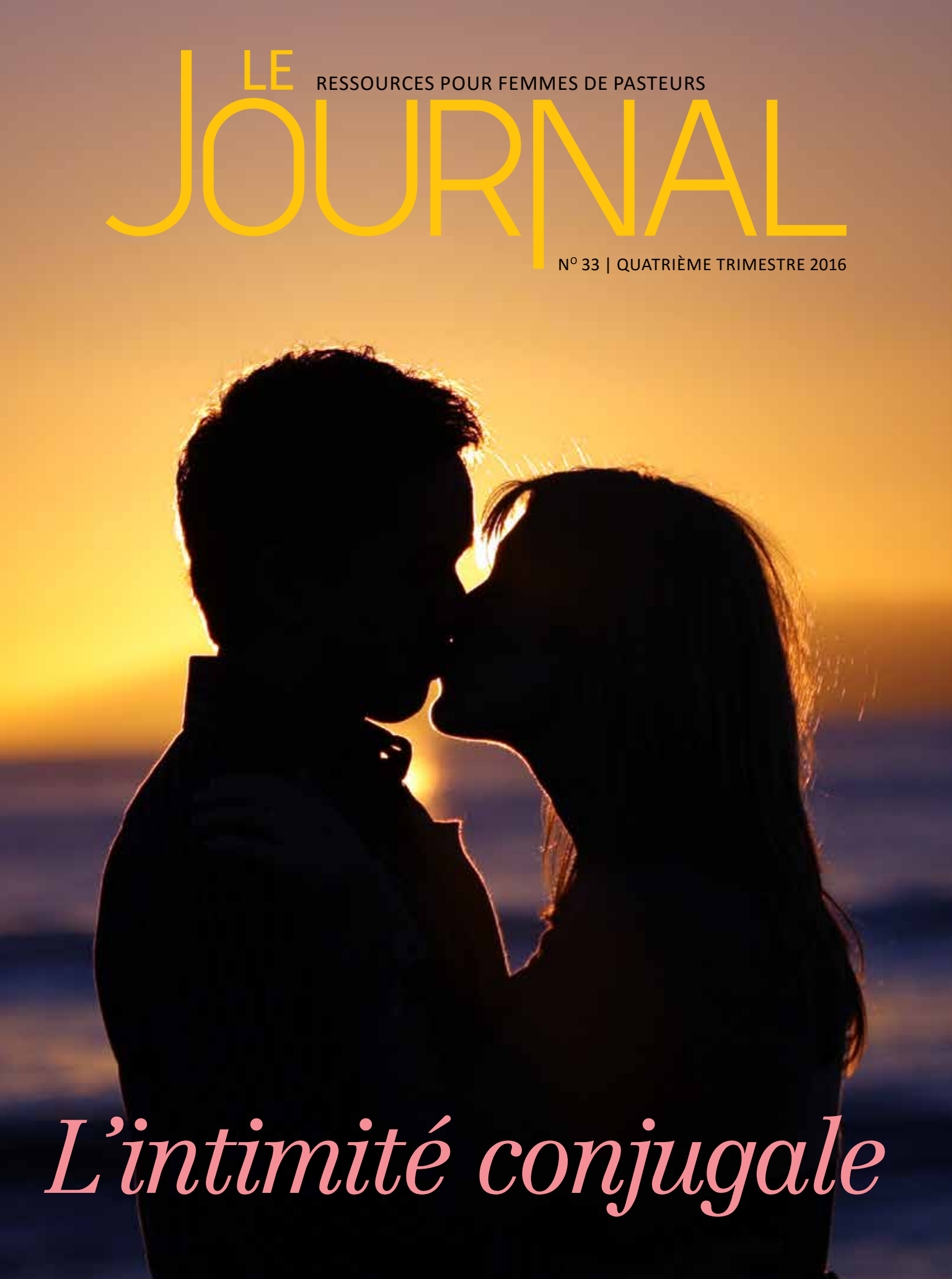


LE JOURNAL

RESSOURCES POUR FEMMES DE PASTEURS

N° 33 | QUATRIÈME TRIMESTRE 2016

A romantic silhouette of a man and a woman kissing, set against a warm, golden sunset background. The couple is in the foreground, their forms dark against the bright light of the setting sun. The woman's hair is long and flows down. The man's profile is visible as he leans in to kiss her. The overall mood is intimate and tender.

L'intimité conjugale



SUR LA COUVERTURE

L'intimité au sein du mariage est parfois un sujet difficile à aborder. Cependant c'est un cadeau de Dieu et il occupe une place de choix dans cette relation. Découvrons de quoi il s'agit, et apprenons comment parler à notre conjoint et à nos enfants de l'idéal divin.



| ARTICLES

04 UN CADEAU MERVEILLEUX

Déballez le cadeau que Dieu vous a offert
Dr. Trafford Fischer

06 RESTEZ VIGILANTES !

Découvrez sept facteurs de risque sur la sexualité
Jasmin Stankovic

10 COMMENT ABORDER LA SEXUALITÉ AVEC VOS ENFANTS ?

Ce n'est pas une tâche aisée mais c'est la vôtre.
Dana C. Edmond

24 LETTRE OUVERTE AUX ÉPOUSES

Vous êtes-vous déjà sentie trop fatiguée pour des relations intimes ?
Brenda Stoeker

| RUBRIQUES

03 EDITORIAL

Dieu et le lit conjugal

09 ASTUCES POUR S'ÉPANOUIR

Les gens blessés en blessent d'autres.

13 STYLE DE VIE

Le pouvoir des plantes

15 ENFANTS

C'est cool d'être gentil !

19 LE MARIAGE EST SACRÉ

Faire l'amour selon 1 Corinthiens 13

22 LES COMMENTAIRES D'HALEY

Les jours sont longs, les années courtes !

26 CHÈRE ABIGAIL

« Mon mari regarde du porno »

28 NOUVELLES D'AILLEURS

30 PRIER LES UNES POUR LES AUTRES

SOURCE BIBLIQUE :

Les versets cités dans les articles sont issus de la Bible Louis Segond (1910).

COORDINATRICES DES DIVISIONS : MINISTÈRE AUPRES DES FEMMES DE PASTEUR ET FAMILLE

Afrique centrale et orientale : Winfrida Mitekaro

Intereuropéenne : Elvira Wanitschek

Eurasienne : Alla Alekseenko

Interaméricaine : Cecilia Iglesias

Nord-Américaine : Donna Jackson

Asie-Pacifique Nord : Lisa Clouzet

Sud-Américaine : Marli Peyerl

Pacifique Sud : Pamela Townend

Afrique australe et océan Indien : Margret Mulambo

Asie du Sud : Sofia Wilson Measapogu

Asie-Pacifique Sud : Helen Gulfan

Trans-Européenne : Patrick Johnson

Afrique centrale et occidentale : Sarah Opoku-Boatang



Le Journal : Ressources pour épouses de pasteurs est une publication trimestrielle de Shepherdess International produite par Shepherdess International, une entité de l'association pastorale au niveau de la Conférence générale des églises adventistes du 7^e jour.

BUREAU DE LA REDACTION :

12501 Old Columbia Pike
Silver Spring, MD 20904-6600
Phone : 301-680-6513
Fax : 301-680-6502
Courriel : lowes@gc.adventist.org
Rédactrice en chef : Janet Page
Rédactrice adjointe : Shelly Lowe
Correctrice : Becky Scoggins
Mise en page : Lori Peckham
Conception graphique : Erika Miike

Imprimé aux Etats-Unis
www.ministerialassociation.org/spouses/

PHOTOS :

www.dreamstime.com.br, www.freeipik.com

Dieu et le lit conjugal

LORS D'UNE RETRAITE SPIRITUELLE pour les femmes, une intervenante partagea cette anecdote. En se réveillant un matin, elle s'aperçut que son mari émergeait également de son sommeil. Il semblait d'humeur badine, il commença à frotter son orteil au sien. Immédiatement, elle pensa : « Oh non ! » Elle connaissait ces signes et ne se sentait pas d'humeur à avoir des relations intimes ce matin-là.

Elle se glissa rapidement hors du lit, s'agenouilla et se mit à prier. La déception de son époux était perceptible ! Elle sentit subitement que Dieu lui disait avec insistance : « Retourne dans ton lit et aime ton mari ! » Bien qu'assez mécontente, elle obtempéra. Un peu plus tard, elle fut heureuse de l'avoir fait !

L'intimité conjugale est un cadeau insolite de Dieu, conçu pour développer un sentiment de joie et le plaisir d'être un. Cependant, il est parfois difficile de répondre aux besoins de votre conjoint quand vous êtes fatiguée, que vous avez eu une rude journée ou que vous n'avez tout simplement pas envie d'intimité sexuelle.

Dieu s'intéresse à tous les aspects de notre vie. Il est le Dieu de l'impossible et il peut même vous aider à expérimenter la joie dans les relations intimes avec votre partenaire.

Je me souviens, il y a des années de cela, Jerry et moi venions tout juste de nous mettre au lit. J'étais si fatiguée que je n'aspirais qu'à dormir. De toute évidence,

mon mari avait d'autres idées en tête. Couchée de mon côté, lui donnant le dos, j'essayais de trouver rapidement le sommeil. Tout à coup, une pensée que je ne parvenais pas à faire taire me vint à l'esprit : *Retourne-toi maintenant !* J'étais sous le choc, je savais que Dieu me parlait. Je me retournais et je ne fus pas déçue. (Surtout ne vous méprenez pas – mon mari n'est pas difficile sur ce point.)

Nous ne pouvons pas nous tromper quand nous obéissons aux injonctions de Dieu dans tous les aspects de notre vie. Si nous passons un moment avec Lui à lire sa parole chaque jour, nous serons plus à même à cerner ses directives.

Trop souvent, j'ai entendu des conjoints (aussi bien les maris que les femmes) avouer s'abstenir d'avoir des relations intimes dans le but de punir ou de contrôler l'autre. Reconnaisant que son mariage traversait un moment difficile, une femme a admis en toute honnêteté : « Le problème est que je n'ai de relations intimes que quand j'en ai le désir, et non quand lui le veut. Je veux être aux commandes. »

« Que le mari rende à sa femme ce qu'il lui doit, et que la femme agisse de même envers son mari. La femme n'a pas autorité sur son propre corps, mais c'est le mari; et pareillement, le mari n'a pas autorité sur son propre corps, mais c'est la femme. Ne vous privez point l'un de l'autre, si ce n'est d'un commun accord pour un temps, afin de vaquer à la prière; puis retournez ensemble, de peur que Satan ne vous tente par votre incontinence. » 1 Corinthiens 7.3-5.

Vous pourriez ne pas le croire ou vous dire que cela n'a aucune sorte d'importance. Pourtant, si vous avez des difficultés dans les relations intimes, Jésus est la solution ! Engagez-vous dans une relation quotidienne avec Lui. Demandez à Dieu de vous enseigner comment faire pour tout remettre entre ses mains. Lisez votre bible, priez pour que Dieu rende cette parole précieuse à vos yeux, focalisez-vous sur la vie de Jésus et priez de tout votre cœur en ce sens. Demandez à Dieu de vous aider à comprendre et à répondre aux besoins de votre époux. Vous verrez la différence !

En revanche, que faire si un conjoint est agressif et méchant ? Il s'agit là d'un autre sujet. Il n'est pas question ici de femmes ou d'hommes agressifs, mais d'un mariage normal où l'homme réclame les relations sexuelles un peu plus souvent que la femme. Des prières ferventes peuvent avoir un effet, même dans les cas de conjoints abusifs.

« Donnez, et il vous sera donné: on versera dans votre sein une bonne mesure, serrée, secouée et qui déborde; car on vous mesurera avec la mesure dont vous vous serez servis. » Luc 6.38.

Dans cette revue, vous trouverez d'excellents articles traitant ouvertement de l'intimité dans le mariage. Je prie pour qu'ils vous soient profitables et que vous en soyez bénies.

Janet Page est secrétaire adjoint de l'association pastorale, du ministère des femmes de pasteurs, de la famille et de la prière à la Conférence générale des églises adventistes, dans le Maryland, Etats-Unis.



Un cadeau merveilleux

DÉBALLEZ LE CADEAU QUE DIEU VOUS A OFFERT.

DE NOS JOURS, il est beaucoup question de santé et surtout de comment rester en bonne santé. Nous sommes encouragés à dormir davantage, à faire plus de sport, à manger des lentilles, du quinoa et des épinards d'origine organique riches en oméga je ne sais combien !

C'est tout à fait à notre honneur, mais qu'en est-il de notre santé relationnelle ? Sommes-nous soucieux de la santé de nos relations primaires, notamment de notre mariage ? Nous devons veiller à tous les aspects de notre relation intime, et cela comprend les relations physiques – notre intimité sexuelle. Nous devons procéder régulièrement à une mise au point sur cet aspect du mariage afin de nous assurer que celui-ci se porte au mieux.

La sexualité vient de Dieu ! A la création, après avoir créé l'homme et la femme, Dieu dit d'eux que cela était « très bon » (Genèse 1.31). Si ce qu'il a réuni était aussi bon, alors cela mérite bien plus qu'un simple regard désinvolte ! Ce serait faire preuve d'arrogance, de la part de quiconque, plus particulièrement de la part d'un pasteur, de remettre en cause la conclusion de Dieu sur son œuvre créatrice ! Notre sexualité est issue de son cœur et de ses mains, aussi nous ferions bien de respecter et de chérir son cadeau.

La sexualité que Dieu nous a offerte trouve son ultime expression dans le cadre d'une relation monogame, de confiance, entre un mari et sa femme. C'est ce que déclare la Bible ! Elle bat tous les records quand elle se révèle être une expérience mutuelle – une relation de réciprocité (1 Corinthiens 7.5). Elle atteint son apogée quand elle est une expression d'amour et de respect, comme le souligne si bien l'apôtre Paul dans Ephésiens 5.33.

Notre relation sexuelle est un voyage – dans l'idéal, un voyage qui durerait toute une vie. La sexualité ne connaît pas de longues périodes de stagnation, son expression varie au fil du temps et des expériences de la vie. Elle est dynamique, jamais statique. Cela veut dire que nous devons rester à l'écoute des changements que subit notre corps, mais aussi attentifs à nos nouveaux désirs et besoins dans nos relations intimes.



Notre sexualité est issue du cœur et des mains de Dieu.

ETRE D'ASTREINTE

Un des problèmes majeurs que rencontrent les familles pastorales, et qui peut à la longue avoir un impact négatif sur les relations sexuelles, est l'idée que le couple pastoral doit toujours être disponible pour les membres. Il est « d'astreinte 24 h sur 24 et 7 jours sur 7 ». A quel moment le pasteur n'est plus pasteur ? De 22 heures à 8 heures ? Même pas ! S'il y a un décès ou une urgence quelconque, très souvent, le pasteur est le premier impliqué ; et tous les décès et les urgences n'ont pas lieu après 8 heures du matin ou avant 10 heures du soir !

Cela se comprend. Un pasteur engagé aura tendance à s'investir totalement dans son église et à être considéré comme un berger aimant et compatissant. Il pensera toujours qu'il est vital pour lui « d'être là » pour les membres. C'est avec joie qu'il nourrira son troupeau de tout son temps et de toute son énergie, comme le fit Jésus avec les cinq mille. Malheureusement, la femme de pasteur ne ramassera que les « restes » de son temps et de son énergie.

Les femmes de pasteurs surinvestis arrivent à considérer l'église comme la « maîtresse » au sein de leur couple pastoral. Le pasteur est perçu comme étant chaleureux, attentionné, compatissant et gentil, toujours à l'écoute et de bon conseil – pour tout le monde sauf pour son épouse. Une telle vie professionnelle va facilement provoquer chez la conjointe la colère, et un sentiment d'abandon qui influencera négativement son désir d'intimité.

De récentes études menées en sciences sociales ont fait ressortir l'importance de l'intimité émotionnelle au sein du mariage. En fait, dans ses recherches menées sur de longues années, l'auteur et professeur en psychologie, John Gottman¹, est arrivé à la conclusion qu'un plus grand nombre de mariages échouait non à cause des conflits permanents, mais parce qu'un ou les deux conjoints se sentaient seuls. La solitude, selon Gottman, conduit à des mariages parallèles au sein desquels il y a peu de connexion et de proximité.

Bien que le mariage ait l'air de fonctionner en surface – le couple maintenant sa routine en tant que mari et femme, et en tant que famille – intérieurement, il y a de la solitude et de la souffrance. Parfois, ce n'est qu'une question de temps pour que cette solitude ne devienne insupportable pour l'un ou pour

les deux partenaires, et que l'éloignement au sein du couple ne soit irrémédiable.

L'intimité émotionnelle est au cœur même du mariage. Même si un couple jouit d'une bonne entente sur le plan physique, la connexion émotionnelle est l'élément majeur qui maintient le mariage vivant et vibrant et qui permet une relation durable sur le long terme. Les couples pastoraux désireux de développer et de maintenir une intimité sexuelle attrayante et durable, doivent apprendre le langage émotionnel de l'autre, se rendre disponibles émotionnellement pour leur conjoint, et répondre avec sensibilité aux émotions et aux besoins d'attention et d'affection de l'autre.

Sharon May², une conseillère chrétienne réputée, déclare que la confiance est au cœur d'un mariage intime et qu'elle est la base de tous les autres aspects d'un mariage épanoui. Elle suggère que l'intimité, notamment sur le plan sexuel, ne s'épanouira que lorsqu'une confiance mutuelle régnera au sein du mariage – une confiance exprimée dans l'honnêteté, la fiabilité, sans jugement de valeur et venant du cœur. La vraie intimité ne peut aller de pair avec un mariage sans confiance.

REMERCIER DIEU

Dans le Cantique des Cantiques, le roi dit : « Lève-toi, mon amie, ma belle, et viens! . . . Ma colombe, qui te tiens dans les fentes du rocher, Qui te caches dans les parois escarpées, Fais-moi voir ta figure, Fais-moi entendre ta voix; Car ta voix est douce, et ta figure est agréable. » (Cantiques des Cantiques 2.10-14). Tout pasteur marié devrait considérer sa femme comme une amante aussi désirable !

Bien entendu, parfois elle se sentira tout sauf ravissante, et l'amour sera la dernière de ses préoccupations. A vos yeux, elle doit rester cette beauté qui a marché vers vous lors de la cérémonie de mariage. Le mari prendra très au sérieux les paroles de Paul qui a déclaré qu'il faut aimer sa femme, même dans les moments où elle pourrait manquer d'affection. (Ephésiens 5.25-30).

Dans le mariage, la sexualité est un cadeau. Son expression se manifeste sous diverses couleurs, formes et emballages. Un couple pastoral faisant preuve de sagesse, ouvrira ce cadeau chaque jour avec joie et avec gratitude envers Dieu. Il s'engagera à chérir et à protéger ce merveilleux cadeau, et n'oubliera jamais qu'il vient de Dieu. 

¹ Gottman, John M. and Nan Silver. *The Seven Principles for Making Marriage Work*. New York: Three Rivers Press, 1999.

² Hart, Archibald D. and Sharon Hart Morris. *Safe Haven Marriage*. Nashville, TN: W. Publishing Group, 2003.

Dr. Trafford Fischer est directeur de l'institut adventiste des relations familiales et membre de l'équipe de Discipleship Ministries (section familiale) pour l'église adventiste de 7e jour dans le Pacifique Sud. Il a une maîtrise en théologie pastorale, une maîtrise en religion et une maîtrise en éducation familiale. Il a travaillé avec les jeunes, a été aumônier et pasteur pendant trente et un ans et s'intéresse particulièrement à renforcer les mariages et les relations familiales. Il vit avec sa femme à Bonnells Bay en Australie. Ils ont deux enfants et quatre petites-filles.

Soyez vigilantes !

DÉCOUVREZ SEPT FACTEURS DE RISQUE SUR LA SEXUALITÉ

*« Dieu créa l'homme
à son image, il le
créa à l'image de
Dieu, il créa l'homme
et la femme. »*

Genèse 1.27

AYANT GRANDI DANS UNE FAMILLE chrétienne adventiste, j'ai eu des parents pieux qui m'ont enseigné, par leur exemple, ce qu'était un foyer chrétien. Ils m'ont encouragé à adhérer à des principes et des valeurs et à les intégrer dans ma vie personnelle.

Cependant, quand je me remémore mon enfance, je n'ai aucun souvenir d'eux abordant la sexualité. Il n'y a jamais eu de réprobation sur le sujet ni de sensibilisation proactive.

Les questions de mes frères, de mes sœurs et mes propres questions restaient sans réponse. Nous écoutions l'opinion des autres, principalement celle d'autres enfants de notre âge, qui nous partageaient leurs théories et leurs concepts erronés.

Le manque de compétence – sous un angle chrétien – sur ce sujet, a laissé un impact considérable sur ma vie et sur celles de bien d'autres que je connais. La société a corrompu les valeurs fondamentales et les principes mêmes que Dieu a prévus pour nous. Cette idée fausse et perversée de la sexualité détruit les mariages, les familles et l'église.

UNE SEXUALITE SAINTE

Qu'y a-t-il de si important entre la sexualité et le ministère pastoral ? Je pense qu'une sexualité saine est une expression complète de l'amour, de l'engagement, de la dévotion et de l'exclusivité envers celui ou celle à qui on a répondu « Je le veux ». C'est ce que Dieu avait établi au départ. Une sexualité saine confirme ce que dit l'Écriture : « Et Dieu vit que c'était bon. »



Dieu a créé la sexualité. Que les couples mariés puissent jouir de ce merveilleux cadeau faisait partie de son plan. Pourtant, de nos jours, les problèmes dans ce domaine préoccupent de nombreux couples.

Nous ne devons jamais présumer que les couples pastoraux en sont immunisés. Ils y font face comme n'importe qui, et si le pasteur rencontre ces difficultés, elles se répercuteront inévitablement sur son mariage, sa famille et pour finir, sur son église.

La sexualité (dans le ministère) varie d'une personne à l'autre, dépendant de leur éducation, leur environnement social, leur ethnicité, leur personnalité, leurs expériences et leur relation avec Dieu. Mais indépendamment du vécu de chacun, il y a une qualité importante que chaque chrétien devrait posséder. Cela s'appelle l'intégrité.

Je suis persuadée que l'intégrité joue un rôle vital dans nos vies. C'est un des attributs que notre Créateur estime au plus haut point. « Celui qui marche dans l'intégrité marche avec assurance, mais celui qui prend des voies tortueuses sera découvert. » Proverbes 10.9. L'intégrité révèle les secrets de notre âme. Elle est l'expression de notre cœur. Elle reflète notre engagement envers nos valeurs fondamentales, nos croyances, nos principes moraux et notre honnêteté ; elle est intégrée dans la fabrique même de notre personne.

LES FACTEURS DE RISQUES

Il est important que chaque couple pastoral soit conscient des facteurs de risques liés à la sexualité – pour eux-mêmes, mais aussi pour leur congrégation. En voici sept :

1. Seul et souvent sans ami : Beaucoup de pasteurs ainsi que leurs conjointes acquiesceront si je dis que, bien que toujours entourés, ils se sentent souvent seuls. Se confier à ses membres est peu judicieux, alors le pasteur intériorise. S'il enseigne à ses membres comment s'ouvrir aux autres au sein de la communauté et qu'il les encourage à le faire, il n'expérimente pas pour autant ce « lien communautaire » dans son cercle personnel. Cet isolement peut mener au découragement, à l'anxiété, et générer un haut niveau de stress.

Ne pas pouvoir entrer en relation sur un plan personnel, avec notre conjoint ou un ami proche, nous expose à la solitude et au risque de compromettre notre intégrité. Cet isolement crée souvent en nous un ardent désir d'être entendu sur le plan intime.

2. Position de pouvoir : Nos époux pasteurs sont, par défaut, placés dans une position qui les rend vulnérables face aux tentations d'ordre sexuel. Etant le dirigeant de son église – homme d'autorité et de confiance – le pasteur a, du haut de sa chaire, une grande influence sur la congrégation. Ce sont des figures publiques, exposées à tous les éléments de l'église et de la vie pastorale.

Ce facteur de risque s'applique à toute personne qui se retrouve à un poste où l'autorité est exercée – enseignants, Présidents Directeurs Généraux, entraîneurs, membres exécutifs, responsables de la Jeunesse adventiste, et j'en passe. Leur pouvoir peut aisément être mal utilisé ou manipulé. S'ils ne sont pas vigilants, ils risquent de se trouver sans protection et vulnérables face aux séductions des autres, particulièrement à celles des personnes de sexe opposé.

3. Le besoin d'approbation : Des paroles valorisantes ont un bienfait sur l'âme. Il n'y a rien de mal à cela, aussi longtemps que nous ne permettons pas à ces compliments de nous tourner la tête et de devenir l'élément motivant nos actions et notre façon de travailler. Quand nous avons besoin d'être rassurés, et que nous recherchons, hors de notre « zone de sécurité », l'approbation des autres sur notre travail, nous sommes peut-être en train d'ouvrir une porte sur un attachement à quelqu'un d'autre que notre conjoint.

4. Traumatisme infantile : C'est un sujet très sensible qui suppose un suivi professionnel. Très souvent, ce traumatisme conduit au sentiment de vulnérabilité, expose nos souffrances intérieures, nous rend vulnérable et nous met en danger. Une attention particulière doit être accordée à ce genre de problèmes et il ne faut pas hésiter à consulter un professionnel.



5. Amertume et ressentiment : Nous connaissons tous à un moment ou un autre des déceptions et du découragement qui pourraient nous mener au ressentiment, souvent difficile à dépasser. Quand l'amertume et le ressentiment surgissent dans l'exercice de notre ministère, et que viennent s'y greffer les disputes conjugales et une colère non apaisée, les résultats peuvent s'avérer désastreux. Une situation à risque nous guette, la promiscuité sexuelle. Nous pouvons nous sentir désarmé face à un membre d'église opportuniste qui ferait preuve de gentillesse, de politesse, qui prêterait une oreille attentive tout en prodiguant des paroles rassurantes. Le ressentiment peut aussi nous amener à remettre en cause notre vocation chrétienne.

6. Manque de responsabilisation : Le métier de pasteur s'exerce seul. Les pasteurs sont leur propre patron. Ils fixent eux-mêmes leurs rendez-vous et organisent leur emploi du temps en fonction de leurs impératifs. En général, ils accomplissent leurs tâches seuls. De telles conditions de travail mettent leur intégrité à rude épreuve.

Nous devrions tous avoir une personne de confiance avec qui partager les aléas du ministère et de la vie en général. Cela pourrait être un de nos collègues pasteur peu enclin à nous juger ou pourquoi pas, notre conjoint. Il est important de maintenir une communication ouverte,

honnête et transparente, quand nous sommes confrontés à des difficultés personnelles et intimes.

7. L'absence de barrière : Les barrières physiques nous servent de garde-fou, assurant ainsi notre sécurité. Elles nous indiquent que nous nous approchons trop près d'une zone interdite. Il en est de même quand un pasteur pose des garde-fous ou des barrières autour de son ministère pastoral. Ces barrières l'avertiront dès qu'il courra le danger de franchir la ligne de sécurité ou qu'il recevra un message inapproprié. Elles lui permettront aussi d'équilibrer sa vie personnelle, familiale et son environnement professionnel.

Lorsque les barrières sont clairement établies, les signes de danger sont plus facilement identifiables. Certaines d'entre elles sont : bien gérer son temps, socialiser, prendre du temps pour soi et pour sa famille, se retrouver avec son conjoint, ses collègues, etc.

L'infidélité aux vœux du mariage indique clairement un dysfonctionnement sexuel, mais comment faire pour le prévenir ? Je ne peux que répéter et m'approprier ces propos de l'apôtre Paul en Philippiens 4.8-13: « Au reste, frères, que tout ce qui est vrai, tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, ce qui est vertueux et digne de louange, soit l'objet de vos pensées.... Je puis tout par celui qui me fortifie. »

J

Jasmin Stankovic est femme de pasteur. Elle vit dans l'ouest de l'Australie. Son époux, Robert et elle-même, ont trois enfants. Jasmin est responsable du département du Ministère des femmes dans la fédération de l'ouest de l'Australie. Elle est aussi la présidente de l'orchestre adventiste de Perth. Elle aime jouer de la musique, lire, écrire, prêcher, fabriquer des cartes, faire la cuisine, recevoir et organiser des rencontres.

ASTUCES POUR ~~SURVIVRE~~

S'ÉPANOUIR

LES GENS BLESSÉS EN BLESSENT D'AUTRES

Voir quelqu'un maltraiter votre époux s'avère être l'une des choses les plus douloureuses que vous risquez d'affronter dans votre ministère. De fausses accusations, des remarques sévères voire cruelles et d'excessives critiques sont en général difficiles à supporter sur un plan personnel, et ces sentiments de colère et de ressentiment semblent se décupler quand vous voyez votre conjoint en faire les frais – surtout s'il n'a rien fait pour le mériter !

Dans ces moments-là, ces paroles de la prière de Jésus, en Luc 23.34, nous reviennent : « Père, pardonne-leur, car ils ne savent ce qu'ils font ». C'est une prière qui pourrait être difficile à formuler sous le coup de la colère, lorsque nous sommes bouleversées ou blessées. Pourtant, nous pouvons choisir de faire cette prière et aussi surprenant que cela puisse paraître, nos sentiments commenceront à changer.

Il a été dit que « les gens blessés en blessent d'autres ». Quand nous parvenons à comprendre que ceux qui traitent notre époux sévèrement ou injustement sont des personnes qui elles-mêmes sont en train de souffrir, notre capacité à compatir augmente et nous sommes alors capables de prier pour leur pardon. Pensez à Jésus – il est clair qu'il ne méritait aucunement les critiques, les coups, les accusations, la crucifixion. Mais il considéra ces personnes qui le mettaient à mort et pensa le meilleur d'eux : « Ils ne savent pas ce qu'ils font. »

Vraiment ? Ils ne savaient pas qu'ils crachaient, fouettaient et crucifiaient Jésus ? Ils le savaient ! Jésus se rendait compte qu'ils avaient été manipulés au point de croire que leurs actions étaient justes. Il leur accordait les meilleures motivations et intentions possibles. En agissant de même, nous constaterons que nos cœurs seront remplis de cette même compassion incompréhensible.

Avez-vous une « astuce de survie » que quelqu'un aurait partagé avec vous ou à laquelle quelqu'un aurait fait allusion en votre présence ? N'hésitez surtout pas à la partager en nous l'envoyant à cette adresse : ministerialspouses@ministerialassociation.org

Citations spéciales

« Dieu ne vous demande pas seulement de dominer vos pensées, mais aussi vos passions et vos affections... La passion et l'affection sont des agents puissants... Veillez à préserver vos pensées, vos passions et vos affections. Ne les avilissez pas en les mettant au service de la sensualité. Elevez-les [les passions et les affections] au niveau de la pureté, consacrez-les à Dieu. »

Pour un bon équilibre mental et spirituel, Vol. 1, p. 223-224

« L'apôtre Pierre cherchait à démontrer aux croyants qu'il est très important de ne pas laisser errer sa pensée sur des sujets prohibés ou de gaspiller ses énergies à s'occuper de futilités. Ceux qui ne veulent pas devenir la proie de Satan feront bien de veiller attentivement sur leur âme en évitant de lire, de voir ou d'entendre ce qui pourrait leur suggérer des pensées impures. Que leur esprit ne s'attarde pas sur n'importe quel sujet présenté par l'ennemi. Gardons fidèlement nos cœurs, sans quoi les ennemis de l'extérieur réveilleront ceux de l'intérieur, et notre âme errera dans les ténèbres. »

Le foyer chrétien, p. 389

« Personne ne devrait avoir honte du travail qu'il fait, aussi négligeable ou servile qu'il puisse paraître. Le travail ennoblit. Tous ceux qui travaillent de leurs mains ou de leur tête sont des travailleurs. Tous s'acquittent de leur ouvrage et honorent leur religion aussi bien en faisant la lessive ou la vaisselle qu'en assistant aux réunions. Alors que les mains s'activent à accomplir la tâche la plus banale, l'esprit peut s'élever et s'ennoblir par des pensées pures et saintes. »

Child Guidance, p. 348 – Traduction libre



Comment aborder la sexualité avec vos enfants ?

VOICI QUELQUES SUGGESTIONS POUR VOUS AIDER À ABORDER LE QUAND, LE QUOI, LE OÙ ET LE COMMENT.

NOS ENFANTS SERONT INÉVITABLEMENT confrontés à des images à caractère sexuel, plus tôt et plus souvent que nous ne l'aurions souhaité en tant que parents. Vivant aux Etats-Unis, je pensais que c'était un problème inhérent à notre pays. En 1995, alors que j'avais des réunions planifiées en Hollande, je décidais d'y emmener aussi ma famille.

Je réalisais alors que dans certains pays d'Europe, la société était encore plus orientée vers le sexe qu'aux États-Unis. Durant tout notre séjour, *je passais mon temps* à couvrir les yeux de mon fils de neuf ans et de ma fille de douze ans.

Un après-midi, alors que nous déambulions dans la ville d'Utrecht, je me suis aperçu, horrifié, qu'un homme avait tout bonnement « oublié » de se vêtir. Comme j'étais le premier de la famille à l'avoir vu, j'essayais discrètement d'inciter les autres à prendre une autre direction.

J'étais presque parvenu à mes fins, quand, juste avant d'être complètement hors de vue de « ce dieu grec », mon fils interpela sa sœur : « Courtney, regarde ! » (N'est-ce pas étonnant cette faculté qu'ont les enfants de *toujours* voir ce que *vous ne voulez justement pas* qu'ils voient, alors qu'ils semblent *incapables de voir* ce que vous voudriez qu'ils voient ?)

Comment communiquer à nos enfants une vision saine et chrétienne de la sexualité dans un monde où semble prédominer une sexualité malsaine et à l'encontre de l'idéal chrétien ?

EN TANT QUE PARENTS, VOUS DEVEZ AVOIR UNE VISION SAINE ET CHRÉTIENNE DE LA SEXUALITÉ.

Vous ne pouvez donner à vos enfants ce que vous ne possédez pas vous-même. La sexualité, dans son cadre approprié, entre mari et femme unis dans une relation amoureuse, saine et heureuse, est un des plus beaux cadeaux de Dieu à l'humanité. Si vous en êtes persuadés et si vous en avez fait l'expérience, alors communiquez cela à vos enfants.

Bien entendu, cela ne veut pas dire que vos enfants ont besoin d'*entendre* que leurs parents ont une vie sexuelle heureuse et épanouie. Mon expérience avec les jeunes (J'ai été directeur de jeunesse pendant onze ans) et avec mes propres enfants me laissent à penser que ces derniers préfèrent imaginer leurs parents comme des êtres asexués. Bien sûr, la *vérité* est toute autre car, à part une exception dans les Écritures, les parents ne peuvent acquérir ce statut que s'ils ne sont pas asexués.

Il n'y a donc pas de mal à faire savoir à vos enfants (sans entrer dans les détails personnels) que leurs parents approuvent la sexualité, à condition qu'elle se vive dans le contexte adéquat.

TOUTES LES CONVERSATIONS SUR LA SEXUALITÉ QUE VOUS AUREZ AVEC VOS ENFANTS DOIVENT ÊTRE APPROPRIÉES À LEUR ÂGE.

Il est évident que vous ne tiendrez pas le même discours devant votre enfant de quatre ans et celui de quatorze ans ! Vous aurez à aborder la sexualité à trois étapes importantes de leur vie :

(1) Quand ils sont tout petits, pour répondre à leurs questions et pour les protéger contre ceux qui voudraient abuser d'eux.

Lorsqu'on a affaire à de tous jeunes enfants, « l'éducation sexuelle » sera quelque peu limitée. Il faut leur faire comprendre que leurs parties intimes ne doivent pas être manipulées de façon aléatoire, par eux ou par d'autres. Vous pouvez aussi leur expliquer que les bébés grandissent dans le ventre de leur mère. Bien entendu, les jeunes enfants sont curieux et posent *beaucoup* de questions sur tout ce qui leur vient à l'esprit. Donc, finalement, en vous appuyant sur leurs questions, vous saurez quoi dire à vos petits.

Cependant, n'oubliez pas que quelle que soit la question, elle mérite d'être répondue avec honnêteté, même si la réponse doit être : « Pour le moment, tu n'es pas assez grand pour comprendre cela » ou « Maman [ou papa] ne sait pas comment répondre à cette question maintenant ». Et qu'ils vous posent la question ou pas, vous devez leur « dire quelque chose » sur les attouchements afin qu'ils puissent se protéger contre ce type de maltraitance.

(2) Dès leur scolarisation, pour les aider à comprendre le miracle qu'est la reproduction humaine, et pour les protéger des informations erronées que pourraient partager leurs amis.

Soyez presque certains que si vous n'abordez pas le thème de la sexualité avec vos enfants, un de leurs amis le fera. Si cela se produit, ils n'auront pas d'informations justes mais erronées. Cela vaut également pour les images à caractère sexuel des magazines spécialisés ou d'internet auxquels ils ont accès. Utilisez ces toutes premières années pour leur donner des réponses honnêtes et à propos. Alors qu'ils grandissent, ils auront ainsi tendance à *vous* consulter s'ils ont besoin de conseil. Certains parents introduisent ce sujet en lisant à leurs enfants des livres simples traitant du plan de Dieu pour les familles et la sexualité.

PARLONS DE LA SEXUALITÉ !

QUEL MESSAGE DEVRAIENT TRANSMETTRE LES PARENTS CHRÉTIENS À LEURS ENFANTS ?

Si ma femme et moi élevions encore nos enfants à l'heure actuelle, et que nous avions à leur transmettre la philosophie chrétienne sur la sexualité, nous leur dirions ce que nous leur avons dit la première fois (et que nous leur rappelons de temps en temps) : le point de vue chrétien, celui fondé sur la bible est qu'*il n'y a pas* de relation sexuelle entre un homme et une femme en dehors du mariage. En d'autres termes, quand il s'agit d'intimité sexuelle, tant que vous n'avez pas déclaré « Je le veux », *vous ne faites rien* !

Voici quelques textes bibliques sur lesquels est basée la philosophie chrétienne sur la sexualité :

- Hébreux 13.4
- 1 Corinthiens 6.9, 10
- 1 Corinthiens 6.18-20
- 1 Corinthiens 7.2
- Proverbes 6.24-33
- Proverbes 7

Comment aborder la sexualité avec vos enfants ?

(3) A l'adolescence, pour les protéger d'eux-mêmes !

Quand ils commenceront à s'intéresser au sexe opposé et où l'opportunité se présentera de « faire quelque chose de ce qu'ils auront appris », alors il vous faudra parler à vos enfants et les aider à comprendre que la sexualité vécue dans un contexte approprié est *merveilleuse*. En revanche, elle s'avère dangereuse, voire même mortelle (avec le SIDA) quand elle est pratiquée hors de ce contexte.

Au final, une discussion avec votre enfant sur le thème de la sexualité chrétienne ne sera qu'une des discussions parmi toutes celles que vous aurez avec lui en tant que parents, sur la vie en général. Si le dialogue a déjà été établi entre vous et votre enfant et que vous avez l'habitude d'échanger avec lui, cette conversation se révélera moins difficile que prévu.

En revanche, si la communication est rare, demandez à Dieu de vous aider à l'entamer aujourd'hui. Il n'est jamais trop tard pour commencer à le faire.

J

Je recommande aux deux parents si possible d'en parler. Les hommes et les femmes n'appréhendent pas la sexualité de la même façon et il est préférable d'avoir les deux perspectives. De plus, je vous suggère d'avoir ces conversations séparément afin de mettre à l'aise votre enfant qui se permettra de poser certaines questions qu'il aurait eu du mal à aborder en présence de l'autre parent.

Dana C. Edmond est l'auteur de « Do It Right! Love, Sex and Relationships God's Way » (*Faites-le comme il se doit ! L'amour, la sexualité et les relations selon le plan de Dieu*). Il a été pasteur, enseignant, directeur de la jeunesse, et tout récemment président de la fédération centre et sud des églises adventistes, à Nashville dans le Tennessee. Son épouse, Jill et lui-même, sont mariés depuis 38 ans et ont deux enfants, Courtney Michelle et R.J. et quatre petits-enfants.



Le pouvoir des plantes

FAITES POUSSER QUELQUES PLANTES ET
RÉCOLTEZ DE BELLES SURPRISES !

*« Les joies du jardinage : avoir
les mains dans la terre, la tête au
soleil, le cœur en harmonie avec la
nature. S'occuper d'un jardin signifie
prendre soin de son corps mais aussi
de son esprit. »*

—Alfred Austin



ETES-VOUS STRESSÉE ?

Etes-vous dépassée, en surpoids ?

Etes-vous sujette au diabète, aux maladies cardiaques et à l'épuisement ?

Vous sentez-vous déprimée, découragée ou surmenée ?

Etes-vous débordée et surbookée et aspirez-vous à trouver du temps pour vous ressourcer et recharger vos batteries ?

De nombreuses thérapies très connues existent et sont hautement recommandées pour réduire le stress, notamment les exercices, la relaxation, un changement de style de vie et un suivi par un professionnel. Cependant, une alternative amusante et reposante maintenue secrète et trop longtemps négligée est le jardinage !

Le jardinage apporte des bienfaits significatifs – que votre jardin ne soit qu'un petit bac rempli d'herbes aromatiques, un potager à l'arrière de votre maison, ou un petit lopin de terre dans un jardin communautaire.

Il y a des années, Ellen White écrit sur les bienfaits d'être exposé au soleil, de respirer l'air frais et de faire pousser les plantes de la nature. Ce n'est pas une coïncidence si les jardins interactifs à vocation sanitaire et thérapeutique font de plus en plus partie des normes dans les établissements scolaires, les prisons, les hôpitaux, les maisons de retraite, les centres pour les sans-abris ou pour les délinquants juvéniles.

Il s'avère que le profond sentiment de bien-être que l'on peut ressentir en plantant, en arrosant, en désherbant,

en élaguant et en récoltant n'est pas que le fruit de l'imagination – bien que le cerveau en profite aussi ! Voici quelques bienfaits surprenants du jardinage :

1. Le jardinage décompresse.

Dans une étude néerlandaise, deux groupes ont été invités à travailler sur un projet extrêmement stressant. Par la suite, un des groupes fut invité à s'adonner au jardinage pendant une trentaine de minutes tandis que l'autre lisait, tranquillement assis, pendant le même temps.

Après ce temps écoulé, le groupe assigné au jardinage était non seulement de meilleure humeur mais affichait également un taux de cortisol remarquablement inférieur. Le cortisol est l'hormone du stress, qui, à un taux élevé chronique, peut être assimilé à une faiblesse du système immunitaire, à l'obésité, aux problèmes de mémoire et d'apprentissage et aux maladies cardiovasculaires. Ellen White a fait remarquer que quand nous sommes entourés d'une nature belle et paisible, « son corps et son âme seront soulagés » (*Le ministère de la guérison*, p. 225).

2. Le jardinage améliore la santé cardiaque.

Le jardinage actif peut être qualifié d'exercice d'intensité modérée. Piocher, ratisser, soulever et planter équivalent à



« La nature est le médecin de Dieu. L'exercice en plein air, au soleil, parmi les arbres et les fleurs, les vergers et les vignobles, donne la santé et la vie. »

Ellen White, Le ministère de la guérison, p.223

une séance d'exercice physique durant laquelle le corps brûlera jusqu'à trois cent-trente calories pendant une heure d'activité. Elle procure une motivation satisfaisante – contrairement au tapis de course qui nous fait penser à un hamster sur sa roue.

Le jardinage se fait en général en plein jour, au soleil, au grand air. L'exposition au soleil permet la fabrication de la vitamine D dans le corps, un agent très important pour la prévention des maladies cardiaques, l'ostéoporose et divers cancers. Cependant, il faut s'assurer de ne pas exposer excessivement sa peau aux rayons du soleil, car à la longue cela peut provoquer des coups de soleil et augmenter le risque du cancer de la peau.

3. Le jardinage fait baisser la pression artérielle.

Les vertus déstressantes du jardinage peuvent également avoir un effet positif sur la pression artérielle, aidant soit à la stabiliser soit à la faire baisser. Il est particulièrement indiqué pour ceux souffrant d'hypertension.



4. Le jardinage procure un bien-être émotionnel.

Demandez à quiconque qui s'adonne au jardinage s'il y prend du plaisir, et vous verrez s'illuminer son regard. Soyez certaine qu'il vous réglera d'anecdotes sur ses exploits de jardinier.

La thérapie par l'horticulture est un champ d'étude assez récent. Elle décrit les bienfaits que cette activité procure, en particulier aux patients sujets à la dépression et autres maladies mentales. Ceux qui font de l'horticulture bénéficient d'une activité physique, sont sensibilisés à l'environnement, sont stimulés sur le plan cognitif

et ont une pleine satisfaction d'un travail productif. Plus la végétation est variée – présence de plantes comestibles, de fleurs odorantes et colorées, de divers arbres et arbustes – plus cela sera bénéfique pour nos sens.

Planter un jardin et observer son évolution peut procurer beaucoup de satisfaction et de fierté. Cela peut devenir un réel passe-temps, agréable toute une vie durant, et, de surcroît, cela peut offrir la jouissance de bienfaits positifs sur le plan mental, physique, voire spirituel. La beauté et l'émerveillement suscités par la nature éveillent en nous un ébahissement devant la conception et le pouvoir créateurs de notre Père céleste. Chaque bouton et chaque fleur est une expression de son amour et de sa sollicitude envers ses enfants.

5. Le jardinage améliore les habitudes alimentaires.

Ceux qui cultivent leurs propres fruits et leurs propres légumes ont tendance à manger plus sainement. Les produits d'un jardin personnel sont habituellement dépourvus de pesticides, ce qui les rend plus sains. De plus, les légumes et les fruits fraîchement récoltés ont meilleur goût.

Les enfants qui jardinent ont généralement de bonnes habitudes alimentaires et trouvent du plaisir à manger ce qu'ils ont planté. Ceux qui jardinent chez eux ont aussi tendance à être plus aventureux et essaieront des aliments qu'ils n'auraient pas encore essayés.

PAR OÙ COMMENCER ?

Vous n'avez pas besoin d'être diplômée en horticulture, d'avoir un grand espace à l'arrière de votre cour, ou encore d'avoir la main verte pour vous mettre au jardinage. Si l'espace fait défaut, essayez des bacs. Vous pouvez faire pousser des tomates cerises dans des bacs de cinq litres. Plantez quelques herbes aromatiques dans un pot et placez-le sous votre porche ou sur un rebord de fenêtre. L'internet regorge de sites qui vous informeront sur le sujet, ou rapprochez-vous de votre librairie locale. Pour connaître les vraies astuces du jardinage, rien de mieux que d'en discuter avec une amie qui s'y adonne ou même avec un amateur que vous rencontrerez dans une jardinerie. La plupart des gens seront heureux de partager leurs connaissances.

7

SOURCES :

eartheasy.com

www.cnn.com/2011/HEALTH/07/08/why.gardening.good/

The Lost Art of Thinking, Neil Nedley, M.D., Nedley Publishing, p. 229

<https://m.egwwritings.org/fr/book/195.1267#1267>

Rae Lee Cooper est infirmière de métier. Son époux, Lowell et elle-même ont deux enfants déjà mariés et trois adorables petits-enfants. Elle a passé presque toute son enfance en Extrême-Orient et a ensuite travaillé en tant que missionnaire aux côtés de son mari, pendant 16 ans, en Inde. Elle aime la musique, l'art créatif, la cuisine et la lecture.

C'est cool d'être gentil !

UNE EXTRAORDINAIRE GENTILLESSE

Coucou ! Saviez-vous que c'est vraiment cool d'être gentil ? Quand on demande à quelqu'un quel genre d'ami il voudrait avoir, ou quel genre de personne il voudrait épouser, en général, il répond qu'il souhaiterait quelqu'un de gentil.

Etre gentil est un bon moyen d'être heureux ! Une des meilleures façons d'aider les personnes tristes à se sentir mieux est de les encourager à faire quelque chose de bien pour quelqu'un d'autre. C'est aussi un bon moyen de partager l'amour de Dieu avec ceux qui nous entourent.



VERSETS BIBLIQUES SUR LA GENTILLESSE

Choisissez votre verset préféré sur la gentillesse et mémorisez-le. Ecrivez chaque mot du verset sur un cœur en papier. Placez les cœurs dans l'ordre et collez-les sur une feuille de papier. Voici quelques suggestions de versets :

Matthieu 5.40-44

Luc 10.27

Romains 12.9-21

1 Corinthiens 13.4

Galates 5.22, 23

Ephésiens 4.32

FABRIQUEZ UN POSTER

Fabriquez un poster pour encourager les gens à faire de bonnes actions. Demandez l'autorisation de l'afficher à l'église, à l'école ou dans votre librairie locale. Fabriquez-en un qui encouragera particulièrement votre famille à agir avec gentillesse les uns envers les autres, et envers les voisins.



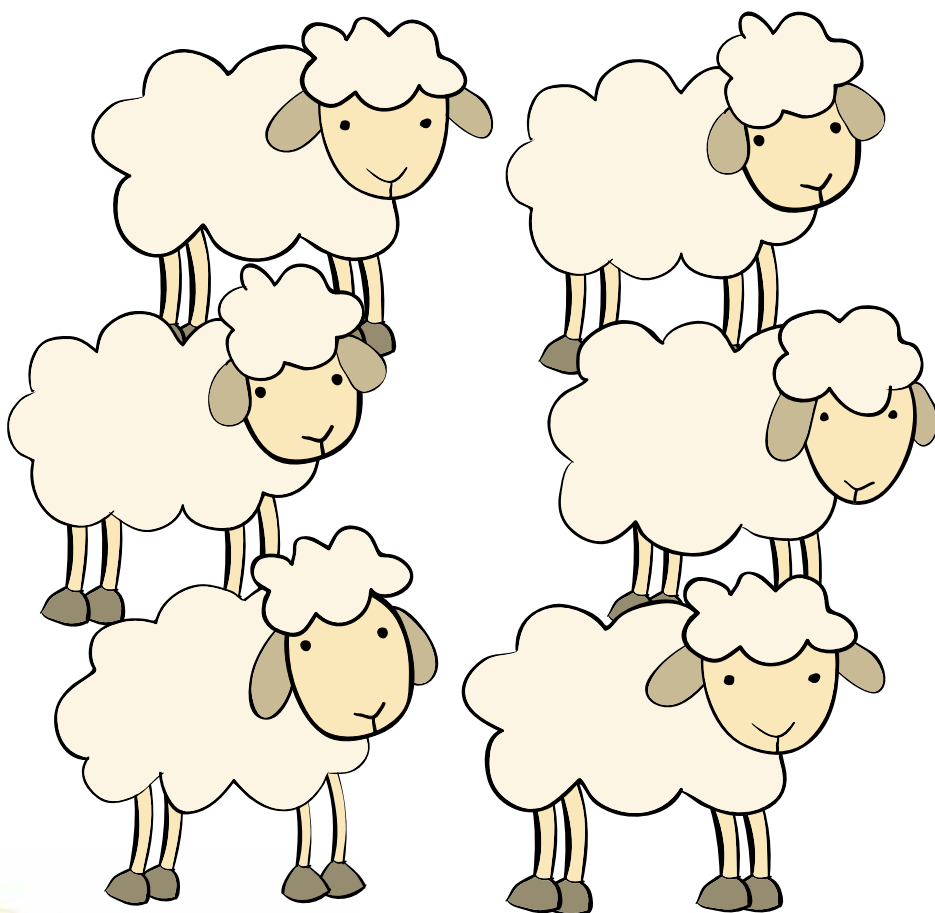
LA PERSONNE LA PLUS GENTILLE QUI AIT JAMAIS EXISTÉ

Jésus est la personne la plus gentille qui ait jamais existé. Il passait toutes ses journées à faire preuve de gentillesse envers tout le monde et à démontrer l'amour total de Dieu. Jésus a probablement passé plus de temps à accomplir des actes de gentillesse qu'à prêcher. Souvent, le simple fait d'être gentil est un excellent moyen de témoigner pour Jésus.

Avec votre famille, dressez une longue liste des bonnes actions de Jésus. Par exemple : nourrir la foule affamée, aider les gens à se sentir heureux, accueillir les petits enfants, etc. Pourriez-vous faire de même avec votre famille ?

BREBIS ET BOUCS

Jésus a raconté une parabole parlant de brebis et de boucs. Les brebis représentent les gens qui ont démontré de la gentillesse envers les autres. Lisez Matthieu 25.31-46 et découvrez ce que ces brebis/gens ont fait. Sur chaque brebis ci-dessous, écrivez leur bonne action.



L'ABÉCÉDAIRE DE LA GENTILLESSE

Constituez un abécédaire de la gentillesse avec votre famille. Inscrivez toutes les lettres de l'alphabet dans la marge d'une feuille de papier. Ensuite réfléchissez à un moyen de démontrer de la gentillesse en commençant par la lettre A et ainsi de suite.

Exemple : Aimer (Apporter des biscuits aux malades) – Balayer (Balayer la maison) – Carte (Confectionner une carte d'anniversaire à offrir) ; ainsi de suite.





IMAGINEZ UN PEU !

Parfois, même de petits actes de gentillesse peuvent faire une grande différence. Un jour, à l'occasion de mon anniversaire, alors que j'étais loin de ma famille, quelqu'un m'avait laissé devant chez moi, un beignet sur lequel était plantée une bougie. J'ai depuis fêté de nombreux anniversaires, mais je n'ai jamais oublié ce beignet avec sa petite bougie.

Réfléchissez à un moment où quelqu'un a été tout particulièrement gentil envers vous. En quoi leur geste était-il si spécial ?

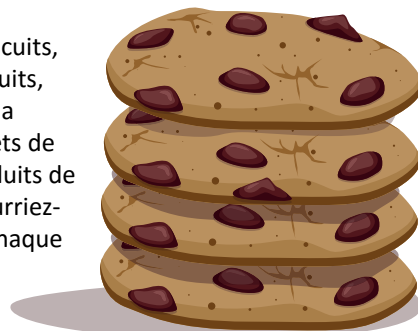
Invitez tous les membres de votre famille à représenter en images un épisode où quelqu'un leur a témoigné de la gentillesse. Ensuite, chacun montre son dessin et en parle.

DE BONS VOISINS

Lisez Matthieu 22.38, 39. Dessinez un plan de votre voisinage ou de votre immeuble. Qui sont les dix voisins les plus proches de vous ? En famille, discutez et voyez comment vous pourriez être gentils envers eux.

Faites le tour du quartier, et priez pour vos voisins quand vous passez devant chez eux. Demandez à Dieu de vous indiquer quelle est la meilleure preuve de gentillesse que vous pourriez leur donner. Ensuite, passez à l'acte !

Vous pourriez faire des biscuits, préparer des paniers de fruits, balayer le trottoir, tondre la pelouse, offrir des bouquets de fleurs ou partager les produits de votre jardin. Peut-être pourriez-vous les inviter à dîner ! Chaque acte de gentillesse sera une démonstration de l'amour de Dieu.



LA GENTILLESSE COMMENCE À LA MAISON

Lisez 1 Corinthiens 13.4. La meilleure façon d'ajouter des cordes à « votre arc de la gentillesse » est de commencer par être gentil à la maison. Au sein de la famille, les façons de faire preuve de gentillesse sont multiples.

Prenez une grande feuille de papier et dessinez un plan de votre maison. Ensuite, pour chaque pièce, dessinez ou écrivez ce que vous pourriez y faire pour manifester de la gentillesse envers les membres de la famille, dans la cuisine, le salon, la salle à manger, la salle de bain, les chambres, la cour, etc.... Parcourez votre maison et prenez la décision d'accomplir une bonne action dans chaque pièce.

RELIEZ LES BONNES ACTIONS À LEUR AUTEUR !

Reliez les personnages bibliques ci-dessous aux bonnes actions qu'ils ont accomplies. Cherchez ensuite leur histoire dans la bible. En connaissez-vous d'autres ?

Rebecca	A partagé sa dernière miche de pain
Dorcas	A préparé un festin pour les soldats affamés de David
Onésime	A construit une chambre d'hôte pour le prophète qui leur rendait parfois visite
Abraham	A puisé de l'eau pour un troupeau de chameaux assoiffés
La sunamite	A cousu des vêtements pour les veuves et les orphelins
Abigail	A rendu visite à Paul quand il était en prison
Marie et Marthe	A préparé un repas pour des voyageurs
La veuve de Sarepta	A versé du parfum sur les pieds de Jésus
Marie	A pris soin de Jésus et de ses disciples

C'est cool d'être gentil !



DES MAINS COMPATISSANTES

Lisez Colossiens 3.23. Dessinez les contours de votre main et sur chaque doigt, écrivez une façon de démontrer la gentillesse. Si vous avez de petites mains, dessinez les mains d'un adulte pour avoir plus d'espace pour écrire.

Ajoutez-y votre verset préféré sur la gentillesse. Placez votre dessin bien en vue, afin de vous rappeler chaque jour d'utiliser vos mains pour faire le bien.



DE BONNES PAROLES

Lisez Ephésiens 4.29. De bonnes paroles de notre part peuvent faire la différence ! Nos paroles doivent permettre de dire que nous sommes désolés, de réconforter ceux qui sont tristes, de faire sourire les gens, d'encourager ceux qui sont fatigués, de remercier ceux qui nous aident et de demander comment nous pourrions aider.

Dessinez une grande bulle et remplissez-la de gentilles paroles que vous pourriez dire à ceux qui vous entourent.

UNE CERTAINE PETITE EGLISE

Une église rurale à Congresbury, en Angleterre, a célébré son 800^e anniversaire en récoltant huit cents bonnes actions. Ils ont demandé aux gens de noter sur une carte quand et comment quelqu'un s'était montré gentil envers eux. Les cartes devaient ensuite être laissées dans une petite boîte aux lettres à l'église.

Ce projet fit une grande différence dans leur village. D'autres villes essaient de mettre en place cette initiative. Votre église pourrait peut-être organiser quelque chose de ce genre.

PLEIN D'IDÉES POUR FAIRE PREUVE DE GENTILLESSE

Visitez ce site : www.lifevestinside.com. Vous y trouverez une magnifique vidéo appelée : « Kindness Boomerang » (Le boomerang de la gentillesse). Vous pouvez aussi vous inscrire pour recevoir leur courrier quotidien. Ils vous enverront tout plein d'idées pour faire preuve de gentillesse et de courts vidéoclips montrant comment certaines personnes se montrent gentilles. Vous trouverez encore plus d'idées sur le site : www.randomactsofkindness.org/kindness-ideas 

* www.telegraph.co.uk/news/newsttopics/howaboutthat/12087318/UK-kindest-village-Congresbury-north-Somerset-800-random-acts-of-generosity.html

Karen Holford est mariée au pasteur **Bernie Holford**. Elle est la directrice du département de la famille au sein de la division transeuropéenne.



DE BONNES ACTIONS POUR UN ANNIVERSAIRE

Lorsque nous faisons le bien à quelqu'un que nous ne connaissons pas, cette bonne action est dite « fortuite ». Une famille a choisi de fêter ses anniversaires en accomplissant de bonnes actions fortuites.

Pour les dix ans de Jake, ils ont accompli ensemble dix bonnes actions. Quand Gemma a fêté ses douze ans, ils en ont accompli douze. Les enfants planifient les bonnes actions et les parents les aident à les concrétiser. Ils ont, par exemple, coller des billets d'un dollar américain sur des jouets dans des boutiques où tout se vend à un dollar, visiter la personne la plus seule d'une maison de retraite, acheter à manger à des sans-abris, distribuer des bouteilles d'eau dans le parc local et préparer des biscuits pour les pompiers.

Quel âge aurez-vous à votre prochain anniversaire ? Pourquoi ne pas planifier un jour « spécial gentillesse » et découvrir que cela peut être amusant de rendre les autres heureux ?

Faire l'amour selon 1 Corinthiens 13

DIEU NOUS A OFFERT UN CADEAU DE MARIAGE EXTRAORDINAIRE !

APRÈS PLUS DE TRENTE ANS de mariage, trois enfants, trois petits-enfants, douze ans dans le ministère de la famille et deux maîtrises en thérapie familiale, Bernie et moi pouvons dire sans hésiter que l'un des aspects les plus difficiles de notre mariage a été l'intimité physique. Tout autour de nous, des messages confus circulent sur la sexualité, et surtout des conseils et des couples modèles qui ne nous aident aucunement. Ainsi, il n'est pas surprenant que nous soyons perturbés, vulnérables et confus en ce qui concerne notre intimité sexuelle.

Au fil des années, nous avons lu des livres, participé à des retraites sur le mariage ; nous avons même

répondu à des questions difficiles sur la sexualité dans nos propres séminaires. Pendant un temps, nous avons pensé que la bible était particulièrement peu loquace à ce sujet, hormis la poésie exubérante du livre Cantique des cantiques. Et puis un jour, mus par l'inspiration divine, nous avons appliqué le concept de l'amour tel qu'il est présenté dans 1 Corinthiens 13, à notre intimité sexuelle. Nous avons vite découvert que ce fameux chapitre dédié à l'amour regorgeait de principes étonnants pouvant influencer notre façon de faire l'amour, en faisant de cet acte le plus extraordinaire cadeau de mariage conçu par Dieu.



L'AMOUR EST PATIENT.

Il est intéressant de noter au passage que Paul choisit la patience comme premier principe dans son poème sur l'amour. De prime abord, la patience semble être un choix incongru ; pourquoi pas la bonté ou encore le pardon ? La patience mélange toute une palette de vertus liées à l'amour.

La patience vis à vis de notre partenaire repose sur le profond respect de ses besoins et de ses préférences. Il est un moyen de faire preuve de bonté, de considération, d'humilité, de générosité et de maîtrise de soi. Quand quelqu'un est impatient envers nous, cela nous rend bien souvent triste, nous isole, nous frustre, nous embarrasse, nous laisse incompris, sous pression, avec un sentiment d'inutilité. Au lieu de nous rapprocher l'un de l'autre, ces sentiments négatifs ne font que nous éloigner davantage.

La patience occupe une place importante dans l'acte d'amour. Elle signifie que nous privilégions le besoin de l'autre avant le nôtre et que nous attendons patiemment que l'autre soit prêt. La patience nous préserve de l'irritation ou de la frustration, plus particulièrement quand notre relation est en proie à des turbulences !

L'AMOUR SE PRÉOCCUPE D'AVANTAGE DE L'AUTRE QUE DE SOI-MÊME.

L'acte d'amour atteint son apogée quand le mari et la femme se focalisent sur le besoin de rendre cette expérience le plus plaisant possible pour l'autre. Ce qui rend mon partenaire heureux et qui le fait se sentir chéri est plus important que ce qui me procure du plaisir. Repousser chaque jour l'égoïsme – se soutenir, s'encourager et s'apprécier – nous permet de nous sentir plus amoureux et plus proche l'un de l'autre.

L'AMOUR NE RECHERCHE PAS CE QU'IL N'A PAS.

L'amour se satisfait de ce qu'il a. L'amour est fidèle. Il ne fantasme pas sur d'autres partenaires ou sur le fait de s'engager dans des expériences qui ne plaisent pas ou qui embarrassent l'autre. L'amour a pour objectif de rendre la relation conjugale la plus harmonieuse possible afin que les deux partenaires trouvent leur bonheur dans ce qu'ils partagent.

L'AMOUR NE S'ENFLE PAS D'ORGUEIL.

L'amour n'est pas autoritaire ou ne se vante pas de ce qu'il a fait. Il a un cœur aimant et se met au service de l'autre. Il ne se pratique pas afin de se mettre en valeur mais vise plutôt à valoriser l'autre.

L'AMOUR NE FORCE PAS L'AUTRE.

User de la force, culpabiliser, abuser ou faire pression pour que votre partenaire fasse tout ce que vous exigez de lui, en particulier quand celui-ci est réticent ou qu'il refuse, est totalement incompatible avec l'amour.

Parfois, cela peut aider d'établir une liste de ce que vous aimez sur le plan sexuel. Ensuite, échangez vos listes et choisissez ce que vous aimeriez faire l'un pour l'autre. Ainsi, les préférences seront clairement établies et les conjoints auront également la possibilité de choisir ce qui les met à l'aise.

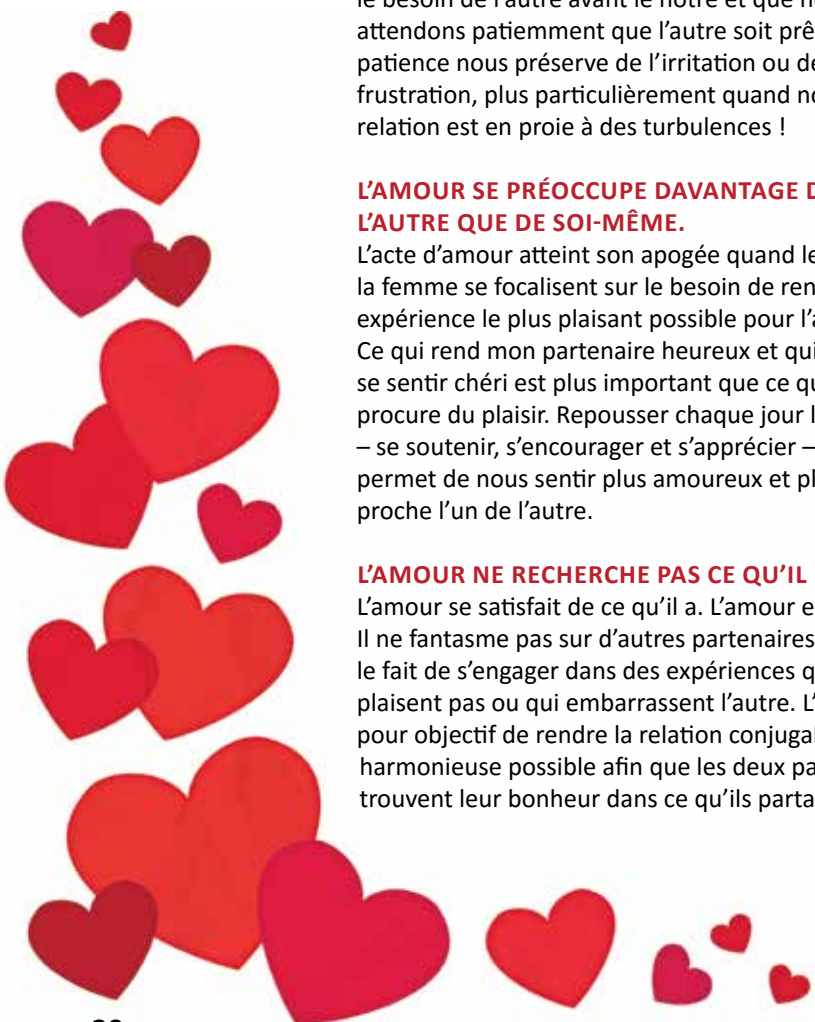
L'AMOUR NE VEUT PAS DIRE « MOI D'ABORD ».

Le véritable acte d'amour donne la priorité au plaisir de l'autre avant de rechercher le sien. Quand l'objectif de chaque partenaire est de s'assurer que l'autre se sente aimé et spécial, alors cette expérience atteint des sommets dépassant toute espérance.

Selon l'auteur et conférencier, Mark Gungor, le secret d'une relation sexuelle épanouie est l'attention que l'on porte à son épouse. Il a constaté que, plus il était gentil et prévenant envers sa femme, plus elle se sentait proche de lui. Sa prévenance et ses petites attentions suscitaient en elle une réaction amoureuse et ouvraient la voie à une profonde intimité sexuelle.

L'AMOUR NE SE MET PAS EN COLÈRE.

L'acte d'amour ne se déroule pas toujours selon nos plans. C'est un processus compliqué, plus particulièrement pour les femmes, dont les réactions physiologiques peuvent diverger à chaque expérience.



Quand les choses ne se passent pas comme prévu, essayez de trouver d'autres moyens pour vous apaiser et pour vous procurer mutuellement du plaisir, au lieu de vous énerver et de vous rejeter réciproquement. Essayez un massage du dos, enlacez-vous ou encore couvrez le corps de votre partenaire de baisers. Pourquoi pas, voyez le côté comique de la chose et permettez-vous d'en rire. Cela ne pourra que vous détendre !

L'AMOUR NE TIENT PAS UN REGISTRE DES FAUTES DES AUTRES.

L'amour ne se retient pas dans le but de punir l'autre. L'acte d'amour est un moyen puissant pour véhiculer l'amour et la grâce de Dieu à votre partenaire. Quand il s'avère difficile de pardonner et que la confiance a été brisée de manière douloureuse, invoquez le Saint-Esprit pour qu'il guérise la blessure et vous ramène ainsi l'un vers l'autre.

L'AMOUR NE SE RÉJOUIT PAS QUAND L'AUTRE S'ABAISSE.

L'intimité amoureuse doit nous élever. Il n'humilie pas et ne dévalorise pas l'autre, il ne mendie ni ne manipule. L'amour trouve son expression dans la valorisation de l'autre et il est un moyen de s'honorer mutuellement. Que pourriez-vous faire pour valoriser et honorer votre conjoint ?

L'AMOUR TROUVE SON PLAISIR DANS L'ÉPANOUISSEMENT DE LA VÉRITÉ.

Il n'est pas toujours facile d'être honnête sur nos relations intimes parce que c'est un aspect sensible et fragile de notre relation. Pourtant, cela peut s'avérer utile si nous savons comment aborder le sujet en utilisant, comme entrée en matière, des phrases du genre : « J'apprécie vraiment quand tu . . . » ou « C'est si agréable quand tu . . . »

L'AMOUR SUPPORTE TOUT.

Les diverses expériences de la vie et les problèmes de santé peuvent avoir un impact considérable sur les relations intimes. La grossesse, la fatigue, les enfants en bas-âge, la maladie, le chagrin ou le surmenage ne sont que quelques éléments susceptibles de bouleverser notre intimité sexuelle. Malgré tout, aimez-vous tendrement et patiemment, et trouvez de nouvelles façons de démontrer vos sentiments et de partager des moments intimes.

L'AMOUR EST SYNONYME DE CONFIANCE EN DIEU, EN TOUT TEMPS.

Dieu se préoccupe de votre mariage et voudrait qu'il soit le plus réussi possible. Il voudrait déverser sur vous ses bénédictions à travers l'intimité sexuelle. Mais parfois, nous nous heurtons à des obstacles et des défis, alors il est important de demander de l'aide très rapidement. Vous pouvez aussi lire des ouvrages tels que « *Rekindling Desire* » (*Raviver la flamme du désir*) de Barry et Emily McCarthy.

L'AMOUR TROUVE TOUJOURS CE QU'IL Y A DE MEILLEUR CHEZ L'AUTRE.

Si quelque chose ne se passe pas comme vous l'auriez souhaité, croyez en ce qu'il y a de meilleur en votre partenaire et en vous-même. Après les relations intimes, n'oubliez pas d'exprimer vos remerciements à votre conjoint. Trouvez les mots justes pour partager le moment que vous avez le plus apprécié afin de vous permettre d'apprendre les préférences de l'autre, votre intimité en sortira grandie.

L'AMOUR NE RESSASSE PAS LES FAUTES DU PASSÉ.

Plutôt que de ressasser les fautes du passé, et d'aspirer à ce qui a été, l'amour espère en l'avenir et recherche de nouvelles possibilités d'intimité. Trouvez trois éléments que vous souhaiteriez introduire dans vos relations intimes et travaillez de concert afin de pouvoir les appliquer. Consultez www.thedatingdivas.com, un site tenu par des femmes chrétiennes dont l'objectif est d'enrichir le mariage. Elles partagent des idées créatives, notamment sur les sorties en amoureux et les expériences intimes.

L'AMOUR PERSÉVÈRE JUSQU'À LA FIN.

L'amour trouve divers moyens de faire plaisir à l'autre, même quand le corps subit les changements dus à l'âge. Beaucoup de couples âgés continuent à s'apprécier sexuellement.

L'AMOUR NE MEURT JAMAIS.

Pour le moment, jusqu'à l'accomplissement de cette plénitude, nous avons trois choses à faire pour parvenir à ce moment :

Avoir une confiance sans faille en Dieu,
Espérer sans se laisser ébranler,
Aimer de façon extravagante.
Et ce qu'il y a de mieux, c'est l'amour !



Karen Holford est responsable du département de la famille au sein de la division transeuropéenne. Elle est l'épouse de Bernie depuis près de trente-trois ans.

Les jours sont longs, les années courtes !

ÊTES-VOUS FIGÉE DANS LE TEMPS ?

IL N'Y A PAS TRÈS LONGTEMPS, j'ai entendu une expression qui m'a donnée à réfléchir : « Les jours sont longs, les années courtes ! »

Quand je l'ai entendue pour la première fois, j'étais assez confuse. Comment était-ce possible d'avoir les deux à la fois ? A présent, je ne pense pas avoir seulement saisi le sens de cette phrase, je la vis !

Notre « bébé » est rentré au collège et notre fille est indépendante et travaille dans une ville d'un autre état des Etats-Unis, loin de chez nous. Les années où ils étaient petits et où je les bordais dans leur lit me semblent faire partie d'un passé lointain.

Où sont passés ces jours ?

- quand je trimbalais les couches et toute sorte de sacs le sabbat à l'église,
- quand je retournais à l'école pour déposer les repas et les cartables oubliés,



Au temps fixé par Dieu, « ce moment aussi passera. »

- quand on allait camper sous la tente, en famille,
- quand on utilisait le tableau d'images et qu'on chantait en faisant des gestes durant nos cultes de famille.

De longs jours. De courtes années.

BYE-BYE

Oui, certains jours m'ont paru vraiment très longs quand les enfants étaient jeunes. Des jours où nous devions rester à l'hôpital et apprendre les dures leçons de la vie que chaque parent et chaque enfant doivent apprendre et réapprendre.

A présent que tous nos enfants sont grands, certains jours semblent toujours longs. Simplement parce que, vivre dans ce monde imparfait est un défi en soi-même étant donné les difficultés qui se présentent à nous. En voici quelques-unes :

- Prendre conscience que nous vivons dans un corps qui vieillit
- Subir la pression suscitée par les factures urgentes et les obligations sans fin
- Nous préparer à affronter chaque année qui passe avec son lot de bon et de mauvais, ses nouveaux défis à relever.

Qu'en est-il de vous ? Faites-vous parfois l'expérience d'un long jour dont vous ne semblez pas entrevoir la fin ? Qu'en est-il de ces moments où vous réalisez que « les bonnes années » ont filé à une vitesse incroyable, et que tout est différent à présent ?

Oui, les années *sont* courtes. Et oui, certains jours paraissent *très* longs. Certes. Peut-être est-ce bon, malgré tout, de nous rappeler, qu'importe la période de notre vie (maternité, quarantaine, pré-retraite), qu'il nous est toujours possible de respirer un bon coup et de reconnaître

que, malgré les difficultés, notre vie est jalonnée de multiples bénédictions. Cela nous permet de prendre conscience de la présence de Dieu et de la façon dont il dirige notre vie.

Savourer l'instant présent, n'est-ce pas ce qui ressort de tout ceci ? Pourquoi ne pas faire un autre câlin, lire une autre histoire, prendre une autre tasse de thé chaud, avoir un autre rendez-vous amoureux, écouter un peu de musique et nous asseoir tranquillement dans le calme ?

Ne serait-il pas plus profitable à chacun de nous de voir le bon côté de chaque jour qui passe et de chaque événement de notre vie, même si celle-ci ne semble être qu'une épreuve difficile ? Quand tout semble aller de travers, peut-être devrions-nous nous souvenir, qu'après un certain temps, ces moments éprouvants ne seront plus que des souvenirs. Au temps fixé par Dieu, « ce moment aussi passera. »

Quelqu'un a dit un jour : « Le temps est la substance de la vie ». A la fin, notre vie sera définie par tous ces moments écoulés, mis bout à bout.

Pourquoi ne pas saisir chaque moment qui passe, s'emparer du bon, tout en sachant que par la grâce de Dieu, vous surmonterez les difficultés ? Ellen White fit un jour le commentaire suivant disant, que lorsque nous serons avec Jésus, nous verrons qu'à chaque instant, Dieu nous a guidé, dans les bons comme dans les mauvais moments. Dans la perspective de l'éternité, nous apprécierons que notre vie se soit déroulée de la sorte, avec ses quelques courtes années et ses quelques longs jours ! 

Malinda Haley est épouse de pasteur et mère de trois enfants. Elle est puéricultrice et avant tout, l'humble servante de Dieu. Elle habite Nashville, dans le Tennessee, avec son époux, Steve, président de la fédération du Kentucky-Tennessee.

Vous êtes-vous déjà sentie trop fatiguée pour des relations intimes ?

CHÈRE AMIE,

Un soir, alors que mon mari Fred désirait partager un moment d'intimité, j'ai maugréé : *Oh non ! Encore ! Déjà !* J'étais contrariée, mais je parvins finalement à répondre « Ok, rapidement. Et c'est bien parce que tu en as envie. Je suis fatiguée et je voudrais dormir. »

Fred a respiré un grand coup et a répliqué, « Merci, Oh grande et noble martyre ! » Autant que je m'en souviens, tout a dégénéré à partir de là.

Cette semaine-là, je me suis demandée si ces courtes expériences, consenties à contrecœur, comblaient mon mari. Alors que les femmes vivent l'intimité avec leur partenaire à travers le partage, les étreintes et la conversation, j'ai appris que les hommes puisaient leur intimité à partir de l'acte sexuel lui-même.

J'ai retourné cette idée dans ma tête et imaginé que la scène inverse s'était produite. Comment aurais-je réagi si face à mon besoin de partage et d'étreinte, Fred avait eu la même réaction que moi ? Que se serait-il passé s'il avait répondu : « Je serai à ton écoute et d'humeur pour les câlins seulement une ou deux fois par mois, mais, si tu insistes, je peux te parler rapidement avant de m'endormir ! »

J'ai eu comme une révélation ! Ces deux situations étaient identiques, cependant puisqu'ils sont différents, les femmes attachent plus d'importance aux étreintes qu'à l'acte sexuel même ; à l'inverse, les hommes n'attachent pas autant d'importance aux étreintes mais à l'acte sexuel.

CHOQUANT

Durant les premières années de mon mariage, j'ai été choquée par la sexualité masculine, en particulier par son orientation visuelle et sa régularité. La sexualité masculine m'avait semblée plutôt superficielle et presque étrange, alors j'ai fini par chercher à comprendre. J'ai découvert qu'elle n'était pas superficielle. Elle est tout simplement différente. De plus, étant donné l'évidente lutte que livrent les hommes pour garder leur pureté sexuelle quand ils sont abstinents, j'ai commencé à comprendre pourquoi Dieu

avait fait une telle déclaration : « Votre corps ne vous appartient pas. » Je me rends compte comment, par moment, l'acte sexuel est vital pour la pureté de Fred et pour l'intimité émotionnelle que nous partageons. C'est un domaine dans lequel je peux réellement l'aider. En fait, Dieu s'attend à ce que je le fasse.

Alors que nous sommes promptes à exiger que nos maris se plient à la pureté sexuelle exigée par Dieu, nous sommes souvent peu pressées à nous plier à cette autre ligne de conduite également dictée par Dieu, à savoir que nos corps ne nous appartiennent pas. Nous n'avons aucunement le droit de nous attendre à la pureté sexuelle de nos maris si nous passons notre temps à nous dérober au moment de passer à l'acte. Nous sommes les seules à pouvoir les satisfaire sexuellement, or les hommes ont régulièrement besoin de cette satisfaction, deux à trois fois par semaine !

Une amie à moi, Cindy, m'a fait part d'une observation de son mari, qui lui faisait remarquer qu'elle détenait tout pouvoir sur leurs relations sexuelles. A chaque fois, c'était lui qui devait fermer la porte à clé, faire des avances et tout le reste. Quant à elle, elle restait de glace ou était fatiguée.

« Je sais que tu n'as aucun intérêt réel, lui a-t-il déclaré, mais c'est dur de savoir que quatre-vingt-dix pourcent du temps, quand nous avons des relations sexuelles, tu ne fais même pas semblant de me trouver désirable. Tout ce que tu comprends c'est que j'ai besoin de quelque chose dont tu n'as pas besoin, et tu le fais juste par devoir. Quand tu ne manifestes aucun réel désir ou aucune passion, j'ai l'impression d'être un petit garçon qui supplie sa mère de lui donner un bonbon. »

LA FOLIE DE L'HUMEUR

L'humeur ne devrait pas avoir son mot à dire. Nous sommes appelés à aider que nous soyons d'humeur ou pas. Il m'est arrivé très souvent d'initier nos relations intimes avec Fred alors que nous savions tous deux que je n'étais pas d'humeur.

Chaque soir quand Fred rentre dans notre chambre à coucher, il s'assoit dans « sa chaise de conversation », pour être sûr de ne pas s'endormir avant de discuter un peu avec moi. Je tiens beaucoup à ce moment, particulièrement parce que je sais que Fred n'est pas d'humeur à parler à cette heure de la nuit. Lui, il est du matin, donc il est vraiment fatigué quand c'est l'heure de se mettre au lit. Mais il m'accorde son temps car il sait que j'en ai besoin, qu'il soit d'humeur ou pas.

Si votre mari est comme la plupart des hommes, il se rend à son travail même s'il n'est pas d'humeur, au moins une fois sur deux. Je sais que s'il n'y avait pas eu les enfants et moi, Fred aurait choisi une autre voie. Combien de fois étais-je fatiguée à la fin de la journée, alors Fred nettoyait la cuisine pour que je puisse me relaxer et lire un peu ? Combien de fois n'a-t-il pas joué à la Nintendo afin que les enfants me laissent un moment de répit ? (Il déteste la Nintendo, il n'y comprend rien et se fait toujours battre, même par Michaël, notre fils de neuf ans).

Ne pouvons-nous pas faire de même pour nos époux, même si nous ne nous sentons pas d'humeur ? De plus, ce qu'il y a d'amusant avec l'humeur, c'est qu'elle change si rapidement ! Souvenez-vous qu'une part de notre intimité repose sur les étreintes et le toucher. J'ai constaté que si je me laissais aller pour lui faire plaisir, bien souvent toutes ses caresses changent mon humeur et bientôt je finis par éprouver du plaisir autant que lui. En fait, c'est arrivé si souvent que maintenant je table là-dessus. En général, je suis immédiatement récompensée ! Je cours après quatre enfants toute la journée. La plupart des soirées, je ne recherche pas les relations sexuelles parce que je suis trop fatiguée ou parce que mes pulsions sexuelles sont bien moins intenses que les siennes. Dans ces moments là, je lui dis : « Je n'en ai pas vraiment envie, mais j'aimerais faire quelque chose pour toi ». Je sais que je vais apprécier de pouvoir me serrer contre lui, même si je ne vais pas m'embraser !

Bien qu'un long régime de « sexe rapide » ne soit pas souhaitable, il est acceptable car il aide à désamorcer l'intensité du cycle masculin pour soixante-douze heures. Parfois vous n'avez pas le temps ou l'énergie nécessaire pour de longues soirées de sexualité intense. Néanmoins, si vous vous souciez de son bien-être, vous trouverez l'énergie nécessaire pour l'« alléger ». Savoir que sa femme se préoccupe suffisamment de son bien-être pour l'aider dans ce domaine, même si elle n'en a pas forcément envie, est une satisfaction profonde pour l'homme.

Je ne prétends pas comprendre la sexualité de Fred. Par contre je sais que la pureté sexuelle n'est pas une lutte seulement pour l'homme mais aussi pour le couple.

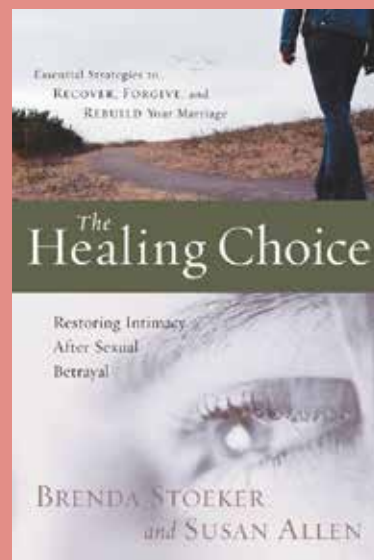
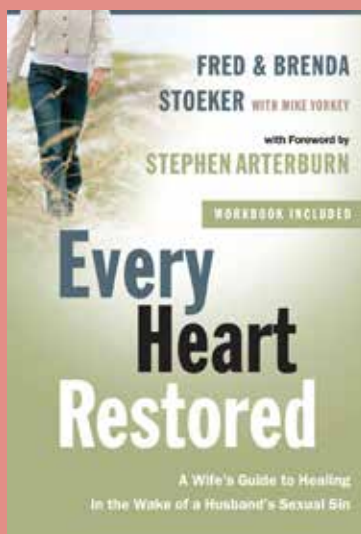
Que Dieu vous bénisse

Brenda

J

Brenda Stoeker est une éducatrice conjugale chevronnée et un auteur à succès. Issue d'une famille chrétienne depuis quatre générations, elle est la co-fondatrice de « Living True Ministries », dont la mission est d'élucider de manière pratique les vérités divines tout en encourageant et en équipant hommes et femmes à être de vrais chrétiens, pas seulement l'apparence. Dans cette optique, Brenda a co-écrit le livre « Every Heart Restored: A Wife's Guide to Healing in the Wake of a Husband's Sexual Sin » qui a été récompensé par le « ECPA's Silver Medallion » dans la catégorie mariage, en 2006. Elle vit à Des Moines, dans l'Iowa, avec Fred son mari. Ils partagent ensemble trente-cinq années de bonheur.

LES LIVRES DE BRENDA STOEKER SONT DISPONIBLES SUR CE SITE WWW.BRENDASTOEKER.COM



Chère Abigail,

Après des mois de « signaux alarmants », j'ai surpris mon mari en train de regarder de la pornographie sur son téléphone. Je suis tellement dégoûtée. Je voulais croire à un cauchemar, mais la réalité est qu'il a avoué avoir une sérieuse addiction à la pornographie depuis plus d'un an. Le pire, c'est qu'il a confessé que c'était un penchant contre lequel il luttait depuis son adolescence. Je n'en avais aucune idée !

Notre mariage en souffre et je ne sais pas comment l'aider. D'ailleurs, je ne suis même pas certaine de vouloir le faire. Bien sûr, je suis désolée pour lui. Comment exercer un ministère efficace auprès des autres avec un tel problème dans notre vie ?

Sincèrement,

Dégoûtée



Chère Dégoutée,

Pour commencer, merci pour votre courage ! Il est très important que vous sachiez que vous n'êtes pas seule dans cette lutte. En fait, selon les plus récentes statistiques de « Covenant Eyes » (Les yeux sous contrat), un programme de responsabilisation par rapport à l'internet, cinquante et un pour cent des pasteurs déclarent que la pornographie sur internet est une réelle tentation. De plus, soixante-quinze pour cent des pasteurs n'ont de compte à rendre à personne en ce qui concerne leur utilisation d'internet.

La pornographie ne vise pas un type de population. Elle les touche toutes, de sorte que, malheureusement, nos époux pasteurs ne sont pas immunisés contre les pièges de cette industrie. On estime qu'en 2017, vingt-cinq milliards de personnes auront accès à du contenu pour adultes par le biais de leurs smartphones ou de leurs tablettes. Nous devons agir maintenant ! Demander de l'aide est un des moyens pour initier une restauration, non seulement pour votre époux et vous-même, mais aussi pour d'autres couples.

La meilleure façon pour enclencher ce processus de guérison est d'avoir un moment de prière quotidien dédié à ce problème spécifique pour vous individuellement, et un autre avec votre époux. Je vous recommande également de prendre contact avec d'autres couples qui ont remporté des victoires sur diverses sortes de tentations dans leur mariage. Par ailleurs, si ce n'est pas encore fait, installez un filtre internet sur tous vos appareils.

Cependant, il est important de garder à l'esprit que vous ne devez en aucune façon devenir le « contrôleur judiciaire » de votre époux. En d'autres termes, surveiller

tous ses faits et gestes, vérifier l'historique de son ordinateur et le mettre constamment sur la sellette, ne sont pas des solutions. Il a été dit que surveiller constamment toutes choses ne révèle jamais la condition intérieure du cœur, mais seulement son expression en apparence. Cependant, vous – qui vouliez de tout cœur être son épouse, selon la volonté de Dieu – êtes son meilleur espoir pour parvenir à un véritable changement.

Ce que vous désirez réellement, c'est un homme transformé, victorieux. Passez des moments de qualité ensemble (ne passez pas votre temps à le réprimander) afin de retrouver le chemin vers une relation complète, dans tous les sens du terme. Encouragez-le à être l'homme selon le cœur de Dieu tout en étudiant et en priant ensemble chaque jour. « Revêtez-vous de toutes les armes de Dieu, afin de pouvoir tenir ferme contre les ruses du diable. Car nous n'avons pas à lutter contre la chair et le sang, mais contre les dominations, contre les autorités, contre les princes de ce monde de ténèbres, contre les esprits méchants dans les lieux célestes. C'est pourquoi, prenez toutes les armes de Dieu, afin de pouvoir résister dans le mauvais jour, et tenir ferme après avoir tout surmonté. » Ephésiens 6:11-13.

Alors même que vous continuez à avancer fidèlement et que vous placez votre confiance en Dieu pour qu'il vous accorde la victoire, le ministère que vous accomplissez ensemble et celui que vous exercez auprès des autres atteindra des sommets inimaginables ! Dieu a un plan. Faites-lui confiance.

Que Dieu vous bénisse,

Abigail

Division de l'Asie-Pacifique Sud

En avril 2016, la fédération de Mindanao Ouest a organisé une retraite à l'intention des couples pastoraux à Coco Beach, Dapitan City, au sud des Philippines. Ils étaient environ quarante-cinq couples à y participer et la coordination fut assurée par Mme. Alicia Guting.



Quarante-cinq couples pastoraux ont participé aux réunions qui se sont tenues à Dapitan City, au sud des Philippines.

L'Union des fédérations du centre des Philippines a organisé en automne 2015, une retraite spirituelle à l'intention des femmes et des épouses de pasteurs, au centre de Convention et de Formation de Romblon situé dans la ville du même nom, aux Philippines. Un des temps forts de cette convention fut l'atelier sur le Ministère de Groupes et celui sur le style de vie saine.



Les participants dans un jeu de rôle portant sur le Ministère de Groupes.



Un groupe pré-désigné préparant des repas équilibrés pour les délégués.



Classes d'aérobic le matin pour réveiller tout le monde.

Division de l'Afrique centrale et orientale

Trente responsables Shepherdess de l'Union du Cameroun se sont rencontrées en mars dans le cadre d'une retraite sur le thème de la prière. Cette retraite qui s'est tenue à Ayos, était axée sur les habitudes de prière des épouses de pasteurs. Elles ont été encouragées à prier pour leurs familles et leurs églises.



Les participantes de la fédération du Ghana Nord et Ouest

L'Union du Nord du Ghana aussi bien que celle du Sud ont tenues leurs retraites biennales en mars. Le thème pour ces deux retraites étaient le même : « Atteindre le monde ». De nombreux sujets d'ordre pratique ont été couverts dont : « Les habitudes de prière d'une épouse de pasteur », « Le ministère d'équipe », et « Equilibre entre tâches ménagères et carrière professionnelle ». Elles étaient presque 200 participantes à venir de l'Union du Nord et 250 à venir de celle du Sud.



Les participantes de la fédération du Ghana Centre.



Les épouses de pasteurs de l'Union des fédérations du Ghana Sud réunies pour apprendre comment « Atteindre le Monde »

Les participantes de la fédération du Ghana à Mountain View



Un groupe de l'Union des fédérations du Ghana Sud chantant des louanges à Dieu.



Les épouses de pasteurs se sont rencontrées au Cameroun dans le cadre d'une retraite sur le thème de la prière.

Les participantes de la fédération du Ghana Centre



PRIER LES UNES POUR LES AUTRES

Si vous avez un sujet de prière particulier ou si vous souhaitez simplement que des amies dans le ministère prient pour vous, écrivez à ministerialspouses@ministerialassociation.org. A votre demande, les sujets de prière peuvent rester confidentiels. En revanche, toutes les promesses divines seront réclamées à votre intention.

Sur notre page Facebook (facebook.com/groups/ministerialspouses), tous les mercredis, vous pouvez accéder à une séance de prière, « Wednesday's Prayer Circle » (« Le cercle de prière du mercredi »).

DANS CE NUMÉRO, vous êtes invitées à prier tout particulièrement pour les femmes de pasteurs de **la division de l'Afrique centrale et orientale**.

Elles sont précieuses pour tous ceux et celles auprès de qui elles exercent un ministère bienveillant. Un jour, nous ferons leur connaissance au ciel et nous réaliserons que nous avons prié pour ces amies si spéciales alors que nous ne les connaissions pas encore !

Le sud du Soudan est en pleine guerre et les habitants souffrent du manque de soins médicaux et de nourriture. Prions pour ce pays et pour tous ceux qui sont touchés de près ou de loin dans ces champs missionnaires. Clement Joseph Arkangelo Mawa, président de cette fédération, écrit ceci : « Merci de

prier pour la paix, les moyens de subsistance et la santé des femmes de pasteurs. »

L'union du Nord-Est du Congo connaît également l'instabilité et la guerre. Mme Antoinette Mwangachuchu, coordinatrice Sheperdess de cette union, a déclaré : « Tout le territoire a besoin de vos prières. Il y a tellement de problèmes : la guerre, l'insécurité, le manque de communication et la liste n'en finit pas. L'œuvre est loin d'être aisée à cause de la situation actuelle de notre pays. Je fais partie de celles qui ont besoin de vos prières. »

L'union des missions du sud de la Tanzanie a besoin de prières, tout particulièrement ces femmes de pasteurs qui exercent un ministère auprès de familles totalement

démunies. En février, un groupe de dix d'entre elles ont parcouru quatre-vingts kilomètres jusqu'au village de Msanga. L'objectif de cette mission était de visiter une famille d'handicapés dont elles avaient entendu parler aux actualités.

Elles ont découvert une famille dans une situation extrêmement difficile – une mère, sa fille et ses deux fils, tous handicapés physiques de naissance. Aucun d'entre eux ne pouvait marcher ou se tenir debout, ils ne se déplaçaient qu'en rampant. Quelque temps auparavant, ils avaient reçu un fauteuil roulant. Chaque matin, la maman allait déposer ses enfants à l'école, l'un après l'autre, et faisait la même chose chaque après-midi

Ce trimestre, intéressons-nous à ces promesses sur la prière :

« Je vous dis encore que, si deux d'entre vous s'accordent sur la terre pour demander une chose quelconque, elle leur sera accordée par mon Père qui est dans les cieux. »
Matthieu 18.19

« Une chaîne de croyants sincères, toujours en prière, devrait encercler le monde. Prions en toute humilité. Quelques voisins pourraient se rencontrer pour invoquer l'Esprit Saint. Que ceux qui ne peuvent quitter leur foyer, réunissent leurs enfants et apprennent à prier ensemble. Ils pourront réclamer cette promesse de notre Sauveur : 'Car là où deux ou trois sont assemblés en mon nom, je suis au milieu d'eux.' » Matthieu 18.20.
In Heavenly Places, p. 93 – Traduction libre



Les femmes de pasteur ont encouragé cet homme handicapé. Elles font appel à vos prières alors qu'elles continuent à lui apporter de la nourriture et lui fournir un abri.



Avec beaucoup de compassion, les femmes de pasteur écoutent l'histoire de cette mère handicapée qui explique les défis quotidiens que doit relever sa famille.



Ces deux petits garçons doivent se rendre à l'école, ce qui leur est impossible à cause de leur handicap physique. Personne ne peut les aider. Les femmes de pasteur leur ont donné de l'espoir et ont secouru la famille.

pour les récupérer. C'était une tâche pourtant éprouvante pour elle. Par ailleurs, faute de maintenance, le fauteuil roulant finit par s'abîmer avec le temps, et il ne put être réparé faute d'argent. Les enfants ont donc cessé d'aller à l'école.

Les femmes de pasteurs ont également rencontré dans ce même village, un homme handicapé lui aussi, vivant seul sous une tente de fortune. Il n'avait aucun parent et devait supporter les fortes chaleurs, les vents et l'humidité durant la saison des pluies. Elles ont été émues de compassion et

ont distribué de la nourriture à ces deux familles. Elles ont également construit un abri constitué de deux chambres, et ont permis que les enfants reprennent l'école. Elles vous demandent de prier pour elles alors qu'elles veulent faire la différence grâce à leur ministère auprès de ces familles.

L'union de l'Est du Kenya vient tout juste de vivre la perte tragique de la coordinatrice Shepherdess de la fédération de Nyamira, Joyce Nyapara Nyakengo. A peine une semaine après avoir assisté à une

réunion consultative, pleine d'idées en tête pour relever les défis qui l'attendaient, elle est entrée en collision avec une autre moto alors qu'elle se rendait au travail. Elle a été éjectée sur la chaussée puis écrasée par un camion qui passait au même moment. Priez pour son époux, Richard Momanyi Nyakengo, qui est le secrétaire de cette fédération, mais également pour ses enfants, Renah Nyaboke Momanyi, Joshua Momanyi Bosire, Rebecca Mwango Momanyi, Naomi Barongo Momanyi, et Prudence Bosibori Momanyi.

J

“Everyone a Sower.”

—Ted N.C. Wilson



**TOTAL
MEMBER
INVOLVEMENT**

Visit www.tmi/adventist.org

What is Total Member Involvement?

Total Member Involvement is a global initiative that empowers every Adventist to become an active disciple for Christ. It engages everyone, everywhere in evangelism and witness, using every potential means to hasten the coming of Jesus.

What is Happening Already?

- ▶ **Globally Coordinated Mission Trips:** Rwanda 2016, Romania 2017, Japan 2018, Papua New Guinea 2019, Indianapolis 2020.
- ▶ **Locally Coordinated Sabbath TMI Time:** Implementing TMI In Reach, TMI Out Reach, and TMI Up Reach!
- ▶ **Comprehensive Health Ministries:** Volunteers are experiencing the thrill of working with Pathways to Health and other health expo outreach events.
- ▶ **Spirit-Filled Awakening to Active Involvement:** From ADRA to local Community Service events, and from children's to senior ministries, God's last day people are sensing a revival to take the Great Commission to the next level!

What Can I do?

1. **Everyone can do something!**
2. **Get involved** in Sabbath school care groups or church outreach.
3. **Support** Adventist World Radio, Hope TV, the Voice of Prophecy, or other Bible schools, so their work can continue over the airwaves.
4. **Support and pray** for Adventist Mission and indigenous workers in unentered areas.
5. **Participate** in local and institutional health outreach events, such as health expos, or Pathways to Health events.
6. **Volunteer** with a local Community Service event or ADRA project.
7. **Organize** a health seminar, small group, Bible study, or evangelistic series in your home using the New Beginnings DVD.
8. **Help** with children's youth, or Pathfinder community service projects.
9. **Volunteer** with evangelistic events or Prophecy Seminars.
10. **Befriend** new members and disciple them.
11. **Pray like never before** for the advancement of the Gospel in hard-to-reach areas of the world. Pray that God will reveal ways that you can personally work in His vineyard.