

# ÉCOULE LA DISCIPLINE SPIRITUELLE LA PLUS NÉGLIGÉE



## SOMMAIRE

# **Ministry**®

L'écoute :

la discipline spirituelle la plus négligée Première partie Daniel Reynaud et Paul Bogacs

**Residue** Prêcher grâce à une table ronde : se mettre ensemble à l'écoute de Dieu

Maurice Brown

**12** Le rôle du pardon dans le rétablissement de la santé physique et mentale

Don Mackintosh

16 Créer un équilibre émotionnel dans un monde déséguilibré

Karen Holford

1 L'avenir est en arrière : les églises laïques et le retour à nos racines

David M. Klinedinst

- Ce que contient le message adventiste de santé Lillian Kent
- 29 L'unité: autrefois et aujourd'hui Mark A. Finley

3 Éditorial

11 Nouvelle

20 Réveil et Réforme

**24** Courrier des lecteurs

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 :

Rédacteur adjoint: Jeffrey Brown

Rédacteur en chef intérimaire: Jerry N. Page



Rédacteur de l'édition en français : Bernard Sauvagnat

Secrétaire de rédaction: Sheryl Beck

Responsable financier et de fabrication: John Feezer IV

Conseillers internationaux: Elias Brasil de Souza, Ron Clouzet, Michael D. Collins, Daniel Devadhas, Carlos Hein, Patrick Johnson, Victor Kozakov, Geoffrey Mbwana, Musa Mitekaro, Passmore Mulambo, Daniel Opoku-Boateng, Hector Sanchez, Branimir Schubert, Houtman Sinaga, 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: Ivan Williams 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, Jeffrey Brown, Robert Costa, Anthony Kent, 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 9 Numéro 3 © 2017 - IMPRIMÉ AUX ÉTATS-UNIS.



# Apprendre à prier

es dernières semaines j'ai eu le privilège de participer à plusieurs rassemblements importants d'adventistes francophones: la convention de plus de trois cents pasteurs de l'Océan indien à Madagascar (voir page 11), l'assemblée spirituelle de la Fédération de la Suisse romande et du Tessin à Lausanne, le sabbat final de l'Assemblée administrative de la Fédération France Nord à Vittel et la cérémonie de remise des diplômes du Campus adventiste du Salève à Collonges. Dans chacun de ces rassemblements l'importance de la prière a été rappelée d'une manière ou d'une autre.

Nous, pasteurs, sommes conscients d'être engagés dans un ministère impossible à remplir sans une relation personnelle permanente avec Dieu. La prière joue un rôle déterminant dans cette relation. Pourtant, elle reste un défi à la fois personnel, familial et ecclésial. Nous aurions aimé suivre les cours donnés par Jean-Baptiste et Jésus sur ce sujet (voir Luc 11.1). Car nous avons encore tant à apprendre! Mais voici quelques éléments de base sur la prière.

#### Ce que la prière n'est pas

Le ciel n'est pas un supermarché, et la prière ne peut être une liste de courses à y faire. Le ciel n'est pas un distributeur automatique, et la prière une série de pièces de monnaie pour obtenir le produit choisi. La prière n'est pas une incantation magique qui ne fonctionnerait que si les formules sont les bonnes et si elles sont prononcées dans le bon ordre. La prière ne se mesure pas par sa longueur ni par le nombre de ses répétitions.

#### Ce qu'elle est

La prière est un échange avec une personne, un outil de communication. Par elle, nous écoutons Dieu. Par elle, nous parlons à Dieu. Par elle, nous lui disons ce que nous avons compris en lisant sa parole, en vivant une expérience. Par elle, nous pouvons lui expliquer pourquoi nous réclamons son écoute: nous sommes conscients de sa bienveillance à notre égard, de son expertise dans le domaine qui nous préoccupe. Nous venons vers lui avec notre confiance ou notre révolte. C'est par là que notre prière devrait commencer.

Ensuite notre prière devrait être construite autour de quelques mots clés : merci, pardon, s'il te plait. (1) Merci parce que, si nous ouvrons les yeux, nous voyons de nombreuses raisons d'être reconnaissants. On ne dit jamais assez merci. C'est pourtant fort utile pour notre bonheur. Compter les bienfaits de Dieu, surtout dans des périodes difficiles, est un merveilleux remède contre la plainte. la frustration ou le ressentiment. (2) Demander pardon est aussi capital. Car devant Dieu, nous n'avons aucun mérite. Nous avons mal fait, nous n'avons pas agi comme nous devions, nous avons trahi, nous avons été lâches, méchants, indifférents ou faibles. Enfin (3) nous pouvons dire s'il-te-plait, en présentant d'abord les besoins de ceux que nous voulons voir touchés par la grâce. Alors, il ne nous restera pas grand-chose à demander pour nous-même, sinon d'exaucer la prière de Dieu qui plaide pour nous voir marcher selon les directives de l'Esprit qu'il nous a donné. Tout au long d'une telle prière, nous pourrons joindre des louanges parce que nous apprécierons mieux notre interlocuteur divin.

La prière publique est souvent problématique dans les églises adventistes. Au cours du culte ou des réunions de prière. quantité de membres n'osent pas prier devant les autres. Ils craignent d'être jugés ou de ne pas utiliser les bonnes formules. D'autres prient toujours, longtemps et de manière répétitive. Je suis convaincu que le remède se trouve dans la prière sous forme de conversation dirigée au sein de petits groupes. On peut laisser une place apparemment vide dans chaque groupe pour se représenter Jésus présent au sein du groupe. Le pasteur, ou l'ancien ou une autre personne peut facilement diriger la conversation du groupe en la faisant passer par plusieurs des étapes composant la prière. Et l'on verra que presque chaque personne présente s'exprimera dans cette conversation publique. Il y a là un travail à accomplir par chacun de nous, pasteurs.

Enseignons la prière publique. C'est à nous de former nos membres. En nous appliquant à cette formation, nous aurons la joie de voir grandir nos églises. Et la prière publique deviendra une joyeuse dynamique spirituelle.

→IM

Les articles de la revue Ministry® en français sont maintenant disponibles sur https://www.ministrymagazine.org

Daniel REYNAUD, PhD, est vice-doyen de la Faculté de soins infirmiers, et enseigne la théologie à l'université adventiste Avondale, à Cooranbong, New South Wales, en Australie.





Paul BOGACS MSc, est chargé de cours et conseiller dans cette même université. Il est doctorant et se spécialise dans les relations entre la foi, la spiritualité et la santé mentale.

# L'écoute:

# la discipline spirituelle la plus négligée

Première partie

ous êtes-vous déjà demandé si Dieu n'avait pas parfois l'impression d'être debout, en haut de son escalier céleste, et d'appeler le monde en bas, en disant: «Pourriezvous s'il-vous-plaît m'écouter?» Nos vies sont constamment entourées de bruit. Le bruit interfère avec nos objectifs et entrave la réalisation de celui de Dieu sur la terre. Il n'y a vraiment qu'un moyen de réduire le bruit de notre bavardage continu, une seule facon de mettre fin à notre narcissisme et de centrer notre attention sur Dieu, sur notre âme, sur les épreuves et les luttes de ceux aui nous entourent : la pratique des disciplines spirituelles mentionnées dans les Écritures.

La discipline n'est pas un mot populaire, mais il existe une longue tradition chrétienne de disciplines spirituelles, et nous les ignorons au péril de notre propre bien-être spirituel. Les disciplines spirituelles sont les habitudes qui nourrissent la santé et la maturité spirituelle, ou la sanctification, si vous préférez. La Bible en parle à bien des reprises, mais généralement pas de manière systématique. Ceci nous oblige à sélectionner et organiser les textes de toutes Écritures

pour élaborer les catégories et les listes que nous trouvons si utiles pour nous souvenir de tout, de la doctrine comme de la pratique.

Au cours des siècles, plusieurs écrivains de différentes traditions chrétiennes ont rassemblé et défini les disciplines spirituelles qui ont faconné les chrétiens, en fonction des accents de leur tradition de foi. Et bien que ces différents recensements contiennent de nombreuses catégories qui se chevauchent ou sont synonymes, il n'y a pas d'accord sur une liste définitive. Typiquement, ces listes contiennent des disciplines comme la prière, l'étude de la Parole, la louange, le culte, la confession, le don et la fraternité. D'autres disciplines sont citées de manière moins systématique, telles la chasteté, la méditation, le jeûne, le service et la simplicité. La plupart d'entre elles s'appuient sur une liste imposante de versets bibliques, qui peuvent être facilement recensés en consultant rapidement une concordance. Trois des plus populaires, par exemple, sont la prière, qui compte plus de 240 références; la louange, qui en compte plus de 200; et le culte, qui en compte plus de 150.

#### La discipline la plus souvent mentionnée, mais la moins remarquée

Il y a une discipline spirituelle qui n'est pratiquement jamais mentionnée dans ces listes, même si celle-ci est souvent présentée dans les Écritures. C'est la discipline qui consiste à écouter et à entendre, deux mots traités comme des synonvmes dans la Bible. Ces deux mots sont mentionnés environ 700 fois dans la Bible, dont environ 500 sous la forme impérative ou instructive, comme une pratique à suivre. L'écoute est sous-entendue dans des disciplines telles que la prière, le recueillement et la méditation, mais on occulte souvent l'écoute en tant que discipline au sens propre. Il y a évidemment trop de textes qui parlent d'« entendre » ou d'« écouter » pour tous les citer, mais certains des plus connus comprennent le grand Shema, la prière qui est au cœur des services de prière juifs: «Écoute, Israël! Le Seigneur notre Dieu est le Seigneur un.» (Dt 6.4)\* et la répétition de la formule du Nouveau Testament : « Celui qui a des oreilles, qu'il entende!» (Mt 11.15; Mc 4.9; Ap 2.7, 11, 17, 29; 3.6, 13, 22). Les livres qui mettent particulièrement l'ac-

cent sur l'écoute, sont principalement des livres d'instruction, de prophétie et les évangiles: Lévitique, Deutéronome, Samuel, Job, Psaumes, Proverbes, Ésaïe, Jérémie, Ézéchiel, Matthieu, Marc, Luc, Jean, Actes et Apocalypse.

#### Le fruit de l'écoute

La Bible associe le fait d'écouter et d'entendre à de nombreuses qualités

4.36), la bénédiction (Lc 11.28; Ap 1.3), la présence, l'attention, le pardon et l'intervention de Dieu (1R 8; 2R 19.16), la Parole du Seigneur (Jr 22.29), la confession (Ne 1.6), la louange (Es 24.16); le discernement spirituel (Es 30.21), l'humilité et l'aptitude à être enseigné (Jr 13.15; Ne 9.17), la réprimande (Jr 36.3), les conseils (Ez 3.17), la confiance (Mi 7.7), les encouragements (Za 8.9; 3Jn 4), le témoignage et le rôle

ficile de compiler une liste plus complète de ce qu'est un caractère pieux.

La discipline de l'écoute est cruciale parce que, comme le dit l'Écriture: Le cœur est tortueux par-dessus tout et il est incurable: qui peut le connaître? (Jr 17.9).

En tant qu'êtres égocentriques, nous avons désespérément besoin d'entendre ce que nous dit la source de la



L'écoute de Dieu se renforce en apprenant à s'entendre les uns avec les autres.

spirituelles. Une liste partielle, sans ordre particulier, avec des références, comprend la compassion (Ex 22.27), la justice (Dt 1.16, 17; Mi 3.9), la sagesse, l'instruction et la compréhension (Dt 4.1; Jb 5.27; 34.16; Pr 1.5; Mt 15.10), la révérence (Dt 4.10), la discipline (Dt

de témoin (Mt 11.4; Ps 66.16), la guérison (Lc 5.15; Ac 28.27), l'obéissance (Dt 5.27; 31.12), les fruits spirituels (Lc 8.8), l'appartenance à la famille de Jésus (Lc 8.21; Jn 8.47); le fait d'avoir la foi (Jn 9.27; 11.42), et l'écoute en tant que don de Dieu (Rm 11.8). Il serait dif-

vérité. Même en tant que chrétiens, il nous est facile de confondre notre volonté et nos désirs avec ceux de Dieu. Beaucoup d'entre nous avons peut-être connu des chrétiens bien intentionnés qui ont suivi leur conception de « l'œuvre du Seigneur », mais ont occasionné

plus de mal que de bien. En effet, la plus grande atteinte au nom de Dieu ne vient pas des méchants qui agissent mal, mais des bons qui agissent mal en son nom. D'où l'accent mis sur l'écoute dans la Bible, ainsi que sur l'attention et l'appel à «prêter l'oreille» à Dieu afin d'éviter, ou du moins de réduire notre tendance à confondre notre volonté avec la sienne. Le Psaume 19 exprime en détail comment l'écoute de la loi, des instructions et des commandements de Dieu nous ravive, nous rend sages, donne de la joie et illumine l'âme et le cœur, nous aidant à discerner l'erreur et à surmonter même nos fautes cachées.

#### Comment écouter Dieu

Être à l'écoute de Dieu est une discipline qui demande de la pratique. On le fait principalement grâce à la Parole, écrite et parlée. La Parole fournit la norme pour mesurer toutes les autres sources par lesquelles Dieu s'exprime, d'où sa centralité absolue. L'Esprit est la deuxième facon d'entendre Dieu: dans la solitude, la prière et la confession, l'Esprit de Vérité parle directement aux oreilles de notre cœur. Les mentors spirituels sont une autre façon pour nous d'entendre la Parole de Dieu, alors que nous faisons l'expérience de la soumission et de la responsabilité mutuelle. Les mentors constituent un élément clef dans le développement du discernement spirituel des personnages bibliques, que l'on pense à Josué, à Samuel, à Élisée, aux douze apôtres ou à Timothée (2 Tm 4.11). La dernière facon d'écouter, c'est à travers l'expérience - essai et erreur. Tester par l'expérience la volonté de Dieu est essentiel, mais ce test doit toujours être soumis aux autres movens d'écoute. afin de nous éviter de concevoir Dieu à notre image et, par conséquent, d'entendre ce que nous aimerions que Dieu nous dise... Trop souvent, nous commençons par l'expérience, au lieu d'utiliser la Parole, l'Esprit et nos mentors pour nous aider à distinguer ce qui est motivé par notre propre compréhension limitée et ce qui vient vraiment de Dieu. La Bible nous encourage à mettre notre conception des choses de côté, et à prêter l'oreille à celle de Dieu. «Ayez entre vous les dispositions qui sont en Jésus-Christ» (Ph 2.5).

## Une discipline spirituelle à triple sens

Les disciplines spirituelles sont préconisées comme moyens de nous relier à Dieu. C'est aussi le cas de l'écoute. Mais apprendre à entendre Dieu peut être difficile: il n'est pas physiquement présent, et pour beaucoup, il se manifeste rarement de façon audible dans leurs vies. Il y a d'autres dimensions de l'écoute spirituelle, et toutes contribuent à notre capacité à entendre Dieu. Ce fai-

duire dans nos relations les uns avec les autres. Tout le concept de mentorat biblique repose sur l'écoute mutuelle. Souvent, lors d'une conversation, nous attendons simplement le moment de silence qui nous permet de sauter sur l'occasion de dire notre mot, que nous préparons intérieurement pendant que l'autre est en train de parler.

Nous sommes toujours là dans notre façon personnelle de voir les choses. Nous n'écoutons pas vraiment. Nous devons apprendre à nous entendre les uns les autres, car les autres sont la réalisation concrète de la présence de Dieu. Le fait de vraiment prendre le temps d'écouter l'autre de façon authentique est un acte chrétien, comme celui de donner de la nourriture à celui qui a faim ou de rendre visite au prisonnier. «En vérité, je vous le déclare, chaque fois que vous l'avez fait à l'un de ces

## Je me **sens** puissant quand je parle ; je **suis** puissant quand j'écoute.

sant, elles développent également notre capacité à grandir personnellement et à servir de façon efficace. L'écoute de Dieu se renforce en apprenant à s'entendre les uns les autres. Selon la Bible. l'écoute est associée à la relation et à l'empathie entre les humains (Jb 31.35, Gn 23.13-15, Gn 42.22) et à l'amour romantique (Ct 2.14; 8.13). La Bible encourage l'écoute, pour que celle-ci soit réciproque (Jn 9.7) et elle souligne que le silence est la voie de la sagesse et de la compréhension (Jb 33.31, 33; 34.2, 10, 16). Comme nous l'avons déjà vu dans Ph 2.5, avoir les pensées de Dieu au lieu de nos propres pensées est quelque chose que nous devrions intro-

plus petits, qui sont mes frères, c'est à moi que vous l'avez fait!» (Mt 25.40).

Il existe de nombreux concepts bibliques qui sont paradoxaux pour l'humanité pécheresse: le dernier sera le premier, les humbles hériteront de la terre, donner ma vie la sauvera, ou le dirigeant est serviteur de tous. Issu de ce dernier concept, il y a encore un autre paradoxe: je me sens puissant quand je parle; je suis puissant quand j'écoute. Autre vérité paradoxale: plus le poste de direction est élevé, plus le responsable doit écouter. Habituellement, nous associons le leadership d'abord au fait de parler, et ensuite d'écouter. Mais si une prédication puissante peut changer une

Église, une oreille sensible et à l'écoute entraînera probablement davantage de changements positifs et profonds.

Dans un cas particulier, des arguments convaincants ont vaincu l'opposition à la réforme spirituelle, mais ont aussi fait pas mal de dégâts. Mais dans un autre cas, après avoir, dans l'humilité, appris que la véritable puissance est dans l'écoute, une équipe de leaders à l'écoute a pu motiver la plupart de ses collaborateurs à travailler de façon harmonieuse pour apporter des changements. Le discours et l'écoute ont tous deux entraîné des changements, mais l'écoute a causé moins de dégâts et a entraîné des progrès plus permanents.

La dernière manière d'« entendre » encouragée par la Bible découle de l'écoute de soi-même. La conscience de l'âme est présentée dans plusieurs versets (1S 1.15; Jb 7.11; Ps 31.9; 35.3; 42; 62.1-5; 130.5; 131.2; Pr 19.8) et est associée à la satisfaction et à une vie renouvelée (Es 55.2, 3). L'écoute de soi me permet d'identifier mes besoins et d'y répondre au lieu de les sublimer et les ignorer. De cette façon, je suis dans un bien meilleur état pour accueillir et recevoir la grâce et l'amour régénérateurs de Dieu. Traditionnellement, les chrétiens protestants ont été et continuent à être très nerveux dès qu'il est question de se centrer sur soi, par peur de l'orqueil et de l'autosuffisance. Mais le plus long livre de la Bible contient aussi la plus grande densité de langage introspectif. Imaginez les Psaumes sans leurs puissantes expressions de l'âme des poètes. Essayez d'enlever des Psaumes tous les «je, moi, mon/mes» et voyez comme leur lecture devient pauvre et sans force. C'est en reconnaissant leur propre souffrance, leur détresse, leur colère et leur joie que les psalmistes ont fait éclater leurs chants, ont cherché le Seigneur avec passion et ont loué son nom en s'abandonnant à lui.

#### Jésus, le maître de l'écoute

Jésus était souvent appelé « le maître enseignant», mais ne pourrait-on pas l'appeler « le maître de l'écoute »? Examinons dans les évangiles les expériences de Jésus en tant qu'écoutant. D'abord, il écoutait son Père, Jésus insistait sur le fait que tout son ministère sur terre était tout simplement d'accomplir la volonté du Père, et tout ce qu'il enseignait était simplement ce qu'il avait entendu de son Père (Jn 6.38; 7.16). Cela a dû demander beaucoup d'écoute de sa part. Il a rappelé que même l'Esprit travaillait de la même manière, en reflétant tout simplement ce au'il avait entendu (Jn 16.13). Il v a aussi beaucoup de références à Jésus en train de prier, et certaines d'entre elles précisent qu'il pouvait rester en prière plusieurs heures, même toute la nuit (Mc 1.35, Lc 5.16, Lc 6.12, Mt 14.23). Nous ne connaissions pas le contenu spécifique de ces heures passées à prier, mais il n'est pas possible qu'il ait parlé tout le temps; une bonne partie de son temps de prière consistait à écouter. À Gethsémané, Jésus a prié pour être dispensé de l'agonie de la croix. Mais il l'a acceptée, démontrant au'il écoutait la volonté du Père.

Deuxièmement, Jésus écoutait les autres. Ayant écouté son Père, son cœur était hypersensible à ceux qui l'entouraient, au point où il pouvait entendre leurs cris silencieux et latents. Nicodème, la femme près du puits, Zachée, et le paralytique qu'on a fait descendre par le toit, entre autres, ont fait appel à Jésus, et il leur a répondu. Non seulement pleinement, mais au-delà de ce qu'ils avaient exprimé. En entendant le cri de leurs âmes, il manifestait le cœur aimant de son Père.

Troisièmement, Jésus était sensible à l'expression de sa propre âme. Il pouvait faire la différence dans son esprit entre

un toucher déterminé et les bousculades de la foule (Lc 8.45, 46). Ses nombreuses heures consacrées à la prière témoignent qu'il était conscient de son besoin du Père. Il s'est lamenté sur la Jérusalem impénitente (Mt 23.37). Dans le jardin de Gethsémané, il a supplié d'être déchargé de la croix imminente. Au Calvaire, il a exprimé sa soif.

## Dieu, l'écoutant par excellence

Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi Dieu est puissant? C'est surtout parce qu'il est un Dieu qui écoute. Il est «El Shama» ou «Ismaël», «le Dieu qui m'entend» (Gn 16.11), le verbe fait chair (Jn 1.1-3), et le consolateur, envoyé pour convaincre et guider (Jn 16.12-15). Dieu écoute plus que le reste de l'univers tout entier. Il n'entend pas seulement chaque prière humaine; il entend le passereau qui tombe; il surveille le nombre toujours croissant de cheveux sur ma tête (Lc 12.6, 7). Le caractère unique de la foi chrétienne réside dans la ferveur de Dieu, non seulement à nous dire des choses, mais à nous démontrer que notre cri pour être sauvé a été entendu. Dieu s'est manifesté et a habité parmi nous. Dieu prenait le fait d'être à l'écoute de ses enfants tellement au sérieux au'il est devenu l'un de nous.

La théorie et la théologie c'est très bien, mais la question demeure: comment mettre cette discipline précieuse en pratique. Nous avons le privilège de vivre à une époque où la pratique de l'écoute a été bien étudiée et ses avantages, clairement attestés. La deuxième partie de cet article qui explore la mise en pratique de l'écoute, appliquée au rôle du pasteur, sera publiée dans le prochain Ministry®.

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

<sup>\*</sup> Les références bibliques sont tirées de la Nouvelle Bible Segond.

Maurice BROWN, DMin, a été prédicateur laïc à Londres, en Angleterre. Retraité, il continue à servir comme ancien d'Église à l'Église adventiste de Mandeville à la Jamaïque.



# Prêcher grâce à une table ronde : se mettre ensemble à l'écoute de Dieu

I existe une prise de conscience grandissante du besoin dans les communautés chrétiennes d'une prédication intégrale qui inclut le prédicateur. l'auditeur et le message. Après un sermon prêché une certaine semaine, il n'est pas inhabituel d'entendre des commentaires suggérant que, même bon, ce sermon ne répond pas aux besoins des membres de l'Église. Cette déficience provient certainement de l'idée que la révélation a été donnée au pasteur et rien qu'à lui ou à elle.

Le prophète Ésaie a été appelé à prêcher la bonne nouvelle au peuple de Dieu en exil et nous lisons au chapitre 50.4: «Le Seigneur, l'Éternel, m'a donné une langue exercée, pour que je sache soutenir par la parole celui qui est abattu; il éveille, chaque matin, il éveille mon oreille, pour que j'écoute comme écoutent des disciples ».

La manière dont Ésaïe peint le service révèle un magnifique portrait de la vie du prédicateur appelé par Dieu et qui apprend à écouter avant de parler. La prédication coopératrice est devenue celle qui place l'écoute comme un ingrédient de première importance. Le prédicateur apprend à écouter à la fois les soupirs de l'Esprit et les échos de sa communauté. En résumé, le prédicateur apprend à écouter les deux.

Dans cette perspective, notre église, à Londres, en Angleterre, a demandé à un groupe de huit représentants, sélectionnés de manière à refléter l'âge, le genre, la culture et l'éducation et l'origine religieuse de la congrégation pour participer à une table ronde avec le pasteur. Ce que nous avons appris montre que les sermons préparés en collaboration avec les membres de la congrégation sont souvent mieux appropriés pour répondre aux besoins des auditeurs.

#### Méthode

Le texte du pasteur a été distribué aux participants sans aucune directive du pasteur dans un délai raisonnable pour l'étudier avant la rencontre. Les objectifs à atteindre ont été rappelés: a) élargir le processus d'interprétation biblique aux laïcs; b) mettre en place des moyens pour que la congrégation puisse progresser pour devenir une communauté chrétienne ; et c) apprendre à écouter la voix de Dieu et à marcher selon sa volonté.

Les membres étaient informés des principes herméneutiques et exégétiques qui éclaireraient le processus d'interprétation aussi bien que les aptitudes d'écoute qui aideraient les membres à saisir les dynamiques de la préparation et de la présentation du sermon.

Le processus d'interprétation commencait par la lecture du texte dans diverses traductions. Après la lecture, les membres étaient répartis en groupe de deux pour discuter des lumières et des idées émanant du texte. Après le temps alloué, ils se rassemblaient pour une discussion générale et une saynette faisant travailler leur imagination. Ils devaient regarder le texte dans son contexte historique et l'appliquer à la situation de la communauté de manière à répondre aux besoins, aux espérances et aux expériences vécues par les membres.

Après cette rencontre préparatoire, le prédicateur avait pour tâche de travailler avec le Saint-Esprit pour créer un sermon qui reflète le texte et intègre tout élément tiré du groupe de discussion que le prédicateur estime pertinent. Une fois le sermon prêché, le groupe célèbre la parole et partage joyeusement les bénédictions et les lumières recues grâce à leur interaction avec le reste de la congrégation.

Le groupe s'engage pour un an, puis un autre groupe est choisi. Nous avons fait cela trois années consécutives puis nous avons demandé aux membres ce que cela leur a apporté. Quels étaient selon vous les résultats? Avant tout, permettez-moi de partager une expérience.

Il existe un besoin d'auto-évaluation pour ce que, par exemple, J.H. Oldham appelle une révolution dans notre fonctionnent actuel : le besoin de restaurer le lien rompu entre l'église et la vie

réelle exige une compréhension radicalement nouvelle de la place et la fonction des loïcs dans l'Église. Une révolution est nécessaire dans le fonctionnement actuel de l'Église. Cette révolution peut commencer par inviter des voix marginalisées au travail de préparation des sermons.

L'apôtre Paul dit : « la foi vient de ce qu'on entend, et ce qu'on entend vient de la parole de Christ » (Romains 10.17). À force d'écouter, le prédicateur apprend non seulement les expériences et les attentes des membres, mais aussi ses propres limitations. Pour que ce soit possible, l'Église doit encourager la participation réelle — une collaboration entre pasteur et laïcs dans les charges du ministère. Une manière d'y parvenir consiste à un mode d'écoute qui permet à l'heure de la prédication d'unir la Parole, le prédicateur et la vie de la congrégation.

L'apôtre Pierre dit : «Sachant tout d'abord vous-mêmes qu'aucune prophétie de l'Écriture ne peut être un objet d'interprétation particulière » (2 Pierre 1.20). La conversation entre le clergé et le laïcat peut aider à établir un langage commun de foi et à édifier une communauté plus unie, plus solide. Et quand c'est fait, la communauté apprend et développe un trésor de métaphores, des images de foi et un langage du cœur en harmonie avec la Parole de Dieu et les expériences de ses membres.

Fred Craddock discute du rôle essentiel du prédicateur 2. Il suggère que le prédicateur devrait par-dessus tout être « un auditeur de la Parole de Dieu » cherchant à expérimenter la Parole comme un événement ou une manifestation. De plus, le prédicateur devrait « vraiment être un membre de la congrégation », « capable d'être vulnérable » et de vivre et prêcher en relation avec le peuple. Plus loin, Craddock caractérise la nouvelle relation comme « l'écoute

La vérité doit être répandue par tous ceux qui se disent disciples de Christ. Elle doit être semée le long des eaux.

de l'orateur » jumelée à « la contribution de l'auditeur ».

Christine Smith suggère que le prédicateur et la commission liturgique ne sont pas deux entités séparées<sup>3</sup>. Elle affirme que la prédication ne s'inscrit pas dans «les droits spéciaux, les pouvoirs, les connaissances, et les capacités à influencer ou à transformer » du prédicateur. Au contraire, c'est une compréhension de la prédication qui s'inscrit dans une mutualité et une solidarité entre le prédicateur et la communauté.

Pour évangéliser le monde entier, Jésus a transféré sa responsabilité d'enseigner et de guérir à des gens ordinaires qui en seraient rendus capables par le Saint-Esprit. Un pareil transfert devient nécessaire entre le clergé et le laïcat dans tous les aspects du ministère, y compris la préparation du sermon. Pour que cela se produise, les procédures et structures de l'Église devront être simplifiées et de nouvelles priorités adoptées.

En général, les prédicateurs ont systématiquement suivi la forme pastorale ou ce que Bernard Swain appelle le «style souverain» de direction 4. Ce style suit le modèle des prophètes qui interprétaient et assuraient la médiation de la Parole de Dieu pour la communauté. Dans le style souverain de prédication, le pasteur détermine et concrétise le dernier mot sur la volonté de Dieu pour les membres. Le prédicateur, cependant, peut être enrichi par l'écoute

des pulsations du cœur de sa congrégation autant que des vibrations du texte. Sans cela, le sermon peut devenir la reformulation positiviste d'une vérité scripturaire sans être vraiment une prédication biblique <sup>5</sup>.

#### Collaboration

John Mcclure voit la prédication comme un processus de collaboration dans lequel les dirigeants créent une conversation circulaire qui donne aux laïcs des occasions d'interpréter l'Évangile dans le contexte de leur propre vie. Il implique les membres de la congrégation dans une tempête d'idées homilétiques. De cette manière, le sermon devient ce que David Hesselgrave appelle la «rhétorique de l'écoute»: une forme de communication entre le prédicateur et l'auditeur qui permet à la perception théologique du prédicateur de pénétrer la congrégation en même temps qu'il donne aux interprétations bibliques de la congrégation une voix au pupitre.<sup>7</sup>

Lucy Atkinson Rose écrit que le prédicateur et la congrégation sont des collègues explorant le monde tel qu'il se rapporte à leur vie; la congrégation en gros et la société en général. <sup>8</sup> Tous les chrétiens, indépendamment de leur position dans la vie, ont une expérience unique avec Dieu et ils devraient tous être invités au processus de l'interprétation.

Je soutiens qu'un effort de collaboration planifié, au'une interaction structurée entre le prédicateur et les membres de la congrégation non seulement élargira le processus de l'interprétation, mais conduira aussi à des vies spirituelles plus profondes et à de meilleures relations entre les membres. L'expérience du groupe, idéalement, reflètera celle du pasteur. Cependant, à l'écoute du sermon, le groupe se trouve aussi en position de dialoguer ensemble pour une meilleure compréhension et pour faciliter le changement. On peut considérer le dialogue comme un outil pour la réflexion et le changement.

#### Dialogue

Tout en sachant la nécessité d'une pertinence plus grande et de plus d'équilibre dans ma prédication, ce n'est qu'au séminaire que j'ai réalisé à quel point mes sermons étaient partiaux. Le séminaire m'a rendu capable de prêcher des sermons plus adaptés à la réalité et de faire du moment de la prédication un événement aui mette les auditeurs en mesure d'expérimenter l'assurance de la grâce de telle sorte qu'ils «ne cessent iamais de louer Dieu.» 9 Mais c'est là aussi que j'ai été initié à un processus plus profond de dialogue qui rend le corps de Christ capable d'avoir une rencontre avec Dieu, une rencontre qui conduise à une foi plus solide et à un engagement plus profond à œuvrer dans sa cause.

La plupart des Églises ont ce que nous considérons être un ministère partagé. Les diacres et les diaconesses participent au service de communion; l'occasion de prêcher est donnée aux anciens. N'empêche que leur structure hiérarchique crée une distance entre le pasteur et les laïcs. Il y a certes du dialogue; mais le style souverain ne permet pas ou n'accorde pas de dialogue dans les premiers moments de préparation du sermon. 10 La prédication est souvent conçue dans un processus

de huis-clos qui, par sa nature même est exclusive.

Le besoin de changement a longtemps été reconnu. La distribution des dons spirituels était (et est) pour l'édification de l'Église comme le corps de Christ, et elle fournit d'amples preuves que l'Église, dans ses premiers vagissements, était dirigée par des laïcs (1 Co 12.3-10). En contraste, nous avons établi un système à deux volets où le pasteur professionnel dirige et le laïc le suit. Lucy A. Rose est convaincue que «le prédicateur et la congrégation ne sont pas des entités séparées, mais une communauté de foi.» 11 Parce que la théorie homilétique traditionnelle présuppose une distance entre le prédicateur et les adorateurs, il peut être difficile de prendre au sérieux des expériences alternatives enracinées dans le dialoque.

Si l'Église doit suivre l'exemple des premiers croyants, les membres doivent s'engager dans diverses formes de collaboration entre pasteur et laïc. Le processus unitaire réfute le modèle du cavalier seul en prêtant oreille à ceux qui partagent nos points de vue comme à ceux qui s'y opposent mais dont, néanmoins, nous prenons les perspectives en considération.

#### Résultats

Quels ont été les résultats? Les témoignages des laïcs qui ont participé furent épatants. Ils se sont sentis remplis d'humilité mais aussi motivés. Un membre d'un groupe a déclaré: «Comme membre du groupe, travailler sur les sermons avec le prédicateur a été l'un des points forts de l'année. J'ai maintenant une meilleure compréhension de la manière de lire et interpréter un passage. Ça a été pour moi un processus d'apprentissage. J'ai appris de nouvelles manières de regarder un texte, visualisant les diverses images et métaphores qui peuvent contribuer à une interprétation de l'Écriture. J'ai pris conscience du besoin de lire le texte d'une certaine manière, et je me concentre davantage sur ce que dit le texte. Un autre membre d'un groupe a dit : «L'idée de chercher à découvrir les mystères de la Bible elle-même est un mystère; mais un mystère, j'ai fini par réaliser, qui peut être dévoilé par la foi et la puissance du Saint-Esprit. Guidé par le pasteur et travaillant avec d'autres personnes, dont tous ont différents niveaux d'expérience et de foi, était en soi une lecon de foi.» Un autre membre de groupe a dit : « Bien que nous ayons lu le texte, nous avons continué à le regarder dans la perspective de l'auteur de l'Évangile de Luc. Même si nos interprétations étaient similaires en raison d'idées préconcues. elles étaient différentes de celles du pasteur. Du dialoque subséquent avec le pasteur, nous avons appris la nécessité de nous focaliser sur le texte et sur ce qu'il est en train de nous dire. Il nous a aussi été rappelé que les textes ont plusieurs couches et dimensions de sianifications au'il faut prendre en considération »

Les sermons prêchés au cours de ces trois ans ont montré que la participation du pasteur avec les membres de la congrégation peut fortifier les relations clergé-laïc, intensifier la prise de conscience et augmenter la capacité d'écoute des paroissiens. Les membres d'Église ont rapporté que leurs connaissances bibliques ont augmenté, leur foi et leur spiritualité ont été grandement renforcées.

Ellen White a écrit : « La dissémination de la vérité de Dieu n'est pas confinée à quelques pasteurs consacrés seulement. La vérité doit être répandue par tous ceux qui se disent disciples de Christ. Elle doit être semée le long des eaux.» 12 La charge du ministère repose sur l'Église entière du Christ, tant sur les pasteurs que sur les laïcs. La collaboration dans la prédication n'usurpe pas la place du Saint-Esprit. Au contraire, elle augmente le besoin du Saint-Esprit, donne au prédicateur la capacité de

reconnaître et utiliser les dons et talents de l'Église à grande échelle et fait de nos histoires collectives une offrande à Dieu

Paul Scott Wilson a mis l'accent sur ce point : « Comme prédicateurs, nous ne nous opposons pas aux gens, insensibles à leurs luttes. Nous nous tenons à côté des gens comme l'un d'entre eux. Les gens constituent l'Église et ils nous ont mis à part pour un genre de ministère particulier, pour mettre leurs vies en règle avec Dieu.» 13

Les traditions disparaissent difficilement et souvent les changements prennent du temps. Si un pasteur souhaite introduire la prédication conjointe, nous suggérons que ce soit pour de courtes périodes, par intermittence. La voix prophétique du prédicateur ne peut pas être supprimée par les sensibilités des saints. Mais si les prédicateurs doivent prêcher pour répondre aux besoins des paroissiens, ils doivent savoir quels sont ces besoins. Et quel meilleur moyen pour identifier ces besoins que, simplement écouter ?<sup>14</sup>



- 1. J. H. Oldham, *Life is Commitment*. New York: Association Press, 1952, p. 97, 98, cite par Rex D. Edwards, Every Believer a Minister. Silver Spring, MD: General Conference Ministerial Association, 1995, p.11.
- 2. Fred B. Craddock, *As One Without Authority: Inductive Preaching*. Enid. OK: Phillips University Press, 1974, p.43, 35, 83, cite par Lucy Atkinson Rose, Sharing the Word. Louisville, KY: Westminster John Knox Press, 1997, p.61.
- 3. Christine M. Smith, *Weaving the Sermon*. Louisville, KY: Westminster/John Knox Press, 1989, p. 57, 46
- 4. Bernard F. Swain, Liberating Leadership: Practical Styles for Pastoral Ministry. San Francisco: Harper and Row, 1986 cité par John S. McClure, The Roundtable Pulpit: Where Leadership and Preaching Meet. Nashville, TN: Abingdon Press 1995, p.31.
- 5. Cf. Fred Craddock, "The Inductive Method in Preaching," in A New Hearing Living Options in Homiletic Method, ed. Richard L. Eslinger. Nashville, TN: Abingdon Press, 1987, p. 123.

McClure, p. 49

- 7. David J. Hesselgrave, « Gold from Egypt : The Contribution of Rhetoric to Cross-Cultural Communication », in *Missiology: An International Review* 4 (1976), p. 95 cité par in McClure (1995), p. 57.
- 8. Lucy Atkinson Rose, Sharing the Word: Preaching in the Roundtable Church. Louisville, KY: Westminster John Knox Press, 1997, p.4.
- 9. Frank A.Thomas, *They Like to Never Quit Praisin' God: The Role of Celebration in Preaching.* Cleveland, OH: The Pilgrim Press 2013, p. 3.
- 10. Comparer Charles E. Bradford, *Preaching to the Times: The Preaching Ministry in the Seventh-day Adventist Church.*Silver Spring, MD: General Conference Ministerial Association,
  1995, p.78–81; Vassel Kerr, *The Power of Biblical Preaching.*Oshawa, ON: Miracle Press, 2000, p. 173–182.
- 11. Rose, p. 22.
- 12. Ellen White, "The Salt of the Earth," in *Review and Herald*, August 22, 1899, par. 12.
- 13. Paul Scott Wilson, *Imagination of the Heart: New Understandings in Preaching.* Nashville, TN: Abingdon Press, 1988, p. 29.
- 14. For more information on this topic see Maurice Brown, Preaching from the Roundtable: Where Collaboration Amplifies Revelation and Facilitates Proclamation. Belleville, ON: Guardian Books. 2009.

## **Nouvelle**

### SAMBAINA, MADAGASCAR:

### « Mobiliser des partenaires fidèles »

u 26 mars au 2 avril 2017 plus de trois cents pasteurs adventistes, hommes et femmes, des différentes fédérations et missions de l'Union de l'Océan indien se sont réunis sur le campus de l'Université adventiste Zurcher à Sambaina, Madagascar. Venus des différentes régions de la grande île de Madagascar, de La Réunion, de Maurice, des Seychelles et de Mayotte, ces pasteurs étaient heureux de se rencontrer, de faire connaissance ou de renouer des liens entre eux. Le pasteur John Andrianasoa, secrétaire de l'Association pastorale de l'Union de l'Océan indien était en charge du programme autour du thème « Mobiliser des partenaires fidèles ». Le département de la Gestion chrétienne de la vie a eu une place prépondérante aux côtés de l'Association pastorale dans les six jours de cette rencontre. Le pasteur Marcos Bomfim, directeur de ce département à la Conférence générale et originaire du Brésil, était l'invité principal. Son homologue de la Division de l'Afrique australe – Océan indien, le pasteur Aniel Barbe, originaire de Maurice et ancien président de l'Union de l'Océan indien, est aussi intervenu très fréquemment. Tous deux ont expliqué en détail la philosophie de la vie et de l'engagement du chrétien, et par de nombreuses expériences vécues, invité les pasteurs à intensifier leur propre engagement et à former les membres de toutes les églises à mieux comprendre ce que Dieu attend d'eux.

Trois autres invités sont intervenus. Deux venus d'Afrique anglophone Passmore Molambo, secrétaire de l'Association pastorale de la Division Afrique australe-Océan indien et Kelvin Onongha, professeur et directeur du programme de doctorat en ministère pastoral à l'Université adventiste du Kenya, et un européen francophone, Bernard Sauvagnat, pasteur retraité, rédacteur de l'édition du *Ministry*® en Français. Ces trois intervenants ont insisté sur les qualités du pasteur, sur son engagement personnel et familial et sur les exigences éthiques du ministère.

La chapelle de l'université a accueilli toutes les réunions qui étaient agrémentées de nombreux chants et morceaux de musique. L'équipe de cuisine a fait un excellent travail pour fournir une nourriture abondante et délicieuse. Chaque participant est retourné à son poste de travail encouragé et dynamisé pour poursuivre sa mission avec enthousiasme.



Don MACKINTOSH, MDiv, BSN, est doyen du département de théologie, pasteur du campus, aumônier du programme Nedley de lutte contre la dépression et directeur du programme de santé de l'Institut Weimar, à Weimar, Californie, États-Unis.



# Le rôle du pardon dans le rétablissement de la santé physique et mentale<sup>1</sup>

ous vivons dans un monde de douleur, où règnent blessures, colères, amertumes, et peutêtre le pire de tout, un esprit impitoyable. Hors de contrôle, ces sentiments peuvent provoquer des dégâts dans notre vie. Comment pouvons-nous maîtriser ces sentiments destructeurs? L'objet de cet article est de montrer que la meilleure façon de contrôler et de gérer de si puissantes émotions négatives, est peut-être de pratiquer l'art du pardon.

Comment pouvons-nous aider les gens à apprendre l'importance du pardon?

Quand je tente d'identifier et de comprendre la souffrance émotionnelle d'une personne, je lui demande parfois de compléter la phrase ouverte suivante: «Il est arrivé une fois quelque chose qui m'a bouleversé, et je n'ai jamais voulu oublier ce jour. Voici comment cette décision a impacté ma vie...»

Cette simple méthode consistant à mettre l'accent sur ce que l'on n'a pas pardonné est souvent révélatrice.

#### Le chemin du pardon

Bien sûr, si nous laissons les gens simplement en possession d'une liste de leurs doléances, nous ne les aidons guère. Il nous faut, avec l'aide de Dieu, les conduire sur le chemin du pardon, de la guérison et de l'espoir. C'est là que la foi joue un rôle important : son insistance sur le pardon et son accent sur des relations rétablies sont des fac-

teurs positifs dans l'amélioration de la santé mentale.<sup>2</sup>

Un authentique ministère chrétien doit impliquer le pardon, et ceux qui s'engagent dans un véritable pardon subissent moins de stress, d'anxiété et de dépression. Ils connaîtront probablement une croissance post-traumatique significative.<sup>3</sup>

Même dans des situations où la possibilité du pardon semble lointaine, les recherches montrent qu'il y a de l'espoir.

Des chercheurs ont suivi des femmes de type européen ayant subi un inceste et qui « ont participé à des sessions hebdomadaires individuelles pendant environ 14 mois portant sur le pardon à accorder à celui qui a abusé d'elles. Comparées à un groupe de contrôle, elles ont progressé en indulgence et en espoir associé à une baisse de leur anxiété et de leur dépression ». <sup>4</sup>

Une intervention similaire a été employée avec des femmes victimes de harcèlement moral de la part de leur conjoint. «Leur capacité croissante à pardonner était associée à une amélioration considérable de leur dépression, de leur formes d'anxiété, de leurs symptômes de stress post-traumatique, de leur estime de soi, de leur maîtrise de l'environnement et de leur découverte d'un sens à donner à leur souffrance. Ces gains se sont maintenus après huit mois de traitement post-intervention».5

#### **Esprit et corps**

Les bénéfices physiques du pardon ont été aussi attestés cliniquement et comprennent les éléments suivants.

Amélioration de la santé du cœur: «Un meilleur rapport du cholestérol total et du cholestérol LDL/HDL. Sur la base de leurs découvertes à la fois psychologiques (niveaux de stress, d'anxiété et de dépression réduits) et physiologiques, les auteurs de cette étude concluent que le pardon peut être associé à une réduction du risque d'un problème cardiovasculaire futur.» 6

Amélioration de la circulation sanguine: « Les patients ayant présenté une réduction de la circulation sanguine au niveau du myocarde en raison d'un état de colère, ont bénéficié de 10 sessions hebdomadaires de psychothérapie centrée sur le pardon. Les mesures postinterventions au cours des dix semaines qui ont suivi ont révélé une amélioration significative comparée à un groupe de contrôle. » 7

#### Amélioration de la pression sanguine:

« Un modèle de formation psychopédagogique au pardon d'une durée de 8 semaines a été donné à 25 patients souffrant d'hypertension de niveau 1. Après les 8 semaines de cours, ceux qui avaient un score élevé dans les mesures d'expression colérique avant l'intervention ont présenté à la fois une réduction de l'expression de leur colère et une baisse significative de leur pression sanguine.»<sup>8</sup>

Il est intéressant de noter que, si les bénéfices du pardon en général sont significatifs, c'est le sentiment spécifique du pardon de Dieu qui a produit les résultats les plus élevés sur la santé. Trois dimensions du pardon ont été examinées et ont montré que « le sentiment d'être pardonné par Dieu a produit les effets les plus importants, bien que le pardon accordé à soi et aux autres ait aussi contribué aux effets positifs sur la santé spirituelle.»

#### Qu'est-ce que le pardon?

Si le pardon peut indéniablement guérir physiquement, cela nous conduit à une autre question: Qu'est que le pardon exactement? Ann C. Recine, Joan Sthele Werner, et Louis Recine déclarent: «Une définition consensuelle peut émerger. Elle comprend trois éléments: le douaner ceux qui les ont blessés des conséquences de leur action. S'ils veulent avancer, il est utile de partager avec eux l'erreur qui est contenue dans ce mode de penser.

#### Voici ce que le pardon n'est pas :

- 1. Le pardon biblique n'est pas une absence de colère. La Bible contient de nombreux passages où l'émotion de la colère est reconnue et exprimée. Le Psaume 119, en particulier, est utile parce qu'il décrit non seulement la colère du psalmiste, mais aussi les symptômes de type dépressif qui accompagnent une telle colère.
- Le pardon biblique n'enlève pas les conséquences. C'est un sujet majeur pour ceux qui ont été blessés ou traumatisés. « Seigneur, notre Dieu, c'est toi qui leur a répondu. Tu fus

- «Ne vous faites pas justice vousmêmes, bien-aimés, mais laissez place à la colère, car il est écrit: C'est moi qui fais justice! C'est moi qui paierai de retour, dit le Seigneur» (Rm 12.19).
- 2. Le pardon biblique c'est d'éviter notre réponse naturelle, négative et de choisir délibérément une réponse positive. « Prenez garde que personne ne rende le mal pour le mal; mais poursuivez toujours le bien, les uns envers les autres comme envers tous » (1 Th 5.15).
- 3. Le pardon biblique nous invite à bénir et à prier pour ceux qui nous ont blessés. « Bénissez ceux qui vous maudissent, priez pour ceux qui vous injurient » (Lc 6.28).
- 4. Le pardon biblique nous invite à ne pas nous réjouir, mais plutôt à éprou-

Il est intéressant de noter que si les bénéfices du pardon en général sont significatifs, c'est le sentiment spécifique du pardon de Dieu qui a produit les résultats les plus élevés sur la santé.



pardon est un processus qui prend du temps. Il implique l'abandon d'une réponse négative à un outrage. Au travers du pardon, une réponse positive envers l'offenseur voit le jour.» 10

Souvent, les gens qui ont été traumatisés trouvent que s'ils pardonnent à leur agresseur, ils vont en quelque sorte dépour eux un Dieu qui pardonne, mais qui tire vengeance de leurs agissements » (Ps 99.8).

Si le pardon biblique n'est pas l'absence de colère ni de conséquences, qu'est-il alors?

 Le pardon biblique consiste à laisser Dieu se charger des conséquences. ver de la peine quand ceux qui sont contre nous trébuchent et tombent. « Si ton ennemi tombe, ne te réjouis pas; quand il trébuche, que ton cœur ne soit pas dans l'allégresse » (Pr 24.17).

5. Le pardon biblique nous conduit à aimer et à prier pour ceux qui nous

ont traumatisés. « Mais moi, je vous dis: Bénissez ceux qui vous maudissent, faites du bien à ceux qui vous détestent, priez pour ceux qui vous maltraitent et qui vous persécutent » (Mt 5.44).

- 6. Le pardon biblique appelle les croyants à vivre en paix avec ceux qui les ont blessés. «S'il est possible, pour autant que cela dépende de vous, soyez en paix avec tous » (Rm 12.18).
- 7. Le pardon biblique nous motive à secourir nos ennemis quand ils rencontrent des difficultés matérielles. «S'il t'arrive de voir le bœuf de ton ennemi ou son âne égaré, tu le lui ramèneras» (Ex 23.4).
- Pratiquer le pardon biblique, c'est suivre l'exemple de Dieu. «C'est ainsi que mon Père céleste vous traitera si chacun de vous ne pardonne pas à son frère de tout son cœur» (Mt 18.35).

#### Sur le chemin

Comment peut-on accompagner des gens, d'une manière pratique, à s'élancer sur le chemin du pardon ?

- ▶ 1. Mettez l'accent sur leur condition physique. Dans le programme Nedley de guérison de la dépression et de l'anxiété, ce but est atteint par des exercices, des massages, de l'hydrothérapie, une alimentation adaptée et l'absorption d'un grand volume d'eau, sous la direction d'un médecin. Ces modalités contribuent à améliorer la circulation dans toutes les parties du corps, y compris (et c'est très important) dans le lobe frontal du cerveau.
- ▶ 2. Alors que le lobe frontal est fortifié, apprenez-leur à exercer la « fonction exécutive » du cerveau. La fonction exécutive a été définie comme « un ensemble de processus de contrôle cognitif travaillant de concert pour réguler et donner forme à la conduite, aux pensées et aux sentiments pour atteindre un certain but.» ¹¹ Des chercheurs ont découvert que « plus

forte est la fonction exécutive, plus grande est la probabilité du pardon.» <sup>12</sup> Leurs expériences ont montré que « la fonction exécutive favorise le pardon en contrôlant la rumination.» <sup>13</sup>

▶ 3. Facilitez le processus de quérison en les rendant conscients que des exercices d'écriture peuvent fortifier leur capacité à pardonner. Des chercheurs ont donné des devoirs d'écriture à trois groupes de personnes sur les conséquences d'une transgression. Ils ont donné à un groupe, «la tâche, contraire à leurs sentiments premiers, d'écrire sur les bénéfices d'une transgression qu'ils ont personnellement expérimentée. Les autres groupes ont eu à écrire sur les aspects traumatiques d'une transgression récente, ou sur un sujet sans transgression.» 14 Ceux qui ont traité l'avantage personnel qu'ils pouvaient retirer d'une transgression, ont montré une plus arande capacité à pardonner que ceux des deux autres groupes. Ces résultats suggèrent que des exercices d'écriture sur « la recherche du bénéfice d'une transgression peuvent constituer un bienfait supplémentaire unique et utile qui s'ajoute aux efforts développés pour aider les gens à pardonner des transgressions interpersonnelles au moven d'interventions structurées.» 15

Quand les personnes reformatent de cette manière le suiet des rapports humains ou des événements traumatiques qu'ils ont connus, elles se montrent capables, avec le temps, de s'affranchir de la rumination négative qui les avait inhibés. Certaines histoires bibliques montrent que ce type de réinterprétation se produit, comme la déclaration de Joseph à propos du traumatisme que ses frères lui ont infligé en le vendant comme captif: «Le mal que vous comptiez me faire », leur dit-il, puis il ajoute le résultat de la réinterprétation qu'il en a faite, et est capable de dire: «Dieu comptait en faire du bien... pour sauver la vie d'un peuple nombreux» (Gn 50.20). De même, l'apôtre Paul, qui est passé par de nombreuses expériences pénibles, fut capable

de les reformuler pour les placer dans leur vrai contexte en disant que « nous savons, du reste, que tout coopère pour le bien de ceux qui aiment Dieu, de ceux qui sont appelés selon son projet » (Rm 8.28).

- ▶ 4. Aidez ceux qui sont enaggés dans le combat contre des pensées de colère, d'amertume et de revanche en les encourageant à identifier par écrit de telles pensées puis, dans le cadre d'un groupe, de les brûler. Comme la forme imagée du système du sanctuaire dans l'Ancien Testament où ceux qui ont péché transfèrent symboliquement leurs transgressions sur un animal et sur le sanctuaire luimême. De même la pratique néotestamentaire du baptême et du lavement des pieds peut donner cette idée. De manière intéressante, de récentes recherches confirment la valeur de telles approches. Des chercheurs ont découvert que «par le fait de rejeter ou de garder physiquement vos pensées, vous influez sur la façon de mettre fin à l'usage de ces pensées. Se contenter d'imaginer faire ces actions n'a pas d'effet.» 16
- ▶ 5. Partagez des expériences tirées de la Bible ou de l'histoire pour montrer la force du pardon. Le témoignage de ceux aui ont enduré des traumatismes ou des maltraitances indescriptibles démontre comment le message chrétien peut guérir quand on est poursuivi par le passé. La description faite par Corrie ten Boom, survivante de l'holocauste, d'un geste de pardon quasi impossible est particulièrement apte à le démontrer en ce qu'il rassemble nombre des concepts que nous avons mentionnés dans cet article. En présence du garde allemand coupable de centaines de morts, y compris celle de sa sœur, dans un cruel camp de concentration, Corrie ten Boom raconte: «Et je me tenais encore là, le cœur glacé. Mais le pardon n'est pas une émotion, je le savais aussi. Le pardon est un acte de la volonté, et la volonté peut fonctionner quelle que soit la température du cœur.

Je priais silencieusement, "Jésus, aide moi ! Je peux lever ma main. Je peux faire plus. Supplée, toi, à mes sentiments."

Et ainsi, raide, mécaniquement, j'ai glissé ma main dans celle qui était tendue vers moi. C'est alors qu'une chose incroyable s'est passée. Le courant est parti de mon épaule, a parcouru mon bras, et a jailli dans nos mains jointes. Et alors cette chaleur apaisante sembla remplir tout mon être, faisant sourdre des larmes de mes yeux. " Je te pardonne, mon frère!" Dis-je d'une voix forte, "de tout mon cœur!" » 17

On voit que la rumination de Corrie ten Boom à propos du traumatisme subi dans le passé, la rendait incapable de pardonner, jusqu'à ce qu'elle choisisse d'aller de l'avant et de prendre la décision, au travers de la prière et du fonctionnement de son lobe frontal, de pardonner à celui qui l'avait blessée.

C'est par la méditation de telles histoires que l'esprit de pardon du Christ, qui a motivé de tels actes de pardon, a commencé à être pleinement apprécié. Quand les personnes comme Corrie ten Boom, qui ont expérimenté un traumatisme important, reconnaissent que «Christ a été traité selon nos mérites afin que nous puissions être traités selon ses mérites »; alors qu'elles réalisent qu' «il a été condamné pour nos péchés, auxquels il n'a pas participé, afin que nous puissions être justifiés par sa justice, à laquelle nous n'avons pas participé»; et quand elles saisissent la réalité que «il a souffert la mort qui était la nôtre, afin que nous puissions recevoir la vie qui est la sienne,» 18 elles saisissent la puissance du pardon de Dieu et commencent à guérir par la contemplation de son amour rédempteur. Alors qu'elles considèrent que les blessures qu'il a connues et la mort dont il a souffert l'ont été pour elles, leur cœur est guérit, 19 et elles sont rendues capables, comme le fut Corrie ten Boom, d'étendre cet amour qui guérit à d'autres.

▶ 6. Finalement, à la lumière de l'amour contraignant du Christ,²º elles prononcent la prière suivante: « Cher Jésus, je te remercie pour ton amour pour moi et pour ton pardon. Je choisis d'avoir le même esprit et de pardonner. Continue à me combler de ton Esprit, afin que je sois capable d'être comme toi.»

Le pardon joue un rôle pivot dans le rétablissement de la santé physique, mentale et spirituelle. En tant que pasteurs et conducteurs spirituels, en association avec les membres d'Église, il nous faut conduire les personnes à suivre les étapes ci-dessus. Si nous faisons cela, beaucoup feront l'expérience de l'amour de Dieu. Elles verront alors son pardon venir avec force, comme une vague de la mer, pour soulever tout navire échoué sur le sable. <sup>21</sup>

- Cet article repose sur un cours de HEALTH, un programme complet d'évangélisation de quatre mois pour des professionnels et pour ceux qui prennent les études en religion comme matière principale à l'Institut Weimar.
- 2. «Grâce à l'ensemble de ces cinq éléments de confiance, un plus haut degré de spiritualité a été mis en rapport avec une meilleure santé mentale, particulièrement avec une baisse de névrose et une plus grande ouverture aux autres. Le pardon a été le seul trait spirituel prophétique de santé mentale après que les variables de la personnalité aient été considérées.» University of Missouri-Columbia, «Spirituality Correlates to Better Mental Health Regardless of Religion, Say Researchers, » Science Daily, 20 août, 2012, www.sciencedaily.com/releases/2012/08/120820132332.htm.
- 3. G. Buck et D. Lukoff, «Forgiveness III: Psychological Research on Forgiveness», Spiritual Competency Resource Center course, consulté le 14 août 2016, www.spiritual competency.com/scrcQuiz.aspx?courseID=60. Les résumés presentés par Buck et Lukoff reposent sur les sources suivantes: J. P. Friedberg, S. Suchday, and V. S. Srinivas, « Relationship Between Forgiveness and Psychological and Physiological Indices in Cardiac Patients, » International Journal of Behavioral Medicine 16, no. 3, 2009, p. 205-211; L. L. Toussaint et al., «Why Forgiveness May Protect Against Depression: Hopelessness as an Explanatory Mechanism,» Personality and Mental Health 2, no. 2, avril 2008, p. 89-103, doi: 10.1002/pmh.35; Rebecca Stoia-Caraballo et al., «Negative Affect and Anger Rumination as Mediators Between Forgiveness and Sleep Quality, » Journal of Behavioral Medicine 31, no. 6, décembre 2008, p. 478-488, doi: 10.1007/s10865-008-9172-5; et Jessica M. Schultz, Benjamin A Tallman et Flizabeth M Altmaier « Pathways to Posttraumatic Growth: The Contributions of Forgiveness and Importance of Religion and Spirituality, » Psychology of Religion and Spirituality 2, no. 2, mai 2010, p. 104-114, doi: 10.1037/α0018454.

4. Buck et Lukoff, «Forgiveness III.» Le résumé présenté par Buck et Lukoff se fonde sur S. R. Freedman et R. D. Enright, «Forgiveness as an Intervention Goal With Incest Survivors, » *Journal of Consultative and Clinical Psychology* 64, no. 5, octobre 1996, p. 983–992.

5. Buck et Lukoff, «Forgiveness III.» Le résumé présenté par Buck et Lukoff est fondé sur Gayle L. Reed and Robert D. Enright, «The Effects of Forgiveness Therapy on Depression, Anxiety, and Posttraumatic Stress for Women After Spousal Emotional Abuse, » Journal of Consultative and Clinical Psychology 74, no. 5, octobre 2006, p. 920–929, doi: 10.1037/0022-006X.74.5.920.

6. Buck and Lukoff, «Forgiveness III.» Le résumé présenté par Buck et Lukoff est fondé sur Friedberg, Suchday, and Srinivas, «Relationship Between Forgiveness and Psychological and Physiological Indices in Cardiac Patients.»

7. Buck and Lukoff, «Forgiveness III.» Le résumé présenté par Buck et Lukoff est fondé sur Martina A. Waltman et al., «The Effects of a Forgiveness Intervention on Patients With Coronary Artery Disease,» *Psychology and Health* 24, no. 1, 2009, p. 11 - 27, doi: 10.1080/08870440801975127. C'est nous qui soulignons.

8. Buck and Lukoff, «Forgiveness III.» Le résumé présenté par Buck et Lukoff est fondé sur D. Tibbits et al., « Hypertension Reduction Through Forgiveness Training, » *Journal of Pastoral Care and Counseling* 60, nos. 1–2, 2006, p. 27–34.

- 9. Buck and Lukoff, « Forgiveness III. » Le résumé présenté par Buck et Lukoff est fondé sur K.A. Lawler-Row, « Forgiveness as a Mediator of the Religiosity-Health Relationship, » *Psychology of Religion and Spirituality* 2, no. 1, 2010 p. 1–16.
- 10. Ann C. Recine, Joan Sthele Werner, et Louis Recine, « Health Promotion Through Forgiveness Intervention,» *Journal of Holistic Nursing* 27, no. 2, juin 2009, p. 115–123, doi: 10.1177/0898010108327214.
- 11.Tila M. Pronk et al., «What It Takes to Forgive: When and Why Executive Functioning Facilitates Forgiveness,» *Journal of Personality and Social Psychology* 98, no. 1, janvier 2010, p. 119, doi: 10.1037/a0017875.
- 12. Ibid.
- 13. Ibid.
- 14. Buck et Luckoff, «Forgiveness III: Psychological Research on Forgiveness,» Spiritual Competency Resource Center.
- 15. Michael E. McCullough, Lindsey M. Root, et Adam D. Cohen, «Writing About the Benefits of an Interpersonal Transgression Facilitates Forgiveness,» *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 74, no. 5, octobre 2006, p. 887, doi: 10.1037/0022-006X.74.5.887.
- 16. Ohio State University, «Bothered by Negative, Unwanted Thoughts? Just Throw Them Away,» ScienceDaily, 26 novembre 2012, researchnews.osu.edu/archive/matthoughts.htm.
- 17. Corrie ten Boom, «Guideposts Classics: Corrie ten Boom on Forgiveness,» *Guideposts*, novembre 1972, www.guideposts.org/inspiration/stories-of-hope/guideposts-classics-corrie-ten-boom-on-forgiveness.
- 18. Ellen G. White, *Jésus-Christ*, les Guides spirituels de la vie, Dammarie les Lys, Signes des temps, 1975, p. 15.
- 19. Ésaïe 53.5
- 20.2 Corinthiens 5.14
- 21. Je ne donne pas la référence de cette formule car je ne me souviens pas où je l'ai entendue ou lue.

Karen HOLFORD, MA, MSc, est thérapeute familiale. Elle est directrice du ministère de la famille de la Division transeuropéenne des adventistes du septième jour, à St Albans, Royaume-Uni.



# Créer un équilibre émotionnel dans un monde déséquilibré

l'immense mer du burnout, probablement même que j'y pataugeais jusqu'à la poitrine. Je ne suis pas vraiment sûre de la profondeur. Quand vous sentez que la vie est complètement écrasante, vous pouvez faire un petit pas et subitement découvrir que le sol se dérobe sous vos pieds, alors vous êtes désespérément en train de marcher sur l'eau. Pendant plusieurs mois, je restais réveillée la nuit, trop stressée par la journée pour pouvoir me relaxer, et ensuite je luttais au travail puisque j'étais trop exténuée par ma nuit d'insomnie.

Quelques années après, il m'a été proposé de devenir travailleur indépendant. Le projet était de créer un atelier pour aider les enfants à s'épanouir grâce à l'expérience d'émotions saines et équilibrées. Pendant que je planchais sur le sujet, j'ai découvert qu'en tant que responsable d'un ministère, je pouvais faire preuve de plus de sagesse et opter pour des choix plus équilibrés dans ma propre vie. Je pouvais choisir d'avoir des pensées positives qui m'aideraient à vivre un équilibre émotionnel sain et me protégeraient des risques du burnout. Finalement, après 40 ans, j'étais en train d'apprendre comment mettre en pratique ma devise de l'époque du lycée : «Au reste, mes frères, que tout ce qui est vrai, tout ce qui est digne, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, ce qui est moralement bon et digne de louange soit l'objet de vos pensée» (Ph 4.8).1

La psychologue Barbara Fredrickson, a recherché les effets d'une pensée positive sur notre bien-être psychologique.<sup>2</sup> Elle suggère que pour avoir un équilibre émotionnel sain dans nos vies, il nous faut au moins trois expériences émotionnelles positives pour chaque expérience émotionnelle négative; et plus de trois pour une si nous voulons nous épanouir. Les émotions négatives sont celles qui nous épuisent et annihilent nos ressources, les positives celles qui nous revitalisent et qui nous rafraîchissent. Même si nous ne sommes pas en mesure d'éliminer les émotions négatives de nos vies, parce qu'elles sont un élément aui découle de la vie dans un monde imparfait, nous pouvons apprendre à gérer de telles émotions épuisantes en les identifiant et en comprenant leurs effets potentiels sur notre bien-être émotionnel, spirituel, physique et relationnel. Nous pouvons choisir d'expérimenter des émotions positives, comme l'a fait Paul, pour nous aider à rester émotionnellement sains à travers les défis du ministère pastoral.

#### Les émotions négatives

Fredrickson<sup>3</sup> identifie quelques émotions négatives que nous avons de fortes chances d'expérimenter:

- La honte : vous ressentez un sentiment d'insuffisance et un sentiment d'échec personnel.
- La culpabilité : vous vous sentez mal à l'aise parce que vous avez fait quelque chose de mal.

- La tristesse : vous avez perdu quelque chose qui avait de la valeur pour vous.
- L'embarras : vous faites une erreur en public ou vous êtes ridiculisé.
- -Le dégoût : vous expérimentez quelque chose qui ressemble, sent, sonne, a le goût ou donne une impression de révolte.
- Le mépris : vous avez un sentiment de supériorité et un regard méprisant ou rempli d'amertume sur quelqu'un.
- La colère : vous vous sentez hostile à quelque chose ou à quelqu'un.
- La peur : vous n'êtes pas sûrs de pouvoir gérer le problème auquel vous devez faire face.
- Le stress : vous avez plus à faire que ce que vous pouvez gérer avec facilité ou vous pensez que les autres seront déçus de vous, même lorsque vous faîtes de votre mieux.
- La frustration : quelque chose vous empêche d'atteindre vos objectifs aussi rapidement que vous l'espériez, ou les gens vous critiquent sans raison valable.

Certaines émotions négatives sont tout de même utiles.

Elles peuvent encourager à faire dans changements sains dans nos vies. Le stress nous rappelle qu'il faut gérer notre charge de travail différemment, obtenir de l'aide, ou partager la charge avec quelqu'un d'autre. La peur peut nous protéger face à des situations dangereuses. La culpabilité nous rappelle que nous devons demander pardon à Dieu

et à ceux que nous avons fait souffrir et trouver les moyens de réparer les relations brisées. Le deuil et la tristesse sont des réactions naturelles et saines lorsque nous perdons auelau'un aui a été important dans notre vie ou quelque chose qui avait une grande valeur à nos yeux. Toutes ces émotions nous poussent à prier pour obtenir l'aide, la sagesse et le réconfort du Saint Esprit. Fredrickson a étudié l'amour et une arande variété d'émotions positives comme la joie, l'inspiration et l'estime de soi à travers la lentille des sciences sociales, grâce à des enquêtes, des hypothèses et des faits. Cependant, les conseils bibliques nous informent que Dieu présente une pléthore d'occasions d'expérimenter des émotions positives qui nous protègent de la dépression, du désespoir, et des pensées et expériences qui annihilent nos ressources émotionnelles.

#### Les cadeaux de Dieu

Certains des cadeaux de Dieu sont l'inspiration, l'espérance, la reconnaissance, la joie, la gentillesse, la sérénité, la satisfaction au travail et l'émerveillement. Tissez un peu de ces pensées et émotions positives dans votre vie pour contrer les émotions négatives, et remarquez la différence qu'elles font dans votre bien-être émotionnel et spirituel.

L'inspiration. Observez ce que déclare Paul : « Au reste, mes frères, que tout ce qui est vrai, tout ce qui est digne, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, ce qui est moralement bon et digne de louange soit l'objet de vos pensée » (Phil. 4 : 8).

Maintenant, considérons les points suivants :

- Comment Dieu vous inspire-t-il? Comment Dieu vous a-t-il inspiré à devenir un pasteur? Quels aspects de votre ministère trouvez-vous le plus inspirant? Quel était le moment le plus inspirant pour vous aujourd'hui, hier, ou la semaine dernière? Y a-t-il des occasions où vous vous sentez plus près de Dieu? Comment pouvez-vous passer davantage de temps avec Dieu pour faire l'expérience de ses richesses et de sa providence?

- Faîtes une liste des versets et des psaumes de la Bible qui vous inspirent le plus. Lisez-les lorsque vous avez besoin d'inspiration. Concentrez-vous sur le message le plus important pour votre vie.
- Lisez Philippiens 4 et listez les idées de Paul pour encourager les chrétiens à avoir des émotions saines et positives.
- Rassemblez les biographies des chrétiens célèbres qui ont vécu des choses extraordinaires avec Dieu. Lisez ou écoutez leurs histoires. Posez-vous ces questions: Qu'est-ce que j'aime le plus dans cette histoire? Quelle partie de leur histoire se rapproche le plus de mon histoire?

de malheur : je vais vous donner un avenir et une espérance » (Jé 29.11).

Quelles sont les pensées et les idées qui sapent votre espoir? Ce pourrait-il que ce soit quelque chose que vous avez vécu, une tragédie ou des déceptions profondes? Ou peut-être que votre vie a été si mouvementée que vous n'avez pas le temps de planifier des événements et d'avoir hâte de les réaliser. Ou vous n'avez pas eu le temps de vous concentrer sur les merveilles et les miracles des cieux et les promesses de Jésus. Pour vous aider à puiser dans les ressources qui rétabliront votre espoir, considérez les points suivants :

- Établissez un cahier contenant des versets et des promesses de la Bible qui encouragent votre espoir.
- Listez les moyens par lesquels Dieu vous a aidés à traverser les difficultés

Nous pouvons choisir d'expérimenter des émotions positives, comme l'a fait Paul, pour nous aider à rester émotionnellement sains à travers les défis du ministère pastoral.

Quel devrait être le message le plus important pour moi aujourd'hui dans les histoires qu'ils ont vécues?

L'espérance. Considérons le conseil de Jérémie : « Moi, je sais les projets que j'ai formés à votre sujet – oracle du SEI-GNEUR –, projets de prospérité et non dans le passé. Quand avez-vous bien réagi face à un échec? Qui vous a aidé ou qu'est-ce qui vous a permis d'affronter la crise? Quelles leçons utiles avez-vous appris de ces expériences?

- Planifiez chaque semaine, un petit quelque chose que vous avez hâte de

faire. Cela peut être de déjeuner avec votre époux ou épouse ou un ami, étudier la Bible avec un étudiant enthousiaste, rendre visite à une personne âgée qui vous inspirent, planifier quelque chose d'intéressant avec votre famille, ou passer du temps dans la pratique de vos loisirs.

- Rassemblez les messages, courriers électroniques, et les cartes que vous avez reçus qui vous remplissent d'espoir. Lisez-les de nouveau lorsque votre espoir a besoin d'être stimulé.
- Encouragez l'espoir chez quelqu'un d'autre. Envoyez-lui une carte ou un message d'encouragement. Faîtes-lui savoir que vous priez pour lui.

La reconnaissance, L'apôtre affirme : «Rendez grâce en toute circonstance, car c'est la volonté de Dieu à votre égard dans le Christ Jésus » (1 Th 5.18). Qu'estce qui vous empêche de faire l'expérience de la gratitude Peut-être que vous êtes si occupés que vous ne trouvez pas le temps de faire une pause et de prêter attention aux milliers de cadeaux aue Dieu vous donne chaque jour de votre vie. Chaque respiration, chaque pas, chaque pensée, chaque mouvement, chaque sourire est un cadeau venant de lui. Ou peut-être que vous vous trouvez confrontés à de sérieuses difficultés, et que votre esprit est rempli de préoccupations et d'inquiétudes. Voilà certaines choses que vous pouvez faire à propos de tels problèmes :

- Commencez votre journée en étant reconnaissant envers Dieu. Avant même de sortir doucement de votre lit, arrêtezvous un instant et remerciez-le pour au moins quelques-unes des nombreuses bénédictions qu'il déverse dans votre vie.
- Utilisez un cahier pour écrire tout ce qui remplit votre cœur de reconnaissance.
- Mémorisez des psaumes de reconnaissance, tels que les psaumes 100, 107, ou 118 ainsi, vous pourrez vous les remémorer ou les réciter lorsque vous serez au volant de votre véhicule ou méditez sur eux lorsque vous prenez votre douche.

- Écrivez des cartes de remerciements à ceux qui ont eu une influence particulière dans votre vie.
- -Trouvez des moyens créatifs pour remercier le plus grand nombre possible de personnes, chaque jour.
- Pendant que vous conduisez ou que vous marchez le long de la route, prêtez une attention particulière à toutes les choses pour lesquelles vous voulez remercier Dieu. Cela aide à être reconnaissant pour des choses bien précises, plutôt que de montrer une reconnaissance générale, globale.
- Utilisez les lettres de l'alphabet pour mettre en évidence votre gratitude. Listez les choses pour lesquelles vous êtes reconnaissants, de manière à ce que chaque chose énumérée commence par les lettres de l'alphabet.
- Écrivez tous les jours, toutes les choses pour lesquelles vous êtes reconnaissants, sur un tableau noir ou sur un tableau blanc, dans votre bureau.
- Réservez un bocal en verre pour la reconnaissance. Chaque jour, écrivez sur un bout de papier quelque chose qui suscite en vous de la reconnaissance et mettez-le dans le bocal. Lorsque vous avez du mal à témoigner de la reconnaissance, retirez quelques bouts de papier du bocal et lisez ce que vous aviez écrit les autres jours.
- Asseyez-vous tranquillement et remerciez Dieu d'une manière spéciale, en précisant les détails, pour au moins trois cadeaux que Dieu vous a donnés durant la journée. Écrivez-les dans votre journal intime ou votre cahier de reconnaissance.

Le rire et la joie. L'homme sage dit ceci : «Un cœur joyeux favorise la guérison» (Pr 17.22). « Il y a un moment pour tout et un temps pour chaque chose sous le ciel, [...] un temps pour rire» (Ec 3.1, 4).

À quand remonte votre dernier éclat de rire? Qu'est-ce qui fait que vous avez cessé d'expérimenter la joie, l'amusement dans votre vie ou avec votre famille et vos amis? Le sens de l'humour vient comme un cadeau de Dieu pour nous aider à déstresser et à nous entendre les uns avec les autres. Maintenant, vous trouverez quelques astuces pour maintenir votre quotient d'humour:

- Créez un « dossier amusant », une boîte ordinaire remplie de cartes amusantes, de bandes dessinées découpées dans des journaux, des scènes drôles tirées d'histoires ou de vos comédies préférées sur DVD. Plongez votre main dans cette boite lorsque vous n'avez pas le moral pour équilibrer vos hormones de stress avec des sourires et des éclats de rire.
- Regardez le DVD de Matthieu. Dans cette version de l'histoire de l'évangile, Jésus y est dépeint comme quelqu'un qui est rempli de rires et d'éclats de rire, avec le pur délice d'être capable de partager l'amour de Dieu avec un monde où règne la douleur.
- Partagez avec quelqu'un la chose la plus drôle qui vous est arrivée durant la journée ou l'idée la plus amusante que vous avez eue.
- -Achetez un abonnement annuel pour aller au zoo, promenez-vous parmi les animaux et souriez à leurs singeries quand vous avez besoin d'équilibrer votre vie par un bon éclat de rire sain. Regardez les suricates, les lémuriens et les singes. Dieu a bien évidemment montré son sens de l'humour quand il les a créés!

La gentillesse. «Soyez bons les uns envers les autres,» conseille l'apôtre (Ép 4.32). Faire preuve de gentillesse à l'égard des autres semble être l'un des meilleurs moyens d'être heureux, du moment que vous êtes gentils envers vousmêmes. Essayez ces conseils:

- Faîtes une liste de tous les actes de gentillesse que Jésus a faits.
- Regardez la vidéo de Kindness Boomerang, sur le site www.lifevestinside. com/film et remarquez la différence qu'une simple action de gentillesse peut apporter. Explorez les idées de gentillesse sur le site internet ou inscrivez-vous pour donner des idées et des exemples.

#### CRÉER UN ÉQUILIBRE ÉMOTIONNEL DANS UN MONDE DÉSÉQUILIBRÉ

- Offrez à votre époux ou épouse, enfant ou ami 20 minutes pour l'aider à venir à bout d'une tâche difficile.
- Placez quelques pièces de monnaie dans l'horodateur de quelqu'un qui a dépassé la durée autorisée pour le stationnement.
- Faîtes quelque chose de gentil pour quelqu'un qui passe par une épreuve difficile.
- Entrez en contact avec un autre pasteur ou le responsable d'une autre église et surprenez-les en leur manifestant de la gentillesse.

La sérénité. «Je vous laisse la paix,» a déclaré Jésus. «Je vous donne ma paix. Ce n'est pas à la manière du monde que je vous la donne. Que votre cœur cesse de se troubler et de craindre » (Jn 14.27). Qu'est-ce qui vous soulage et vous calme après une journée remplie de stress? Prêtez une attention particulière aux moments où vous êtes calme et identifiez ce qui vous soulage. Remarquez également ce qui perturbe votre paix ainsi vous pourrez mieux gérer ces perturbations de manière plus efficace:

- Faîtes une liste des versets bibliques qui apportent le soulagement et le réconfort, ensuite mémorisez-les ou lisez-les.
- Créez une liste des morceaux qui vous aident à vous détendre et à vous relaxer, comme la musique classique, les hymnes, et d'autres musiques chrétiennes. Gardez un CD de musiques douces dans votre voiture. Ou chantez des hymnes qui vous soulagent personnellement.
- Prenez une douche froide, un bain chaud, ou faîtes une promenade dans les bois. Marchez dans votre jardin, partagez votre boisson préférée, faîtes du sport dans un gymnase, allumez une bougie, asseyez-vous à côté d'un feu de bois, ou regardez l'océan.
- Écrivez vos problèmes et vos pensées négatives dans un cahier intitulé « Dans les mains de Dieu, » et laissez-le prendre en charge vos soucis.

L'émerveillement. «C'est toi qui as créé mes reins; tu m'abritais dans le sein maternel. Je confesse que je suis une vraie merveille, tes œuvres sont prodigieuses : oui, je le reconnais bien » (Ps 139.13, 14).

Qu'est-ce qui vous empêche de vivre des moments d'émerveillement? Peutêtre la pression du temps et du travail ou alors oubliez-vous de faire une pause et de vous concentrer sur les merveilles de la création de Dieu.

Lorsque vous ouvrirez vos yeux pour rechercher les merveilles de Dieu, vous vous sentirez revigorés, inspirés et exaltés. Pourquoi ne pas vous arrêter quelques instants et regarder les myriades de merveilles qui sont autour de vous?

- Lorsque vous vous promenez dans les rues de la ville, faîtes attention aux petites plantes qui luttent pour survivre entre les fissures. Regardez les nuages dans le ciel. Écoutez le chant des oiseaux. Faîtes un détour par le parc. Asseyezvous sur un banc et regardez les détails de l'écorce, de la structure, et des feuilles d'un arbre magnifique.
- Regardez de très près une superbe fleur et portez un intérêt particulier aux couleurs et aux dégradés de nuances. Ou alors prenez quelques minutes pour analyser le façonnage détaillé de vos mains et émerveillez-vous devant l'incroyable création de votre propre corps.
- Ramassez quelques objets naturels intéressants, tels que des coquillages, des cailloux, des grains, des écorces, et placez-les dans un bol en bois sur votre bureau. Et chaque fois que vous vous sentirez stressés, choisissez un objet. Concentrez-vous sur lui pendant quelques minutes jusqu'à ce que vous puissiez établir une liste de trois choses extraordinaires concernant cet objet, des détails que vous n'aviez jamais vus avant.
- Cherchez sur internet de courtes vidéos sur les merveilles de la nature, les oiseaux, ou des webcams dans des parcs nationaux.

La satisfaction au travail. «Quel que soit votre travail, affirme Paul, faites-le

de bon cœur, comme pour le Seigneur, et non pour les hommes » (Col 3.23). Qu'est-ce qui vous empêche d'expérimenter une satisfaction positive au travail? Peut-être n'êtes-vous jamais parvenus à arriver en fin de page de votre liste de «choses à faire». Est-ce cela se concentrer sur toutes les différentes erreurs que vous avez commises et les choses qui ne sont pas totalement parfaites? Y a-t-il des récriminations de voix critiques qui envahissent vos pensées, et qui sont là depuis votre enfance? Maintenant, il y a des choses que vous pouvez faire:

- Faîtes une liste de dix domaines dans lesquels vous êtes efficaces en rapport avec le travail, les loisirs, et les relations. Réexaminez-la pour voir comment vous pouvez consacrer davantage d'énergie dans votre ministère et dans votre vie.
- À la fin de chaque journée, posezvous cette question, Qu'est-ce qui s'est bien passé aujourd'hui? Écrivez au moins trois événements.
- Si quelque chose ne s'est pas bien passée, appelez cela une expérience d'apprentissage. Listez trois choses que vous pouvez apprendre de cette expérience et réfléchissez à la manière dont vous pourrez réagir différemment la prochaine fois.
- Dites à vos collègues quand ils ont fait quelque chose de bien et complimentez leurs accomplissements.

En tant que thérapeute familiale, je fais la promotion des activités qui encouragent les émotions positives à la fois au sein de l'Église et dans le cadre des ateliers publiques. Lorsque nous travaillons avec les pasteurs et leurs épouses, nous mettons l'accent sur le besoin d'équilibrer nos émotions. Les célibataires et les couples explorent au moins dix différentes tables d'activités complètes avec les documentations et les instructions nécessaires pour aider à l'encouragement des émotions positives, tels que le calme, la joie, la reconnaissance, l'inspiration, et l'humour. Même les enfants sont ravis de participer à ces activités.

----

Les participants à l'atelier retournent chez eux avec des sacs de cadeaux qui contiennent des ressources tels que de beaux objets naturels et des versets bibliques qui suscitent l'inspiration pour les aider à faire l'expérience des émotions positives dans leur foyer. Des cartes de remerciements pour des amis sont incluses dans ces sacs parce que les avantages sont plus nombreux lorsque les expériences positives sont partagées.

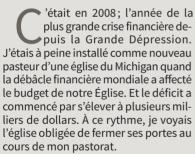
Fredrickson déclare que «La reconnaissance ouvre votre cœur et suscite le désir ardent de donner en retour, de faire quelque chose de bien en retour, soit pour la personne qui vous est venue en aide ou pour une autre personne.» Les Écritures déclarent «Rendez grâce en toute circonstance, car c'est la volonté de Dieu à votre égard dans le Christ Jésus » (1 Th 5.18); «Donnez et on vous donnera » (Lc 6.38a). L'adhésion à ce conseil biblique sur l'esprit positif est cohérente avec les conseils tirés de la

recherche en sciences sociales : c'est un facteur majeur pour faire face au burnout pastoral.

- 1. Toutes les références des Saintes Écritures sont tirées de la version La Nouvelle Bible Segond.
- 2. Barbara Fredrickson, *Positivity:Top-Notch Research Reveals the Upward Spiral That Will Change Your Life* (New York, NY: Harmony, 2009).
- 3. http://www.pursuit-of-happiness.org/history-of-happiness/barb-fredricks.on/
- 4. Barbara Fredrickson, Positivity, p.41.

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

# Chercher premièrement son royaume et sa justice



Lors de notre réunion de prière, mes membres ont passionnément exprimé le désir de faire monter des prières de sacrifice. Nous nous sommes mis d'accord pour nous rencontrer à l'église chaque dimanche matin à quatre heures en vue de prier pour le réveil. Le dimanche matin, les membres sont venus. Et nous avons prié pendant deux heures. Nous avons réclamé la promesse qu'on « doit espérer un réveil seulement en réponse à la prière. » ¹ Nous avons prié pour un réveil de la bonté primitive et pour que nous puissions atteindre notre

cité pour le Christ. Nous avons continué à nous rencontrer chaque semaine pour prier tout en changeant l'heure pour sept heures du matin.

Dans les mois qui ont suivi, notre congrégation a été témoin d'une transformation chez nos jeunes. Ils ont partagé leur foi avec des étudiants comme eux à l'Université d'État locale avec des conversions remarquables comme résultats. Un jeune étudiant chinois athée a étudié la Bible avec nous et a été baptisé sept mois plus tard. Un fils de prédicateur baptiste a commencé des études bibliques et été baptisé. Un jeune étudiant a ouvert à un membre frappant à sa porte, il a commencé à étudier la Bible et été baptisé. Ce jeune homme a poursuivi. Il est allé à Southern Adventist University. Il est maintenant pasteur à New York. Et les histoires de conversion continuent.

En ce qui concerne nos finances, depuis que nous avons commencé ces réunions de prières du dimanche matin,



chaque année nous bouclons l'exercice fiscal avec un bilan positif. Nos dîmes ont augmenté de 40%. Des donateurs ont financé une augmentation du personnel de notre église. Dieu a aussi fourni de l'argent pour complètement rénover notre cuisine et nos toilettes ainsi que pour améliorer notre système de sonorisation. Nos membres ont été émerveillés. Il était clair que nos prières pour un réveil par le Saint-Esprit ont amené toutes les autres bénédictions avec lui

- David Shin, MTh, est actuellement pasteur de l'église de Hillside O'Malley à Anchorage en Alaska, États-Unis.
- 1. Ellen G. White, "The Church's Great Need," *Review and Herald*, March 22, 1887, 177.
- 2. Ellen G. White, *The Desire of Ages* (Mountain View, CA: Pacific Press Pub. Assn, 1940), 672.

revivalandreformation.org



# L'avenir est en arrière : les églises laïques et le retour à nos racines <sup>1</sup>

e me retrouvai debout sur une plate-forme de bois improvisée au milieu d'un tas de sable au Nigéria. Les gens faisaient le va-et-vient, préparant la scène pour les soirées qui allaient débuter le lendemain. Alors que je réfléchissais à ce que les prochaines semaines apporteraient, un homme interrompit mes pensées.

« Nous voulons être comme vous », ditil. Son commentaire me fit sursauter. « Nous entendons dire que les églises aux États-Unis sont dynamiques et se développent rapidement. Nous voulons être comme vous.» Je ne savais pas quoi dire. Cela m'a fait mal de lui dire que, bien qu'il y ait des églises actives et en pleine croissance aux États-Unis, beaucoup ont un grand besoin de réveil et de réforme.

Toutes sortes de questions me vinrent à l'esprit. Pourquoi entendons-nous de ces histoires palpitantes d'autres régions du monde, où il y a des baptêmes en masse et des milliers de participants aux réunions d'évangélisation? Pourquoi entendons-nous parler d'églises bondées et d'écoles du sabbat pleines à craquer. mais, le plus souvent, dans d'autres pays? Pourquoi entendons-nous parler de fédérations à l'étranger qui implantent des centaines de nouvelles églises et groupes chaque année? Pourquoi cela se passet-il dans certaines régions du monde, mais pas autant en Amérique du Nord et en d'autres endroits dans le monde ? Que devons-nous faire pour promouvoir le réveil, la réforme et la croissance en Amérique du Nord?

Je sais que la réponse est la prière, mais celle-ci doit être combinée avec d'autres actions. Que pouvons-nous faire pour agir de manière active? J'ai réfléchi à cette question pendant un certain temps. Ensuite, j'ai trouvé une partie de la réponse à l'endroit le plus improbable. J'étais assis dans la robuste salle à manger d'un des bureaux d'une fédération outre-mer, et je me préparais pour une réunion d'évangélisation. Mon attention a été attirée vers le mur, du côté droit de la pièce. Ce que j'ai vu m'a ouvert les yeux.

Sur le mur, il y avait une liste des églises et des groupes, ainsi que le nom des pasteurs qui étaient responsables de chaque district. J'ai été étonné de constater que de nombreux pasteurs avaient dix églises ou plus dans leur district. Chaque église était dirigée par des laïcs et les anciens qui devaient voir leur pasteur seulement une fois par trimestre. Et beaucoup de ces éalises croissaient. J'ai commencé à me poser des questions : Comment cela se peut-il? Ils voient un pasteur une fois par trimestre, et pourtant, l'église se développe? Ces églises sont essentiellement dirigées par les membres de l'église locale, et cela se passe très bien. Si mes éalises aux États-Unis ne me vovaient qu'une fois par trimestre, il y aurait une révolution!

Puis, j'ai découvert quelque chose de remarquable. De nombreuses régions du monde qui connaissent une croissance rapide ont organisé des districts plus étendus avec des églises dirigées par des bénévoles pendant des années.<sup>2</sup> Et là, ça m'a traversé l'esprit. L'Église du Nouveau Testament a établi des églises locales dirigées par des bénévoles depuis le début et a connu cette même croissance rapide.

Elles étaient dirigées par des personnes ordinaires, qui étaient encouragées par les apôtres et remplies du Saint-Esprit. C'est ainsi que l'Église a été capable d'évangéliser le monde. Alors, je me suis dit : Si c'est ce que l'Église du Nouveau Testament a fait, faut-il faire la même chose en Amérique du Nord? Plus précisément, est-ce ce que je devrais faire avec les églises dont je suis le pasteur?

#### L'Église primitive du Nouveau Testament

Mes recherches dans la Bible m'ont montré qu'il n'y avait pas de pasteur rémunéré en charge de paroisse ou d'église de maison, et exerçant un ministère auprès de la population dans l'Église du Nouveau Testament. Ceux qui étaient payés par les dîmes étaient envoyés pour évangéliser et implanter des églises sur des territoires et dans des villes où il n'y en avait pas encore. La dîme était réservée spécifiquement pour cet objectif. Les églises qui existaient déjà étaient laissées entre les mains de bénévoles compétents. C'est pourquoi les apôtres ont suscité des anciens et des diacres dans chaque église. Par exemple nous pouvons lire ceci: «Ils leur désignèrent des anciens dans chaque Église et, après avoir prié et jeûné, ils les confièrent au Seigneur en qui ils avaient mis leur foi.» (Ac 14.23).3 «Si je t'ai laissé en Crète, c'est pour que tu mettes bon ordre à ce qui restait à régler et que tu nommes des anciens dans chaque ville, selon ce que je t'ai moimême prescrit.» (Ti 1.5).

Comme pour ces deux versets, beaucoup d'autres références dans le Nou-

veau Testament indiquent, directement ou indirectement, que les anciens et les autres bénévoles dirigeaient des églises locales (voir Ac 11.30; 16.5; 20.17; 1Pi 5.1-3; Ja 5.14). C'est pourquoi il était important pour Paul de choisir les anciens avec sagesse (voir Ti 1.5-9). Il savait qu'ils devaient superviser des églises. C'est aussi la raison pour laquelle la plupart des livres du Nouveau Testament sont des lettres aux églises. Comme les apôtres ont évangélisé dans de nouvelles villes et de nouveaux villages, ils ont écrit des lettres d'instruction et d'encouragement aux dirigeants des églises. Les anciens et les diacres avaient la responsabilité de diriger les églises, et le ministère était entre les mains des membres de l'église (c.-à-d. des bénévoles). Il aurait été inédit que la dîme soit utilisée pour payer quelqu'un pour superviser une église, alors que les anciens et les diacres pouvaient le faire. Cela aurait été considéré comme un gaspillage d'argent. La dîme était utilisée pour soutenir les « ouvriers » qui s'efforçaient d'évangéliser de nouveaux territoires.

En suivant cette méthode, l'Église primitive du Nouveau Testament a grandi de façon surprenante. Lorsque les dirigeants bénévoles ont été partenaires dans l'œuvre du ministère, la vie de l'Église a explosé. Selon cette structure, le christianisme a apporté l'Évangile au monde du ler siècle (voir Ac 17.6).

## La première Église adventiste

Ensuite, j'ai découvert quelque chose d'encore plus remarquable : c'était aussi la structure adoptée par l'Église adventiste à ses débuts. Aux humbles débuts du mouvement adventiste, il n'y avait pas de pasteurs rémunérés assignés aux églises locales. La plupart des églises et groupes de maison étaient dirigés par des bénévoles. Les pasteurs qui étaient payés avec la dîme œuvraient en tant qu'évangélistes et pour établir des églises dans de nouvelles zones, tout comme dans l'Église du Nouveau Testament. Lorsque de nouvelles églises étaient implantées, les bénévoles étaient formés pour les diriger, et le pasteur déménageait dans une nouvelle région.

Remarquez ce que James White a écrit: «Paul n'était pas ce qu'on appelle aujourd'hui un "pasteur établi"... Ces premiers enseignants du christianisme restaient dans une ville, ou un lieu, jusqu'à ce que leur témoignage ait suscité l'attention des gens, qu'ils aient amené un ensemble de croyants et les aient établis dans la doctrine du Christ. Les choses étaient alors mises en place afin que ces disciples puissent maintenir le culte rendu à Dieu. Alors, de cette façon, ces pasteurs pouvaient se tourner vers un nouveau territoire de travail ».4

C'est la raison principale de la croissance rapide de la première Église adventiste. Au début des années 1900, les gens ont commencé à remarquer la croissance de l'Église adventiste. D'autres églises existaient déjà depuis des centaines d'années, mais voilà que cette nouvelle dénomination qui, elle, n'avait même pas 50 ans, se développait rapidement. L'Église adventiste a fait avancer la grande mission très différemment des autres églises protestantes. Alors que la plupart des autres églises suivaient la méthode d'affecter un pasteur rémunéré pour chaque paroisse, l'Église adventiste a fait

le contraire. Les églises étaient dirigées par des bénévoles tandis que la dîme était utilisée pour envoyer des ouvriers évangéliser des territoires où personne n'avait encore posé le pied.

Lorsqu'on lui a posé des questions sur cette méthode, A. G. Daniells, président de la Conférence générale au début des années 1900, a déclaré: «Dans une large mesure, nous n'avons pas affecté nos pasteurs à des églises. Dans certaines des très grandes églises, nous avons désigné des pasteurs, mais en règle générale, nous nous sommes consacrés au servir sur le terrain et aux efforts d'évangélisation, et les frères et sœurs se sont tenus prêts à maintenir leurs services de culte et à poursuivre leur œuvre au sein de l'église locale sans pasteur attitré. Et j'espère que cela ne cessera jamais d'être l'ordre des choses dans cette dénomination, car lorsque nous cesserons de faire avancer notre travail et commencerons à nous installer dans nos églises, à rester auprès d'elles, à penser pour elles, prier pour elles et faire le travail qui lui est destiné, alors nos églises commenceront à s'affaiblir, à perdre leur vie et leur esprit, et à se paralyser et se fossiliser, et le travail sera en recul»5.

J'ai été frappé d'une plus grande conviction lorsque j'ai constaté qu'Ellen White répétait le même conseil : « Il ne devrait pas y avoir d'appel pour avoir des pasteurs établis dans nos églises, mais il faudrait plutôt laisser la puissance de la vérité impressionner individuellement les membres afin qu'ils agissent et poursuivent le travail missionnaire efficace dans cette localité. Si l'église représente les mains de Dieu, elle doit être formée et éduquée pour accomplir une œuvre efficace. Ses membres doivent être les ouvriers chrétiens et dévoués du Seigneur.» 6

La déclaration de G. Daniells en 1912 était prophétique. Il dit que si jamais nous cessions d'organiser des églises dirigées par des bénévoles et commencions à établir des pasteurs responsables d'églises au lieu de les envoyer dans des territoires non explorés, la croissance de l'Église adventiste diminuerait et sa spiritualité en souffrirait. Il semble que c'est exactement ce qui s'est passé durant la première moitié des années 1900.

Lorsque les dirigeants bénévoles ont été associés au travail du ministère, la vie de l'Église a explosé.

Peu de temps après la mort d'Ellen White et la fin de la présidence de Daniells, les membres d'église ont commencé à appeler des pasteurs à venir s'v installer. Ellen White avait averti à ce sujet quand elle a écrit: «Mais les églises se meurent et elles ont besoin d'entendre la prédication d'un pasteur. Il faut enseigner aux membres à apporter fidèlement leur dîme au Seigneur, afin qu'il les fortifie et les bénisse. On devrait les stimuler au travail, afin que le souffle de Dieu les anime. On devrait leur faire comprendre que s'ils sont incapables de se suffire à euxmêmes, sans l'aide d'un prédicateur, ils ont besoin d'être à nouveau convertis et passer par un second baptême. Il faut qu'ils naissent de nouveau. » 7

Les églises protestantes populaires de l'époque avaient de grands bâtiments et de grandes assemblées, et certains préconisaient que nous devions faire de même. Comme l'Israël d'autrefois, le peuple de Dieu a insisté pour avoir un « roi » pour régner sur eux, même si ce n'était pas le plan de Dieu.

Une étude des registres des églises nord-américaines au cours de la première moitié des années 1900 révèle une corrélation entre le moment où nous avons arrêté d'organiser des églises dirigées par des bénévoles et commencé à donner des pasteurs aux églises, et le moment où la croissance de l'Église a commencé à stagner et à décliner.8 Il semble qu'il y ait eu une perte de concentration sur la mission. Je ne peux m'empêcher de penser: Est-il temps que l'adventisme en Amérique du Nord retourne aux églises dirigées par des bénévoles ?

#### **Notre mission**

Si nous ne suivons pas ce modèle, comment l'œuvre pourra-t-elle être achevée? Apocalypse 14 nous a donné une mission importante, une tâche divine. Il nous a été demandé de propager l'Évangile éternel à toute nation, tribu, langue et peuple. Ellen White nous a également conseillé de répandre la lumière à tout groupe de personnes et d'ériger d'humbles lieux de culte en leur sein. Comment pouvonsnous accomplir cette tâche monumentale de propager l'Évangile dans chaque ville

d'Amérique du Nord et d'ériger d'humbles lieux de culte? Si chaque église devait avoir un pasteur rémunéré, cela coûterait une fortune; nous ne pourrions jamais nous le permettre!

Je ne peux fournir qu'une seule conclusion : nous devons commencer à réorganiser des églises gérées par des bénévoles. Nous devons laisser les anciens et les diacres diriger les églises locales tandis que la dîme servira à envoyer des ouvriers pour évangéliser et implanter des églises et des groupes de maisons dans des villes où il n'y a pas de présence adventiste. Comment peut-on le faire? Comment assurer la transition de notre structure actuelle vers un modèle d'églises dirigées par des laïcs? Le changement est toujours un défi. Il n'y a pas de solution rapide. Il faudra du temps, mais cela peut devenir une réalité.

#### **Deux options**

Je vois deux options pour réaliser cette restructuration:

Option 1: De grands « districts missionnaires ». J'ai entendu le terme « districts missionnaires » pour la première fois au sein de la fédération de Pennsylvanie. Ceux-ci sont mis en place en regroupant deux ou trois districts en un grand district de cinq à dix églises dirigées par des bénévoles. Chaque église dans un district missionnaire est dirigée par le groupe d'anciens au niveau local. Le pasteur de la fédération est ensuite charaé de superviser le district. Son travail principal consiste à former et équiper les pasteurs bénévoles et les anciens de compétences pour le service. Il ou elle visite chaque éalise, en faisant une rotation selon le calendrier, pour former des disciples et former les pasteurs bénévoles et les anciens. Ce modèle libère des fonds pour plus de pasteurs, qui sont ensuite envoyés dans les territoires à développer de la fédération pour y implanter de nouvelles églises.

Option 2: Modèle de l'église mère. Au sein de la fédération de l'Iowa-Missouri, dont je fais partie, les pasteurs cherchent à faire avancer les églises locales en lançant un programme de pasteurs bénévoles dans la ville de St. Louis. Selon ce modèle, le pasteur de la fédé-

ration commence par former ses anciens et diacres pour qu'ils deviennent les pasteurs bénévoles de l'église. Ce processus de formation de disciples peut prendre de trois à cinq ans. Dans les grands secteurs urbains, des pasteurs de la fédération collaborent pour offrir à leurs anciens des séminaires de formation au pastorat bénévole. Lorsaue les anciens ont été suffisamment formés pour diriger une église locale, le pasteur de la fédération peut alors consacrer du temps à implanter des églises dans des régions à développer. L'idéal serait de prendre un petit groupe de l'église locale et former le noyau d'une église.

Ainsi, les deux principales responsabilités du pasteur employé de la fédération sergient d'implanter des églises et de former les pasteurs bénévoles et les anciens de l'église ou des églises existantes. Ces pasteurs bénévoles seraient alors les dirigeants des églises existantes. De cette façon, le pasteur qui œuvre pour la fédération peut assurer la transition et se concentrer sur l'implantation d'églises. De plus, le pasteur bénévole pourrait aussi s'associer au pasteur de la fédération pour implanter des éalises. Le pasteur bénévole finirait par diriger le projet d'implantation d'églises pour que le pasteur puisse continuer à planter encore plus d'éalises.

#### Conclusion

Il y a des défis pour les deux modèles, et il y aura une résistance face à l'un ou l'autre modèle. Mais je crois que les deux reflètent plus précisément la structure de l'Église du Nouveau Testament et de l'Église adventiste. Par conséquent, pour le bien de la mission, nous devons le faire. Pour le bien de notre mission mondiale d'évangélisation, nous devons le faire. Pour les pêcheurs que Jésus aime, nous devons le faire. Il se peut que cela nous sorte de notre zone de confort, mais c'est notre devoir et notre responsabilité en tant qu'Église du reste, à qui a été confiée la mission de proclamer le message final de Jésus à un monde perdu.

Que se passerait-il si davantage d'églises locales en Amérique du Nord suivaient ces modèles? Que se passeraitil si nous commencions progressivement

 $\Rightarrow \Rightarrow \Rightarrow \Rightarrow$ 

à passer à des églises dirigées par des anciens et des diacres formés et consacrés? Les pasteurs pourraient être envoyés dans les villes voisines pour évangéliser et implanter des églises là où il n'y a pas de présence adventiste. Comme les apôtres de l'Église primitive, le pasteur reviendrait régulièrement dans les églises locales pour assurer un suivi au niveau de la formation et encourager les églises, mais la majeure partie de son temps serait consacrée à la création de nouvelles églises et de nouveaux groupes.

Imaginez comment cela changerait le visage de l'église nord-américaine. Les éloges sur la croissance étonnante de l'Église aux États-Unis reflèteraient plus précisément la réalité. Seigneur, que ce jour vienne!



- 1. Une version de cet article a été publiée à l'origine sur outlookmag.org, le 23 juillet 2015.
- 2. Russell Burrill, Recovering an Adventist Approach to the Life and Mission of the Local Church. Fallbrook, CA: Hart Research Center, 1998, p. 221.
- 3. Les références bibliques sont tirées de la Nouvelle Bible Segond.
- 4. «Go Ye Into All the World and Preach the Gospel». Review and Herald, April 15, 1862.
- 5. A. G. Daniells, Ministerial Institute Address.

Los Angeles, California, March 1912, cite par Russell Burrill, Recovering an Adventist Approach. p. 177, 178.

- 6. Ellen G. White, *Important Testimony*, 5, https://egwwritings.org/?ref=en\_PH038.5.1&para –320.18
- 7. Ellen G. White, *Évangéliser*. eBook, Ellen G. White Estate Inc. 2000, p. 344.
- 8. Comparez General Conference Department of Archives and Recovering an Adventist Approach avec the Life and Mission of the Local Church, p.189–191.
- 9. Voir Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, vol. 6. Mountain View, CA: Pacific Press, 1948, p. 100.



#### **COURRIER DU LECTEUR**

#### Vous réagissez aux articles de « Ministry® »

Votre numéro du 2º trimestre 2017 a mis l'accent sur le don de prophétie avec des articles bien documentés. Mais il me semble que vos auteurs (Angel Manuel Rodriguez et Ted N.C. Wilson) ne répondent pas à la question du pourquoi Dieu nous a donné cette lumière importante pour nous guider. L'esprit de la prophétie n'est pas simplement une doctrine à laquelle il faut croire et qu'il faut défendre avec des arguments philosophiques et bibliques comme nous l'avons fait depuis le début. Notre problème est plus grave que ça. Ce n'est pas que nous ne croyons pas en Ellen G. White, mais c'est que nous ne suivons pas ses conseils en tant qu'église instituée. Par exemple :

1. Nous ne suivons pas ses conseils sur l'alimentation et la vie saine, mais nous nous sommes adaptés à des pratiques de santé fondées sur la médecine conventionnelle et hospitalière et qui sont en complète contradiction avec ses conseils. 2. Notre système d'éducation s'est sécularisé et ne repose plus sur ses conseils. 3. Notre système d'organisation n'est pas motivé par la mission comme il l'a été. Nous utilisons l'argent de nos dîmes pour maintenir l'institution au détriment de notre service en faveur des perdus. Nous ressemblons davantage à une entreprise commerciale qu'à l'église du Christ. Nous devrions dépenser notre argent pour la mission et non pour maintenir notre structure religieuse. Des bâtiments et des équipements qui valent des millions de dollars ne sauvent personne. Notre argent devrait être utilisé pour les églises locales et les pasteurs.

Et nous nous targuons de dire : « Nous croyons ! » Mais en quoi croyons-nous ? Honte à nous ! Croire, c'est agir. Si nous ne suivons pas ses conseils, nous ne devrions pas affirmer que nous croyons. Arrêtons la rhétorique et suivons ses conseils ! Si, en tant qu'institution, nous continuons de désobéir à l'esprit de la prophétie, nous serons trouvés coupables par le donateur de cet important don spirituel, le Christ

**Manuel Fernandez,** Floride.

Je suis heureux et enthousiaste ce matin en lisant l'entretien de Jerry page avec Chad Stuart intitulé « Faire grandir les églises locales à la manière de Dieu » (2° trimestre 2017). C'est un article merveilleux pour nous pasteurs qui sommes intéressés par la croissance de l'église. Je suis très reconnaissant envers vous de nous avoir présenté un tel pasteur du troupeau, humble, précieux et bon. Que Dieu vous bénisse ainsi que votre ministère! Personnellement, j'ai appris beaucoup de choses que j'ai hésité à essayer, mais que, maintenant, je me sens encouragé à partager avec mes collègues pasteurs et à mettre en pratique dans mon église locale. L'accent mis sur la prière et sur l'engagement est si important pour moi. Ce serait pour moi une grande joie si je voyais nos églises supprimer avec sagesse les appels de fonds et les annonces comme l'a fait Chad Stuart pour l'église de Visalia. Je crois que ça marche vraiment!

Haleimaana Naphutali, secrétaire de la mission de l'Ouest de l'Ouganda.

Lillian KENT, PhD, MapplEpi, MPH, est chercheuse au centre de recherche sur le style de vie à l'université adventiste d'Avondale, Cooranbong, Nouvelle-Galles du Sud, Australie.



# Ce que contient le message adventiste de santé

llen White est la principale instigatrice des réformes en matière de santé au sein de l'Église adventiste du septième jour. Depuis son organisation au milieu du XIXe siècle. cette Église a largement répandu les conseils de cette réformatrice qui met en évidence l'importance du rôle du style de vie pour promouvoir la santé, le bonheur et une meilleure spiritualité.1 En 1905, Ellen White a résumé son conseil en ces mots : «L'air pur, le soleil, l'abstinence, l'eau, le repos, l'exercice, une alimentation judicieuse, la confiance en Dieu, voilà les vrais remèdes,»<sup>2</sup> II n'est donc pas surprenant que la recherche portant sur la santé des adventistes du septième jour depuis les années 1950 ait montré au'ils semblent jouir d'un faible taux de maladies chroniques et d'une mortalité totale plus basse, bien que vivant dans des régions où les maladies chroniques sont courantes.<sup>3</sup> Alors qu'aujourd'hui, au XXIe siècle, le taux des maladies chroniques monte en flèche, la science commence à prouver le bienfondé de ce conseil du XIXe siècle et son importance pour la santé physique et mentale. Examinons ces éléments et regardons ce que la science a découvert sur chacun d'eux.

#### L'air pur

La mauvaise qualité de l'air et la pollution de l'air entraînent les maladies cardio-pulmonaires (crise cardiaque, accident vasculaire cérébral, insuffisance cardiaque), le cancer, l'asthme et la mortalité prématurée. <sup>4</sup> Alors que le changement climatique progresse, ce problème va s'aggraver. <sup>5</sup> Cependant, les espaces verts filtrent les polluants nocifs dans l'air et produisent de la fraîcheur pendant les vagues de chaleur, ce qui a un effet positif sur la santé et le bien-être.<sup>6</sup> Une marche dans la nature n'est pas seulement bénéfique pour les poumons, mais elle est aussi associée à une meilleure santé mentale (baisse de la dépression et du niveau de stress ressenti), et à l'amélioration du bien-être. 7 Se promener dans la verdure apaise le cortex préfrontal sous-génique, c'est-à-dire la région du cerveau qui provoque la rumination. Au lieu de nous concentrer sur les problèmes de la vie, nous développons une attitude plus positive en marchant dans un cadre naturel.8

Le stress est une réponse normale aiguë du système nerveux sympathique face au danger. Mais il est devenu un problème chronique dans le monde trépidant d'aujourd'hui. Pendant le stress, notre respiration est superficielle et rapide, mais elle peut devenir profonde, régulière et consituer ainsi une réponse détendue dite parasympathique.9 Ce type de respiration remplit les poumons jusqu'au diaphraame et améliore la santé en aénéral, v compris le système immunitaire, tout en réduisant également le stress. Essavez de faire cela deux à trois fois par jour: inspirez en comptant lentement jusqu'à cinq. Bloquez votre respiration pendant une seconde, puis expirez lentement en comptant jusqu'à cina, bloquant à nouveau votre respiration pendant une seconde. Prévoyez quatre à six répétitions par minute, pendant deux à cinq minutes, deux à trois fois par jour, et essayez de sortir dans la verdure aussi souvent que possible.

#### Le soleil

La lumière du soleil produit de la vitamine D, ce qui est important pour la santé de tout le corps. La carence en vitamine D est liée aux maladies chroniques: l'obésité, les maladies cardiaques, les accidents vasculaires cérébraux, le diabète, le cancer, la sclérose en plaques, les maladies auto-immunes, les allergies, la maladie mentale, ainsi que l'intégrité osseuse. 10 De plus, la lumière du soleil est aussi importante pour notre horloge biologique quotidienne (le rythme circadien).11 Une maladie appelée trouble affectif saisonnier (TAS), connue aussi sous le nom de dépression hivernale (tristesse, dépression et fatique), a été observée chez les personnes vivant dans des régions où durant l'hiver les journées sont plus courtes et les nuits plus longues. 12 Le fait de rester à l'intérieur toute la journée sans être exposé à la lumière du soleil peut aussi produire le TAS. 13

À l'intérieur, la lumière est d'environ 100 lux (une mesure de l'intensité lumineuse). Mais une belle journée ensoleillée produit 50 000 lux ou plus, une journée couverte, 1000 à 2000 lux, et regarder le lever ou le coucher du soleil 400 lux. Les autorités sanitaires recommandent de s'exposer à 10000 lux 30 minutes par jour. Les lampes de luminothérapie aui fournissent cette quantité de lumière peuvent être utilisées pour traiter le TAS. Mais pourquoi ne pas utiliser le soleil pour ses autres bienfaits, comme la vitamine D, et la lumière bleue qui nous réveille le matin, qui nous rend alertes et qui améliore notre humeur et notre performance?<sup>14</sup>

(Nous reviendrons sur la lumière bleue dans la section sur le repos). L'exposition quotidienne au soleil est importante pour la santé de tout le corps, mais pour réduire le risque de cancer de la peau, il est important de ne pas vous exposer trop longtemps au soleil quand ses rayons UV sont les plus forts.

#### **Tempérance**

La «tempérance» signifie faire preuve d'autodiscipline, d'abstinence ou de sobriété. Le désir de posséder toujours davantage augmente le stress et affecte notre santé mentale et physique, mais de plus cela détruit aussi la planète. La tempérance consiste à s'abstenir de l'alcool, des drogues et des aliments malsains. Elle consiste à éviter de manger plus que ce dont notre corps a besoin, à éviter également les mauvais types d'aliments qui avivent l'inflammation systémique légère, contribuant ainsi au développement de maladies chroniques et conduisant à une mort prématurée.

Un apport réduit en calories (le jeûne) sans pour autant sacrifier l'apport en nutriments (ce qui est réalisé le mieux par un régime faible en gras, basé sur des aliments complets et d'origine végétale) est un facteur prédictif de longévité. 16 II existe de nombreuses façons de limiter les calories, mais le ieûne intermittent est ce qu'il y a de plus facile à pratiquer et semble être tout aussi efficace que les autres méthodes plus rigoureuses. Il s'agit de passer 12 à 16 heures par jour sans nourriture, ce qui est réalisé le plus facilement en ne mangeant pas le soir jusqu'au petitdéieuner.

Cependant, la tempérance recouvre davantage que le régime et l'abstinence. Il s'agit de trouver l'équilibre dans toutes nos activités et tous nos comportements qui sont bons en soi. La tempérance consiste à éviter toute substance nocive et à utiliser avec équilibre même ce qui est bon. Cela dépasse le régime alimentaire et comprend la tempérance dans la gestion de notre temps dans le travail 17, le service, l'exercice, la saine alimentation,

et toute autre activité. Cela inclut l'alimentation, mais ne s'y limite pas.

#### Le repos

Éviter le surmenage, prendre un temps de vacances adéquat, se détendre et dormir suffisamment font partie du repos. Le sommeil est important pour le traitement des informations et des expériences dans le but de former des souvenirs, pour optimiser le métabolisme du corps et maintenir son poids corporel, pour maintenir un système immunitaire sain et une bonne santé mentale, et pour réduire le risque de maladie chronique.

Nous ne dormons pas suffisamment dans ce monde agité, et la nuit, la lumière bleue contribue à cela. Les couchers de soleil et les feux (la seule source de lumière la nuit pendant presque toute l'histoire de l'humanité) sont rougeorange et produisent un effet apaisant. Les ampoules électriques et les appareils technologiques modernes, comme les téléviseurs, les ordinateurs, les iPad et les téléphones portables, émettent de la lumière bleue, ce qui perturbe notre rythme circadien, les hormones (un taux peu élevé de mélatonine est associé au cancer) et le sommeil. Même la lumière faible (8 lux) d'une lampe de chevet peut interférer avec le rythme circadien et la sécrétion de mélatonine d'une personne. La mélatonine est importante pour un sommeil réparateur pendant la nuit et pour être de bonne humeur et en forme la journée.

Les niveaux de mélatonine peuvent être protégés en s'exposant à la lumière vive pendant la journée (comme nous l'avons vu dans la section sur le soleil), en portant des lunettes de protection qui bloquent la lumière bleue, et en installant des programmes sur vos appareils qui changent la lumière bleue en lumière rouge en suivant l'exemple du lever et du coucher du soleil. Visez à dormir sept à huit heures par nuit.

Le sabbat fait aussi partie du repos. C'est notre façon de nous souvenir de notre besoin du Créateur et de renouer avec lui, avec notre famille et avec les

autres. Ce n'est pas seulement un jour de repos et un antidote au stress, mais en observant ce jour nous récoltons de nombreux bienfaits pour la santé. Des études sur les résidents israéliens ont révélé une réduction significative du nombre de décès parmi les Juifs à l'approche du week-end, et donc moins de décès le samedi et plus le dimanche. Cette tendance n'a pas été retrouvée chez la population grabe non-juive, ni lors d'autres fêtes nationales ou reliaieuses. Des études sur les adventistes du septième jour ont souligné les bienfaits de l'observation du sabbat sur la santé physique et mentale réalisés en partie grâce aux les éléments suivants : l'adaptation à la vie religieuse, le soutien religieux, l'alimentation et l'exercice. 18 Profitez de ce jour de congé hebdomadaire exempt de toute culpabilité.

#### L'exercice

L'exercice est un bon remède. Les personnes qui font de l'exercice jouissent d'une meilleure qualité de vie, d'un meilleur état de santé, et doivent être hospitalisées moins souvent que les personnes sédentaires. Les personnes qui s'entraînent régulièrement souffrent moins de maladies chroniques, d'arthrite, de maladies respiratoires, <sup>19</sup> et de douleurs articulaires; elles jouissent d'une meilleure immunité, <sup>20</sup> d'un risque moins élevé de mort prématurée, de meilleures capacités de réflexion et d'une meilleure mémoire. <sup>21</sup>

L'inactivité physique est classée comme la cinquième cause de maladie en Europe de l'Ouest; elle est une cause plus importante de maladie que le tabagisme, l'obésité et l'hypertension artérielle. En fait, l'exercice peut être tout aussi important que les traitements médicamenteux dans la prévention secondaire des maladies coronariennes, dans la réadaptation après un accident vasculaire cérébral, dans le traitement de l'insuffisance cardiaque, et dans la prévention du diabète.<sup>22</sup> De plus, pour augmenter la longévité de dix ans, l'«Adventist Health Study» (l'étude adventiste sur la santé) a identifié les principaux facteurs du

mode de vie suivants : avoir une activité physique, ne pas fumer, manger des noix régulièrement, être végétarien et maintenir un poids équilibré.<sup>23</sup>

Pour augmenter les bienfaits sur la santé, le quide d'activités physiques recommande d'être actif la plupart des iours de la semaine, avec 150 à 300 minutes (2 heures ½ à 5 heures) d'activité physique d'intensité modérée (pour l'activité physique énergique, la moitié du temps seulement est nécessaire).<sup>24</sup> Une marche rapide de 20 minutes après chaque repas répondrait à l'exigence d'une activité modérée et réduirait en même temps le taux de sucre dans le sana! Pour une santé optimale, des exercices de musculation devraient être effectués au moins deux jours par semaine. Le temps passé assis, comme c'est souvent le cas dans le style de vie occidental, est également lié à une mort prématurée. Si donc votre style de vie ne vous oblige pas à bouger, assurezvous de vous arrêter toutes les heures pour faire deux minutes d'activité de légère intensité.25

#### Une alimentation judicieuse

Les cing zones bleues sont les cing régions du monde où les gens vivent le plus longtemps: les Japonais à Okinawa, les Italiens en Sardajane, les Costaricains à Nicoya, les Grecs à Icaria et les adventistes du septième jour à Loma Linda. Un des points communs de tous ces aroupes est leur régime constitué essentiellement d'aliments complets et d'origine végétale, riche en légumineuses, en céréales complètes, en fruits, en légumes, en oléagineux et en graines, avec très peu ou pas de produits animaux. Par conséquent, ils vivent plus de 100 ans, ils ont l'espérance de vie la plus élevée, ou le taux le plus bas de mortalité due aux maladies fréquentes dans d'autres pays occidentaux pour les personnes d'âge moyen, ainsi que des taux de démence beaucoup plus bas.26

Contrairement aux quatre autres régions qui existent depuis de milliers d'années, les adventistes de Loma Linda vivent dans la culture nord-américaine populaire. Bien qu'étant entourés de pratiques malsaines en ce qui concerne le mode de vie, et de maladies chroniques qui se développent rapidement, ils vivent en moyenne dix ans de plus que leurs voisins, et ils jouissent d'une meilleure santé. La pratique du régime et du style

jour, davantage encore par temps chaud: par les poumons (respiration), par la peau (transpiration), par l'urine et par les excréments. Quand nous ressentons la soif, le corps a déjà commencé à se déshydrater. Pour éviter cela, une femme adulte moyenne a besoin d'environ deux litres et un homme adulte moyen a

## La tempérance consiste à éviter toute substance nocive et à utiliser avec équilibre même ce qui est bon.

de vie adventiste est donc possible pour les gens qui vivent dans les cultures où les maladies chroniques font des ravages. Après tout, à chaque bouchée, notre nourriture change notre « logiciel » biologique pour le meilleur ou pour le pire. Alors, réfléchissez à ce que vous mettez dans votre bouche: mangez les aliments que Dieu a créés, y compris une grande variété de couleurs et de sortes, mais évitez les aliments que les hommes ont créés, transformés et saturés de sucre et de gras.

#### L'eau

Le corps humain peut survivre pendant des semaines sans nourriture, mais seulement quelques jours sans eau. L'eau est essentielle pour chaque processus de l'organisme et de ses cellules. L'eau maintient l'intégrité de chaque cellule, elle contribue à l'élimination des déchets. elle régularise la température du corps, elle lubrifie et protège les articulations, elle aide à la digestion et empêche la constipation, elle transporte les nutriments et l'oxygène dans les cellules, elle maintient le flux sanauin, elle hydrate la peau pour maintenir sa structure, et elle hydrate les membranes des poumons et de la bouche. Le corps ne peut pas stocker l'eau; il en perd jusqu'à trois litres par

besoin d'environ deux litres et demi de liquide par jour, idéalement de l'eau pure. Il est nécessaire d'augmenter la quantité d'eau pendant l'activité physique, lors de périodes de vomissements ou de diarrhée, dans les environnements chauds, et pour les femmes enceintes qui doivent répondre aux exigences d'un corps en transformation.

Les boissons contenant de la caféine, telles que le thé, le café, les boissons énergisantes et les boissons sucrées, agissent comme diurétiques et auamentent la perte de l'eau du corps; elles contribuent à la déshydratation et devraient être évitées. La consommation de sucres libres, en particulier dans les boissons sucrées, augmente l'apport énergétique global et peut augmenter la consommation d'aliments pauvres en nutriments et riches en calories, conduisant à une mauvaise alimentation, à la prise de poids et à un risque accru de maladies chroniques et de caries dentaires. Chaque année, près de 200000 décès dans le monde sergient liés aux boissons sucrées. C'est pourquoi l'Organisation mondiale de la santé a fortement recommandé de ne pas ajouter plus de six cuillères à café de sucre provenant de sucres libres dans les boissons sucrées.<sup>27</sup> Les sucres libres comprennent

le sucre ajouté aux aliments et aux boissons dans le domaine commercial et à la maison, et les sucres naturellement présents dans le miel, les sirops, les jus de fruits et les concentrés de jus de fruits. Ils ne comprennent pas les sucres naturellement présents dans les aliments d'origine végétale.<sup>28</sup>

#### La confiance en Dieu

Croire en l'existence d'un Dieu personnel et transcendant qui aime les êtres humains, se soucie d'eux, et répond à leurs besoins, les conduit et fait concourir toutes choses pour leur bien, a un effet positif sur la santé mentale et physique. Savoir d'où nous venons, pourquoi nous sommes ici et où nous allons donne un sens à notre vie et nous libère de l'anxiété concernant l'avenir.

La confiance en Dieu renforce les émotions positives et contribue à neutraliser les émotions négatives, améliorant ainsi la vie et augmentant la capacité d'adaptation en replaçant les événements négatifs de la vie dans leur contexte. Les personnes qui partagent ces convictions connaissent un plus grand bien-être, le bonheur, l'espérance, l'optimisme et la gratitude; elles sont moins susceptibles de connaître la dépression, le suicide, l'anxiété, la psychose, la toxicomanie, la délinguance, la criminalité et l'instabilité conjugale.29 Ellen White déclare: «La confiance en Dieu et en sa souveraine providence allège le fardeau de nos tracas et de nos soucis. Dans la plus haute situation comme dans la plus humble, elle fait déborder le cœur de joie. La religion fortifie la santé, prolonge la vie et procure la jouissance de tous les bienfaits du ciel.» 30

#### Conclusion

La science émergente de l'épigénétique nous a montré que notre destin n'est pas déterminé par nos gènes. Nos gènes possèdent un interrupteur qui peut être activé ou désactivé par le régime alimentaire. Cet interrupteur, appelé l'épigénome, est situé au-dessus de notre ADN. Mais le régime n'est pas le seul à pouvoir activer ou désactiver nos gènes. Il a été découvert qu'une semaine de manque de sommeil avait modifié la fonction de 711 gènes, y compris certains impliqués dans le métabolisme, l'inflammation, l'immunité et le stress.<sup>31</sup>

Seulement 20 minutes d'exercice ont suffi pour changer l'expression de l'épigénome et des gènes dans les cellules musculaires humaines pendant plusieurs heures.32 Seulement 45 minutes d'exercice modéré quatre fois par semaine pendant trois mois ont permis de modifier les gènes impliqués dans le métabolisme énergétique, la réponse insulinique et l'inflammation.33 La marche rapide pendant environ une heure par jour peut réduire de moitié l'effet de 32 gènes favorisant l'obésité. Le tabagisme, le stress et la pollution affectent également l'épigénome. Dans une expérience classique, des hommes atteints d'un cancer de la prostate ont bénéficié d'une modification de leur mode de vie (aliments faibles en gras et d'origine végétale; exercice physique; gestion du stress; soutien social) ou d'une attente vigilante.34 En seulement trois mois, 500 gènes promoteurs du cancer ont été désactivés et 50 aènes suppresseurs de cancer ont été activés dans le groupe d'intervention. Le style de vie est un remède, et notre Créateur nous montre maintenant par la science comment ses directives nous permettent d'avoir la vie en abondance (Jean 10.10).

La science a raison: les principes énoncés dans cet article nous aident physiquement et mentalement. Et ce n'est pas étonnant, puisque Dieu luimême en est la source. L'esprit, l'âme et le corps agissent ensemble, et ce qui affecte l'un affecte l'être tout entier. Ellen White nous dit encore: « Des corps maladifs et des esprits diminués ne peuvent glorifier Dieu.» <sup>35</sup> Mais croire en quelque chose, même en ayant une « confirmation» scientifique, est une chose. Le faire nôtre est un choix que nous devons tous faire individuellement.

De toute évidence, pour être les bergers efficaces du troupeau de Christ, les pasteurs doivent personnellement examiner attentivement le message de santé et le vivre. Ensuite, ils doivent montrer l'exemple en communiquant cette connaissance à son Église, afin que Christ ne puisse pas dire: «Mon peuple périt parce qu'il n'a pas la connaissance» (Osée 4.6). Ma prière pour chaque pasteur est « que tu prospères à tous égards et que tu sois en bonne santé, tout comme ton âme prospère» (3 Jean 2).

- 1. B. E. Fraser, Diet, *Life Expectancy, and Chronic Disease*. New York: Oxford University Press, 2003.
- 2. Ellen G. White, *Le Ministère de la guérison*, eBook : Ellen G. White Estate, Inc., 1977, p. 102. https://egwwritings.org/?ref=fr\_MG.102.2&para=195.578.
- 3.W. C. Willett, "Convergence of Philosophy and Science: The Third International Congress on Vegetarian Nutrition" in American Journal of Clinical Nutrition 70 n° 3 (septembre 1999), p. 434S-438S.
- 4. American Friends of Tel Aviv University, "Air Pollution Linked to Chronic Heart Disease," in *ScienceDaily* (5 juin 2012), www.sciencedaily.com/releases/2012/06/120605121700.htm.
- 5. M. Dennekamp et M. Carey, "Air Quality and Chronic Disease: Why Action on Climate Change Is Also Good for Health," in NSW Public Health Bulletin 21, n° 5-6 (mai juin 2010), p. 115-121, doi:10.1071/NB10026.
- 6. Fondation David Suzuki, "Report Shows Urban Green Space Cuts Air Pollution and Cools the City," (24 mars 2015) www.david-suzuki.org/media/news/2015/03/report-shows-urban-green-space-cuts-dir-pollution-and-cools-the-city/.
- 7. Carolyn Gregoire, "Taking a Walk in Nature Could Be the Best Thing You Do for Your Mood All Day," in *The Huffington Post* (24 septembre 2014), www.huffingtonpost.com.au/en try/walk-nature-depression n 5870134.
- Gregory N. Bratmana et al., "Nature Experience Reduces Rumination and Subgenual Prefrontal Cortex Activation," in *Proceedings* of the National Academy of Sciences 112, n° 28 (juillet 2015), p. 8567-8572.
- 9. The Nutrition Source, "Relaxation Techniques: Breath Control Helps Quell Errant Stress Response," Harvard Health, dernière mise à jour le 18 mars 2016, www.health.harvard. edu/mind-and-mood/relaxation-fechniques-breath-control-helpsquell-errant-stress-response.
- 10.The Nutrition Source, "Vitamin D and Health," Harvard Health Publications, décembre 2014, www.hsph.harvard.edu/nutrition-source/vitamin-d/.
- 11. Harvard Health Publications, "Seasonal Affective Disorder," décembre 2014, www.health.harvard.edu/depression/seasonal-affective-disorder-overview.
- 12. Wikipedia, s.v. "Daylight," dernière modification le 20 novembre 2016, en.wikipedia.org/wiki/Daylight.
- 13. New Scientist, "Vitamin D's Benefit May Lie in Syncing Our Body Clocks," 30 décembre 2014, www.newscientist.com/article/mg22530023-900-vitamin-ds-benefit-may-lie-in-syncing-our-body-clocks/.
- $\label{eq:lambda} $$1.4.$\ Aravard Health Publications, "Blue Light Has a Dark Side," dernière modification le 2 septembre 2015, www.health.harvard.edu/staying-healthy/blue-light-has-a-dark-side. 15.G. Egger et J. Dixon, "Inflammatory Effects of Nutritional Stimuli Further Support for the Need for a Big Picture Approach to Tackling Obesity and Chronic Disease," in$ *Obesity Reviews*11, n° 2 (février 2010), p. 137-149.
- 16. C. Zhang et al., "Structural Modulation of Gut Microbiota in Life-Long Calorie-Restricted Mice," in *Nature Communications* 4 (2013), p. 2163, doi: 10.1038/ncomms3163.
- 17. Sue Shellenbarger, https://www.wsj.com/articles/SB945388366398451922.

 $\Rightarrow \Rightarrow \Rightarrow \Rightarrow$ 





#### CE QUE CONTIENT LE MESSAGE ADVENTISTE DE SANTÉ

18. Devon J. Superville, Kenneth I. Pargament, et Jerry W. Lee, "Sabbath Keeping and Its Relationship to Health and Well-Being," in The International Journal for the Psychology of Religion 24, n° 3 (2014), p. 241-256.

19. Huseyin Naci et John P.A. Ioannidis, "Comparative Effectiveness of Exercise and Drug Interventions on Mortality Outcomes: Metaepidemiological Study," in *The British Medical Journal* (octobre 2013), p. 347, doi: 10.1136/bmj.fs577.

20. Healthbeat, "5 Surprising Benefits of Walking," Harvard Health Publications, dernière mise à jour le 20 mai 2016, www.health.harvard.edu/staying-healthy/5-surprising-benefits-of-walking.

21. Heidi Godman, "Regular Exercise Changes the Brain to Improve Memory, Thinking Skills," Harvard Health Publications, dernière mise à jour le 29 novembre 2016, www.health.harvard.edu/blog/regular-exercise-changes-brain-improve-memory-thinking-skills-201404097110.

22. Wendy J. Brown, Toby Pavey, et Adrian E. Baumann, "Comparing Population Attributable Risks for Heart Disease Across the Adult Liespan in Women," in *British Journal of Sports Medicine* 49, n° 16 (2014), p. 1069-76, doi: 10.1136/bjsports-2013-093090.

23. Gary E. Fraser et David J. Shavlik, "Ten Years of Life: Is It a Matter of Choice?" in *Archives of Internal Medicine* 161, n° 13 (août 2001), p. 1645-1652.

24. "Physical Activity and Adults: Recommended Levels of Physical Activity for Adults Aged 18-64 Years," Organisation mondiale de la santé, consulté le 31 octobre 2016,

www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\_adults/en/.

25. Srinivasan Beddhu et al., "Light-Intensity Physical Activities and Mortality in the United States General Population and CKD Subpopulation," in Clinical Journal of the American Society of Nephrology 10, n° 7 (juillet 2015), p. 1145-53, doi: 10.2215/CJN.08410814.

26. Simon Worrell, "Here Are the Secrets to a Long and healthy Life," in National Geographic (12 avril 2015), news.nationalgeographic.com/2015/04/150412-longevity-health-blue-zones-obesity-diet-ngbooktalk/.

27. Organisation mondiale de la santé, "WHO Calls on Countries to Reduce Sugars Intake Among Adults and Children," (2016) www.who.int/mediacentre/news/releases/2015/sugar-guideline/en/.

28. Gitanjali M. Singh et al., "Estimated Global, Regional, and National Disease Burdens Related to Sugar-Sweetened Beverage Consumption in 2010," in Circulation 132, n°8 (août 2015), p. 639-66, doi: 10.1161/CIRCULATIONAHA. 114.010636.

29. Harold G. Koenig, "Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications," in ISRN Psychiatry 2012 (décembre 2012), doi: 10.5402/2012/278730.

30. Ellen G. White, *Patriarches et prophètes*, eBook: Ellen G. White Estate, Inc., 1975, p. 587. https://egwwritings.org/?ref=fr\_PP.587.3&para=212.2938

31. Michael J. Breuss, "Lack of Sleep Disrupts Our Genes: could Poor Sleep Alter Gene Function and Lead to Poor Health?" in *Psychology Today*, 21 mars 2013, www.psychologyfoday.com/blog/sleep-newzzz/201303/lack-sleep-disrupts-our-genes.

32. Hannah Waters, "Exercise Alters Epigenetics," in *The Scientist*, 6 mars 2012, www.the-scientist.com/?articles.view/articleNo/31821/title/Exercise-Alters-Epigenetics/.

33. Gretchen Reynolds, "How Exercise Changes Our DNA," in *The New York Times* (17 décembre 2014), well.blogs. nytimes.com/2014/12/17/how-exercise-changes-our-dna/.

34. Dean Ornish et al., "Changes in Prostate Gene Expression in Men Undergoing on Intensive Nutrition and Lifestyle Intervention," in Proceedings of the National Academy of Science 105, n° 24 (juin 2008), p. 8369-8374.

35. Ellen G. White, *Témoignages pour l'église*, volume 1, eBook : Ellen White Estate, Inc., 2005, p. 476.

https://egwwritings.org/?ref=fr\_TE1.476.1&para=221.2048

Mark A. FINLEY, DDiv, est conseiller du président à la Conférence générale des adventistes du septième jour, Silver Spring, Maryland, États-Unis.



# L'unité : Autrefois et aujourd'hui Un mouvement divin uni dans la mission et le message

'unité de son Église fait partie de ce qui importe le plus pour Dieu. Cette unité n'est pas une question secondaire, elle se trouve au cœur même de l'évangile. Sans unité, l'Église est incapable de proclamer au monde l'Évanaile dans sa plénitude.

Dans sa dernière prière d'intercession, Jésus a révélé l'importance de l'unité quand il a prié : «Moi en eux et toi en moi — pour qu'ils soient accomplis dans l'unité et que le monde sache que c'est toi qui m'as envoyé et que tu les as aimés comme tu m'as aimé» (Jean 17.23). L'unité de l'Église est l'une des plus grandes preuves de la puissance de l'Évangile; car lorsque des personnes d'origine, de culture, de langue et de disposition différentes sont unies en Christ par le Saint-Esprit, le monde le remarque.

## Le modèle des Actes : une Église unie

Le livre des Actes rapporte l'un des exemples les plus frappants d'une Église unie dans le Nouveau Testament. En dépit des différences d'origine et de culture, et parfois même de discussions animées, l'Église du Nouveau Testament était fondamentalement unie. Cette unité n'était pas une uniformité dans la com-

----

préhension de tous les sujets; ce n'était pas non plus un sentimentalisme doux et superficiel. Ce n'était pas une «union» pluraliste indéfinissable et vague où chacun tolère les vues personnelles des autres pour atteindre un objectif éthéré plus vaste.

Non, l'unité du Nouveau Testament était une unité de foi enracinée dans la personne, le message et la mission du Christ. Le livre des Actes rapporte l'histoire de croyants réunis par le Saint-Esprit dans un mouvement divinement inspiré en vue d'avoir un impact sur le monde. C'est l'histoire d'hommes et de femmes qui croyaient en la Bible, qui étaient centrés sur le Christ et passionnés par la mission divine accomplie par son Église.

## Unis dans la centralité de l'amour du Christ

Les disciples étaient unis dans leur amour pour le Christ. Leur engagement envers lui les rapprochaît les uns des autres. Le lien qui les unissait était forgé en lui. Le Christ était tout pour eux. Captivés par son amour, rachetés par sa grâce et rendus puissants par son Esprit, ils étaient unis en un seul corps malgré leurs différences.

Ellen White utilise une expression intéressante pour décrire l'unité des disciples. «Il fallait que le nom du Christ soit leur mot d'ordre, l'insigne qui les distinguerait, [leur lien d'unité,] l'autorité sur laquelle s'appuierait leur action, et la source de leur succès. Tout, dans son royaume, devait porter son nom et sa suscription.»<sup>2</sup>

Le nom du Christ était « leur lien d'unité ». En d'autres termes, ils étaient « un » dans une union indissoluble avec le Christ.

Le revivaliste A. W. Tozer l'exprime ainsi : «Avez-vous déjà pensé que cent pianos accordés selon le même diapason sont automatiquement accordés les uns par rapport aux autres? Ils sont d'un même accord, pas en étant accordés les uns par rapport aux autres, mais en étant tous accordés selon une autre norme. De la même manière, quand tous les fidèles réunis regardent au Christ, ils sont plus proches les uns des autres que lorsqu'ils deviennent conscients de leur besoin d'"unité" et détournent leurs yeux du Christ pour rechercher par euxmêmes une communion fraternelle plus étroite.» <sup>3</sup>

Par leur harmonie avec le Christ, les disciples étaient en harmonie les uns avec les autres. Le Christ est devenu le arand unificateur. En parlant du Christ qui comble le fossé entre les Juifs et les païens, l'apôtre Paul souligne : « Car c'est lui qui est notre paix, lui qui a fait que les deux soient un, en détruisant le mur de séparation » (Ep 2.14). L'apôtre continue en disant qu'en Christ «le corps tout entier, [est] bien coordonné et uni» (Ep 4.16), et il supplie l'Église à Corinthe «qu'il n'y ait pas de division dans le corps» (1 Co 12.25). Si les cœurs sont unis en Christ, il leur est difficile d'être éloianés les uns des autres.

Se pourrait-il que notre manque d'unité vienne du fait aue nous nous sommes éloignés du cœur du Christ? Se pourrait-il que nos opinions et idées personnelles sur un sujet donné voilent la volonté du Christ sur cette question et créent des dissensions entre nous? L'orqueil obscurcit-il notre vision? Se pourrait-il aussi que la raison pour laquelle les disciples étaient « d'un commun accord» au jour de la Pentecôte réside dans le fait qu'ils avaient abandonné ouvertement leur volonté à la volonté du Christ et qu'ils étaient prêts à abandonner tout ce qui les séparaient de lui et les uns des autres?

#### Unis dans la centralité du message du Christ

L'unité de l'Église du Nouveau Testament était ancrée dans l'engagement des disciples envers le message du Christ. Quand Jésus a prié pour l'unité de son Église, il a demandé à son Père: «Consacre-les par la vérité: c'est ta parole qui est la vérité» (Jn 17.17). Ce qui souvent nous échappe, c'est que l'unité de l'Église du Nouveau Testament était basée

sur un engagement commun envers la vérité révélée de Jésus. Les croyants du Nouveau Testament ont accepté la vérité concernant l'autorité de la révélation des Écritures, le salut par la foi, le ministère du Saint-Esprit, la seconde venue de Jésus, le sabbat, la mort, la résurrection et le ministère sacerdotal du Christ, pour ne citer que quelques-uns des enseignements fondamentaux du Seigneur. Ils se sont regroupés autour de la parole prophétique, ils étaient unis dans la vérité et consacrés à la révélation divine de sa volonté.

Luc décrit l'union des croyants du Nouveau Testament dans Actes 2.41,42: « Ceux qui accueillirent sa parole reçurent le baptême; en ce jour-là, environ trois mille personnes furent ajoutées. Ils étaient assidus à l'enseignement des apôtres, à la communion fraternelle, au partage du pain et aux prières.»

Notez deux expressions significatives: (1) « ceux qui accueillirent sa parole » et (2) « ils étaient assidus à l'enseignement des apôtres ». Ces deux expressions impliquent l'acceptation des vérités immuables et éternelles des Écritures et l'engagement envers ces vérités. L'unité des croyants du Nouveau Testament était basée sur leur engagement commun envers les enseignements de Jésus. Ils étaient unis dans les vérités fondamentales des Écritures.

Charles Spurgeon a parlé de façon directe de l'unité dans la vérité en disant : «Un chœur œcuménique nous chante sans cesse la mélodie d'unité. Il dit : "les chrétiens ayant des croyances et des doctrines diverses doivent à tout prix s'unir en une seule organisation visible... Unissez-vous, unissez-vous!" Un tel enseignement est faux, irréfléchi et dangereux. La vérité est le seul facteur de rapprochement. La vérité précède l'unité.

«L'unité sans la vérité est dangereuse. La prière du Seigneur dans Jean 17 doit être lue dans tout son contexte. Regardez le verset 17 : "Consacre-les par la vérité: c'est ta parole qui est la vérité.»" Seuls ceux qui sont sanctifiés par la vérité peuvent être un en Christ. Enseigner autre chose trahit l'Évangile.» <sup>4</sup>

Ellen White serait d'accord avec Spurgeon. Dans son commentaire sur Jean 17 elle écrit: «Nous ne pouvons pas abandonner la vérité pour accomplir cette union; car le seul moyen par lequel nous pouvons l'établir est la sanctification par la vérité. La sagesse humaine aimerait changer tout cela, pensant que la base de cette union est trop étroite. Les hommes aimeraient créer une union par la conformité aux opinions populaires, par un compromis avec le monde. Mais Dieu base l'unité de son peuple sur la vérité.» <sup>5</sup>

L'Église du Nouveau Testament était unie par un message prophétique, de «vérité présente». La présentation magistrale de Pierre dans Actes 2 était un message prophétique qui révélait clairement Jésus comme étant le Messie promis. Dans Actes 8, l'étude biblique prophétique de Philippe, montrant que Jésus est l'accomplissement messianique d'Ésaïe 53, a conduit l'Éthiopien à prendre une décision pour le Christ. Pendant ce temps, dans Actes 17, la prédication prophétique de Paul à Thessalonique pendant trois sabbats consécutifs a touché les cœurs des Juifs.

La vérité, telle que rédigée en Jésus et proclamée prophétiquement, a unifié l'Église dans une mission commune. La vérité unit. Elle s'appuie sur quelque chose de plus important, de plus grand, et de plus noble que nos opinions personnelles ou même nos convictions individuelles. La vérité de la Parole révélée par l'Esprit surpasse tout le reste.

Quand le peuple de Dieu est uni en Christ pour proclamer la Parole prophétique de Dieu par la puissance de l'Esprit Saint, le monde est illuminé de la gloire de Dieu. Une fois de plus, dans cette génération, Dieu a confié à son peuple un message prophétique (et) de vérité présente.

Le message du Christ, notre justice, à la lumière du message des trois anges

d'Apocalypse 14.6-12, unira son peuple dans une dernière proclamation de la vérité en cette fin des temps. Le message prophétique de la vérité présente pour les derniers temps et destiné à notre époque, basé sur la Bible et centré sur le Christ, touchera le monde entier. Ainsi, on écrira à propos du peuple de Dieu que ceux «qui ont bouleversé toute la terre habitée sont maintenant ici» (Ac 17.6).

#### Unis dans la centralité de la mission du Christ

L'Église du Nouveau Testament était unie par l'irrésistible passion de répandre la connaissance du Christ et le message de la Bonne Nouvelle dans le monde. Les préférences et les opinions personnelles étaient secondaires à la proclamation du message de la croix. Bouleversés par la grâce, émerveillés par la bonté de Dieu et impressionnés par la rédemption qui est en Christ, les disciples ont surmonté leurs petites différences à la lumière de la grande mission que le Christ leur avait confiée.

Par-dessus tout, le monde avait besoin de la grâce qui sauve par Jésus-Christ et de l'assurance que sa Parole peut changer les vies. Quand les autorités religieuses ont tenté de faire taire Pierre, selon Actes 4.20, il a proclamé: «Car nous, nous ne pouvons pas ne pas parler de ce que nous avons vu et entendu.» Actes 5.42 ajoute : «Et chaque jour, au temple et dans les maisons, ils ne cessaient d'enseigner et d'annoncer la bonne nouvelle du Christ, Jésus.» Quand les disciples ont été persécutés, la Parole de Dieu nous dit que « là où ils passaient, ceux qui avaient été dispersés annonçaient la Parole, comme une bonne nouvelle» (Ac 8.4).

Les disciples n'étaient pas toujours en accord les uns avec les autres. Il y avait parfois des malentendus et même des conflits, mais ils étaient unis en Christ pour proclamer la vérité présente, le message prophétique que le monde avait si désespérément besoin d'entendre. Ils étaient déterminés à accomplir la mission divine. Ils avaient été en communion avec le Sauveur, et sa passion pour «chercher et sauver ce qui était perdu» est devenue leur passion (Lc 19.10). Leur engagement envers le Christ, son message et sa mission les a gardés centrés sur leur tâche.

Une déclaration bien connue dans le livre *Conquérants pacifiques* dépeint d'une manière saisissante le rôle et l'objectif de l'Église primitive. «Ils [les disciples] sentaient leurs besoins spirituels, et suppliaient le Seigneur de leur accorder l'onction sainte qui les rendrait propres à sauver les âmes. Mais ils ne demandaient pas ces bénédictions pour eux seuls. Ils étaient accablés par le fardeau du salut de leurs semblables. Ils savaient que l'Évangile devait être porté au monde, et ils désiraient recevoir la puissance promise par le Christ.» <sup>6</sup>

L'objectif premier et principal de l'Église primitive était de ramener les perdus au Christ. Cette passion a triomphé de l'ambition personnelle, du désir de suprématie et des luttes de pouvoir. Ils étaient prêts à sacrifier les ambitions qui leur étaient chères pour rester unis dans la mission de aganer des âmes au Christ. L'Éalise du Nouveau Testament était unie en Christ et animée de sa passion : sauver les perdus. Pour eux, l'organisation de l'Église avait pour rôle de stimuler cette unité en offrant une structure permettant la croissance dans la vérité et le soutien pour proclamer la Parole. →I M

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

<sup>1.</sup> Sauf indication contraire, toutes les références bibliques sont tirées de la Nouvelle Bible Segond.

<sup>2.</sup> Ellen G. White, *Conquérants pacifiques*. eBook, Ellen G. White Estate, Inc., 1959, p. 27, https://egwwritings.org/?ref=fr\_CP.27.3&para=158.105

<sup>3.</sup> A. W.Tozer, *The Pursuit of God*. Abbotsford, WI: Aneko Press, 2015, p. 79, 80.

<sup>4.</sup> Charles H. Spurgeon, "The Essence of Separation," cité dans "Quotable," *The Berean Call* (juillet 1992), p. 4.

<sup>5.</sup> Ellen G. White, *Gospel Workers* (1892). Battle Creek, MI: Review and Herald Pub. Assn., 1901, p. 391.

<sup>6.</sup> White, Conquérants pacifiques. p. 37.

Bert Beverly Beach

# Des ponts au-delà des préjugés



Éditions Vie et Santé

# Bert Beverly Beach

Un ouvrage précieux pour qui souhaite vivre et témoigner de sa foi dans le respect mutuel.





Sur notre site www.viesante.com

