

LE RESSOURCES POUR FEMMES DE PASTEURS JOURNAL

Vol. 36 | Troisième Numéro 2019



Priez



SUR LA COUVERTURE

Une relation avec Jésus est le fondement de tous nos actes et de toutes croyances. Mais comment approfondir cette relation dans notre vie si trépidante ? Dans ce numéro, vous lirez plusieurs auteurs qui partageront leurs « secrets » pour une relation plus forte avec le Seigneur.

ARTICLES

- 04 DE LA TIÉDEUR SPIRITUELLE À UNE VIE DIRIGÉE PAR L'ESPRIT-SAINT**
La différence est une question d'huile dans notre lampe
Colin Hone
- 10 HUIT RENDEZ-VOUS DE PRIÈRE INNOVANTS**
De nouvelles idées pour établir le contact
Heather Krick
- 13 C'EST ÇA L'AMOUR !**
Il nous pousse à rester en contact
Don Jacobsen
- 16 LA PRIÈRE ET LE JEÛNE POURRAIENT SAUVER VOTRE MARIAGE**
Du désespoir à la restauration
Raluca Ril
- 20 UNE RAISON POUR JEÛNER**
Dieu connaît notre vraie motivation
Hyveth Williams
- 22 SE DÉLECTER DE SA PAROLE**
Cela peut changer votre vie
Nina Atcheson

RUBRIQUES

- 03 ÉDITORIAL**
Combien de temps priez-vous avant d'obtenir une réponse ?
- 07 CITATIONS SPÉCIALES**
- 08 SOYONS PRATIQUES !**
Père, pardonne-leur
- 09 ASTUCES POUR S'ÉPANOUIR**
- 14 STYLE DE VIE**
Un stress joyeux
- 18 AFFAIRES DE FAMILLE**
De « supers » grand-parents
- 25 ENFANTS**
Jésus et moi !
- 29 CHÈRE DEBORAH**
Prête à prier
- 30 NOUVELLES D'AILLEURS**

SOURCES BIBLIQUES :
Sauf mention contraire, les citations bibliques sont empruntées à la Bible Louis Segond (LSG), © 1910, Alliance Biblique Universelle.

COORDINATRICES DES DIVISIONS : MINISTÈRE AUPRÈS DES FEMMES DE PASTEUR ET DE LA 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
Asie-Pacifique Sud : Helen Gulfan
transeuropéenne : Patrick Johnson
Afrique centrale et occidentale : Sarah Opoku-Boatang

PHOTOS :
www.dreamstime.com,
www.freepik.com
unsplash.com



Le Journal : Ressources pour femmes de pasteurs est une publication trimestrielle de Shepherdess International, une entité de l'Association pastorale de la Conférence générale des églises adventistes du 7^e jour.

BUREAU DE LA RÉDACTION :

12501 Old Columbia Pike
Silver Spring, MD 20904-6600
Téléphone : 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
Révision : Valérie Mooroven
Traduction : Wenda Mourande

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

COMBIEN DE TEMPS PRIEZ-VOUS AVANT D'OBTENIR UNE RÉPONSE ?

VOUS-ÊTES VOUS DÉJÀ DEMANDÉ pendant combien de temps vous devez prier avant d'obtenir une réponse ? Je me le suis demandée — plusieurs fois !

Voilà une chose que j'ai apprise : Si je n'ai pas l'assurance que je peux m'arrêter de prier, alors je dois continuer à le faire jusqu'à ce que je sois rassurée.

C'était le premier sabbat du camp-meeting. L'équipe de prière s'était réunie avant que les rencontres ne débutent. Nous avons prié pour que les gens reçoivent la bénédiction divine, pour que le Saint-Esprit œuvre dans nos vies, pour que le programme se déroule sans incident et pour que les équipements de la technique fonctionnent correctement.

Nous venions tout juste de terminer quand un pasteur a brusquement ouvert la porte. « Ne cessez pas de prier ! » a-t-il déclaré. « Vous devez prier pour la cabine de l'audiovisuel. Tous les équipements sont neufs et nous ne parvenons pas à nous connecter au satellite. Il est presque l'heure de passer en direct. Les membres d'église de toute la fédération doivent être en train d'attendre le service d'adoration. »

Nous avons repris les prières suppliant Dieu d'établir la connexion au satellite. Au bout de 15 minutes, un de nos partenaires de prière a dit : « Je pense que nous avons suffisamment prié. Je dois vérifier si mes amis sont déjà arrivés. »

Au fil des années, j'ai remarqué que les gens qui prient sont aussi ceux qui témoignent et qui invitent des amis au camp-meeting.

Tout le monde s'est mis debout, prêt à quitter les lieux. Je continuais à prier silencieusement. « Seigneur, en avons-nous fini ? Devrions-nous continuer à prier ? » Je n'étais pas certaine qu'il fallait mettre fin à notre session de prière. Alors j'ai dit : « Si ce problème trouble encore quelqu'un, s'il-vous-plaît restez si vous le

« Persévérez dans la prière, veillez-y avec actions de grâces. »

Colossiens 4:2, LSG

pouvez et continuez à prier avec moi. »

Quatre d'entre nous ont poursuivi. Cette fois, nous avons demandé à Dieu comment il souhaitait nous voir prier. Nous avons eu le sentiment qu'il nous demandait de passer plus de temps à le louer et à le remercier. Nous avons interrompu nos requêtes et avons commencé à louer Dieu, le remerciant pour la façon dont il nous avait accompagnés durant les camps-meetings précédents, tout en le louant pour les personnes qui avaient été converties.

Un jeune homme a remercié Dieu parce qu'il l'avait utilisé en réponse à la prière de quelqu'un, lors d'un camp meeting précédent. Tôt, un dimanche matin, un jour après la clôture du camp meeting, Dieu l'avait réveillé. Alors qu'il marchait autour du camp, ce jeune homme avait demandé à Dieu : « Pourquoi m'as-tu réveillé si tôt ? Que veux-tu que je fasse ? » Alors qu'il passait à côté de la cabine de l'audiovisuel, il a entendu des voix. Il est entré !

« Qu'est-ce qui ne va pas ? » a-t-il demandé.

« Notre imprimante est en panne d'encre et nous avons des centaines d'étiquettes à imprimer pour les copies de sermons que les gens ont commandés. Et d'autres voudront aussi en acheter avant de rentrer chez eux. »

Regardant l'imprimante, le jeune homme a dit : « Je pense que mon imprimante utilise le même type de cartouche. » Il s'est précipité au lieu où il logeait et a récupéré la cartouche. L'imprimante fonctionnait de nouveau !

À présent que nous étions quatre à encore prier, nous avons remercié Dieu pour son timing parfait lors de ce camp meeting. Nous avons aussi prié pour qu'il envoie quelqu'un à la cabine de l'audiovisuel afin de régler le problème de connexion.

Alors que nous étions en prière, un homme du groupe s'est senti poussé à se rendre à la cabine de l'audiovisuel. Il ne comprenait pas pourquoi il avait ce sentiment alors il a tenté de ne pas y prêter attention pendant les 15 minutes suivantes. « Les gens vont penser que je suis fou, » s'est-il dit.

Mais Dieu ne le laissait pas tranquille. Il a dit à sa femme : « Je dois me rendre à la cabine de l'audiovisuel. » Elle lui a demandé pourquoi. « Je ne sais pas. » Lui répondit-il.

Mal à l'aise, il a frappé à la porte de la cabine. « Qu'est-ce que voulez ? » lui cria quelqu'un. Il a ouvert la porte et a dit : « Je m'y connais un peu dans ce genre d'équipements. Avez-vous besoin d'aide ? » « Oui, nous en avons bien besoin ! » En moins de 5 minutes, le problème fut résolu.

Je pourrais raconter encore tant d'autres histoires où il est question de persévérance dans la prière, jusqu'à ce que l'on se sente en paix au sujet du problème. Je me suis rendue compte qu'il était important de demander à Dieu *comment* nous devrions prier. Je lui demande de m'indiquer les promesses bibliques dont je dois me réclamer, soit pour une situation ou pour la vie de la personne pour laquelle je prie.

Dans ce numéro, vous allez trouver plusieurs articles avec des idées innovantes pour prier et expérimenter Dieu. Puissiez-vous être bénies !

Janet Page est secrétaire associée de l'Association pastorale et du ministère pour les femmes de pasteurs, de la famille et de la prière.

7



DE LA TIÉDEUR SPIRITUELLE À UNE VIE DIRIGÉE PAR *l'Esprit-Saint*

IL Y A 24 ANS DE CELA, j'étais assis dans mon bureau situé dans la rue St Kilda, à Melbourne, en Australie, ne possédant en tout et pout tout qu'un dollar ! Toute ma vie, j'avais tenté de trouver du sens et un but à ma vie, m'essayant à plusieurs religions, dénominations et styles de vie. Cette nuit, j'ai lancé un appel de détresse à Dieu, le suppliant avec larmes de se révéler à moi et de me montrer où était sa véritable Église. Deux semaines plus tard, alors que je marchais sur Bondi Beach à Sydney, quelques jeunes m'ont offert un livre sur les prophéties de Daniel et de l'Apocalypse et les prédictions sur les royaumes de ce monde jusqu'à la fin des temps. Ce que je lisais m'a donné à réfléchir et finalement, j'ai été amené à recevoir des études bibliques d'un pasteur adventiste local, à Victoria. Je fus bientôt convaincu de la véracité de ce que j'apprenais, et six mois plus tard, je me faisais baptiser.

Je me suis joint à une église adventiste locale qui était tiède, c'est le moins qu'on puisse dire. Chaque semaine, je m'asseyais dans les bancs, je payais ma dîme quand cela me convenait et j'étudiais même ma leçon de l'École du sabbat de temps en temps. Je remportais très peu de victoires sur les péchés qui jalonnaient ma vie. Je priais et parfois je lisais ma Bible, mais je n'avais jamais conduit quiconque à Jésus en 12 ans. Je pensais que tout allait bien parce que j'appartenais à l'Église du reste. Ce que je n'avais pas réalisé, c'est que j'étais à Laodicée.

PRIER POUR L'ESPRIT-SAINT

Il a fallu une nouvelle crise pour que Dieu aie mon attention. J'ai quitté l'Église pendant environ une année, mais je savais dans mon cœur que l'Église adventiste était l'Église des derniers jours, comme présentée dans la prophétie. Je recommençais à assister au service et quelque chose d'extraordinaire s'est produit. Sans grand enthousiasme, j'ai assisté à un weekend de réveil où l'accent était mis sur notre besoin du Saint-Esprit. Par le passé, je n'avais pas entendu beaucoup de prédications

« Et moi, je prierai le Père, et il vous donnera un autre consolateur, afin qu'il demeure éternellement avec vous. »

Jean 14:16

sur le Saint-Esprit, hormis les dangers de la contrefaçon. L'invité de ce weekend, le pasteur Dennis Smith, des États-Unis, nous encourageait vivement à étudier tout ce qui se rattachait à ce don merveilleux pour lequel Jésus avait adressé une demande à son Père, en Jean 14:16.

J'ai entrepris la lecture du livre sur 40 jours de méditations du pasteur Smith qui me poussait à prier quotidiennement pour l'obtention du Saint-Esprit. Initialement, je pensais que je l'avais reçu, une bonne fois pour toutes, le jour de mon baptême. Cependant, à mesure que je lisais le livre des Actes et aussi Ephésiens 5:18, où Paul nous ordonne d'être remplis du Saint-Esprit, ma compréhension s'élargissait.

Dès cet instant, tout a changé pour moi. Mon désir de prier s'intensifiait, ainsi que mon désir de lire la Parole de Dieu et les écrits d'Ellen White, un désir encore plus grand de témoigner et de mener des gens à Jésus, et même le désir de partager ce que j'avais appris. Le Saint-Esprit plaçait également un nouveau désir dans mon cœur, celui de changer de style de vie. Et comme l'avait promis Jésus, il a commencé à m'aider à

remporter des victoires sur les péchés qui encombraient encore ma vie. Je pouvais comprendre Paul quand il disait : « chaque jour je suis exposé à la mort » (1 Corinthiens 15:31).

Je me souviens d'un de mes amis qui disait que Satan pouvait contrefaire les dons du Saint-Esprit mais non son fruit (Galates 5:22,23 ; Ephésiens 5:9). Je suis convaincu qu'en tant qu'adventistes, nous devrions nous focaliser sur l'obtention quotidienne du vrai baptême du Saint-Esprit de Christ. Quand nous faisons cela, le fruit de l'Esprit qui est amour, joie, paix, patience, justice, bonté et ainsi de suite, sera apparent dans la vie du peuple de Dieu et de l'Église.

SE PRÉPARER POUR L'AVENIR

Cela fait plus de 150 ans que les adventistes prêchent sur la nécessité de la pluie de l'arrière saison du Saint-Esprit afin de partager puissamment l'évangile éternel du message des trois anges. Mais la Bible et l'Esprit de prophétie nous déclarent clairement qu'à moins d'être transformés en la même image que Jésus grâce à la pluie de la première saison de l'Esprit-Saint qui est à notre disposition depuis la Pentecôte, la pluie de l'arrière saison ne tombera pas et beaucoup d'entre nous ne pourront en profiter.

Le dernier message a été donné aux adventistes du septième jour pour qu'ils l'annoncent au monde entier, et nous voulons tous aller chez nous, au ciel. Cependant, nous avons une œuvre à accomplir.

PROMESSES À RÉCLAMER POUR RECEVOIR LE SAINT-ESPRIT

Luc 11:13 : « Si donc, méchants comme vous l'êtes, vous savez donner de bonnes choses à vos enfants, à combien plus forte raison le Père céleste donnera-t-il le Saint-Esprit à ceux qui le lui demandent! »

Actes 5:32 : « Nous sommes témoins de ces choses, de même que le Saint-Esprit, que Dieu a donné à ceux qui lui obéissent. »

Jean 7:37 : « Si quelqu'un a soif, qu'il vienne à moi, et qu'il boive. »

Jean 7:38,39 : « Celui qui croit en moi, des fleuves d'eau vive couleront de son sein, comme dit l'Écriture. Il dit cela de l'Esprit que devaient recevoir ceux qui croiraient en lui. »

Galates 5:16 : « Je dis donc: Marchez selon l'Esprit, et vous n'accomplirez pas les désirs de la chair. »

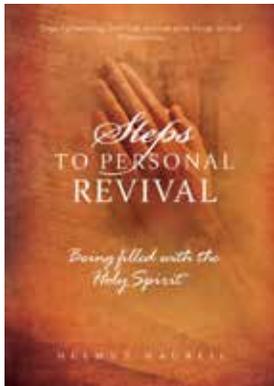
Éphésiens 3:16,17,19 : « Afin qu'il vous donne, selon la richesse de sa gloire, d'être puissamment fortifiés par son Esprit dans l'homme intérieur, en sorte que Christ habite dans vos cœurs par

la foi; afin qu'étant enracinés et fondés dans l'amour,... vous soyez remplis jusqu'à toute la plénitude de Dieu. »

Ephésiens 5:18 : « Soyez, au contraire, remplis de l'Esprit. » ou « laissez-vous continuellement et de façon répétée être rempli de nouveau par l'Esprit. » (Johannes Mager, *Auf den Spuren des Heiligen Geistes*, Lüneburg, 1999, Seite, page 101)

Actes 1:8 : « Mais vous recevrez une puissance, le Saint-Esprit survenant sur vous, et vous serez mes témoins. »

De la tiédeur spirituelle à une vie dirigée par l'Esprit-Saint



Note de l'éditeur : Pour poursuivre l'étude sur « Être rempli de l'Esprit-Saint », vous pouvez télécharger gratuitement **Pas à pas vers un réveil spirituel** sur <https://steps-to-personal-revival.info/>.

À l'instar des premiers disciples, nous avons besoin de la puissance du Saint-Esprit afin de pouvoir témoigner et terminer cette œuvre : « Mais vous recevrez une puissance, le Saint-Esprit survenant sur vous, et vous serez mes témoins... » (Actes 1:8). Je suis toujours étonné quand je lis ce que Jésus dit dans Jean 14:12, que nous accomplirons la même œuvre que lui. Il explique ensuite que son père et lui seront en nous grâce à l'Esprit-Saint et que nous pourrions alors accomplir la même œuvre que lui.

Je suis convaincu que Dieu est, à présent, en train de nous préparer à recevoir le vrai baptême quotidien de la pluie de la première saison du Saint-Esprit qui est, « Christ en vous, l'espérance de la gloire » (Colossiens 1:27), afin de nous préparer pour la pluie de l'arrière saison et la moisson. Nous avons le choix : nous pouvons soit être comme les vierges sages de Matthieu 25 qui avaient prévu plus d'huile pour leur lampe, soit comme les vierges folles qui n'ont pas pu jouir de cette bénédiction par crainte d'être dupées par des activités spirituelles contrefaites par Satan ou par leur attitude laodicéenne qui consiste à

dire : « Je n'ai besoin de rien. » Nous devons faire confiance à l'Esprit-Saint de Dieu et à sa Parole pour nous guider dans la vérité de l'action du Saint-Esprit.

Cela fait sept ans maintenant que je prie chaque jour pour les promesses contenues dans la Parole de Dieu et depuis tout a changé !

Téléchargez gratuitement *Baptism of the Holy Spirit: A 10 day Devotional Study* de Dennis Smith sur <http://youth.adventist.org/books>.

Colin Hone a représenté les Ministères du Saint-Esprit au cours de ces dix dernières années, prêchant au sein de nombreuses fédérations dans le monde sur le réveil et la réforme. Colin a aussi été le coordinateur de prière pour la Fédération Nord de Nouvelle Galles du Sud, en Australie, de 2016 à 2018. Actuellement, il plante une nouvelle église sur la Côte Centrale dans le nord de Nouvelles Galles du Sud, en Australie, avec une équipe de jeunes adultes de l'équipe OYIM (One Year In Mission/Une année en mission). Cet article a paru pour la première fois dans le numéro d'Adventist Record du 9 août 2016.



Citations spéciales

Il n'y a pas lieu de craindre que le Seigneur reste sourd aux prières de ses enfants; il faut plutôt redouter que ceux-ci, dans la tentation et l'épreuve, ne se laissent aller au découragement et ne manquent de persévérance dans la prière.

Les Parables de Jésus, p.125

Humbles et contrits, nous sommes dans les conditions voulues pour que le Seigneur se manifeste à notre âme. Il aime que nous parlions des bénédictions qu'il a répandues sur nous. Il est disposé à nous en donner de plus grandes encore.

Le Ministère de la Guérison, p. 444

Après avoir demandé au Seigneur de vous venir en aide, ayez confiance en lui, et croyez qu'il vous exaucera. Toute sagesse et toute puissance sont à notre disposition. Il suffit de les demander.

Le Ministère de la Guérison, p. 444

En priant pour les malades, ce n'est pas un signe d'incrédulité de continuer à dire, "Si c'est pour ta gloire d'agir ainsi en notre faveur, nous te louerons et nous magnifierons ton saint nom."

Traduction libre de *Upward Look*, p. 375

En priant pour les malades, il est essentiel de faire preuve de foi; car ceci est en accord avec la parole de Dieu. "La prière fervente du juste a une grande efficacité." Jacques 5:16.

Ainsi, nous ne pouvons négliger de prier pour les malades et nous devrions nous sentir attristés si nous ne pouvions avoir le privilège de nous approcher de Dieu, pour déposer à ses pieds nos faiblesses, nos infirmités; pour parler à notre Sauveur compatissant de toutes ces choses, croyant qu'il entend nos pétitions. Parfois nos prières sont exaucées immédiatement; parfois nous devons faire preuve de patience et continuer à intercéder pour ce dont nous avons besoin, à l'instar de celui qui importunait pour recevoir du pain. "Si l'un de vous a un ami, et qu'il aille le trouver au milieu de la nuit..." etc. Cette leçon a une plus grande signification que nous ne l'imaginons. Nous devons continuer à demander, même si nous ne percevons pas de réponse immédiate à nos prières. "Et moi, je vous dis: Demandez, et l'on vous donnera; cherchez, et vous trouverez; frappez, et l'on vous ouvrira.." Luc 11:9.

Traduction libre de *Prayer*, p. 234

Nous aussi, nous devons consacrer certaines heures à la prière et à la méditation afin d'éprouver un rafraîchissement spirituel. Nous

n'apprécions pas suffisamment la puissance et l'efficacité de la prière.

Le Ministère de la Guérison, p. 440

La prière et la foi peuvent faire ce qu'aucune puissance humaine ne saurait accomplir.

Le Ministère de la Guérison, p. 440

"Et il aime à recevoir d'eux les requêtes les plus importantes pour que son nom soit glorifié. Ils peuvent s'attendre à de grandes choses s'ils ont confiance en ses promesses"

Jésus-Christ, p. 622

Rien n'est refusé à l'âme qui sent ses besoins; elle a un libre accès auprès de celui qui possède toute plénitude.

Jésus-Christ, p. 266

Les plus grandes victoires remportées par l'Église de Jésus-Christ ou individuellement par le chrétien ne sont pas dues au talent, à l'éducation, à la richesse ou à la faveur des hommes. Ce sont celles que l'on obtient dans la prière solitaire, face à face avec Dieu, par une foi fervente et inflexible qui se cramponne, éperdue, à la puissance du Très-Haut..

Patriarches et Prophètes, p. 170



PÈRE, PARDONNE-LEUR

EN ÉTUDIANT LE LIVRE DE JOB, j'ai été intriguée par ce verset : « Et quand les jours de festin étaient passés, Job appelait et sanctifiait ses fils, puis il se levait de bon matin et offrait pour chacun d'eux un holocauste; car Job disait: Peut-être mes fils ont-ils péché et ont-ils offensé Dieu dans leur cœur. C'est ainsi que Job avait coutume d'agir (Job 1:5). »

À quand remonte la dernière fois où vous avez demandé à Dieu de pardonner quelqu'un d'autre ?

- Lui avez-vous demandé d'épargner une punition à ceux qui la méritaient pourtant, de leur pardonner et de les racheter ?
- Lui avez-vous, en quelque sorte, offert un holocauste en leur faveur ? Avez-vous plaidé pour les péchés des autres ?
- Avez-vous intercédé pour quelqu'un qui ne sait même pas que vous plaidez son cas devant Dieu ?

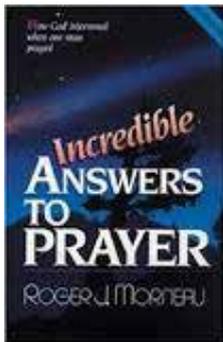
Est-il possible qu'un tel exercice ait une valeur tant pour la personne pour laquelle vous intercédez que pour vous-même ?

Alors que Jésus meurt sur la croix, il fait une déclaration extraordinaire d'intercession et de pardon pour les péchés de ses bourreaux : « Père, pardonne-leur, car ils ne savent ce qu'ils font. » Extraordinaire ! Il choisit de pardonner ceux qui n'ont même pas demandé à être pardonnés ! La plaidoirie de Jésus ne concerne pas seulement ses bourreaux, mais aussi les péchés de tous ceux qui, par leurs transgressions, ont cloué Jésus sur le bois.

Récemment, j'ai eu à cœur de plaider auprès de Dieu, tel Job, non seulement pour mes péchés, mais aussi pour ceux d'un enfant, d'un conjoint, d'un frère, d'une sœur, même pour ceux qui semblaient n'éprouver aucun remord ou aucun désir de marcher avec Dieu. Certaines de ces personnes pourraient rire avec mépris ou même se fâcher d'être l'objet de prières d'intercessions auprès de Dieu.

Les Écritures me convainquent que la prière d'un pécheur en faveur d'un autre est un don puissant et efficace offert par Dieu, un don que j'ai négligé d'exercer régulièrement.

Récemment, un de mes partenaires de prière a partagé ceci avec moi : « Je nettoiais un long parterre de fleurs le long de notre clôture. Les mauvaises herbes, ainsi qu'une petite vigne dont la base était si fragile, si jolie, tellement inoffensive mais qui était pourtant parvenue à grandir,



Note de l'éditeur :
Incredible Answers to Prayer de Roger J. Morneau, est un livre puissant sur la prière.

Votre foi en action ne sera pas vaine.

à s'enrouler, à attaquer et à étrangler les fleurs, avaient tout envahi. Alors que je déshermais, ce parterre de fleurs est devenu l'autel sur lequel je confessais les péchés de mes enfants. À chaque effort pour arracher les mauvaises herbes et cette vigne, j'invoquais Dieu. La terre qui se logeait sous mes ongles

et qui recouvrait mes mains et mes genoux, me semblait tout à fait à propos. Ensuite, ma récompense fut un parterre et une clôture à l'aspect net et soigné... avec des plantes vivantes que rien n'étranglait. »

Job n'est pas le seul qui ait intercédé en faveur des autres. De nombreux prophètes de l'Ancien Testament ont plaidé avec Dieu en faveur de personnes qui ne demandaient même pas grâce. En parcourant les Écritures, nous pouvons voir se profiler un modèle : un problème impossible surgit, souvent provoqué par les péchés d'une personne ou d'une nation, et survient un des leaders de Dieu qui lui adresse une prière d'intercession afin d'obtenir pardon et restauration. Merveille des merveilles, Dieu exauce ces prières avec une grâce abondante !

Dieu vous inspire-t-il le nom de quelqu'un pour qui vous pouvez plaider ? Il pourrait s'agir de quelqu'un de votre famille, d'un membre d'Église ou d'un collègue, voire d'une nation. Votre foi en action ne sera pas vaine. Dieu entend et est touché par les cœurs empreints d'humilité. 7

Malinda Haley est femme de pasteur, mère de trois enfants adultes et infirmière en soin maternel et infantile, et surtout l'humble servante de Dieu. Elle vit à Nashville, dans le Tennessee, avec son mari, Steve, président de la fédération Kentucky-Tennessee.

ASTUCES POUR SURVIVRE

S'ÉPANOUIR

Avez-vous déjà entendu quelqu'un dire : « Je lis ma Bible tous les jours mais je ne prie pas beaucoup. Je sais que je devrais prier davantage. » Peut-être que la lecture de la Bible peut réellement conduire à la prière. Avez-vous déjà prié pour tout ce que vous aviez sur le cœur puis déclaré : « Je veux t'entendre Seigneur, j'attends, j'attends, » mais vous n'entendez rien ?

La prière est une conversation avec le Seigneur, un moment où nous nous adressons à lui et où nous l'entendons nous parler. La Bible est la Parole de Dieu, aussi sa voix nous parvient à travers sa parole écrite. Les mots sont un des plus importants moyens de communication.

Alors, avant de commencer à lire notre Bible, nous pouvons demander au Seigneur de nous montrer sur quoi il voudrait s'entretenir avec nous. Quand nous nous arrêtons sur un verset particulier, nous pourrions nous exclamer : « Oh Seigneur, j'aime ce verset ! Merci de me le révéler ! » Dieu vient de s'adresser à nous par la lecture de sa parole. Nous pouvons alors lui répondre en méditant sur le verset et en lui partageant nos pensées. Il pourrait même nous révéler davantage alors que nous continuons à méditer.

En poursuivant notre lecture, nous pourrions même trouver un autre passage à travers lequel Dieu s'adresse à nous. Cette fois nous pourrions dire : « Oh, Seigneur, ce verset fait allusion à moi ! C'est un des péchés qui m'accable. S'il-te-plaît, aide-moi à m'en débarrasser. Je veux abandonner ce péché. » Nous pouvons alors nous représenter Jésus au ciel intercédant en notre faveur et nous offrant son aide. En poursuivant notre lecture, nous pourrions trouver de l'aide pour surmonter cette faiblesse ou du réconfort parce que nous savons qu'il comprend et qu'il nous offre son pardon, son aide et son amour.

Nous pouvons aussi demander à Dieu de nous aider à nous rappeler, durant toute la journée, notre expérience sur la prière du matin, et nous pouvons méditer sur notre conversation avec lui tout en travaillant. Il peut continuellement alimenter nos pensées sur le sujet. Dieu désire ardemment converser avec nous ! Il veut être notre ami et les paroles contenues dans la Bible sont des paroles personnelles qu'il nous adresse directement ! 7

Evelyn Griffin est femme de pasteur retraité. Elle et son mari ont quatre enfants et quatorze petits-enfants.



HUIT RENDEZ-VOUS DE PRIÈRE INNOVANTS

DE NOUVELLES IDÉES POUR ÉTABLIR LE CONTACT

L'APRÈS-MIDI TOUCHAIT À SA FIN, la soirée commençait à peine lorsque trois étudiantes de l'université, détendues, et leurs tendres moitiés, se dirigeaient vers un coteau faisant face au coucher du soleil imminent. C'était le début d'un rendez-vous soigneusement orchestré.

Jouant allègrement son rôle de serveur de restaurant, un ami, sa serviette sur le bras, attendait caché derrière un buisson tout proche. Il était prêt à entrer en scène, au moment approprié, chargé d'un élégant plateau contenant un jus de raisin de qualité et des verres, pour le double trio. Puis le groupe s'est dirigé vers une maison toute proche où les invités qui bavardaient savouraient un plat de pâtes délicieuses servi sur une table décorée avec soin. Les détails sur le dessert ont été oubliés mais les souvenirs créés durant cette soirée sont encore vivaces.

Les expériences nouvelles que l'on partage ont tendance à nous rapprocher ; de même, de

simples stratégies pour notre temps de prière personnelle peuvent éveiller des moments pleins d'excitation qui nous lieront d'affection avec notre Dieu Tout-Puissant.

D'un cœur débordant d'amour, Dieu poursuit inlassablement, délibérément, chaque individu sur notre planète. Néanmoins, il aspire à passer un moment, seul, avec vous et moi. Dieu fait cette promesse : « Approchez-vous de Dieu, et il s'approchera de vous. » (Jacques 4:8).

CONVERSER AVEC DIEU

Jeune adulte célibataire, alors que je servais à l'étranger, j'avais parfois la nostalgie de la maison et de la famille. Lorsque je marchais près de la mer, j'avais pour habitude de parler à voix haute à Dieu, d'une voix désespérée étouffée par le bruit des vagues qui s'écrasaient sur la plage. Dieu devenait si réel pour moi. Depuis, mon émerveillement devant l'évidence d'une conversation réelle avec Dieu n'a pas diminué.

« Rien ne dispose mieux à la santé du corps et de l'âme qu'un esprit de reconnaissance et de louange. »

White, Le Ministère de la guérison, p. 216

Voici quelques idées, faciles à mettre en pratique, qui ont été des catalyseurs pour venir en présence de Jésus, encore et encore.

1. Sortez. George Mueller, connu pour avoir pris soin des besoins de milliers d'orphelins, uniquement par la prière et la foi, a confessé que son esprit vagabondait souvent quand il priait. Un jour, il s'est rendu à l'extérieur alors qu'il lisait et priait, et tout a changé. Dans son livre, *Soul Nourishment First*, il écrit : « J'ai également combiné le fait d'être à l'extérieur pendant une heure... pendant deux heures avant le petit-déjeuner, je parcourais les champs. ... Je trouve que le fait de marcher avant le petit-déjeuner est très bénéfique à ma santé et la méditation. »

Un prédicateur très connu relate l'histoire d'un jeune homme qui luttait pour rester concentré durant la prière. Voilà à peu près ce que sa prière disait : « Seigneur, bénis tante Mary, Mary, Mary, marie . . . Seigneur, avec qui dois-je me marier ? » Cela vous parle ? Ellen White écrit : « Prenons l'habitude d'élever souvent nos pensées à Dieu par la prière. Si la pensée divague, il faut la ramener en arrière; des efforts persévérants rendront la chose facile. » (*Messages à la Jeunesse*, p. 111).

Personnellement, je trouve qu'il y a moins de distractions quand je suis dans la nature et je perçois plus aisément la voix de Dieu. Bien entendu, Jésus est notre exemple pour ce qui est de communier avec Dieu, seul, dans la nature : « Vers le matin, pendant qu'il faisait encore très sombre, il se leva, et sortit pour aller dans un lieu désert, où il pria. » (Marc 1:35).



2. Louez. Le meilleur programme en dix étapes est de commencer par faire dix pas hors de votre maison, alors vous serez assez loin pour entamer une marche agréable et trop loin pour songer à rebrousser chemin. C'est la même chose quand il s'agit de louer Dieu. Surtout lorsque vous n'avez pas envie de le faire, commencez par noter ou par énumérer à voix haute au moins dix raisons pour lesquelles vous êtes reconnaissante. Ou dressez une liste de noms ou d'attributs de Dieu, comme par exemple, Roi des rois, Berger, Père ou Ami. Considérez de quelle façon il est votre roi, berger, père ou ami, dans la situation à laquelle vous êtes actuellement confrontée. Selon une étude menée en 2012, les personnes reconnaissantes ressentent moins de douleurs et se disent en meilleure santé que d'autres.¹ « Rien ne dispose mieux à la santé du corps et de l'âme qu'un esprit de reconnaissance et de louange. » (White, *Le Ministère de la guérison*, p. 216).

3. Essayez un nouveau modèle de prière. Souvent, cela peut s'avérer utile d'utiliser une progression de prière organisée. La prière ACTS est populaire : Adoration, Confession, Thanksgiving [Remerciement], et Supplication. Un livre intitulé *The Hour That Changes the World* de Dick Eastman, a révolutionné mon temps passé seul avec Jésus, grâce à ses douze étapes de prière et les versets qui y étaient rattachés pour la méditation. Vous pouvez passer une minute sur chaque étape et prier pendant douze minutes, ou cinq minutes sur chaque étape et prier pendant une heure. Dans l'ordre, les étapes sont Louanges, Attente, Confession, Lecture des Écritures, Observation, Intercession, Pétitions, Remerciements, Chants, Méditation, Écoute et Louanges.² J'ai ces éléments connectés sous forme de chaîne, d'un texte à l'autre dans ma Bible. Honnêtement, quand je commence, je suis tellement captivée par les premières étapes que j'arrive très rarement à les couvrir toutes !

4. Chantez. Que vous vous soyez levée du mauvais pied ou non, chantez ! « Le chant est une arme dont on peut toujours se servir contre le découragement » (White, *Le Ministère de la Guérison*, p. 218). Aujourd'hui, j'ai traîné au piano, j'ai loué Dieu, et j'ai confessé mes péchés à Jésus grâce à des chants familiaux. À la fin, mon cœur était plus léger et apaisé. Même si vous ne « savez pas chanter », vous pouvez peut-être jouer d'un instrument ou écouter un chant tout en le fredonnant lors de vos trajets. Beaucoup de chants sont aussi des prières.

5. Créez. À l'instar du psalmiste ou de Marie alors qu'elle attendait la naissance de Jésus, ou Anne quand elle suppliait le Seigneur de lui accorder un enfant, nous aussi, nous pouvons dire à Dieu tout ce que nous avons sur le cœur sous forme de poésie. Considérez la possibilité d'enregistrer vos prières mot pour mot ou sous forme de points, dans un journal de prières. Vous verrez que c'est amusant d'y revenir plus tard et d'y noter la date à laquelle Dieu



a exaucé des requêtes spécifiques. Alternativement, enregistrez les expériences mémorables faites avec Dieu ou les réponses à vos prières dans un « Livre Ebenezer » qui pourrait être un journal, un cahier, un document sur votre ordinateur ou une application d'enregistrements de voix. Cette idée me vient de 1 Samuel 7:12 : « Samuel prit une pierre, qu'il plaça entre Mitspa et Schen, et il l'appela du nom d'Eben-Ezer, en disant: Jusqu'ici l'Éternel nous a secourus. »

6. Priez sur les Écritures. Pourquoi ne pas vous approprier les puissantes prières contenues dans les Écritures ? Prenez la prière du Seigneur (Matthieu 6:9-13) par exemple. Décortiquez chaque phrase pour en discuter avec Dieu. Il y a aussi les prières d'Anne (1 Samuel 2:1-10) et Jabès (1 Chroniques 4:10) ou le livre des Psaumes. Vous pouvez aussi choisir un texte biblique et prendre Dieu au mot, lui demandant avec ferveur de réaliser cette promesse dans votre vie. « Chaque promesse dans la Parole de Dieu nous fournit un sujet de prière » (White, Traduction libre de *Thoughts from the Mount of Blessing*, p. 133).

7. Utilisez les prières de l'Esprit de prophétie. Voici quelques exemples : « Seigneur, prends mon cœur, car je ne puis te le donner. Il t'appartient. Garde-le pur, car j'en suis incapable. Sauve-moi en dépit de moi-même, de ce moi faible et si peu conforme à ton image. Modèle-moi, façonne-moi, élève-moi dans une atmosphère pure et sainte où les puissants courants de ton amour pourront atteindre mon âme. » (White, *Les Paraboles de Jésus-Christ*, p. 11). « Que votre prière quotidienne soit : 'Seigneur, apprends-moi à faire de mon mieux. Apprends-moi comment améliorer ma façon de travailler. Donne-moi de l'énergie et de la gaieté' ». (White, Traduction libre de *Child Guidance*, p. 148).

8. Écoutez dans le calme. « Le Christ envoie toujours des messagers à ceux qui écoutent sa voix. » (White, *Le Ministère de la Guérison*, p. 440). Ne vous êtes-vous jamais demandé de quoi il s'agissait ? Moi, si ! Nous pouvons le découvrir ! Bien que nous devions être prudent à ce sujet, si nous attendons que Dieu nous parle, il guidera nos pensées vers les versets des Écritures qu'il veut nous communiquer. « Oui, c'est en Dieu que mon âme se confie ; » (Psaumes 62:1). Souvent, à la fin de mon moment de prière, je pose la question : « Seigneur Jésus, que veux-tu me dire aujourd'hui ? » Alors, j'ai ces mots qui me viennent à l'esprit : « Ne crains rien, car je te rachète, Je t'appelle par ton nom: tu es à moi ! » (Esaïe. 43:1). « Demeurez en moi, et je demeurerai en vous » (Jean 15:4).

Je demande : « Quoi d'autre, Seigneur ? »

« Car nous marchons par la foi et non par la vue, » (2 Corinthiens 5:7). « Or, à celui qui peut faire, par la puissance qui agit en nous, infiniment au delà de tout ce que nous demandons ou pensons, » (voir Ephésiens 3:20).

Je souris, « Merci, Jésus. Aujourd'hui, tu me portes. »

Dans le don de Jésus, Dieu nous a donné le ciel en abondance. Il veut, invite et nous supplie de prier sans cesse. Différentes stratégies de prière apportent du dynamisme à notre amitié avec Jésus alors qu'il nous convainc, nous reconforte et nous encourage. Tandis que nous allons vers de nouvelles aventures de prière et que nous passons du temps avec Lui, nous verrons des changements s'opérer dans notre vie.

« Il y a plus de choses qui s'opèrent par la prière que ne se l'imagine ce monde (traduction libre).³ » Emparons-nous des incroyables opportunités qui nous sont offertes pour entrer en communion avec le Dieu Tout-Puissant. Pourquoi attendre ? Je vous invite à prendre du temps pour un rendez-vous de prière avec Jésus, aujourd'hui. **7**

¹ Étude publiée dans "Personality and Individual Differences," *Psychology Today*, April 3, 2015; Amy Morin, "7 Scientifically Proven Benefits of Gratitude".

² Versets bibliques pour les 12 étapes : Ps. 63:3; Ps. 46:10; Ps. 139:23; Jer. 23:29; Col. 4:2; 1 Tim. 2:1, 2; Matt. 7:7; 1 Thess. 5:18; Ps. 100:2; Josué 1:8; Eccl. 5:2; Ps. 52:9.

³ Alfred Lord Tennyson

Heather Krick, originaire de l'Afrique du Sud, est l'épouse de Bill, responsable du ministère de la littérature pour l'Union des fédérations du Pacifique et la mère de Savannah et Heidi.



C'est ça l'amour !

À L'ÉPOQUE OÙ RUTHIE ET MOI NOUS NOUS FRÉQUENTIONS, j'étais le pasteur d'une église au centre de l'Ohio. Ruthie travaillait dans l'administration du département des infirmiers au sein d'un grand hôpital. C'était une période intense pour chacun d'entre nous, mais nous nous efforcions de rester en contact. Aussi souvent que je le pouvais, je m'arrêtais à la cafétéria de l'hôpital pour manger avec elle. Parfois, je passais chez elle pour dîner ou inversement, ou des amis nous invitaient à dîner.

Parce que nous prenions le travail très tôt le matin, nous tâchions tous les deux de ne pas rentrer trop tard, en soirée. Mais inévitablement, dès que nous franchissions le seuil de notre maison respective, nous nous téléphonions. Il nous arrivait de parler pendant une heure. Pourtant, j'avais des choses à faire et elle aussi. J'étais un père célibataire qui élevait deux adolescents. Néanmoins nous prenions du temps afin de rester en contact. Alors que je me remémore cette époque, je peux en comprendre la raison : nous étions très amoureux. Nous ne laissons passer aucune occasion quand il s'agissait de communiquer. Nous voulions apprendre à mieux nous connaître. Elle voulait tout savoir de moi. Je voulais tout savoir d'elle. Nous voulions tous deux la même chose : nous connaître ! C'est ça l'amour !

Il n'y a pas si longtemps, environ un demi siècle de cela, nous avons décidé de vendre notre deuxième voiture. Elle représentait des dépenses supplémentaires, bien qu'elle nous permettait de faire les choses séparément. Ma femme faisait ses courses pendant que je faisais autre chose. Avec une seule voiture, nous faisons nos courses ensemble. Je sais qu'il y a des périodes dans la vie de chaque famille où avoir une seule voiture est vraiment peu pratique. Mais pour nous, cela était pratique. Certes, faire des choses ensemble nous prenait deux fois plus de temps, mais nous nous amusions deux fois plus. C'est ça l'amour !

MOTIVÉ PAR L'AMOUR

Notre nouvelle stratégie m'a aussi permis d'avoir une réponse plus mesurée lorsqu'on me dit : « Pasteur, j'ai l'impression que

je n'ai pas assez de temps pour passer un moment seul avec Dieu. Nous travaillons, nous avons des enfants, des échéances, des impératifs et bien d'autres choses encore. Nous sommes vraiment occupés. » Mais l'amour trouve toujours un moyen. L'amour mesure les priorités. L'amour cadre les choses. L'amour nous pousse à rester en contact.

Réfléchissez à la façon dont cet état d'esprit sur l'amour remodèle notre vocabulaire de prière. Qui d'entre nous n'a jamais dit ceci : « Wouah, j'ai exposé mes besoins et mes souhaits à Dieu et avant même de m'en rendre compte, je ne sais plus pour quoi prier. » En revanche, qu'en est-il si notre motivation est de mieux connaître notre Dieu merveilleux ? De lui poser des questions et d'attendre ses réponses ? Avez-vous déjà prié de cette façon : « Mon Dieu, qu'as-tu sur le cœur ce soir ? Que voudrais-tu que je te dise dans ma prière ? Pour qui voudrais-tu que je prie ? Que veux-tu enlever de moi ? Ce genre de prière nécessite plus de temps que celui dont nous disposons habituellement pour nos prières génériques : « Bénis les missionnaires et les colporteurs dans les champs missionnaires à l'étranger. » Prier n'équivaut pas forcément à obtenir des choses de Dieu ; c'est aussi une question d'apprendre à mieux se connaître. C'est ça l'amour ! J

Don Jacobsen est marié à Ruthie. Le couple a deux fils, deux petites-filles et six arrières petits-enfants.

Don est originaire du Nord-Ouest du Pacifique et a servi en tant qu'ouvrier consacré de l'Église pendant plus de 60 ans. Cet article a paru pour la première fois sous forme de blog (Hope-Heals.org/sermon-starters and blogs) sur le site de NAD Prayer Ministries, le 4 juin 2019.



UN STRESS JOYEUX

« Ce n'est pas le stress qui nous tue. Mais notre réaction quand nous y sommes confrontés. »

Hans Selye

PLUS LA DATE DE L'ÉVÉNEMENT approchait, plus j'étais anxieuse. Il y avait tant de « et si. »

Et que se passerait-il si l'intervenante principale ne présentait pas correctement son sujet ? Elle venait de se joindre à notre Église et n'était même pas encore membre. Mais son expérience personnelle sur la santé était tellement impressionnante. Du moins, les quelques éléments qu'elle avait partagés avec nous au cours de nos diverses conversations avaient soulevé l'enthousiasme du comité de notre département santé. Et elle avait accepté de raconter son expérience lors de notre prochain programme. Mais tout cela remontait à plusieurs mois. Allait-elle vraiment venir ?

Et que se passerait-il si les neuf bonnes cuisinières de notre église, à qui nous avons demandé de préparer la nourriture pour le programme nous rapportaient des recettes qui ne plairaient pas à l'audience ? Nous avons décidé de nous focaliser sur un régime à base de plantes puisque c'était le régime de notre principale intervenante, un régime qui avait considérablement amélioré son bien-être.

Et si nous n'avions pas assez de personnes pour nous aider à décorer le hall principal ? Ou pour nous aider à tout ranger après le programme ?

Et si nous n'installions pas suffisamment de chaises ou s'il y en avait trop ? Et si le matériel à donner était insuffisant ? Et si la nourriture et la boisson étaient insuffisantes ?

Et si AUCUN INVITÉ NE SE PRÉSENTAIT ? Nos deux derniers programmes sur la santé n'avaient attiré qu'une poignée d'invités. En tant que comité, nous étions découragés, mais nous n'avions pas pour autant, baissé les bras. Malgré nos incertitudes, nos inquiétudes, notre confusion et oui, tout le stress impliqué, nous étions déterminés à aller de l'avant. Mais

nous avons décidé d'attendre une inspiration quelconque avant de planifier un autre événement.

Survint cette nouvelle femme avec une expérience vécue qui nous avait tous époustoufflé.

LA VIE = STRESS

Nous avons tous entendu parler du stress et de ses effets négatifs sur notre santé, notre bien-être et notre longévité. Cependant, le stress fait partie intégrante de notre vie et nos corps ont été conçus pour l'expérimenter et le gérer. Au moindre changement dans notre routine quotidienne ou dans notre vie, nos corps peuvent réagir physiquement, mentalement et émotionnellement, dans le but de nous aider à survivre et à procéder à des ajustements. Le stress peut s'avérer utile en nous maintenant en alerte, motivé à éviter les situations négatives et le danger.

Le stress qui est nocif pour la santé est celui qui dure, sans aucune trêve. Alors, la situation se transforme en « détresse », qui avec le temps, perturbe l'équilibre interne du corps, ce qui donne lieu à une pléthore de problèmes potentiels physiques et émotionnels, tels les maux de tête, les troubles gastriques, une augmentation de la pression artérielle, des douleurs cardiaques, des troubles du sommeil, la dépression, la panique et des crises d'anxiété, tout en empirant les maladies déjà existantes.

Le stress chronique et débilitant est directement associé à six des causes majeures de décès, notamment les maladies cardiovasculaires, le cancer, les maladies pulmonaires, la cirrhose du foie et le suicide.

LE STRESS PEUT = JOIE

Vraiment ?

Oui, vraiment ! Jetons un coup d'œil à des activités hautement stressantes que les gens choisissent comme carrière :

1. Médecins ou infirmier/ères aux urgences
2. Services des urgences médicales (chauffeurs d'ambulance et personnel de secours)
3. Officier de police
4. Contrôleur de trafic aérien
5. Pompiers
6. Pilotes de lignes commerciales
7. Éducateur (enseignant dans une salle de classe)
8. Travailleur social
9. Personnel militaire actif
10. Planificateur d'événements
11. Installateurs de lignes à haute tension
12. Parent

Nous pourrions nous demander, « Qui, ayant tant soit peu de bon sens, choisirait les défis extrêmes et stressants, sans compter les dangers périodiques de ces occupations comme carrière professionnelle ? » Tout cela se résume à la joie du service, à l'amour du défi, à la satisfaction personnelle, à l'opportunité de continuer à apprendre et au sentiment de satisfaction face à des résultats positifs. De plus, ce qui est stressant d'une façon négative pour quelqu'un ne l'est pas forcément pour l'autre.

POUR SE DÉSTRESSER

Toute occupation ou situation liée à notre vie est accompagnée de sa dose de stress. La clé pour y survivre, que le stress soit de courte durée ou continu, dépend de la façon dont nous allons le gérer. Voici quelques suggestions qui se sont avérées très utiles :

- Commencez chaque jour avec Dieu. Lisez, priez et profitez de sa présence et de sa paix. Prenez le temps d'adorer avec d'autres personnes.
- Trouvez des moyens pour infuser la joie et des expressions de gratitude dans les événements quotidiens.
- Maintenez votre sens de l'humour. Riez sans cesse.
- Considérez les problèmes comme un défi.
- Faites quelque chose pour égayer la journée de quelqu'un.
- Ayez toujours la conscience claire.
- Communiquez. Affirmez-vous davantage (de manière positive). Discutez de vos opinions, idées et sentiments avec les autres.
- Faites de votre santé une priorité. Privilégiez la marche. Respirez de l'air pur. Mangez de la nourriture qui va vous faire du bien. Favorisez un bon sommeil. Buvez de l'eau. Surveillez votre poids. Gardez contact avec la famille et les amis. Prenez le temps de vous relaxer. Ne négligez pas le bilan de santé annuel.



- Cherchez conseil si vous vous sentez dépassée.

LE RESTE DE L'HISTOIRE

Le jour J était enfin arrivé. Toutes nos peurs et nos anxiétés se sont évanouis au fur et à mesure que chaque élément du programme se déroulait.

Les décorateurs et ceux qui avaient la charge d'organiser la salle se sont attelés à rendre le lieu accueillant et plaisant à la vue. Tous les cuisiniers sont arrivés avec leurs plats merveilleusement préparés et appétissants, tous à base de plantes. À la fin, il ne restait que des miettes du délicieux repas. L'intervenante principale était à l'heure. Sa présentation était bien préparée et délivrée avec efficacité. Beaucoup de gens ont répondu à l'appel et une bonne équipe est restée à la fin pour tout remettre en ordre.

AVERTISSEMENT : LE STRESS JOYEUX PEUT S'AVÉRER ADDICTIF

Nous nous sommes délectés des commentaires d'appréciations qui nous étaient adressés, et des félicitations pour le programme qui s'était avéré utile et éducatif. Notre comité sur la santé était très excité et motivé à organiser un événement similaire dans un avenir très proche. Les leçons apprises rendraient certains aspects de la tâche plus faciles. Et le stress engendré par le travail à abattre, les incertitudes et la peur de l'échec, tout était oublié dans la JOIE du ministère et de l'effort couronné de succès.

Le succès avait rendu tout cela secondaire !

SOURCES:

Kay Frances, *The Funny Thing about Stress* (Morton-Wells Press, 2010), p. 144.

<https://my.clevelandclinic.org/health/articles/11874-stress>.

<https://www.trade-schools.net/articles/most-stressful-jobs.asp>.

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



La prière et le jeûne POURRAIENT SAUVER VOTRE MARIAGE

**LE CHEMINEMENT
D'UN COUPLE, DU
DÉSÉPOIR À LA
RESTAURATION,
FAIT PARTIE DES
HISTOIRES QUI
ONT ÉMÉRGÉ DES
100 JOURS DE
PRIÈRE EN 2015.**

J'AI TOUJOURS CRU EN LA PRIÈRE et j'ai toujours prié. Cependant, ce n'est que pendant ces dernières années que j'ai réellement découvert le pouvoir que l'on peut obtenir quand on s'accroche aux promesses contenues dans la parole de Dieu, avec une foi fervente.

Grâce à la prière qui a changé ma propre vie, c'était pour moi un grand privilège d'écrire pour l'initiative des 100 Jours de Prière, pour l'Église adventiste mondiale. C'était également merveilleux de recevoir des témoignages du monde entier relatant comment les 100 jours de Prière avaient contribué à changer des vies. S'il doit y avoir un réveil collectif plus important et une effusion du Saint-Esprit, le réveil personnel est fondamental.

Voici quelques témoignages des 100 Jours de Prière de 2015 :

Gemechis Jafe, président de l'Association Éthiopie Sud-Ouest : « Mes mots ne peuvent exprimer à quel point j'ai été béni jusqu'ici par les 100 Jours de Prière. Ce programme élève vraiment l'âme. Je l'ai annoncé à toutes les églises de mon champ local et la plupart d'entre elles priaient. Certains d'entre vous s'attendent à un épanchement du Saint-Esprit au bout de 90 jours de prière, mais j'ai été emplé dès le premier jour. Loué soit le Seigneur ! »

Un jeune homme prénommé Eden des Philippines : « Dieu m'a permis de m'inscrire à cette initiative des 100 Jours de Prière parce

qu'il sait que je suis à sa recherche. Honnêtement, j'ai beaucoup changé. Il m'a transformé par sa Parole. J'ai grandi spirituellement et il a complètement changé ma vie. Je sais qu'il me prépare pour son second avènement. »

Angela du Ghana : « Ces 100 Jours de Prière ont été une bénédiction et je souhaiterais que cela continue indéfiniment. »

Ils ont été nombreux à tweeter des photos de groupes de prière de tous âges (#100days2015), et une fille de Sydney, en Australie, a raconté comment Dieu a fait croître l'unité au sein de la chorale de son Église alors qu'elle était réunie pour prier ensemble dans le cadre des 100 Jours de Prière.

Cependant, un de mes témoignages préférés vient de l'Afrique du Sud. Cela a commencé quand j'ai reçu un courriel personnel de la part d'une étrangère. Je vais l'appeler Laura pour protéger sa vie privée. Son courriel était un cri de désespoir, un appel à l'aide :

« J'ai besoin que quelqu'un prie pour moi et me conseille sur la façon de jeûner et de prier. Je vous supplie de prier pour moi. Mon mariage rencontre de sérieux problèmes, et je suis brisée sur le plan émotionnel. Et à cause de cette situation, je lutte spirituellement. Je sens que je m'enfoncé de plus en plus dans des choses qui me sont néfastes. Je ne peux plus prier. Je ne peux plus lire ma Bible, même si j'en ressens l'envie (je sais que c'est insensé !) Je ne me reconnais plus et ma vie part en lambeaux. »

J'ai répondu à Laura, lui promettant de prier pour elle. Je lui ai également envoyé certaines de mes ressources sur le jeûne et la prière. Et puis, je n'ai plus eu de nouvelle d'elle, alors je n'étais pas sûre de ce qui s'était passé. Ensuite, elle m'a envoyé un nouveau courriel. Je ne savais

pas à quoi m'attendre quand je l'ai ouvert. Allait-elle me demander de prier davantage pour elle ? Rencontrait-elle d'autres problèmes dont elle voulait m'entretenir ?

Son courriel a rempli mon cœur de joie lorsque je me suis rendue compte encore une fois à quel point nous servons un Dieu merveilleux qui entend et répond à nos prières. Ce qui suit sont des extraits de son courriel qu'elle m'a autorisé à publier sous couvert d'anonymat :

« Pendant six longues années, mon époux et moi-même avons dû faire face à de nombreuses difficultés au sein de notre mariage. Nous avons cherché conseil auprès de notre pasteur. Cela n'a pas marché. Nous avons consulté un conseiller conjugal. Cela n'a pas marché. De même, les séminaires sur le mariage n'ont apporté aucun résultat. Rien ne fonctionnait.

Vu de l'extérieur, notre mariage semblait parfait. Les gens n'arrêtaient pas de nous dire à quel point nous étions merveilleux. Cependant, nous savions pertinemment que la communication était rompue. Notre amour avait disparu et ce problème me troublait sérieusement. Savoir que je n'étais pas aimée de mon mari me procurait un sentiment de vide et de tristesse. J'étais très confuse et perdue au point de ne plus pouvoir prier.

Moins je priais, plus je me sentais mal ! J'étais de plus en plus déprimée !

Pour vous donner un aperçu de ce que je vis, je dirai que mon époux est plus spirituel que moi. Depuis notre rencontre, il a été mon mentor spirituel. Beaucoup de choses que je connais sur Dieu, je les tiens de lui. Quand je lui ai parlé de votre blog sur les 100 jours de Prière, concernant le jeûne et la prière de 21 jours, il était très sceptique. Bien qu'il m'ait énuméré de multiples raisons pour ne pas le faire, il n'est pas parvenu à me convaincre. J'étais persuadée que je devais commencer ce jeûne immédiatement, même si j'étais seule à le faire.

C'était un dimanche matin très tôt quand j'ai demandé à mon mari de prier pour moi, car j'allais commencer mon jeûne de 21 jours. Devinez quoi ? Sans hésiter, il m'a annoncé qu'il allait le faire avec moi !

C'était mon premier miracle ! Avant notre mariage, nous avions l'habitude de prier ensemble, mais après notre mariage, tout s'est arrêté. On priait rarement ensemble. À présent, mon mari et moi allions jeûner et prier ensemble pendant 21 jours ! Je croyais rêver ! Et nous avons commencé. Durant ces 21 jours

Une autre initiative de 100 jours de Prière débutera le 27 mars 2020. Revivalandreformation.org/100days

de prière, ma plus grande requête était : 'Seigneur, change ma vie. Je veux apprendre à aimer Jésus à nouveau.' Je savais pertinemment que si je n'avais pas l'amour de Jésus dans mon cœur, l'amour de mon mari après lequel j'aspirais ne pourrait jamais remplir mon cœur.

Dans le Psaume 34:8, la Bible déclare : 'Sentez et voyez combien l'Éternel est bon! Heureux l'homme qui cherche en lui son refuge!'

Dieu est si bon et si plein de compassion ; son amour dure à toujours. Je peux en témoigner. Dieu a guéri mon mariage et y a réintroduit la paix et la joie. Mon mari est fou amoureux de moi, plus que vous ne pouvez l'imaginer.

Mais le plus grand miracle est le travail que Dieu a accompli dans ma vie spirituelle. Je suis tombée de nouveau amoureuse de sa Parole et j'aime être en sa présence.

Si je devais mettre par écrit tout ce qui s'est passé, cela prendrait trop de temps. Sachez simplement que je ne suis plus la même femme qui vous a écrit ce premier message, voilà plus d'un mois ! Jésus est entré dans mon cœur et cette fois il va y demeurer. »

Bien sûr, nous n'avons aucun mérite pour ce que Dieu a fait dans la vie de Laura et de celle de son époux. Tout ce que nous pouvions faire, c'est partager ce que Dieu a fait dans nos propres vies. Mais alors que nous rendons témoignage, Dieu peut utiliser cela pour aider les autres. C'est une des raisons qui me pousse à partager le témoignage de Laura. Son histoire est la preuve de ce que peut faire le Saint-Esprit dans le cœur d'un couple en quête de l'aide que Dieu seul peut apporter.

Oui, la prière donne des résultats, et le jeûne et la prière pourraient sauver votre mariage.

Ellen G. White, la co-fondatrice de l'Église adventiste du 7^e jour, nous dit ceci : « Toutes les promesses contenues dans la parole de Dieu nous sont adressées. Dans votre prière, présentez les promesses de Jéhovah et par la foi, réclamez-vous de ses promesses. Sa parole est l'assurance que si vous demandez par la foi, vous recevrez toutes les bénédictions spirituelles. Continuez à demander et vous recevrez au-delà de ce que vous aurez demandé ou pensé recevoir. Apprenez à avoir une confiance illimitée en Dieu. Déchargez-vous sur Lui de tous vos soucis. Patiemment, attendez-le agir et il s'occupera de tout. » (Traduction libre de *In Heavenly Places*, p. 71).

Une autre initiative de 100 jours de Prière débutera le 27 mars 2020. Joignez-vous aux millions de gens autour du globe pour plaider en faveur de cette expérience, alors que nous nous approchons vers la session de la Conférence générale et le futur !

revivalandreformation.org/100days

Raluca Ril était bloggeuse pour les méditations des 100 jours de Prière de 2015. Cet article a paru dans Adventist Review en ligne le 3 juin 2015.



De « supers » GRAND-PARENTS

ÊTRE GRAND-PARENT est une opportunité extraordinaire pour faire passer votre amour et votre héritage spirituel à la prochaine génération, à l'instar de Loïs, dans la Bible, qui partagea sa foi à sa fille, Eunice et à son petit-fils, Timothée. De nos jours, beaucoup de grands-parents deviennent aussi des « beaux-grands-parents » quand leurs enfants se marient à nouveau, ou des parents de substitution quand les petits-enfants ont besoin d'une autre famille durant un certain temps.

Quelle que soit la situation de votre famille, vous pouvez jouer un rôle important dans le développement spirituel de vos petits-enfants. Vous pouvez prier, partager vos expériences de foi, ouvrir leurs yeux à l'amour de Dieu, les aider à découvrir les merveilles de la création de Dieu et nourrir leur force de caractère.

Même si vous n'avez pas de petits-enfants, vous pouvez devenir un grand-parent « adoptif » pour une famille dont les grand-parents résident au loin, ou pour une famille monoparentale, ou pour une famille d'immigrés. Vous pourrez faire une grande différence en étant une influence stable dans la vie d'un enfant et en soutenant leurs parents.

DES GRAND-PARENTS CONNECTÉS

- Maintenez une relation chaleureuse avec vos petits-enfants autant que possible. Vous serez pour eux un appui sûr quand ils auront à faire face à des difficultés durant leur adolescence ou si leurs relations avec leurs parents deviennent un peu fragiles durant un certain temps.
- Tâchez de trouver ce qui permet à vos petits-enfants de se sentir aimés et faites ce qui leur plaît aussi souvent que possible.
- Trouvez des moyens créatifs pour aimer et bénir vos petits-enfants par le biais de l'appréciation, de l'affirmation, du soutien et de l'encouragement.
- Soyez des auditeurs attentifs quand ils vous parlent de tout et de rien. Essayez de vous rappeler de leurs amis, leurs forces, leurs intérêts, leurs difficultés et leurs rêves.

DES GRANDS-PARENTS QUI PRIENT

- La prière est un cadeau extraordinaire que vous pouvez offrir à vos petits-enfants, chaque jour.
- Priez pour qu'ils apprennent à connaître Jésus, à le suivre et à faire des choix avisés dans la vie.
- Priez pour que leurs parents les élèvent avec sagesse et amour, tout en se rapprochant de Dieu grâce à leurs expériences en tant que parents. Si vos propres enfants sont pour le moment éloignés de l'Église, le Saint-Esprit peut utiliser vos petits-enfants pour toucher à nouveau leurs cœurs.

- Écrivez et illustrez des prières pour vos petits-enfants et envoyez-les par courrier électronique.
- Prononcez une courte bénédiction quand vous les mettez au lit ou quand vous leur dites au revoir au téléphone.

DES GRAND-PARENTS QUI FAVORISENT LA CROISSANCE SPIRITUELLE

- Partagez votre propre expérience spirituelle avec vos petits-enfants, la différence que fait la foi dans votre vie et comment Dieu a répondu à vos prières.
- Fabriquez des trousseaux d'adoration pour vos petits-enfants parce que ce genre de ressources est une bénédiction quand on est occupé. Visitez le site *The Journal* et cherchez dans les archives la rubrique destinée aux enfants dans les anciens numéros. Trouvez les idées qui pourraient plaire à vos petits-enfants, notez les instructions des activités liées à l'adoration, rassemblez tout le matériel dont vous aurez besoin et placez le tout dans un sac.
- Préparez des sacs d'histoire. Vous aurez besoin de sacs de toile contenant un livre d'histoires de la Bible et tout le matériel nécessaire pour raconter l'histoire. Par exemple, l'histoire de la brebis égarée pourrait être mise dans un sac en toile de couleur verte qui pourrait ainsi servir de champ. Le sac pourrait aussi contenir un morceau de tissu en jute pour représenter le désert, des formes en éponge grise pour représenter des pierres, des moutons et un berger. Des bâtonnets de glace en bois peuvent être utilisés pour créer une bergerie ou la maison du berger.
- Trouvez des défis qui pousseront les enfants à utiliser leurs talents pour explorer des sujets bibliques.
- Aidez-les à mémoriser des versets bibliques de manière ludique. Écrivez chaque mot du verset sur des cartes différentes et demandez-leur de mettre ces cartes dans le bon ordre.
- Écrivez un verset biblique sous une image qui l'illustre, découpez l'image en plusieurs morceaux, envoyez le tout par courrier et demandez-leur de réassembler l'image.
- Quand vous racontez une histoire biblique à un de vos petits-enfants, utilisez des questions ouvertes pour clore votre histoire :
 - o Qu'as-tu apprécié le plus dans cette histoire ?
 - o Quel a été le message le plus important pour toi dans cette histoire ?
 - o Quelle partie de l'histoire t'a le plus parlé ? Où te situes-tu dans l'histoire ?
 - o Que te montre cette histoire à propos de l'amour de Dieu pour nous ?

DES GRAND-PARENTS QUI AIDENT À CONSTRUIRE LE CARACTÈRE

- Dressez une liste de traits de caractère positifs que vous aimeriez que vos petits-enfants développent.

Imprimez le « Periodic Table of Character Strengths » sur www.letitriple.org.

- Tentez de surprendre vos petits-enfants lorsqu'ils montrent leur bon caractère et laissez-les savoir que vous les avez vu : « Quand tu as fait . . . tu étais si gentil/patient/brave/sage, etc. Tu as fait un excellent choix ! »
- Explorez la force de caractère de personnages bibliques et discutez comment vos petits-enfants peuvent développer d'une manière ludique leur propre force de caractère.
- Planifiez des activités qui aident les enfants à être créatifs, à travailler en équipe, à être optimistes et à acquérir des valeurs positives.

DES GRAND-PARENTS QUI SOUTIENNENT

- Les parents apprécient les grand-parents qui soutiennent leur façon d'éduquer et leurs valeurs. Demandez comment vous pourrez les aider, apprenez comment ils disciplinent leurs enfants et essayez d'apporter votre soutien pour la routine des repas et du coucher.
- Intégrez-vous à la routine de la famille et respectez leur mode d'éducation. Beaucoup de pratiques en matière d'éducation populaires à votre époque ont été remplacées par de nouvelles approches. Il se pourrait que nous n'ayons d'autres choix que d'abandonner nos anciennes idées et d'en adopter de nouvelles qui pourraient être meilleures !

DES GRAND-PARENTS GÉNÉREUX

- Donnez à vos petits-enfants des livres qui inspirent, peut-être ceux qui racontent les histoires que vous aimiez étant enfants. Demandez conseil à la bibliothèque que fréquentent vos petits-enfants. Lisez les histoires avant de vous procurer une copie pour eux.
- D'autres cadeaux qui pourraient s'avérer géniaux sont les DVD chrétiens, les livres et les jeux ; la nature, la science et les activités artisanales ; de bons jeux de construction qui aident au développement moteur, la créativité et l'imagination ; des jouets pour l'extérieur qui encouragent les activités saines ; et des jouets en bois de bonne qualité qui durent et développent la créativité.
- Favorisez les expériences au lieu des jouets ; par exemple des billets pour aller au zoo, des leçons de tricotage ou d'ébénisterie ; faire du camping ensemble. Vous pourriez leur payer des leçons de musique ou l'adhésion à un club de sport, des leçons de langue ou tout ce qui serait susceptible de les intéresser. ■

*Karen Holford est la grand-mère à Zara, Leo et Max.
Elle aime regarder grandir leur foi.*



Une raison pour jeûner

LORSQUE JE VOYAGE, que j'enseigne et que je prêche, on me pose souvent cette question : « Que veut dire jeûner ? Pour quelle raison jeûne-t-on, et comment s'y prendre ? »

Dans plus d'une cinquantaine de références au jeûne, dans l'Ancien et le Nouveau Testament, exception faite du jour des expiations, il n'y a aucun commandement spécifique concernant le jeûne. En revanche, dans le Nouveau Testament, il était supposé que le jeûne ferait partie de la vie religieuse du croyant.

Sur le jeûne, Jésus a déclaré : « Lorsque vous jeûnez, ne prenez pas un air triste, comme les hypocrites, qui se rendent le visage tout défilé, pour montrer aux hommes qu'ils jeûnent. Je vous le dis en vérité, ils reçoivent leur récompense. » (Matthieu 6:16). Il a aussi dit : « Les amis de l'époux peuvent-ils s'affliger pendant que l'époux est avec eux? Les jours viendront où l'époux leur sera enlevé, et alors ils jeûneront. » (Matthieu 9:15).

Ces versets indiquent que jeûner devrait être un exercice normal dans l'Église. Il devrait, cependant, être centré sur Dieu, adressé à Dieu et ordonné par Dieu, pour exprimer le chagrin, la détresse ou la repentance. Il devrait servir de préparation pour recevoir les directives divines ou un réveil (Exode 24; Daniel 9); pour que ce qui gêne notre intimité avec Dieu soit révélé ; pour nous rappeler que nous sommes soutenus par « toutes paroles qui vient de la bouche de Dieu » (Matthieu 4:4), et pour maintenir l'équilibre dans notre vie.

S'abstenir de nourriture et parfois d'eau, en général pour des raisons religieuses, est le concept fondamental du jeûne. Mais il devrait être volontaire quand il s'agit de pratiquer un de ces quatre types de jeûnes dont il est question dans la Bible et dans les écrits d'Ellen White :

1. Le jeûne normal : s'abstenir de nourriture pendant 40 jours (Exode 34:28 ; Daniel 6:18 ; Luc 2:37 ; Marc 2:18 ; Matthieu 4:2 ; Actes 13:2,3,14-23 ; et d'autres encore).
2. Le jeûne partiel : s'abstenir de certaines nourritures (Daniel 10:3).

Contrôlez vos pensées et ayez une attitude d'adoration.

3. Le jeûne absolu : s'abstenir de nourriture et d'eau pendant trois jours (Esther 4:16).
4. Le jeûne volontaire en tant que groupe : pour une raison spécifique par un groupe spécifique (Esdras 8:21,23 ; 1 Samuel 7:6 ; 2 Chroniques 20:3 ; Jonas 3:5 ; et d'autres encore).

La pratique du jeûne peut être expérimentée de la manière suivante :

- Le jeûne occasionnel : prendre un repas léger (fruit, légumes, yaourt, etc.). On peut aussi ne pas prendre deux ou trois repas et boire beaucoup d'eau. Au moment de rompre le jeûne, favorisez des jus de fruits, suivi d'un repas léger. Évitez les graisses, les vinaigrettes et l'amidon.
- Le jeûne régulier : Commencez tout doucement avec un jeûne partiel de 24 heures (2 repas), une fois par semaine. Pendant cette période, buvez des jus de fruits. Après avoir franchi cette étape avec succès pendant plusieurs semaines, vous pouvez passer au jeûne de 36 heures (3 repas). De tels jeûnes devraient être rompus par un repas léger composé d'une soupe, de fruits et/ou de légumes.
- Le jeûne optionnel : Si ce n'est pas possible de s'abstenir de repas, on devrait essayer de s'abstenir de certains types de nourritures (sucreries, sodas, etc) ou de certaines activités de loisir (TV, sports, shopping, etc).

Quel que soit le mode de jeûne que vous choisirez, rappelez-vous : (1) contrôlez vos pensées et ayez une attitude d'adoration ; (2) n'étalez pas au grand jour ce que vous êtes en train de faire ; (3) consacrez ce moment de jeûne à des activités d'adoration, comme la prière, la lecture de méditations et l'étude de sujets spécifiques dans la Bible ; et (4) recherchez le Seigneur.

Consultez votre médecin pour un jeûne prolongé (40 jours) et rappelez-vous que l'effet principal du jeûne biblique se passe dans votre esprit. Alors que notre Église fait face à de nombreuses difficultés, j'encourage nos membres à jeûner et à prier. Voilà une citation d'Ellen White que j'ai trouvée des plus utiles :

« Il m'a été montré que les défenseurs de la vérité ne devraient pas s'engager dans des discussions. À chaque fois qu'il s'avère nécessaire pour l'avancement de la cause de la vérité et la gloire de Dieu de rencontrer un opposant, avec quelle prudence et avec quelle humilité doivent-ils s'opposer. *D'un coeur contrit, en confessant leurs péchés et en priant avec ferveur, et souvent en jeûnant pendant un certain temps, ils devraient supplier Dieu de les aider d'une manière toute spéciale et de leur assurer la victoire glorieuse de sa précieuse vérité salvatrice, pour que l'erreur puisse paraître dans toute sa difformité et que ses défenseurs soient complètement déconcertés. Ceux qui se battent pour la vérité, contre ses opposants, devraient réaliser qu'ils n'ont pas affaire à de simples hommes mais aussi à Satan et à ses anges qui sont déterminés à voiler la vérité par l'erreur et l'obscurité.* » (Traduction libre de *Témoignages pour l'Église*, vol. 1, p. 624, italique rajouté). ■

Hyveth Williams, *Maîtrise en Divinité*, est professeure et directrice en homilétique, ainsi qu'aumônière par intérim au séminaire adventiste de théologie à l'université Andrews, dans le Michigan. Elle est aussi pasteure et auteure. Cet article a paru pour la première fois en ligne dans *Adventist Review*, le 14 avril 2014.



Se délecter de sa Parole

IL Y A QUELQUES ANNÉES DE CELA, mon cheminement avec Dieu s'est transformé. Cette transformation n'a pas seulement impacté ma vie personnelle mais également celle de mon époux et de mes trois enfants, de manière inattendue et extraordinaire. Je prie pour que ce message transforme aussi votre vie.

Maman très occupée et nouvellement femme de pasteur, j'ai toujours eu à jongler entre mes diverses responsabilités. Bien que je désirais toujours passer un moment de qualité avec Dieu à travers sa Parole, cela n'a pas toujours été facile. Parfois mes obligations me permettaient de lire un chapitre de la Bible par jour, juste pour apaiser ma conscience. À d'autres moments, je me suis contentée de laisser ma Bible posée à côté de mon lit sachant que je devais l'ouvrir, tout en n'étant pas tout à fait sûre de savoir par où commencer. J'ai été consciente des distractions, de la fatigue et de tout ce qui occupait ma vie de maman, et j'espérais qu'une prière rapide me soutiendrait. J'allais de l'avant mais je sentais bien que j'étais dans un désert spirituel.

Je sais que Dieu ne m'a jamais laissée seule, mais quand j'ai pris le temps de rechercher lentement et humblement sa Parole, j'ai réalisé à quel point mon cheminement avec Dieu s'était fragilisé.

DES PAROLES QUI CHANGENT LA VIE

Les paroles de Dieu sont extrêmement puissantes et nous les tenons entre nos mains, sous la forme de la Bible. Ces paroles sont vivantes et pertinentes (Hébreux 4:12 ; Jean 6:63 ; Psaumes 119:50). Elles aident l'esprit ainsi que le cœur (Jérémie 15:16 ; Matthieu 4:4 ; 1 Pierre 2:2). Elles sont pures, véritables et solides, dans un monde en évolution perpétuelle (Jean 17:17 ; 1 Thessaloniens 2:13 ; Proverbes 30:5,6 ; Psaumes 12:6 ; Psaumes 33:4,5).

La parole de Dieu travaille dans nos cœurs afin de nous changer et de nous sauver (Jacques 1:21). Elle durera éternellement (Esaïe 40:8, Psaumes 119:89) et ultimement, elle nous mène à Jésus-Christ.

Ces paroles anciennes nous révèlent où nous en sommes dans notre marche avec Dieu et comment nous pouvons approfondir et améliorer notre relation. Mais vous êtes-vous déjà demandé comment passer d'une lecture superficielle de la Bible à une compréhension plus profonde et plus personnelle des messages divins, tout en réfléchissant à la manière dont ils nous interpellent ?

COMMENCEZ PAR VOUS POSER DES QUESTIONS

Bien qu'ayant grandi au sein d'un foyer adventiste, il y a quelques années, j'ai ressenti le besoin d'approfondir mes moments d'études de la Bible. Un après-midi, j'ai prié Dieu à ce sujet alors que j'étais allongée dans mon lit, lasse d'être une maman à plein temps de jeunes enfants et cumulant un travail les après-midis. « Seigneur, je veux passer plus de temps avec toi ! Aide-moi à trouver un moyen pour que je puisse le faire ! »

Le lendemain matin, je me suis réveillée très tôt d'un profond sommeil, me demandant si tout allait bien dans la maison. Après avoir fixé l'obscurité pendant un moment, je me suis retournée, essayant de retrouver le sommeil. Je me suis alors souvenue de ma prière. Je suis sortie du lit, j'ai pris ma Bible, mon journal et mon stylo, puis je me suis mise à prier. Alors que je prenais le temps de parler au Seigneur et de lire sa Parole qu'il m'adressait, le temps passait sans que j'y fasse attention. Finalement, alors que le jour se levait et que la lumière commençait à briller sur l'herbe à l'extérieur, j'ai réalisé à quel point il était merveilleux de faire entrer sa lumière (sa Parole) dans ma vie. Je voulais que sa Parole reste attachée à moi tout au long de la journée !

Je crois que Dieu nous attend tel un Père patient, désirant s'entretenir avec nous à travers sa Parole. Le psaume 27:8 et 9 déclare : « Mon cœur dit de ta part: Cherchez ma face! Je cherche ta face, ô Eternel! Ne me cache point ta face... » Quand nous lui accordons la priorité et que chaque matin, nos premières pensées se tournent vers Lui, notre vie change vraiment. Je suis convaincue que la Bible nous parle de manière réelle, tangible et parfois inattendue. Ultimement, notre relation avec Dieu s'approfondira au-delà de toutes nos espérances, quand nous nous délecterons de sa Parole.

APPROFONDIR VOTRE EXPÉRIENCE DANS L'ÉTUDE DE LA BIBLE

Voici quelques joyaux que j'ai découverts et qui m'ont aidé dans mes moments d'études bibliques. J'espère qu'ils vous seront utiles :

- Le diable fera tout son possible pour que nous gardions notre Bible fermée. Ellen White nous déclare que « Satan se sert de tous les moyens pour empêcher les gens de se familiariser avec les Écritures, dont les déclarations claires et précises dévoilent ses desseins. » (*La Tragédie des siècles*, p. 643). C'est la raison pour laquelle nous sommes si nombreux à garder nos bibles fermées, même si nous sommes animés de bonnes intentions.
- Priez pour que Dieu vous adresse un message à travers sa Parole, pour vous soutenir tout au long de la journée. Venez à lui, humblement et exprimez votre demande et il répondra.
- Si nous lisons nos Bibles uniquement quand nous nous sentons d'humeur à le faire, nous la lisons, en toute probabilité, que très rarement. Demandez à Dieu d'insuffler dans votre cœur le désir de mieux le connaître, de le rechercher plus pleinement dans sa Parole. Faites-en un sujet de prière et engagez-vous à passer plus de temps avec lui. Ensuite, passez à l'action !
- Je suis convaincue que la différence entre une simple lecture de la Bible et une étude se situe au niveau de l'écriture. Quand nous écrivons, le message que Dieu nous adresse passe de la page à notre esprit, ensuite à notre plume pour finalement se loger dans notre cœur. Nous avons plus de chance de retenir ce que nous avons écrit et plus de chance de le partager avec quelqu'un d'autre dans l'espoir de l'encourager.
- Parfois, nous devons fouiller profondément, vraiment profondément, et lire un passage plus d'une fois avant d'entendre Dieu nous parler. Il y a toujours un message, mais parfois nous devons le chercher longuement. Ne baissez pas les bras après une lecture hâtive !
- La manière dont nous abordons la parole de Dieu fait toute la différence sur la façon dont Dieu peut intervenir dans notre vie. Si nous venons à lui en priant avec humilité, avec un cœur et un esprit ouverts, à la recherche d'un message quotidien, Dieu va parler ! Si nous venons à lui, pressé de passer à autre chose et avec l'attitude de quelqu'un qui sait tout, nous ne recevons rien en retour.

DES CHANGEMENTS AU SEIN DE LA FAMILLE

Les changements dans la vie de ma famille ont été incroyables. Mon époux et moi-même aimons partager l'un avec l'autre ce que nous avons découvert dans nos méditations personnelles, ce qui nous donne un sentiment d'intimité jamais égalé auparavant. Nous déversons, dans notre vie respective, les paroles qui ont

changé notre propre cœur lors de nos lectures personnelles. Nous avons aussi enseigné à nos enfants comment étudier la Bible avec simplicité et assiduité. Nous avons également vu les effets de ce courant dans d'autres aspects de leurs vies, notamment des changements au niveau de leurs caractères, sans parler des témoignages impromptus et des partages sur leurs découvertes dans la Bible.

Pour les familles pastorales, une des suppositions tacites est qu'elle sera toujours respectueuse de la Parole de Dieu. Peut-être que votre conjoint (le responsable de l'Église), ne fait que tenir machinalement les rennes du ministère. Il ou elle aime Dieu, mais étant parfois tellement sollicité(e), occupé(e) à résoudre des problèmes urgents, qu'il ou elle oublie par moment le plus important. Si cela est vrai pour votre conjoint aujourd'hui, je vous encourage à faire du temps passer avec Dieu la partie centrale de votre journée. Votre conjoint le verra et cela l'interpellera, lui fera prendre conscience que c'est ce qui manque dans sa vie. Le temps passé avec Dieu se reflétera sur votre visage, et en passant un moment de qualité avec lui, vous faites le choix de l'inviter au sein de votre foyer et de votre mariage.

Le Seigneur attend patiemment que nous venions à lui, que nous passions du temps avec lui, que nous soyons avec lui (Apocalypse 3:20). Il est prêt et désireux de donner de bonnes choses à ses enfants (Matthieu 7:11). Et il promet que « Ainsi en est-il de ma parole, qui sort de ma bouche: Elle ne retourne point à moi sans effet, Sans avoir exécuté ma volonté Et accompli mes desseins » (Esaïe 55:11).

Quand nous demeurons en Christ, chaque jour, par le biais de sa Parole, nous vivons naturellement et passionnément de tout le temps qui découle des moments passés avec Lui. C'est une relation dont je ne peux absolument pas me passer. C'est ce qui donne de la substance à mes jours et c'est ce qui me permet d'exister.

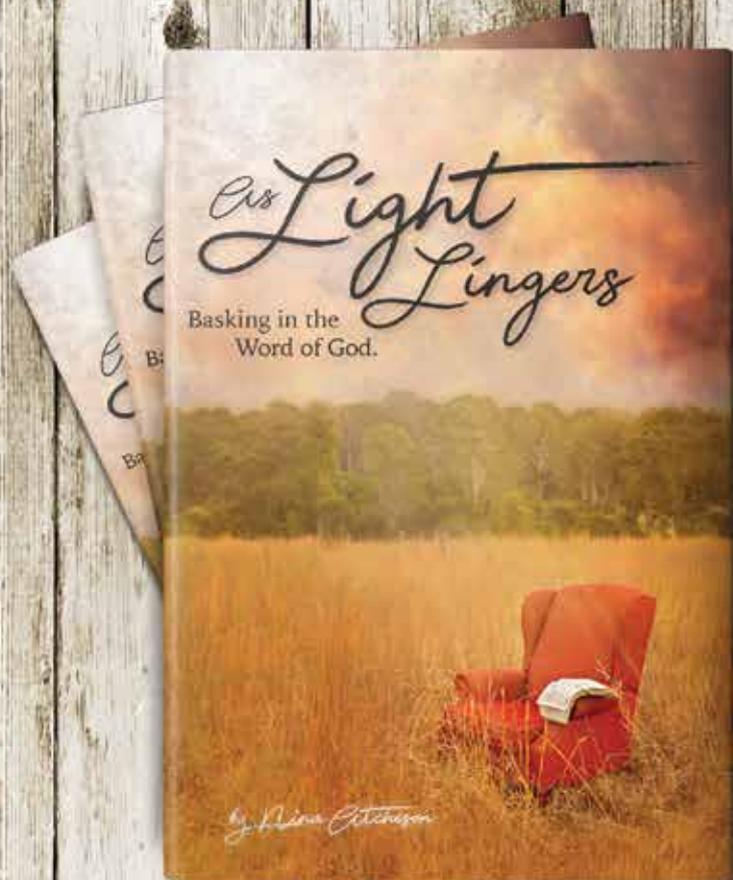
Dieu désire ardemment avoir un cheminement plus sérieux avec vous et moi. Qu'allons-nous décider ?

Pour en savoir davantage sur ce sujet, y compris sur les exemples pratiques et les références à l'intention des adultes et des enfants, voir l'ouvrage *As Light Lingers: Basking in the Word of God* (disponible dans toutes les librairies adventistes et sur Amazon) de Nina Atcheson. Voir aussi www.aslightlingers.com. 

Nina Atcheson est une disciple passionnée de Jésus-Christ, éducatrice, auteure de curriculum, conférencière internationale, et mère qui vit pour inspirer sa famille et les autres à vivre une relation intime avec Christ, quotidiennement, par le biais de Sa parole. Elle est actuellement une "Adventist Identity Officer" pour le compte des écoles adventistes en Australie. Elle est l'auteure de « School Encounter Bible curriculum » et du livre As Light Lingers: Basking in the Word of God. Sa famille est la source de sa plus grande joie et elle aime particulièrement la marche et voyager avec son époux, Matt et leurs trois enfants.

Reinvigorate your Bible study time!

The message of the Bible holds the keys to unlock a life filled with meaning and purpose. Yet many professed followers of Jesus spend very little time with Him through reading His Word. This personal, practical book will inspire and equip you to study the Bible in a more meaningful way, and to cultivate a vibrant experience with God.



“

This book is a must-read for anyone who desires to know Jesus personally.

Every church member, teenager, parent, teacher, elder, pastor and especially every leader needs this book to nurture their walk with God, so they can disciple others.

You *can* have a life-changing, living experience with God by immersing yourself in His Word. Please read this book! You will be blessed!

”

– Jerry Page, Ministerial Secretary,
General Conference of Seventh-day Adventists

Available at your Adventist Book Center or on Amazon Kindle
www.adventistbookcenter.com



Jésus et moi !

TU PEUX AVOIR TON moment spécial avec Jésus, tout seul ! Lire ta Bible tout en l'explorant de manière créative peut t'aider à lui ressembler. Tu peux passer du temps avec Dieu, de plusieurs manières différentes. Choisis tes idées préférées, lis ton histoire favorite et lance-toi !

LIS ET PRIE EN MEME TEMPS

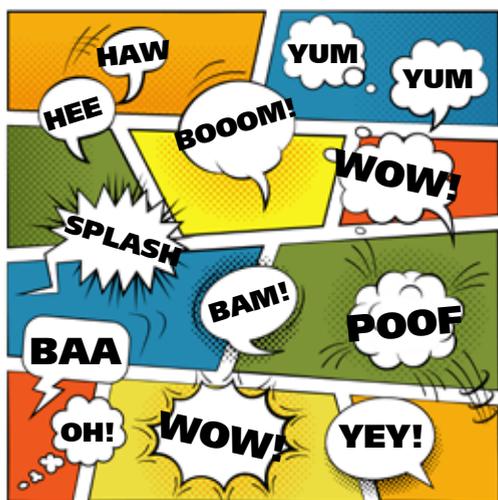
Quand tu lis ta Bible, demande au Saint-Esprit de t'aider à découvrir ce qu'il voudrait que tu apprennes à ce moment-là. Lis l'histoire du bon samaritain et demande à Dieu comment être gentil et compatissant avec les autres. Ou lis la parabole du semeur et de la graine et demande à Dieu comment lui ressembler davantage jour après jour. Note toutes les idées qui te viennent à l'esprit, et mets-les en pratique.



ÉCRIS TON PROPRE LIVRE

Fabrique un livre miniature en pliant et en agrafant du papier pour écrire une histoire biblique avec tes propres mots. Illustre avec tes propres images. Ensuite, lis ton histoire à quelqu'un de ta famille. Jésus a raconté beaucoup d'histoires qu'on appelle des paraboles, et elles sont parfaites pour en faire des mini livres. Crée toute une collection de mini livres bibliques à l'intention des plus jeunes enfants.





DES HISTOIRES AVEC BRUITAGE

Lis une histoire biblique et imagine tous les effets sonores de l'histoire, comme par exemple les moutons (*baa*), marcher sur des pierres (*crunch*), l'eau (*splash*), manger (*miam miam*), être émerveillé (*wow!*), etc. Collectionne des objets susceptibles de t'aider à produire les meilleurs sons. Ensuite, raconte l'histoire avec tes propres mots et en y ajoutant les effets sonores pour lui donner vie. Demande à maman ou papa de l'enregistrer. Partage l'enregistrement avec les amis et les membres de votre famille, par le biais des réseaux sociaux ou avec ta classe de l'École du sabbat. Essaie le récit de la création, l'arche de Noé, la brebis égarée, Moïse et les enfants d'Israël traversant la mer rouge ou le récit de la naissance de Jésus.

DES CARTES POSTALES DU PASSÉ

Trouve des cartes postales vierges ou découpe du papier cartonné de la taille d'une carte postale. Dessines-y une image illustrant une histoire biblique sur un des côtés de la carte. Sur l'autre côté, inscris-y un message de la part d'un des personnages du récit biblique. Selon toi, qu'ont-ils appris sur Dieu dans cette histoire et comment s'y prendraient-ils pour narrer par écrit cette expérience à un des membres de leur famille ou à un ami ?



C'EST UNE EXCELLENTE QUESTION !



Lis une histoire biblique puis répond personnellement à ces questions. Quel aspect de l'histoire as-tu le plus apprécié ? Quelle a été la leçon la plus importante que tu as pu en tirer ? Quel personnage de l'histoire te ressemble le plus ou quelle partie de l'histoire te parle le plus ? Dans ce récit, qu'as-tu appris au sujet de l'amour de Dieu pour toi ? Tu peux te poser ces questions pour chaque histoire que tu lis. Cela te permet de faire vivre ces histoires dans ta propre vie et cela t'aide à comprendre à quel point Dieu t'aime.

GRANDIR DE FAÇON EXTRAORDINAIRE !

Lis une histoire de la Bible et établis une liste des traits de caractères positifs de chacun des personnages du récit. Ces traits de caractères positifs pourraient être le courage, la sagesse, la bonté, la patience, la générosité, la gratitude, le travail en équipe, la persévérance, la maîtrise de soi, le fait de penser d'abord aux autres avant de penser à soi-même et l'humilité. Lequel de ces traits souhaiterais-tu développer dans ta vie, et qu'envisages-tu de faire pour pratiquer ces traits de caractères aujourd'hui ?



SOIS CRÉATIF

Après avoir lu une histoire biblique, fabrique ce que tu veux en réponse au récit. Tu peux utiliser du matériel artisanal, écrire un poème ou faire un poster pour exposer ton verset préféré. Fabriquer quelque chose ou écrire t'aide à voir le récit sous un nouveau jour. Cela n'a pas besoin d'être parfait, sois simplement créatif !

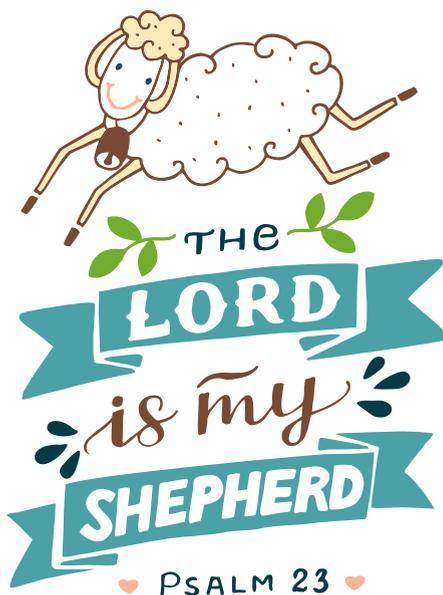


CHOISIS UN VERSET

Choisis un verset biblique qui a une signification spéciale pour toi. Écris-le et décore-le. Ensuite, place ta création là où tu le verras tous les jours et apprend le verset.

DIRIGE LE CULTE DE FAMILLE

Choisis une histoire biblique et organise un culte de famille spécial. Attribue un personnage du récit à chaque personne et demande-leur de décrire les événements selon leurs points de vue, ou leur ressenti par rapport à l'expérience en question. Demande-leur de trouver des objets se rapportant à l'histoire, ou « Que vous apprend cette histoire sur Dieu ? »



DES LEÇONS PRATIQUES

Lis une histoire biblique ou un chapitre tel que le Psaume 23.

Ensuite, dénicher des objets pour illustrer l'histoire, comme par exemple, des figurines de moutons, un verre d'eau, de l'herbe, une figurine de berger, un bâton, un gobelet, etc. Place-les en ordre d'apparition dans le récit. Vois si quelqu'un de ta famille peut deviner de quelle histoire il s'agit.

DES HISTOIRES PLEINES DE TRÉSORS

Les histoires de Jésus sont des coffres à trésors. À chaque fois que tu lis une parabole, tu peux découvrir de nouvelles pensées, de nouvelles idées. Lis une des paraboles de Jésus et demande-toi ce qu'elle te révèle sur Dieu, sur toi, sur ce qu'il espère pour ta vie et son amour pour toi. Illustre chaque parabole par un dessin et dresse une liste des trésors découverts dans chaque histoire.



LE TEMPS DES RÉCOMPENSES

Planifie une cérémonie et décerne des récompenses à tes trois personnages bibliques préférés. Crée un trophée pour chacun d'eux à partir de matériaux recyclés ou dessine-les sur un papier.

Dresse une liste des plus grandes réalisations de chaque personnage sur leurs trophées respectifs. Écris un discours de remerciement pour chaque personnage dans lequel tu mentionneras comment Dieu les a aidés à devenir un héros. Que la cérémonie ait lieu en présence des membres de ta famille. Comment pourrais-tu devenir un peu plus comme un de ces personnages ?

DE LA SAGESSE POUR AUJOURD'HUI

Lis un chapitre du livre des Proverbes. Certains proverbes sont amusants, quelques-uns nous semblent étranges pour notre époque et certains contiennent des conseils extraordinaires pour votre vie. Choisis un proverbe et cherche une façon de le partager avec ta famille : fais un dessin, crée un assemblage d'objets, mime, ou écris une nouvelle version du proverbe pour l'adapter à notre époque.



Dès que te vient une idée qui t'aide à explorer la Bible, pourquoi ne pas la partager avec tes amis, tes camarades de classe ou avec les enfants de la classe de l'École du sabbat ? Vous pourriez faire l'activité ensemble !



***Karen Holford** est thérapeute conjugale et familiale et directrice du département de la Famille pour la Division transeuropéenne. Elle est passionnée par les opportunités d'évangélisation que permet le service d'adoration intergénérationnelle de chaque semaine. Elle est l'auteur du livre Altogether Wonderful disponible chez Advent Source.*



DEAR DEBORAH

Chère Deborah,

Récemment, j'ai lu ceci sur un réseau social : « Priez, c'est une des choses les plus importantes que vous pouvez faire pour votre mari cette année. »

Cette déclaration m'a immédiatement convaincue que je ne priais pas assez pour mon mari. J'ai l'impression que j'ai été négligente dans ce domaine et j'aimerais mieux faire. Pour être honnête, je ne pense pas que mon mari, de son côté, prie tant que cela pour moi. Avez-vous des suggestions qui pourraient m'aider sur les prières d'intercession pour mon mari ?

*Sincèrement,
Prête à prier*

Chère Prête à prier

Le Saint-Esprit est déjà à l'œuvre dans votre vie ! Les bénédictions vont abonder au fur et à mesure que vous développerez une vie de prière d'intercession palpitante. Soyez certaine que vous expérimenterez les désirs de votre cœur alors que vous mettrez en application les idées de prières suivantes.

De plus, partagez votre enthousiasme avec votre mari. Cela va beaucoup l'encourager. Ensuite, engagez-vous à intercéder l'un pour l'autre en scellant vos intentions par une prière. Dieu veut que nous priions pour les autres, tout particulièrement pour nos conjoints. L'apôtre Paul nous dit : « Priez les uns pour les autres, afin que vous soyez guéris. » (Jacques 5:16).

Un plan pour la prière d'intercession :

1. Priez, avant tout, pour que votre mari fasse croître sa relation avec Jésus.
2. Priez pour sa relation avec les autres (enfants, amis, membres d'Église).
3. Priez pour sa santé et pour sa protection physique contre les attaques de l'ennemi.

4. Priez pour que votre intimité s'affermisse et s'approfondisse.
5. Priez pour qu'il ait de multiples occasions de partager l'Évangile aux autres.

Alors que vous priez de tout votre cœur, avec amour, foi, persévérance et minutie, vous verrez la bénédiction de Dieu se déverser sur votre mariage et sur le ministère !

Et à l'instar d'Abraham, de Moïse, de Pierre, de Paul et de Daniel, nous pouvons rejoindre les rangs de ceux qui ont vu le pouvoir de Dieu à l'œuvre à travers cet outil puissant qu'est la prière.

Pour finir, croyez que Jésus tiendra les promesses qu'il vous a faites.

invoque-moi, et je te répondrai; Je t'annoncerai de grandes choses, des choses cachées, Que tu ne connais pas. (Jérémie 33:3).

Soyez bénie,
Deborah

Division de l'Afrique centrale et de l'Est

L'Union des missions du Rwanda a tenu une formation pour formateurs (Training of Trainers, TOT) pour les femmes de pasteurs déléguées en mai dernier (2019). Cinquante femmes de pasteurs y ont participé et sont rentrées ensuite chez elles pour transmettre à leurs semblables ce qu'elles avaient apprises. Les sujets abordés incluaient la croissance personnelle, l'appel au ministère, les relations familiales et autres relations humaines. Elles ont également participé à des discussions de groupes et ont beaucoup prié.



Des femmes de pasteurs du Rwanda se réunissent à Nyamata.



Des femmes de pasteur leaders du Rwanda animaient des groupes de discussions.

Division de l'Afrique de l'Ouest et du centre



Des femmes de pasteurs de l'Union des missions du Cameroun se réunissent à Batouri.



Une cérémonie de consécration a eu lieu à Maroua, au Cameroun, en Avril 2019.



Des femmes de pasteurs font de l'évangélisation dans le centre du Ghana.



L'Union de l'est du Sahel a tenu une retraite pour les femmes de pasteurs en juin 2019.



Les femmes de pasteurs de la mission de l'est du Sahel se réunissent à la plage.



Les femmes de pasteurs de l'est du Sahel en pleine discussion lors d'une retraite.



Les femmes de pasteurs de l'Union de l'Afrique de l'Ouest se réunissent au Libéria.



Les femmes de pasteurs du Ghana Sud-Centre ont fait un don à un orphelinat.

Les femmes de pasteurs de la fédération d'Accra City se sont réunies en avril 2019.



Revival
& REFORMATION

2020 Days of Prayer and Fasting
"Pioneer Prayer"

January 4 | April 4 | July 4 | October 3

Download the program materials and discover other resources at www.revivalandreformation.org

