer.

Dès que notre leçon de voile a commencé, nous nous sommes rendu compte que la voile est beaucoup plus complexe qu'il n'y paraît. Même si c'était un peu stressant, ça a également été relaxant, difficile et enrichissant. Nous avions besoin de travailler ensemble, en équipe, et d'être sur le même côté du catamaran pour faire l'expérience de glisser en douceur sur les belles eaux des Caraïbes. Dieu a créé le mariage et la famille pour donner aux êtres humains un sentiment d'union et pour qu'ils se sentent connectés et responsables l'un envers l'autre. Bien que le processus ait ses moments difficiles, les récompenses sont fabuleuses. La Bible abonde de bons conseils et nous aide à négocier nos relations familiales pour une joie sans pareille. Plus nous lirons la Parole de Dieu, individuellement et ensemble, plus nous serons en harmonie avec ce que Dieu veut pour nous et nos familles. À vrai dire, il est impossible à nos seules capacités humaines, de toujours garder l'amour à l'abri de la douleur et des souffrances. Cependant, lorsque nous mettons la Parole de Dieu en pratique dans nos relations familiales, nous pouvons trouver la capacité d'honorer Dieu dans ces re-



lations. Et cela ne peut se produire que lorsque nous prenons le temps d'être les uns avec les autres et de grandir ensemble par la puissance de Dieu.

La famille, c'est important

Nous aimons passer du temps ensemble. Ayant le privilège de travailler ensemble, nous avons connu toutes sortes de choses, d'activités et de lieux ensemble. Nous avons nos restaurants préférés, nos musées, nos fleurs, nos repas, et bien d'autres choses encore. Nous sommes tout simplement heureux que Dieu nous ait unis, et nous essayons d'appliquer sa Parole à nos interactions au sein de nos relations pour en profiter au maximum. Un de nos versets préférés de la Bible, que nous essayons d'avoir toujours à l'esprit quand nous communiquons entre nous est Jacques 1.19: «Sachez-le, mes frères bien-aimés : que chacun soit prompt à écouter, lent à parler, lent à la colère.» Travailler aussi étroitement que nous le faisons est gratifiant, mais c'est aussi un défi. Ainsi donc, nous choisissons de trouver des moments de plaisir partagé, des raisons de nous réjouir souvent afin de continuer à créer au sein de notre couple et de notre famille une atmosphère où il fait bon vivre. Après avoir passé un week-end entier à parler lors d'une retraite pour couples ou à former des pasteurs et des dirigeants d'église, nous allons souvent manger dans un bon restaurant indien. Tout en essayant d'être tempérants et de faire attention, nous profitons tout simplement de la nourriture et trouvons que c'est une bonne raison de commémorer Dieu et la vie.

Les principaux facteurs de stress pour les pasteurs

Préoccupations financières : faire face aux dépenses mensuelles et pour la retraite	70%
Prendre du temps pour la méditation personnelle	67%
Passer des loisirs en famille	67%
Appréhension des déménagements	58%
Manque de véritables amitiés : liens affectifs	57%
Faible capacité de discipline : suralimentation, dépendance aux médias, à la pornographie	40%
David Sedlacek, Duane McBride, René Drumm, Alina Baltazar, Romulus Chelbegean, Gary Hopkins, Elaine Oliver, Wendy Thompson, <i>Seminary Training, Role Demands, Family Stressors and Strategies for Alleviation of Stressors in Pastors' Families: A Report to the North American Division Ministerial and Family Ministries Departments in conjunction With the General Conference of Seventh-day Adventists, 2014.</i>	

Nos enfants ne vivent plus à la maison. Cependant, chaque fois que nous avons la chance d'être ensemble, nous prenons le temps de fêter le bonheur d'être unis les uns aux autres. Nous organisons une activité que nous aimons tous que ce soit un jeu, un bon repas, une visite au musée, un temps passé à l'église. Cela nous rappelle que nous appartenons les uns aux autres et nous sommes reconnaissants envers Dieu pour sa bonté envers nous. Et lorsque nous sommes séparés, nous restons unis en gardant le contact. Bien sûr, nous ne pouvons le faire qu'en ayant recours à la «négligence stratégique». Le ministère pastoral n'est pas chose facile. Parfois, nous pouvons nous sentir comme si nous étions à des milliers de mètres d'altitude au milieu d'une

tempête épouvantable. Néanmoins, une fois que nous admettons cette difficulté, elle n'a plus d'importance, aussi longtemps que nous nous souvenons que: «Je peux tout en celui qui me rend puissant.» (Ph 4.13).



1. Paul Tsongas, *Heading Home*. New York: Knopf, 1984, p. 160.
2. Ellen G. White, *Le ministère évangélique*. Dammarie-les-Lys : SDT, 1951, p. 199.
3. "The Secret of Strategic Neglect: Bill Hybels on the Keys to Simpler and More Effective Leadership," in *Leadership Journal* 37 (Hiver 2015), no. 1.
4. Sauf indication contraire, toutes les références bibliques sont tirées de la Nouvelle Bible Segond.
5. Ellen G. White, *Le Meilleur Chemin*. Dammarie-les-Lys : SDT, 1981, p. 70.

Que pensez-vous de cet article? Écrivez à bernard.sauvagnat@adventiste.org ou visitez www.facebook.com/MinistryMagazine.

S. Joseph KIDDER, DMin, est professeur de Théologie pratique à la Faculté adventiste de Théologie de l'université Andrews, à Berrien Springs, Michigan, États-Unis.



Équilibrer une vie chargée

La plupart des pasteurs passe en moyenne 50 heures par semaine à travailler, sans tenir compte des services hebdomadaires au sein des églises.¹ Même si nous tenons le rythme, nous ne pouvons être vraiment très pointus ou productifs. Nous passons beaucoup de temps dans les réunions, les visites et dans la préparation des sermons. Mais peu de pasteurs arrivent à se consacrer de manière intentionnelle à la formation de disciples, à la délégation de tâches et à la réflexion créative. L'un des moyens de trouver un équilibre, est de gérer efficacement son temps. Il n'est pas facile pour les pasteurs de trouver l'équilibre dans une vie chargée entre ce que nous aimons et ce que nous devons faire. Mais voici quelques conseils pour faciliter la démarche.

Conseils pour trouver un équilibre

1. Rencontrer Dieu chaque matin

Accordez au moins une heure à votre culte personnel matinal. Que ce soit la première chose que vous fassiez : un moment de tranquillité avec Dieu. La préparation du sermon n'a pas les mêmes propriétés de revitalisation que le moment de culte personnel. Pour maintenir l'équilibre de votre vie, vous avez besoin de conserver un lien solide avec le Christ. Larry Moyer fait remarquer que « les prédicateurs qui s'étaient éloi-

gnés du Seigneur lui ont rapporté que leur erreur a été d'avoir négligé leur relation intime avec lui. »²

D'après mon expérience, je me suis rendu compte que se réveiller une heure plus tôt pour passer du temps dans la lecture de la Bible, le chant, la prière, et dans la lecture d'autres livres de méditation donne le ton à la journée entière que je m'appête à passer. En outre, durant les moments que je consacre à la prière au cours de la journée, je partage avec Dieu les inquiétudes de mon cœur et je prends le temps de prêter attention à ce qu'il a à partager avec moi.

2. Prendre le temps de rêver

Imaginez votre idéal de vie. Considérez les points suivants : (1) Qu'est-ce qui a de l'importance pour vous ? Une relation avec Dieu, une famille dynamique et en bonne santé, partager le message du royaume ? (2) Quelles sont vos valeurs ? (3) Comment voulez-vous passer votre temps ? En prêchant, en enseignant, en communiquant avec Dieu ? (4) Comment voulez-vous vous sentir ? (5) Avec qui désirez-vous interagir : les membres d'église, la jeunesse, les perdus ? (6) Quelle est votre passion ? (7) Quelle est votre philosophie du ministère ?

Écrivez vos réponses sur une feuille de papier. Soyez précis. Quelles sont les barrières qui vous empêchent de

réaliser votre rêve ? Plus vous serez focalisé sur votre rêve, plus vous serez conscient des étapes nécessaires qui vous permettront de le réaliser. Il sera alors plus facile de voir comment atteindre votre rêve et par quels moyens. Cela vous aidera à vous rendre compte de ce que vous devez faire dans votre vie, ou de ce que vous devez faire disparaître de votre vie, afin que votre rêve devienne réalité. Chaque jour, assurez-vous que vous travaillez dans le but de réaliser votre rêve.

Il en est de même concernant vos Églises. Si vous n'avez pas de projet pour votre Église, elle stagnera. Vous devez avoir une idée assez claire de votre rêve pour être en mesure de le partager avec l'Église, pour susciter l'enthousiasme et diriger votre église dans la direction que vous visez ainsi que pour encourager la participation à la parfaite réalisation de ce rêve.

3. Faire le point sur votre situation actuelle

Dressez la liste de vos activités actuelles. Que manque-t-il pour qu'elle soit complète et de combien de temps aurez-vous besoin ? Soyez conscient qu'il faudra faire en sorte que votre Église aille toujours de l'avant. Soyez honnête par rapport au temps qu'il faudra pour chaque élément figurant sur votre liste. Sous-estimer le temps nécessaire pour achever une tâche ne



fera que provoquer votre précipitation ou le retard sur votre prochaine tâche à accomplir. Souvenez-vous qu'il faut beaucoup plus d'efforts pour exécuter une tâche que pour simplement y réfléchir. Noter chaque chose sur un papier peut vous aider à avoir une meilleure perspective de ce que vous essayez d'accomplir.

L'une des meilleures expériences de mon ministère a été de prendre le temps de faire une liste de mes forces et de mes faiblesses et de la partager avec mon comité d'église. Comme dans la plupart des comités, les membres savaient déjà où j'avais échoué, parce que le temps fixé ou que les capacités étaient trop limités. Nous avons trouvé des volontaires pour s'engager à prendre certaines responsabilités qui m'étaient attribuées. Par exemple, un ancien qui travaillait dans les finances a proposé de se rendre dans tous les comités financiers et de me rédiger un rapport résumant chaque réunion. Nous avons embauché un secrétaire d'église pour m'aider à mieux m'organiser et pour s'occuper de quelques tâches administratives.

4. Faire des choix productifs et les classer par ordre de priorité

Énumérez par ordre de priorité une liste des choses que vous désirez réellement accomplir.³ Priez afin que Dieu vous montre quelle est la meilleure manière d'utiliser votre temps et comment rendre votre vie plus stable. Concentrez-vous sur les éléments qui sont importants avant qu'ils ne deviennent urgents. En prenant soin des tâches qui vous intéressent le moins, vous ne passerez pas le reste de votre journée à appréhender et à mettre tout en œuvre pour ne pas les accomplir mais au contraire, vous les considérerez comme des tâches à réaliser urgemment. Une fois que vous aurez fait ces choix, voyez ce que vous ne pouvez pas faire ou ce

“ *La gestion du temps devrait dépendre des priorités plutôt que d'un nombre d'heures déterminé.* ”

que vous choisissiez de ne pas faire. Si vous avez classé votre liste par ordre de priorité, il sera plus facile de savoir à quel moment vous devez dire non. Il peut certainement y avoir des tâches qui, malgré leur priorité, seront mieux remplies si quelqu'un autre s'en charge. N'ayez pas peur de déléguer des responsabilités à autrui. Vous n'avez pas besoin de participer à toutes les réunions de comité ni même d'assister à toutes les activités de votre Église. Il a aussi fallu rappeler à Moïse qu'il devait déléguer certaines responsabilités et ne pas essayer de tout diriger lui-même (Ex 18.13-22).

Lorsque vient le moment de mettre sur pied des activités et des ministères, gardez en mémoire que si quelque chose ne correspond pas à la vision de l'Église, il n'est pas nécessaire de continuer. Ce n'est pas parce que dans le passé vous avez toujours fait quelque chose qu'il vaut la peine pour vous et pour l'Église de poursuivre.

5. Se concentrer sur le renforcement des capacités

En fixant l'endroit où vous voulez vous rendre, vous serez capable de découvrir de quoi vous aurez besoin pour atteindre votre destination. Élaborez un plan d'action pour vous aider à réaliser votre rêve. Il y aura des obstacles à affronter et des barrières à franchir pour ce que vous aurez à faire. Des occasions

se présenteront alors que vous n'aurez ni le temps, ni la connaissance, ni les compétences requises pour mener à terme ce projet. Soyez dynamique. Recherchez et développez de nouvelles ressources. La famille, les amis, les organisations, les services gouvernementaux, Internet et les bibliothèques représentent de bonnes ressources qui vous sont accessibles gratuitement ou à faibles coûts.

Construisez vos ressources de l'intérieur. Prenez conscience qu'il faut former de nouveaux dirigeants. La plus grande source de gain de temps au sein du ministère et le meilleur moyen d'associer les deux, votre rêve et le rêve de l'Église est de vous assurer qu'il y ait de nombreux responsables formés. Lancez des défis aux gens pour qu'ils s'engagent et mettent à profit les dons et le potentiel que Dieu leur a confiés. Fournissez les formations nécessaires afin que les personnes soient rassurées et préparées pour le ministère et l'évangélisation.

Pour éviter de dévier, assurez-vous que des personnes vous soutiennent et vous encouragent à aller de l'avant. Ayez un groupe d'amis ou une fraternité pastorale vers lequel vous tourner pour demander conseil et rechercher du soutien. Après un séminaire, trois d'entre nous nous sommes engagés à nous rencontrer quatre fois par an. Nous avons discuté de la façon dont nous



pouvions transformer nos rêves en réalité, et partager nos expériences, nos difficultés, nos ressources, nos idées pour rendre nos ministères plus dynamiques et aussi pour échanger sur les critiques adressées à chacun de nous. C'est pour nous une occasion de prier ensemble et de nous apporter un soutien nécessaire tout en nous encourageant les uns les autres à poursuivre nos rêves. Ces moments passés dans la fraternité avec eux et d'autres pasteurs ont été extrêmement bénéfiques pour mon ministère.

6. Ralentir pour réussir

Les coureurs sont de plus en plus performants, ils courent plus vite et ont moins de blessures lorsqu'ils font des pauses régulières avant qu'ils ne soient fatigués.⁴ Il en est de même pour les pasteurs. Recherchez le repos avant d'arriver à l'épuisement. Chaque fois que c'est possible, limitez-vous à travailler huit à neuf heures par jour, et laissez votre travail derrière vous lorsque vous rentrez à la maison. Passez quotidiennement des moments de qualité en compagnie de votre famille. Jouez avec vos enfants. Sortez en tête à tête avec votre épouse. Prenez des vacances. «Reposez-vous et regardez votre passion revenir à la vie.»⁵

Un autre moyen pour éviter d'arriver à l'épuisement est d'inclure dans votre emploi du temps la pratique d'une activité physique régulière. «Une promenade, même en hiver, serait plus efficace pour la santé que tous les médicaments que pourraient vous prescrire les docteurs.»⁶ L'exercice vous aidera à mieux gérer les efforts que demande un emploi du temps chargé. «La performance au travail et la satisfaction sont toutes deux plus intenses lorsque le corps est fortifié et bien disposé.»⁷ Toutes les deux ou trois heures, faire de courtes promenades pendant cinq à dix minutes me redonne de l'énergie, un sentiment de bien-être et une meilleure capacité de concentration.

7. Prendre le temps pour des examens critiques

De la même manière que vous avez besoin de réévaluer votre budget personnel à des intervalles réguliers, vous avez également besoin de faire une vérification régulière de la façon dont vous dépensez votre temps. Les activités s'introduisent furtivement dans nos emplois du temps et soit nous n'avons nullement besoin de les faire, soit nous voulons les faire. Certaines tâches commencent à prendre beaucoup plus de temps que ce que vous avez prévu tandis que d'autres en prennent moins. Si vous consacrez régulièrement du temps à analyser votre gestion du temps, vous serez plus apte à éliminer ces activités indésirables.

Je me pose souvent les questions suivantes : Qu'est-ce que je fais qui n'a pas forcément besoin d'être fait par moi ? Qu'est-ce que je fais qui n'aboutit pas ? Comment puis-je encore améliorer ce que je fais ? Qu'est-ce qui n'a pas été fait et qui aurait dû l'être ? Qu'est-ce qui a été fait et qui n'aurait pas dû l'être ?

Utilisez ces examens critiques pour vous aider à résoudre les problèmes. Collectez le maximum d'idées d'autres personnes pour apprendre de leurs expériences et puiser dans leur créativité. Lisez des livres sur différents sujets pour trouver des idées perspicaces et de meilleurs moyens pour interagir avec vos membres et pour les inspirer.

Optimiser votre temps

Passer la totalité de votre semaine à préparer des sermons, faire des visites ou organiser des réunions de comités ne fonctionnera pas. Si c'est de cette manière que vous agissez, vous n'aurez pas le temps de rencontrer votre congrégation et de connaître ses besoins physiques et émotionnels. En effet, vous finirez par la négliger. L'essentiel est de trouver un équilibre dans votre emploi du temps. Voici un exemple d'une se-

maine pastorale équilibrée de 45 heures. Cela n'inclut pas le temps passé dans les services de culte ni dans les activités qui suivent (conversations avec les membres d'église, repas en commun, etc.). Souvenez-vous que vous avez également besoin de consacrer du temps à votre culte personnel et à votre famille, en dehors du travail.

1. Prier pour l'Église : 5 à 7 heures par semaine.

Passez au moins une heure par jour dans la prière en faveur de l'Église. Par moments, vous pouvez choisir de passer la journée entière en prière et peut-être avoir des journées de jeûne périodiques. Tentez de rassembler le plus de personnes possible pour se joindre à vous dans la prière et le jeûne pour les membres et la communauté. À un certain moment, je réservais tous les lundis, et une heure les autres jours de la semaine à prier pour l'Église et pour la communauté que je servais. Durant les journées entières de ces sessions de prière, je prenais la liste des membres et je priais de manière individuelle pour chaque nom. Je passais un coup de fil à ceux que je pouvais joindre pour leur faire savoir que je priais pour eux et je leur demandais s'ils avaient un besoin particulier dans leur vie. Peu de temps après cette expérience, la fréquentation hebdomadaire de l'église a progressé et est passée de 40 à 500 personnes.

2. Préparation des sermons et enseignements : 12 à 15 heures par semaine.

Prévoyez au moins dix heures par semaine à la préparation du prochain sermon de la semaine. Passez trois heures supplémentaires à la lecture et à l'étude des futurs sermons. Réservez une heure par semaine à la préparation de l'école du Sabbat et une heure de plus pour votre réunion de prière hebdomadaire ou pour la préparation des petits groupes d'étude.



3. Formation des disciples : 5 à 10 heures par semaine.

Soyez conscient qu'il vous faut passer du temps dans la répartition des tâches et dans la formation des personnes chaque semaine. Pas de formations occasionnelles. Prévoyez une heure chaque semaine pour déjeuner ou pour organiser une réunion d'église avec les nouveaux ou les futurs dirigeants, dans le but de discuter pour bien répartir les rôles au sein de l'Église et avoir une idée de ce que chacun envisage de faire. Deux heures supplémentaires seront nécessaires pour échanger avec les dirigeants et les membres concernant les visions de chacun, pour obtenir leurs commentaires et parler de leur formation. Prévoyez trois heures par semaine pour les programmes de formation de vos dirigeants, amenez-les avec vous lors des visites et des études bibliques. Chaque visite et étude biblique devrait inclure des enseignements préparés qui feront du bien à tous ceux qui se sont engagés. Les deux heures restantes de ce planning seront utilisées pour les petits groupes, et elles serviront à donner l'exemple, à former et faire grandir spirituellement.

4. Direction / administration : 10 à 15 heures par semaine.

Focalisez-vous sur les qualités des dirigeants en consacrant au moins deux heures par semaine à la créativité pour améliorer en permanence le service, l'adoration et l'évangélisation. Passez une autre heure chaque semaine à envoyer des messages d'encouragement aux membres et aux dirigeants. Rappelez-leur combien leur contribution a de la valeur pour l'Église. Prévoyez le temps dont vous aurez besoin pour être à votre bureau, avec une marge pour tous les petits sujets inattendus qui se présentent. Le travail général de bureau (rapports à remplir, archivage, documents à signer) peut en moyenne durer une heure par semaine. Répondre aux courriels et passer des appels téléphoniques peut prendre environ deux heures. Deux

heures seront encore à prévoir pour programmer le service de culte et le bulletin d'information. Ensuite, il y a toutes les réunions : les réunions du personnel, les réunions des anciens, les comités d'église, les commissions scolaires, etc., ... Le but devrait être de ne pas faire durer ces réunions trop longtemps ; programmez deux heures par semaine pour les réunions et autant pour leur préparation. Une préparation et une programmation minutieuses vous aideront à ne pas vous disperser au cours de ces réunions. Chaque planning devrait inclure prière, service et entretien de la vision pour maintenir le cap et s'assurer de la présence de Dieu.

5. Divers : approximativement 5 heures par semaine.

Il y aura toujours des choses diverses qui prennent beaucoup trop de votre temps. Veillez à vous assurer qu'elles ne deviennent pas des « voleurs de temps. »⁸ Un appel téléphonique impromptu ou une visite au bureau non programmée et qui, selon vous, ne devrait durer que dix minutes peut s'étaler sur une heure si la personne avec laquelle vous discutez passe du coq à l'âne. De temps en temps, une « digression » peut s'avérer être un appel à l'aide et ne pas fixer de limite au temps peut être bénéfique à ce genre de rencontre. Mais il est important de faire la distinction entre le besoin authentique et l'habitude de « parler » sans s'arrêter.

Il m'arrive parfois d'aller sur des réseaux sociaux ou sur Internet pour vérifier quelque chose et de me rendre compte, quand je lève les yeux, que ça fait 50 minutes que j'y suis.

De plus, à l'occasion il y aura des exigences spécifiques qui prendront du temps et de l'énergie et qui ne feront pas partie de votre emploi du temps régulier : comme des rencontres sociales de l'église, des mariages, des funérailles et des situations diverses.

Conclusion

Cette dernière catégorie, comme tout le programme d'utilisation du temps ne représente qu'un guide. En réalité, un pasteur est appelé 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Mais il est toujours utile de prendre conscience de sa gestion du temps. Vous vous rendrez compte que les heures spécifiques que vous investissez dans chaque catégorie sont très importantes pour trouver l'équilibre. La gestion du temps devrait dépendre des priorités plutôt que d'un nombre d'heures déterminées. Souvenez-vous que mettre en œuvre une nouvelle stratégie est un processus. Vous ferez quelques erreurs et de temps en temps vous perdrez du temps. Gardez votre sens de l'humour et apprenez de vos erreurs.



1. D'après une enquête informelle menée en 2013, Thom Rainer fait remarquer que 87% des pasteurs à plein temps passent en moyenne 40 à 60 heures par semaine à travailler. « Combien d'heures travaille un pasteur chaque semaine ? » Blog de Thom Rainer, le 6 juillet 2013, consulté le 22 décembre 2014, thom-rainer.com/2013/07/06how-many-hours-does-a-pastor-work-each-week/.
2. R. Larry Moyer, « 5 Subtle Ways Satan Sneaks Into the Pulpit, » consulté le 22 décembre 2014, www.churchleaders.com/pastors/pastor-articles/158332-5-subtle-ways-satan-sneaks-into-the-pulpit.html#4.
3. Pour vous aider à définir vos priorités, voyez les « Time management quadrants » de Stephen Covey dans Enquête géologique aux États-Unis, « Time Management Grid, » 2, www.usgs.gov/humancapital/documents/TimeManagementGrid.pdf.
4. Jeff Galloway est le principal contributeur de la méthode du Run Walk Run. Référez-vous à Jeff Galloway Training, « Run Walk Run : It Began in 1974, » consulté le 22 décembre 2014, www.jeffgalloway.com/training/run-walk/.
5. Carson Tate, « Reignite Your Passion at Work in 5 simple Steps, » in Huffington Post, consulté le 22 décembre 2014, www.huffingtonpost.com/carson-tate/staying-motivated-at-work_b_2936551.html.
6. Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, vol. 2. Mountain View, CA: Pacific Press, 1870, p.529.
7. Victor Parachin, « Maintaining BALANCE in Ministry, » in *MinistersConnect*, consulté le 22 décembre 2014, ministers.ag.org/pdf/articles/BalanceinMinistry.pdf.
8. Pour obtenir plus d'exemples concernant les voleurs de temps et comment les affronter, voir William H. Willimon, « Time Robbers and How to Stop Them, » in *Ministry*, septembre 1980, www.ministrymagazine.org/archive/1980/09/time-robbers-and-how-to-stop-them; et Heather France, « Time Robbers and What to Do About Them, » in *ActionCoach*, consulté le 22 décembre 2014, www.actioncoach.com/Time-Robbers-and-What-to-do-About-Them?pressid=1292.



Ronald W. PIES est professeur de psychiatrie et maître de conférence en bioéthique et en sciences humaines à l'université médicale SUNY Upstate de Syracuse (État de New York). Il enseigne également la psychiatrie à la faculté de médecine de l'université Tufts, à Boston (Massachusetts).



Cynthia M. A. GEPPERT est professeure de psychiatrie et directrice du département d'éthique à la faculté de médecine de l'université du Nouveau Mexique. Elle est également chef du département de consultations psychiatriques et d'éthique, pour le système médical des anciens combattants du Nouveau Mexique, à Albuquerque, aux États-Unis.

Dépression clinique ou « soucis de la vie » ?

Savoir distinguer le chagrin de la dépression dans le cadre du soutien pastoral. ¹

En tant que psychiatres, nous connaissons trop bien la souffrance qui caractérise la dépression clinique. Mais en tant qu'experts en éthique et auteurs de matériel religieux et spirituel, nous sommes également préoccupés par la distinction essentielle qui existe entre la dépression et la simple tristesse. Nous croyons que cette question est d'une importance cruciale et qu'elle mérite d'être considérée par tous les pasteurs et par les conseillers. Comment faire la différence entre la tristesse (une émotion normale et passagère que les ecclésiastiques sont formés à gérer étant souvent les mieux placés pour le faire) et la dépression clinique qui exige souvent une intervention professionnelle pour un traitement psychologique ou, dans certains cas, psychiatrique ?

La phénoménologie biblique du chagrin

La distinction entre la dépression clinique et la simple tristesse semble être

vieille comme le monde. Dans le Psaume 38, le psalmiste se lamente de ses péchés. Il nous dit : « Il n'y a rien d'intact dans ma chair... Rien de sain dans mes os, à cause de mon péché... Mes plaies sont infectes et purulentes, à cause de ma folie, je suis courbé et prostré, tout le jour je marche dans la tristesse... Je gémiss à cause du trouble de mon cœur². » Les psychiatres d'aujourd'hui reconnaîtraient probablement dans cette description des symptômes cliniques d'une dépression chronique, tels que le ralentissement psychomoteur (« je suis courbé et prostré ») et une humeur profondément déprimée. Le psalmiste ressent également le dépérissement de son corps et une répugnance envers lui-même. Ces symptômes suggèrent davantage une dépression clinique qu'une simple tristesse qui, habituellement, n'affecte pas le sentiment de valeur personnelle.

Par contraste avec le Psaume 38, le même roi David, après la mort de son

cher ami Jonathan, est loin d'être « courbé et prostré ». Au contraire, après une courte période de jeûne et de pleurs rituels, David est inspiré à écrire un hymne funèbre particulièrement émouvant, connu sous le nom de « Chant de l'Arc » (2 S 1.17-27), qu'il adresse à son ami perdu. « Comment le puissant a-t-il pu tomber?... Ma peine pour toi est grande, mon frère Jonathan, car tu étais mon ami le plus cher » (traduction de l'auteur). Ici, on ne trouve aucune trace de la répugnance envers soi ou du dépérissement physique mentionnés dans le Psaume 38. Dans le deuil que vit David pour l'homme qui était « attaché à son âme » (1 S 18.1), nous entendons plutôt les accents plaintifs de la nostalgie. Notez également qu'en exprimant son chagrin, David se souvient des « bons moments » de la relation perdue (« Tu m'étais si cher »). Comme nous le verrons, la capacité de ramener des souvenirs positifs de la personne décédée est l'une des



marques caractéristiques d'un chagrin normal après un deuil, ce que l'on voit rarement en dépression clinique.

L'anatomie du deuil et de la dépression

Bien que la différence entre un chagrin normal et une dépression clinique soit parfois difficile à discerner, certaines caractéristiques expérimentales et « phénoménologiques » nous aident à distinguer ces deux états. Par exemple, lorsque nous ressentons un chagrin ou de la peine dans la vie de tous les jours, nous nous sentons généralement (ou du moins nous sommes capables de nous sentir) étroitement liés aux autres. Un deuil sain est dirigé vers l'extérieur, pour ramener les nombreux souvenirs de l'être aimé qu'on a perdu. Dans ce processus de commémoration, la compassion et la présence d'amis, de membres de la famille et d'ecclésiastiques aident souvent la personne affligée. Par des expériences partagées, la mémoire du défunt est « ranimée » et l'esprit de la personne endeuillée est « fortifié ».

Par contraste, lorsque nous faisons l'expérience d'une dépression chronique, nous nous sentons souvent rejetés et seuls. La tristesse, selon les termes de Martin Buber, est un « je-vous », une expérience relationnelle ; la dépression clinique, elle, est une préoccupation morbide du « moi ». En effet, William Styron décrit les personnes déprimées comme ayant « l'esprit tourné avec angoisse vers l'intérieur³. » La dépression chronique consume le moi et forme une forteresse que ni un ecclésiastique, ni un proche attentionné ne peuvent rompre sans aide clinique.

La perception subjective du temps diffère également, suivant qu'il s'agisse de chagrin ou de dépression. Lorsque nous éprouvons de la peine, dans la vie de tous les jours, nous avons le sentiment qu'un jour, cette peine se

terminera. Comme le dit le Psaume 30 : « Pleurer peut durer une nuit, mais la joie revient dès le matin » (v. 5, traduction de l'auteur). En revanche, la dépression sévère nous enveloppe de la sensation que cela ne finira jamais. Les travaux du D^r Nassir Ghaemi ont montré la distorsion temporelle, lors de dépression (le sentiment subjectif que le temps lui-même est ralenti).⁴ La tristesse a la capacité de receler de la joie en son sein, ou au moins de la consolation. En ce sens, la tristesse est dialectique : elle génère une « conversation » intérieure entre une possibilité d'espoir et une désolation sans espoir, surtout chez les personnes de foi, qui sont capables de voir le chagrin *sub specie aeternitatis*. Ainsi, quand Martin Luther fut confronté à la mort imminente de sa fille chérie, Magdalena, il aurait prononcé ces mots aux oreilles de la jeune fille, alors qu'elle était en train de mourir dans ses bras : « Lena chérie, ma petite fille, tu te relèveras et brilleras comme une étoile - oui, comme le soleil ! Je suis heureux dans mon esprit, mais dans ma chair, je suis très triste. »⁵

Plus encore, il y a une dimension intentionnelle dans la tristesse du deuil, qui est absente dans la dépression clinique. En réalité, nous sommes dépassés ou « envahis » par la dépression comme par une force extérieure à nous, alors que nous nous abandonnons à la tristesse. Dans son récit autobiographique

sur la dépression, Andrew Solomon fait un commentaire sur « le terrible sentiment d'invasion qui contribue à la situation critique de la personne dépressive. »⁶

Enfin, la dépression clinique semble écarter toute possibilité d'avancer dans la vie. Par contraste, bien que le deuil et le chagrin soient souvent profondément douloureux, ils procurent également des occasions de grandir spirituellement. Cette perspective est bien expliquée par le psychothérapeute et ancien moine Thomas Moore : « Le deuil détourne votre attention de la vie active et la concentre sur les choses qui comptent le plus. Lorsque vous passez par une période de deuil ou de douleur extrême, vous réfléchissez aux personnes qui comptent le plus pour vous, au lieu de penser à votre réussite personnelle ; au sens profond de votre vie, plutôt qu'aux gadgets distrayants et aux divertissements. »⁷

Le processus habituel de la douleur liée au deuil

Comme le D^r Katherine Shear l'a observé : « L'universalité du deuil est aussi incontestable que son unicité. Le deuil est une expérience que partage toute l'humanité. C'est une réponse instinctive que nous comprenons à un niveau intuitif. Nous nous attendons naturellement à ce que le deuil progresse au fil du temps, prenne de nouvelles formes et

“ *Le deuil n'est pas tant une expérience qu'un processus en mouvement, qui peut durer des années, voire même toute une vie.* ”



soit finalement intégré, lorsque nous faisons la paix avec la nouvelle et dure réalité. Et malgré tout, nous nous demandons souvent à quoi cette transformation va ressembler et combien de temps cela va prendre.»⁸

Bien sûr, il n'y a pas une seule « bonne » façon de vivre la douleur liée au deuil, ni un seul parcours prévisible. Comme l'expliquent les D^s Sidney Zisook et Shear, de nombreux facteurs sont en jeu : « L'intensité et la durée du deuil sont très variables, non seulement chez une même personne au fil du temps ou après plusieurs pertes, mais aussi chez différentes personnes aux prises avec des pertes apparemment similaires. L'intensité et la durée sont déterminées par des facteurs multiples, entre autres : la personnalité de base de l'individu, la forme d'attachement, la constitution génétique et les vulnérabilités spécifiques, l'âge et la santé, la spiritualité et l'identité culturelle, l'aide et les ressources, le nombre de pertes, [et] la nature de la relation.»⁹

Le sexe et la culture peuvent aussi façonner le visage du deuil. Ainsi, sans tomber dans les stéréotypes, dans notre culture occidentale les hommes doivent cacher des émotions que les femmes sont socialement « autorisées » à montrer. Malgré ces nombreuses variables, certaines constatations générales peuvent être faites concernant le cours habituel du deuil (parfois appelé le deuil « normal » ou « simple »). Dans les premiers jours et les semaines qui suivent le décès d'un être cher, la personne qui fait l'expérience du deuil souffre généralement de chagrin aigu. C'est souvent une période extrêmement douloureuse, au cours de laquelle la personne en deuil peut passer par de fréquents épisodes de pleurs, éprouver de la difficulté à dormir et à se concentrer, constater une diminution de l'appétit et un désir minimal de « vie en société », malgré une certaine réceptivité à la consolation d'amis et de membres de la famille, ce qui en général n'existe pas dans les cas de dépression. D'habitude, le deuil

se vit sous la forme de « vagues » ou d'« accès de douleur », plutôt que dans l'obscurité ininterrompue de la dépression. Souvent, les souvenirs agréables de la personne décédée se mêlent au chagrin.

Il n'est pas rare que la personne récemment endeuillée entende la voix ou aperçoive l'image de la personne décédée, généralement de manière fugitive.¹⁰ Les pasteurs peuvent souvent aider les médecins en santé mentale à reconnaître ces visions comme des manifestations attendues du chagrin aigu, plutôt que comme des symptômes de dépression psychotique.

De nombreux éléments du chagrin aigu peuvent être atténués par des rituels de deuil réconfortants, comme les sept jours de la *Shiv'ah*, dans la foi juive. À l'inverse, l'isolement social ou culturel peut intensifier la peine. Si le processus de deuil et de tristesse se déroule comme prévu, une transition subtile aura lieu, généralement au cours des premiers mois suivant la perte, à savoir l'émergence de l'intégration du deuil. Durant cette phase, la douleur de la perte vient s'entrelacer dans le tissu plus large de la vie de la personne en deuil. L'intégration du deuil implique une plus grande acceptation de la mort, un regain d'intérêt et d'engagement dans la vie, une prédominance d'émotions positives lorsqu'on se souvient du défunt, et une diminution des préoccupations et des pensées liées aux souvenirs de ce dernier.¹¹

Cela ne signifie pas que le fait d'avoir perdu un être cher puisse être « oublié » ou « laissé de côté ». La personne en deuil ne devrait pas non plus être incitée à « reprendre le dessus et passer à autre chose ». Le deuil n'est pas tant une expérience qu'un processus en mouvement, qui peut durer des années, voire même toute une vie. Les conseillers pastoraux et les aumôniers peuvent coopérer avec des spécialistes en santé mentale pour aider les personnes endeuillées à voir leur deuil comme une

sorte de relation transposée ou transformée avec la personne décédée, une relation qui peut durer de nombreuses années. C'est la raison pour laquelle les personnes qui vivent un deuil disent si souvent : « Il vit dans mes souvenirs », ce qui est un concept hautement spirituel. Pour certaines personnes, le deuil prolongé peut comporter des visites périodiques à la tombe de l'être cher, où elles peuvent lui « parler », ou une participation à des pratiques religieuses qui honorent celui ou celle qui est décédé(e) et sont une occasion de se souvenir de la personne.¹²

Le deuil n'est pas une « maladie » et ne requiert aucun traitement professionnel. Cependant, le processus de deuil peut parfois dérailler ou se compliquer d'une façon ou d'une autre. En effet, on applique souvent le terme « deuil compliqué » (DC) lorsque la transition du deuil aigu au deuil intégré est perturbée ou compromise. Les pasteurs devraient être capables de reconnaître le DC, car il peut signaler un arrêt de la progression et de l'intégration du deuil, ou laisser présager le développement d'une dépression majeure, les deux situations pouvant demander et bénéficier de traitement professionnel, avec un soutien spirituel continu. Bien qu'une discussion complète du DC dépasse le cadre de cet article, Shear et d'autres auteurs en ont décrit certains traits caractéristiques, parmi lesquels les points suivants :

- ➔ Difficulté prolongée à accepter la mort, s'étendant au-delà de six mois
- ➔ Nostalgie profonde et persistante de la personne décédée
- ➔ Colère et amertume (par exemple, sur les circonstances du décès)
- ➔ Pensées constantes tournées vers le défunt
- ➔ Évitement systématique de tout souvenir en rapport avec le défunt
- ➔ Sentiment d'inutilité de la vie et des relations humaines
- ➔ Facultés affaiblies¹³



Un portrait de la dépression majeure

Ceux qui souffrent de tristesse et ceux qui vivent une dépression sévère habitent deux mondes très différents, bien que les deux « univers » se croisent dans certains aspects de l'expérience vécue. Par exemple, tant la personne triste que celle qui est déprimée décrira sa tristesse et son sentiment de perte. Cependant, la personne sérieusement déprimée doit endurer un genre de souffrance à part, qui « tue l'âme », comme le décrit de façon éloquente l'écrivain William Styron : « La mort était maintenant une présence quotidienne, soufflant sur moi comme des rafales froides. Mystérieusement et par des moyens totalement étrangers à l'expérience normale, la bruine grisâtre de l'horreur provoquée par la dépression prend la forme d'une douleur physique... [Le] désespoir, dû aux mauvais tours joués au cerveau malade par la psyché qui l'habite, en vient à ressembler à l'inconfort diabolique d'être emprisonné dans une pièce cruellement surchauffée... [Ainsi] il est tout à fait naturel que la victime commence à penser sans cesse à l'absence... Dans la dépression, la foi en une délivrance, une restauration définitive, est absente. »¹⁴

Comme cette description l'indique, il existe des différences marquées entre l'expérience de la douleur du deuil et la dépression clinique. Par exemple, les pasteurs et les conseillers devraient savoir reconnaître que si la personne endeuillée a parfois un désir de mourir, il s'agit généralement de pensées de « retrouvailles » avec les êtres chers, pour trouver une consolation spirituelle. En revanche, l'humeur du patient sévèrement déprimé s'accompagne souvent de pensées ou de plans suicidaires, avec le sentiment qu'il ou elle « ne mérite pas » de vivre.

Ces idées ou ces plans suicidaires – surtout s'ils sont accompagnés d'expressions de dégoût de soi

et de culpabilité – représentent une véritable urgence de santé mentale, qui nécessite une orientation rapide vers des professionnels de ce domaine. Contrairement à la personne qui vit un deuil normal, la personne gravement déprimée est souvent trop centrée sur elle-même et trop isolée émotionnellement pour apprécier le réconfort des autres ou chercher et répondre au soutien pastoral. À l'inverse, la personne endeuillée maintient généralement un lien émotionnel puissant avec des amis, de la famille et, dans certains cas, avec l'Église, dont elle accepte souvent le soutien moral. À ce sujet, le psychologue Kay R. Jamison a observé que « la capacité à se laisser réconforter est une distinction significative entre le chagrin et la dépression. »¹⁵

Parfois, les amis, la famille ou les spécialistes inexpérimentés peuvent confondre la simple tristesse avec la dépression grave. Mais, le plus souvent, des signes de dépression grave sont faussement classés comme « normaux », simplement parce qu'ils apparaissent peu de temps après la mort d'un être cher. Cette perception erronée prend parfois la forme de ce que l'un de nous (Ronald Pies) a appelé « l'erreur de l'empathie disparue » – la notion incorrecte que si nous pouvons comprendre comment quelqu'un en est venu à être déprimé, nous avons établi que l'humeur de la personne est normale.¹⁶

Les conseillers spirituels ou laïcs, pour qui l'écoute, la compassion et l'acceptation sont des vertus d'habitude et de tempérament, peuvent être particulièrement vulnérables à cette « normalisation » bien intentionnée mais inopportune. Dans la tradition judéo-chrétienne, les personnes qui vivent un deuil ont un statut spécial de respect et de récusation de responsabilités, qui est souvent ritualisé. Les pasteurs ainsi que les thérapeutes, peuvent trouver gênant d'admettre que la personne vivant un deuil est « déprimée ». Mais en

agissant ainsi, ils peuvent contribuer à réduire la « honte » du diagnostic, ce qui empêche souvent les personnes croyantes de demander un traitement en santé mentale.

Parce que le chagrin et la dépression sont des conditions différentes, il en résulte que les deux peuvent coexister, en particulier après le deuil, et peuvent bénéficier davantage de la collaboration des pasteurs et des spécialistes de la santé mentale, en termes de soins. Le deuil, loin d'« immuniser » la personne contre la dépression majeure, est en fait un déclencheur commun de la maladie mentale.¹⁷ Pour les aumôniers et les pasteurs conseillers, cela rend d'autant plus important le fait de reconnaître et de répondre à la dépression grave de façon appropriée.

Les croyants ont souvent beaucoup plus confiance en leur pasteur qu'en un clinicien ; et en fait, un prêtre comme un pasteur ou un rabbin peut être la seule personne en mesure de persuader les personnes endeuillées de chercher de l'aide pour leur santé mentale. Si la dépression majeure est suspectée, l'orientation vers un professionnel de la santé mentale est justifiée.

Dans les cas les plus légers, le traitement par psychothérapie est souvent suffisant. Dans le cas de graves épisodes de dépression, la médication peut être nécessaire. Cependant, même après consultation d'un professionnel, le soutien pastoral est toujours favorable, en particulier pour la résolution du deuil et le soutien spirituel des personnes endeuillées. Avec le consentement du patient, nous encourageons les pasteurs et les thérapeutes en santé mentale à travailler en collaboration au service de la guérison holistique, en traitant les dimensions mentales, physiques et spirituelles de la personne.

Certaines des principales différences entre le chagrin et la dépression majeure sont résumées dans le tableau suivant.



	PROCESSUS DE DEUIL	DÉPRESSION MAJEURE (psychiatrie)
Définition / concept	Éventail de pensées, de sentiments et comportements en réponse à la mort d'un être cher, d'un ami proche ou d'un membre de la famille; ou à tout autre décès important. Après cette perte, le deuil s'accompagne souvent de rituels fondés sur la culture.	Maladie psychiatrique marquée par la détresse et la souffrance. Les fonctions normales sont altérées de façon significative. Les formes psychiatriques les plus graves sont la dépression majeure « mélancolique » et psychotique
Humeur, émotions et sensations caractéristiques	Sous sa forme la plus aigüe : sens profond de la perte de quelqu'un, tristesse intense, nostalgie envers le défunt; tendance à pleurer constamment; sentiment de « vide douloureux » au début du processus de deuil. L'angoisse, la colère, l'anxiété, et la solitude sont parfois présents, surtout au cours de la période qui suit immédiatement le décès.	En général : sens profond et généralisé d'abattement, désespoir, impuissance, tristesse, nihilisme, « temps arrêté ». Diminution notable du plaisir pour presque toutes les activités.
Variations d'humeur et d'émotions	Changements au fil des heures et des jours; la tristesse, la nostalgie, les pleurs, viennent souvent sous formes de « vagues » ou d'« accès aigus », en réponse (interne ou externe) aux souvenirs de la personne décédée. C'est généralement entrecoupé de périodes d'émotions positives, d'heureux souvenirs du défunt. La personne qui vit le deuil est généralement « consolable » par des amis et la famille.	Très peu de changements au fil des jours; diminution ou absence de sentiments positifs (l'incapacité à éprouver des émotions positives est une caractéristique de la dépression majeure); humeur dépressive marquée la plupart des jours de la semaine, pour > 2 semaines. Rarement consolable par des amis et la famille.
Sommeil, appétit	La personne qui fait face au deuil peut avoir de la difficulté à trouver le sommeil, car des pensées concernant la personne décédée lui viennent à l'esprit, (par exemple, si le lit avait été partagé avec le défunt, ou en repensant aux aspects troublants du décès). Il arrive que la personne se réveille durant la nuit, mais la physiologie du sommeil est habituellement normale. L'appétit et l'horaire habituel des repas peuvent être perturbés par l'émotivité accrue liée à des souvenirs de la personne décédée. La perte de poids est généralement minime.	Se réveiller très tôt le matin (par exemple, à 4h) est un constat classique. (Dans de rares cas : sommeil excessif/hypersomnie). Perte d'appétit qui mène souvent à une perte de poids significative. (Dans de rares cas : prise de poids, lors de dépression « inhabituelle »). Anorexie souvent sévère, avec une perte de poids importante (> 4kg).
Énergie, changement psychomoteur	Des émotions intenses peuvent perturber le sommeil et interrompre le rythme habituel de la vie quotidienne de la personne endeuillée. Dans certaines cultures, certaines expressions dramatiques du deuil sont semblables à une agitation psychomotrice, mais sont plutôt des rituels.	Il y a souvent un ralentissement marqué des facultés mentales et une diminution d'énergie; activité motrice nettement accrue ou diminuée (par exemple, le volume et l'intonation de la voix sont très faibles; agitation marquée, le fait de se tordre les mains, d'entortiller ses cheveux, etc.).
Perception de la réalité	Celui qui vit un deuil récent peut momentanément avoir l'air « perdu » ou confus; il peut brièvement entendre la voix ou voir une image de la personne décédée; mais il est en contact avec d'autres aspects de la réalité (non délirante).	La dépression sévère avec psychose peut mener à des délires de désintégration corporelle, le fait de « pourrir », d'être « puni par Dieu »; la personne peut vivre des hallucinations auditives dénigrantes.
Image de soi	L'estime de soi est largement préservée, même s'il y a souvent des sentiments de confusion d'identité et/ou de rôle; la culpabilité et les remords sont courant, mais généralement éphémères et axés sur la personne décédée (par exemple, « Si seulement j'avais dit ou fait ceci, cela... »).	Dégoût de soi, un sentiment d'inutilité, d'être une personne « impardonnable » ou un « terrible pécheur »; profonde culpabilité corrosive sans raison évidente.



	PROCESSUS DE DEUIL	DÉPRESSION MAJEURE (psychiatrie)
Idées sombres se rapportant à la mort	Il y a parfois le sentiment de ne pas vouloir vivre sans le défunt, ou des fantasmes sur le fait de vouloir se « retrouver » avec ce dernier; cela se passe habituellement sans plan ou intention suicidaire.	Les idées et intentions suicidaires sont fréquentes; la personne peut penser : « Je ne mérite pas de vivre. »
Fonction sociale professionnelle	Au début, lors du processus de deuil, il peut être difficile de socialiser, bien que la personne désire et apprécie tout de même la compagnie d'amis et de la famille. Des sentiments de déconnexion des autres peuvent aussi avoir lieu, mais les liens affectifs profonds sont habituellement préservés. L'activité professionnelle est normalement maintenue, mais la personne est souvent distraite au travail et préoccupée par la perte de l'être cher.	L'isolement de toute activité sociale est souvent profond; la personne se sent profondément aliénée des autres; elle peut s'isoler dans sa chambre, refuser toute visite. L'activité professionnelle est généralement compromise de manière significative, souvent avec beaucoup de journées d'absence du travail.
Parcours / Résultat	En règle générale, la douleur intense évolue au fil du temps, même si la progression est erratique; il n'y a pas de durée « fixe » pour le deuil douloureux. L'intégration du deuil dure souvent toute la vie, mais la douleur est transformée, de telle sorte que la personne endeuillée est en mesure de renouer avec la vie, avec l'acceptation « mitigée » du décès.	Durée variable, souvent de nombreux mois, voire des années, si la personne n'est pas adéquatement traitée. Le suicide est l'issue dans environ 4 % des cas de dépression majeure.
Traitement	Le soutien, l'orientation et l'éducation peuvent être utiles, mais le deuil n'est pas un trouble mental et n'a pas besoin de « traitement » professionnel.	Un traitement professionnel est souvent nécessaire, soit par psychothérapie, soit avec des médicaments, ou les deux.

Conclusion

Le deuil et la dépression majeure occupent des places différentes dans l'expérience humaine, même s'ils ont certaines particularités communes (comme la tristesse, les pleurs, l'insomnie, etc.) et peuvent coexister au sein d'une même personne. Cette coexistence peut compliquer le diagnostic et le traitement, en particulier si le conseiller ou le clinicien n'est pas familier avec les différences substantielles entre le chagrin et la dépression. Au cours de la période de deuil post-intense, ces discriminations sont particulièrement importantes parce qu'elles ont un effet direct sur les dispositions à prendre et sur le traitement. En conseillant la personne récemment endeuillée, le conseiller pastoral, en

tant que professionnel de la guérison, devrait reconnaître et répondre aux signes avant-coureurs d'un épisode dépressif majeur, qui demande un traitement professionnel.



1. Les auteurs souhaitent remercier Dr Robert Daly, Dr Sidney Zisook, et Dr M. Katherine Shear pour leurs références ou commentaires utiles à cet article.
2. Sauf indication contraire, tous les textes bibliques cités dans cet article sont tirés de la Nouvelle Bible Segond.
3. William Styron, *Darkness Visible: A Memoir of Madness*. New York: Vintage, 1992, p. 47.
4. S. Nassir Ghaemi, "Feeling and Time: The Phenomenology of Mood Disorders, Depressive Realism, and Existential Psychotherapy," in *Schizophrenia Bulletin* 33 (2007), p. 122-130.
5. Murat Halstead, *Story of Opportunity or Character Building*. Whitefish, MT: Kessinger Publishing, 2003, p. 582.
6. Andrew Solomon, *The Noonday Demon: An Atlas of Depression*. New York: Touchstone, 2002, p. 293.

7. Thomas Moore, *Dark Nights of the Soul: A Guide to Finding Your Way Through Life's Ordeals*. New York: Gotham, 2005, p. 211.
8. Katherine Shear, "Complicated Grief: Reframing the Way We Think About Love and Loss," in *Pacific Standard*, 16 juin 2014, www.psmag.com/navigation/health-and-behavior/complicated-grief-reframing-way-think-love-loss-83511/.
9. Sidney Zisook et Katherine Shear, "Grief and Bereavement: What Psychiatrists Need to Know," in *World Psychiatry* 8, no. 2 (Juin 2009), p. 67-74.
10. Ibid.
11. Ibid.
12. Ibid.
13. M. Katherine Shear, Angela Ghesquiere, and Kim Glickman, "Bereavement and Complicated Grief," in *Current Psychiatry Reports* 15, no. 11 (Novembre 2013), p. 406.
14. Styron, *Darkness Visible*, p. 50.
15. Kay Redfield Jamison, *Nothing Was the Same: A Memoir*. New York: Knopf Doubleday, 2009, p. 178.
16. Kristy Lamb, Ronald Pies, and Sidney Zisook, "The Bereavement Exclusion for the Diagnosis of Major Depression: To Be, or Not to Be," in *Psychiatry (Edgmont)* 7, no. 7 (Juillet 2010), p. 19-25.
17. Sidney Zisook, Ronald Pies, and Alana Iglewicz, "Grief, Depression, and the DSM-5," in *Journal of Psychiatric Practice* 19, no. 5 (Septembre 2013), p. 386-396.

Que pensez-vous de cet article ? Écrivez à bernard.sauvagnat@adventiste.org ou visitez www.facebook.com/MinistryMagazine.

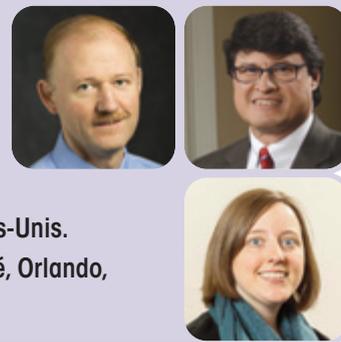


Curtis J. VANDERWAAL, Andrea OPEL et Edwin J. HERNANDEZ

Curtis J. VANDERWAAL, PhD, est doyen et professeur à la faculté de Sciences sociales de l'université Andrews et directeur du Centre de recherche d'impact social à l'Institut de prévention des addictions, Berrien Springs, Michigan, États-Unis

Andrea OPEL, MSW, est assistante sociale pour enfant et adolescent à Elkhart, Indiana, États-Unis.

Edwin J. HERNANDEZ, PhD, est proviseur de l'université adventiste des Sciences de la santé, Orlando, Floride, États-Unis.



Des pasteurs sentinelles

L'Église locale face aux problèmes de santé mentale et de toxicomanie.

La vocation pastorale consiste à s'occuper des besoins spirituels de la congrégation et de la communauté. Cependant, comme nombre de pasteurs le savent bien, le ministère pastoral est une tâche complexe à multiples facettes. Par exemple, l'un des chapeaux que portent fréquemment les pasteurs est celui de conseiller pastoral. Bien que les pasteurs aient traditionnellement offert support et cure d'âme à leurs paroissiens, ils passent davantage de temps à conseiller leurs paroissiens comme les gens de la population. Une étude a indiqué que le temps passé par les pasteurs en conseil pastoral équivaut à celui que passent les thérapeutes matrimoniaux et familiaux en sessions privées.¹ La même étude a montré que les pasteurs rencontrent des gens et des familles en proie à des problèmes de santé mentale et/ou d'addiction plus fréquemment que dans le passé. Cela indique que les besoins des églises locales et de la population plus générale sont probablement en évolution. Le rôle du pasteur varie proportionnellement à ces modifications.

Besoins non satisfaits

Les problèmes de santé mentale et d'addictions deviennent de plus en plus communs et répandus. Les États-Unis comptent le plus fort pourcentage de problèmes de santé mentale et de désordres en relation avec l'abus de substances parmi les pays développés.² Nombre de ceux qui luttent avec un problème de santé mentale font simultanément face à l'abus de drogue ou à la dépendance. Malheureusement, la plupart d'entre eux ne suivent aucun traitement. L'Administration des Services de Santé Men-

tale et de Dépendance (SAMHSA) rapporte qu'en 2010, seulement 11,2% des individus ayant un problème de santé mentale ou d'addiction ont été traités.³ Les autres n'avaient pas cherché de traitement, n'avaient pas d'assurance médicale ni d'assistance pour payer les honoraires ou craignaient la stigmatisation. Le pourcentage des malades mentaux qui n'ont reçu aucun traitement est encore plus élevé parmi les minorités ethniques⁴.

Ce n'est donc pas par simple coïncidence que les problèmes de santé mentale et d'abus de substances augmentent en quantité, et que le temps passé par les pasteurs à s'occuper de ces besoins augmente proportionnellement. Même si beaucoup ne cherchent pas à se faire soigner, ceux qui sont en quête de traitement, le plus souvent, contactent leurs pasteurs. En fait, les pasteurs peuvent être consultés plus souvent que les psychiatres ou les médecins généralistes; et plus de la moitié de ceux qui cherchent l'aide des pasteurs ne consultent pas d'autres spécialistes⁵.

Un coup d'œil rapide sur les activités hebdomadaires des pasteurs pourrait probablement illustrer la manière dont les soins pastoraux et l'assistance tiennent des rôles clés dans leur ministère, et à juste titre. Les pasteurs sont souvent regardés, même par des incroyants qui ne sont pas membres de leurs congrégations, comme dignes de confiance et comme des aides soucieux. Les pasteurs ont la capacité d'établir des relations valables et durables avec des gens et des familles ce qui renforce la confiance. À la longue, ces relations permettent aux pasteurs et responsables spirituels de remar-

quer des changements ou la détresse dans la vie de leurs paroissiens et de leur offrir de l'aide. Les pasteurs sont également plus accessibles. Comme nous l'avons dit, beaucoup de malades mentaux ne cherchent pas à se faire soigner en raison du coût et des stigmates qui découlent du traitement. Cependant, avoir recours à l'aide d'un pasteur est habituellement gratuit, plus agréable et fait courir beaucoup moins de risques.

Un sondage et ses résultats

Les expériences des pasteurs s'occupant de ceux qui ont des problèmes de santé mentale et les données de recherches antérieures soulignent les relations entre pasteurs/responsables spirituels et les professionnels de santé mentale. Un sondage par courriel patronné par DeVos Family Foundation et conduite par le Center for Community Impact Research de l'université Andrews s'est focalisé sur ces questions. 215 pasteurs et responsables d'église de plus de 50 dénominations dans le Comté de Kent, dans l'état du Michigan, y ont répondu. L'enquête a interrogé ces pasteurs sur leur niveau de connaissance des problèmes de santé mentale. Ils devaient estimer la fréquence à laquelle ils avaient rencontré des membres d'église en lutte avec des problèmes de santé mentale (ou des défis liés à l'usage de substances) et à leurs souhaits d'être orientés, ou non, vers des professionnels. L'enquête les amenait aussi à estimer le nombre de malades qu'ils avaient dirigés vers des centres de santé mentale.

Ce qui suit est un résumé des résultats de cette enquête et des implications de ces découvertes sur le rôle des pasteurs dans l'administration des soins de santé mentale.

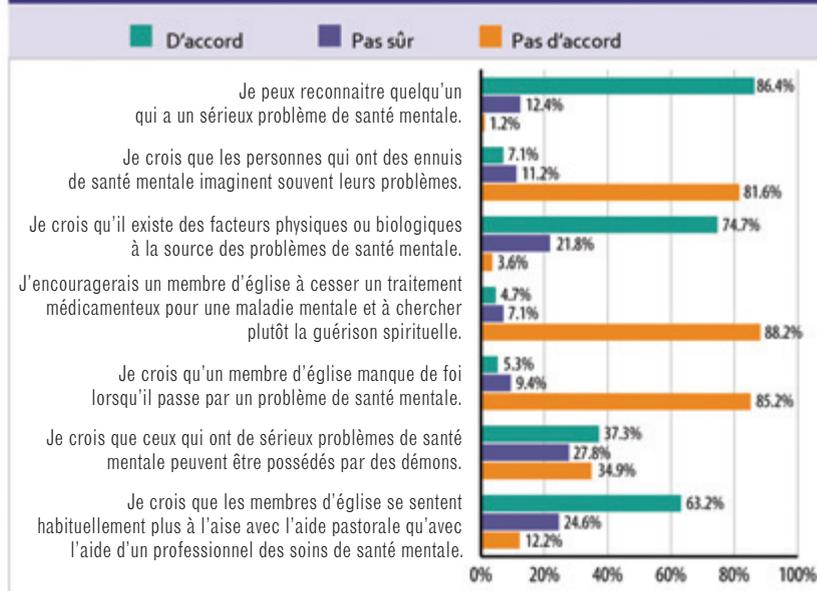


Les 215 pasteurs qui ont répondu à l'enquête par courriel sont des hommes, en majorité (88%), âgés de plus de 50 ans (59%), d'un niveau de formation élevé (72% sont détenteurs d'une maîtrise ou plus), ont de l'expérience (75% ont 11 ans ou plus de ministère). L'appartenance ethnique des pasteurs a reflété, *grosso modo*, la population du comté (67% caucasiens, 16% hispaniques/latinos et 12% afro-américains). Les dénominations représentées ont aussi reflété la population du Comté. Il y a eu davantage de pasteurs (35%) de tradition réformée. Les autres qui ont répondu étaient évangéliques, pentecôtistes ou charismatiques, catholiques ou orthodoxes et de diverses autres traditions chrétiennes comme le protestantisme classique.

Degré de compréhension des pasteurs des problèmes de santé mentale

La figure 1 montre comment les pasteurs comprennent les causes et les défis des problèmes de santé mentale. Une grande majorité (86,4%) croit pouvoir identifier une sérieuse crise de santé mentale. Presque deux tiers (63,2%) comprennent que souvent les membres d'église préfèrent l'aide et le soutien d'un pasteur à celui des professionnels de santé mentale. La plupart des pasteurs (74,7%) sont favorables à une explication biologique ou physique pour une maladie mentale grave. Ainsi donc, ils sont favorables à l'usage de médicament et ne pensent pas que les membres d'église imaginent leurs symptômes (81,6%) et manquent de foi (85,2%). Cette reconnaissance se traduit souvent par une orientation vers un professionnel de santé mentale quand le problème devient grave. Cependant plus d'un tiers des pasteurs (37,3%) croient que les gens qui font face à de sérieux problèmes de santé mentale pourraient être possédés par des démons. Bien que la formulation de cette question soit quelque peu ambiguë, elle souligne un domaine où une formation et des études supplémentaires pourraient être utiles pour comprendre à la fois les causes des symptômes de maladies mentales sévères et la possession démoniaque.

Figure 1 : Manières des pasteurs de comprendre des problèmes de santé mentale



Les cas de troubles mentaux et d'addiction rencontrés par les pasteurs

Les pasteurs témoignent qu'ils rencontrent souvent de sérieux cas de problèmes de santé mentale et d'abus de drogue. Chaque semaine, les pasteurs sont en général confrontés à des problèmes matrimoniaux et familiaux (42,7%), à des problèmes de santé mentale (31,4%) et à des problèmes liés à l'usage de drogue (26,5%). Des cas de violence (9,3%) ou d'abus sexuel (3,5%) sont moins fréquemment évoqués, mais ces défis sont le plus souvent intenses et ont un impact important sur la famille ou la communauté ; ils peuvent aussi susciter d'autres problèmes de santé mentale. De plus, la prévalence d'abus de drogue et de violence est plus élevée dans des sociétés multiethniques le plus souvent confrontées à de grands défis économiques.

Le sondage a aussi demandé à ceux qui ont répondu de dire le nombre de cas qu'ils ont orientés vers un professionnel de santé mentale ou d'addiction au cours des six derniers mois. Le tableau 2 montre que presque la moitié (47%) de ceux qui ont répondu disent avoir orienté un à cinq cas de santé mentale au cours des six mois écoulés, et 7% répondent qu'ils ont orienté 6 personnes ou plus à un centre local de santé mentale. 40% rapportent avoir orienté 1 à 5 personnes pour abus de substances

ou traitement de toxicomanie, 8% disent avoir orienté entre 6 et 10 personnes et 3% disent avoir orienté 11 cas ou plus ces six derniers mois.

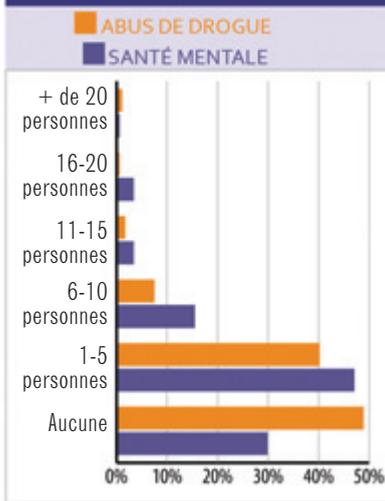
Choix de référence des pasteurs pour les problèmes de santé mentale.

Comme le montre le tableau 3, lorsqu'on leur a demandé comment ils s'y prendraient dans le cas d'un membre d'église atteint d'un sérieux problème de santé mentale, la presque totalité des pasteurs (94%) a répondu que vraisemblablement ils l'auraient orienté vers un professionnel en santé mentale. Environ deux tiers des pasteurs interrogés disent qu'ils l'orienteraient vers un médecin généraliste dont moins de la moitié l'auraient envoyé vers un service d'urgences. La variété de ces réponses combinée à un tiers des pasteurs qui ont répondu « pas sûr », montre que les pasteurs semblent souhaiter examiner le problème avant de décider vers qui orienter leurs membres d'église. Très peu des pasteurs ont dit qu'ils ne proposeraient que la prière et des conseils spirituels seulement, ce qui indique que la plupart des pasteurs ont compris les limites des solutions spirituelles face à de sérieux problèmes physiques et mentaux.

Cependant, décider quelle situation nécessite une orientation dépend beaucoup de l'aisance du pasteur dans la gestion de



Figure 2 : Fréquence de référence à un conseiller pour abus de la drogue ou santé mentale.



la situation. Entre 80 et 90% des pasteurs sont favorables à l'orientation des cas qui, selon eux, sont plus graves dans leur nature, comme la dépression, les crises nerveuses, la violence domestique, les abus sexuels et l'addiction à l'alcool/à la drogue. Ils ont reconnu que ces situations sont souvent en dehors de leur domaine de formation et d'expertise ; ils sont ainsi disposés à orienter leurs membres d'église vers des professionnels de santé mentale pour une aide complémentaire. La volonté d'orienter est tombée à 50% lorsqu'il s'agit de problèmes liés à l'anxiété, aux relations conjugales, à la

colère, au soin des enfants, et à l'ajustement aux difficultés de la vie. Une telle réduction semble refléter ce que les pasteurs pourraient considérer comme des problèmes moins graves qu'ils peuvent aborder sans assistance extérieure. Les situations envisagées comme moins graves, comme le racisme ou la discrimination, les difficultés financières ou les problèmes au travail, sont moins susceptibles d'une orientation vers un conseiller (moins d'un tiers), reflétant encore en toute probabilité, l'impression des pasteurs de pouvoir conseiller ces gens avec une certaine aisance.

Les pasteurs qui ont participé à l'enquête ont confessé avoir rencontré des problèmes de santé mentale et d'addiction qui dépassent leur capacité et leur niveau de formation. Par exemple, il se peut qu'ils n'aient pas été adéquatement formés à identifier les symptômes de problèmes de santé mentale, d'addiction et d'abus. Les pasteurs ont rarement l'occasion de bénéficier d'une formation intense sur les conseils et méthodes de traitement qui pourraient être les plus efficaces dans ces situations.

Perceptions des professionnels de santé mentale par les pasteurs

Selon les données du tableau 4, la grande majorité des pasteurs (91,3%) ont exprimé la volonté de consulter et même de collaborer avec des professionnels de santé mentale (95,4% auraient orienté vers un professionnel de santé

mentale si c'est nécessaire), à la fois dans et en dehors de leur église. La plupart (87,7% ont la volonté de permettre à des professionnels de santé mentale de présenter des séminaires ou de chapeauter des groupes de soutien (81,7%) dans leur église. Plus de deux tiers (68,2%) ont la volonté de collaborer avec des projets de service au sein de la société, et la moi-

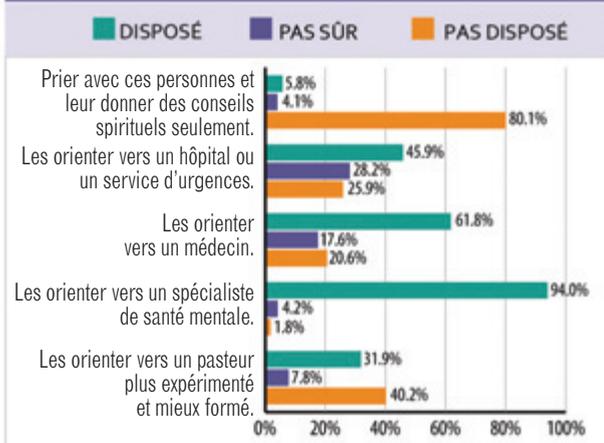
tié (51,4%) sont même prêts à permettre à un professionnel de santé mentale d'avoir un bureau dans leurs églises. Ces découvertes montrent que les pasteurs sont généralement disposés à travailler avec les professionnels et reconnaissent la valeur de leur expertise. Les résultats du sondage ont aussi montré que l'appartenance ethnique et la tradition religieuse jouent des rôles importants dans les décisions d'orientation de certains pasteurs (pas de tableau). Alors que la plupart des pasteurs caucasiens (82,8%) ne ressentent pas la nécessité de renvoyer vers un professionnel de leur ethnie, environ la moitié des pasteurs hispaniques/latins et afro-américains préfèrent cette option. Les pasteurs afro-américains et hispaniques/latins plus que les pasteurs caucasiens préférèrent aussi un professionnel appartenant à leur dénomination. De plus, une très vaste majorité de pasteurs évangéliques, réformées et pentecôtistes ou charismatiques sentent qu'il est important d'orienter vers un professionnel de santé mentale chrétien. Cet aspect est substantiellement moins important pour les pasteurs des églises dominantes : protestantes, catholique et orthodoxe. L'importance de la préférence ethnique et religieuse d'un spécialiste pour un traitement professionnel reflète, pour ces groupes, l'importance de la compétence culturelle dans les soins de santé mentale.

Appel à la créativité dans le ministère

Les défis de la santé mentale et de l'addiction constituent une réalité croissante qui exige des pasteurs des réponses créatives. Les pasteurs qui ont participé à ce sondage estiment qu'aborder les problèmes de santé mentale et d'abus de drogue fait partie de leur ministère. La plupart d'entre eux ont une compréhension de base des causes, symptômes et traitements appropriés. La fréquence et l'étendue des défis rencontrés par les pasteurs constituent des indicateurs de la valeur et de la confiance que les paroissiens placent en leurs pasteurs pour les aider. Les pasteurs ont une présence importante dans la société et dans la vie des membres ; une présence qui embrasse bien plus que la direction spirituelle.

En raison du rôle unique que jouent les pasteurs dans une congrégation, ils ont des

Figure 3 : Si un de vos membres d'église ou une de vos connaissances venait à être confronté à un sérieux problème de santé mentale, seriez-vous disposés à faire ce qui suit :



occasions importantes d'aider face aux problèmes de santé mentale et d'abus de drogue non accessibles à d'autres professionnels. Par exemple, les pasteurs fournissent à titre gratuit un temps de conseils, en toute sécurité, plus accessible pour beaucoup que les services professionnels. Les pasteurs occupent aussi une position permettant de diminuer les stigmates et discriminations qui entourent les questions de santé mentale et d'addiction. De plus, ils peuvent créer un environnement de confort permettant aux individus et aux familles de partager leurs luttes et leurs victoires vers une guérison possible grâce au traitement professionnel aussi bien qu'à la prière et à l'aide spirituelle.

Un appel en faveur de relations et de collaborations

Les résultats de ce sondage affirment aussi la nécessité croissante de relations plus étroites entre les pasteurs et les professionnels de santé mentale. La plupart des pasteurs interrogés ont reconnu que les questions de santé mentale et d'addiction qu'ils rencontrent plongent leurs racines dans des causes qui vont au-delà des problèmes de foi et de spiritualité. Ils ont aussi montré la volonté d'orienter leurs membres d'église vers un professionnel, en particulier pour des cas comme la dépression, l'anxiété,

les abus sexuels, la violence ou un épuisement nerveux. La volonté des pasteurs d'être en lien avec des professionnels de santé mentale par des orientations et d'autres collaborations reflète une ouverture grandissante. Parce que trop souvent les pasteurs ne reçoivent pas le niveau de formation nécessaire à aider de manière appropriée, les professionnels de santé mentale et d'addiction, particulièrement ceux qui sont chrétiens, peuvent être des ressources importantes pour les églises.

Une relation plus étroite entre pasteurs et professionnels de santé mentale fortifiera la mission des deux côtés. Par exemple, pasteurs et professionnels de santé mentale pourraient collaborer en matière de formation pour améliorer le traitement et le diagnostic des problèmes spirituels et de santé mentale à la fois. Cette collaboration pourrait aussi renforcer la compétence culturelle dans les deux domaines lorsqu'on a affaire à différents groupes ethniques et à diverses traditions religieuses. Plusieurs pasteurs jugent aussi opportun de développer un réseau de spécialistes chrétiens dignes de confiance aux fins d'orientation et de conseils pour décider du traitement approprié. De plus, les pasteurs peuvent demander à des professionnels de santé mentale et d'addiction de présenter des séminaires, de superviser un groupe de soutien ou de

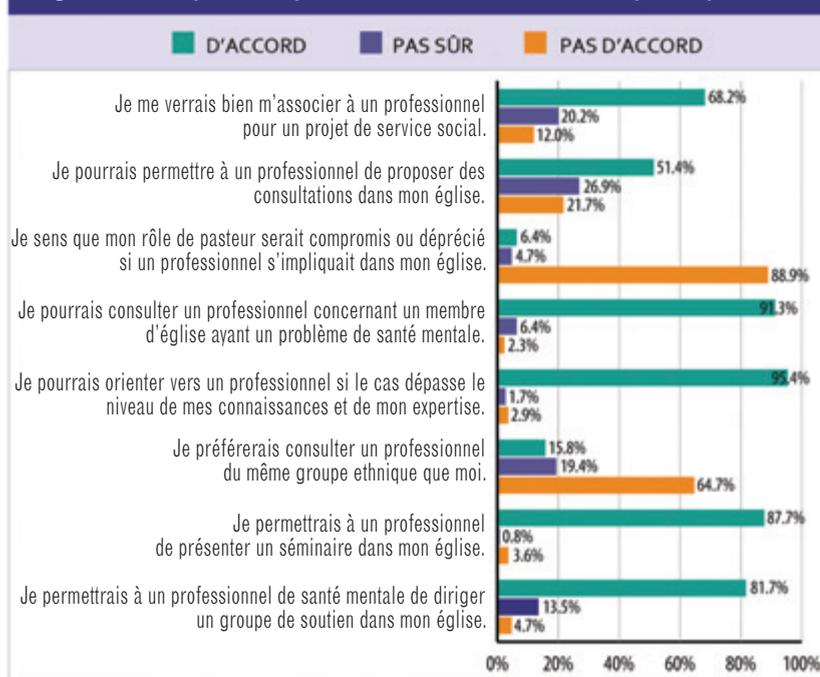
conduire des dépistages dans leurs églises. De même, les églises locales peuvent former des partenariats pour servir la population en invitant des professionnels de santé mentale à offrir des consultations de santé mentale dans leur bâtiment ou à se joindre à un de leurs services sociaux. Enfin, certaines églises pourraient fournir à leurs membres un conseiller chrétien à domicile soit à temps partiel, soit à plein-temps, ou leur offrir l'aide financière pour faire face aux coûts du traitement de leur maladie mentale et de leur addiction.

Conclusion

Les problèmes de santé mentale, de dépendance, de conflits familiaux et relationnels, et des abus font malheureusement partie de notre expérience d'humains vivant en société. Les pasteurs ont un vrai rôle à jouer face aux défis des problèmes de santé mentale et des addictions. En outre, la fréquence avec laquelle les pasteurs rencontrent de tels défis prouve le lien profond entre les besoins spirituels et les besoins de santé mentale. Un fervent appel résonne aux oreilles des pasteurs et de l'ensemble des professionnels de santé mentale pour travailler comme des partenaires chargés de la même mission plutôt que comme deux domaines séparés. Que tous joignent leurs talents à l'œuvre de Dieu qui apporte plénitude et guérison à ceux qui en ont besoin.



Figure 4 : Perception des professionnels de santé mentale par les pasteurs



1. Michelle Thomas, "The Interprofessional Collaborative Practice: Clergy and Mental Health Professionals," in *Pastoral Psychology*, 61. 1 (Fevrier 2012), p. 99-112, doi:10.1007/s11089-011-0408-x.

2. WHO World Mental Health Survey Consortium, "Prevalence, Severity, and Unmet Need for Treatment of Mental Disorders in the World Health Organization," in *American Medical Association* 291. 21 (2004): p. 2581-2590.

3. Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), *Results from the 2010 National Survey on Drug Use and Health*. Rockville, MD: Department of Health and Human Services, Office of Applied Studies, 2010, <http://www.oas.samhsa.gov/nsduhLatest.htm>.

4. Harold Neighbors et al., "Race, Ethnicity, and the Use of Services for Mental Disorders: Results from the National Survey of American Life," in *Archives of General Psychiatry* 64. 4 (Avril 2007), p.485-494, doi:10.1001/archpsyc.64.4.485.

5. Philip S. Wang, Patricia A. Berglund, and Ronald C. Kessler, "Patterns and Correlates of Contacting Clergy for Mental Disorders in the United States," in *Health Services Research* 38. 2 (Avril 2003), p.647-673, doi:10.1111/1475-6773.00138.

Gerhard PFANDL, PhD, retraité, a été directeur adjoint de l'Institut de recherche biblique à Silver Spring, Maryland, aux États-Unis.



La contribution d'Ellen G. White à l'Église adventiste du septième jour

La contribution d'Ellen White à l'Église adventiste du septième jour a été très précieuse dans de nombreux domaines et dans toute l'histoire de l'Église, mais particulièrement pendant les premières années. Les contributions qui suivent sont parmi les plus importantes.

L'organisation de l'Église

Pendant les 20 premières années de notre église, il n'y avait pas d'organisation ecclésiale parce que les Millerites et les premiers adventistes étaient contre toute organisation de l'Église. Ils considéraient toutes les églises organisées comme appartenant à Babylone. Par conséquent, il n'y avait pas de pasteur rémunéré; nos pionniers travaillaient dans divers domaines pour gagner leur vie. James White, par exemple, tondait l'herbe, coupait du bois et travaillait sur la construction d'un chemin de fer pour pourvoir aux besoins de sa famille. Par ailleurs, quiconque pouvait prêcher s'il se sentait appelé. C'est ainsi que les hérésies ont prospéré.

De plus, les premiers bâtiments étaient des propriétés privées. La question de la propriété juridique a finalement précipité l'organisation formelle de l'Église. En 1853, James White a exhorté les croyants à s'organiser, mais la résistance à l'organisation était forte. Un an plus tard, Ellen White a écrit : « Le Seigneur m'a montré que l'ordre évangélique avait été beaucoup trop craint et négligé. Le formalisme doit être évité, mais il ne faut pas pour autant oublier l'ordre. Il y a de l'ordre au ciel. Il y en avait

dans l'Église lorsque le Christ était ici-bas... »

« ... Le danger que représentent pour la cause ceux qui voyagent sans que le Seigneur ne les ait appelés m'a été montré... »

« J'ai vu que cette porte par laquelle l'ennemi entre pour rendre perplexe et troubler le troupeau du Seigneur, peut être fermée. Je demandai à l'ange comment cela pouvait se faire. Il me répondit : " L'Église doit avoir recours à la Parole de Dieu, et revenir à l'ordre évangélique, perdu de vue et négligé. " »¹

Six années se sont écoulées avant que les premières églises soient organisées en 1860 dans le Michigan. Un an plus tard, la fédération du Michigan était organisée, puis la conférence générale en 1863. À cette époque, le nombre total de membres était d'environ 3 500 baptisés. Aujourd'hui, l'Église compte plus de 18 millions de membres dans plus de 75 000 églises.

Publications

En 1848, Ellen White a eu une vision dans la maison d'Otis Nichol à Dorchester, Massachusetts. Quand elle est sortie de sa vision, voici ce qu'elle a dit à James, son mari : « J'ai un message pour toi. Tu dois commencer à imprimer un petit journal et à l'envoyer aux gens. Qu'il soit petit au début, mais au fur et à mesure que les gens le liront, ils t'enverront les moyens de l'imprimer, et ce sera alors un succès. À partir de ces débuts modestes, il m'a

été montré que ce serait comme des flots de lumière qui éclaireront toute la terre. »²

« Des flots de lumière ... qui éclaireront toute la terre. » Comment cela serait-il possible ? Jésus allait bientôt venir. Ils n'étaient que quelques uns. Il n'y avait ni membres riches ni de grands savants parmi eux. Le monde était incrédule. Et pourtant, il y avait là une jeune femme qui avait prédit que l'œuvre de publication, commencée par son mari qui n'avait pas un sou, allait grandir et prospérer jusqu'à ce qu'elle couvre le monde entier. Plus de la moitié d'une année s'est écoulée avant que James White ne puisse réaliser même le plus petit commencement. Il prit des dispositions pour imprimer mille copies d'un document de huit pages avec de l'argent emprunté. Aujourd'hui, l'Église possède 63 maisons d'édition qui produisent des livres et des magazines dans plus de 360 langues.

L'œuvre sanitaire et médicale

Pendant les 20 premières années de notre histoire, nos pionniers n'ont pas du tout été des réformateurs dans le domaine de la santé, à l'exception de Joseph Bates. Lors des conférences sur le sabbat en 1848, ils se sont rassemblés en fumant leur pipe. Cette même année, Ellen White a montré que le tabac, le thé et le café nuisaient à la santé, mais il a fallu de nombreuses années pour convaincre les membres de renoncer à ces substances nocives.



Puis, le 6 juin 1863, Ellen White a reçu une vision de 45 minutes où la nécessité d'une réforme de la santé lui a été révélée : « Je vis que c'était un devoir sacré de prendre soin de notre santé, et d'inciter les autres à aller dans cette voie... Nous avons le devoir de parler, de nous prononcer contre l'intempérance de toute nature – l'intempérance dans le travail, la nourriture, la boisson... – et aussi de diriger les autres vers la grande médecine de Dieu : l'eau, l'eau pure et douce, pour les maladies, pour la santé, pour la propreté... »

« Je vis que nous ne devrions pas être silencieux sur la question de la santé, mais devrions réveiller les esprits sur ce sujet. »³

Deux ans plus tard, le 25 décembre 1865, Ellen White a eu une vision à Rochester, New York, où elle a vu que l'Église « devrait disposer d'un établissement pour les affligés et ceux qui souhaitent découvrir comment prendre soin de leur corps, afin de prévenir les maladies... »

« Notre peuple devrait avoir sa propre institution, sous son propre contrôle, pour le bénéfice des malades et de ceux qui souffrent parmi nous, et qui souhaitent retrouver la santé et la force afin qu'ils puissent glorifier Dieu par leur corps et leur esprit, qui lui appartiennent. »⁴ De ce fait, un an plus tard, en septembre 1866, le *Western Health Reform Institute* a ouvert ses portes à Battle Creek. Aujourd'hui, l'Église gère 175 hôpitaux et sanatoriums et 270 cliniques et dispensaires à travers le monde.

L'éducation

En 1872, Ellen White a reçu une vision des principes appropriés de l'éducation. Peu de temps après, elle a écrit 30 pages sur ce qui lui avait été révélé. « Nous avons besoin d'une école où ceux qui viennent de commencer à exercer au sein du ministère peuvent être formés dans les domaines les plus importants de l'éducation, et où ils peuvent aussi apprendre plus parfaitement les vérités de la Parole de Dieu pour notre époque. »⁵ Le 24 août 1874, Battle Creek College ouvrait ses portes. Aujourd'hui, nous avons plus de 7000 écoles primaires et secondaires et plus de 100

universités. Les adventistes du septième jour ont le plus grand système d'écoles protestantes dans le monde. Pourquoi ? Parce que nos pionniers ont pris au sérieux ce que Dieu leur a révélé à travers le prophète de l'Église du reste.

La mission

Au cours des premières décennies de notre histoire, les adventistes croyaient que l'Église accomplissait l'ordre de Dieu, celui d'annoncer la Bonne Nouvelle à toutes les nations en prêchant aux immigrants venus en Amérique du Nord. Uriah Smith a écrit en 1859 : « Nous ne disposons d'aucune information pour savoir si le message du troisième ange est actuellement proclamé dans un autre pays que le nôtre... Notre propre pays est composé de gens de presque toutes les nations. »⁶ Pour atteindre ces nations aux États-Unis, les publications ont été préparées dans de nombreuses langues différentes.

Lorsque M. B. Czechowski, en 1864, s'est porté volontaire pour aller en tant que missionnaire en Europe, sa demande a été rejetée. Il est allé voir les adventistes du premier jour, et eux l'ont envoyé en Europe, où il a prêché le message des trois anges et établi des groupes d'adventistes du septième jour. Entre-temps, Ellen White instruisait l'Église à propos de sa responsabilité dans le monde entier. En 1871, elle écrivait : « On peut réaliser beaucoup de choses par l'intermédiaire de la presse, mais on pourrait accomplir encore davantage si l'influence de l'action de prédicateurs vivants allait avec nos publications... Lorsque les églises verront des jeunes remplis de zèle se qualifier pour atteindre les grandes villes, les villages et les villes qui n'ont jamais été touchés par la vérité, et lorsque des missionnaires se porteront volontaires pour aller vers d'autres nations pour leur amener la vérité, alors les églises seront encouragées et fortifiées. »⁷

Puis, en 1874, elle a eu un rêve impressionnant sur la propagation du message du troisième ange au monde. Dans le rêve, on lui disait, « Vous entretenez des idées trop limitées quant à l'œuvre pour cette époque. Vous essayez de planifier le travail

de manière à pouvoir le garder dans vos bras. Vous devez développer une vision plus large. Votre lumière ne doit pas être mise sous le boisseau ou sous le lit, mais sur un chandelier, afin qu'elle éclaire tous ceux qui sont dans la maison. Votre maison est le monde... »

« ... Le message ira aux quatre coins du monde avec puissance, en Oregon, en Europe, en Australie, dans les îles de la mer, chez toutes les nations, langues et peuples... Votre foi est limitée, elle est très faible. Votre conception de l'œuvre doit être grandement élargie. »⁸

En 1874, John N. Andrews est devenu le premier missionnaire adventiste officiel. Lui et ses enfants se sont rendu en Suisse, et trois ans plus tard, la famille de John G. Matteson a été envoyée en Scandinavie. En 1890, les missionnaires adventistes travaillaient déjà dans 18 pays. Aujourd'hui, sur les 238 pays du monde reconnus par les Nations Unies, les adventistes du septième jour ont établi leur œuvre dans 216 d'entre eux.

La théologie

Plus d'une fois, les conseils d'Ellen White ont empêché l'Église de faire des erreurs théologiques graves. Par exemple, dans les années 1890 et au début du XX^e siècle, le Dr John Harvey Kellogg, directeur du sanatorium de Battle Creek, a tenté d'introduire le panthéisme dans l'Église. En 1903, lui et ses partisans, le Dr E. J. Waggoner, A. T. Jones, et le Dr David Paulson, sont arrivés à Washington pour convaincre le conseil d'automne de la conférence générale d'accepter le livre de Kellogg, *The Living Temple* (Le Temple Vivant), qui avait déjà été rejeté en raison de son contenu panthéiste.

Ce sujet ne faisait pas partie de l'ordre du jour, pourtant « le travail régulier fut mis de côté et une journée fut consacrée à examiner la philosophie panthéiste... Toute la journée, [les délégués] se sont confrontés sur ce sujet... Vers neuf heures du soir, [A. G.] Daniells [le président de la conférence générale, qui était opposé à l'ouvrage] a considéré qu'il était temps de lever la séance, mais il n'a pas osé appeler



à un vote. Les gens étaient trop confus et incertains, et il ne voulait pas prendre de mesure qui pourrait rigidifier une conclusion. C'est ainsi qu'il a mis un terme à la réunion, et les gens sont retournés là où ils logeaient.

Le D^r Paulson, qui était fortement en faveur du D^r Kellogg, a rejoint Daniells. En marchant tous deux l'un à côté de l'autre, ils ont continué la discussion de la journée. Comme ils arrivaient à la maison où logeait Daniells, debout sous un lampadaire ils ont encore bavardé un bon moment. Finalement, le D^r Paulson a pointé le doigt vers Daniells et déclaré : « Vous êtes en train de commettre l'erreur de votre vie. Après toute cette agitation, un de ces jours vous vous réveillerez et vous retrouverez roulé dans la poussière, et un autre sera à la tête des forces. » ...

« Daniells s'est redressé de sa lassitude et de son découragement et a répondu fermement : "Je ne crois pas à votre prophétie. En tout cas, je préfère être roulé dans la poussière en faisant ce que je crois être juste au fond de moi, plutôt que de marcher avec les princes en faisant ce que ma conscience me dit être injuste." ... »

« Après s'être séparés, Daniells est entré dans la maison, où il a trouvé... deux messages de M^{me} White [qui l'attendaient]... Personne ne peut imaginer, raconte Daniells, l'empressement avec lequel je lus les documents qui étaient arrivés par la poste alors que nous étions au milieu de nos discussions. L'un était un témoignage vraiment clair concernant les erreurs dangereuses enseignées dans *The Living Temple*. ... Le message était arrivé juste au moment de la crise. Comme il lisait, ses yeux s'arrêtèrent sur ces mots : "J'ai des choses à dire à nos enseignants par rapport au nouveau livre *The Living Temple*. Soyez prudent dans la façon dont vous soutenez les idées de ce livre au sujet de la personnalité de Dieu. Comme le Seigneur me présente les choses, ce ne sont pas des idées que Dieu approuve. Elles sont un piège que l'ennemi a préparé pour ces derniers jours..." »

« Dans les visions de la nuit, ce sujet m'a clairement été présenté devant un

grand nombre. Quelqu'un avec de l'autorité s'exprimait... L'orateur tenait le livre *Living Temple*, en disant : Dans ce livre, il y a des déclarations que l'auteur lui-même ne comprend pas". » ...

« Dans un autre document reçu de sœur White adressé aux dirigeants au sein de notre œuvre médicale, il lut ceci : "Après avoir fermement, sagement et prudemment pris position, ne faites aucune concession sur un point au sujet duquel Dieu a clairement parlé. Soyez aussi serein qu'un soir d'été; mais aussi inébranlable que les collines éternelles." »⁹

« Le lendemain, les dirigeants de l'Église se rassemblèrent pour leur conseil. Après la prière, frère Daniells se leva et dit aux frères qu'il avait reçu deux messages importants de sœur White. Tous étaient impatients de les entendre. Tous étaient assis en silence, en réflexion, pendant qu'il lisait. Alors que déclaration après déclaration démontrant l'erreur des enseignements du livre *Living Temple* étaient présentées à l'assemblée, on pouvait entendre de nombreux « amen » retentissants, et voir des larmes couler. C'est à ce moment que la tendance a été inversée et le panthéisme rejeté.

Lorsque frère Daniells envoya une lettre de remerciements à Ellen White, racontant les événements de la journée, il reçut en réponse une lettre où elle expliquait pourquoi il avait reçu les messages juste à ce moment-là : « Peu de temps avant d'envoyer les témoignages qui, vous avez dit, sont arrivés juste au bon moment, j'avais lu l'accident d'un navire entré en collision dans le brouillard avec un iceberg... Une nuit, une scène me fût clairement présentée. Un navire était sur les eaux, dans un brouillard épais. Soudain, la vigie cria : "Iceberg droit devant!" Là, se dressant au-dessus du navire, se trouvait un iceberg gigantesque. Une voix autoritaire cria : "Allez droit devant!" Il n'y eut pas la moindre hésitation. Il fallait agir immédiatement. Le mécanicien redoubla de vitesse, et le pilote dirigea le bateau droit dans l'iceberg. Au moment de la collision, il frappa la glace. Ce fut un choc terrible, et l'iceberg éclata en plusieurs morceaux, retombant sur le

pont du bateau avec un bruit tonitruant. Les passagers furent violemment secoués par la force de la collision, mais personne ne perdit la vie. Le navire fut endommagé, mais réparable. Il rebondit après le choc, tremblant de la proue à la poupe, comme une créature vivante. Puis il continua son chemin. »

« Bon, je savais ce que voulait dire cette image. J'avais des ordres... »

« C'est la raison pour laquelle vous avez reçu les témoignages à ce moment précis. Cette nuit-là, j'étais debout à une heure du matin, en train d'écrire aussi vite que je le pouvais. »¹⁰

Conclusion

Dieu a utilisé Ellen White à plusieurs reprises pour diriger l'Église à travers différentes crises. Même après sa mort en 1915, ses écrits continuent de guider les dirigeants de l'Église alors qu'ils font face à de nouveaux défis. De ce fait, ses écrits sont toujours d'actualité. « Mettez votre foi dans le Seigneur, votre Dieu, et vous tiendrez. Mettez votre foi dans ses prophètes, et vous vaincrez. » (2 Ch 20.20, NBS).



1. Ellen G. White, *Premiers Écrits*. Oshawa, ON: Pacific Press, 1970, p. 97, p. 100.
2. Ellen G. White, *Life Sketches of Ellen G. White*, Mountain View, CA: Pacific Press, 1915, p. 125.
3. Ellen G. White, *Selected Messages*, Washington, DC: Review and Herald, 1980, vol. 3, p. 280.
4. Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, Mountain View, CA: Pacific Press, 1948, vol. 1, p. 489-92.
5. Ellen G. White, *Fundamentals of Christian Education*, Nashville, TN: Southern Pub. Assn., 1923, p. 45, 46.
6. Uriah Smith, "Editors Note," in *Advent Review and Sabbath Herald*, 3 février 1859, p. 87.
7. White, *Life Sketches*, p. 205.
8. Idem, p. 208, 209.
9. Arthur L. White, Ellen G. White, *The Early Elmshaven Years: 1900-1905*, Washington, DC: Review and Herald, 1981, p. 296-298.
10. Idem, p. 299, 301.



Une journée remplie de délices

C'était un vendredi après-midi dans la ville de Jérusalem, un peu avant le sabbat. La place publique du Mur des Lamentations était remplie de gens, submergée d'éclats de rires et de musique. Une mélodie commença à se faire entendre, un chant spécialement réservé à la célébration du sabbat. Une douzaine de filles se tenaient les mains et dansaient, formant une ronde, et souriaient en chantant. L'atmosphère était envahie d'une joie pure, leur allégresse était contagieuse. Le sabbat était arrivé, et elles étaient venues accueillir la journée la plus merveilleuse de leur semaine.

Un peu plus tard, j'ai entendu ma collègue juive dire : « Pour certains d'entre nous, le sabbat est tout simplement un jour d'obligation, un jour où l'on doit respecter les règles, mais la plus merveilleuse œuvre du sabbat dans nos vies, c'est lorsque nous découvrons ses plus profonds délices. »

Découvrir le délice

Qu'est-ce que « le délice » ? Pourquoi est-il si important pour nous de considérer le sabbat comme un « délice » ? Comment Dieu veut-il que nous fassions l'expérience du délice de son sabbat ?

« Si tu te gardes de piétiner le sabbat, de t'occuper de tes propres affaires en mon jour sacré, si tu appelles "délices" le sabbat, "glorieux" le jour sacré du Seigneur, si tu le glorifies en ne suivant pas tes propres voies, en ne vaquant pas à tes propres affaires ni à tes discours, alors tu feras du Seigneur tes délices, et je te ferai circuler sur les hauteurs du pays, je te nourrirai du patrimoine de Jacob, ton père » (És. 58 : 13, 14)*.

Et comment faire de nos sabbats nos délices sans risquer de faire « ce que nous voulons » ?

Délice édénique

Imaginez Adam et Ève dans le jardin d'Éden, passant leur premier sabbat ensemble et dans la présence de Dieu. Ils ont fait l'expérience du délice dans toutes ses dimensions. Ils se réveillent ensemble, peau contre peau, dans les bras l'un de l'autre, s'échangeant des regards face à face. Ils se familiarisent de plus en plus avec chaque détail. Ensuite, Dieu les invite à prendre un petit déjeuner, un pique-nique avec ses fruits préférés. Chacun est unique, succulent et ruisselant de douceur rose et dorée. Leurs pieds ressentent la rosée fraîche et humide de l'herbe. L'air est rempli du son mélodieux de la chorale d'un millier d'oiseaux différents, qui s'harmonisent parfaitement. Chaque respiration qu'ils prennent est imprégnée d'une agréable odeur des fleurs de lys et de roses. Dieu sourit, tend sa main et les conduit vers mille merveilles de ce monde qu'il vient tout juste de créer. Un sabbat des plus purs délices.

Délice compliqué

Chacun de nous découvre le délice dans des choses différentes, par des

Idées pour réfléchir sur les délices du sabbat

1. Établir une liste d'au moins 30 choses qui vous font vraiment plaisir.
2. Lire votre liste et créer des sous-catégories en les classant dans différentes rubriques, telles que Dieu, mes relations, la nature, ma vie spirituelle, mes intérêts.
3. Pensez à l'un de vos plus merveilleux sabbats. Qu'est-ce qui a rendu ce jour si particulier ? Était-ce une profonde expérience spirituelle ? Le fait d'être avec des personnes que vous aimez ? Avec quelqu'un que vous avez rencontré ? D'avoir vécu l'expérience des complexités de la nature ?
4. Quel était le moment le plus magnifique de votre dernier sabbat ?
5. Quelles sont les trois choses que vous pouvez faire pour remplir davantage vos sabbats de délices ?
6. Évaluez vos sabbats de 0 à 10, 10 pour un sabbat vraiment magnifique et 0 un sabbat pas agréable du tout. Pourquoi avez-vous réparti vos sabbats de cette manière ? Que pouvez-vous faire pour élever le « niveau de délices » de vos sabbats ?
7. Votre Église et vous, que pouvez-vous faire pour rendre les sabbats plus agréables pour les enfants, les adolescents, les parents de jeunes enfants et les personnes âgées au sein de votre Église ?
8. Que pouvez-vous faire personnellement pour faire du sabbat un délice pour le reste de votre famille ? En particulier quand le sabbat peut être perçu comme très chargé pour la famille du pasteur ?



moyens différents et à des moments différents. Il arrive parfois que nous recherchions le délice pour l'amour du délice ; sachant qu'il sera là quand le sentier s'achèvera dans la dentelle scintillante d'une cascade d'eau au cœur de la forêt, ou encore lorsque nous regarderons le visage d'un ami et que nous y verrons l'amour qu'il nous porte. Mais parfois, le délice nous attrape par surprise, quand nous apercevons une toute petite fleur dans les fissures d'un désert de pierres ou voyons le corps d'un orque plonger avec fracas à la surface de l'océan.

Le délice est une expérience sensorielle compliquée, quelque chose comme un étonnant mélange de joie et de reconnaissance. Il élève notre esprit et scintille dans notre cœur. Peut-être serons-nous enchantés par de nouveaux concepts, de nouvelles perceptions du caractère de Dieu, ou élevés par des hymnes de louanges. Peut-être expérimenterons-nous le délice à travers la fraternité, sans besoin d'utiliser des mots pour dire et recevoir l'amour qui anime les relations. Ou peut-être nous réjouissons-nous lorsqu'un passage familier des Saintes Écritures ouvre le coffre de ses trésors et dissémine de nouvelles richesses devant nous. Nous apprécions la voie lactée, un bébé nouveau-né, les aurores boréales, les flocons de neige, une grande tasse de chocolat chaud fumant un soir de grand froid, et la danse des flammes d'un feu de bois.

Dieu a rempli le monde de toutes les nuances de couleurs qui puissent exister, et d'une gamme immense de textures, d'arômes, de saveurs et de sons. Simplement pour nous apporter de la joie. Pour partager ce délice, il nous faut ralentir, regarder le monde dans une perspective d'émerveillement et explorer la création divine par chacun de nos sens. Le délice tient compte des nombreuses magnifiques facettes de l'amour de Dieu pour nous, de nos re-

lations avec les autres et avec notre environnement naturel.

Le sabbat est un cadeau hebdomadaire de la part de Dieu. C'est un moment qui veut nous aider à ralentir et à vivre pleinement les plaisirs qu'il désire partager avec nous. C'est un moment pour marquer une pause, respirer et goûter à sa création dans toute sa diversité et dans toute son intensité. Si nous ne prenons pas plaisir à vivre le sabbat, c'est comme si nous recevions une photo du plus grand artiste au monde et que nous la laissions emballée dans le grenier, au lieu de l'accrocher au mur et de profiter de sa beauté.

Délice, oui mais pas notre propre délice

Comment trouver un équilibre dans les délicieux sabbats que Dieu veut nous faire vivre sans pour autant en faire notre propre délice ou notre propre commerce ? Le délicieux sabbat place Dieu au premier rang, pas notre propre personne. Nos plus grands plaisirs viennent d'une entière focalisation sur lui et sa création, de l'adoration et de la reconnaissance pour toutes les bénédictions qu'il déverse sur nous. En accordant la première place à notre relation avec lui, et en faisant l'expérience de l'amour qu'il nous manifeste, nous sommes inspirés à partager son amour avec les autres. Lui donner la priorité découle naturellement de notre délice. Cela ne signifie pas que nous n'éprouvons pas de plaisir, mais que nous expérimentons nos plus grands plaisirs lorsque nous harmonisons nos priorités avec les siennes. « Je désire faire ta volonté, mon Dieu, et ta loi est au fond de mes entrailles » (Ps 40 : 8, NBS).

Différents délices

Le délice est différent pour chaque être humain. Jeef aime se rendre près d'un étang avec un bocal attaché à un fil de fer, à la recherche de petites créa-

tures vivant dans son eau. Grand-père aime s'asseoir sur la véranda pour lire un livre qui suscite l'inspiration. Kate confectionne des petits bouquets de fleurs venant de son jardin et les apporte dans des centres de soins. Mark photographie les arbres. Bobby aime jouer avec Noah avec sa collection d'animaux en bois. Susie écrit des lettres aux personnes qui ne vont pas à l'église. Vince rédige un blog sur ses expériences spirituelles. Anna aime trouver de nouvelles manières de raconter les histoires de la Bible à ses petits-enfants.

Ce qui nous amène à nous réjouir en Dieu est un critère essentiel pour nos sabbats sans « faire nos propres affaires. »

Délice vital

Les délices du sabbat ne sont pas destinés à être un luxe occasionnel. Dieu veut que les sabbats soient des ingrédients vitaux de notre expérience spirituelle. Dans Jean 10.10, Jésus se décrit lui-même comme celui qui vit afin que nous puissions « avoir la vie, et que nous l'ayons en abondance. » Il désire que nos vies soient abondantes, remplies à ras bord de bonnes et merveilleuses expériences. Paul décrit la manifestation de l'Esprit Saint dans nos vies, comme de bons et merveilleux fruits : « l'amour, la joie, la paix, la patience, la bonté, la bienveillance, la foi, la douceur, la maîtrise de soi » (Ga 5.22, 23).

Le délice a un effet positif sur nos vies. Les moments de plaisirs nous apportent de la joie, nous apaisent, inspirent des pensées pleines d'espoir et aident à guérir les douleurs émotionnelles de ceux qui vivent dans un monde déchiré. Lorsque nous faisons de nos sabbats des délices, ils peuvent améliorer toute notre semaine puisque nous nous souvenons des merveilles du sabbat précédent et attendons avec impatience les joies de la semaine à venir.



Même lorsque nous sommes confrontés à de dures difficultés, nous avons encore la possibilité de faire le choix délibéré de vivre le délice du sabbat. Rassemblez des éléments simples qui vous remplissent de délices et qui vous aideront à avoir plus de merveilleux sabbats :

- ➔ Une collection de versets bibliques qui vous inspirent
- ➔ Des CDs ou une liste de musiques de louange et d'adoration
- ➔ Un ensemble de livres qui vous inspirent
- ➔ La cartographie des promenades réalisées le sabbat
- ➔ Une collection d'objets naturels non périssables qui vous rendent heureux ; tels que des graines, des gousses, des coquillages et des pierres
- ➔ Une liste de vos activités favorites du sabbat
- ➔ Vos nourritures et repas préférés le sabbat

Explorer le délice ensemble

Le délice ne s'associe pas bien à une liste de « ne ... pas. » Des directives et des limites vous aident à avoir un jour de congé pour adorer, mais le délice se focalise sur les aspects positifs et sur les interrogations. Que pouvons-nous décider de faire pour faire du sabbat une joie spirituelle et un jour ravivant ? Et, comment pouvons-nous partager les expériences de nos merveilleux sabbats avec notre communauté locale pour nous stimuler ?

Une attitude fondée sur le plaisir pousse également à se demander ce que nous faisons qui pourrait nous inhiber, nous et les autres, après avoir vécu le sabbat comme un délice ? Puisque ces inhibants vont à l'encontre du désir de Dieu pour nous, réfléchissez personnellement à ces questions et aussi à la façon dont l'Église peut être vraiment utile. Conservez les réponses de votre communauté sur des cartes postales ou sur des fiches, faites des enregistrements avec les voix des enfants. Ensuite, réalisez une grande affiche qui regroupe toutes les idées et discutez de ce que vous avez découvert pour rendre le sabbat plus agréable.

Délices des enfants

Il est extrêmement vital pour nos enfants de faire l'expérience des délices du sabbat. Si nous voulons qu'ils choisissent de devenir des chrétiens adventistes du septième jour, nous devons nous assurer que leurs septième jours sont aussi spéciaux que possible. Cela peut vous paraître difficile de programmer des sabbats superbement merveilleux lorsque vous êtes un parent occupé. Certaines familles organisent tour à tour des activités spéciales pour le sabbat

Méthodes pour faire des sabbats des délices

- Prenez un moment pour encourager l'ensemble de l'Église à réfléchir ensemble sur le sabbat en tant que délice, et sur la façon dont les moments de délices peuvent vous mener plus près de Dieu et les uns des autres.
- Menez une enquête auprès des membres pour découvrir ce qui leur ferait passer des moments plus intéressants à l'église durant le Sabbat.
- Invitez différentes personnes de votre Église à dire ce qu'elles trouvent merveilleux dans le sabbat, puis partagez certaines de leurs plus belles expériences au cours d'un sabbat.
- Créez un panneau d'affichage avec des récits des enfants et des photos sur leurs sabbats préférés vraiment intéressants.
- Invitez les membres d'église à préparer une présentation des différentes activités vécues, illustrée de photos des endroits où elles se sont déroulées, lors d'un sabbat de délice.
- Programmez un sabbat après-midi où les familles et les membres d'église peuvent vivre de magnifiques expériences à travers des activités intéressantes, créatives ; par exemple des sabbats réservés au métier de l'artisanat, au chant ensemble, à une chasse au trésor dans le voisinage en relation avec des passages de la Bible ; à la confection de colis surprise pour les sans-abris ; à l'observation de pierres semi-précieuses ; ou n'importe quelle activité que la communauté d'église voudrait faire.
- Invitez chaque personne de l'Église à essayer quelque chose de nouveau et de merveilleux un sabbat, ensuite, le sabbat suivant, à partager leurs expériences.
- Entrez en contact avec les personnes seules ou célibataires de votre communauté qui sans doute ont vécu de nombreux sabbats bien longs, tristes et sans aucune compagnie. Que pouvez-vous faire pour les aider à vivre une expérience plus réjouissante du sabbat ?
- Collaborez avec votre famille pour organiser le plus merveilleux des sabbats que vous pourriez imaginer. Planifiez des moments d'adoration captivants et intéressants, que chacun chante son chant préféré, allez dans un endroit que tout le monde apprécie ; puis invitez chaque membre de votre famille à choisir une expérience que tous trouveraient particulièrement merveilleuse.
- Réalisez un album ou un journal de vos plus beaux sabbats. Introduisez les éléments qui ont fait que ces journées ont été si magnifiques et comment ce qui est merveilleux nous rapproche de Dieu.



dans leur église, pour toutes les autres familles qui ont des enfants. Ils font des promenades dans de magnifiques endroits, ils programment des pique-niques, ils organisent des chasses au trésor, ils font des choses ensemble avec des matériaux de récupération, ils identifient les empreintes d'animaux, ils parcourent les histoires bibliques, ils font des balades à vélo et ils réalisent des projets de service ensemble.

Assurez-vous que vos écoles du sabbat et que vos services de culte correspondent aux besoins des enfants et qu'ils les impliquent.

Concevez un classeur pour votre église des merveilleuses activités possibles pour les familles de votre région durant le sabbat. Incluez les cartes des sentiers de randonnées, les brochures des fermes et de parcs zoologiques gratuits, les jeux bibliques amusants et les activités d'intérieur en cas de mauvais temps, par exemple. Encouragez les familles à y ajouter leurs idées préférées afin d'apprendre les uns des autres.

Aidez les familles de l'Église qui ont récemment accepté le baptême à vivre l'expérience des délices du sabbat. Elles trouveront difficile de savoir que faire durant le sabbat parce qu'elles n'ont pas grandi au sein de familles adventistes. Certaines nouvelles familles craignent tellement de faire quelque chose de « mauvais » le jour du sabbat qu'elles ont énormément de difficultés à faire

quoique ce soit. À cause de cela, le sabbat peut cesser d'être un délice et devenir une appréhension. Alors, invitez-les à partager de merveilleux sabbats avec d'autres familles, ainsi, elles apprendront à profiter de ces merveilles.

Délice perceptible ?

Et s'il était visible pour chacun de ceux qui nous connaissent ou qui vivent près de nos églises que les adventistes passent des sabbats merveilleux ? Imaginez la différence que cela ferait si l'on nous connaissait comme des personnes qui profitent chaque semaine d'une journée bien remplie de délices. Quelle différence cela ferait-il si nous invitions les personnes à partager nos merveilleux sabbats comme une sorte d'évangélisation ? Qu'en serait-il si les personnes visitaient notre église pour vivre l'expérience d'une journée de délices avec Dieu, dans un culte joyeux ; à travers l'exploration de sa création ; le fait de prendre soin des autres personnes ; la liberté de choisir d'être heureux, en paix et reconnaissant ; et de partager des repas simples et sains.

Prochain sabbat (de délices)

Vous êtes un pasteur débordé. Votre semaine est sans doute pleine à craquer avec des études bibliques, des ministères, des rencontres avec des personnes qui ont besoin de vous. Et durant les sab-

bats, il n'y a pas de répit. Que pouvez-vous faire cette semaine pour rendre votre sabbat plus agréable pour vous et votre famille ? Pas besoin que ce soit quelque chose d'extraordinaire. Achetez ou cueillez un bouquet de fleurs pour le mettre sur la table de la salle à manger, rapportez à la maison le diner préféré de la famille, ou prenez le temps d'admirer le coucher de soleil dans un bel endroit. Vous remarquerez la différence que cela produira sur votre bien-être spirituel et sur le niveau de joie qu'éprouveront ceux qui vous entourent.

Délice tout le temps

Chaque semaine, Dieu apprécie de nous offrir comme cadeau un tout nouveau sabbat et, il est vraiment enthousiaste quand nous définissons ce jour comme jour de délice. Il y a quelque chose dans nos sabbats de délices qui nous relie à l'éternité. Ils sont comme des perles à assembler, semaine après semaine, reliant l'Éden à la Nouvelle Jérusalem, nous rappelant d'où nous venons et où nous allons et nous donnant le goût du ciel ici sur terre.



* À moins que cela ne soit mentionné, toutes les références des Écritures sont extraites de la version biblique La Nouvelle Bible Segond.

COURRIER DU LECTEUR

Vous réagissez aux articles de « Ministry® »



→ *J'ai trois réflexions concernant l'article du Docteur Nancy Vyhmeister, Junia, l'apôtre (2ème trimestre 2014). (1) Que Junia soit une femme ou un homme, le fait que l'apôtre Paul souligne qu'il ou qu'elle soit estimé(e) parmi les apôtres ne veut pas dire que la personne en question était un apôtre. Avoir de l'estime ne veut pas dire que Junia ou Juniān était apôtre. (2) Si c'était la femme d'Andronicos, c'est une raison valable pour qu'elle jouisse de l'estime des apôtres. (3) Le Docteur pose le problème de la masculinité, peut-être que c'est ce qu'elle penserait de moi aussi. Mais loin de moi ce comportement de préjugé contre les femmes. De même, on pourrait dire que sa position est féministe, mais restons loin d'une telle réflexion.*

Hanssy René, par courrier électronique.

Michael W. CAMPBELL, PhD, est professeur-assistant de théologie historique à l'Institut adventiste International d'études supérieures, Silang, Cavita, Philippines.



Le sexe durant le sabbat

Au cours d'une discussion en salle de classe au sujet de la sainteté du Sabbat, un participant a soulevé une question : « Je lutte avec un péché, a-t-il confessé. Je suis tenté d'avoir des relations sexuelles avec ma femme le sabbat. »

Le sujet n'est pas rare et soulève diverses opinions¹, bien qu'il ait fait l'objet de peu de publications².

Que dit la Bible à ce propos ? Nous considérerons la question en passant en revue (1) l'argument majeur contre le sexe le sabbat ; (2) le point de vue biblique concernant la sexualité ; (3) la perversion du point de vue biblique ; et (4) nous concluons avec des observations.

L'argument majeur

L'argument principal contre le sexe durant le sabbat se fonde sur Ésaïe 58.13 : « Si tu retiens ton pied pendant le sabbat, pour ne pas faire ta volonté en mon saint jour » (Louis Segond). Puisque le sexe procure le plaisir, l'injonction scripturaire interdisant les relations sexuelles le sabbat est évidente³.

Le contexte d'Ésaïe 58 se réfère au Sabbat du Jour des Expiations. Le Jour des Expiations était un jour consacré à l'introspection, au jugement et à la purification. Chacun était obligé d'y participer au risque d'être « retranché » (Lv 23.29). On ne connaît pas d'évidence textuelle pour indiquer que le sexe ait été interdit le jour du sabbat ou le jour des Expiations. René Gehring soutient que dans la Bible hébraïque, la relation sexuelle dans le mariage ne cause ab-

solument pas d'impureté rituelle⁴. Il considère comme une erreur l'usage de passages comme Exode 19 pour suggérer que le sexe dans les liens du mariage était défendu. Même si le sexe dans le mariage causerait une impureté rituelle, avance Roy Gane, cela ne s'appliquerait qu'au moment où la gloire de la Shekina était dans le temple⁵. Ainsi donc, le plaisir sexuel est positif dans un contexte vétérotestamentaire.

Cela nous ramène à une étude du mot plaisir qui se trouve dans Ésaïe 58.13. C'est le même mot hébreu trouvé au verset 3 qui met en garde contre l'exploitation. Le mot est aussi traduit comme « plaisir des affaires » (ou les intérêts des affaires personnelles de quelqu'un). Ésaïe 58.13 se réfère au sabbat comme un « plaisir ». Le mot plaisir en hébreu c'est *oneg* qui signifie plaisir exquis. Ce mot utilisé ailleurs est un nom qui ne s'applique qu'aux rois et aux reines dans leurs palais royaux (Es 13.22).

Ainsi donc, Ésaïe 58.13 dit que Dieu désire que nous mettions de côté nos projets personnels pour les remplacer par quelque chose de beaucoup plus exquis. Dieu nous appelle à vivre une vie, sans plaisir égoïste, centrée sur notre relation avec lui⁶. La notion que le sabbat interdirait les plaisirs joyeux au cours de ses heures sacrées repose sur une mauvaise lecture du texte original. Comme l'observe Nancy van Pelt, « Si ce texte voulait vraiment dire que le sexe est interdit parce qu'il procure du plaisir, alors, n'importe quel autre plaisir comme chanter des cantiques, lire la Bible ou bien manger devrait aussi être

interdit. Ésaïe parlait de chercher mon propre plaisir égoïste. Si le sexe n'est rien de plus que mon plaisir, il est égoïste et par conséquent mauvais non seulement le jour du sabbat mais aussi n'importe quel autre jour de la semaine. »⁷

Un autre argument utilisé contre les relations sexuelles le jour du sabbat c'est qu'il s'agit d'une distraction. Ainsi, certains pasteurs adventistes se vantent de dormir séparés de leur épouse le vendredi soir. Quand on a demandé à un enseignant adventiste si le sexe le sabbat est une distraction, il a répondu par une autre question : est-ce vraiment moins distrayant quand votre épouse ne fait pas l'amour avec vous ? Ceux qui étaient présents ont acquiescé d'un mouvement de la tête. Naturellement, c'est moins distrayant de faire l'amour que de rester à y penser. Comme l'observe Richard Davidson : « Si ceux qui ont la relation sexuelle comprennent combien elle nous instruit sur les plus profonds niveaux de l'intimité, alors pareille intimité au niveau horizontal nous aide en réalité à pénétrer la nature de l'intimité que Dieu désire entretenir avec ses créatures. Loin de détourner de l'intimité avec Dieu, la relation sexuelle pratiquée comme Dieu l'entend nous conduit à une plus profonde compréhension de l'intimité avec Lui. »⁸

Point de vue biblique sur la sexualité

Les Juifs fidèles revenus de l'exil ont établi des principes rigoureux pour la sanctification du sabbat. Les lois rabbi-



niques permettaient aux gens mariés de faire l'amour le jour du sabbat⁹, et l'ont même décrit comme une « bénédiction spéciale du sabbat ». Le sabbat était comparé à une mariée et le vendredi à la consommation du mariage. La femme séparée de son mari bénéficiait même du privilège d'avoir des relations sexuelles avec son mari le vendredi soir¹⁰. Un refus de la part du mari constituait une charge suffisante permettant à l'épouse de traduire son mari devant le tribunal rabbinique pour abandon.¹¹

Dieu a créé Adam et Ève et a fait du mariage une relation sainte. Durant cette même semaine de la Création, il fit du sabbat un jour saint. Ces deux saintes institutions appartiennent à un même ensemble. Sabbat et relation sexuelle se sont fondus l'un dans l'autre dès le tout premier sabbat de l'histoire¹². Le plan de Dieu pour les relations sexuelles, tel que Salomon l'a exprimé plus tard, est décrit comme cette « flamme de l'Éternel » qui aide les êtres humains à mieux comprendre Dieu¹³. Selon le plan original de Dieu, le sexe était prévu comme l'ultime moyen pour un homme et une femme d'expérimenter le plus profond niveau d'intimité dans la sainte union matrimoniale¹⁴. Le spécialiste adventiste d'éthique, Duane Covrig, soutient que le sabbat et le mariage sont les seules institutions qui accomplissent dans leur totalité les six fondements de la morale innée définis par Jonathan Haidt, à savoir : l'attention, l'équité, la liberté, la loyauté, l'autorité et la sainteté. Ce rapprochement indique que le sabbat est un « outil destiné à aider au renforcement de ces six domaines dans la vie humaine ».¹⁵

Un si merveilleux don a été distordu et perverti. Le souci de Dieu concernant les perversions sexuelles, spécialement quand elles étaient associées aux rites et rituels païens, était l'une des raisons pour lesquelles il a imposé des exi-

gences aussi rigoureuses concernant l'impureté en rapport avec l'adoration. La sexualité est une affaire sainte ; mais elle a été pervertie par des rites et rituels païens. La perversion sexuelle a été le péché qui a provoqué la destruction de la race humaine aux jours de Noé et un peu plus tard celle de Sodome et Gomorrhe. La perversion sexuelle est un signe des derniers jours de l'histoire de la terre (voir Mt 24.38). Satan veut clairement déformer et pervertir ce si merveilleux cadeau que Dieu a fait à l'humanité.

Perversion de l'enseignement biblique

Une autre perversion est venue de la pensée helléniste qui dénigre le corps humain. Des penseurs chrétiens en sont venus à considérer l'âme comme enchaînée à l'intérieur du corps. Ce concept de la séparation du corps et de l'âme, un aspect distinctif du platonisme, est devenu populaire dans l'Église chrétienne primitive. Il a détruit le sens du sabbat du septième jour et introduit des enseignements anthropologiques nouveaux non bibliques comme la séparation du corps et de l'âme.¹⁶ Sous l'influence d'une série de penseurs, l'Église chrétienne primitive a adopté de tels points de vue sans trop de résistance.

Les premiers pères de l'Église ont longuement discuté du sexe. Tertullien a embrassé un ascétisme rigide qui incluait le jeûne et le célibat. On raconte qu'Origène « s'est fait castrer en vue d'éviter toute tentation de la chair et d'être en mesure d'engager des conversations spirituelles avec les femmes sans être érotiquement excité. »¹⁷ Dans son autobiographie, Augustin a décrit son inconduite sexuelle pour accentuer le caractère dramatique de sa conversion. En tant que l'un des plus influents penseurs du Christianisme primitif, Augustin a laissé sur l'Église d'Occident

« une empreinte permanente et négative concernant la sexualité humaine. »¹⁸ Il croyait que puisque toutes les cultures humaines cachent les parties intimes du corps, « les humains ont profondément honte de leur sexualité. » La séparation du corps et de l'âme en était évidente puisque le corps supplantait la capacité rationnelle de l'esprit à le subjuguer. Il avance donc que le sexe rappelle constamment aux gens leur rébellion envers Dieu. Le corps humain symbolise le fait que la sexualité et la foi chrétienne sont incompatibles.¹⁹

L'empreinte durable du platonisme et d'Augustin, en particulier, se voit dans leur conception chrétienne de la sexualité. Toute envie sexuelle doit être réprimée. Cette vision chrétienne de la sexualité était en relation directe avec l'ecclésiologie puisque les moines se retiraient dans les monastères et les grottes. Ceux qui se privaient des plaisirs sexuels et restaient célibataires étaient perçus comme plus spirituels et plus méritants pour les charges ecclésiastiques. Tout cela a contribué à une théologie qui s'est écartée du point de vue biblique de la sexualité, comme du sabbat du septième jour. Pareille beauté avait été perdue au cours des siècles de ténèbres.

Observations finales

La question du sexe le jour du Sabbat est une décision profondément personnelle. Elle devrait être discutée dans la prière entre mari et femme. Certains couples mariés peuvent faire le choix par « consentement mutuel » (1 Co 7.5) de s'en abstenir durant les heures du sabbat du septième jour en vue de maintenir leur concentration spirituelle. C'est admirable. Mais, pour d'autres, l'abstention peut distraire l'attention accordée à la spiritualité.

Pour les couples mariés qui ont des rapports sexuels le sabbat, leur point de vue plonge ses racines dans la créa-



tion à l'origine. Une vision de la sexualité qui embrasse la personne entière et lie le sexe à la création comme un cadeau merveilleux de Dieu à l'humanité. Satan a perverti un tel don. Que la distorsion vienne de l'idée que le sexe en soi est un plaisir centré sur soi et par conséquent doit être supprimé ou de l'opinion, véhiculée par les moyens de communication de masse, que le sexe n'a rien à voir avec la moralité mais dépend de notre désir et de notre volonté, Satan est à l'origine de chaque tentative cherchant à dérober ce précieux don émanant du plan originel de Dieu.

Revenons à notre question sur le sexe durant le sabbat. Le principe que l'apôtre Paul a énoncé dans un autre contexte peut s'appliquer dans ce contexte-ci : « Que celui qui mange ne méprise point celui qui ne mange pas, et que celui qui ne mange pas ne juge point celui qui mange, car Dieu l'a accueilli. » (Romains 14.3, Version Louis Segond 1910).



1. Sur un réseau social, une discussion entre pasteurs se demandant si le sexe est permis ou non le sabbat a suscité plus de cent commentaires en moins de 24 heures, dont la majorité étaient favorables.
2. Gina Spivey Brown and Loretta Parker Spivey, "Sex on Sabbath?" in *Adventist Review*, September 1996, p.19; Martin Weber, *Adventist Hot Potatoes*. Boise, ID: Pacific Press, 1991, p.86, 87.
3. Nancy L. Van Pelt with Madlyn Lewis Hamblin, *Dear Nancy . . . : A Trusted Advisor Gives Straight Answers to Questions About Marriage, Sex, and Parenting*. Nampa, ID: Pacific Press, 2005, p.56.
4. Rene Gehring, "Is Sexuality Impure? An Alternate Interpretation of Leviticus 15:18," in *Journal of the Adventist Theological Society* 24, no. 2 (2013), p. 75–115.
5. Roy Gane, *Leviticus, Numbers: The NIV Application Commentary*. Grand Rapids, MI: Zondervan, 2004, p.305–314.
6. Rabbi Yitzchak Ginsburgh, *A Sense of the Supernatural: Interpretation of Dreams and Paranormal Experiences*. Gal Einai Institute, 2008, p. 70, 71, n15.
7. Ibid.
8. Email de Richard M. Davidson à l'auteur, 27 décembre 2014.

9. Marva J. Dawn, *Keeping the Sabbath Wholly: Ceasing, Resting, Embracing, Feasting*. Grand Rapids, MI: W. B. Eerdmans, 1989, p. 192.
10. Kethuboth 5:9, 65b
11. Je suis redevable à Alex Golovenko pour ces idées.
12. Richard M. Davidson, *Flame of Yahweh: Sexuality in the Old Testament*. Peabody, MA: Hendrickson, 2007, p. 52.
13. Ibid.
14. Je suis redevable à Jiví Moskala pour ces idées.
15. Duane Covrig, conférence donnée à ALLAS le 22 octobre 2014; voir aussi son texte "The Sabbath as Moral Healing and Training," *Adventist Ethics*, 31 octobre 2013, <http://www.adventistethics.com/the-sabbath-as-moral-healing-and-training/>. En outre, Covrig souligne qu'il ne partage pas les présupposés évolutionnistes de Jonathan Haidt, mais que son identification de ces six valeurs morales aide à clarifier la signification du sabbat du septième jour.
16. Sigve K. Tonstad, *The Lost Meaning of the Seventh Day*. Berrien Springs, MI: Andrews University Press, 2009, p.300–21.
17. Hans J. Hillerbrand, *A New History of Christianity*. Nashville, TN: Abingdon Press, 2012, p.41.
18. Idem, p.50.
19. Idem, p.51.

Affermissez votre engagement

Si jamais nous avons besoin d'affermir notre engagement avec le Seigneur Jésus-Christ et le message qu'Il nous a donné, c'est bien maintenant. Il n'existe aucune nécessité de répéter les signes de la fin, parce que, nous les connaissons déjà. Satan sait que son temps est limité ; ses tentatives pour minimiser la mission de l'Eglise qui est la mission du Christ lui-même s'intensifieront.

Pour clarifier les bases d'une réforme, laissez-moi établir la différence entre accepter Christ comme Sauveur et l'accepter comme Sauveur et Seigneur. Paul parle à maintes reprises du Christ comme Sauveur et Seigneur. C'est là une question importante de toute éternité. Lucifer n'a jamais accepté que

l'autorité du Fils de Dieu s'exerce sur lui. Nul n'ira au ciel s'il ne se soumet à l'autorité du Christ. Alors que le Calvaire demeure le centre de nos vies, la réforme consiste en une joyeuse obéissance volontaire au Christ tandis que nous prions pour l'effusion du Saint-Esprit.

Pour clarifier notre mission, nous avons besoin de comprendre la mission du Christ ; car sa mission est notre mission. Soulignons-en trois aspects importants : (1) La mission du Christ consiste à gagner des âmes par la prédication et l'enseignement, l'action médicale et l'aide à ceux qui sont dans le besoin. Cela doit être fait avec l'amour et la compassion exemplaires de Jésus ; (2) La mission du Christ consiste aussi

**Réveil
et RÉFORME**
VOUS, VOTRE FAMILLE, VOTRE ÉGLISE, VOTRE COMMUNAUTÉ

à glorifier le Père, ce qui constitue le principe dominant de notre mission ; car Il est en tout le seul capable, pas nous ; (3) Jésus n'a pas ignoré le jugement à venir et la préparation dont nous avons besoin.

Réveillons-nous en affermissant notre engagement pour Celui qui est notre Sauveur et Seigneur, en renforçant notre participation à sa mission qui est aussi la nôtre.

– Jack Blanco, ThD, est professeur émérite à l'université adventiste Southern, Collegedale, Tennessee, États-Unis.

revivalandreformation.org



2016

Pour tourner les yeux vers Jésus
tout au long de l'année !

365 méditations quotidiennes

Avez-vous pensé à la façon
dont vous aimeriez vivre
votre relation avec Jésus
cette année ?



VIE ET SANTÉ

Tel : 01 64 39 38 26

