



GLORIA LINDSEY TROTMAN

CE QU'ON NE DIT PAS À
LA FEMME DU PASTEUR

© Copyright 2022

Association Pastorale de la Conférence
Générale 12501 Old Columbia Pike
Silver Spring, Maryland 20904, USA
www.ministerialassociation.com

Droits Exclusifs d'impression et de
distribution en Afrique du Sud : Division
Afrique Australe – Océan Indien
27 Regency Drive
Route 21 Corporate Park
Nellmapius Drive
Irene 0174 Pretoria
Afrique du Sud
Tel: +27 (0) 12 345-7000

Image de couverture de jigsawstocker

ISBN 978-0-6397-0918-5

Imprimé par Africa Publishing Company
www.africapublishingco.com

Tous droits réservés. Aucune portion de ce livre ne doit être reproduite, conservée dans un système d'extraction, ou transmise sous n'importe quelle forme ou n'importe quel moyen (électronique, mécanique, photocopie, enregistrement, scanning, ou autre), sauf pour de brèves citations dans des revues critiques ou articles, sans l'autorisation préalable écrite de l'éditeur.

Le format de documentation MLA (Modern Language Association) a été utilisé dans ce livre.

Les femmes de Pasteur ne sont souvent pas préparées à la dynamique qu'elles rencontrent quand elles entrent dans le ministère. En surface et quand on les observe de loin, il semble cependant que la femme du pasteur mène une vie normale, avec les défis que rencontrent d'autres femmes professionnelles.

Les spectateurs la considèrent comme chanceuse, surtout que selon leur perception, à ses côtés, se tient un homme qui se soucie de son salut et qui est prêt à la submerger de prières. Demandez à n'importe quelle femme de pasteur et elle dévoilera quelques révélations choquantes—pas nécessairement déplaisantes, mais des réalités quand même stupéfiantes. Pourquoi ne lui a-t-on rien dit à ce sujet avant ? C'est ce dont ce livre parle.

Jim Cress, Secrétaire de l'Association Pastorale de la Conférence Générale des Adventistes du Septième Jour, qui m'a apporté un encouragement, un support, et une affirmation constants.

Sharon Cress, Secrétaire Associée de l'Association Pastorale et Coordonnatrice Shepherdess de la Conférence Générale des Adventistes du Septième Jour, ma merveilleuse amie, dont la perspicacité et la sensibilité incroyables m'ont permis de continuer.

Peter J. Prime, Associé Secrétaire de l'Association Pastorale de la Conférence Générale des Adventistes du Septième Jour, dont la confiance en mes capacités, m'a aidée à croire en moi.

Israel Leito, Président de la Division Inter Américaine de la Conférence Générale des Adventistes du Septième Jour, dont l'intérêt unique et passionné pour les familles de pasteurs et la compréhension témoignée auprès des femmes de pasteurs, sont indescriptibles.

Rae Lee Cooper, mon amie, dont la confiance calme et la sincérité m'ont impressionnée pendant des années.

Les nombreuses femmes de pasteurs qui ont confessé leurs craintes partagées concernant leurs responsabilités pastorales, des femmes qui m'ont encouragée à continuer à distribuer du matériel de mes séminaires, des femmes de pasteurs qui ont volontiers partagé leurs expériences dans cette publication.

Merci, Shawna et Nelita, mes deuxième et troisième filles, respectivement, pour votre bonne volonté à écouter certaines parties de mon brouillon, de temps à autre, et pour votre précieuse contribution.

Je dois beaucoup à notre merveilleuse fille aînée, Karen-Mae, pour ses qualités rédactionnelles vives et son engagement pour que j'accomplisse ce projet.

Ma chère maman, qui m'a préparée pour le ministère de la femme du pasteur, par les vertus qu'elle m'a inculquées.

Et Jansen, mon mari dévoué, mon premier fan, et celui qui non seulement m'a sensibilisée à plusieurs choses que doit savoir la femme d'un pasteur, mais qui a aussi choisi le titre de ce livre.

Par-dessus tout, je remercie Dieu de m'avoir employée et de m'avoir enseignée à répondre aux besoins des femmes de nos pasteurs. Sa grâce, Sa compassion, et Son amour m'ont soutenue, et Ses bénédictions sont innombrables.

DÉDICACE

À toutes les femmes de pasteurs —
présentes et futures

Questions ! Nous avons des questions. Non des questions profondes, théologiques, impondérables—celles-ci peuvent être laissées aux théologiens. Nos questions sont bien plus simples : Qui ? Quoi ? Quand ? Où ? Comment ? Pourquoi ?

Qui établit les règles ?

Quelles sont ces règles ?

Quand prennent-elles effet ? Où sont-elles écrites ?

Comment puis-je les connaître ? Pourquoi personne ne m'a rien dit ?

Des réponses ! Gloria Trotman a des réponses. Son nouveau livre, *Ce qu'on ne Dit Pas À La Femme du Pasteur*, va vous partager les réponses.

Gloria, femme de Pasteur, ayant de l'expérience et responsable, elle-même d'un ministère, a écrit son nouveau livre à l'intention des épouses de pasteurs et pour de futures épouses de pasteurs qui n'ont pas encore pensé à poser plusieurs de ces questions.

Dans ces pages, nous découvrirons les règles—la plupart non écrites mais malgré tout strictement renforcées—concernant ce qu'on attend des femmes de pasteurs : partenaire de mariage et de ministère, amoureuse, parent, gestionnaire, et (ceci est vraiment important) toute autre chose que les membres d'église veulent que vous fassiez.

Les paroles de sagesse de Gloria vous aideront à obtenir la position méritée de "première dame de votre congrégation." Mais avant de vous réjouir en anticipation d'un statut si élevé, rappelez-vous ce que les membres veulent dire—vous serez la première dame à laquelle ils penseront à appeler quand il y aura un problème à résoudre, un dîner à préparer, un invité à recevoir, une classe à enseigner, ou même une salle de bain à nettoyer.

Vous n'avez pas à faire toutes ces choses, mais vous devriez savoir qu'on s'attend à ce que vous accomplissiez toutes ces choses et plus—et à les faire avec grâce, calme, et raffinement, souvent avec seulement un préavis de 10 minutes.

Pourquoi personne ne vous a rien dit ? Pourquoi quelqu'un ne vous a-t-il pas préparée ? Eh bien, maintenant vous le saurez. Et vous serez mieux préparées aux risques et récompenses d'être des partenaires du pasteur.

Nous supplions chaque pasteur, administrateur, responsables de fédération, de l'église locale, et de membres de comité de lire et d'apprendre. Vous apprendrez d'une experte ! Et quand vous comprendrez l'étendue du sujet et apprécierez les réponses directes et les vérités simples que partage Gloria, vous comprendrez en vérité *Ce Qu'on Ne Dit Pas À la Femme du Pasteur*.

James A. et Sharon M. Cress

Association Pastorale, Conférence Générale des Adventistes du Septième Jour

TABLE DES MATIÈRES

Introduction	9
1. Le Ministère Peut Être un Danger pour Votre Vie	13
2. Quel Est Cet Homme Étrange Que J'ai Épousé ?	21
3. Journées Solitaires, Nuits Longues	29
4. Devez-Vous Être Une Cascadeuse ?	35
5. La Vie de Piété d'Une Femme du Pasteur	49
6. "Brille, Brille, Petite Étoile"	59
7. Vous Êtes l'Être Aimée de Votre Mari	69
8. Relations, Relations	83
9. Vous Pouvez Le Faire!	91
10. Le Stress, Le Stress, Partout	97
11. C'est Bien de Rire	109
12. Tout Vous Est Possible	117
13. ATTENTION: Passage de Loups	125
14. Prendre Soins de Soi-même	135
15. Que Faisons-Nous Aujourd'hui?	143
16. Quand Votre Mariage est en Difficulté	147
17. Il Est Capable	153
Ouvrages Cités	157

INTRODUCTION

Je me souviens de la Deuxième Semaine de notre mariage comme si c'était hier. Tant de choses étaient arrivées. Tout avait semblé se dérouler si vite. D'abord, j'étais une mariée aux anges, puis une épouse timide. Bientôt j'étais une nouvelle venue dans un autre pays, une femme au foyer nerveuse, et, bien sûr, la femme du pasteur. Je me souviens d'avoir été enlevée d'une lune de miel « somptueuse » de deux jours et lancée dans une série de rencontres évangéliques. Le parfum de mon bouquet de mariée s'était à peine estompé, et j'avais encore dans la bouche le goût de notre gâteau de mariage. J'étais nouvelle, et je me délectais dans cette sensation de "nouveau".

Puis cela est arrivé ! La lune de miel était littéralement finie et remplacée par la réalité. C'était le premier jour de lessive de M. et Mme. Trotman. Je n'en croyais pas mes yeux alors que je triais la pile interminable de vêtements sales. *D'où venaient tous ces vêtements ? Sûrement "un ennemi l'avait fait."* J'ai eu un mouvement de recul à l'idée de laver à la main chaque vêtement. Cette nouvelle mariée ne jouissait pas du luxe d'une machine à laver ou d'une essoreuse quand elle avait épousé le jeune pasteur stagiaire. Cependant, j'avais la chance d'avoir un mari qui m'aidait à faire la lessive. Nous l'avons appelé notre expérience de connexion. Ce n'était pas si mal après tout. J'étais là pour une nouvelle expérience. Personne ne m'avait dit avant que le mariage multiplierait la charge de lavage ! L'épisode du jour de lessive n'était qu'une des choses dont je n'avais pas été prévenue. D'autres expériences ont suivi.

J'ai dû affronter ma première évaluation en recevant un pasteur principal. J'avais étudié et m'y étais préparée comme si j'allais passer un examen. Le menu était simple, coloré, et nutritif. La table était correctement mise. Il y avait une musique classique douce à l'arrière-plan. Le repas était prêt. Je dois avouer ici que la nuit précédant le déjeuner spécial avait été une nuit très agitée. J'avais au moins besoin de lui présenter un repas impressionnant.

Le repas s'est bien déroulé et le visiteur est parti, content et bien nourri. Je suis retournée dans ma cuisine pour nettoyer, très fière de moi. Puis, avec horreur, j'ai découvert un item du menu attendant encore avec obéissance, intact et tel quel dans notre four ! J'ai retenu deux importantes leçons de cette expérience culinaire : (1) Faire toujours une liste lorsqu'on planifie de recevoir, et (2) tout ce qui peut aller mal, ira mal. La Loi de Murphy est valable dans un presbytère, aussi !

Durant nos premiers mois de mariage, j'accompagnais mon mari dans ses visites aux paroissiens. Plusieurs raisons expliquaient ces visites, allant des prières pour les malades et agonisants aux encouragements pour ceux dans la détresse ou la formation des nouveaux membres. Quand les cas étaient plus complexes ou privés, je n'accompagnais pas mon mari. Il allait seul ou avec son ouvrier biblique. Souvent je m'interrogeais sur les propres motivations de mes visites avec lui. Était-ce parce que j'aimais rencontrer les gens ou était-ce un devoir que j'essayais d'accomplir ? Est-ce que je considérais ces visites comme une partie essentielle de notre ministère en équipe ? Quelle joie éprouvais-je en réalité alors que je servais de cette façon ? Pendant plusieurs mois, ces questions m'ont hantée. Cependant, il y a deux choses pour lesquelles je n'avais aucun doute. Les chers membres d'église exprimaient généralement leur joie à me voir, et cela me permettait de passer quelques heures supplémentaires avec mon mari si occupé.

Il y eut d'autres occasions où la réalité s'est moquée de moi. J'avais entendu parler de yeux curieux, mais maintenant je pouvais les sentir me perçant le dos. J'avais entendu parler du « bocal à poissons » pastoral. Maintenant je sentais la température glaciale alors que je patageais dans ces eaux. Personne ne m'en avait parlé aussi.

L'autre jour, une amie a partagé une expérience intéressante avec moi. Elle m'a révélé qu'après quelques années de mariage avec un pasteur, elle a rencontré le pasteur qui les avait mariés. Elle lui a rappelé qu'ils n'avaient reçu ni études de préparation au mariage, ni conseils de survie pour le ministère. "Pourquoi," a demandé mon amie, "ne m'avez-vous pas dit certaines des choses auxquelles une femme de pasteur doit faire face ?"

"Oh, a répliqué le pasteur principal avec désinvolture, je ne voulais pas vous gêner les choses."

Les femmes de pasteurs ne sont pas les seules qui ont besoin d'un aperçu du mariage, de la famille, et des responsabilités liées à la carrière. La vie abonde de défis, d'exigences, de déceptions, et de souffrance pour chaque femme. La vie est aussi pleine de bénédictions, de récompenses, et de miracles, de sourires, d'étreintes et de rires.

CE QU'ON NE DIT PAS À LA FEMME DU PASTEUR

Pourquoi personne ne nous dit ceci à l'avance ? Peut-être parce que la plupart d'entre nous ont aussi été prises au dépourvu. La vérité ? Aucune d'entre nous n'est passée par là avant. La bonne nouvelle ? Nous traversons toujours cette voie, et nous pouvons partager ceci !

Gloria Lindsey Trotman

CHAPITRE 1

LE MINISTÈRE PEUT ÊTRE UN DANGER POUR VOTRE VIE

Pour plusieurs d'entre nous, nos premiers souvenirs de la dame se tenant à côté du pasteur de notre église étaient positifs. Elle était "belle," ce qui est la description habituelle de chaque femme de pasteur. Je me rappelle difficilement une introduction d'une femme de pasteur, dépourvue de cet adjectif. Je souris encore d'une remarque de notre troisième enfant, après une telle introduction lors de la visite d'une femme de pasteur à notre église, un jour. Elle me demanda une explication à sa simple question : "Maman, pourquoi disent-ils cela tout le temps ? Toutes les femmes de pasteur sont-elles belles ?"

Nous avons aussi remarqué que la femme du pasteur souriait fréquemment, exhibait une dignité calme, et cachait partiellement un pourcentage de sa vraie personnalité sous un généreux chapeau à larges bords. Quelques femmes occupaient soit le premier soit le deuxième banc et semblaient littéralement captivées par le déroulement des événements, si leur petite progéniture pastorale le permettait. D'autres femmes préféraient se positionner à l'arrière-plan ou essayaient même de rester incognito. Ma perception est que plusieurs parmi nous, à un moment ou à un autre, ont souhaité pouvoir disparaître quand de grands défis se présentaient à elles. Ce n'est pas un souhait de disparition permanente, seulement une brève sortie pour éviter d'être vues.

L'autre jour j'ai été accueillie par un grand panneau : ATTENTION ! SUBSTANCES dangereuses. NE VENEZ PAS DANS UN RAYON DE DEUX MÈTRES ! Je réfléchissais à toutes les substances dangereuses qui sont constamment dans la vie d'une famille pastorale. Étant donné qu'il semble impossible de garder une distance d'elles, nous nous retrouvons à faire la cour à ces toxines comme mode de vie. Examinons brièvement certains de ces dangers.

Manque d'Identité

Un de nos premiers défis est de découvrir qui nous sommes réellement.

Bien sûr chaque femme doit trouver cela elle-même. Les familles pastorales sont souvent harcelées par d'autres personnes qui cherchent à les transformer en

ce qu'elles ne sont pas ou ne veulent pas être. C'est frustrant et parfois pénible. Quand nous nous connaissons et savons ce que Dieu attend de nous, nous ne devenons pas facilement victimes de ce danger. Savoir qui nous sommes et être à l'aise avec la révélation de nous-mêmes est le premier pas pour maintenir notre santé mentale. Nous ne serons pas de la pâte à modeler entre les mains de notre congrégation ou communauté. À la place, nous pourrions rester fermes et confiantes, appréciant ainsi une large mesure de bonheur.

Comment pouvons-nous le réaliser ? Parfois nous oublions que Dieu nous a donné la solution dans Sa Parole. Nous connaissons notre origine. Nous sommes sorties des mains aimantes de notre Créateur. Nous savons aussi à qui nous ressemblons. Quand on nous dit que nous ressemblons à une célèbre personne, nous nous sentons un peu flattées. Qui n'aime pas être associé à la célébrité et au succès ? Nous connaissons notre origine. Nous avons été faits à "À Son image, il le créa à l'image de Dieu ; Il créa l'homme et la femme" (Gen. 1 :27). Nous sommes des objets uniques de la création de Dieu ; même les cheveux de notre tête sont comptés (Matt. 10 :30).

L'image s'améliore. Je vous invite à apprécier ce texte avec moi : "Vois ! Je t'ai gravé sur mes mains. Tes murailles sont constamment devant moi" (Ésa. 49 :16). Je me tiens toujours en présence de Mon Père aimant. Je suis gravée sur Ses paumes. Ce n'est pas une note gribouillée. Ce n'est pas un griffonnage inintelligible. C'est gravé dans les paumes du Seigneur. Cela représente une profondeur de notre relation, une connexion permanente. Je suis poussée aux larmes lorsque j'y pense. Mais ce n'est pas tout. Jésus est mort pour moi. Qui suis-je donc ? Je suis l'enfant de Dieu et un objet de son amour Éternel. Maintenant que je sais qui je suis, je ne me permettrai pas de me laisser torturer par des sentiments d'infériorité et un manque d'identité.

Attentes

Faire face aux attentes est un autre des dangers de la femme du pasteur. Ceci peut souvent nous mettre dans une mauvaise situation. Il semble parfois que nous nous noyons dans une mer d'attentes. Il y a les attentes de nos époux, de nos ami(e)s et de nos enfants ; plus cruciales sont les attentes de nos congrégations. Ces attentes semblent se resserrer sur nous et nous étrangler. J'ai découvert que les attentes peuvent être cruelles et étouffantes. Peu de croissance résulte d'attentes. Nous faisons l'expérience de plus de frustrations et de déceptions. Les attentes peuvent secouer et alimenter notre manque de confiance quand nous percevons que nous ne réussissons pas à y répondre.

Dans un effort de traiter les attentes, nous nous retrouvons à nous tourner dans une direction puis dans une autre. C'est un exercice vertigineux avec

des résultats futiles. J'ai entendu parler d'un pêcheur qui était très fier de ses poissons et se faisait une vision d'un marché lucratif. Il décida donc, de placer un grand écriteau devant sa petite hutte. Y étaient inscrits les mots "VENTE DE POISSON FRAIS ICI QUOTIDIENNEMENT."

Un voisin se présenta et il trouvait que l'écriteau avait trop de mots. "Tout le monde sait que vous vendez du poisson frais. Vous ne feriez pas la publicité de poisson périmé, n'est-ce pas ?" dit le voisin. "Pourquoi ne pas éliminer le mot 'frais.'"

Aussi le vendeur changea-t-il l'écriteau en "Poisson vendu ici quotidiennement."

Le jour suivant, quelques amis du pêcheur se moquèrent de l'écriteau. "Bien sûr, tout le monde sait que tu vends le poisson. Enlève le mot 'Vendu.' Et pour le mot 'ici,' personne ne pensera que ton poisson est vendu ailleurs qu'ici. Tu n'as donc pas besoin du mot 'ici.'"

Le pêcheur changea l'écriteau en "Poisson quotidiennement."

Peu après, arriva le frère du pêcheur, qui venant de sortir de l'université. "Mon cher frère, ton écriteau est ambigu. Que veux-tu vraiment dire ? Y a-t-il une rivière à côté où on peut pêcher chaque jour un poisson ? Je ne pense pas. Ce que tu veux dire est que tu vends du poisson ici chaque jour. Tout le monde le sait. Tu n'as pas besoin du mot 'quotidiennement.'"

Aussi le pêcheur enleva-t-il le mot "quotidiennement." Il ne restait plus qu'un seul mot—"Poisson."

Le jour suivant un jeune homme aux yeux brillants tomba sur l'écriteau. "Poisson ?" s'exclama-t-il, alors qu'il regardait l'écriteau peu clair. "Poisson quoi ? Poisson où ?"

Nous ne pouvons pas nous permettre de nous plier aux attentes de chacun.

Nous devons évaluer nos talents et nos convictions et laisser la sagesse de Dieu nous diriger.

Souvent les attentes des gens sur nos enfants sont irréalistes et injustes. N'y a-t-il pas plusieurs d'entre nous qui désirent vivement protéger nos jeunes de langues insensibles et de remarques sans tact ? Quelqu'un pourrait-il accepter que les enfants restent les enfants, même s'ils sont des enfants de pasteur ?

Je pensais être prête pour l'arrivée de notre premier bébé, Karen-Mae. J'avais lu tout ce que je pouvais trouver sur la préparation à la naissance et les premières années de notre progéniture. D'abord, je découvris que l'accouchement était conçu pour me rappeler le récit biblique de la chute de l'homme et de la sentence d'un accouchement pénible prononcé contre la femme : "J'augmenterai la souffrance de tes grossesses. C'est dans la douleur que tu mettras tes enfants au monde" (Gen. 3 :16).

Plus tard, j'ai appris que des parents fatigués, endormis cédaient leur confort à un bébé hurlant à deux heures du matin. J'ai aussi appris qu'il était très facile de se sentir impuissante et inadéquate en présence d'un bébé qui hurlait avec une colique. Au milieu de mes efforts futiles pour réconforter Bébé Karen-Mae, je fondais souvent dans des torrents de larmes. D'une certaine façon cela me faisait me sentir mieux—pas mon bébé. Je suis soulagée que toutes dans le monde n'ont qu'une expérience de « premier bébé » dans une vie.

Je découvris que je ressentais les regards curieux des “saints” de l'église quand je m'occupais du bébé pastoral. Un jour mon bébé était normal, agité, et maussade. Elle avait pleuré plusieurs fois durant l'heure du service divin de l'adoration. Par conséquent, j'avais dû effectuer de multiples voyages hors du sanctuaire pour ne pas déranger le service. Alors que je me tenais aux côtés de mon mari pour saluer les membres et les visiteurs après l'église, j'entendis une chère sœur dire à mon bébé de trois mois : “Tu dois te rappeler que tu es l'enfant du pasteur. Tu dois apprendre à bien te comporter.” J'avais la tête qui tournait et la gorge sèche. Un millier de répliques “appropriées” se précipitaient dans mon esprit et se disputaient pour que je les prononce ; cependant, je gardais mon calme. Pourquoi personne ne m'en avait parlé avant ?

Si nos enfants doivent s'en sortir indemnes, nous devons prendre du temps pour comprendre leurs défis. En les impliquant dans le témoignage créatif, nous pouvons les aider à trouver de la joie en servant Jésus. Nous devons aussi les protéger des problèmes du ministère. Trouver des façons pour qu'ils s'amuse et profitent de leur enfance. Construire des souvenirs heureux du temps passé en famille.

En formant nos enfants à être des Chrétiens et en les confirmant régulièrement, nous pouvons aider nos enfants à survivre aux torrents d'attentes. Ils ont besoin de nos prières. Priez pour une “haie de protection” autour d'eux. Faites du temps pour eux. Couvrez-les d'amour inconditionnel.

Stress Financier

On fait beaucoup de références à l'importance de la capacité gymnastique pour les manœuvres financières dans la famille du pasteur. Maintenant j'avais à prendre un cours intensif dans la gestion de l'argent. Cette formation continue devait être rapide et avoir du succès ; il n'y avait aucune marge d'erreur. Une femme de pasteur doit être une magicienne des finances. Elle doit faire des miracles avec des dollars—s'habiller bien et bien habiller sa famille, paraître bien, bien nourrir les paroissiens, être une bienfaitrice, et prier Le Seigneur frénétiquement pour la maintenir à flot.

Chaque Chrétien doit pratiquer la gestion de l'argent. Cela peut être nécessaire d'assister à des séminaires de gestion financière ou même de rendre visite à un conseiller financier pour avoir de l'aide. En tant que gestionnaires Chrétiens nous devons prêter attention à la gestion de nos finances. Nos familles peuvent réduire les dépenses de plusieurs façons. Nous pouvons économiser l'utilisation de l'eau et de l'électricité. L'utilisation de coupons et des réductions pour les achats peuvent aider n'importe quelle femme à faire durer le dollar.

Il est vrai que le salaire du pasteur n'équivaut pas souvent à celui d'autres professionnels avec les mêmes qualifications académiques. Pourtant on s'attend à ce qu'il garde certaines caractéristiques du mode de vie d'un ambassadeur du Christ. Pour ceci le couple pastoral doit éviter deux pièges. Nous ne devons pas faire appel à nos paroissiens pour une aide financière. Emprunter des membres de notre assemblée est inacceptable.

Oh, mais nous avons un Sauveur aimant qui ne cesse jamais de pourvoir à nos besoins. Quand nous donnons à Dieu Sa part de nos revenus, Il bénit le reste de notre argent. J'ai fait l'expérience de plusieurs miracles d'étirements de dollars et de rappels constants que Dieu peut prendre soin de nos besoins même avant que nous ne Lui demandions.

Sur-engagement

"Je suis tout le temps si fatiguée. Il semble que je ne peux aller à tous mes rendez-vous." C'était le commentaire d'une jeune femme de pasteur.

Je lui demandai en quoi consistait son programme. C'était un tourbillon de responsabilités. Elle avait été en charge de la division des enfants à son église. Elle était à la fois la pianiste de l'église et une des directrices de la chorale des enfants. Elle travaillait aussi comme comptable dans une grande entreprise. Bien sûr elle avait trois enfants, et son mari s'occupait d'une grande église. Cette jeune femme était sur la bonne voie d'un surmenage ou même d'une dépression. Elle avait besoin d'évaluer son programme et se concentrer sur ses priorités.

Parfois un sentiment de culpabilité pousse une femme de pasteur à trop s'impliquer. Ce n'est pas ce que souhaite notre Père. Il y a des moments dans la vie d'une femme quand elle peut ne pas être active dans l'église comme elle aimerait l'être. Il est difficile pour la femme d'un pasteur avec des enfants en bas âge ou un bébé et de très jeunes enfants de servir dans plusieurs domaines comme le ferait une femme avec des enfants plus âgés et moins dépendants d'elle. Nous sommes injustes envers nos familles et nous quand

nous permettons à des paroissiens de déterminer notre charge de travail. Nous connaissons la taille de notre assiette de même que nos capacités physiques et mentales. Par conséquent, nous devrions choisir des domaines où servir et nous ne sacrifierons ni nos familles ni notre propre santé.

Notons les paroles avisées de Dorothy Kelley Patterson dans son livre, *A Handbook for Ministers' Wives: (Un Manuel pour les Femmes de Pasteurs)* (trad libre)

“En tant que femmes de pasteur, essayer de façonner votre vie pour répondre aux attentes de vos paroissiens vous mènera au désastre et à la désillusion rapidement. Vous n’êtes pas destinées à prendre des risques dans vos occupations. . . mais à accomplir votre tâche authentiquement et avec un engagement sincère dans les responsabilités que Dieu vous a données. Le reste du script se déroulera selon le plan de Dieu pour vous.” (5)

Faisons confiance à Dieu pour nous diriger dans les domaines du service et aussi pour nous donner la sagesse de prioriser.

Surcharge Émotionnelle

En tant que couple pastoral nous sommes submergés par les problèmes de nos membres d’église. De multiples sessions de conseils et de comités, de réunions d’administration, de funérailles, de maladies terminales d’un ou de deux membres d’église, en plus de nos propres défis, peuvent drainer nos ressources émotionnelles. Intérioriser le stress, et les pressions de notre paroisse s’installent rapidement. Bien que cela soit difficile, mais nécessaire, nous devrions mettre de côté ces problèmes pour revitaliser nos énergies pour continuer notre service pour l’humanité. La jeune mère qui a fait une fausse couche, l’adolescent qu’on a surpris avec de la drogue, l’ado enceinte, la famille abusive, le couple avec des problèmes de fertilité, le père qui a perdu son emploi—voici les événements qui surchargent émotionnellement le couple pastoral. C’est là où un programme d’exercices, des vacances, ou simplement décider de faire une coupure de ces problèmes aideront beaucoup. Regardez un film qui fait rire ou faites-vous masser. Nous devons trouver des moyens pour nous défaire des soins que nous prodiguons pendant un moment, pour récupérer nos forces pour servir.

Stratégies d’adaptation

Comment réagir face aux dangers du ministère ? Il y a une augmentation du nombre de femmes de pasteurs, candidates à la dépression, avec une combinaison de facteurs qui mène à cet état. Le fardeau du pastorat est un

facteur majeur qui y contribue. Les femmes qui se sentent dépassées, tristes, larmoyantes, ou faibles doivent voir un médecin. Si une personne préfère s'éloigner des autres la plupart du temps, perd de l'intérêt pour son apparence, ou devient distraite, une visite au médecin est recommandée. Parfois ce que d'autres considèrent comme insignifiant ou trivial peut surgir comme un grand facteur menaçant aux yeux de cette femme. C'est le moment de voir un médecin. Nous, les femmes, avons besoin de prendre soin de notre santé.

C'est une bonne idée d'identifier ces facteurs de stress. Qu'est-ce qui cause la nervosité, la contraction des muscles de l'estomac, ou l'anxiété ? Est-ce que ce sont les problèmes ou les gens qui nous vident de nos forces ? Il doit y avoir une méthode de nous débarrasser de ces poids. Mettez les problèmes en veilleuse. Sortez avec une amie ou deux, et trouvez un sujet qui vous fera rire.

Finalement, en augmentant notre intimité avec Dieu, vous ferez l'expérience d'un nouveau regard sur votre ministère. Passez des moments tranquilles avec Lui. Engagez-vous dans de régulières sessions de prières avec votre époux. De plus, louez Dieu souvent. J'aime la recommandation du psalmiste : "Sept fois par jour je Te célèbre" (Ps. 119 :164). Ceci signifie que nous, comme le psalmiste, devrions louer Dieu toute la journée. La louange éloigne les agents de l'enfer et des ténèbres.

Personne n'a peut-être jamais parlé des dangers professionnels à la femme du nouveau pasteur. Cependant nous pouvons avoir l'assurance de la promesse dans la Parole de Dieu : "Je suis persuadé que celui qui a commencé en vous cette bonne œuvre la poursuivra jusqu'à son terme, jusqu'au jour de Jésus-Christ" (Phil. 1 :6).

[illegible]

CHAPITRE 2

QUEL EST CET HOMME ÉTRANGE QUE J'AI ÉPOUSÉ ?

“Je vous déclare maintenant mari et femme.” Combien de mariées pastorales entendent-elles et comprennent-elles vraiment cette déclaration de l’officier d’état civil ? Le nouveau mari est un homme. Il est un mâle créé par Dieu avec tous les droits, privilèges qui s’ensuivent, et des manies qui “appartiennent à cela.” Quelqu’un a dit qu’après chaque noce, arrive un mariage. Dans ce mariage, entrent un homme et une femme. Les participants à ce mariage pastoral sont d’abord un homme et une femme, puis un Pasteur et son épouse. “Dieu créa l’homme à Son image, Il le créa à l’image de Dieu. Il créa l’homme et la femme” (Gen. 1 :27). Ce texte s’applique aussi aux couples pastoraux. Ainsi Dieu les créa “mâle et femelle,” non le pasteur et sa femme.

À moins de nous permettre d’entrer en contact avec qui nous sommes dès la création, nous nous déplaçons autour d’une chambre en plastique pleine de figurines et de reflets. Ceci nous vole notre capacité à accepter la réalité de la vie. D’une part, nos maris doivent se rendre compte que nous sommes des femmes avec des sensibilités, des comportements et des besoins féminins. D’autre part, nous les femmes, devons accepter la “masculinité” de nos maris—leurs perceptions cliniques, leurs forces, et leur vulnérabilité.

Hommes et femmes font souvent face à des défis pour se comprendre réciproquement. Beaucoup de frictions pourraient être éliminées du mariage si les genres se comprenaient mieux. Une plus grande harmonie conjugale serait appréciée si mari et femme exerçaient une volonté et un effort pour s’étudier l’un l’autre.

Différences Physiques

Une des différences physiques entre mâles et femelles est dans le domaine de la force. En général, les hommes ont plus de muscles et plus de force physique. Cependant, les femmes tendent à vivre plus longtemps que les hommes. La peau de la femme est d’habitude plus lisse, alors que celle de l’homme est plus dure. Même si les femmes se flattent de survivre à la peine atroce de l’accouchement, il y a eu le verdict controversé que les hommes tolèrent mieux

la douleur. En d'autres mots, alors que les femmes hurlent et s'évanouissent même, face à une forte douleur, les hommes sont capables de réagir mieux dans des situations similaires. Nous nous demandons encore si l'orgueil masculin n'est pas un facteur déterminant de la survie mâle face à une forte douleur.

Différences Mentales et Émotionnelles

La ligne de démarcation entre les capacités mentales des hommes et des femmes semble s'estomper. En général, les femmes ont une meilleure capacité verbale, mais les hommes tendent à exceller dans la capacité spatiale. Nous remarquons, cependant, que plus de femmes font preuve d'une amélioration dans leur performance spatiale, et plus d'hommes excellent aussi dans le domaine verbal. En fait, alors que les femmes ont en général une profonde capacité verbale, plus d'hommes sont des instructeurs en langues. En général, les femmes parlent plus que les hommes. Quand les hommes parlent, ils ont une approche plus concise, et emploient donc la moitié des mots qu'emploient les femmes.

Les différences émotionnelles sont marquées. Les femmes sont intuitives, sentimentales, et expressives. Nous sommes aussi un puzzle pour les hommes dans la manière dont nous exprimons nos émotions. Nous pleurons quand nous sommes heureuses et versons des torrents de larmes quand nous sommes tristes. Mon mari m'a poussée à choisir les occasions où je veux pleurer ou danser. Je pleure à des mariages, des remises de diplômes, et des funérailles. Je pleure à des départs et à des retrouvailles. La beauté de la musique ou de tableaux m'aveugle de larmes. Quel bouquet de contradictions sommes-nous, les femmes !

Les hommes sont terre à terre, froids, et généralement moins expressifs. C'est difficile pour nous les femmes de comprendre. Les femmes sont très sensibles au sujet de leur corps et de leurs réussites professionnelles. Elles recherchent l'approbation et ont tendance à souffrir d'une faible estime de soi. Les maris devraient prendre note de ceci. Même si les hommes présentent souvent une apparence plus sûre, ils ont un ego fragile. Les femmes devraient en être conscientes et éviter de briser l'ego de leurs époux.

Différences dans L'Approche du Romantisme

Le romantisme et les expressions d'amour font partie intégrante du caractère d'une femme. Les hommes sont parfois trop occupés et terre à terre pour être romantiques. Parfois ce n'est pas une si mauvaise idée que les magasins nous bombardent avec des rappels du Jour de la St Valentin. Il y a

quelques années, un jeune homme me fit la remarque qu'il avait récemment acheté une voiture familiale ; par conséquent sa femme n'avait pas intérêt à s'attendre à recevoir quoi que ce soit pour la St Valentin. "Je veux dire, même pas une carte," précisa-t-il.

Ce commentaire m'abasourdit. Je craignais qu'il ait complètement raté le coche. Qu'est-ce que l'achat d'une voiture deux mois avant, avait à voir avec une carte de St Valentin ? Cet homme avait la certitude qu'en achetant une nouvelle voiture, il démontrait son amour. Je savais qu'il en était autrement. Je sentais que dans le cœur d'une femme, une simple carte exprimant son amour aurait "plus de valeur" que plusieurs voitures. Aussi osai-je lui suggérer d'acheter à sa femme une petite carte. En fait, je lui ai dit que ce serait une bonne idée de lui acheter une carte sans raison spéciale ou jour spécial nécessairement.

Quelques mois après cette rencontre, j'ai revu le jeune mari. "Vous rappelez-vous, a-t-il commencé, la brève conversation que nous avons eue sur la St Valentin ? Eh bien, vous auriez dû voir à quel point ma femme était contente quand elle a reçu les roses que je lui ai offertes."

"Oh, je suis si fière de vous," ai-je répondu. Je suis très contente pour sa femme. C'est ainsi pour nous les femmes. Nous sommes sentimentales. Nous sommes des romantiques avérées. Fleurs, bougies, et chocolats continueront à avoir une signification pour une femme. Des protestations fréquentes d'amour seront toujours accueillies par une oreille féminine. Nous, femmes continuerons à ne pas pardonner à un mari qui oublie nos anniversaires de naissance et de mariage. Nous aimons aussi être prises dans les bras, serrées, cajolées, et embrassées. Une femme est une créature romantique.

Ses Attentes

Parfois la femme du pasteur tend à oublier qu'elle est mariée à un homme. Le fait d'être mariée à un pasteur lui reste toujours à l'esprit. Cette perception peut équivaloir à une déception et parfois même à un désastre alors qu'elle se relègue de la position de partenaire à celle de paroissienne. Cela signifie qu'elle s'entrave des attentes caractéristiques d'un membre d'église. Son objectivité est réduite à cause de sa tendance à considérer son époux avec la considération divine typique de quelques membres d'église. Ceci implique aussi que son mari ne peut rien faire de mal. Comment une femme peut-elle donc aider son mari ? De plus, son assurance d'être une partenaire égale est menacée. Quelqu'un a-t-il dit de la femme du pasteur qu'elle est avant tout mariée à un homme ?

Les attentes qu'a une femme de pasteur de son mari sont fondamentalement les mêmes que n'importe quelle femme n'ayant pas épousé un pasteur. Elle

s'attend à ce que ses besoins physiques, sociaux, et économiques soient satisfaits. De plus, cependant, elle souhaite que ses besoins spirituels soient comblés. Quand la femme d'un pasteur présente ses problèmes à son mari, elle s'attend à la réponse "prions". Ceci ne se passe pas aussi souvent qu'elle le souhaiterait. Le mari va probablement proposer une solution rapide, discuter le problème avec elle de manière concise, banaliser, ou peut-être simplement suggérer qu'elle prie à ce sujet—par elle-même ! C'est décevant pour elle parce que les pasteurs sont *supposés* prier avec les gens qui ont des problèmes, même si ces personnes sont leurs femmes. Ils prient avec et pour les paroissiens, n'est-ce pas ? Pourquoi cela devrait-il être différent concernant leur femme ? Un nombre de femmes de pasteurs se sont posées des questions à ce propos.

Ses Besoins

Les attentes que le pasteur a de sa femme sont généralement semblables à ce qu'attend n'importe quel homme, de sa femme. Les hommes se plaignent souvent que leurs femmes ne les comprennent pas. Ces hommes soutiennent qu'une plus grande compréhension conjugale apporterait une meilleure satisfaction matrimoniale. Étant donné que les hommes préfèrent d'habitude souffrir en silence, ils verbalisent rarement leurs sentiments. Quand avez-vous entendu dernièrement un homme se plaindre ainsi : "Je ne suis pas apprécié ici !" ? Probablement, jamais. Cependant, si une femme se sentait négligée ou sous-appréciée, nous l'entendrions sur un ton clair, fluide, mais les hommes aiment se sentir aimés et appréciés. C'est bien de notre part, de leur dire, qu'ils sont spéciaux à nos yeux.

Un homme a besoin que son ego soit constamment reconstruit ou gardé intact. Les épouses qui sont des bâtisseuses d'ego sont appréciées de leurs maris. Plusieurs choses peuvent blesser l'ego d'un homme. Minimiser l'importance de son travail ou de son rôle comme pourvoyeur est une façon de blesser son ego. Les hommes aiment que leurs femmes comprennent à quel point leur travail est important pour eux. Quand les gens sous-estiment les capacités d'un homme et l'humilient surtout en public, il est dévasté. Les hommes aiment le respect, de même que de se sentir importants et compétents.

Les hommes apprécient que leurs femmes s'occupent de la maison. Garder confortable, propre, et belle une maison est un défi majeur, surtout pour celles qui travaillent hors de la maison. Ajoutez à cela deux jeunes enfants et le rêve peut facilement se transformer en cauchemar. Cependant, tout le monde aime rentrer chez soi dans une maison accueillante. Les femmes doivent trouver des raccourcis et des moyens pour se faire aider dans leurs tâches ménagères. Encourager un mari à aider dans la maison est une bonne idée. On devrait

aussi enseigner aux enfants à aider en accomplissant des tâches appropriées à leur âge. Des plans et des listes peuvent aider à organiser les tâches domestiques et évacuer le stress de la femme au foyer.

Les hommes ont aussi besoin du soutien émotionnel et spirituel de leurs femmes. Ils aiment que nous les écoutions quand ils s'aventurent à s'exprimer. Une femme sage va se saisir de cette rare occasion. N'hésitez pas à dire à votre mari que vous priez pour lui. Proposez de prier avec lui aussi. La prière a une puissance non révélée.

Discutez de vos buts avec votre mari. Reconnaissez ses succès et engagez-vous à être son soutien. En même temps, essayez de découvrir vos propres talents et appréciez la confiance dans vos propres capacités. Promettez-vous de compléter votre mari plutôt que d'entrer en compétition avec lui. Rappelez-lui souvent que vous êtes heureuse d'être sa femme. C'est ce en quoi consiste le partenariat conjugal.

Faites attention à vos sautes d'humeur, plaintes, et critiques constantes. Les hommes détestent cela. Même le roi Solomon ne pouvait le tolérer. Il exprime une forte préférence de vivre au coin d'un toit ou même dans le désert plutôt que de vivre dans un palais avec une femme bagarreuse, querelleuse, ou en colère (Prov. 19 :13; 21:9, 19; 25:24). Il semble avoir eu sa part de plaintes, parce qu'il dit clairement en ces termes : "Une gouttière qui coule sans cesse un jour de pluie et une femme querelleuse se ressemblent" (Prov. 27 :15). Le roi Salomon est manifestement un expert de ces comportements de femme. Avec 1 000 femmes dans sa vie en même temps, comment pourrait-il être moins informé ? (1 Rois 11 :1-3).

La mère ou la femme donne le ton pour la maison. Quelle responsabilité ! De lourdes charges de travail, des exigences financières, et un repos insuffisant contribuent à des explosions de colère et à des tensions. Comment une femme peut-elle alors garder sa douceur et une humeur égale ? Remettez votre charge de travail au Seigneur. Demandez à Dieu de vous donner Sa paix et le réconfort du Saint-Esprit. Ça marche !

Nous ne pouvons manquer de mentionner qu'un homme aime une femme en qui il a confiance. Les hommes n'expriment pas facilement leurs sentiments, et lorsqu'ils le font, les femmes doivent faire preuve de compréhension et de confidentialité. Si la femme agit comme une présentatrice de journal et expose les sentiments de son mari à d'autres, il se repliera et ne se confiera plus jamais à elle. Nous devrions considérer les espoirs, peurs et rêves de notre mari comme sacrés.

Nous ne devons pas négliger les besoins sexuels de hommes. Dans *His Needs, Her Needs*, (Ses Besoins à Lui, Ses Besoins à elle) Willard Harley

enregistre les résultats d'une étude qu'il a menée auprès de sujets masculins et féminins concernant la hiérarchie de leurs besoins. Les résultats étaient surprenants.

Voyons comment les hommes ont rangé leurs cinq premiers besoins dans un ordre d'importance décroissant :

1. Satisfaction sexuelle
2. Camaraderie de loisirs
3. Une femme attirante
4. Soutien domestique
5. Admiration

Les femmes dans le sondage avaient des priorités différentes. Observez leurs cinq premiers besoins :

1. Affection
2. Conversation
3. Honnêteté et Franchise
4. Support financier
5. Engagement/responsabilité à la famille. (182 – 184)

Nous ne pouvons, nous empêcher de constater, qu'alors que la satisfaction sexuelle est à la tête des besoins les plus importants des mâles, elle n'apparaît pas sur la liste des cinq principaux besoins chez la femme dans cette étude. C'est peut-être le bon moment de nous rappeler que les pasteurs sont aussi des mâles.

Au commencement Dieu nous créa différents, "Il créa l'homme et la femme" (Gen. 1 :27). C'est nécessaire de comprendre nos différences et les besoins spécifiques de notre genre. Les différences entre nos genres influencent nos besoins. Une compréhension des besoins de notre genre conduit à la tolérance, la patience, la paix de l'esprit, et l'harmonie conjugale.

C'est futile et frustrant d'essayer de changer l'autre. Laissons les changements commencer avec nous. Nous avons besoin de courage pour nous examiner pour voir quel genre de personnes nous sommes. Demandons à Dieu de nous donner un esprit d'introspection. Comme le Psalmiste, que notre prière soit : "Examine-moi, ô Dieu, et connais mon cœur : mets-moi à l'épreuve et connais mes pensées ! Regarde si je suis sur une mauvaise voie et conduis-moi sur la voie de l'éternité !" (Ps. 139 : 23, 24). Que nous puissions accepter et apprécier nos différences. Que chaque femme célèbre le caractère unique de l'homme qu'elle a épousé.

CE QU'ON NE DIT PAS À LA FEMME DU PASTEUR

Voici une liste que mon mari et moi avons compilée il y a quelque temps, basée sur les réponses de participants dans nos séminaires :

CE QUE LES MARIS VEULENT QUE LEURS FEMMES SACHENT À PROPOS DES HOMMES

1. Ils ont besoin que leurs femmes soient les bâtisseuses de leur ego.
2. Ils ont besoin de se sentir aimés, appréciés, et acceptés.
3. Ils ont besoin de se sentir importants, compétents, et ayant de la valeur.
4. Ils ont besoin de sentir qu'ils sont en charge de leur maison.
5. Ils ont besoin de femmes qui les complètent, et non entrent en compétition avec eux.
6. Ils ont besoin de femmes qui sont fières de leur féminité.
7. Ils ont besoin de femmes qui se gardent désirables et attractives.
8. Ils ont besoin de femmes qui prennent soin de leur maison.
9. Ils ont besoin de femmes qui comprennent que les emplois de leurs maris sont importants à leurs yeux.
10. Ils ont besoin de femmes qui répondent aux besoins sexuels de leurs maris.
11. Ils ont besoin d'un soutien émotionnel et spirituel de leurs femmes.
12. Ils ont besoin de femmes qui font un effort pour contrôler leurs changements d'humeur.
13. Ils ont besoin de femmes en qui ils peuvent avoir confiance.
14. Ils ont besoin de femmes qui les respectent et font qu'ils se sentent spéciaux.
15. Ils ont besoin de femmes qui sont heureuses d'être mariées à eux.

[illegible]

CHAPITRE 3

JOURNÉES SOLITAIRES, NUITS LONGUES

La femme d'un nouveau pasteur, en quête d'empathie, se plaignait à la femme d'un pasteur chevronné, qu'elle se sentait seule.

“Seule ! Pourquoi un enfant de Dieu devrait-il se sentir seul ? Je ne suis pas de celles qui se sentent seules. Je pense que j'ai trop à faire, et de plus, j'ai un Ami merveilleux, Jésus,” déclara Sœur « *J'ai-tout-ce-qu'il-me-faut* ».

Je ne crois pas que ces remarques aient été d'une grande aide à la femme du jeune pasteur. Mais, ne soyons pas trop sévères avec cette chère sœur. La dame plus âgée n'avait peut-être pas fait l'expérience du sentiment de solitude. Ses premiers jours dans le ministère remontaient peut-être à si loin dans le passé qu'elle ne pouvait plus se souvenir de tels sentiments. Elle n'était peut-être pas le type de personne pour se faire dorloter par des amis et l'attention des autres. Elle aurait très bien pu avoir été une de ces personnes qui adorent la solitude et n'est pas touchée par le manque de camaraderie. Pour une raison quelconque, elle et la solitude n'étaient pas des partenaires. Il n'y a néanmoins pas beaucoup de femmes comme elle.

Une autre femme de pasteur essayait d'expliquer qu'il lui manquait beaucoup quand il était hors de la ville. Il refusa même d'essayer de comprendre ses sentiments. Il était sur la défensive et même insensible. Sa réponse fut : “Qu'attends-tu de moi ? Veux-tu que je travaille de notre maison ?” Son attitude semblait suggérer que cette pauvre femme n'était pas une épouse raisonnable, mais qu'elle se plaignait toujours, ne coopérait pas, et qui était totalement indifférente à “l'appel au service” de son mari. Si seulement il avait été patient et suffisamment compatissant pour écouter le cri de sa femme et avait essayé de trouver une solution avec elle, cette dernière n'aurait pas connu la peine qu'elle ressentait. Ce dont le pasteur ne se rendait pas compte était qu'il poussait son épouse à détester le ministère. Parfois tout ce dont une femme a besoin est qu'on l'écoute. Dans le pastorat, c'est peut-être un luxe.

Beaucoup de femmes de pasteurs se plaignent de solitude. Elles ne sont pas nécessairement de grandes fêtardes, et ne réclament pas non plus des sensations 24 heures sur 24 ou de l'attention. Mais elles font l'expérience de la

solitude. On se demande comment cela peut être possible quand les femmes de pasteur sont si souvent au centre de l'action. Il y a longtemps, le Roi David fit aussi l'expérience de la solitude. Sa solitude le poussait dans un état d'insomnie. "Je suis privé de sommeil et je ressemble à l'oiseau resté tout seul sur un toit" (Ps. 102 :8). Quelle image saisissante ! Pourtant elle décrit le sort de plusieurs femmes de pasteurs. Nous sommes exposées, élevées sous les yeux d'une foule de personnes et pourtant nous sommes seules.

Plusieurs raisons expliquent la solitude. Déménager pour un nouvel endroit est une cause habituelle. La plupart des gens détestent déménager. La femme de pasteur passe sa vie à déménager d'un endroit à un autre. Parfois, avant de pouvoir consolider des relations dans une paroisse, arrive un nouveau mandat pour déménager. Il y a le revers de la médaille. La famille pastorale a peut-être établi de solides liens d'amitié qui sont menacés par un transfert pour une autre paroisse. Certaines personnes ont plus de mal que d'autres à se faire de nouvelles connaissances. Si la femme du pasteur ne s'adapte pas bien à tous les milieux sociaux, mais aime malgré tout, les relations, sa nouvelle vie pourrait être teintée de solitude.

Les voyages des maris peuvent être aussi un facteur contribuant à la solitude de la femme du pasteur. Beaucoup de femmes ont exprimé leur crainte d'avoir des maris qui voyagent beaucoup. Certaines de ces épouses ne peuvent pas bien dormir quand leurs maris voyagent. D'autres ont peur, et certaines ne peuvent s'installer dans une routine normale en l'absence du pasteur. Je peux sympathiser avec ces femmes parce que je me souviens des premiers jours quand mon mari voyageait. Pour une raison inexplicable, le sommeil me fuyait, et quand j'arrivais à tomber dans un sommeil agité, c'était juste quelques heures avant l'aurore ! Puis un jour, le Seigneur m'a montré deux passages :

"Je me couche et aussitôt je m'endors en paix, car c'est toi seul Éternel, qui me donnes la sécurité dans ma demeure" (Ps. 4 :9). "Je me couche, et je m'endors ; je me réveille, car l'Éternel est mon soutien" (Ps. 3 :6). Ces textes étaient la solution à mon insomnie. Nuit après nuit, je me sentais confortablement installée dans les bras de mon Seigneur aimant, et je dormais comme un bébé pendant un certain nombre de nuits. À chaque fois que j'avais des difficultés à dormir, je m'agrippais à ces textes.

Lorsque Tout Semble Aller Mal

Avez-vous déjà remarqué que lorsque nos maris sont absents, toutes sortes d'événements semblent se glisser dans nos vies pour nous effrayer, nous frustrer,

CE QU'ON NE DIT PAS À LA FEMME DU PASTEUR

ou nous mettre dans l'embarras ? L'autre jour, j'ai fait une liste des choses qui souvent se passent mal quand le mari-pasteur est en voyage :

1. Un ou deux enfants attrapent la grippe.
2. Le chien doit aller d'urgence chez le vétérinaire.
3. La plomberie doit être fixée.
4. La machine à laver tombe en panne.
5. Le principal d'école a besoin de nous rencontrer immédiatement.
6. Notre enfant fait une crise d'appendicite.
7. Il y a un problème avec la voiture.
8. La nounou quitte son emploi.
9. Le téléphone ne fonctionne pas.
10. Une tempête dangereuse menace la ville.
11. Il y a quelques vols dans le voisinage.
12. Nous restons enfermés hors de la maison par accident.

Bien sûr, on peut ajouter plusieurs autres items à cette liste. La femme d'un pasteur m'a demandé il y a quelques mois : "Pourquoi est-ce qu'un foyer normal, sans incident se transforme-t-il en centre de récréation, de chaos, et presque de désastre quand le pasteur quitte la ville ?"

Je n'avais pas de réponse. Je me suis toujours posée cette question. *Pourquoi tout semble-t-il bien aller quand Jansen est à la maison, et le moment où il s'en va, le tempo change d'un rythme régulier à un battement sauvage et syncopé ?* Je sais quelque chose, cependant. Ces expériences ont augmenté ma dépendance à Dieu. Je peux toujours dire que à travers tout cela, mon Père céleste veille sur moi.

Un manque de compagnie adulte peut aussi mener à la solitude. Si une maman a pour seuls compagnons une progéniture d'âge préscolaire, elle pourrait facilement avoir très envie de partager ses pensées avec quelqu'un d'un âge plus mature. Imaginez avoir à limiter sa conversation à répondre à des demandes pour des sandwiches au beurre de cacahuète et de gelée ou "Maman, s'il te plaît, demande à Timmy d'arrêter de me taper" ou l'habituelle demande du tout-petit de "Toire, lis toire, Mama. Toire, toire si plaît." Puis Maman doit trouver le livre préféré du gamin et lire pour la énième fois cette histoire spéciale. C'est la routine quotidienne de Maman. Puis, quand enfin, l'époux adulte revient à la maison, épuisé de ses tournées pastorales, il est souvent trop tard pour avoir une conversation sérieuse.

"Eh bien, qu'en est-il de se faire des amis ?" suggère quelqu'un. Bonne idée ! Souvent la timidité nous prive de la précieuse expérience d'une amitié. Dieu a

créé un monde rempli de gens. Il doit y avoir quelqu'un quelque part qui peut devenir notre ami. Nous devons être suffisamment braves pour commencer une amitié. C'est une excellente cure pour la solitude.

Voici quelques moyens pour vaincre la solitude :

1. Essayez de trouver des moyens pour rester occupées. Choisissez un projet et travaillez dessus. Donnez-vous une date limite réalisable. Le sens d'accomplissement qui suit est inestimable.
2. Faites quelque chose pour quelqu'un. Détourner l'attention de nous est un merveilleux effet dissuasif de la solitude.
3. Développez une aptitude. On pourrait toujours faire mieux.
4. Parlez de votre sentiment de solitude à votre conjoint. Ne vous plaignez pas, mais partagez avec lui ce que vous ressentez. Faites-lui savoir que vous comprenez les exigences de son travail. Vous ne lui demandez pas de négliger ses responsabilités, mais vous voulez qu'il sache à quel point il vous manque quand il n'est pas là. Vous voulez peut-être lui dire que c'est très important pour vous qu'il reconnaisse au moins que vous êtes le mieux à même de juger vos propres émotions. Demandez-lui de vous donner quelques suggestions pour vous aider à surmonter votre solitude.
5. Faites-vous des amis. Permettez aux gens d'entrevoir votre amitié. Dans votre congrégation il y a des personnes dont vous pouvez devenir une amie précieuse. Les malades, les personnes âgées, et les introvertis ont besoin d'amitié. Ils donneront de la valeur à votre visite.
6. Travaillez sur un autre projet. Vous souhaitez peut-être faire de la remise à neuf ou de la couture. Essayez une nouvelle recette. Apprenez un nouveau chant. Occupez-vous de votre jardin.
7. Ne soyez pas intimidées par des personnes. Ayez confiance alors que vous interagissez avec elles.
8. Développez une attitude de louanges. L'esprit de louanges met une étincelle dans les yeux et un rayonnement au visage. Du magnétisme se dégagera de vous.
9. Apprenez à apprécier et à jouir de votre propre compagnie.
10. Parlez à Dieu de votre solitude. Il vous a créée pour être un être social. Répétez plusieurs de Ses précieuses promesses. Elles vous rempliront de force et d'espoir.

Nous devrions faire la différence entre l'isolement et la solitude. L'isolement est pénible et parfois engendré par nos propres attitudes. L'isolement peut mener à l'apitoiement sur soi et un inconfort personnel. La solitude est un don qui peut nous être très bénéfique. À travers la solitude nous pouvons trouver qui nous sommes. À travers la solitude nous pouvons nous connecter avec Dieu. À travers la solitude nous sommes rafraîchies et renouvelées pour améliorer nos propres vies et servir les autres. La bonne nouvelle est que l'isolement n'est pas incurable ! La nouvelle sensationnelle est que vous n'êtes pas seules, car Dieu honore Sa promesse de "je ne te délaisserai pas et je ne t'abandonnerai pas" (Jos. 1 :5).

[illegible]

CHAPITRE 4

DEVEZ-VOUS ÊTRE UNE CASCADEUSE?

La plupart d'entre nous étions assises pétrifiées alors que nous regardions des stars du cinéma douées accomplir des cascades à faire se dresser les cheveux sur la tête. Nous nous demandions comment ces acteurs pouvaient être si talentueux. Un superbe jeune homme sauterait d'un bâtiment de plusieurs mètres de haut sur une voiture en mouvement. Une adorable jeune femme non athlétique ferait un saut périlleux plusieurs fois dans l'air, s'entortillant et tournant, puis plongerait dans la piscine. Nous étions toutes hypnotisées par eux devant l'écran de télévision. Cela demandait de la maturité et de l'expérience ou même un tour à Hollywood pour nous rendre compte de l'existence et du rôle des hommes et femmes cascadeurs.

Les cascadeurs, hommes et femmes, forment une part importante de plusieurs productions cinématographiques. Parfois presque 50 pourcent des acteurs dans un film sont des cascadeurs spécialistes. Une partie du film peut commencer avec la star du cinéma essayant un saut. Les caméras seront arrêtées pour un court instant, puis un cascadeur sera photographié exécutant le rôle principal du saut. Après les caméras sont de nouveau arrêtées, l'acteur reprend le saut seulement à quelques mètres du sol, pour qu'on voie son visage à l'écran. Parfois des mannequins sont utilisés pour les prouesses dangereuses et incroyables. Les spectateurs sont impressionnés par "l'habileté acrobatique" des acteurs de cinéma.

On considère souvent la femme du pasteur comme une cascadeuse. Alice J. Taylor le dit de cette façon : "On attend d'elle tant de choses—la santé d'une Amazone et le dévouement de Florence Nightingale ; la patience de Job et le zèle d'une Carrie Nation ; les pensées de paix et d'amour d'un Gandhi et l'esprit de combativité d'un guerrier ; le charme d'une débutante et l'intelligence d'un Phi Beta Kappa. De plus, elle doit vivre sa vie dans un bocal à poissons rouges, très consciencieuse que sa seule responsabilité est de veiller à ce que le poisson rouge se comporte bien." (14)

L'Érudite de Théologie

Le téléphone sonna pour la quatre-vingt-dixième fois ce matin-là. Je répondis rapidement et professionnellement, espérant que celui qui appelait, sentirait l'urgence de ma voix et m'épargnerait trop de détails. Il était presque midi et je n'avais même pas pensé à la préparation du déjeuner. Quelle matinée avais-je eue ! J'équilibrais mon temps entre de multiples appels et les soins à l'Enfant#3, un nouveau-venu de trois mois. Finalement j'avais réussi à poser le bébé pour une petite sieste. J'avais des plans pour cette courte période de grâce.

"Allo," répondit celui qui appelait. "Le pasteur est-il à la maison ?"

"Je suis désolée, il n'est pas là. Qui appelle pour qu'il puisse rappeler, et puis-je prendre un message, s'il vous plaît ?"

"Eh bien, j'ai une question biblique pour lui, mais en tant que femme de pasteur, vous devriez connaître la réponse. Voyez-vous, notre petit groupe d'études bibliques discutait de ce texte, et nous avons besoin de quelques conseils."

"Eh, c'est bien," répliquai-je, essayant de paraître moins pressée. "Je suis prête à écrire le texte et votre numéro, et je m'assurerais de passer votre message à mon mari dès qu'il sera de retour."

"Eh bien," continua la voix au bout du fil, "J'espérais que vous m'aideriez."

"Je ne serai pas capable de vous aider aussi bien que le pasteur. Je serais contente d'essayer de le faire, mais maintenant n'est pas le bon moment. Vous voyez, le bébé —"

"Je pensais que les femmes de pasteurs connaissaient leur Bible," fut le commentaire caustique.

Oh, je pense que cette femme cascadeuse était une déception théologique amère pour son paroissien !

Il y a des moments où les femmes de pasteurs peuvent donner des réponses sensées aux questions de la Bible. Nous étudions nos Bibles et pouvons généralement faire un commentaire intelligent. Chaque femme Chrétienne devrait s'immerger dans l'étude de la Parole de Dieu. Nous, femmes de pasteurs, ne prétendons pas être aussi douées que nos maris, et c'est tout aussi bien, étant donné que nous n'avons pas le monopole du savoir. Quand nous ne savons pas, nous ne devons pas nous sentir comme des médiocres. On ne devrait pas être embarrassé d'admettre son manque de compréhension sur certains sujets et vouloir approfondir un sujet. Nous devrions être prêtes à continuer d'apprendre.

La Femme aux Cinq Talents

On s'attend non seulement à ce que nous sachions tout mais aussi que nous puissions tout faire. Peut-être cela fait-il de nous des candidates à un prix quelconque ? Nous avons à organiser des banquets, à planifier des mariages, à produire des programmes, à enseigner des classes Bibliques, à jouer au piano ou à l'orgue à l'église, et à préparer des repas pour l'équipe qui travaille un jour de nettoyage. Le meilleur serait notre capacité à combler les lacunes dans le programme de l'église. Ajoutez à cette liste une maison immaculée et un service « 24 heures sur 24 » pour les paroissiens. Existe-t-il une seule femme sur cette planète qui pourrait remplir cette liste d'exigences vertigineuses ?

Nous ne devons pas être frustrées par ces attentes. Il n'est pas nécessaire d'avoir cinq talents. Nous connaissons nos talents et nos limites, et nous devons équilibrer nos priorités. Il est juste de croire qu'en tant que premières dames de l'église, nous devrions être au courant des principaux domaines de la vie sociale. Nous devrions étudier les règles de l'étiquette et les standards de la façon de recevoir. Nous devons avoir un goût raffiné dans les vêtements, la parole, et la pratique de comportements appropriés. Nous ne saurons pas tout ce qu'il faut savoir, mais en lisant et en assistant à des séminaires et en nous exposant à des comportements sociaux corrects, notre confiance et nos compétences augmenteront. En nous améliorant comme leaders, nous pourrons aussi enseigner aux autres.

La Télépathe

Avez-vous déjà rencontré quelqu'un qui était contrarié avec vous pour des raisons que vous ignorez ? J'ai fait cette expérience. C'est une situation très délicate. Vous avez supposément dit quelque chose que cette personne n'a pas apprécié, et bien sûr vous n'en avez aucune idée. La personne était furieuse et a gardé sa colère contre vous parce que vous ne vous êtes pas excusée. Vous ne vous êtes pas excusée parce que vous n'étiez pas consciente des dommages que vous aviez causés. Vous êtes donc accueillie par un visage froid et sombre, et c'est l'indice que quelque chose ne va pas.

Peut-être n'avez-vous pas vu quelqu'un en conduisant dans une rue encombrée ou alors que vous couriez dans les allées d'un supermarché. Vous avez même peut-être regardé dans la direction de la personne sans la voir. C'est une offense majeure. Cette personne entretient la blessure, et vous êtes sensée le savoir. Télépathe ? Que c'est triste.

En vérité, nous ne pouvons pas faire grand-chose avec les gens ultrasensibles, et nous ne devons pas les laisser rendre notre vie misérable. Nous

rencontrerons des gens difficiles de temps à autre. L'apôtre Paul nous a préparées à cela : "Si cela est possible, dans la mesure où cela dépend de vous, soyez en paix avec tous les hommes" (Rom. 12 :18). Vivre en paix "avec tous les hommes" peut ne pas être toujours possible. Quelques personnes se délectent des désaccords et désunions. Elles peuvent même nous confronter avec colère. Cependant, nous ne devons pas répondre à leur comportement difficile. Nous ne pourrions peut-être pas changer leurs pensées à notre sujet ; cependant, nous pouvons nous comporter de manière respectable et exiger que nous soyons traitées avec respect. Nous ne devrions pas nous permettre de nous laisser gagner par l'humeur ou les colères de l'autre personne. Nous devons essayer de garder notre calme et dominer la situation. Il peut être nécessaire que nous nous éloignions poliment de la scène inflammable lorsque nous sentons que la situation échappe à notre contrôle. Alors oubliez la confrontation, pardonnez, et passez à autre chose. "Soyez bons et pleins de compassion les uns envers les autres ; pardonnez-vous réciproquement comme Dieu nous a pardonné en Christ" (Éph. 4 :32).

Le Temps : Ami ou Ennemi ?

L'autre jour une de mes amies a dit qu'elle souhaitait qu'il y ait 40 heures en un jour. Pourquoi voudrait-elle fourrer une semaine de travail en un jour ? J'étais triste pour elle. Je me demandais si elle aimait vraiment travailler autant. Eh bien, les gens sont différents. Quelques-unes parmi nous souhaiteraient disposer de plus de temps pour accomplir leur travail. D'autres déduisent fidèlement sept heures de sommeil et espèrent qu'il leur restera suffisamment de temps pour accomplir leurs tâches. Ensuite il y a les quelques mortelles "hantées" qui sentent que c'est immoral de se reposer ou se relaxer. Beaucoup d'entre nous n'ont pas le luxe d'un temps supplémentaire. Que pouvons-nous faire pour empêcher le temps de devenir un ennemi ?

Il y a plusieurs livres et séminaires disponibles sur la gestion du temps. En tant que femmes de pasteurs, nous avons parfois des conflits avec notre mari quand nous contribuons à leur retard à des rendez-vous. En réalité, nous ne devons pas provoquer le retard de nos maris. C'est simplement prendre l'engagement d'être à l'heure. J'ai pu survivre à de multiples engagements avec un "A" en ponctualité. Mon mari n'a jamais pu m'accuser d'être la cause de son retard. Voici quelques secrets pour réussir :

1. Commencez tôt. Trouvez l'heure du rendez-vous de même que l'heure prévue du départ. Comptez à reculons pour avoir une idée précise du moment où vous devriez commencer à vous préparer. Vous avez peut-

être besoin de deux heures ou plus pour être prêtes pour l'événement, ou peut-être n'avez-vous pas besoin de tant de temps. Plus l'occasion est formelle, plus on a besoin de temps pour la préparation. Pensez à l'avance au vêtement que vous porterez. Ceci prend d'habitude plus de temps que s'habiller.

2. Communiquez avec votre mari de vos attentes quand vous sortez ensemble. Vous aurez peut-être besoin de lui pour aider les enfants à se préparer s'ils sont jeunes. C'est mieux de lui faire savoir que vous avez besoin de son aide pour quelques tours de magie de sorte que vous puissiez aller à l'événement avec un esprit agréable. Souvent la pauvre femme doit faire des tâches multiples toute seule, en sus de devoir préparer la famille pour partir à l'heure. Cela la contrarie et elle s'apitoie sur son sort. C'est ici que communiquer est d'une extrême importance. Déléguez les responsabilités. On s'attend à ce que certaines femmes préparent les repas, nourrissent les enfants et le mari, nettoient la cuisine, et préparent la famille pour la sortie. C'est très stressant. Décidez de ce qu'il faut faire avant de partir et ce qui restera pour après. C'est aussi une bonne idée de faire savoir au mari que vous apprécieriez d'être informée à l'avance quand vous devez sortir ensemble. Cela vous aide à tout planifier.
3. Être à l'heure présente plus de défis quand nous avons des bébés et de tout jeunes enfants. Il y a des choses que nous pouvons faire à l'avance cependant. Veillez à ce que le sac du bébé soit toujours prêt. En rentrant à la maison après un rendez-vous, enlevez promptement les vêtements sales et les miettes de détrit. Réapprovisionnez les couches et tenez le sac prêt avec tout le nécessaire (sauf le lait) pour la prochaine sortie. Gardez un sac de crayons, de livres à colorier, de jouets, et des vêtements de rechange pour éviter la précipitation de dernière minute pour les mettre dans le sac.
4. Prenez l'engagement que votre mari et vous acquerrez la réputation d'être ponctuels. C'est ce qu'on attend de professionnels. Les gens perdent le respect pour ceux qui n'accordent pas de valeur au temps des autres. Les ambassadeurs de Christ ne devraient pas être moins que responsables dans l'utilisation de Son temps.

Maintenant qu'en est-il de temps pour vous ? Beaucoup de dames se plaignent de ne pas avoir le luxe de temps pour elles. C'est vrai parfois et c'est très triste. Essayer de trouver du temps pour soi est un exploit quand une mère a des enfants en bas âge. Les femmes disent souvent "Je ne peux me permettre

cette sorte de temps.” Je dis : “Vous ne pouvez pas vous permettre de ne pas trouver cette sorte de temps.” Le temps pour nous est si important que nous devons planifier pour cela. Cela peut paraître idéaliste, mais essayez de faire l'effort et voyez comment les choses marchent. Commencez en visant de petites choses à la fois. Vous pouvez peut-être mettre de côté un court moment au début de la journée. Un moment de prière, même si cela ne dure que quelques minutes, vous aidera à bien commencer la journée. Ou peut-être choisirez-vous un temps personnel tard dans la nuit.

Cela peut être frustrant de planifier pour avoir du temps pour vous au début de la journée, avant le réveil du bébé, et alors le bébé se réveille 20 minutes plus tôt. Le point est que beaucoup de choses s'arrangent pour nous voler du temps pour nous. Du moins, nous pouvons faire un plan. Si vous travaillez hors de la maison, peut-être pouvez-vous saisir une partie de votre temps de déjeuner pour faire quelque chose pour vous. Vous n'avez peut-être pas besoin de tout une heure pour prendre votre déjeuner. Puis peut-être pourriez-vous passer 15 minutes dans la lecture de ce livre que vous aimez. Les mamans, femmes au foyer, ont un plus grand défi à s'assigner du temps pour elles, surtout si elles ont des bébés ou des enfants en bas âge.

Faites une liste des choses à faire. La nuit, avant d'aller au lit, faites une liste des choses à faire. Ne faites pas une trop longue liste pour un jour ; laissez quelques pages libres. Une de ces pages pourrait être du temps pour vous. Considérez quelques-unes des choses qui pourraient vous distraire de votre plan. Peut-être une conversation téléphonique a-t-elle duré plus longtemps que nécessaire. Peut-être avez-vous passé trop de temps devant la télévision, et maintenant vous devez courir pour préparer les repas ou nettoyer la maison. Avoir un plan pour les tâches ménagères aide : jour de lessive, jour d'achats, jour de nettoyage, ainsi de suite. Ne soyez pas esclave de votre plan, cependant. Votre plan est un guide, non la loi des Mèdes et des Perses. La flexibilité est toujours une option.

Qu'allez-vous donc faire avec le temps dont vous disposez ? Peut-être pourriez-vous passer quelques minutes dans la lecture d'un livre, dans l'exercice, dans le développement d'un talent, dans l'arrangement de vos cheveux ou dans un bain moussant. Le point est que même si cela ne dure que quelques courtes minutes, faire quelque chose pour vous devrait devenir une habitude. Ceci vous rappellera que vous êtes importante et que vous méritez de bien vous traiter. “ Mais mon bébé ne fait pas de longues siestes, ou si c'est le cas, je dois rattraper les tâches alors que je peux.” C'est si vrai. Pourquoi donc ne pas mettre Bébé dans le parc à bébé et s'asseoir à côté et lire même une partie d'un

chapitre d'un livre intéressant ? Entraînez-vous à trouver un petit moment pour vous. Ceci empêchera le surmenage.

Mon mot préféré est "déléguer." Presque tous les membres de la famille peuvent aider avec quelque chose. Que les tâches correspondent à l'âge. Nous ne suggérons pas que chacun fasse tout le travail alors que vous ne faites absolument rien ! Si chaque personne a une tâche, le fardeau de s'occuper de la maison devient plus léger. Alors chacun peut être heureux. Quelques enfants de deux ans aiment mettre les vêtements dans le panier. Votre enfant de quatre ans et vous pouvez mettre la table et la débarrasser ensemble après le repas. Vos plus jeunes enfants peuvent aussi aider en époussetant les meubles.

Étudiez votre "horloge biologique." Quelques-unes d'entre nous sommes des personnes du matin, aussi pouvons-nous planifier nos tâches les plus lourdes le matin. Si vous êtes un oiseau de nuit, planifiez vos tâches lourdes pour votre débauche d'énergie nocturne.

Voici un autre conseil pour gagner du temps pour les mamans qui travaillent. Vous pouvez gagner du temps et vous épargner le stress de trouver ce que vous porterez au travail si vous planifiez votre garde-robe avant. Décidez de ce que vous porterez au travail pendant un mois (si vous ne portez pas d'uniforme). Décider de ce qu'on va porter est souvent plus fastidieux que de s'habiller. Suspendez vos vêtements selon les catégories. Gardez les jupes et les pantalons ensemble. Suspendez vos costumes ensemble. Suspendez les parties à côté des unes et des autres. Accrochez ensemble les couleurs similaires. Puis écrivez les différentes combinaisons pour les différents jours de la semaine. Vous serez étonnée de voir à quel point se préparer pour le travail ne sera plus stressant. Vous verrez qu'à cause de votre planification, vous aurez l'impression d'avoir une garde-robe plus garnie.

Dans son livre *Smart Planning, (Planification Intelligente)* (traduction libre) Sandra Felton partage un conseil judicieux sur l'utilisation de petites plages de temps. "Utilisez les minutes épargnées," conseille-t-elle. "À chaque minute ou deux, faites un petit quelque chose. Époussetez, ramassez quelque chose et mettez-le de côté, classez un papier, remplacez une ampoule électrique. Ce sont des choses qu'on peut faire en un clin d'œil. Faites de cette habitude une partie de votre programme d'ensemble, et la maison restera bien rangée."

Emilie Barnes assume aussi la sagesse de faire les choses en "petits blocs de temps." Voici une liste de ces idées :

Ce qu'on peut faire en cinq minutes :

- Prendre des rendez-vous.
- Faire la liste d'invités à une fête.

- Faxer un mot.
- Écrire une courte lettre ou note.
- Arroser les plantes de la maison.
- Nettoyer un tiroir.
- Épousseter le salon

Ce qu'on peut faire en dix minutes :

- Choisir une carte d'anniversaire.
- Replanter une plante.
- Ranger votre bureau.
- Faire un court exercice.
- Faire venir une commande de catalogue.
- Réorganiser la section freezer du réfrigérateur.

Ce qu'on peut faire en 30 minutes :

- Classer le courrier du jour.
- Parcourir un rapport (utiliser un surligneur pour marquer les points clés).
- Parcourir votre pile de magazines qui n'ont pas été lus.
- Travailler sur un projet artisanal.
- Faire une liste de colisage pour un prochain voyage de vacances.
- Organiser un ramassage scolaire, un covoiturage, ou un service de garde pour enfants. (*Creative Homemaker 185*)(*Femme au foyer Créative*).

Ne soyez pas intimidée par le temps. “Le temps peut être votre ami si vous apprenez comment le faire travailler comme un ami,” encourage Emilie Barnes. (184) C’est une histoire de planification.

Quelques conseils pour Organiser

Beaucoup d'entre nous souhaitent de meilleures aptitudes d'organisation. Certaines personnes semblent avoir des maisons immaculées tout le temps. Je rendais visite à une amie et j'étais très impressionnée par sa maison immaculée. Je lui ai demandé comment elle pouvait le faire malgré son emploi du temps chargé. “Les règlements” a-t-elle répondu. “J’ai des règlements pour chacun.” Beaucoup d'entre nous ont des règlements pour leurs familles, mais nous sommes parfois fatiguées de les mettre en pratique. Soit nous respectons les règlements, soit nous mourons de surmenage. Nous ne devons pas agir comme des généraux de l'armée ; nous pouvons être agréables et célébrer les bénéfices d'une maison propre parce que tous les membres de la famille ont coopéré en suivant les règlements pour garder la maison en ordre.

Quelques personnes négligent de s'occuper de leur maison parce qu'elles ont des enfants. Grande erreur ! Nous pouvons enseigner à nos enfants les habitudes de propreté dès leur jeune âge pour qu'en grandissant, ils soient familiers avec la propreté. Imaginez un adolescent qui doit se débarrasser des mauvaises habitudes. En enseignant patiemment et en soutenant des habitudes de propreté et d'ordre chez nos jeunes enfants, nous pouvons éviter des luttes constantes avec nos enfants concernant le rangement des chambres.

Sandra Felton suggère trois C's pour s'organiser et le rester ; ces conseils s'avéreront très utiles pour nous. Voici ce qu'elle suggère :

Consolidez. Regroupez ensemble les choses qui se ressemblent. "Consolider signifie apporter les choses ensemble ou regrouper des choses pour former un tout. Regroupez chacune de vos possessions en un groupe de choses similaires" (38).

Conteneurisez. "Une fois que vous aurez vu combien d'items vous avez de chaque groupement, vous êtes prêtes à mettre les différents lots dans des conteneurs, comme des boîtes, paniers, ou tout ce qui a du sens pour ce que vous avez, et là où vous devez le placer." (39, 40)

Condensez. Débarrassez-vous de vos "excès de bagages." Nous sommes souvent surprises de la quantité de choses que nous avons. "C'est lorsque nous voyons combien de choses nous avons en double, les avoir réparties en groupes, que cela nous frappe vraiment. 'Vraiment, nous avons trop de choses !'" (42, 43)

Felton partage aussi l'idée de la "paresseuse intelligente". Être une "paresseuse intelligente" consiste à ne pas dépenser un surplus d'énergie. "Rester organisée pour que je n'aie pas à travailler trop dur. Je ne laisse pas se développer les problèmes. Soyez une paresseuse intelligente. Établissez votre vie pour le succès." (35, 36)

S'embarquer pour un plan d'organisation implique le fait de se débarrasser du désordre. Le fouillis étouffe. Mener une campagne de désencombrement régulièrement est une bonne idée. Je me suis retrouvée à détester le désordre avec une telle passion que mon mari devient très nerveux quand il me voit me déchaîner. Catalogues, pamphlets publicitaires, et courrier indésirable se retrouvent à la poubelle en temps record. Il n'y a aucune raison de les mettre de côté jusqu'à ce qu'on ait le temps de les étudier. Mettez-les rapidement dans la poubelle. Ça fait du bien. Alors que nous examinons nos possessions, nous constatons qu'il y a beaucoup de choses—la robe que nous espérons porter après avoir perdu quelques kilos, les sacs et les chaussures qui ne sont assortis à rien de ce que nous possédons, quelques appareils cassés que le mari avait

prévu de réparer une décennie auparavant, des paires de draps qui n'entrent sur aucun lit, et ainsi de suite.

Les experts nous conseillent de faire trois groupes : les choses à jeter (et nous le faisons tout de suite), les choses suffisamment bonnes à donner, et les choses à garder parce qu'elles nous servent toujours. Ne tombez pas dans le piège de vérifier à nouveau la pile des choses que vous avez prévu de jeter de peur de sauver ces items.

Si vous n'avez pas utilisé un appareil ou un ustensile pendant un an ou plus, et qu'il est enterré dans un coin perdu de votre maison ou garage pour lui trouver une autre maison.

Faites de l'organisation une science, et vous serez récompensées. Une maison organisée est une maison avec moins de stress. Vous pourrez arriver à quelques-unes de vos propres stratégies pour organiser votre vie. Puis partagez vos idées. Vos amies vous remercieront.

Il y a plusieurs livres et sites qui donnent des informations sur la façon d'être organisées et de rester organisées. Voici quelques sites listés sur *Smart Organizing*, (*Organisation Intelligente*) par Sandra Felton: (252)

www.messies.com

<http://groups.yahoo.com/group/The-Organizer-lady>

www.OnlineOrganizing.com

www.OrganizersWebRing.com

www.nsgd.org www.napo.net

www.faithfulorganizers.com

Un de mes livres préférés est *Emilie's Creative Home Organizer*, (*Organisateur de Maison Créatrice d'Émilie*) par Emilie Barnes. Il m'a souvent servi de manuel de survie. Voici deux de ses "Principales Règles d'Organisation":

1. Utilisez un seul calepin pour les notes et les informations écrites de base.
 - Notez cinq domaines de votre vie qui ont besoin d'être redressés ; concentrez-vous sur ces domaines.
 - Isolez ces cinq domaines de base. Vous devez apprendre à vous concentrer sur une partie et non sur le tout.
2. Divisez les problèmes difficiles en tâches instantanées.
 - Quand vous voyez un domaine problématique comme un réfrigérateur en désordre, ne regardez pas tout le désordre, mais commencez avec une partie du tout. Nettoyez une étagère ou un tiroir à la fois.

- Si le tout est trop large pour être fait, prenez deux ou trois jours pour compléter la tâche. Vous vous sentirez très soulagées et fières quand vous aurez fini. (23)

Le Blues Des Matinées d'École

C'est facile pour nos maisons de ressembler à des champs de bataille après le départ des enfants pour l'école le matin.

Si maman travaille hors de la maison aussi, alors le chaos est multiplié. Maman, voici une idée pour vous. Encouragez les enfants à préparer leurs sacs d'école et leurs panier-repas la veille. Si les enfants sont très jeunes, vous aurez à le faire pour eux. Placez les cartables à côté de la porte. Ceci aide à réduire la bousculade frénétique dans la maison pour chercher les feuilles de devoirs-maison, les stylos, les crayons et les manuels scolaires.

Au lieu de vous fatiguer à répéter des ordres et à rappeler aux enfants leurs routines quotidiennes, faites une liste attirante et mettez-la sur la porte de la salle de bains ou des toilettes. Détaillez les choses qu'ils doivent faire, dans l'ordre où ils doivent le faire. Les enfants n'ont qu'à regarder leurs listes, et ils demeurent sur la bonne voie. Personne ne sera en danger d'oublier de se brosser les dents ou les cheveux ou de laisser les sandwiches du déjeuner dans le réfrigérateur. Même les enfants de jardin d'enfants qui ne savent pas lire peuvent suivre la liste. J'ai fait une liste d'images pour mes enfants quand ils étaient au jardin d'enfants. Je mettais la photo d'une douche, suivie de celle d'un bol de céréales, une brosse à dents, une brosse à cheveux, la salle de bain et le savon, le panier-repas, le cartable, et une paire de lèvres pour la bise d'au revoir. Bien sûr, je gardais un œil sur les choses, mais je n'étais pas aussi stressée les matins d'école. En tant que mère au travail, je devais créer des techniques de survie. J'ai survécu à ces années d'école avec quatre enfants.

La Gestionnaire d'Argent

Au commencement de notre mariage, J'avais tellement confiance dans les capacités financières de mon mari que je portais peu d'attention aux choses financières. Nous faisions un budget et travaillions dur pour nous y soumettre. Nous étions une famille à deux salaires, et cela nous aidait à joindre les deux bouts. Cependant, je ne prêtai pas attention à la plus grande image financière. Durant les premiers jours de notre mariage, malgré les allusions et appels de Jansen, je ne m'intéressais absolument pas à notre avenir financier, me reposant en sécurité sur la pensée que j'avais un mari qui pouvait pourvoir à nos besoins et qui possédait des aptitudes dans le domaine de la comptabilité.

Puis je suis devenue sage. Je me suis rendu compte que je devais montrer un intérêt actif à nos dépenses et à notre avenir financier. Et si mon époux devenait invalide ? Supposez que je devienne une jeune veuve ? Je devais être avertie dans les finances. J'ai changé de direction et j'ai commencé à montrer plus d'intérêt pour nos finances. Je me sentais plus en accord avec la vie. J'avais un nouvel aperçu de mon but dans la vie. J'étais devenue une vraie partenaire dans notre mariage. Ce n'était plus une affaire unilatérale.

Quelques femmes de pasteurs se sont trouvées dans une crise pitoyable à cause du décès inopiné de leurs maris. Elles manquaient de compétences négociables ou d'expérience dans la gestion de leurs finances. Certaines ignoraient même le salaire de leurs maris. D'autres n'avaient aucune idée des bénéfices auxquels elles avaient droit de l'organisation pour laquelle elles ou leurs maris travaillaient. Maintenant que ces femmes étaient seules, elles étaient impuissantes.

Une femme doit se préparer pour la vie. Nous vivons à une époque où de plus en plus de femmes se préparent professionnellement à prendre soin d'elles-mêmes et de leurs familles. Cette préparation ne doit pas se confiner à ces dames qui choisissent de travailler hors de la maison. De plus en plus de femmes prennent la décision de devenir des femmes au foyer. La chose importante est qu'une femme qui est femme au foyer à plein temps doit s'assurer de sa "qualité marchande" en améliorant ses compétences, en prenant des cours, et en suivant en ligne des formations continues d'éducation. L'idée serait d'être une femme préparée.

Dans son livre *Taking Charge of Your Life (Prendre sa Vie en Charge)*, Florence Littauer a compilé une liste de questions sur l'assurance, les impôts, et les problèmes d'héritage qui peuvent être d'une grande aide aux femmes qui ne veulent pas attendre que ce soit trop tard. Voici quelques questions qu'elle pose :

- Votre mari a-t-il une assurance- vie et savez-vous où elle se trouve ?
- Êtes-vous sûre d'être la bénéficiaire ?
- Avez-vous une assurance-vie suffisante pour couvrir les frais minimum des funérailles (\$5 000) ?
- Avez-vous une assurance santé pour vous et votre famille ?
- Savez-vous quelle retraite vous avez et qui touche quoi et quand ?
- Votre mari a-t-il un testament à jour ? Savez-vous où il est conservé et qui hérite quoi ? L'avez-vous vu et lu ?

Plus d'Argent Compte

J'aime ce que fait la femme de Proverbes 31 dans le domaine de l'argent : "Elle constate que ce qu'elle gagne est bon" (Prov. 31:18). Voici quelques idées pour épargner de l'argent. La première façon d'épargner de l'argent est de donner fidèlement à Dieu Sa part de nos salaires. Retourner nos dîmes et offrandes à Dieu nous donne une bénédiction que nous ne pouvons comprendre. Beaucoup d'entre nous s'émerveillent de l'élasticité de la portion restante de nos finances après que nous avons été fidèles en retournant à Dieu Sa part. C'est Dieu qui garde la promesse qu'Il nous a faite. N'a-t-il pas dit : "Apportez toutes les dîmes à la maison du trésor . . . mettez-moi ainsi à l'épreuve... Si je n'ouvre pas pour vous les fenêtres du ciel, si je ne déverse pas sur vous la bénédiction en abondance" (Mal. 3 :10) ?

La planification du menu est un autre moyen d'économiser de l'argent ; elle aide surtout les femmes qui travaillent. Elle permet non seulement d'économiser du temps mais aussi de l'argent. Cela nous évite de courir au supermarché pratiquement chaque soir après le travail et simplement de prendre de manière impulsive des items, causant des dépenses additionnelles. De plus, rappelez-vous que lorsque vous achetez un produit frais de saison, vous économisez bien plus que lorsque vous l'achetez surgelé ou mis en boîte.

Essayez de cuisiner plus d'un repas à la fois. Ceci vous évite de vous tenir debout devant une cuisinière pour préparer un repas chaque jour. Les weekends et jours fériés, on peut préparer des repas à l'avance pour quelques jours. C'est beaucoup plus facile de chauffer un repas que de cuisiner le repas entier depuis le début.

Les coupons sont d'une autre aide financière importante. Économisez et catégorisez vos coupons. Rappelez-vous de souligner la date d'expiration. Emilie Barnes partage quelques façons pour maximiser les coupons. (*Survival, 103*)(*Survie*) À chaque fois que c'est possible, dit-elle, utilisez des coupons de réduction doubles. Cherchez ces coupons dans votre journal. Les coupons sont de merveilleux moyens pour économiser de l'argent.

Nos enfants devraient être exposés à la gestion des finances. D'abord, enseignez-leur à donner au Seigneur. Selon l'âge de l'enfant, aidez-le à calculer la dîme du Seigneur. Une allocation régulière pour les enfants est une autre pratique que l'on recommande. Ceci les aide dans la gestion de l'argent. On devrait enseigner aux enfants à économiser et à dépenser avec sagesse. Plusieurs experts ne recommandent pas que les élèves reçoivent de l'argent pour les tâches domestiques. Mais parfois, les enfants font des tâches supplémentaires pour faire une surprise à leurs parents. À ce moment-là, il est approprié de leur

donner un petit signe de reconnaissance. La famille est une entreprise, et dans une entreprise, tous les partenaires sont supposés contribuer. Un esprit aimant et attentionné motivera les enfants à aider à la maison. De plus, aidez les plus grands enfants à comprendre les dépenses de la maison. Cela leur sera plus facile de comprendre l'importance de faire attention à l'utilisation de l'argent et les aidera à le gérer.

Peut-on le faire ?

Devons-nous donc être des cascadeuses pour survivre au presbytère ? Bien sûr que non. Nous devons planifier, étudier, et nous préparer pour nos tâches. Nous ne pouvons remplir tous les blancs et répondre aux demandes de tous. Ce que nous devons faire est de demander à Dieu la sagesse pour fonctionner efficacement. Nous pouvons nous appuyer sur Lui et prendre de Lui des forces. "Éternel, mon rocher, ma forteresse, mon libérateur, mon Dieu, mon rocher où je trouve un abri, mon bouclier, la force qui me sauve, mon rempart" (Ps. 18 :3).

Dieu connaît les dons qu'Il nous a donnés. Il n'exige pas que nous travaillions fiévreusement et continuellement jusqu'au burnout. Il s'attend à ce que nous partagions ce qu'Il nous a donné pour Sa gloire. Dieu connaît aussi les défis des relations humaines. Il nous guidera en ceci aussi. Avec l'amour de Christ dans nos cœurs et l'aide de Son Saint Esprit, nous pourrions avoir un ministère équilibré. Dieu connaît l'état de nos cœurs, et Il comprend nos situations uniques. Ne désespérez pas. Il n'y a aucun besoin d'être une femme cascadeuse.

CHAPITRE 5

LA VIE DE PIÉTÉ D'UNE FEMME DE PASTEUR

Vous pourriez penser que certaines choses ne sont pas nécessaires—comme un chapitre sur l'importance d'une vie pieuse d'une femme de pasteur. C'est un mythe. Certaines choses valent la peine d'être redites. Souvent nous avons tendance à penser que parce que nous sommes employées à plein temps dans le travail du Seigneur, nous avons une connexion avec Lui toute la vie. C'est comme "une relation une fois pour toutes." Grosse erreur ! Comme tout autre relation, notre relation avec le Seigneur doit être cultivée.

Pourquoi une Vie Pieuse Est-elle Nécessaire ?

Plusieurs d'entre nous font l'expérience du besoin de remplir un vide spirituel. Peut-être est-ce la raison pour laquelle il y a tant de fidèles féminins dans nos églises. Nous aimons prier, chanter et diriger lors d'événements religieux. Nous entendons plus de femmes qui sont des « guerrières de prière » que des hommes organisant des groupes de prières. Si nous ne remplissons pas ce vide spirituel, nous souffrons souvent d'un manque de développement personnel. Nous nous retrouvons en quête de quelque chose. Qu'est-ce ? Ce quelque chose est une relation avec notre Père céleste.

Une vie pieuse nous offre aussi une occasion d'introspection. Ce désir a poussé le psalmiste à demander : "Examine-moi, ô Dieu, et connais mon cœur, mets-moi à l'épreuve et connais mes pensées ! Regarde si je suis sur une mauvaise voie et conduis-moi sur la voie de l'éternité" (Ps. 139 :23, 24).

Imaginez des moments de rencontre de proximité avec Dieu. Nous nous sentons confortables en Sa présence. Nous avons des pensées indésirables que nous n'osons pas partager avec quiconque. En fait, nous voulons qu'elles s'effacent sans délai de nos propres souvenirs. Là dans la sainte compagnie du Très-Haut, nous creusons profondément dans le tréfonds de notre âme et excisons chaque couche de crasse dont nous nous souvenons. Nous avons peut-être eu des escapades profanes dont nous avons honte. Nous pouvons aussi en parler à Dieu. Puis une libération de la peur et de la culpabilité nous

enveloppe alors que nous “jetons ” nos vêtements souillés en échange de la grâce purificatrice de notre Seigneur. Quelle expérience ! Maintenant nous pouvons jouir de cette expérience purificatrice à cause de l’assurance de notre Sauveur qu’Il “oublie nos péchés.” Nous pouvons jouir du don de la paix.

Autre raison de l’importance d’une vie d’adoration est qu’elle nous donne une force et une énergie renouvelées. Quand nous nous réveillons le matin et faisons face à une longue liste de choses à faire, nous sommes dépassées. Une sensation de fatigue s’empare de nous avant même que nous ne commençons nos tâches. C’est le moment de nos prières privées. Rencontrer notre Seigneur nous ravive et nous donne le courage de faire face à nos responsabilités. Nous nous levons de nos genoux nous sentant restaurées et revigorées. Le Seigneur nous communique Sa force.

Une des choses que j’aime sur les réunions est qu’elles mènent au renouvellement des relations. Nous pouvons ne pas avoir été en communication avec nos amis et parents pendant longtemps, mais les rencontrer à nouveau et partager nos expériences mènent souvent à un engagement de “rester en contact.” C’est une autre raison pour laquelle notre vie de dévotion est essentielle. Quand nous nous reconnectons avec le Seigneur, nous avons l’occasion de renouveler notre relation avec Lui. Nous avons peut-être négligé nos moments de temps calme avec Lui ; cependant, après avoir repris les moments, où nous passons du temps avec notre Ami spécial, nous nous retrouvons à apprécier cette reconnexion. Puis nous ne voulons pas de nouveau perdre ce précieux privilège.

Passer du temps avec Dieu reconfirme aussi habituellement notre témoignage. Être continuellement en présence de Dieu a des bénéfices remarquables. Il est impossible de marcher avec Dieu et de Lui parler souvent sans signes révélateurs. Enoch marchait avec Dieu, et tous le savaient. Daniel communiait avec son Père céleste tous les jours, trois fois par jour, et la nation de Babylone sentait la différence. Passer du temps avec Dieu en privé rehausse notre témoignage. La gloire et la grâce de Dieu nous sont transmises, et nous brillons devant nos semblables.

Le visage de Moïse brillait avec une telle brillance aveuglante après son rendez-vous dans la montagne avec Dieu que les enfants d’Israël plissaient les yeux en sa présence quand il descendait la montagne. Ils voyaient la relation entre Moïse et Dieu. “Les Israélites regardaient le visage de Moïse et voyaient que la peau de son visage rayonnait” (Exod. 34 :35). C’est extraordinaire ! Quand nous passons du temps avec Jésus, les gens le sauront. Notre témoignage sera plus puissant et efficace.

Parce que nous travaillons avec les gens, notre influence est importante. Satan est prêt à affaiblir cette influence. C'est pourquoi il devient crucial pour nous de chercher la présence de Dieu continuellement. Ellen White articule ce besoin avec force : "Aucun homme, élevé ou bas, expérimenté ou inexpérimenté, ne peut maintenir fermement devant ses semblables une vie pure et forte, à moins que sa vie ne soit cachée avec Christ en Dieu. Plus grande est l'activité parmi les hommes, plus près devrait être la communion du cœur avec Dieu." (*Témoignages à l'Église*) (trad libre) Les pasteurs et leurs femmes sont en constante interaction avec les gens. Nos vies doivent être "cachées avec Christ en Dieu." Nos mots et actions le démontreront, et nous n'aurons pas à dire aux gens que nous avons rencontré Dieu. Ils le verront. Nos visages seront radieux et notre conduite tranquille. Nous inspirerons les autres. Nous désirons tous ce genre de témoignage.

Établir une Vie de Dévotion Passionnante

Une étape importante dans l'établissement d'une solide vie de dévotion est de nous rendre compte que nous en avons besoin. En demandant à Dieu de le révéler, nous sentirons ce besoin d'initier une habitude de dévotion. Naturellement nous voudrions étudier et possiblement revoir nos emplois du temps actuels. En faisant une liste de nos tâches quotidiennes et le temps que nous leur allouons, nous avons une image claire de nos demandes quotidiennes. Nos vies sont remplies de rendez-vous et d'engagements. Comment pouvons-nous tout accommoder en incluant Dieu dans nos vies ? C'est ici que prioriser est obligatoire. Un bon plan consiste à ranger nos tâches en ordre décroissant d'importance ; placez Dieu en haut de la liste. Nous devons peut-être nous réveiller plus tôt pour honorer ce nouveau rendez-vous. Certaines personnes, cependant, préfèrent avoir leur moment spécial avec Dieu à la fin de la journée. Étudiez votre rythme. Êtes-vous une personne du jour ou de la nuit ? Examinez votre propre vie et consacrez un moment spécial à vos prières personnelles.

Revoyons quelques rappels pour établir une vie de dévotion :

1. Demandez à Dieu d'imprimer ce besoin en vous. Dites-Lui que vous désirez avoir une plus grande connexion avec Lui.
2. Étudiez votre emploi du temps actuel et revoyez-le si nécessaire. Nous devons planifier nos prières privées.
3. Faites une alliance de dévotion personnelle avec Dieu. Dieu peut vous donner la force de garder cette alliance.
4. Évaluez votre période de dévotion de temps à autre. Ceci évite que nous soyons piégées dans une ennuyeuse routine ou un rituel monotone.

D'autres facteurs qui influencent votre moment de dévotion incluent la structure de votre famille. Avez-vous des bébés, des tout-petits, des enfants d'âge préscolaire, ou des adolescents ? Si vous avez des bébés et des bambins, vous devrez peut-être diviser vos moments de dévotion en parties. Une femme au foyer peut avoir un plan de dévotion différent d'une femme qui travaille hors de la maison. Votre programme d'adoration doit être taillé sur mesure pour vous. Mettez en pratique votre plan personnel et maximisez les bénéfices. Demandez à Dieu la sagesse pour diriger votre nouvelle résolution et faites la promesse d'avoir des prières personnelles régulièrement. Puis demandez à Dieu la promesse de Sa puissance protectrice.

Les outils de base pour nos prières personnelles sont la Bible et un livre de méditations. Parfois une habitude peut se détériorer en une routine sèche. Nous voulons que notre temps personnel avec Dieu soit spécial et qu'il ait du sens. Nous voulons profiter de ce temps avec Lui. De la musique douce de méditation est un remontant efficace.

Une liste de prières est aussi utile. Il y a tant de personnes pour qui nous désirons prier et que nous oublions parfois : une amie ici ou un parent là. Puis, alors que nous nous levons, nous devons ajouter un postscriptum à notre prière. Une liste de prières est d'une aide merveilleuse. Nous pouvons diviser notre liste en diverses colonnes selon les catégories de personnes : époux, enfants, parents, collègues, personnes que vous aimeriez voir sauvées, malades, leaders de la nation, leaders de notre église, et plusieurs autres catégories. Puis nous pouvons noter les besoins spécifiques de ces personnes, ex : emploi, un conjoint Chrétien, du succès à l'école, une amélioration de la santé, la liberté financière, une maison, la libération de la peur, la restauration des relations familiales, et l'orientation professionnelle ; ce ne sont que quelques exemples.

Notre fille Karen-Mae a introduit la méthode du calendrier de prières à notre famille. Ceci fonctionne extrêmement bien. Par exemple, vous voulez peut-être prier pour des parents qui ne sont pas sauvés les lundis, pour l'amélioration de la santé d'un conjoint les mardis, pour qu'un enfant revienne au Seigneur les mercredis, ainsi de suite. Un calendrier de prières est un item utile sur notre liste d'outils de dévotion.

Différentes versions de la Bible ajoutent de la variété et même la clarté à notre lecture de la Bible. Prendre du temps à comparer et à digérer la Parole de Dieu est une expérience enrichissante. La mémorisation de textes est aussi très stimulante. Répéter ces versets à mémoriser durant la journée nous garde en contact avec Dieu.

Beaucoup d'entre nous aiment tenir un journal. Un journal attirant est une motivation pour écrire nos pensées. Nous pouvons écrire des lettres à

Dieu. Nous pouvons exprimer nos points de vue sur Sa Parole. Nous pouvons enregistrer nos victoires et exprimer certaines de nos craintes. Un journal nous aide à exprimer ce qui se trouve dans nos âmes. C'est pourquoi nous voulons garder nos journaux saufs et protégés d'yeux inquisiteurs ou indiscrets. Votre journal est votre livre de louanges, de remerciements, et de conversations avec Dieu. Un journal, par conséquent, est une merveilleuse addition à nos outils de dévotion personnelle.

C'est une bonne idée de conserver tous les items pour notre moment de dévotion en un endroit. Surligneurs, stylos, crayons, et un carnet sont aussi nécessaires à notre collection de dévotion personnelle. Je recommande un panier de dévotion. Achetez un panier simple assez large pour contenir toutes ou la plupart de vos babioles de piété, et puis décorez-le avec de beaux tissus, rubans, dentelles, ou tout ce que dicte votre créativité. Quand vous êtes prête pour vos prières, vous n'avez qu'à prendre votre panier et le porter avec vous. Je suis bénie d'avoir un beau panier de dévotion, que mon amie Marta a fabriqué et m'a donné il y a plusieurs années. Les paniers de dévotion font d'excellents cadeaux !

La Prière comme faisant Partie de notre Vie de Piété

Tant de choses pourraient être dites sur l'importance de la prière, ce sujet ne pouvant être traité adéquatement dans une sous-partie de ce chapitre. Cependant comme la prière est le bloc de construction le plus crucial de notre vie de piété, une grande partie de ce chapitre lui sera consacrée. La prière est l'élément de base de la vie. Ellen White dit : "La prière quotidienne est essentielle pour croître en grâce et aussi pour la vie spirituelle comme la nourriture temporelle l'est pour le bien-être physique." (Messages à la Jeunesse, 115) (trad libre) Elle fait aussi référence à la prière comme à la respiration de l'âme. Tout comme nous ne pouvons pas vivre sans respirer, nous ne pouvons maintenir une vie spirituelle saine sans la prière. Ce n'est pas étonnant que l'Apôtre Paul nous presse à prier sans cesse. Parfois nous perdons l'équilibre dans notre vie de prière. Il y a la tentation de ne prier que pour nous. Après avoir fait cela, nous nous sentons coupables et nous engageons à prier surtout pour les autres. C'est très facile de prier pour nous. Nous connaissons nos besoins et nos faiblesses. Nous sommes proches de nos désirs. Aussi avons-nous une longue liste agréable de requêtes de prières. Cependant, il est également important de prier pour les autres. Il faut prendre l'habitude de faire des prières d'intercession. Jésus a donné l'exemple : "C'est pour eux que je prie. Je ne prie pas pour le monde, mais pour ceux que tu m'as donnés, parce qu'ils sont à toi" (Jean 17 :9). Jésus a fait cette prière d'intercession pour Ses disciples.

Les mères ont surtout la réputation d'être des agents de prières d'intercession. Il y a plusieurs histoires sur l'effet salvateur de la prière d'une mère. Il y a une caractéristique de persistance et de sincérité dans la prière d'une mère. Dans *Le Foyer Chrétien*, Ellen White approuve avec clarté la puissance de la prière d'une mère : "Il est impossible de mesurer la portée de l'influence d'une mère qui prie. De telles prières sont, pour ces petits, une Source de vie." (256) Faisons la promesse de prier pour quelqu'un chaque jour.

Prière et Pardon

Le pardon est tellement connecté à la prière que nous devons passer du temps à accepter cet aspect important. Non seulement le pardon est un don de Dieu, c'est aussi un prérequis pour aller au ciel. Le pardon n'est pas un attribut naturel et facile pour nous, humains. Nous connaissons bien le proverbe "L'erreur est humaine, le pardon, divin." Deux conditions poussent quelqu'un à pardonner : offenser nos semblables et offenser Dieu. Donc si nous sommes tombées dans une ou deux catégories, nous devons emprunter la piste du pardon. Quant aux raisons pour pardonner, il y en a trois primordiales : le désir d'obéir à Dieu, l'exemple de Dieu, et notre éligibilité à recevoir le pardon de Dieu.

Quelques éléments importants ancrés dans le pardon sont l'amour, la compassion, la repentance, et la volonté. Tourner le projecteur sur l'élément de volonté peut être très révélateur. Nous faisons référence à la volonté d'oublier. Oublier n'implique pas une perte de mémoire totale ni une crise d'amnésie. À la place, c'est un affaiblissement de l'intensité de la peine et l'amertume causée par la blessure. Alors qu'on peut encore se rappeler l'offense avec une trace de tristesse, elle est recouverte d'une sensation de paix et même de victoire.

Il faut de la volonté pour se pardonner. Souvent cela semble plus facile de pardonner aux autres que de se pardonner. Combien de fois nous sommes-nous continuellement blâmées pour quelque chose que nous avons fait ? Combien de fois nous sommes-nous haïes ? Une fois que nous avons remis notre culpabilité et mauvaises actions à Dieu et demandé Son pardon, nous pouvons accepter le pardon de notre Père et apprécier la liberté de nous pardonner.

Qu'en est-il de notre volonté à remettre nos blessures à Dieu ? J'aime l'invitation : "Déchargez-vous sur Lui de tous vos soucis, car Lui-même prend soin de vous." (1 Pierre 5 :7). Puis, il peut y avoir une volonté de prier pour l'offenseur et reconstruire une relation avec Dieu. Le pardon est lié à l'esprit de volonté.

Plusieurs bénéfices découlent du pardon. Ceux-ci incluent l'association avec Jésus, la restauration de relations, l'amélioration de la santé personnelle, la paix qui ne peut venir que de Dieu, et l'occasion pour Dieu d'œuvrer dans nos vies. Cependant, au-delà de ces bénéfices se trouve la garantie du pardon de Dieu. Dans la Prière Dominicale nous lisons : "Pardonne-nous nos offenses, comme nous aussi nous pardonnons à ceux qui nous ont offensés" (Matt. 6 :12). Jésus explique clairement que le pardon est d'une importance cruciale. "Si vous pardonnez aux hommes leurs fautes, votre Père céleste vous pardonnera aussi ; mais si vous ne pardonnez pas aux hommes, votre Père ne vous pardonnera pas non plus, vos fautes" (Matt. 6 :14, 15).

La conclusion est simple. Nous aurons à cesser de prier si nous ne voulons pas pardonner. Nous prions parce que nous croyons que Dieu nous entend. Dieu nous entend parfois. Vous pouvez demander : "Dieu nous entend parfois ? Je pensais qu'Il nous entendait à chaque fois que nous prions." Eh bien, écoutez ce que me dit ma Bible : "Si j'avais eu l'injustice en vue dans mon cœur, le Seigneur ne m'aurait pas exaucé" (Ps. 66 :18). Suivons la séquence d'une prière typique. Nous exprimons l'adoration et la louange. Puis nous répétons Ses bénédictions sur nous. Bien sûr nous sollicitons la purification ou, en d'autres mots, le pardon de nos péchés. Attendez une minute ! Comment pouvons-nous chercher le pardon de Dieu à moins de pardonner d'abord à nos amis, parents et voisins ? Alors, pourquoi prier étant donné que nous n'avons personne pour nous entendre ? Mais, mon amie, nous voulons prier, nous devons prier, nous devons pardonner, et nous devons apprécier le pardon. Pardonner n'est pas toujours facile, mais il est toujours bénéfique. Pardonner n'est jamais facile, mais divin.

La prière est aussi une source de force. Jésus, Fils de Dieu, a gagné la force de la prière. Des sessions de prières le matin avec Son Père et 40 jours de jeûne et de prière étaient les sources de la force de Jésus. C'est après l'agonie de Jésus en prière avec Son Père à Gethsémané qu'Il a gagné Ses forces pour le Calvaire. La prière donne l'espoir. La prière donne la puissance.

Les prières de reconnaissance totale sont aussi une excellente idée. Essayez de faire une prière de remerciements seulement. Évitez la tentation de glisser une requête de prière ou deux dans cette prière de remerciements. Remerciez Dieu simplement. C'est une expérience rafraîchissante.

Louanges dans Notre Vie de Piété

S'engager dans la louange est une expérience exaltante. C'est malheureux que nous n'offrions pas une louange abondante plus souvent. Un de mes textes

préférés est le Psaume 119 : 164 : “Sept fois par jour je Te célèbre.” Pourquoi ne pas le prendre littéralement ? Un quota de sept périodes à louer Dieu quotidiennement est une habitude merveilleuse à prendre. Essayez-le et sentez la différence.

Notez qu’il y a une différence entre remercier Dieu et Le louer. Nous remercions Dieu pour ce qu’Il a *fait* pour nous. Nous Le louons pour ce qu’Il est. Nous louons Dieu parce qu’Il est notre Créateur, notre Rédempteur, et notre Protecteur. Nous louons Dieu parce qu’Il est incroyable. Dans *Témoignages pour l’Église*, Ellen White dit : “Nous devons être . . . persévérants dans nos . . . expressions de gratitude à Dieu pour Sa générosité envers nous” (5:271, 272).

Parfois nous nous trouvons limitées dans notre liste des caractéristiques de Dieu. Dans son livre *My Heart’s Cry*, (*Le Cri de mon Cœur*) Anne Graham Lotz partage une liste pertinente des attributs de Dieu. Voici quelques-uns d’entre eux :

- Il est constamment fort.
- Il est inébranlable pour l’éternité.
- Il est le Sauveur du pécheur.
- Il est la respiration de la vie.
- Il est la clé à la connaissance.
- Il est la source de sagesse.
- Il est l’autoroute vers le bonheur.
- Il est indicible.
- Il est la porte de la délivrance. (47, 48)

Une reconnaissance constante de la nature de Dieu remplit nos cœurs de gratitude et de paix. Un esprit de louanges répare et guérit.

Avoir une Vie de Dévotion en Dépit des Tout-Petits

“J’aurais aimé avoir une vie de dévotion, mais c’est si dur avec les gosses.” Beaucoup de mères de jeunes enfants expriment ce désir. Et c’est un défi. Les jeunes enfants sont très imprévisibles. Juste quand maman pense que Junior va dormir jusqu’à 7 heures, Junior apparaît sur scène à 6h30 et prêt pour la bataille. Aussi Maman décide-t-elle d’accepter les choses sans sourciller. Elle passera quelques moments avec Dieu quand Junior fera sa sieste dans l’après-midi. C’est juste le jour où la petite sœur a mal au ventre, et au moment où Maman s’est occupée d’elle, l’heure de la sieste de Junior est passée. Mam doit commencer à préparer le dîner alors qu’elle essaie de mettre en place 1000 autres choses. Qu’est-il arrivé au moment de dévotion ?

Susannah Wesley, la mère de Charles et de John Wesley, avait 15 enfants.

À chaque fois qu'elle sentait le besoin d'un court moment avec Dieu, elle mettait son tablier sur sa tête. C'était son petit "spot" calme pour entrer en communion avec son Ami. Ses enfants le reconnaissaient et restaient très tranquilles.

Vous ne pourrez peut-être pas consacrer de larges plages de temps à des méditations privées si vous avez de jeunes enfants. Ne soyez pas découragées. Essayez les portions « bouchées » de votre repas spirituel quand elles se présentent. Vous recevrez toujours la bénédiction et la régénération. Assurez-vous de ne pas abandonner par désespoir ou de cesser d'essayer. Jésus vous aidera. Il comprend votre cœur.

Devinez quoi ? Ces enfants grandiront un jour, et vous pourrez réorganiser votre vie de dévotion sans avoir à penser aux exigences de ces petits chéris. Oui, les enfants grandiront, c'est vrai ; mais qu'en est-il de vous ? Eh bien vous aurez grandi aussi—en une géante spirituelle !

[illegible]

CHAPITRE 6

“BRILLE, BRILLE PETITE ÉTOILE”

Une famille avait des invités à dîner un soir. Quand tous furent assis à table, l'hôtesse demanda à Mike, son fils de cinq ans, de prononcer la bénédiction sur le repas.

“Devant toutes ces personnes ?” protesta Mike. “Je ne sais pas quoi dire !” “Ça ne fait rien, chéri,” cajola Maman. “Dis simplement à Jésus ce que tu m’as entendue dire.” “Mon Dieu,” commença Mike, “Pourquoi donc ai-je invité toutes ces personnes à dîner !”

Peut-être la plupart d’entre nous ont ressenti cela parfois quand la pression de recevoir nous est tombée dessus. Quand les invités arrivent, nous voulons leur donner le meilleur accueil, et cela nous coûte de l’énergie, plus de temps, et de planification—même d’argent. Nous craignons d’avoir à transformer notre demeure en un hôtel 5 étoiles. Ceci, bien sûr, n’est pas nécessaire et ne devrait pas être notre but.

Des Anges à Notre Table

Il y a deux approches extrêmes au défi de recevoir des gens. Nous pouvons être assez courageuses pour affronter la tâche de front, ou nous pouvons complètement l’éviter. La plupart d’entre nous adoptent la première approche, peut-être parce qu’il y a tant d’exemples d’hospitalité dans la Bible. La Bible nous encourage à exercer l’hospitalité. “N’oubliez pas l’hospitalité, car en l’exerçant certains ont sans le savoir logé des anges” (Héb. 13 :2). Nous lisons l’histoire d’Abraham invitant des étrangers dans sa maison et leur offrant son hospitalité ; il s’avéra qu’il avait reçu des anges (Gen. 18 ; 19 ; Héb. 13 :2). Lorsque Jésus et Ses disciples étaient fatigués et désiraient se reposer et se détendre avec des amis, ils rendaient visite à Marie et Marthe et appréciaient leur hospitalité.

Un jour, quand Jésus avait prêché à des multitudes, Il remarqua que l’heure du repas était passée, et Il les nourrit donc (Jean 6 :5-12); cette fois un jeune garçon joua le rôle important de donner son repas frugal, composé de cinq pains d’orge et deux petits poissons. La simplicité du repas ne dissuada pas le garçon de le partager. Jésus bénit et élargit ce menu. On doit encourager les enfants et les jeunes personnes à être hospitaliers.

Réception ou Hospitalité ?

La “réception” est décrite comme une “disposition hospitalière pour les besoins et désirs des invités” (*Dictionary.com Unabridged*). Dans *The American Heritage Dictionary*, l’“hospitalité” est définie comme une “réception cordiale et généreuse des invités ou une disposition envers les invités ; une occasion d’un traitement cordial et généreux des invités.” Étant donné que les concepts de ces deux termes sont si proches, on les utilise souvent de manière interchangeable. Nous remarquons qu’ils indiquent l’amabilité, la générosité, et la bonté concernant le fait de s’occuper du confort et du bien-être des invités. Certaines personnes considèrent la réception comme plus impersonnelle, alors que l’hospitalité connote un plus grand degré de chaleur, d’intérêt personnel, et un désir de se connecter. La Bible emploie les deux mots. Pour notre propos nous emploierons “réception” et “hospitalité” de manière interchangeable, reconnaissant que la chose la plus importante pour nous, femmes de pasteurs, est d’accepter que nous ayons le privilège de non seulement répondre aux besoins physiques des gens, mais aussi à leurs besoins sociaux et spirituels. L’hospitalité est une opportunité pour nous de montrer aux autres que nous nous soucions d’eux et de partager les bénédictions que Dieu nous a données. En d’autres mots, l’hospitalité est vraiment un ministère.

J’aimerais, Mais...

Plusieurs raisons expliquent pourquoi plusieurs parmi nous sont intimidées à la pensée d’avoir des invités à dîner chez elles :

Je ne sais pas où commencer. Commencez en prenant la décision d’être hospitalières. Pensez aux bénédictions que Dieu vous a accordées et engagez-vous à les partager. Puis, faites une liste des personnes que vous auriez aimé recevoir chez vous. Souvenez-vous des personnes âgées, surtout celles qui vivent seules. Les jeunes aussi aiment être invités à un bon repas fait-maison. Les étudiants d’université se saisiront avec plaisir de votre invitation. Vous voudrez peut-être inclure la jeune mère, quelqu’un qui est en deuil, un(e) nouveau(elle) venu(e) à votre église ou ville, ou de nouveaux mariés. S’il vous plait, n’excluez pas les gens avec des enfants. Vous aurez peut-être besoin de planifier quelques activités pour ces enfants s’ils sont très jeunes. Si vous-mêmes avez des enfants, ils pourraient aider.

Par-dessus tout, présentez vos plans à Dieu. Il vous conduira et vous donnera la sagesse nécessaire. C’est Son plan que nous partageons nos bénédictions. Dieu prend note de ce que nous faisons. Il se réjouit même si nous donnons un “verre d’eau froide.”

Ma maison n'est pas assez bien. Que nous vivions dans un palais ou une petite maison, nous pouvons être hospitalières. Il y a une belle histoire dans la Bible sur une femme riche qui non seulement insista pour recevoir le prophète Élisée, mais aussi, avec son mari, lui construisit une chambre d'amis et la meubla. À chaque fois que le prophète était en ville, il y était accueilli (2 Rois 4 :8-10).

Puis il y a la pauvre veuve de Sarepta qui reçut Élie de sa maigre pitance. Dieu la bénit par d'abondantes réserves de nourriture. "La farine qui était dans le pot ne manqua pas et l'huile qui était dans la cruche ne diminua pas" (1 Rois 17 :10-16).

Il y a des choses essentielles nécessaires pour recevoir : une maison propre et un environnement en ordre, quelques serviettes pour les invités, un repas, des gens amicaux, et une conversation agréable. Une musique douce rehausse généralement l'environnement. Il y a aussi des choses intangibles qui rendent une maison confortable pour les invités. Essayez de rendre l'atmosphère de votre maison attirante. On ne veut pas que les invités se sentent écrasés par le mobilier. Des sourires et une attitude paisible, tranquille transmettra le message "Vous êtes la bienvenue ici. Nous sommes heureux de vous avoir." Ceci apporte du confort aux invités. Prier pour la présence de Dieu et de Ses saints anges est un bonus de valeur. Il y a quelque temps nous avons déménagé pour une nouvelle maison dans un pays différent. Alors que je défaisais mes valises et m'installais une fois de plus, je demandai au Seigneur de faire de ma maison un petit havre. *S'il te plaît, Seigneur, entoure cette maison de Ta paix. J'aimerais que les personnes qui viennent ici sentent leurs craintes s'estomper.*

Dieu répondit à ma prière. Plusieurs fois mes amies ont fait la remarque qu'elles appréciaient la paix et le confort de notre maison. Imaginez ma joie quand une amie a fait le commentaire : "Gloria, ta maison est comme une retraite. Je me sens si détendue et rafraîchie." Mon cœur débordait de gratitude et de louange envers Dieu.

Quand nous recevons, nous ne mettons pas en scène un étalage de nos acquisitions et aptitudes. Nos maisons ne sont pas des salles d'exposition. Nous voulons que nos invités sentent la beauté de la présence de Dieu tout en se sentant aussi ravivés, rafraîchis, et détendus.

Mon mobilier est trop ancien. Un mobilier ancien ne nous disqualifie pas d'être hospitalières. Un peu de vernis ou de nouveaux coussins feront la différence. C'est une bonne idée pour nous de prendre soin de notre mobilier dès que nous l'acquérons. Quelques règles simples et des conseils nous aideront à préserver notre mobilier. Nous pouvons encourager et enseigner à

nos enfants à prendre soin des meubles et autres biens, incluant leurs propres jouets. Ce n'est pas seulement parce que les choses coûtent de l'argent, mais aussi parce que c'est une valeur importante à transmettre à nos enfants. Nous ne pouvons les laisser détruire des choses par négligence. Enseignez-leur qu'on doit prendre bien soin de ses biens et de ceux des autres. Aussi, quand nous rendrons visite à d'autres personnes avec nos enfants, ces gens ne craindront pas que nous amenions une équipe de démolition avec nous.

Je ne connais pas toutes les règles pour recevoir. Vous n'êtes pas seules ; la plupart d'entre nous ne connaissent pas toutes les règles non plus. C'est pourquoi les librairies abondent de littérature sur ce sujet. Beaucoup de magazines, livres, et CDs donnent des conseils sur ce qui est acceptable. Du matériel par des expertes comme Amy Vanderbilt et Emily Post est très populaire. Nancy Van Pelt a écrit un excellent livre, *Creative Hospitality*, (*Une Hospitalité Créative*) qui est plein de conseils utiles pour des réceptions réussies. Il y a plusieurs sites en ligne qui donnent des informations sur la façon de disposer la table, de faire s'asseoir les personnes, de servir le repas, d'accueillir et d'introduire les invités, etc.

Ne vous laissez pas intimider. Recueillez les informations petit à petit, et vous serez surprises de tout ce que vous pouvez apprendre. Enseignez à vos enfants également quelques règles pour recevoir. Encouragez-les à vous aider à mettre la table. Montrez-leur des images de l'art de la table. L'autre jour j'ai vu un set de table avec l'image d'un couvert. Les enfants n'avaient qu'à placer la fourchette, le couteau, la cuillère, l'assiette et le verre sur les images du set de table, et l'arrangement était parfait. Peut-être souhaiteriez-vous créer vos propres napperons en employant cette idée. Ceci aidera vos enfants à mettre la table correctement. Ils aimeront cela.

Une autre idée serait de commencer une classe d'hospitalité dans votre église. Invitez une professionnelle à donner une classe ou deux à un groupe de dames de votre église. Souvenez-vous d'inclure de jeunes dames dans votre classe. Il y a des gens dans l'industrie hôtelière qui font ces présentations. C'est amusant d'apprendre certaines choses ensemble ; puis vous pourrez enseigner les autres. De plus, vous développerez de l'assurance.

Je ne cuisine pas bien. Beaucoup de personnes qui sont maintenant d'excellents(es) cuisiniers(ères) ont commencé en sachant à peine faire bouillir de l'eau. Assistez à une classe de cuisine. Rassemblez des recettes. Vous pouvez trouver des recettes sur les boîtes de céréales et autres boîtes de produits alimentaires. Les journaux et les magazines ont aussi des recettes. Certains programmes à la télévision et à la radio partagent des recettes. Ayez toujours

un stylo et du papier prêts pour ces opportunités. Des sites de recettes en ligne sont aussi une source rapide pour les recettes. Vérifiez *www.allrecipes.com* ou *www.cooks.com*. Si vous allez sur *google.com* et tapez sur “recipe sites,” des centaines de sites de recettes surgissent devant vos yeux. Les recettes varient de menus de petits déjeuners à des repas gourmets pour le dîner. Puis commencez à les mettre en pratique sur votre famille avec des plats simples, faciles à faire et graduellement votre assurance et votre aptitude augmentent. Un mot d'avertissement : Ne faites pas l'expérience d'une nouvelle recette quand vous avez invité des personnes à dîner. Vous pourriez avoir un désastre si la recette ne tourne pas bien !

Faites une liste des plats que vous avez préparés avec succès, maîtrisez-les, et puis choisissez avec confiance de cette collection quand vous devez recevoir. Parfois vous voudrez vous associer à une amie lorsque vous recevez des invités à dîner ou à déjeuner. Choisissez quelqu'un qui cuisine bien et aime recevoir. Vous verrez que votre tension sera réduite.

Je deviens très nerveuse quand je dois recevoir. Une façon sûre de réduire cette nervosité est de bien planifier et de bien préparer. Commencez avec une liste de choses que vous devez faire. Puis cochez les items alors que vous les complétez. Votre liste inclura le nettoyage, la vérification de vos serviettes et vaisselle, et la sélection d'une nappe, de napperons, et d'un centre de table simple (il ne doit pas être élaboré ; un simple arrangement floral fera l'affaire). Planifiez votre menu et faites vos achats selon lui. Collez votre menu sur votre frigo ou sur l'une des portes de votre buffet de cuisine. Cela vous aidera à ne pas oublier un item. Tout ce dont vous avez besoin est d'un repas simple, bien-équilibré. En invitant des personnes, il serait judicieux de voir si elles ne souffrent pas d'allergies ou n'ont pas besoin d'un régime spécial.

Vous ne voudriez pas vous compliquer la vie avec un étalage de plats gourmets ; si vous voulez, un jour vous recevrez un diplôme dans ce niveau de réception. Si vos enfants sont jeunes, vous devrez planifier avec plus de soin et préparer votre événement bien avant. C'est parfois un défi de fonctionner entre un plat à préparer pour des invités et s'occuper des tout-petits si vous n'avez pas d'aide. Planifiez, planifiez, planifiez. Écrivez-vous de manière à ne rien oublier. Puis demandez à Dieu de vous aider et de bénir vos efforts. Cela marche toujours.

Je crains que les gens ne passent à la loupe ma maison. Quelques dames pensent que si l'on n'a pas une maison parfaite, on ne devrait pas recevoir. Ceci est faux et place sur nous un fardeau inutile. Généralement, nos maisons sont bien. Si nous entretenons nos maisons, nous ne devrions pas être stressées de

leur apparence. Nous passons l'aspirateur, la serpillière, le balai, l'essuie-meuble, nettoyons notre salle de bains, et prenons soin de nos animaux domestiques, et nous sommes bien. Nous essayons aussi de réduire notre désordre. Ceci rend la maison un peu plus accueillante. Rappelez aux enfants à mettre leurs jouets de côté. Nous ne devrions pas nous faire de souci; la plupart des gens sont tellement occupés à apprécier la fraternité qu'offrent nos maisons qu'ils ne prennent pas le temps d'examiner si nous avons de l'argent massif ou de l'acier inoxydable, ou un tapis persan ou un faux carrelage. Ce n'est pas non plus nécessaire de faire un grand tour de la maison. Les personnes qui acceptent nos invitations pour évaluer notre situation domestique ne sont pas de vrais amis. Les invités qui se concentrent sur l'état de notre maison plutôt que sur la chaleur de notre hospitalité ratent la bénédiction. Nous ne devons pas leur permettre de nous priver des bénédictions de l'hospitalité. La propreté, l'amitié, une conversation plaisante, et un repas nutritif sont requis.

C'est beaucoup de travail. Oui, c'est le cas parfois. Cependant, comme toute chose, il y a toujours un moyen pour battre le stress et réduire le lot de travail. Ayez des réserves de produits à portée de main pour des repas rapides. Pâtes, riz, pommes de terre, soupes, légumes surgelés ou en conserves, et les haricots sont des économiseurs culinaires. Vous pouvez composer votre propre liste de choses à être stockées. Assurez-vous de les remplacer après leur utilisation. Préparez quelques plats à l'avance (rôtis, pâtés, casseroles, etc.), enveloppez-les dans du plastique, et congelez-les. J'ai utilisé des weekends de vacances pour me lancer dans une frénésie de cuisiner. Avec excitation, j'ai entassé de multiples plats dans le congélateur. Ceci signifie que lorsque j'ai des invités, attendus ou non, je suis prête du moins dans le domaine de la cuisine. En cuisinant, assurez-vous de préparer la "pomme de terre supplémentaire." Ceci signifie faire cuire un peu plus de nourriture pour être prêt à affronter des invités imprévus.

Au lieu d'avoir à effectuer un nettoyage majeur de printemps à chaque fois que des invités sont attendus, essayez de maintenir une maison en ordre autant que possible. Petit à petit, essayez de nettoyer des parties de votre maison. C'est beaucoup plus facile que de vous attaquer à toute la maison à la fois. Puis lorsque vous devez recevoir, seulement une petite touche ici et là sera nécessaire.

Si vous avez un préavis que vous recevrez, alors vous pouvez planifier vos préparations et vous épargner de l'hypertension. Jetons donc les peurs que nous éprouvons lorsque nous nous préparons à recevoir des invités. Ce n'est pas aussi effrayant.

Quelques Alternatives

Parfois nos situations ne nous permettent pas de recevoir des gens à la maison. Nous vivons peut-être temporairement avec une famille. Peut-être avons-nous récemment déménagé et n'avons pas encore aménagé la maison, ou c'est peut-être une période inhabituellement occupée de nos vies. Pourtant nous avons envie de nous engager dans l'hospitalité. Nous pouvons nous engager dans l'hospitalité externe. Préparez un repas et apportez-le à quelqu'un. Nos filles et leurs maris ont un système merveilleux. En sus d'inviter des gens à manger chez eux après l'église, ils préparent les repas et les apportent à des personnes. Les femmes font la cuisine et les maris identifient les personnes et transportent les repas dans des conteneurs jetables aux reclus, malades, aux endeuillés—des gens qui pour une raison quelconque ne peuvent se déplacer chez eux.

Les repas-partages sont une autre façon facile de recevoir. Lorsqu'un groupe de personnes étendent l'hospitalité, la responsabilité des préparatifs est partagée, parce qu'en général, les familles apportent suffisamment de nourriture pour elles et quelques personnes en plus. Dans d'autres cas, un comité de préparation distribuera les tâches à divers groupes et personnes. Les repas-partages peuvent être amusants. Il y a souvent abondance de nourriture et une diversité de plats pour les invités. Un autre bénéfice du repas-partage est l'occasion d'essayer de nouvelles recettes et de rencontrer les cuisinières en personne. Ces repas-partages ou diners en communion peuvent se tenir à l'église et "peuvent ramener ensemble la famille de l'église. Un repas offert à ceux qui visitent l'église peut être un moyen d'évangéliser par l'amitié. De tels repas pourvoient non seulement à une réunion sociale, mais peuvent aussi servir comme un moyen opportun d'éducation de la nutrition," conseille Nancy Van Pelt. (189)

Une autre idée serait la réception en style de pique-nique. Préparez un repas de pique-nique et allez au parc, relaxez-vous, et appréciez la nature et la camaraderie. Vous n'avez même pas à aller à un parc. Vous pouvez pique-niquer dans votre propre arrière-cour si le temps est agréable. C'est pratique et amusant. Les enfants aiment cela.

Un de mes auteurs préférés disait qu'il y a beaucoup de religion dans une miche de pain. Faites du pain, enveloppez-le dans un message d'espoir, un tract, ou une petite carte, et donnez-le à quelques sans-abris. Vous vous sentirez très fières de vous.

Quand les Invités Restent À la Maison

Ceci implique plus de planification. Si les invités font un séjour urgent, nous serons contentes d'avoir maintenu l'ordre dans la maison. Cependant, qu'ils restent la nuit ou passent quelques jours, certaines choses doivent être en place :

- Des serviettes et des draps frais
- Du savon ou du gel douche
- Une serviette supplémentaire ou un set de serviettes
- De l'eau potable dans la chambre
- Un stylo et du papier
- Une Bible et/ou un livre de méditations
- Une lampe de poche en cas de coupure d'électricité
- Une serrure fonctionnant sur les portes de la salle de bain et de la chambre

Gardez certains de ces items ensemble dans un sac, un panier, le tiroir d'une commode, ou un autre lieu pratique à accéder à tout, immédiatement. Ceci vous épargnera la peine de vous précipiter dans la maison. Il n'y aura aussi aucune possibilité d'oublier un item d'importance majeure. Imaginez seulement un invité devant rester sous la douche pour se sécher parce que son hôtesse a oublié la serviette !

Voici quelques choses optionnelles que j'aime avoir à portée de main :

- Quelques pansements
- Un miroir à main
- Des pantoufles
- De la lotion
- Une brosse à dents supplémentaire
- Une note, un geste, ou une autre marque de bienvenue
- Une veilleuse dans le couloir

Découragez vos enfants à entrer et sortir de la chambre des invités. Expliquez- leur gentiment que vos invités ont besoin de privauté et que vos invités respecteront la leur. Qu'ils sachent que l'hospitalité est un projet familial. Assurez-les que vous comptez sur leur aide parce que c'est un autre événement spécial dans la vie de votre famille.

Si les invités partagent la salle de bain avec vos enfants, vous aurez à vérifier souvent durant la journée si les équipements sont en ordre, surtout si les enfants sont très jeunes. Dans plusieurs cas, les enfants de l'hôte partagent la salle de bain de leurs parents. C'est une bonne idée.

CE QU'ON NE DIT PAS À LA FEMME DU PASTEUR

Trouvez la date de départ de vos invités. Ceci vous aidera à planifier les repas et autres activités. À ce point, vous pouvez informer vos invités des heures de repas planifiées chez vous et discutez de ce qui leur conviendrait. Vous voulez être la plus serviable et accommodante possible.

S'il n'y a pas de chambre d'invités, votre invité sera à l'aise de dormir sur un divan. Le divan d'une famille accueillante peut offrir un sommeil profond à un voyageur fatigué. C'est toujours important de préserver la privauté d'un invité. Vous devrez aussi vous rappeler de garder le volume des bruits de la maison au minimum pour ne pas déranger le sommeil de l'invité.

Après que tout est fini

Quand la réception est finie, vous aurez un sentiment de satisfaction et voudrez répéter l'entreprise. Les sourires et la gratitude de vos invités resteront gravés dans votre mémoire. Des sentiments de satisfaction et d'accomplissement vous inonderont l'âme. L'amour dans votre cœur, un peu de sens commun, et un engagement à rendre heureux quelqu'un, étaient les principaux ingrédients dont vous aviez besoin pour faire de votre réception un succès.

Votre maison peut ne pas être un hôtel cinq étoiles, mais la chaleur et la fraternité de votre hospitalité feront que votre maison brillera comme une petite étoile dans votre communauté. Le ciel sera content. Et qui sait ? Vous avez peut-être reçu un ange ou deux !

[illegible]

CHAPITRE 7

VOUS ÊTES L'ÊTRE AIMÉE DE VOTRE MARI

Des emplois du temps remplis, de multiples engagements et des corps fatigués rendent faciles pour nous femmes de pasteurs d'oublier que nous sommes encore les amoureuses de nos maris. Une amie m'a confié qu'avec toutes les exigences de la vie pastorale, elle ne pouvait pas se permettre le luxe d'être une amoureuse. Elle se sentait si épuisée qu'elle n'avait plus d'énergie pour répandre de l'amour à son mari. Je me suis empressée de la convaincre qu'il était dangereux d'omettre ce "luxe d'être une amoureuse."

"Il y a un moment pour tout. . . . Un temps pour aimer . . ." (Éccl. 3:1, 8). Alors que nous consacrons nos vies à servir les paroissiens et notre communauté, et que nous sommes engagées à garder des maisons propres, confortables et à préparer des repas nutritifs, à nous occuper de nos enfants, de même, aimer nos époux de manière romantique, doit trouver un créneau précis dans nos agendas. Plusieurs femmes de pasteurs sont loyales et un soutien pour leurs maris. Nous voulons que nos maris réussissent et gravissent de manière constante l'échelle de l'excellence. L'importance de la contribution d'une femme au succès de son mari est fréquemment notée. Il y a aussi quelques femmes dont la mauvaise influence et le piètre support court-circuitent le progrès de leurs maris. Puis il y a de ces femmes qui sont si occupées avec leurs devoirs professionnels et domestiques que le romantisme leur échappe. Il y a un besoin d'équilibre entre—travail, jeu, et moments romantiques du couple pastoral.

À Qui le Tour ?

Les couples clergés doivent prendre du temps pour planifier des moments romantiques ensemble. Dans *Every Minister Needs a Lover*, (*Tout Pasteur a besoin d'une Personne Aimée*) Eppinger et Eppinger décrivent l'état de plusieurs couples clergés : "Nous gens d'église apprenons comment accomplir nos tâches de manière professionnelle—assister aux rencontres de comité, préparer des sermons, diriger les affaires de l'église, rendre visite aux malades, faire du travail religieux, et être impliqués dans les tâches interminables d'un pasteur. Nos

épouses aussi ont des tâches précises à faire, et souvent nous fonctionnons très bien comme couple dans la gestion de nos maisons, dans le travail à l'église. Pour que tout mariage ait une intimité authentiquement satisfaisante—l'expérience créatrice, croissante qui unit deux personnes émotionnellement, mentalement, psychologiquement, spirituellement et physiquement—doit être le noyau vital et central.” (16)

Ce sont des paroles très puissantes. Les couples clergés doivent prendre le temps de planifier pour avoir des moments romantiques ensemble. Nous sommes bombardés par les exigences de plusieurs devoirs et responsabilités. Nous accomplissons cela fidèlement. Nous faisons des listes et planifions des rendez-vous. Nous honorons nos priorités. Comme le proverbial “engrenage prenant,” certains items sur nos listes attirent notre attention. Au milieu de tout cela, où se trouve le romantisme dans notre schéma directeur ?

Une dame confessait qu'elle était consciente que son mari était affamé de romantisme. Cependant, elle refusait de se sentir coupable parce qu'elle était aussi affamée ! “Il ne m'apporte jamais des fleurs ou de petits cadeaux d'appréciation, aussi ne ferai-je pas l'effort qu'il se sente bien aussi.” Ainsi il y avait deux personnes affamées, chacune attendant l'autre de servir en premier. Je ne pouvais m'empêcher de sourire alors que je réfléchissais aux paroles de notre Seigneur dans Luc 7 :31, 32 : “À qui donc comparerai-je les hommes de cette génération, à qui ressemblent-ils ? Ils ressemblent à des enfants assis sur la place publique, qui se parlent les uns aux autres et disent : Nous vous avons joué de la flûte et vous n'avez pas dansé ; nous avons entonné des chants funèbres et vous n'avez pas pleuré.” À qui le tour vraiment ?

Essayez de communiquer vos besoins à votre époux(e). Soyez honnêtes et ouverts l'un avec l'autre. Cela devrait aider. Nous devons admettre notre besoin d'intimité, de romantisme, et d'amour physique. Prenez la responsabilité d'avoir négligé cet aspect important de votre vie. Ce n'est pas une session de blâme, mais plutôt de planification pour passer un peu de temps en se concentrant l'un sur l'autre régulièrement. En d'autres mots, recommencez à zéro. Donc, à qui le tour ?

Ravivez le Feu

Nous avons tous joui de la chaleur et de la beauté d'un feu rougeoyant, surtout pendant un temps froid. Nous connaissons l'importance du combustible pour que le feu continue à brûler. Le feu de nos mariages ne peut être maintenu sans le combustible de l'amour et du romantisme. Mary Somerville nous rappelle ceci : “Femmes, cherchons-nous du temps pour ces moments intimes ensemble

et faisons-nous comprendre à nos maris à quel point ils nous sont importants ? Si vous êtes fréquemment trop fatiguées, ce serait sage de voir quelles autres activités pourraient être enlevées de votre emploi du temps ou essayez de vous reposer pour vous préparer pour ce moment d'unité et de plaisir de la journée d'être en compagnie de votre mari. Prier pour la force de Dieu est aussi appropriée. Il vous donnera Sa force et Son énergie pour cet aspect sacré de votre mariage." (120)

Dans son livre *Keeping the Spark Alive, (Garder l'Étincelle Vivante)* Ayala M. Pines met l'accent sur ce concept consistant à garder la flamme de l'amour conjugal. Si on n'y ajoute pas du combustible, tôt ou tard la flamme s'éteindra. Salomon, le sage, déclare : "Quand il n'y a plus de bois, le feu s'éteint" (Prov. 26 :20). Nous devons tout faire pour garder vivants et vibrants, nos mariages. Quand les vents froids et cruels de critique, d'hostilité, et d'attentes irréalisables nous piquent, les feux chaleureux de l'amour, de l'intimité et du partage d'un(e) époux(se) peuvent nous réchauffer le cœur et nous remplir de paix, de force et de réconfort.

Ses Besoins

Nos hommes semblent si forts et si puissants que nous oublions parfois qu'ils ont des besoins qu'ils désirent voir s'accomplir. Les femmes ne sont pas secrètes sur leurs propres besoins. Combien de fois n'avons-nous pas entendu une femme se plaindre : "Personne ici ne se soucie de moi ! Pourquoi personne ne se rend-il compte que j'ai des besoins ?" Nous, les femmes, sommes explicites au sujet de nos sentiments et nos blessures. C'est différent avec les hommes. Les hommes intériorisent leurs désirs et leurs rêves, et parfois ce n'est pas avant que nous ne remarquions une manifestation dramatique que nous nous rendons compte qu'ils agissent par une sorte de privation de besoin. Plus tôt dans ce livre, nous avons mentionné les cinq principaux besoins des hommes, selon un sondage sur les besoins effectué par Willard Harley. C'étaient les suivants par ordre d'importance décroissant :

1. Satisfaction sexuelle
2. Camaraderie de loisirs
3. Partenaire attirante
4. Soutien domestique
5. Admiration. (183, 184)

Satisfaction sexuelle. Dans un de nos séminaires pour les couples pastoraux, quelqu'un fit la remarque qu'elle était choquée qu'un pasteur ait la satisfaction sexuelle si haut dans sa liste de priorités. J'étais soulagée qu'elle s'en soit

rendue compte avant qu'il ne soit trop tard. Un pasteur est un homme avec les mêmes besoins physiques et émotionnels que n'importe quel autre homme. C'est pourquoi il a épousé une femme. Les hommes avouent leur besoin de satisfaction sexuelle sans honte. Les pasteurs ne sont pas différents. Bien sûr, ils ne piquent pas des colères sur la chaire et ne tapent pas sur le lutrin tout en hurlant qu'ils ne sont pas satisfaits sexuellement. Cependant, en tant que femmes, nous devons faire preuve de suffisamment de discernement pour reconnaître ce besoin. Puis nous devons être prêtes à répondre à ce besoin.

La solution aux problèmes sexuels conjugaux ne se trouve pas dans un seul manuel. Elle se trouve dans une relation fondamentale d'amour, d'attention, d'altruisme et de réciprocité entre mari et femme. Une autre aide à un ajustement conjugal réussi, est l'éducation. Plusieurs fois il y a eu de fausses perceptions qui nous ont accompagnées durant notre vie. Les media, notre environnement et même quelques expériences déplaisantes du passé peuvent avoir affecté notre point de vue sur le sexe.

C'est bien de se rappeler que notre sexualité était l'idée de Dieu "Dieu créa l'homme à Son image, Il le créa à l'image de Dieu. Il créa l'homme et la femme." (Gen. 1: 27). De plus, la joie de l'intimité conjugale est bibliquement approuvée. Dans Hébreux 13 :4, nous lisons: "Que le mariage soit honoré de tous et le lit conjugal épargné par la souillure." Nous savons que le "lit" ici ne fait pas référence à un meuble de la chambre à coucher mais à l'intimité conjugale. Une amie m'a dit que lorsqu'elle a lu ce texte dans la Bible, elle était très contente parce que cela la libérait de sentiments de culpabilité !

Bien sûr c'est le plan du diable de nous sentir coupables d'apprécier le cadeau de mariage de Dieu aux couples mariés. Satan a déprécié le sexe et circulé des extrêmes dans l'approche à l'intimité sexuelle. Il y a soit une importance excessive qui lui est accordée, soit elle est ignorée. Les Chrétiens croient en l'équilibre. Les Chrétiens sont des êtres complets—socialement, physiquement, spirituellement, et intellectuellement. L'Apôtre Paul dénonce clairement l'omission de l'intimité conjugale dans nos relations. Mari et femme doivent offrir leurs corps volontairement et avec amour l'un pour l'autre. "Que le mari rende à sa femme l'affection qu'il lui doit et que la femme agisse de même envers son mari. Ce n'est pas la femme qui est maîtresse de son corps, mais son mari. De même ce n'est pas le mari qui est maître de son corps, mais sa femme. Ne vous privez pas l'un de l'autre, si ce n'est d'un commun accord pour un temps, afin de vous consacrer au jeûne et à la prière ; puis retournez ensemble, de peur que Satan ne vous tente à cause de votre manque de maîtrise" (1 Cor. 7 :3-5).

On attribue l'infidélité souvent aux facteurs comme un surmenage au travail, un contact diminué avec Dieu, du temps réduit passé avec son épouse, de même que la campagne acharnée de Satan pour briser les mariages. Cependant, négliger l'intimité sexuelle dans un mariage pastoral peut conduire à l'infidélité. C'est une illusion pour les couples pastoraux de croire qu'ils sont immunisés aux pièges de l'infidélité. Dans *Heart to Heart with Pastors' Wives*, (*Cœur à Cœur avec les Femmes de Pasteurs*) Colleen Townsend Evans explique que dans une société où l'intimité est valorisée mais si rarement atteinte, "nos maris pasteurs qui sont sensibles, attentionnés, et authentiquement intéressés aux paroissiens peuvent se rendre compte que leur chaleur humaine et leur compassion divine sont facilement mal comprises." (27) Evans continue : "Beaucoup de gens sont dans le besoin, et les pasteurs, tout comme les médecins, thérapeutes, et autres 'types d'aidants' professionnels, sont des cibles vulnérables. Les pasteurs sont spécialement susceptibles de l'être." (28)

Nous devons aider nos maris à ne pas devenir les proies des "femmes étrangères." Salomon, le sage, nous donne un magnifique aperçu que nous pouvons mettre en application concernant notre besoin de considérer sérieusement notre rôle dans l'intimité conjugale. "Celui qui est rassasié piétine le rayon de miel, tandis que celui qui a faim trouve doux tout ce qui est amer." (Prov. 27 :7). Nous ne voulons pas que nos maris s'arrachent les miettes d'intimité des tables d'autres femmes. Engageons-nous l'un envers l'autre à nous garder "remplis." Nous devons protéger nos mariages avec passion.

Étant donné que nous vivons dans un monde de péché où les attaques de Satan sont vicieuses et constantes, il y aura des moments d'accidents relationnels. Cependant, nous devons prier fort et travailler dur pour garder nos mariages en vie. Nous devons viser une approche équilibrée, systématique pour préserver nos familles.

Quand l'amour authentique, manifesté par le désintéressement et la tendresse, est dans les cœurs du couple, chacun désirera l'autre. Eppinger et Eppinger partagent un autre aperçu de l'intimité sexuelle : "Pour approfondir l'intimité sexuelle, un couple doit apprécier le sexe de façons à ce qu'il alimente leur amour. Un mariage est vital dans la mesure où il y a une unité de ces deux formes d'intimité—physique et psychologique. La satisfaction des faims de la personnalité de son partenaire, particulièrement ses besoins d'égo sexuel, est extrêmement importante." (71)

Il y a beaucoup de littérature Chrétienne sur la façon de profiter du don de l'intimité conjugale. C'est une bonne idée que nous profitons des bénéfices d'un tel matériel. Ceci ne nous aidera pas seulement dans nos vies personnelles,

mais nous pourrions partager de bonnes idées avec d'autres couples de nos congrégations ou même dans notre communauté.

Quelque chose d'Autre?

Il y a des degrés variés de connexions—un clin d'œil, un sourire, une petite tape, un serrement de main. J'aime quand Jansen, mon mari, me sourit. Cela peut sembler simple, mais ça me donne une sensation de "douce chaleur". Le contact physique, cependant, n'est pas le seul moyen de garder la flamme allumée. La communication est absolument essentielle. Combien de fois partageons-nous nos sentiments ou nos convictions ? Quelle est la dernière fois où nous avons flatté nos époux ? Verbalisons-nous notre admiration pour eux ? Un des bénéfices de la bonne communication est qu'elle conduit à une meilleure amitié avec nos époux. Ce n'est pas assez d'aimer nos maris. Nous devons les apprécier aussi. C'est ce en quoi consiste l'amitié conjugale. Parler et écouter l'autre peuvent construire des ponts. Notre communication peut embrasser un large éventail, de sérieuses discussions d'affaires à de banals "échanges sur le temps" au partage d'espoirs, de peurs et de rêves.

Je me rappelle d'une manière saisissante comme hier nos premiers mois de mariage. Je ne suis pas une personne qui parle beaucoup ; je tends à être plus introspective. Aussi durant les premiers jours de notre mariage, je n'exprimais pas beaucoup mes sentiments. Un jour, mon mari m'a demandé si j'appréciais notre mariage. Je pensais que c'était une étrange question venant de lui. N'avais-je pas montré ma joie d'être avec lui ? Est-ce que je ne témoignais pas assez de la chaleur de la lune de miel ? Qu'est-ce que je faisais de mal ?

"Bien," expliqua Jansen, "tu ne parles pas beaucoup. Je ne sais pas vraiment ce que tu ressens."

Cela me choqua vraiment. Pour la première fois je me rendis compte à quel point j'étais habituellement plongée dans mes propres pensées. Je devais partager davantage. Je devais verbaliser mes sentiments. Bien sûr, je n'étais pas mariée à un prophète. Il devait être au courant de ce à quoi je pensais, ce que je ressentais sur ma nouvelle vie. À partir de ce jour, je travaillais à devenir plus expressive et communicative. Maintenant il semble que mon mari a créé un monstre !

Nous devons vraiment travailler pour améliorer notre communication avec nos époux. Cela vaut tous nos efforts et notre énergie. Les amoureux doivent communiquer.

Camaraderie et Loisirs

Beaucoup de couples-pastoraux se considèrent comme une équipe. Il y a environ une décennie, un jeune couple pastoral m'approcha ainsi que mon mari, disant qu'il voulait discuter quelque chose avec nous. Je n'avais aucune idée de ce qu'était ce "quelque chose". Eh bien, aussitôt que nous avons dépassé les préliminaires, ce jeune couple a exprimé son intérêt profond pour le ministère en équipe. Ils ne voulaient pas d'un ministère fracturé. Ils voulaient travailler ensemble, partager un intérêt uniforme dans les âmes et être reconnus comme une équipe pastorale. C'était rafraîchissant de voir la sincérité et le zèle dans leurs jeunes yeux engagés. Le ministère en équipe est le but de plusieurs couples ministériels.

En contraste avec ce couple était une femme de pasteur qui se plaignait que son mari la laissait "dans le noir" au sujet de son ministère. Elle n'avait aucun indice sur ses buts, ses réussites, et déceptions. Elle était physiquement présente et fréquemment à ses côtés ; cependant, elle se sentait écartée. "Ce que je désire est de me sentir comme faisant partie de l'équipe," expliqua-t-elle. Il semblait que son mari pensait que sa participation n'était soit pas nécessaire soit peu efficace. Ils devraient communiquer sur ce problème.

Travailler seulement et pas de Jeu

Alors que plusieurs couples travaillent ensemble, ils négligent de jouer ensemble. La famille qui joue ensemble reste ensemble. Les couples qui apprécient la camaraderie de loisirs jouissent d'un lien rafraîchissant. Essayez de regarder le jeu préféré de votre mari avec lui ou de partager un intérêt dans son passe-temps et remarquez à quel point il devient vulnérable. Mettez de côté vos tâches domestiques pendant un temps et donnez-lui du "temps de jeu." Vous serez étonnées de voir à quel point il appréciera. Nos hommes ont besoin que nous partagions une camaraderie de loisirs avec eux.

La camaraderie de loisirs a des avantages. Ces moments donnent au couple la chance de se réintroduire l'un à l'autre comme des êtres humains ordinaires. Les masques professionnels sont tombés, et vous êtes naturels, sereins. L'expérience vous rafraîchit et vous revitalise.

S'engager dans un moment de loisirs avec votre époux réduit la probabilité de stress et de burnout. Dans *Pastors at Greater Risk, (Pasteurs à plus grand risque)* Archibald Hart interroge H. B. London et définit la différence entre stress et burnout : "Le stress est avant tout un phénomène biologique : trop d'adrénaline et trop de pression. Vous planez et vous utilisez trop d'énergie pour accomplir certaines fonctions. Vous avez trop de dates limites. Et vous

êtes souvent sur-engagées. Le stress est la perte de combustible et d'énergie, ce qui produit souvent panique, phobie, et des désordres de type anxiété." (177, 178) Hart continue en décrivant le burnout : "Le burnout est bien plus qu'une réponse émotionnelle. Dans le burnout, la victime devient démoralisée et sait que les choses ne se passent pas bien. Les gens ne le valorisent pas. Il commence à perdre la vision qu'il avait pour son ministère. Il perd l'espoir. . . La démoralisation est une bonne façon de le résumer." (178)

En passant du temps libre avec votre époux, en jouant ensemble et en appréciant la compagnie de l'autre, vous pouvez réduire le niveau de stress et peut-être empêcher un burnout imminent. Le burnout professionnel n'est pas le seul. Il y a aussi le burnout dans les relations conjugales, qui est un vrai dilemme. Accumulations de stress, désillusion, et défis de tous genres ont un impact négatif sur le mariage. C'est pourquoi la camaraderie de loisirs a une telle importance. Les couples pastoraux ont besoin de jouir de la résistance d'une compagnie de loisirs. Nous ne remettons pas en question que la "famille qui prie ensemble, reste ensemble." Ajoutez à ceci "Le couple qui joue ensemble reste ensemble."

Partenaire Attirante

Nos maris nous ont épousées parce qu'ils étaient attirés par nous. Ont-ils été tirés vers l'autel donnant des coups de pieds et hurlant ? Je pense bien que non. Les hommes sont visuels, et avant de découvrir nos vertus intérieures, il y avait quelque chose de magnétique dans notre apparence extérieure. On l'appelle l'"emballage." Nous ne devons pas être convaincues de l'effet de l'emballage. La présentation est importante. C'est pourquoi nous prenons soin de préparer et de placer des repas attirants devant notre famille et nos invités. Nous choisissons de faire des achats dans certains magasins à cause de leur aspect, en sus de leurs prix compétitifs. Le charme a son attrait.

Nous, les femmes, nous aimons être et nous sentir belles. Parfois nous nous laissons aller et prétextons que nous sommes trop occupées pour prendre soin de nous. Nous ne devons jamais négliger notre apparence. Nous devons tenir notre engagement envers la beauté et le charme, non seulement à cause de nos maris, mais de manière plus significative, parce que nous sommes les filles—les filles du Roi des Rois. En tant que personnes royales et ambassadrices pour Christ, nous ne pouvons pas nous permettre de négliger notre apparence. Certaines parmi nous doivent faire plus d'effort que d'autres, mais nous ne devons pas perdre de vue notre objectif de rester attirantes.

Nos maris aiment nous voir belles, et c'est la raison pour laquelle nous devons faire l'effort d'être attirantes. Cela peut impliquer de nous regarder attentivement dans le miroir. Quelle est la forme de mon visage ? Est-ce que ma coiffure la met en valeur ou l'entrave ? Dois-je prendre plus de soins de ma peau ? Qu'en est-il de mon poids ? Menace-t-il ma santé de même que mon apparence ? Je ne dois pas oublier mes dents.

Un beau sourire peut faire des merveilles au visage. Quand ai-je examiné pour la dernière fois ma garde-robe d'un œil critique ? Certains vêtements doivent être définitivement mis de côté à cause de leur "valeur" historique. Nous ne sommes pas les conservatrices d'un musée ; nous ne sommes pas dans la confection de vêtements antiques. Les couleurs que je porte me flattent-elles ? Si possible, faites un test de coloration. Si ce n'est pas possible, alors notez les vêtements et les couleurs que vous portez et qui vous apportent des critiques élogieuses ; ce sont les couleurs qui vous vont le mieux.

Nous ne devons pas limiter notre charme à l'extérieur de notre maison. Les femmes doivent faire l'effort d'être belles *dans* la maison aussi. Dans *The Adventist Home, (Le Foyer Chrétien)* mon auteure préférée, Ellen. G. White, rédige un acte d'accusation frappant contre les femmes qui négligent leur apparence à la maison. "Pendant qu'elles travaillent, nos sœurs ne devraient jamais porter des vêtements qui les fassent ressembler à des épouvantails. Les voir vêtues d'habits seyants est bien plus agréable pour leur mari et leurs enfants que pour des simples visiteurs et étrangers." (252, 253)

Des liasses de billets de dollars ne se trouvent pas dans chaque coin du presbytère. Par conséquent, nous, familles pastorales, devons faire un budget sagement et dépenser en faisant attention. Comment une femme qui a peu d'argent ou qui ne travaille pas trouve les ressources pour se rendre attirante ? D'abord, prenez l'engagement de préserver votre beauté. Puis, élaborez un plan pour gagner et économiser de l'argent pour maintenir votre apparence. Planifiez et économisez. Ensuite, refusez de culpabiliser parce que vous prenez soin de votre apparence. Nous ne prenons pas la défense de l'extravagance ; nous nous rappelons simplement de présenter nos corps temples dans un paquet plaisant. Lisez, parlez avec les consultants, soyez conscientes des tendances, et appréciez votre quête pour être belles.

Le charme aussi nous rend attirantes. La beauté physique n'est pas un prérequis du charme. Le charme est un trait indéfini qui magnétise, réchauffe, et revitalise tous ceux qui viennent dans sa sphère. Il irradie du "charmeur" et a une influence adoucissante sur celui qui est charmé. Le charme n'est pas un vernis mais un trait authentique d'un Chrétien. Chaque femme a une mesure de charme fabriquée pour correspondre à sa propre personnalité.

Il y a des mystères autour du charme. Peut-il être attrapé ou enseigné ? Le charme est personnel et ne peut être copié, ou il donnera l'impression d'être faux. Le charme est composé de l'esprit, de l'apparence, et des sentiments, de même que le sens de sécurité que l'on a. Voici quelques étapes vers le charme :

1. Préparatifs attentionnés.
2. Appréciation de la nature (la nature adoucit et affine).
3. Organisation de soi ; c'est difficile d'être charmante et confuse à la fois.
4. L'habitude de faire régulièrement quelque chose de spécial pour quelqu'un.
5. Une décision d'éliminer des pensées négatives.
6. Un sens de l'humour. Ceci inclut la capacité de rire de ses propres erreurs.
7. Sensibilité aux besoins des autres.
8. Un engagement à traiter les gens comme s'ils étaient importants. Rappelez-vous qu'ils sont les créatures de Dieu aussi.
9. Une résolution de s'apprécier et de se dorloter.
10. Le refus de laisser les personnes difficiles vous rendre laides.

En résumé, la Parole de Dieu nous donne une liste des ingrédients du charme. "Mais le fruit de l'Esprit, c'est l'amour, la joie, la paix, la patience, la bonté, la bienveillance, la foi, la douceur, la maîtrise de soi" (Gal. 5 :22).

La beauté ou l'attractivité ne se confine pas à l'extérieur seulement. Elle vient d'à l'envers. Un cœur où Jésus règne causera un écoulement de la beauté. Les gens nous trouveront attirantes. Quand j'étais une petite fille nous chantions le refrain suivant dans notre École du Sabbat :

Que la beauté de Jésus soit vue en moi

Toute Sa merveilleuse passion et Sa pureté.

O Toi Esprit divin, toute ma nature s'incline Jusqu'à ce que la beauté de Jésus soit vue en moi.

Se connecter à Jésus et plaider avec Lui pour qu'Il nous remplisse de Son Esprit embellira nos vies, et nous deviendrons de belles épouses.

Soutien Domestique

Le quatrième besoin des hommes comme énuméré par Willard Harley est le soutien domestique. Nous pensons à peine qu'il serait sur la liste d'un homme. Nous, les femmes, ne nous plaignons-nous pas d'avoir besoin d'aide avec les tâches à la maison ? Pour un homme, un soutien domestique est davantage qu'une aide physique. Je n'imagine pas qu'un mari souhaite que sa femme le remplace pour tondre le gazon ou fixer la plomberie. À part une maison

propre et des repas à l'heure, un homme a un grand besoin d'une atmosphère paisible dans sa maison.

Phil était dégoûté par le chaos qui régnait dans sa maison. Il détestait rentrer chez lui à la fin de la journée. Oh oui, il aimait sa famille, mais l'environnement chaotique lui faisait Presque perdre la tête. Il décrit un soir mémorable où il rentra chez lui au hurlement d'une bouilloire, une mise bas de chiot, un batteur de deux ans, et une vidéo pour enfants hurlant. Il se saisit la tête avec les paumes et était sur le point de battre en retraite, rapidement, en quête de paix et de tranquillité, quand sa femme souriante s'approcha de lui. "Chéri," commenta-t-elle calmement, "C'était ainsi presque toute la journée."

Je suis sûre que cette maman avait supporté d'autres variations sur le thème du chaos durant toute sa journée. Il y avait probablement des enfants se disputant, un enfant de deux ans geignant, et la pétarade d'une machine à laver qui menaçait d'inonder les lieux. Il semble que les mères sont plus capables d'affronter ce type de défi.

Nous femmes, donnons le ton de nos maisons. Nous aimons toutes profiter d'environnements paisibles. Les hommes aussi. Ils dépendent de nous pour leur offrir un environnement plaisant et serein. C'est un de leurs besoins. Il est impossible pour une personne de créer la sérénité dans la maison. Ce doit être un effort multidimensionnel de tous les membres de la famille. Si nous ne pouvons apprécier le confort dans nos propres maisons, où pouvons-nous aller ? "Home Sweet Home" est encore une situation désirable.

Admiration

Quand j'étais enfant dans une école secondaire, j'ai lu l'histoire de Narcisse, qui était un des plus beaux jeunes hommes de toute la Grèce. Narcisse savait qu'il était beau et voulait que tous reconnaissent et admettent sa beauté. Il était surtout enchanté quand de jeunes filles lui disaient que leur beauté était surpassée par la sienne. En rentrant chez lui un jour, Narcisse et ses amis s'arrêtèrent près d'un lac pour prendre un verre. Là dans le lac, il vit le plus beau reflet qu'il ait jamais vu. C'était en réalité la sienne, mais il ne le savait pas. Narcisse resta là pendant le reste de sa vie admirant son reflet et disant "Seule ta beauté peut surpasser la mienne." Seule la mort enleva Narcisse de son reflet.

Alors que les hommes ne sont pas aussi fanatiques de l'admiration comme le personnage mythologique Narcisse, ils aiment l'admiration. Ils n'expriment pas ouvertement ce besoin, mais ils aiment être admirés. Nous femmes aimons aussi être admirées et complimentées. Cependant, à quand remonte la dernière fois où vous avez dit à votre époux à quel point vous pensiez qu'il était

merveilleux ? Peut-être est-il beau. S'habille-t-il bien ? L'avez-vous reconnu pour ses talents ? Pourquoi ne pas lui dire à quel point vous et les enfants vous sentez en sécurité quand il est à la maison ? Vous pouvez aussi exprimer votre admiration de son dévouement pour ses tâches et le fait qu'il soit un bon soutien. Le dernier sermon qu'il a prêché a peut-être été bien présenté et une bénédiction pour les cœurs, incluant le vôtre. Le lui avez-vous dit ?

Il est vrai que nous sommes si occupées à faire face aux demandes de la vie qu'il ne reste ni temps ni énergie pour des "chichis." Eh bien, votre époux a besoin d'admiration. Ce n'est pas un luxe. Faites un effort. Nous ne devons pas négliger la possibilité d'une chère sœur qui est pleine d'admiration pour votre mari et peut être assez téméraire pour l'inonder de torrents d'admiration.

Quand le pasteur est pris dans les affres de fatigue et désillusion, une dose d'admiration peut soulager sa douleur. Le pasteur a besoin de support émotionnel, et quand il est déprimé, il l'acceptera probablement de n'importe quelle source. Les femmes de pasteur n'osent pas prendre le risque de priver leurs maris sur le plan émotionnel.

London et Wiseman, dans *Pastors at Greater Risk*, (*Pasteurs à Plus Grand Risque*) font cette déclaration suivante qui nous éclaire: "Ne ratez pas cette réalité importante: Les pasteurs sont surtout vulnérables à un support émotionnel externe pendant les périodes de lassitude, de frustration, et de désespoir. C'est pourquoi ils doivent nourrir chaque dynamique de prévention possible qui découle d'un mariage heureux." (50) Donner à nos maris des doses régulières d'admiration est une "dynamique de prévention" que nous pouvons et devons, nous permettre.

Qu'est-ce qu'un Véritable Amoureux ?

Avons-nous donc besoin d'une liste de contrôle des besoins de nos maris là où nous nous rendons et nous précipiter fiévreusement partout en essayant de les accomplir tous ? Ceci semble certainement une mission impossible. L'idée est d'être consciente des sentiments et besoins d'un homme. Une prise de conscience de ces facteurs peut servir de guide pour nous diriger vers les attentes et vulnérabilités de nos époux.

Des besoins multiples existent au sein du mariage. Maris—et femmes—ont des besoins caractéristiques. Nous femmes ne devons pas avoir peur d'identifier nos besoins et de les communiquer à nos maris. Quand nous sommes engagés à comprendre les besoins de l'un et de l'autre, nous sommes sur la voie du bonheur dans le mariage. Personne ne peut satisfaire à tous ces besoins tout le temps. Personne ne possède l'énergie, la volonté de faire cela 24

heures sur 24. Seul Jésus peut satisfaire à tous nos besoins. Reposons-nous sur l'assurance : "Et mon Dieu pourvoira à tous vos besoins conformément à sa richesse, avec gloire, en Jésus-Christ" (Phil. 4 :19).

Que signifie l'amour dans un mariage ? L'amour dans un mariage ne veut pas dire qu'il y a une absence de conflit ou de désaccord. Les époux sont des penseurs indépendants de divers milieux. Il est important que le couple s'engage à travailler dur pour développer les aptitudes à affronter les conflits ou les désaccords. Alors que les années passent, le couple gagne en maturité, et cette maturité lui apporte des changements. Cela ne veut pas dire que l'amour est dilué. "L'amour n'est pas un état d'esprit fixe," disent Eppinger et Eppinger, "mais une interaction active et fluctuante entre deux personnes dont les sentiments évoluent continuellement, créant de nouvelles configurations et des modèles qui reflètent à la fois la continuité et le changement." (76)

Un mariage ne peut réussir que sur un amour véritable. Dans *Real Love in Marriage*, (*Le Véritable Amour dans le Mariage*) Greg Baer déclare: "Le véritable amour n'est pas l' un des éléments plus importants dans un mariage heureux; c'est le plus important—de loin." (189) Être un vrai amoureux implique la volonté de travailler dur sur la relation. Ceci résulte en de multiples récompenses. Aujourd'hui est le bon moment de s'engager à être l'amoureuse de votre mari.

[illegible]

CHAPITRE 8

RELATIONS, RELATIONS

Plus d'une femme de pasteur a lutté avec des questions sur les relations. *À quel point dois-je être amie avec les paroissiennes ? Est-il approprié d'avoir de proches ami(e)s ? Quels sont les critères suggérés pour choisir des ami(e)s ? Et si ces "ami(e)s" s'avéraient infidèles envers moi ? Comment mes relations impactent-elles le ministère de mon mari ?*

Y a-t-il quelqu'un qui peut exister heureusement sans amis ? Nous avons tous besoin de quelqu'un avec qui partager. Certaines prétendent qu'ils n'ont besoin de personne. Je pense que ces personnes sont seules et ne le savent même pas. On n'a pas besoin d'un gang de fans nous suivant perpétuellement pour être heureuses. Nous avons toutes entendu parler de la possibilité d'être seules dans une foule. Les foules ne nous apportent pas de bonheur. D'excellentes relations peuvent être très précieuses, cependant. Dorothy Kelley Patterson exprime judicieusement quelques-unes de nos craintes, de même que l'importance de l'amitié :

"Des liens proches avec les autres sont essentiels pour tous, mais c'est dur de savoir avec qui vous pouvez confier vos sentiments et frustrations. Tous sont en lice dans des engagements sociaux, la camaraderie, et la conversation avec le pasteur et sa femme. L'isolement semble impossible dans un tel cadre ; pourtant c'est inévitable si vous ne bâtissez pas des amitiés intimes dans le cadre où vous passez le plus clair de votre temps." (187)

Ce n'est pas souhaitable pour nous de nous persuader que nous ne devrions pas avoir d'amis. La femme du pasteur habite généralement loin de sa famille et de ses amis. Ces connexions lui manquent naturellement et elle peut, parfois, connaître des moments de solitude. Les anniversaires de naissance et de mariage, et les vacances se passent souvent dans un environnement où il n'y a aucun membre de la famille. À ces moments, un désir ardent se lève dans nos cœurs pour nous reconnecter avec nos bienaimés. Devenir la femme d'un pasteur, cependant, n'exige pas que nous coupions d'anciennes connexions et résistions aux nouvelles.

Dieu a fait de nous des êtres sociaux. Il voulait que nous profitions des relations ; c'est pourquoi Il a créé un monde plein de personnes. Jésus avait des

amis. En fait, Il avait aussi des amis proches. Dans Jean 11, nous apprenons la maladie mortelle de Lazare, l'ami de Jésus. Marie et Marthe, sœurs de Lazare et amies de Jésus, ont envoyé ce message urgent à Jésus, "Seigneur, celui que Tu aimes, est malade" (Jean 11 :3). Le mot grec pour "amour," traduit ici n'est pas agape mais phileo.

À plusieurs occasions dans le Nouveau Testament, Jean le disciple de Jésus est évoqué comme "le disciple que Jésus aimait" (Jean 19 :26 ; 20:2; 21:7, 20). La traduction de "aimait" ici n'est pas non plus agape mais phileo. C'est l'amour qui implique l'amitié. Jésus ne S'est pas confiné aux multitudes ; pourtant, à aucun moment Il n'a perdu le but de Sa mission. Notre Seigneur connaissait les avantages de se retirer de la foule et de prendre du temps hors du service. Il passait du temps avec quelques amis intimes, Se rafraîchissant ainsi avant de retourner pour la course du service.

Les couples pastoraux donnent et pourvoient aux besoins des gens. Nous tendons à mettre les intérêts et besoins de nos membres d'église avant nos propres souhaits. Nous ne nous plaignons pas parce que nous croyons que nous sommes appelés à servir. Cependant, notre appel au service n'a pas pour objectif de faire de nous des invalides sociaux ou des ermites religieux. Le Seigneur de nos vies veut que nous profitons de la vie et que nous soyons des serviteurs heureux et satisfaits. Il veut que nous riions, célébrions, et glorifions dans nos devoirs. Il veut que nous nous réjouissions dans notre ministère. Chacune d'entre nous a besoin d'une ou deux amies proches. Chaque femme est unique et peut offrir sa propre conception de l'amitié à la femme du pasteur. Le défi repose sur notre choix d'amis. Notre but ne devrait pas être de former des cliques. Les cliques érigent des barrières et nourrissent les préjugés. Les relations Chrétiennes engendrent confort, reconnaissance, et croissance. Il est donc très important de porter attention à l'ère des relations.

Les vraies amitiés doivent être soignées et nourries. Les extrêmes en relations peuvent être dommageables. Une amitié saine ne pousse pas dans une atmosphère distante et indifférente. Une relation étouffante ne peut fleurir en bonheur et plaisir. Il faut qu'il y ait un équilibre. Le sage Salomon présente les deux extrémités d'un spectre de relations. "Mets rarement le pied chez ton prochain ! Il risquerait d'être saturé et de te détester" (Prov. 25 :17). D'une part, nous voyons qu'une fréquence insupportable peut aboutir à une relation fatigante. D'autre part, le sage déclare : "Il y a des amis plus attachés que des frères" (Prov. 18 :24). Maintenir les amitiés exige de l'énergie, de la consistance, et de l'effort. Un ingrédient important dans toute relation réussie est l'équilibre.

Pourquoi des Relations ?

Nous avons des liens de parenté. Nous prions “Notre Père, qui es aux cieux.” Ceci signifie que nous avons des liens de parenté. Nous sommes sœurs. Cette connexion est de Dieu. Ceci signifie que nous sommes une famille. C’est Dieu qui a établi le concept de relation. C’est donc notre responsabilité d’étudier l’importance de ces liens humains et d’aiguiser nos aptitudes pour préserver des relations positives. Il y a des avantages précis aux relations. Nous obtenons un support émotionnel et spirituel de nos amis. “Il vaut mieux être deux que tout seul, parce qu’à deux on retire un bon profit du travail. En effet, en cas de chute, l’un relève son compagnon, mais malheur à celui qui est seul et qui tombe sans avoir personne pour le relever !” (Éccl. 4 :9, 10).

Nous, femmes, sommes orientées vers les relations. Nous aimons partager. Nous parlons de nos enfants, de nos conjoints, de nos parents, de notre enfance. Nous discutons de mode, de nos maisons, et de nos rêves. Nous aimons par nature partager nos sentiments. Nous savons que nous devons prendre garde à ce que nous disons, et comme femmes de pasteurs, il y a beaucoup de choses bénignes dont nous pouvons parler. Cependant, notre devise doit être la beauté du discours. Nous pleurons souvent ensemble et aimons rire ensemble. Les femmes prient souvent ensemble. Nous avons besoin de relations. Les femmes étaient destinées à interagir socialement. Dieu nous a créées ainsi.

Avoir des amis contribue à ce que notre existence soit saine. Nous savons que les personnes vivant dans la solitude meurent plus vite que celles qui ne sont pas seules. C’est pourquoi il est recommandé, que les personnes âgées qui n’ont pas de compagnon, aient au moins un animal domestique. Des relations solides sont bonnes pour notre santé. Les relations mènent aussi à la croissance sociale. Nous apprenons les uns des autres. En nous associant aux autres, nous pouvons améliorer nos aptitudes sociales, apprendre des secrets efficaces pour la réussite intérieure, et être inspirées pour explorer de nouvelles avenues. Au travers de nos associations nous pouvons encadrer quelqu’un. Le mentorat est reconnu comme une pratique précieuse de nos jours. Le mentorat, cependant, n’est pas un nouveau concept. Dans Tite 2:4, 5, nous sommes incitées à “apprendre aux jeunes femmes à aimer leur mari et leurs enfants, à se montrer réfléchies et pures, à s’occuper de leur foyer, être pleines de bonté et se soumettre à leur mari.” Les femmes dans un presbytère ont une merveilleuse opportunité de servir de mentors. Cependant, nous ne pouvons encadrer à travers un fossé. Nous devons nous rapprocher. Nous devons avoir une relation.

Les Choses qui Endommagent les Relations

Peu de gens n'ont pas fait l'expérience ou vu la souffrance qui découle de relations brisées. Parfois des relations qui commencent bien et sont bien intentionnées se terminent mal. Le résultat est un cœur brisé et la détermination de ne plus jamais être "pris" dans une relation. La rupture et le mensonge dans les relations laissent les gens dévastés et désillusionnés.

La malhonnêteté fait du tort aux relations. De belles relations s'épanouissent dans une atmosphère d'honnêteté et d'intégrité. Nous devons choisir des amis qui ne sont pas louches dans leur comportement ou dans leur état d'esprit. La pureté et l'honnêteté rehaussent la personnalité. L'intégrité est aussi une vertu respectable. L'intégrité est admirable et comme le Christ. La malhonnêteté endommage les relations. Elle nous disqualifie de la relation.

Les commérages détruisent. Nous voulons vraiment rester loin de celles qui disent des ragots. Être proche d'une commère est comme être sur un terrain glissant. Il y a toujours la possibilité de glisser sur une fissure dans les eaux glaciales de la mort d'une relation. Les commères piègent. Les langues peuvent être dangereuses. On ne guérit pas facilement de l'habitude de cancaner. Les victimes de cancans ne guérissent pas facilement non plus. Les potins détruisent les relations.

Le Manque de Confiance ne conduit pas à des relations réussies. Ce n'est pas facile de garder un secret. Souvent la langue gratte pour partager une information qui devrait être confidentielle. Pas tout le monde trouve facile de garder les confidences. Nous devons prouver le niveau de confidentialité d'une personne avant d'essayer de partager certaines choses. En fait, dans quelques cas, c'est mieux de garder certaines choses pour nous. Nos pensées privées, nos opinions, nos évaluations de personnes, nos faiblesses et les faiblesses de nos maris appartiennent à nos propres cœurs. C'est une bonne politique de ne partager que ces choses dont nous ne rougirions pas si elles étaient révélées à des oreilles publiques. Partagez seulement des choses qui ne provoqueront pas chez nous un bégaiement et un balbutiement défensifs. La confidentialité est un solide pilier d'une relation réussie. Peu possèdent ce don.

La compétitivité sape les relations. Elle a ses racines dans le péché. C'est l'esprit de compétition de Lucifer qui le poussa à commencer une rébellion au ciel. On ne voit pas les qualités de l'autre par des yeux compétitifs. L'esprit de compétition est un esprit agité. La personne compétitive s'épanouit de l'amertume, la comparaison, et même de comportements sournois. Il y a peu de beauté dans le cœur d'une personne qui abandonne son esprit à l'esprit de compétition. L'amertume de la compétitivité menace non seulement l'objet

de la compétition de quelqu'un mais détruit aussi celui qui demeure dans ce mode. Une personne qui a un esprit de compétition n'est pas seulement malheureuse, elle est aussi insensée. Voyons ce que dit l'Apôtre Paul: "Mais en fait, en se mesurant à leur propre mesure et en se comparant à eux-mêmes, ils manquent d'intelligence" (2 Cor. 10 :12).

Il y aura toujours quelqu'un de plus élégant, de plus beau, de plus efficace. Notre devoir est de reconnaître et de célébrer les talents et qualités des autres. L'esprit de compétition mène à l'envie puis à la haine. L'envie se manifeste dans des pensées telles: J'aimerais avoir ce qu'elle a, et *J'aimerais qu'elle n'ait pas autant de chances de l'avoir*. Dans le cas de Caïn dans la Bible, l'envie l'a conduit au meurtre de son frère, Abel. C'est bien mieux de se réjouir du succès des autres que de se torturer d'envie.

Dieu nous a donné à toutes des talents. Nous devons chercher ces talents et les affiner, les améliorer pour que nous puissions bénir les autres. Aussi longtemps que nous nous rappelons que notre objectif ne devrait pas être de faire mieux qu'une autre personne mais d'être le mieux que nous pouvons, nous ferons l'expérience du bonheur. C'est ce que Jésus attend de nous. Il peut nous aider à agir avec excellence. Il n'y a donc aucun besoin de nourrir un esprit de compétition.

Reconnaître les Bonnes Relations

Jusqu'ici nous avons affirmé que les humains ont besoin de profiter de relations. Ce n'est pas le plan de Dieu que nous soyons isolées et solitaires. Dieu veut que nous jouissions d'une santé sociale. Il veut que nous soyons des Chrétiens heureux. Avec des visages et des pas rapides et légers, nous pouvons être de puissants témoins pour Lui. Nous ne voulons pas rester à la traine à cause de cœurs lourds provenant de relations brisées. Nous voulons être des modèles d'un groupe de personnes qui s'aiment les uns les autres.

Quelles sont les choses qui caractérisent une solide relation ? *Prévenance et sensibilité* sont des éléments précieux d'une bonne relation. Nous voulons sentir la souffrance de nos sœurs, et nous pensons à ce qu'elles ressentent. Par la prévenance et la sensibilité nous pensons aux autres et éprouvons ce qu'ils éprouvent.

La loyauté est un autre signe d'une bonne relation. Un beau modèle biblique de loyauté est exposé par l'amitié de David et Jonathan. Jonathan n'a pas permis à la haine de son père, le roi Saül, d'affaiblir son amitié pour David.

Un ami loyal ne nous abandonne pas dans les temps de l'adversité. Un ami loyal ne nous évite pas quand nous devenons impopulaires. La loyauté résiste

aux épreuves de toutes les phases de notre vie. La loyauté prévaut quand nous sommes sous les feux des projecteurs ou en proie au désastre. “L’ami aime en toute circonstance, et dans le malheur il se montre un frère.” (Prov. 17 :17).

Une relation a un prix. Une relation mérite non seulement les biens immatériels, comme l’amour et la loyauté, mais elle s’épanouit aussi sur les valeurs matérielles. Que donnons-nous dans une relation ? Une façon pour préserver une relation est *d’être généreux*. Parfois une carte ou une lettre de reconnaissance peut améliorer une relation. En d’autres mots, nous ne devrions pas oublier de donner. Pensez à quelque chose à donner à votre relation. Les gens aiment recevoir. Nous devons nous rappeler que les personnes qui reçoivent des choses sont contentes, mais que celles qui donnent le sont encore plus. “Il y a plus de bonheur à donner qu’à recevoir” (Actes 20:35). Cherchons des opportunités pour donner. Parfois nous devons pratiquer le don. Donner peut devenir une habitude. Donner est merveilleux. Un don ne doit pas être cher ou d’un grand raffinement ; il doit simplement venir du cœur. Donner est une bénédiction pour le donateur. Essayez de le faire.

Les gens aiment être reconnus. La Reconnaissance n’est pas seulement nécessaire pour que nous profitons de la vie, elle améliore aussi une relation saine. Nous aimons tous la reconnaissance. Dites quelques mots d’appréciation à vos enfants et vous verrez comment leurs visages s’éclaireront. Essayez de montrer votre appréciation aux dames ou autres ouvriers de votre congrégation et remarquez comment ils travaillent plus dur. Appréciez vos amis et observez les énergies qu’ils déploieront pour vous soutenir. Quelle est la dernière fois où vous avez donné une appréciation à votre mari ? Le pasteur a besoin d’être apprécié des membres de sa famille. Il est exposé à tant de critiques que quelques doses généreuses d’appréciation calmeront son âme troublée. Apprécier quelqu’un chaque jour est une bonne façon de fortifier les relations. Nous pouvons aussi apprécier en célébrant les succès et les victoires de notre famille et de nos amis. Les fêtes ajoutent une couleur et de la force à nos relations. Il est donc important de fêter nos relations.

La Confidentialité existe dans une bonne relation. Nous devons garder les confidences, et ceux que nous choisissons comme amis doivent réussir le test de confidentialité aussi. Comment reconnaître que nous savons garder la confidentialité ? Voici un simple test :

1. Ne dites pas s’il détruira ou ruinera une personne.
2. Ne dites rien si vous avez promis de ne pas le répéter. (Note : Si une personne vous confie qu’elle va blesser quelqu’un, y compris elle-même, faites savoir à la personne que vous ne promettez pas de garder un secret. Vous devez prendre les mesures nécessaires).

3. Demandez-vous : “Si je le répète, cela aidera-t-il ou blessera-t-il quelqu’un ?”

Garder la confidentialité est très difficile. Cependant, Dieu nous a promis sagesse et force pour réaliser nos objectifs. Il va aussi répondre à notre prière : “Éternel, garde ma bouche, veille sur la porte de mes lèvres !” (Ps. 141 :3).

Un *esprit de pardon* est un autre ingrédient essentiel dans une bonne relation. Dans des relations proches, c’est facile de blesser et d’être blessé. Certaines blessures nous atteignent au plus profond du cœur. Comment pouvons-nous pardonner quand il y a des cicatrices émotionnelles qui nous rappellent ce que quelqu’un nous a fait ? Une relation ne peut survivre s’il y a une réticence à pardonner. Le pardon ne signifie pas que nous développons de l’amnésie et oublions complètement le mal qui nous a été fait. Quand nous décidons de pardonner, nous renonçons à notre droit aux représailles et à la vengeance. Nous ne réfléchissons plus aux injustices avec des sentiments accrus de colère et de souffrance. Nous nous réclamons de l’assurance de Jésus, qui a dit : “C’est à Moi qu’appartient la vengeance,” : Il s’occupera de la situation (Rom. 12 :19). Nous Lui déposons alors nos blessures.

Dépendant de la profondeur de la blessure, les sentiments de pardon peuvent ne pas être instantanés. Le temps, cependant, aide à la guérison. Alors que nous allons à Dieu, Il nous donnera la guérison dont nous avons besoin. Nous ne devons pas nous sentir coupables parce que la souffrance ne disparaît pas en une nuit. Cependant, lorsque quelqu’un nous blesse, nous devons éventuellement le surmonter, comme Joseph dans la Bible qui fut vendu comme esclave par ses propres frères. Le Saint Esprit nous aidera à vraiment pardonner.

Nous pouvons demander à Dieu de nous donner Sa grâce de soutien pour nous permettre de tenir au travers de la blessure (2 Cor. 12 :7-10). Dieu peut nous donner de la force dans n’importe quelle situation. Il est important de sentir l’urgence du pardon parce qu’un esprit qui ne pardonne pas peut nous rendre amères et laides. Souvent nous sommes celles aux cœurs défigurés, et l’offenseur ne semble pas affecté. Pourtant nous ne pouvons pas nous permettre de devenir des modèles d’amertume. L’Apôtre Paul avertit : “Que toute amertume, toute fureur, toute colère . . . disparaissent du milieu de vous” (Éph. 4 :31). L’ordre de Jésus “priez pour ceux qui vous maltraitent” (Luc 6 :28) aide beaucoup, à non seulement effectuer un changement chez nos ennemis, mais aussi à remplir nos cœurs de paix. Cela nous aide à nous détourner de la souffrance qu’on nous a infligée pour nous tourner vers la plus grande œuvre que Dieu veut faire pour nous.

Ce n'est pas nécessaire pour nous de retenir notre pardon jusqu'à ce que l'offenseur recherche notre pardon. Étienne, premier martyr Chrétien, priait pour le pardon de ses bourreaux alors qu'ils le lapidaient (Actes 7 :54-59). Il y a une liberté revigorante que nous apprécions lorsque nous étendons le pardon. La paix de Dieu inonde les chambres de l'âme, et l'esprit s'élance sur des ailes de joie. Nous devons pardonner parce que nous-mêmes ne pouvons exister sans le pardon de Dieu. Dieu ne pardonnera pas nos péchés si nous ne nous pardonnons pas réciproquement. Notre esprit de pardon est ainsi crucial à notre salut.

Nous avons un Dieu compatissant qui pardonne ; c'est pourquoi nous pouvons nous réjouir avec l'assurance des péchés pardonnés par le sang de Jésus. Ce n'est pas toujours facile de pardonner, mais c'est toujours bien. Invitons l'esprit de pardon dans nos relations et profitons des bénédictions qui s'ensuivent.

Grâce et Relations

Plusieurs facteurs se mélangent pour produire des relations saines et heureuses, mais la grâce les éclipe toutes. C'est parce que la grâce est un don de Dieu. La grâce de Dieu a le pouvoir miraculeux d'adoucir nos relations. Nous chantons souvent la "grâce extraordinaire" de Dieu. Cette grâce peut être présente dans nos relations seulement si Jésus est le centre. Dans son puissant livre *Captured by Grace*, David dit que "la grâce est un mot de cinq lettres qu'on épèle souvent J-É-S- U-S." (21) Cet élément puissant vient de Dieu , qui nous sauve par Sa grâce à travers Jésus. La grâce donnera du goût à nos conversations. La grâce va contrôler nos actions en général.

Nos relations peuvent avoir été peu stables et tempétueuses. Notre foi dans les humains peut avoir volé en éclats. Les souvenirs de relations brisées du passé nous hantent et nous limitent peut-être toujours de profiter de nouvelles relations. Il y a un pouvoir de guérison dans la grâce. La grâce restaure. Peu importe le passé, ou comme le commente David Jeremiah (*Capturé par la Grâce*) : "Peu importe ce que nous avons fait, peu importe la profondeur de notre transgression, la noirceur de nos cœurs— la grâce les surpasse toutes." (21)

CHAPITRE 9

VOUS POUVEZ LE FAIRE!

L'autre jour j'ai demandé à quelques femmes de pasteurs de partager deux raisons pour lesquelles elles avaient épousé un pasteur et quelles perceptions elles avaient du ministère avant leur mariage. J'ai exigé qu'elles me donnent une raison sérieuse et une pas si sérieuse. C'était intéressant d'observer que plusieurs femmes de pasteurs ne voulaient même pas essayer de penser à une raison ou une perception peu convaincante. J'essayais de les encourager à ne pas prendre la vie trop sérieusement, mais j'avais presque l'impression d'avoir fait une demande sacrilège.

J'ai avancé mes deux raisons : je sentais que je pouvais contribuer au ministère non seulement à cause de mes talents mais aussi parce que j'avais toujours eu une passion pour servir l'église. Elles attendaient sur le bord de leurs chaises ma raison frivole. J'en avais deux. Je leur ai dit que j'étais attirée par de grands chapeaux sophistiqués. Ma position de femme de pasteur me permettrait de faire étalage de chapeaux voyants. De plus, avec les multiples déménagements des familles de pasteur, j'aurais une chance merveilleuse de voir le monde.

Quand je leur ai demandé quelles choses du ministère les irritaient, elles ont fait part de plusieurs items rapidement, incluant le sujet d'être invisibles.

Vous Pouvez le Faire Même Si Vous Êtes Invisibles

Quand pour la dernière fois vous êtes-vous senties invisibles ? Ce n'est pas difficile pour une femme de pasteur. Que signifie le fait de devenir invisible ? Plusieurs parmi nous ne planifient pas d'être invisibles. Cela arrive simplement. Ayant moi-même fait l'expérience de l'invisibilité, je comprends très bien cette situation. Je me réjouis que ce n'est pas permanent. Voici comment cela arrive. Le pasteur et sa femme se tiennent l'un à côté de l'autre. Les gens l'accueillent, lui, et l'ignorent, elle. Pourquoi ? Parce qu'elle est invisible.

C'est quelque chose que j'ai eu du mal à accepter quand j'étais une jeune femme de pasteur. Oh, il y a des choses visibles que je faisais, comme chanter, jouer du piano, et diriger la chorale. J'ai même donné quelques petites représentations. Je soutenais ouvertement mon mari et le programme de l'église en général. Pourquoi cette invisibilité m'était-elle imposée ?

Par moments, je dois le confesser, quand je voulais vraiment être invisible, je n'avais pas une telle chance. Pour que quelqu'un devienne invisible, on doit avoir quelques prérequis : Une femme doit être la femme du pasteur, elle doit être en compagnie de son mari, elle doit assister aux fonctions sans son mari. Ce sont les conditions les plus favorables pour être invisibles. Une veuve ou femme d'un pasteur à la retraite peut aussi se qualifier pour l'invisibilité. Les appels téléphoniques diminuent, et l'attention décline.

À ce jour, vous avez remarqué que je traite ce problème d'invisibilité avec humour. C'était ma technique de survie. Il y a différentes façons de supporter le mépris des membres d'église. J'ai essayé la plupart. On pourrait être très bouleversé et entretenir des sentiments de haine et de colère. Une autre tentation est d'éviter les saints. Parfois on se sent bien en envisageant de ne pas assister à certains événements où l'on sera invisible. Se plaindre à certains maris n'aide pas. Un certain nombre de femmes me l'ont dit. Comment un agent visible de manière permanente comprend-il le sort d'un être qu'on ne voit pas ?

Cela m'a pris quelques années avant d'apprendre à gérer mon invisibilité. Je ne pouvais la comprendre. Les gens regardaient à travers moi comme si je n'existais pas. Bien, j'étais invisible, n'est-ce pas ? Un jour, je suis allée seule à l'église. Un cher petit monsieur m'a rencontré dans le foyer. Sans un bonjour il m'a demandé "Comment va Pasteur Trotman ?"

J'ai décidé d'utiliser ma voix invisible pour parler cette fois. "Oh, ce n'est pas grave. Je suis là." Je faisais un essai téméraire pour bannir mon invisibilité.

"Pasteur Trotman va bien ?" a insisté le frère.

J'étais décidée à ne pas rester invisible cette fois. J'allais me battre pour la reconnaissance ! J'étais fatiguée de cette existence éthérée. "Bien," ai-je répliquée, confiante qu'un changement de ma situation était imminent, "pourquoi ne me demandez-vous pas comment je vais ?"

Une étrange absence d'expression se manifesta sur son visage comme s'il avait vu un fantôme. *Ah je commence à émerger en substance*, pensai-je. "Bien, dites lui s'il vous plait, que j'ai demandé de ses nouvelles" fut la réponse qui fusa, alors que le petit homme battait rapidement en retraite.

Je me sentais abattue et découragée. "Oui, bien sûr," répliquai-je à voix basse alors que je me retournai sur des talons invisibles et hurlai de manière inaudible dans mon cœur : "Regardez-moi. Je suis là. Vous ne me voyez pas ?"

Je ruminais cette "douleur" dans la poitrine longtemps, surtout qu'il y eut plusieurs autres occasions quand je passais inaperçue. Je ne fis même jamais l'observation à mon mari. Quelle bêtise de ma part !

Un jour, je me suis rendue compte qu'alors que j'étais l'invisible, Jansen, mon mari, n'était pas omniscient. Je n'étais pas invisible à ses yeux. Il n'avait aucun moyen d'être au courant de mon mal-être à moins que je ne lui en parle. J'étais toujours dans ses yeux et son cœur. Finalement j'ai partagé ma détresse. Quelle différence cela fit ! C'était comme si on avait brisé la baguette magique, et personne ne pouvait me rendre invisible à partir de là. Mon mari s'est assuré que j'étais toujours correctement présentée et bien accueillie. Au moindre indice, si quelqu'un qui venait lui/nous parler, et ne prêtait pas attention à moi, Jansen me présentait promptement. Une fois de plus j'étais devenue un être de chair et de sang aux yeux des membres d'église. C'était une bonne sensation, et verbaliser mon mal-être à mon mari a certainement fait la différence.

La prochaine fois que quelqu'un lèvera une baguette pour vous rendre invisible, ne vous laissez pas abattre. Ce n'est pas de votre faute ; c'est la leur. Faites savoir à votre mari à quel point vous souffrez. Faites-lui observer, que faisant partie d'une équipe, vous méritez d'être traitée avec courtoisie et respect. Encouragez-le à se faire un devoir de vous présenter et à ne pas permettre qu'on vous offense. Puis continuez à être naturelle. Vous ne serez pas longtemps invisible, et votre ministère continuera à être efficace.

Certaines Personnes vous Aimeront

Certaines personnes aiment la famille du pasteur. Dieu a placé quelques personnes sur nos routes pour s'occuper de nous. Cela aide à aplanir notre cheminement. Beaucoup parmi nous, je pense, peuvent se rappeler des personnes qui étaient toujours là pour elles dans leur ministère. Je me souviens très bien de personnes qui ont rendu notre parcours moins dur grâce à leurs amour, compassion, et prières.

Il est facile de s'arrêter sur les difficultés de la vie du ministère. Il y a tant de gens qui nous critiquent et nous rendent la vie difficile. Cependant, nous ne devons pas laisser les choses négatives gâcher notre bonheur. Alors qu'il semble y avoir certains qui nous rendent la vie misérable, il y a aussi des anges de miséricorde. Nous devons chercher ces personnes et leur montrer notre appréciation en les remerciant. Nous devons aussi prier pour elles. Certaines personnes nous aiment à cause de choses que nous avons peut-être fait pour elles. D'autres nous aiment depuis le début, même avant de nous connaître vraiment. Ils nous aiment parce que nous sommes la famille du pasteur.

D'autres ont appris à nous aimer. Ils ont travaillé et joué avec nous. Nous avons peut-être été leur soutien dans des moments de crises. Nous les avons peut-être aidés dans les mariages, réunions de famille, et baptêmes. Nos maris

ont peut-être procédé aux services funèbres de leurs parents bien-aimés. Ils nous aiment.

Nous pouvons faire certaines choses pour montrer à ces personnes que nous les aimons. Faites quelque chose de spécial pour elles. Rappelez-vous leurs anniversaires de naissance et de mariage, et les événements spéciaux de la vie de leurs enfants. Appelez-les au téléphone et dites-leur que vous appréciez leur amour ; dites-leur que vous priez pour elles. Finalement, remerciez Dieu pour les paroissiens qui vous aiment.

Quelques Personnes Ne Se Lèveront pas Pour Vous Bénir

En dépit de nos qualités, les critiques feront campagne contre nous. Nous pourrions expliquer cette situation par deux causes principales :

- Tout le monde ne nous aimera pas.
- Nous avons des défauts.

Même si j'étais parfaite, il y aurait encore des gens qui me détesteraient. Jésus a été méprisé, nous sommes donc en bonne compagnie. Les gens peuvent nous détester pour différentes raisons ou aucune raison apparente. Je connais une jeune dame qui haïssait son camarade de classe parce qu'il ressemblait à son père abusif. Une autre fille souhaitait la mort de sa colocataire parce qu'elle était belle. Une jeune dame confessa qu'elle détestait sa cousine parce qu'elle était encore vierge. Les gens détestent pour diverses causes. Quelques personnes aiment rendre misérables et inconfortables les gens. Toutes ces manifestations sont le résultat du péché et des interventions de Satan, l'auteur de la discorde.

Dans le ministère comme dans d'autres domaines, il y aura de multiples critiques jetées au pasteur et sa femme. Cela n'aide pas de dépérir sous la chaleur des critiques. Nous savons que la critique n'est jamais accueillie et à peine formulée avec amabilité. Il y a, cependant, des choses que nous pouvons faire, face aux critiques. Une façon d'affronter la critique est de se poser les questions suivantes :

- Y a-t-il une vérité dans cette critique ?
- Comment est-ce que j'y contribue ?
- Que puis-je faire pour dissiper cette critique ?

S'il n'y a absolument aucune vérité dans la critique et qu'elle est infondée et malicieuse, nous avons toujours besoin de veiller à ne pas donner un semblant de justification à cela. Ne la laissez pas vous torturer. Jésus nous donne raison. Parfois, la critique—même non-fondée—peut être un premier avertissement pour nous sauver d'un danger imminent.

S'il y a un élément de vérité dans la critique et que nous y contribuons, nous avons alors à évaluer nos actions très soigneusement. Cela peut aider d'avoir une personne objective pour nous montrer nos défauts pour que nous commencions à travailler sur ce comportement. Une façon efficace de mettre fin à cette critique est de démontrer un changement dans le comportement. Nous ne devons pas laisser la critique nous rendre amères et laides. Ceci affaiblira notre influence Chrétienne.

Nous devons nous rappeler que même si nous changeons de comportements, les gens ont la mémoire longue. Jésus pardonne et ne se rappelle pas notre passé, mais les humains n'oublient pas même s'ils clament avoir pardonné. Nous devons seulement réclamer la puissance purifiante de Dieu et Sa promesse de "remplacer . . . les années qu'ont dévorées les sauterelles" (Joël 2:25).

Moments avec Dieu

Nous ne pouvons avoir la force qui vient de Dieu. Parfois les occupations de la vie évincent les moments précieux que nous aurions pu passer avec notre Père céleste. C'est triste. Une femme de pasteur a besoin de marcher et de parler avec Dieu chaque jour. Cette méthode est la meilleure pour qu'elle survive. Seuls les moments avec Dieu peuvent nous soutenir quand les choses semblent noires et effrayantes, nous avons le cœur lourd, et nos esprits sont assombris par la déception, la douleur et la frustration. Nous éprouvons de la paix après avoir passé du temps avec Dieu.

Dieu a fait de nous des femmes avec un besoin de se connecter avec Lui. C'est peut-être la raison pour laquelle tant de mouvements de prière sont dirigés par des femmes. Nous entendons souvent parler de mères qui prient, de petits déjeuners de prière et de veillées de prière organisées par des femmes. Plusieurs d'entre nous ont des partenaires de prière, et nous tenons un journal de prière. Dieu nous a créées ainsi. Il a hâte de nous rencontrer dans nos moments de calme. Dans ces moments, nous pouvons fouiller nos âmes et rechercher la purification. Méditer sur le Psaume 51 est un exercice de purification qui peut aider beaucoup.

C'est facile d'essayer de traiter notre affaire avec nos propres forces. Les rendez-vous à l'église et dans la communauté bousculent nos emplois du temps et exigent beaucoup de notre temps. Parfois nous oublions que nous avons besoin de temps pour la purification. Des esprits et des cœurs remplis empêchent le déversement du Saint Esprit dans nos vies. Nous ne pouvons pas nous le permettre. Nous devons nous arrêter et demander à Dieu de nous dire qui nous sommes réellement. Nous devons demander le pardon de nos péchés. Nous devons aussi pardonner aux autres.

Le ministère peut être épuisant. Les défis et les engagements peuvent nous affaiblir. Tant de personnes dépendent de nous pour l'aide et le soutien. Nous-mêmes avons besoin de force. Nous devrions nous rendre dans une station-service. Je remarque que les chauffeurs de taxi prennent plus longtemps que d'autres chauffeurs à la station-service. Plusieurs d'entre eux font le plein. D'autres chauffeurs ont tendance à mettre suffisamment d'essence pour qu'ils continuent leur route. Imaginez un chauffeur de taxi qui prend un passager après l'autre pour les conduire à leur destination. Il est tellement pris par son travail qu'il ne trouve pas de temps pour faire le plein. Un jour son taxi aura certainement une panne parce qu'il n'a plus d'essence. Elle risque aussi de tomber en panne à une intersection très fréquentée.

Nous ne pouvons constamment donner sans nous réapprovisionner. Nous devons faire le plein si nous voulons servir. En présence de Dieu, il y a de la force pour le renouvellement. Ne nous privons pas de cette bénédiction.

J'aime l'opportunité que nous offrent les prières personnelles pour cimenter notre relation avec Dieu. Plus nous Le rencontrons, plus nous sommes proches de Lui. Nous ne pouvons développer l'intimité avec Dieu qu'en le rencontrant fréquemment. Il y a une douceur dont nous jouissons grâce à notre communion avec Lui. Jésus devient notre ami. Nous pouvons Lui dire de grandes et de petites choses. Il devient proche, réel et cher à nos yeux. J'aime cela. La connexion avec Dieu est la relation ultime.

Passer du temps avec Dieu apporte toujours des récompenses. Notre objectif devrait être de faire tout ce que nous pouvons pour jouir de ces moments merveilleux et bénis avec Dieu. Notre force est renouvelée. Notre mission est clarifiée. Notre objectif est redéfini. Nous nous sentons maintenant prêtes à affronter n'importe quel défi. Il n'y a donc aucun besoin de nous sentir socialement frustrées dans notre ministère. Dieu est de notre côté, et Il dirigera nos pas.

CHAPITRE 10

LE STRESS, LE STRESS, PARTOUT

“Tu n’es plus amusante, Junie,” accusa son mari.

Ces paroles piquaient alors que la femme qui travaillait dur essayait d’analyser cette déclaration. *Mon mari me trouve ennuyeuse. J’essaie de faire en sorte que tout se passe bien à la maison. Je fais la cuisine et le ménage, je prends soin des enfants, et respecte nos rendez-vous. Je travaille aussi hors de la maison dans un emploi très exigeant—seulement pour joindre les deux bouts. Maintenant je suis “plusdutoutamusante.” Ce n’était pas la récompense que j’attendais.*

Junie, une professionnelle, était à la fin de la quarantaine et travaillait dans une grande entreprise. Son mari avait gravi l’échelle du succès dans sa carrière pastorale, et ensemble ils maintenaient un style de vie prospère de la classe moyenne. Leurs enfants étaient des adolescents typiquement vifs qui fréquentaient une école privée et qui d’une certaine manière parvenaient à éviter les ennuis. La maison semblait heureuse selon toute apparence. Cependant, Maman était “plusdutoutamusante.”

En sus de ses responsabilités ménagères régulières, l’emploi du temps de Junie était bondé. Les enfants avaient leurs propres engagements qui impliquaient les services du Taxi de Junie SuperMaman. Il y avait des leçons de piano et de batterie, de natation et de gymnastique. Toutes ces activités dévoraient cinq après-midis chaque semaine. Même les weekends de vacances étaient pleins. Souvent les enfants devaient assister à des camps le weekend ou s’engager dans des projets de volontariat. La vie était un carrousel cruel, et Junie était “plusdutoutamusante.” Quelle était la raison pour cela ?

Junie se rendit compte qu’elle souffrait souvent de fatigue. Elle luttait contre de fréquents maux de tête et attrapait la grippe à chaque fois qu’elle se manifestait en ville. Un examen plus attentif révélait que son esprit gai s’affaiblissait et parfois elle avait des nœuds à l’estomac sans aucune raison apparente. Elle se tirait du lit chaque matin et se forçait à aller au travail. La nuit elle tombait dans son lit, une masse épuisée. Jour après jour, la vie semblait vide de sens. Son quarante-huitième anniversaire approchait, de même que la ménopause. Elle craignait que la vie n’échappe à son contrôle. Junie était souvent en larmes et irritable. Ces émotions l’alarmèrent à un point où elle rendit visite à un médecin.

Puis vint une révélation choquante ! Elle était dangereusement hypertendue, en surpoids, et vacillait au bord d'un effondrement physique. Son médecin fit ressortir que son programme était trop exigeant et qu'elle devait ralentir. "Enlevez un peu de votre charge," conseilla le médecin. "Apprenez à limiter vos engagements et pratiquez un loisir. Le stress vous tue !" L'histoire se termina bien. Junie est maintenant une personne différente.

Cette Chose Appelée Stress

Le stress est habituellement défini comme l'usure du corps. Dans *The Complete Idiot's Guide to Managing Stress*, (*Le Guide du Parfait Idiot pour Gérer le Stress*) Davidson définit le stress comme "la réaction psychologique et physiologique qui prend place quand vous percevez un déséquilibre dans le niveau d'exigences qu'on vous impose, et votre capacité à répondre à cette exigence."

(18) La pression constante des exigences de la vie pèse lourdement sur nous, et nous devenons usées et nous sentons comme une gaufrette. Nous faisons peut-être face à un défi, et nous luttons avec notre capacité de l'affronter et de gagner.

S'il y a une personne qui est sujette au stress ou à la pression, c'est la femme du pasteur. People (Vendredi 31 mars 2006) cite Kenyn Cureton, prêtre marié et thérapeute du mariage au Tennessee comme donnant la raison des pressions subies par la femme d'un prédicateur. On s'attend à ce qu'elle soit "une hôtesse charmante, une bonne cuisinière, une bonne gérante de la maison, et la mère d'enfants bien-élevés." Cureton continue : "Les gens vous examinent minutieusement parce que vous êtes la première dame de l'église. Chaque membre de la famille est sous la loupe." (trad libre) Cureton commentait le récent meurtre d'un pasteur aux États Unis qui avait choqué la nation. Cureton, qui a conseillé plusieurs couples de pasteurs, a noté que le stress dans le presbytère tend à mener au divorce, à la séparation, à la dépendance chimique, et même au suicide.

Auerbach et Grambling définissent le stress comme "un ensemble de changements que subissent les gens dans des situations qu'ils jugent menaçantes à leur bien-être. Ces changements impliquent un éveil physiologique, des sentiments subjectifs de gêne, et des comportements manifestes." (3) (trad libre)

Les occasions, événements ou circonstances qui causent le stress sont appelés des "stresseurs." Les facteurs de stress peuvent être aigus (événements qui sont brefs) ou *chroniques*. Les facteurs de stress chroniques continuent pendant de longues périodes sans définition claire de leur début ou de leur fin .

Le stress n'est pas toujours mauvais. Il y a le bon stress (eustress), et le mauvais stress, qu'on appelle souvent *distress*. Le bon stress est ce qui nous pousse à poursuivre un but ou un projet particulier. Peut-être planifions-nous un mariage, un programme de construction d'église, ou une grande campagne de nettoyage. Peut-être avons-nous une série de séminaires à présenter ou un examen à prendre, de sorte que nous travaillons dur pour obtenir le succès. Un bon stress nous fournit la stimulation, le défi, et l'énergie nécessaires pour poursuivre nos buts et notre développement.

Le mauvais stress nous rend anxieux et irritables. C'est la réaction au danger connu ou perçu. C'est notre réponse à la pression. Notre réponse cause des changements physiologiques ou psychologiques dans nos attitudes ou comportements. Le mauvais stress ou « *distress* » est une grave menace pour notre santé. Les gens réagissent différemment selon les circonstances. Le même stimulus pourrait déclencher différentes réactions chez différentes personnes. Les circonstances qui stressent une personne, peuvent ne pas troubler une autre. Hans Seyle, qui est appelé "le père du stress," observe que ce n'est "pas l'événement mais la perception que vous en avez qui fait toute la différence."

Le Stress Particulier aux Femmes

Aujourd'hui la femme fait face à de multiples causes de stress. Ceci inclut le fait de prendre soin des enfants, terminer dans les délais, composer avec un mari, et travailler hors de la maison. Randy and Nancy Alcorn font une liste d'un certain nombre de facteurs de stress auxquels une femme fait face :

"Aujourd'hui la mère d'enfants d'âge scolaire a besoin des aptitudes tactiques d'un maréchal. Elle doit préparer Jimmy pour l'école à 8h00, et être de garde si la pilote de covoiturage est malade ou si elle ne peut pas faire démarrer sa voiture. Jenny, la fille, fréquente une école différente qui commence à 8h30, mais son car arrive à 7h45. Johnny fréquente l'école de Jenny, mais il est à la maison au même moment chaque jour (sauf la semaine dernière pendant les cours de natation). Ajoutez le programme de travail imprévisible du mari Chuck, et vous aurez plus de variables qu'une équation de physique." (19)

Même si ce n'est qu'une petite partie de l'emploi du temps de Maman, c'est une image qui donne le vertige. Beaucoup de femmes doivent aussi gérer un stress de seconde main. C'est le stress associé aux expériences de son mari et de ses enfants. C'est la véritable image de la femme de pasteur. Elle absorbe souvent les problèmes qui touchent son mari. Cela lui met une grosse pression. Face à cette pression, la femme du pasteur s'efforce par tradition de masquer son stress et sa pression. Elle sourit aux paroissiens et démontre de la patience

et de la compréhension. Elle est parfois obligée de recevoir—alors qu'elle est sur le point de hurler : “Quelqu'un pourrait-il m'aider à fuir ?” Si elle a un bébé ou deux enfants en bas âge, elle est une candidate idéale pour une dépression.

Emilie Barnes, dans *Survival for Busy Women*, (*Survie pour des Femmes Occupées*) donne une recette pour le stress qui caractérise la vie de la plupart des femmes :

- *3 livres d'Embêtements*. N'importe quelle pression ou traumatisme fera l'affaire.
- *5 tasses d'Agitation*. Ce sont des demandes habituelles quotidiennes et peuvent être données par n'importe quel membre de la famille, voisin, employeur, club d'enfants, devoirs d'église, ou responsabilité de comité.
- *7 cuillerées à soupe de Précipitation*. Vous pouvez les cueillir fraîches, directement de votre emploi du temps, de vos attentes, et responsabilités. Maintenant mélangez-les et faites cuire le mélange dans le four des épreuves de la vie. Embêtements, Agitation, et Précipitation—c'est une formule infaillible pour une grosse portion de stress. Sert 24 heures par jour, sept jours par semaine, 52 semaines par an. À moins d'être gâchée par l'organisation (20).

Une des principales raisons du stress est le manque d'organisation. Une femme qui aimerait survivre a besoin d'une mesure d'organisation. J'ai trouvé que cette organisation était un moyen important pour que je garde ma santé mentale. Avec un emploi hors de la maison, un mari pasteur occupé, et quatre enfants, je devais trouver un moyen pour survivre. Listes, rencontres familiales, surligneurs sur les calendriers, toutes sortes d'emploi du temps, Post-It, et aimants m'aidaient bien. Boîtes de chaussures, sacs poubelles, paniers, plateaux, et planificateurs de menus étaient une aubaine pour moi. J'utilisais n'importe quel moyen pour m'aider à être organisée. Des devises très usées comme “Mettre de côté, ne pas mettre de côté,” et “Un endroit pour chaque chose, et chaque chose à sa place” nous ont aidés à nous retrouver dans la maison en paix et en sécurité. Aussi essayez un plan pour organiser votre vie. Il réduira votre stress. Vous apprécierez une maison plus heureuse, et vous l'aimerez.

Types de Stress Auxquels Fait Face la Famille du Pasteur

La famille du pasteur fait face à de multiples types de stress. Certains de ces stress sont communs à d'autres professions aussi. Cependant, alors que certains de ces facteurs de stress touchent les autres, il semble que la famille du pasteur soit assaillie par une accumulation de tous. Voici quelques facteurs de stress qu'énumère McBurney:

- *Des tâches impossibles.* Les attentes sont très déraisonnables.
- *La mission de réussir.* Un aspect du ministère qui le démarque des autres emplois est le sens de l'“appel” que ressent le pasteur. Si Dieu m'a appelé à devenir pasteur, pourquoi les choses ne se passent-elles pas mieux dans ma vie ?
- *La pression financière.* Ils sont sous-payés et pourtant on s'attend à ce qu'ils adoptent le style de vie de leurs congrégations.
- *L'adaptation interculturelle.* La plupart des missionnaires étrangers font face au défi d'apprendre à réussir à vivre dans une autre culture. (56-65)

Ce n'est qu'une fraction des facteurs de stress que subissent les familles de pasteurs. Nous pouvons ajouter les problèmes d'adaptation de la famille à la paroisse, les déménagements fréquents, la perte de vie privée, l'adaptation sociale des enfants, les conflits avec les collègues, et le sentiment général de n'être pas entièrement accepté parce que la famille est étrangère.

Signes de stress

C'est possible d'être stressé et de l'ignorer jusqu'à ce que quelqu'un vous le révèle. Je me rappelle que lorsque notre fille aînée se préparait à quitter la maison pour l'université, je me trouvais irritable et larmoyante. J'étais irascible et impatiente. Ce n'était pas moi. J'avais l'impression qu'une étrangère avait été lâchée en moi. Un soir je dis à mon mari que je ne comprenais pas ce qui se passait. Pourquoi étais-je ainsi ? “Oh, tu es simplement stressée parce que Karen-Mae (notre fille) va quitter la maison dans quelques jours” répondit-il avec calme. J'étais choquée par ce diagnostic. Je lui en voulais presque pour sa clairvoyance. *Pourquoi étais-je la seule dans cet état ? Pourquoi ne se comportait-il pas comme moi ? N'était-elle pas sa fille, aussi ?* Je fondis en larmes. Les torrents de larmes qui avaient refusé de couler plus tôt se libéraient maintenant. Je n'avais pas reconnu ces signes de stress avant.

Pendant des années j'avais une peur bleue de voler. À chaque fois que je devais prendre l'avion, j'étais à l'agonie des semaines avant. J'avais plusieurs nuits d'insomnie, et mon imagination faisait des heures supplémentaires. Et si l'avion ? Je remarquai que j'étais impatiente et parlais d'un ton brusque à ceux qui me croisaient. La pensée de voler me stressait. Mon stress était si évident pour ma famille que Nelita, notre fille de 10 ans, m'écrivit un mot de réconfort me rappelant que Dieu veillait sur moi. J'ai gardé ce mot dans mon passeport pendant plus d'une décennie. Je remercie Dieu d'aller si mieux maintenant. C'est un miracle ! J'ai un “travail à la volée,” et Dieu m'a calmé les nerfs formidablement.

Nos facteurs de stress et nos réponses au stress sont uniques à nous. Ce qui me stresse peut passer inaperçu à une autre. Quand nous reconnaissons les sources de notre stress, et que les signes nous sont apparents, nous sommes mieux capables d'y faire face et de contrôler nos réactions. Davidson énumère quatre catégories de stress :

Le Stress anticipé est le stress causé par le souci du lendemain.

Le stress situationnel est le stress du moment.

Le stress chronique est le stress qui dure.

Le stress résiduel est le stress du passé. (19, 20)

Comment pouvons-nous reconnaître les signes de stress ? Voici quelques manifestations communes :

- Bouche sèche
- Douleur intestinale
- Respiration forte et brève
- Bâillements fréquents
- Sensation de fatigue persistante
- Paumes moites et collantes
- Irritabilité
- Besoin de douceurs
- Manque de concentration
- Comportement agressif
- Placer un accent indu sur des détails
- Se ronger les ongles
- Taper du pied incessamment
- Sentiments de laisser-aller et d'imprudence
- Maux de tête ou autres douleurs corporelles

C'est étonnant comment le stress peut contrôler nos sentiments et notre fonctionnement. Une fois que nous avons reconnu les signes et symptômes, nous pouvons alors nous occuper du stress.

Les Sources de stress

Il y a plusieurs sources de stress. Les facteurs de stress peuvent inclure les embouteillages, une longue queue au supermarché, un télévendeur tenace, un pneu plat quand vous êtes en retard, un délai se rapprochant, ou un patron impatient et rendu fou. Pensez à plusieurs situations où vous pourriez vous retrouver, et là nous verrons un nombre égal de facteurs de stress. Les facteurs de stress peuvent être groupés en plusieurs catégories incluant celles d'ordre émotionnel, familial, social, chimique, lié au travail, et physique. Chaque

ensemble de facteurs de stress a des exigences et des pressions qui exercent l'usure sur nos esprits et nos corps.

Une fois que nous identifions la source de notre stress, nous sommes en chemin pour le gérer. Ne pas connaître la source de notre stress mène à l'ambivalence et à l'incapacité de faire face à la pression. Nous devons trouver le facteur de stress et travailler de ce point. Quelques facteurs peuvent être tolérés alors que d'autres doivent être éliminés immédiatement. Si l'un de vos collègues est un pleurnichard ou un râleur, nous pouvons apprendre à coexister avec cette personne en planifiant une stratégie d'adaptation. Peut-être pouvons-nous faire la sourde oreille à la négativité. Si, cependant, un de vos collègues fume et passe son heure de déjeuner à fumer dans le salon des employés alors que nous déjeunons, nous pouvons éliminer ce facteur de stress. Nous pouvons choisir de déjeuner à une heure différente ou prendre notre déjeuner ailleurs.

Une des pressions que subit la femme du pasteur est de devoir porter plusieurs chapeaux. Nous sommes les femmes au foyer, travailleuses hors de notre maison, des chauffeurs de taxi, et des soignantes à la maison et dans la communauté. Puis nous commençons à nous sentir comme Superwoman et à fonctionner comme elle. Randy et Nanci Alcom décrivent la superwoman :

“Là où elles vont—à la maison ou au bureau—ces femmes donnent constamment pour le bien des autres, donnent mais ne prennent pas. Les réservoirs vidés, elles vivent pour plaire aux autres mais n'ont rien pour elles-mêmes. . .

Qu'elles travaillent ou non hors de la maison, ce n'est pas étonnant que les femmes d'aujourd'hui soient stressées.” (24, 25)

Je Pense que Mon Mari Me Stresse

L'autre jour, après une discussion avec quelques femmes de pasteurs, j'ai compilé une liste des manières où les femmes se sentent stressées—sans le faire exprès, bien sûr—par leurs maris. Voici une liste des soucis que j'ai recueillis :

- Je n'ai pas de préavis assez tôt quand nous devons aller à un rendez-vous
- Il n'offre pas de m'aider à préparer les enfants.
- J'ai une information limitée quand nous nous rendons à un événement : Quel est le code vestimentaire ? Qui d'autre sera là ? Qu'attend-on de moi ? J'aimerais des réponses à ces questions.
- Il ne porte pas attention à mon apparence ; il n'est intéressé qu'à ce que j'arrive à l'heure à l'événement.

- Il attend de moi que je range tout.
- Il veut que je fasse beaucoup de choses à l'église, en dépit du fait que nous avons des enfants en bas âge, et que j'ai une santé fragile. Il pense que c'est mon rôle, et que je serai OK.
- Il ne remarque pas quand je ne vais pas bien.
- Quand nous assistons à des événements, je dois m'occuper des enfants tout le temps alors que ses amis et lui rencontrent des gens librement.
- Garder tous les engagements me rend stressée. J'ai besoin d'un moment dehors.
- Il est toujours si "occupé" que nous pouvons à peine aller au supermarché ou passer du temps ensemble.
- Obtenir de lui qu'il prie avec moi pour mes propres besoins, c'est comme enlever une dent.
- Il refuse de prendre soin de sa santé.
- J'ai besoin d'être au courant de nos plans financiers pour le futur.
- Je dois pouvoir discuter avec lui de mes propres objectifs.
- Je crois que je l'aime, mais il traite mieux les membres d'église que moi.
- Je me sens une étrangère au presbytère. J'ignore tout de son ministère.
- Parfois j'ai besoin que nous riions et jouions ensemble.
- Mon mari ne me prend pas au sérieux quand je lui dis à quel point je suis stressée.
- Une reconnaissance de sa part me manque.
- J'aimerais qu'il m'aide davantage avec ses enfants. J'ai besoin d'aide pour les élever.

Nous ne devons pas croire que ces facteurs de stress sont créés exprès par les maris pasteurs pour tourmenter leurs femmes. C'est là où la communication joue un grand rôle. S'il y a des choses qui vous préoccupent, communiquez-les à votre mari. La seule chose juste à faire est d'informer votre époux de ce qui vous blesse, vous agace, ou généralement vous stresse. Il peut être parfaitement ignorant de votre douleur. Nous femmes tendons à cacher notre douleur. Choisissez un moment opportun pour discuter de vos sentiments.

Limitez votre liste de préoccupations. Ne le submergez pas avec trop de soucis à la fois. Choisissez quelque chose qui est vraiment important pour vous et parlez-en. Commencez votre petit entretien en reconnaissant les choses qui vous plaisent chez lui. Votre mari a besoin que vous lui rappeliez ses points positifs. Louez ses forces.

Dîtes lui à quel point vous appréciez ce qu'il fait pour vous et la famille. Nous aimons tous les compliments. Voici quelques points louables que des

femmes de pasteurs ont partagés sur leurs maris. Quelques-unes de ces qualités peuvent être sur la liste que vous avez pour votre mari :

- Mon mari m'appelle pour me faire savoir qu'il sera en retard pour les repas.
- À chaque fois qu'il va en voyage, mon mari m'appelle régulièrement.
- Mon mari n'oublie jamais mon anniversaire de naissance ou de mariage.
- Il aime faire des achats pour moi.
- Je suis à l'école, et mon mari fait la cuisine.
- Il m'apporte toujours des fleurs.
- Quand je suis enceinte, mon mari s'occupe très bien de moi.
- Il m'encourage d'avoir des amies.
- Il fait en sorte que je me sente spéciale.
- Nous nous tenons la main en public.
- Il m'aide à accomplir mes objectifs.
- Je suis une femme au foyer, et il s'assure que j'aie un peu d'argent à dépenser.
- Il est un homme intègre.
- Nous prions ensemble.
- Il m'aide avec les enfants.
- Il fait très attention dans ses relations avec les femmes.
- Je sais qu'il m'est fidèle.

Dans un esprit calme et juste, discutez de ce qui vous préoccupe. Puis priez au sujet de vos soucis. Si vous découvrez que votre mari et vous ne pouvez pas régler les choses vous-mêmes, n'hésitez pas à chercher une aide professionnelle. Entretemps, continuez à parler à Dieu. Il est le plus grand remède au stress.

Quelques Moyens Efficaces de Faire Face au Stress

Il y a de multiples façons de faire face au stress. Beaucoup dépend du facteur de stress et du stressé. Quelques solutions doivent être taillées sur mesure. Exercice et régime jouent des rôles significatifs pour aider à affronter le stress. L'exercice et un régime approprié réduiront l'excès de graisse. "L'excès de graisse signifie l'excès de stress physique—plus de pression sur votre cœur, vos muscles, et vos os. L'exercice aérobic réduira l'excès de graisse. . . et dans le processus, l'excès de stress," dit Alcorn. (171)

Après avoir identifié le facteur de stress, on peut avoir besoin d'accepter la situation. Harceler pour un changement augmente le stress. Il peut être frustrant d'essayer de changer les gens. Si nous échouons, nous nous sentons désillusionnées. Alors nous devons rediriger nos objectifs. Parfois le besoin

de changer ne réside pas dans notre environnement ou chez les autres mais en nous. Ici la Prière de la Sérénité (“Dieu donne-moi la sérénité d’accepter les choses que je ne peux changer”) peut être une bonne devise.

Une autre méthode est d’adapter. Il y a la liberté dans la flexibilité. Une approche rigide est parfois suffocante et inconfortable. Nous pouvons avoir nos idéaux, mais les circonstances existantes peuvent ne pas nous permettre de réaliser ces idéaux. La femme du pasteur rêve peut-être d’enseigner la classe de jardin d’enfants à l’église. Cependant, ayant elle-même deux enfants en bas-âge, elle peut être trop débordée pour se permettre de préparer du matériel pédagogique et planifier des leçons. Au lieu de permettre à cette situation de la stresser, la femme du pasteur peut adapter son rêve pour servir l’église jusqu’à ce que ses jeunes enfants aient grandi, ou elle peut choisir un autre domaine pour servir entretemps. S’adapter est une autre façon de faire face au stress.

Être au contrôle de la situation est une autre façon efficace d’affronter le stress. Quand nous perdons contrôle, nous tendons à souffrir de niveaux élevés de stress. Qu’avons-nous à contrôler ? Nous devons contrôler notre colère, nos peurs, et nos objectifs. Allons-nous laisser les gens ou les situations nous mettre en colère ? Nos peurs, vont-elles nous contrôler ? Avancerons-nous vers nos buts ou serons-nous des bonnes-à-rien ? Nous ne perdons pas contrôle d’habitude. Ce qui se passe est que nous renonçons à notre contrôle. Nous devons contrôler notre état d’esprit et notre direction. Être aux contrôles nous donne la force de faire face et d’avancer.

C’est étonnant de voir toutes les petites choses qui nous contrôlent : le téléphone, un visiteur inattendu, le film qui nous a surprises avec une scène explicite, un soudain changement d’un point de rencontre. Ce sont des choses qui peuvent nous enlever le contrôle— mais seulement si nous abandonnons ce contrôle. Nous ne devons pas permettre aux choses qui menacent de nous contrôler, de nous stresser.

Faire une Pause Parfois

“Qu’est-ce que la vie si elle est pleine de soucis / Nous n’avons pas le temps de rester là, à regarder ?” (traduction libre)

Vous êtes-vous déjà sentie comme une toupie ? Parfois à simplement regarder ma liste de choses à faire, j’ai la tête qui tourne. Soit nous nous sentons coupables de ne rien faire, soit nous faisons quelque chose pour ne pas nous sentir coupables. Je me suis entendue dire à plusieurs reprises : “J’ai eu une journée bien remplie aujourd’hui. J’ai fait beaucoup de choses.” Pourquoi doit-on faire beaucoup pour être productive ? Qu’y a-t-il de mal à n’accomplir

que quelques choses mais être capables de “rester là, à regarder”? Quelqu'un nous a fait comprendre que l'absence d'activité est un péché. Je me souviens de mes enseignants à l'école élémentaire disant à notre classe : “Le diable trouve du travail pour les mains oisives.” Maintenant nous croyons que les mains au repos sont des “mains oisives,” et que le diable va bientôt nous employer. Alors nous faisons un élan frénétique pour éloigner le diable.

Nous pouvons aussi être stressées à cause de trop d'activités. Sur-engagement et un emploi du temps chargé contribuent à notre stress. Nous ne vantons pas les mérites de la paresse. Salomon, l'homme sage, fait plusieurs déclarations désobligeantes sur le paresseux. Il loue l'assiduité de la simple fourmi et la recommande comme modèle de sagesse. C'est un compliment stupéfiant de l'homme le plus sage de la terre. Malgré tout, au milieu de nos engagements, demandes, et délais, nous devons faire une pause parfois.

Mr. Jones, un homme âgé, était allongé sur son lit d'hôpital, affaibli après une grave maladie récente. Dolly, une voisine alerte, alla lui rendre visite. Après quelques questions au sujet de la santé de l'homme et une brève mise à jour des nouvelles de leur voisinage pour commencer, Dolly se mit à l'œuvre. Elle tira les persiennes et fit un bref commentaire des activités de la rue. Puis, elle vérifia la gourde du patient pour voir s'il fallait la remplir. Elle tourna l'homme, d'abord à gauche puis à droite, alors qu'elle s'arrangeait pour redonner du volume à ses oreillers. Le pauvre homme gémit de l'inconfort causé par le mouvement. Il s'épuisait alors qu'il suivait des yeux sa voisine bien-intentionnée, voletant. Dommage que les forces lui manquent pour l'enchaîner dans une position stationnaire !

Entretemps, Dolly parcourait la pièce d'un regard interrogateur. Puis elle se risqua : “Que puis-je faire d'autre pour vous, Mr. Jones ?”

“Rien, merci, Dolly. Ne faites rien, restez là simplement.”

Souvent nous pensons que nous devons toujours faire quelque chose, mais ce n'est pas vrai. Jésus nous encourageait à nous reposer. Une de mes amies disait : “Le repos est légal.” Nous pouvons rester assises ou debout et ne rien faire. Dans la Bible, Marthe était occupée à préparer le dîner pour Jésus et Ses disciples. Je l'imagine se déplaçant à la vitesse de l'éclair, lançant des ordres multiples, parfois inintelligibles à ses domestiques. Une tempête de pensées se précipitait dans l'esprit de Marthe. *Pourquoi ma sœur Marie n'est-elle pas assez perceptible pour entrer dans cette cuisine et venir donner un coup de main ?* Marie n'était pas dans la cuisine. Marie écoutait Jésus. Imaginez le dégoût de Marthe ! Elle, elle se tuait au travail et Marie l'aidait-elle ? Non. Marie “s'assit aux pieds de Jésus et écoutait ce qu'Il disait” (Luc 10 :39).

Marthe se plaignit à Jésus. Mais Jésus n'envoya pas Marie à la cuisine avec des ordres explicites pour aider sa sœur. En fait, c'est Marthe qui fut légèrement réprimandée par Jésus. "Marthe, Marthe, tu t'inquiètes et tu t'agites pour beaucoup de choses" (Luc 10 :41). Jésus était très content que Marie "s'assit." C'est en nous asseyant ou en restant debout que nous pouvons entendre la voix de Jésus. Un tourbillon d'activités noie la voix de notre Seigneur. "Arrêtez, et sachez que Je suis Dieu" (Ps. 46 :11). Une pause de nos activités nous aide à nous connecter à Dieu. Nous avons besoin de cette connexion.

Ralentissez. Arrêtez. Appréciez le parfum d'une rose. Écoutez le grondement des vagues. Sentez la brise sur votre visage. Souriez à un enfant. Émerveillez-vous devant un arc-en-ciel. C'est correct parfois de rester là simplement et de ne rien faire. Cela peut réduire votre stress.

Remettez-le à Dieu

Après avoir appris à gérer le stress, l'étape la plus importante est de *remettre notre stress à Dieu*. Nous avons un Père céleste prêt à accepter nos facteurs de stress et notre stress. J'aime cette invitation : "Déchargez-vous sur Lui de tous vos soucis, car Lui-même prend soin de vous" (1 Pierre 5:7). Le Dieu grand et merveilleux, qui "tient la terre entière dans Ses mains" peut vous soulager de votre stress et remplir vos cœurs et vos esprits de Sa paix.

CHAPITRE 11

C'EST BIEN DE RIRE

Quelques personnes ne rient jamais. En fait, je connais des gens qui sourient à peine. Je ne sais pas si elles ont résolu d'avoir l'air revêché ; sourire et rires ne sont simplement pas à leur agenda. Ces personnes ont naturellement un air très grave. Elles ne sont pas déplaisantes, mais elles ne rient, ni ne sourient. Si seulement elles savaient le pouvoir d'amélioration d'un sourire ! D'autres sourient facilement et ont un sens facile de l'humour. J'aime les gens qui aiment rire et apprécient une plaisanterie saine. Un bon exercice de ventre qui bouge, a des bénéfices pour nous tous.

Il y a quelques années, j'ai assisté à un festival de musique nationale. Plusieurs groupes masculins participaient, et la qualité de leurs voix était superbe. Leur ton était doux et l'harmonie était plaisante à l'oreille. Il y a quelque chose de spécial au sujet du mélange de riches voix masculines.

Les paroles de la chanson, qui était le morceau évalué pour les compétiteurs, décrivaient une jeune et belle dame qui était courtisée par un prétendant amoureux. La performance était d'un niveau élevé. Peu après on proclama les gagnants de la compétition. Le soupir de déception qui suivit l'annonce du jury indiquait que les vice-champions auraient été le choix populaire de la foule. Beaucoup semblaient croire que ces chanteurs à la deuxième place avaient une meilleure qualité de voix, des tonalités plus fluides, et un aspect général plus professionnel. Cependant, les commentaires des juges étaient révélateurs. Les juges firent remarquer qu'en dépit de la qualité supérieure de la voix et de la présentation professionnelle des vice-champions, ils ne pouvaient pas gagner parce que les expressions qu'ils avaient au visage étaient trop graves et manquaient de la chaleur et de la tendresse des amoureux. "Comment pouvez-vous courtiser une jeune dame et espérer la gagner sans un sourire au visage ?" déclara le leader du panel des juges.

Je me pose souvent une telle question. *Comment peut-on être vraiment agréable à fréquenter si on ne sourit jamais, au moins de temps à autre ?*

Rire ou ne pas Rire

Le rire est biblique. Salomon le sage a déclaré qu'il y a "un temps pour rire" (Eccl. 3 :4). Dans Job 8 :21 nous lisons que Dieu nous remplit la bouche de

rire. “Il remplira ta bouche de rires, et tes lèvres de cris de joie.” Nous pouvons alors n’avoir aucun doute que le rire est un don de Dieu. Qui n’a pas été charmé par les sons de clochettes du rire des enfants résonnant dans l’air et nous réchauffant le cœur ? Il y a quelque chose de presque magique dans les rires et les sourires. Ils sont universels, éloquents, et contagieux.

Pas de Barrières

L’autre jour j’étais assise à côté d’une dame russe à une conférence. Elle ne parlait pas l’anglais, et je ne pouvais pas parler le russe. Il n’y avait personne à un mètre de chacune de nous. Je craignais le silence potentiellement obligatoire. “Habla español?” ai-je essayé. Pourquoi avais-je conclu qu’une dame russe parlerait l’espagnol me dépasse ! Elle m’a fait un signe négatif en guise de réponse. J’étais déterminée à assurer à ma voisine de siège que j’étais une sœur amicale et non menaçante, aussi l’ai-je regardée et lui ai-je souri. Elle a répondu de la même façon. À partir de là, nous avons ponctué nos coups d’œil de sourires réciproques. Je me demandais ce que nous aurions fait sans le moyen d’un sourire.

Le Cadeau

Sourires et rire peuvent réduire ou même bannir l’ennui et la monotonie. Beaucoup parmi nous ont entendu qu’il faut plus de muscles faciaux pour froncer les sourcils que pour sourire. Alors ce n’est pas une si mauvaise idée de considérer qu’en réduisant l’usure de nos muscles faciaux, nous pouvons retarder les rides menaçantes.

Un sens de l’humour dans une famille est comme un bol d’air frais. C’est comme ouvrir une fenêtre, tirer les stores, et laisser entrer le soleil. Nous ne sommes pas tous naturellement dotés d’un sens de l’humour, mais nous pouvons en cultiver une dose. Nous ne parlons pas de blagues déplacées ou offensives ici. C’est inacceptable de rire quand on est blessé ou qu’on se sent embarrassé. Cependant, nous devrions essayer parfois de trouver le côté amusant des choses et même rire de nous-mêmes. Le rire aide à alléger le fardeau. Les femmes de pasteur doivent développer et apprécier un sens de l’humour. Rire à gorge déployée et apprécier une plaisanterie tordante peuvent être revitalisants. Nos vies sont tellement remplies de stress et les défis pèsent si lourd qu’un détour par le chemin de la comédie est toujours la bienvenue.

Mon mari Jansen et moi avons tous deux le sens de l’humour. C’est un de ces dons génétiques des deux côtés de nos familles. Nos quatre enfants en ont hérité aussi. Maintenant je commence à observer les traces de ce don précieux chez nos petits-enfants. Cela me rend très heureuse.

Jansen et moi étions mariés depuis environ six mois quand une femme de pasteur, plus âgée, nous rencontra dans une petite ville. “Bonjour, mon cher Frère. Bonjour, ma chère Sœur,” déclara la Sœur de sa voix vous-jeunes-feriez-mieux-de vous rendre compte-que le ministère-est-une affaire- sérieuse. “Et comment allez-vous aujourd’hui ?”

“Très bien, merci,” fut notre réponse en un faible duo. Quelque chose en mon for intérieur n’était pas très enthousiaste concernant cette femme. J’avais des cauchemars à avoir expliquer à cette femme du pasteur vétéran la doctrine des 2 300 soirs et matins de la prophétie de Daniel 8 pour prouver mon éligibilité à être la femme d’un pasteur.

“Eh bien, Frère,” dit-elle, portant son attention vers Jansen, “comment la vie conjugale vous traite-t-elle ?”

“Bien,” répliqua Jansen avec le sourire espiègle qui le caractérisait, “J’essaie de supporter les temps durs.”

Grande erreur ! Il n’y avait pas de place pour l’humour de Jansen ici. “Temps dur ! Quel temps dur ?”

“Bien, c’est ma femme,” continua mon cher mari, totalement inconscient du danger. “Nous avons ce problème . . .” Et le danger continue.

“Problème ? Quel problème, Frère ? Un problème avec votre femme ?” le pressait-elle. Ce serait l’occasion pour elle d’enseigner à cette jeune femme de 20 ans ou plus une chose ou deux. Je pouvais presque sentir ses serres de jugement m’entourant le cou.

“Ma femme ne me nourrit pas bien. Elle prépare le même repas chaque jour, et je dois le manger,” offrit Jansen, encore terriblement inconscient du danger imminent—un danger pour *moi* !

Avant cet incident, je soupçonnais les hommes de manquer d’intuition. À ce moment-là, je n’avais plus de doute. Mon mari ne savait pas que certaines personnes pensent que l’humour est un péché et elles prennent toujours la vie au sérieux. Son brillant esprit masculin ne lui révélait pas que cette dame n’avait pas le temps d’être amusante et frivole, que son but dans la vie était de trainer les âmes dans le Royaume de Dieu, qu’elle croyait que la vie n’était pas un sujet de plaisanterie. Donc mon cher mari poursuivit sur sa route de destruction—ma destruction.

Notre amie se dressa à sa pleine stature et se mit à me faire comprendre le besoin s’apprendre ce qu’était une bonne nutrition et “de nourrir bien le pasteur. Vous ne pouvez pas faire cela, Sœur. Le Pasteur ici a besoin d’une bonne nutrition. Vous devriez faire mieux que ça. Vous devriez faire mieux que ça.”

À ce moment-là, j'eus un mouvement de recul sous ses coups moralisateurs et insensibles et ses griffes incisives. J'étais incapable de les éviter ; je devais simplement les supporter. Entretemps, Jansen essayait de convaincre la dame qu'il n'était pas sérieux. Malgré cela, il ressemblait à un évangéliste faisant un appel futile de l'autel. Il lutta beaucoup pour la convaincre qu'il avait ce sens de l'humour qui de temps en temps se manifestait simplement. Mais rien ne fonctionna. Il me regardait sans pouvoir rien faire. Il se sentait blessé pour moi.

La femme du pasteur s'accrochait tenacement à son petit refrain : "Vous devriez faire mieux que ça, Sœur."

Vraiment amusant

Que c'est ennuyeux d'être si sérieux de manière permanente, si insupportablement correct, et si dépourvu d'amusement et de rire ! Notre bibliothèque à la maison se targue d'un nombre de livres sur l'humour. Ils vont de l'humour militaire à l'humour à l'église en passant par les toasts pleins d'humour et même les annonces humoristiques des journaux. Quand nos enfants étaient jeunes et que leur papa voulait leur offrir une vidéo, les enfants parcouraient les rayons des vidéos dans le magasin, en rappelant à leur papa : "Papa, voyons ce que nous pouvons trouver pour faire rire Maman."

Sharon Cress, Secrétaire Associée de l'Association Pastorale à la Conférence Générale et coordonnatrice de Ministère des Femmes de pasteurs, a publié un livre pour les femmes de pasteur. *Seasoned with Laughter* (Assaisonné de Rires) est un livre plein de plaisanteries faisant rire aux larmes, et enlevant le spleen, glanées de presbytères autour du monde. Voici quelques échantillons de quelques plaisanteries pastorales vraiment amusantes :

"Dans la région d'Ukraine où nous vivons, l'inflation est toujours élevée. Apparemment, mes conversations avec mon mari au sujet de l'augmentation des prix et comment nous allions survivre, avaient fait impression sur Lillia, notre fille de quatre ans. Un jour elle a demandé : 'Maman, tu veux bien m'acheter une robe ?' Je lui ai expliqué qu'elle avait déjà une robe et qu'elle n'avait pas besoin d'une autre. 'Mais j'ai besoin d'une robe de mariée !' a-t-elle insisté. 'Pourquoi as-tu besoin d'une robe de mariée ?' ai-je demandé. 'Parce que lorsque je serai assez grande pour me marier, les prix seront si élevés, que nous ne pourrons pas nous en payer une !' " —Anna Kuzmitch, Ukraine (85)

“Un Sabbat matin, mon fils m’a vu enlever un poil perdu de mon menton. Plus tard, à l’heure des requêtes de prière à l’église, il a fait cet appel : ‘Vous devez prier pour ma Maman parce qu’elle se transforme en homme comme mon papa !’”—Bernie Holford, Angleterre (44).

“Pour le service de Consécration du vendredi soir, je vins à l’église et, saluant les membres en chemin, marchai jusqu’au premier rang. Quand je m’assis, un monsieur derrière moi, dit d’une voix forte : “La femme de l’administrateur s’habille avec une étiquette !” Je me retournai et souris, pensant qu’il me complimentait sur ma robe. Quelques minutes après, je l’entendis le dire à nouveau. Finalement, une autre dame s’approcha et me dit que l’étiquette du modéliste à l’arrière de ma robe pendait. J’étais mortifiée parce qu’en espagnol, ‘étiquette’ signifie bien habillée, mais il désigne aussi l’ étiquette du vêtement!” — Edilma de Poloche, Vénézuëla (64)

J’ai eu mes propres expériences amusantes où des larmes de rire m’ont coulé sur le visage. Une des circonstances les plus éprouvantes pour moi est quand quelque chose d’amusant se passe à l’église et que je suis supposée garder mon sérieux et professionnalisme. Alors je me retrouve à employer toutes sortes de moyens pour contrôler mon rire. Je me souviens d’un jour à l’église quand le sermon était plutôt long. Notre petite de trois ans commença à s’agiter. Il y eut une succession rapide de questions : “Penses-tu que l’église sera finie bientôt ? Quand irons-nous à la maison ?” Puis vint la déclaration redoutée “Maman, j’ai faim. Je veux rentrer à la maison.” Toutes les mères transpirent gros quand un enfant fait une telle déclaration à l’église. Les mères l’interprètent ainsi *si tu ne fais rien concernant mon état d’affamé MAINTENANT, je te rendrai la vie impossible !!!!*

Je me rendis compte que le prédicateur concluait son sermon, ou du moins je l’espérais. Je cajolai mon enfant pendant un moment et comme elle n’avait plus rien d’intéressant à colorier, je proposai de jouer à un jeu dans le banc. Je lui dis : “Chérie, gardons les yeux sur le prédicateur et imitons tout ce qu’il fait avec nos doigts. S’il bouge les bras, nous bougerons les doigts. Quand il frappe le pupitre, nous frapperons le banc de nos doigts, ainsi de suite. Mais, vois-tu, nous avons vraiment besoin de le regarder très attentivement.”

Bien, cela sembla fonctionner pendant environ trois précieuses minutes, et je commençai à me sentir très fière de ma créativité. Puis, tout à coup, notre fille laisse échapper à plein volume : “Mammannn, tu ne penses pas que le

prédicateur ressemble au diable ?” Instinctivement je me retournai pour voir s’il y avait eu des dommages. Dans plusieurs rangées derrière nous, des gens tremblaient convulsivement d’un rire réprimé.

Eh bien, les femmes de pasteur peuvent rire. Essayez. Vous l’apprécierez.

Molly Detweiler présente l’importance du rire dans *Laughter for a Woman’s Soul* “*Le Rire Pour l’Âme d’une Femme*” : “Le rire comme mode de vie est fondé sur notre attitude envers les choses de la vie. Quand ces tâches semblent trop ennuyeuses à supporter, trouvez une façon pour les transformer en amusement, soyez créatives, et divertissez-vous. Trouvez quelque chose au milieu de la peine qui vous fera rire ou avoir un fou rire. Il y a toujours quelque chose quelque part même si vous devez faire semblant de rire jusqu’à ce que vous le fassiez vraiment !” (65)

Un Bon Remède

“Un cœur joyeux est un bon remède, mais un esprit abattu dessèche les os.” (Prov. 17 :22). Qui veut des os desséchés ? Les os secs sont fragiles et se cassent. Les femmes de plus de 30 ans sont surtout sujettes aux os fragiles. Les os brisés provoquent souvent des chutes ou du moins réduisent la mobilité. Nos mouvements sont restreints, et nous ne sommes pas très heureuses en béquilles ou dans des bandages ou des plâtres. Le rire est un remède nécessaire pour nous.

Réfléchissons à une autre traduction de Proverbes 17 :22. “Une disposition joyeuse est bonne pour la santé ; morosité et sinistrose vous laissent morts de fatigue” (Le Message). (trad libre) La gaité est un don merveilleux que d’autres peuvent apprécier. Quand nous pensons à ce que Jésus a fait pour nous en nous donnant la vie éternelle, comment pouvons-nous être sombres ? Nous devons laisser les rayons de soleil de l’amour de Dieu entrer dans nos cœurs. John Wesley a dit un jour : “Une piété acide est la religion du diable.”

Une façon pour développer un esprit gai est de louer Dieu. Le psalmiste a révélé : “Alors notre bouche était remplie de rires, et notre langue poussait des cris de joie. Alors on disait parmi les nations : ‘L’Éternel a fait de grandes choses pour eux’ ” (Ps. 126 :2). Quel témoin éloquent peut être notre esprit gai ! Louons Dieu continuellement. Je ne peux m’empêcher de répéter à quel point j’aime le Psaume 119 :164 : “Sept fois par jour je Te célèbre à cause de tes justes sentences.” Essayez ce quota de louanges quotidiennement. Cela fonctionne.

Pensez à ce qu’un esprit brisé ou un cœur triste fait à nos relations. Nous les femmes, sommes les “passeuses de tons” dans nos maisons. Parfois nous laissons les soucis de la vie nous étouffer de sorte que le soleil de rire est absent.

Je me rappelle avoir enseigné à nos filles une chanson dont les paroles disaient ceci :

*Laisse entrer le soleil, regarde-le avec un sourire,
Ceux qui sourient ne perdent jamais et ceux qui
froncent les sourcils ne gagnent jamais.
Laisse entrer le soleil, regarde-le avec le sourire.
Ouvre-lui ton cœur et laisse entrer le soleil.*

Quand nous laissons le rire entrer dans nos maisons, le stress et la douleur n'ont pas une telle emprise sur nous. "Le rire est un don incroyable. Il nous aide à ne pas nous prendre trop au sérieux et nous permet de survivre aux moments difficiles de la vie," dit l'humoriste Patsy Clairmont dans son livre *Normal is Just a Setting on Your Dryer*. (48) (*Le Normal est Seulement une Mise en Plis de votre Sèche-cheveux*)

Le plus important est ce qu'un esprit sombre fait à notre santé. On a mis beaucoup d'accent ces derniers temps sur le rire et l'état de notre santé. Norman Cousins, auteur de *Anatomy of an Illness*, (*Anatomie d'une Maladie*) a découvert qu'il souffrait d'une maladie douloureuse et handicapante. Pour qu'il soit à l'aise pendant de courtes périodes chaque jour, on donna à Cousins des antidouleurs puissants et des anti-inflammatoires qui risquaient d'avoir de graves effets à long terme. Il ne pouvait l'accepter, aussi décida-t-il de quitter l'hôpital. Il arrêta les médicaments, prit des doses massives de vitamine C, et engagea une infirmière personnelle qui lui lisait plusieurs histoires amusantes quotidiennement. Cousins regardait aussi plusieurs films comiques chaque jour. Sa santé s'améliora remarquablement. Cousins n'attribue pas l'amélioration de sa santé au rire seulement, mais il maintient que les émotions positives peuvent guérir et aider à combattre la maladie. Beaucoup de recherches ont été faites pour découvrir les changements chimiques qui prennent place dans le corps pour réduire la douleur et soulager le stress. Le rire est bon pour notre santé. Ce n'est pas étonnant que ce petit dicton soit devenu populaire : "Un rire chaque jour garde le docteur à distance."

Essayez-le

Vous demandez peut-être : "Et s'il n'y avait aucun sujet à rire ? Je n'ai même pas envie de sourire." Parfois les pressions de la vie sont si lourdes qu'il semble n'y avoir pas de place pour les sourires et le rire. Et pourtant vous ne devez pas être toujours moroses et tristes.

Si vous êtes constamment en larmes ou avez le cœur lourd, rendez visite à votre médecin. C'est un bon point de départ.

Le Bonheur est un choix, choisissez alors d'être heureuses et joyeuses. Le bonheur est le plan de Dieu pour vous. Il veut que vous riiez et que vous soyez heureuse. Pensez à toutes Ses bénédictions. Pensez à ce dont Il vous a sauvées. Louez-Le. Criez : "Hallelujah!" Chantez des chants de louanges et de remerciements.

L'autre jour je lisais un charmant petit ouvrage, *Laughter is the Spice of Life*, (*Le Rire est l'Épice de la Vie*) quand je tombais sur un extrait du *Traveler's Gift: (Cadeau du Voyageur)* "Aujourd'hui je choisirai d'être heureuse. J'accueillerai chaque jour en riant. Dès le moment du réveil, je rirai pendant sept secondes. Même après un si court moment, l'enthousiasme a commencé à circuler dans mon système sanguin. J'accueillerai chaque jour avec le rire. Aujourd'hui, je choisirai d'être heureuse." (5-6)

Faites confiance à Jésus pour remettre le rire dans votre vie. "Jésus a dit : 'Heureux vous qui pleurez maintenant, car après vous rirez' " (Luc 6 :21). C'est ce qu'Il veut pour vous. Tout ce que vous devez faire c'est de réclamer Ses précieuses promesses. "Il remplira ta bouche de rires, et tes lèvres de cris de joie" (Job 8 :21).

CHAPITRE 12

TOUT VOUS EST POSSIBLE

J'ai peur des hauteurs. Mon imagination débordante trouve toujours un moyen pour conjurer toutes sortes de possibilités mortelles quand je suis à plus de trois mètres au-dessus du sol. Pourtant je suis fascinée par les voitures et les bâtiments minuscules que je vois quand j'ose regarder à partir d'une tour élevée. Mon acrophobie est peut-être seulement limite.

Ce chapitre concerne les hauteurs—les hauteurs que Dieu s'attend à ce que nous atteignions. Ce que j'aime avec Dieu est que Ses attentes de nous sont réalistes. Nous avons la responsabilité de ne pas nous limiter. “Chacun de vous peut atteindre son but. Il ne faut pas se contenter de succès mesquins. Visez haut, n'épargnez aucune peine pour atteindre la cible” (Messages à la Jeunesse, 33). Ces paroles de Ellen G. White sont pour nous une forte motivation pour atteindre les étoiles.

Quand j'étais au lycée, notre principal nous donnait souvent de puissants conseils motivants pendant nos assemblées du matin. Il nous martelait à l'oreille l'importance de ne pas nous satisfaire de la médiocrité. Il disait qu'il y avait une telle surabondance de personnes médiocres dans ce monde, qu'il y a beaucoup de places en haut pour l'excellence. Ce concept a fait impression sur moi. Puis, après je suis tombée sur un poster où on pouvait lire “Visez les étoiles et vous n'avez pas le droit de tirer plus bas que les arbres.” Je me rappelle avoir partagé ces pensées avec mes propres élèves au lycée quand je suis devenue enseignante d'anglais.

La Bonne Fée Va-t-elle Venir ?

Quand nous étions enfants, nous entendions des histoires de gens qui se trouvaient dans des circonstances malheureuses jusqu'à ce qu'une bonne fée arrive et agite sa baguette. Puis la chance de la personne change instantanément. Il y avait Cendrillon dont les lambeaux gris cendrés furent transformés en une robe de princesse éblouissante lorsque sa marraine, qui était une fée, agita sa baguette. Cendrillon fut propulsée de la pauvreté à un palace. Des bonds en avant vers la richesse et la célébrité sont possibles dans les contes de fées. Cependant, dans la vie réelle, le succès s'épèle en termes de dur labeur et de détermination.

Bien sûr il y a des gens réels qui ont, en dépit de circonstances terribles, atteint la célébrité, la richesse, et le bonheur. Nous sommes inspirés par des gens d'origine humble qui ont eu des histoires à succès. Pensez à Abraham Lincoln, né dans une cabane en rondins. Sa famille était pauvre, mais il avait une passion si dévorante pour apprendre qu'il marchait des kilomètres pour emprunter un livre. Il faisait aussi le chemin de retour pour rendre les livres qu'il avait empruntés. Sa détermination à devenir quelqu'un a motivé son rêve jusqu'à ce qu'il atteigne la Maison Blanche comme seizième Président des États-Unis. Il y a aussi eu le Président Gerald Ford, qui a commencé sa vie comme un bébé abandonné. Ford est devenu le trente-huitième Président des États-Unis. Nous sommes aussi impressionnés par de généreux donateurs qui ont passé leur enfance dans la pauvreté mais qui maintenant, à cause de la richesse qu'ils ont acquise, sont capables de contribuer généreusement à diverses sociétés de charité. Nous remercions ces personnes qui se sont engagées à donner une meilleure vie aux moins fortunés.

D'autres ont pu poursuivre leurs rêves avec succès parce qu'ils ont eu des origines avantageuses. Ils sont nés dans des familles ayant de l'argent. Ils ont vécu dans des communautés où on encourageait l'éducation. Les occasions semblaient se présenter à ces gens. Nous disons qu'ils avaient de bonnes dispositions en leur faveur à leurs débuts.

Qu'est-ce qui constitue un bon commencement ? Est-il possible d'assurer un bon commencement ? La meilleure garantie pour bien commencer est de commencer avec Dieu. Comptez sur la parole "Au commencement, Dieu. . ." (Gen. 1 :1). Chaque jour est un nouveau commencement avec de nouvelles opportunités. Nous ne devons pas attendre une nouvelle année pour faire l'expérience d'un nouveau commencement. C'est le problème avec plusieurs d'entre nous ; nous confignons nos occasions aux nouveaux commencements du calendrier. *Le 1er janvier, je vais commencer mon programme d'exercices. Je vais me consacrer à ma vie personnelle de prière. Je lirai une partie d'un bon livre chaque jour. Je sourirai à ma famille. Je choisirai de ne pas laisser quelqu'un me rendre horrible. Je vais. . .* Au 27 janvier, nous nous retrouvons à manquer à nos résolutions. Cela nous décourage. Ce n'est pas bon pour nous. Si nous tombons le 27 janvier, nous pouvons nous relever et continuer la course le 28 janvier. Dieu donne de nouvelles opportunités chaque matin.

Nouvelles choses

L'autre jour, j'ai reçu un mot d'une jeune dame. J'étais enchantée par sa déclaration : "Je suis nouvelle." Je pensais que c'était une belle conviction. Nous

aimons tous de nouvelles choses : nouvelles voitures, nouveaux vêtements, nouvelles années, et même de nouvelles connaissances. Parfois nous sommes tentées d'«abandonner le vieux pour le neuf.» L'autre jour, j'ai appris qu'un homme avait quitté sa femme après 30 ans de mariage. Il disait qu'elle était trop vieille, et qu'il voulait une nouvelle femme. Quelle tristesse ! Souhaitons que la «nouvelle» femme de cet homme soit excitée au sujet du vieux mari qu'elle aurait.

C'est bien d'aimer des choses nouvelles. Dieu aime les choses nouvelles. Il nous offre un cœur nouveau. Sa parole nous pousse à revêtir le « nouvel homme». Elle nous donne le conseil de marcher dans la «nouveau de vie.» Il nous a donné un nouveau commandement de nous aimer les uns les autres. Il nous promet de «nouveaux cieux et une nouvelle terre.» Quand nous irons au ciel, nous aurons de nouveaux noms.

Si nous dépendons de Dieu, Il nous donnera les choses nouvelles dont nous avons besoin—énergie, objectifs, sagesse, et une nouvelle marque de détermination pour atteindre les étoiles. Réclamons-nous de la promesse de Dieu dans Ésaïe 43 : 19 : «Je vais faire une chose nouvelle, qui est déjà en germe. Ne la remarquez-vous pas ? Je vais tracer un chemin en plein désert et mettre des fleuves dans un endroit aride.»

Buts, Buts

Le temps avance sans relâche, et si nous ne planifions pas nos vies, nous nous retrouverons à errer sans but. Tant de choses semblent s'être déroulées «juste hier.» Que le temps s'envole ! C'est très facile pour une femme de tomber dans la routine de prendre soin de sa famille, de l'église, et de la communauté jusqu'à exclure l'accomplissement de ses objectifs personnels. Quelques femmes expriment leurs buts tôt dans la vie et les poursuivent. D'autres sont des talents tardifs. Différentes raisons l'expliquent. La femme donnait peut-être à son mari la première chance de démarrer son éducation et sa carrière. Elle souhaitait peut-être consacrer son temps à prendre soin de leurs jeunes enfants. Les plans ont peut-être été interrompus par la maladie ou des fonds limités. Un désir de changer de carrière ou de fréquents déménagements pastoraux auraient pu être des facteurs contribuant à la réalisation différée des buts de la femme de pasteur. Ce sont toutes des causes légitimes. Cependant, arrive un temps pour établir des objectifs et décider d'un plan d'action.

Une femme doit résister aux circonstances ou aux gens qui tendent à la détourner de ses objectifs. Il y a des moments où nous avons à retarder nos rêves, mais il faut que vienne le temps de reprendre la poursuite de ces rêves.

Nos rêves nous appartiennent. Personne ne doit être autorisé à affaiblir la force de nos ambitions. Dieu veut s'unir à nous dans notre quête pour un avenir plus brillant. "En effet, moi, je connais les projets que je forme pour vous, projets de paix et non de malheur, afin de vous donner un avenir et de l'espérance" (Jér. 29 :11). Amertume et ressentiment peuvent résulter de rêves inaccomplis. Il existe à peine quelqu'un qui à un moment donné n'a pas senti le désir de faire quelque chose de grand ou d'apporter une contribution à la société ou à la famille. Quand ce désir est réprimé, nous nous sentons découragées et l'esprit abattu. Comment pouvons-nous considérer le ciel comme notre limite quand nous pouvons à peine apercevoir notre but terrestre ? Que pouvons-nous faire pour atteindre ces buts hors d'atteinte ?

Dans son livre *You Matter More Than You Think*, (*Vous Comptez Plus que ce que Vous Pensez*) Leslie Parrot partage une expérience personnelle convaincante. Elle dit que ce n'est pas avant que quelqu'un ne la pousse à parler de ses rêves qu'elle a commencé réellement à y penser. "Voici ce que je rêve de faire pendant les dix prochaines années," fut sa réponse. "Et je glissai mon bloc de feuilles jaunes sur son pupitre. Sur le bloc se trouvait une liste de cinq phrases : Je veux obtenir mon doctorat. Je veux participer au marathon de L.A. Je veux avoir trois enfants. Je veux écrire des livres pour enfants. Je veux enseigner et servir de mentor à des étudiants d'universités." (69)

Leslie Parrot confessa qu'elle n'aurait jamais été définitive à propos de ses rêves si on ne l'avait pas poussée dans cette situation. "Je n'aurais probablement même pas pensé à aller au-delà de permettre à mon mari de poursuivre ses études, d'avoir une maison, et d'élever une famille. Même si je ne l'aurais jamais cru à ce moment-là, écrire mes rêves m'a aidée à les réaliser tous, sauf un. Je n'ai eu que deux enfants, pas trois." (69)

Aussi, ma chère sœur, ayez un rêve. Rêvez grand et puis allez dans cette direction ! Le premier pas est de placer vos buts devant Dieu. Nous avons déjà établi que nos plans doivent commencer avec Dieu. Avec Dieu au commencement, nous ne pouvons pas nous empêcher d'avoir de la sagesse. "La crainte de l'Éternel est le commencement de la sagesse." Dès le début, Salomon a demandé la sagesse à Dieu. Il l'a reçue.

La Parole de Dieu nous invite à chercher la sagesse de Dieu. "Si l'un de vous manque de sagesse, qu'il la demande à Dieu, qui donne à tous simplement et sans faire de reproche, et elle lui sera donnée" (Jacques 1 :5). Cherchez à faire plaisir à Dieu dans vos plans. Demandez-Lui de vous accompagner dans votre cheminement.

Le deuxième plan est de rester concentrées sur vos objectifs. Maintenant que vous avez exprimé vos objectifs, où voulez-vous aller ? Que voulez-vous de la vie ? Où vous attendez-vous à être dans les deux prochaines années, ou cinq années, ou même dix ans ? En ajoutant de la passion à vos buts, vous vous trouverez capables d'aller de l'avant en dépit des obstacles. Ne soyez pas découragées par des obstacles. Prenez conscience qu'avec Dieu, vos possibilités sont sans limite et vos buts accessibles. Ellen White dit : "Des possibilités infinies sont mises à votre disposition" (*Messages à la Jeunesse*, 44). Que vos objectifs soient élevés, non microscopiques. Le Dieu de vos buts est puissant, abondant, et incroyable.

Le troisième pas est de travailler dur. Un sondage Gallup a mené une recherche extensive sur les qualités du succès. Les enquêteurs ont passé des milliers d'heures à interviewer des gens ayant réussi dans tous les domaines de la vie—militaire, affaires, arts, religion, ainsi de suite. Ils ont découvert que le dénominateur commun n'était pas un coup de chance, un talent extraordinaire, des raccourcis, ou même la richesse. C'était le travail acharné ! Tous les gens interviewés attribuaient leur succès au dur labeur. Un travail acharné et la détermination sont une combinaison imbattable. Travaillez dur, persévérez, et tenez bon votre esprit de détermination. On ne peut travailler dur de temps à autre. La constance est nécessaire. Notez ce que dit cet auteur anonyme au sujet de la persévérance et de la détermination :

"Continuez. Rien dans le monde ne peut prendre la place de la persévérance. Le talent ne le fera pas ; rien n'est plus commun que des hommes sans succès avec du talent. Le génie ne le fera pas ; le génie non récompensé est presque un proverbe. L'éducation ne le fera pas ; le monde est plein d'épaves éduquées. Persévérance et détermination seulement sont importantes."

Le quatrième pas est de considérer l'importance des relations. Choisir nos associations avec soin est d'une importance extrême. Parfois nos amis nous influencent pour court-circuiter nos buts. Quelques personnes ne sont pas intéressées à nos progrès. D'autres encore n'ont pas foi dans nos capacités à réussir, et elles nous découragent. Nous devons garder près de nous celles qui ont de l'ambition pour nous et qui nous soutiendront dans nos objectifs. Nous devons aussi être proches de celles qui sont engagées dans une relation avec Jésus. Dans Proverbes 1 :10, Salomon nous donne une qualification majeure de ce type de relation que nous devrions chérir : "Si des pécheurs veulent t'entraîner, ne cède pas."

Quand nous pensons aux relations, nous minimisons parfois notre contribution à des relations saines. Nous devrions être bonnes et généreuses.

Nous devrions faire de bonnes actions pour les autres et nous hâter de le faire. “Ne refuse pas un bienfait à ceux qui y ont droit quand tu as le pouvoir de l’accorder. Ne dis pas à ton prochain : « Va-t’en puis reviens, c’est demain que je te donnerai » quand tu as de quoi donner” (Prov. 3 :27, 28). Faites-le maintenant.

C’est malheureux que dans la poursuite de nos objectifs, nous oublions parfois l’importance de la bonté, de la compassion, du partage, et du respect pour les autres dans nos relations. Ceux-ci ne doivent pas manquer. Nous impressionnons plus les gens avec notre compassion qu’avec nos talents.

Le cinquième pas est d’ignorer la chorale des chanteurs apocalyptiques. Trop souvent certains restent là sans rien faire et condamnent les rêves des gens. Ils crient : “Cela ne peut se faire. Vous ne pouvez pas le faire.” Au lieu d’être des cheerleaders, ils sont la chorale apocalyptique. “Vous n’êtes pas assez intelligent. Vous visez trop haut. Votre famille a besoin de votre soutien. Vous ne pouvez pas vous le permettre.” C’est le moment de mettre vos écouteurs et d’avancer avec l’assurance que Dieu vous soutiendra. Ce n’est pas le moment d’écouter le désespoir et les prophéties d’échecs.

Les limites peuvent être une barrière au succès. Nous nous imposons des limites et d’autres nous imposent des limites. Mais nous ne sommes pas dans des limitations d’affaires ; nous avançons dans la marche vers le succès. Avec Dieu à nos côtés, nous serons victorieuses. Accrochez-vous à l’assurance suivante trouvée dans *Messages à la Jeunesse* : “Tout ce qui se fait sur Son ordre doit être accompli par sa force. Tout ce qu’Il ordonne, Il le donne.” (Ellen G. White, 101)

Réaliser ce succès sans intégrité est vide. Nous pouvons réaliser nos rêves les plus chers et gravir les plus hauts sommets, mais si nos pas ne sont pas marqués d’intégrité, nous ne sommes rien. Selon Karl Haffneck, “Vous pouvez conduire une Corvette, obtenir un diplôme de Harvard, des vacances en Australie, même le golf avec un handicap, mais vous n’aurez jamais vraiment du succès à moins que tout ce que vous fassiez ne soit sous-tendu par l’intégrité. C’est seulement quand la vérité est profondément ancrée dans votre caractère que vous goûterez l’enivrante portion du succès.” Que c’est profond ! Nous avons toutes vu des personnes qui ont fait des pas de géants sur le plan de l’économie et de l’éducation, mais qui ont dégringolé dans la disgrâce à cause de leur manque d’intégrité. Salomon le sage, nous rappelle l’importance de l’intégrité : “Mieux vaut le pauvre qui marche dans l’intégrité” (Prov. 19 :1). Une personne ayant vraiment du succès est celle qui jouit du respect des autres parce qu’elle est honnête, transparente, et dit la vérité. Plusieurs d’entre nous connaissent

la déclaration suivante : “Ce dont le monde a le plus besoin, c’est d’hommes [femmes] non pas des hommes [femmes] qu’on achète et qui se vendent, mais d’hommes [femmes] profondément loyaux et intègres, des hommes qui ne craignent pas d’appeler le péché par son nom, des hommes[femmes] dont la conscience soit aussi fidèle à son devoir que la boussole l’est au pôle, des hommes [femmes] qui défendraient la justice et la vérité même si l’univers s’écroulait.” (Ellen G. White, *Éducation*, 57)

Il y a de l'Aide

Maintenant que nous avons fixé nos objectifs et avançons pour voir s’accomplir nos rêves, comment pouvons-nous être assurées que nous irons jusqu’au bout ? Je me souviens très clairement de la demi-finale du 400 mètres aux Jeux Olympiques de 92 à Barcelone en Espagne. Le projecteur était sur Derek Redmond. C’était le même Redmond qui, en 1988 à Séoul, avait été obligé de se retirer des Jeux juste 10 minutes avant le début de la course puisqu’il s’était blessé au tendon d’Achille. Redmond avait subi une série de chirurgies pour réparer le tendon, et maintenant, quatre ans après, il avait une autre occasion de se présenter aux Jeux Olympiques.

Environ 65 000 spectateurs étaient entassés dans les gradins, et il y avait une atmosphère d’espoir quand la course commença. Bientôt Derek Redmond apparut et prit de l’avance sur les autres concurrents. La foule applaudit alors qu’ils voyaient leur favori gagner du terrain. Puis cela arriva. En une fraction de seconde, alors qu’il n’était qu’à 175 mètres de la ligne d’arrivée, Redmond entendit un bruit sec dans le tendon du jarret. Il vacilla et, se serrant la jambe, tomba sur la piste.

Un silence s’installa alors que l’athlète était allongé presque sans mouvement. Il refusa que le personnel médical le place sur un brancard. Puis, lentement et souffrant manifestement, Redmond se releva : “Allez, allez, allez,” chantait la foule qui le soutenait. “Tu peux le faire. Allez, allez, allez.”

Encouragé par la chorale de fans, Derek fit une tentative courageuse. D’abord faiblement, puis avec plus de courage, il rejoignit la course. À ce moment-là, plusieurs de ses concurrents se rapprochaient de lui. Certains passaient comme une flèche devant lui, mais Redmond persévérait. Arriverait-il à la ligne d’arrivée ?

Soudain, en un éclair, un monsieur d’âge moyen sauta ses gradins, et défiant la sécurité, se précipita vers Derek. Mettant un bras autour de la taille du jeune homme, il chuchota : “Je suis là; nous finirons ensemble.” C’était le papa de Derek ! Ensemble, père et fils se déplacèrent en boitillant vers la ligne

d'arrivée. Quand ils en furent à une courte distance, le père lâcha Derek pour qu'il franchisse la ligne d'arrivée tout seul.

Les gradins explosèrent sous les applaudissements. Au milieu des fans qui hurlaient et agitaient des pavillons, un commentateur s'étrangla sur ses larmes alors qu'il luttait pour diffuser les résultats de la course. Ce père terrestre avait aidé son fils jusqu'à la ligne d'arrivée.

Notre Père céleste ne ferait-Il pas encore plus ?

Ne craignez point de ne pouvoir être capables d'atteindre la ligne d'arrivée de vos buts. J'aime la *Version de L'Anglais Contemporain* de Philippiens 1 :6: "Je suis persuadé que celui qui a commencé en vous cette bonne œuvre la poursuivra jusqu'à son terme, jusqu'au jour de Jésus-Christ."

Poursuivez donc vos buts. Soyez le meilleur de vous-mêmes. Tout est possible à vous. J'aime la déclaration suivante d'Éducation d'Ellen G White : "L'idéal que Dieu propose à ses enfants dépasse de beaucoup tout ce qu'ils peuvent imaginer de meilleur." (18) Quelle déclaration ! Faites une pause pendant un moment et visualisez la plus haute position que vous pouvez imaginer pour vous-même. Quel est votre plus grand souhait ? Maintenant croyez que Dieu a quelque chose de plus grand, de plus puissant et de meilleur pour vous. "Plus haut que la plus haute pensée humaine peut atteindre." N'est-ce pas même plus haut que le ciel ?

CHAPITRE 13

ATTENTION: PASSAGE DE LOUPS

Un loup ressemble à un chien et il est en fait un membre de la famille canine. Un bébé loup est aussi mignon qu'un chiot domestique. Cependant, nous ne sommes pas connectés avec les loups adultes de la même manière que nous le sommes avec les chiens, même s'il y a eu quelques histoires d'enfants dont ont pris soin des loups. Une des premières légendes romaines concerne deux frères jumeaux, Romulus et Remus, qui avaient été abandonnés près du fleuve Tigre. Une louve les trouva et s'en occupa comme de ses propres bébés. La ville de Rome aurait été nommée d'après Romulus.

Les loups ne sont pas nécessairement bien accueillis dans notre société. Nous nous sentons plus à l'aise quand ils limitent leurs mouvements à la forêt. En fait, nous associons des traits détestables aux loups. L'Apôtre Paul exprima son souci au sujet d'attaques possibles sur les premiers Chrétiens. "Je sais qu'après mon départ des loups cruels s'introduiront parmi vous, et ils n'épargneront pas le troupeau" (Actes 20 :29).

Les Amis de la Femme du Pasteur

Il est important que la femme du pasteur fasse attention à son association avec les hommes et les femmes de l'église et de la communauté. Comme femmes de pasteurs, nous rencontrons des gens aux personnalités variées. Nous devons les traiter comme Christ le ferait. Nous devons nous demander : "Que ferait Jésus ?" Nous ne devons jamais oublier que les humains sont des créatures de Dieu, objets de Son amour éternel, faits à Son image.

Il y a deux grandes écoles de pensée concernant la socialisation dans la paroisse. Certains pensent que la femme du pasteur doit être civile avec tous sans pour autant être très amicale. D'autres proposent que la femme du pasteur devrait être la personne la plus amicale de la planète. Elle doit être ouverte et chaleureuse avec tous.

Les extrêmes peuvent être dangereux ; le milieu de la route semble le plus sûr. Les relations peuvent être critiques, et des relations réussies requièrent équilibre, compassion, discrétion, et bon sens. Un Chrétien doit être altruiste

et aimant et en même temps perspicace et sage. De plus, la femme d'un pasteur doit être professionnelle.

La femme d'un pasteur doit-elle avoir des amis ? Pourquoi pas ? Comme dans toute relation, cependant, il y a des directives nécessaires à suivre. Certaines personnes sont naturellement amicales et évolueront facilement autour de la femme du pasteur. Elles sentent sa solitude et ses lourdes responsabilités et pensent devoir s'engager à être ses amies. Elles l'aiment. Il y a d'autres qui garderont leur distance, non parce qu'elles ne l'aiment pas mais parce qu'elles ne veulent pas qu'on les accuse de s'imposer à elle. Un soupçon d'acceptation de sa part, cependant, les encouragera à devenir ses amies. Il y a encore d'autres qui se présentent comme des amies et qui ne sont pas authentiques. Elles sont simplement curieuses de savoir ce qui se passe chez le pasteur.

Nous sommes des êtres sociaux. Dieu a créé un monde plein de gens pour que nous choissions quelques amis pour nous aider à profiter de la vie et à partager nos fardeaux. Nous avons besoin de pique-niques, de fêtes et autres événements qui répondront à nos besoins. L'association avec des gens peut aider notre croissance alors que nous apprenons les uns des autres. Le défi repose sur l'équilibre. Chacun doit avoir l'assurance de son acceptation. Personne ne doit se sentir exclu. Pourtant parce que nous sommes plus à l'aise avec certaines personnes qu'avec d'autres, un petit nombre sera automatiquement plus proche de nous.

Que signifie pour certains membres d'église d'"être plus proches de nous que d'autres" ? Cela signifie qu'il y aurait peut-être des intérêts communs partagés. Bien sûr les barrières doivent être gardées encore. Nous n'abandonnons pas notre habit professionnel. Nous n'abandonnons pas nos standards Chrétiens. Nous gardons privées, nos vies privées. Les potins sont tabous. Le livre des Proverbes est plein de conseils sur les relations. Le sage conseille aussi d'éviter de fréquentes visites chez les gens. "Mets rarement le pied chez ton prochain ! Il risquerait d'être saturé et de te détester" (Prov. 25 :17).

Rassemblez-vous pour vous renforcer les uns les autres spirituellement. Nous avons plusieurs bénédictions à partager. Les activités comme les achats, l'échange de recettes, et l'engagement dans d'autres poursuites bénignes sont recommandées. Nous pouvons même faire équipe avec quelques dames comme partenaires missionnaires. L'idée n'est pas d'initier un "Club de Femmes de Pasteurs" exclusif. L'objectif est de promouvoir les relations sociales saines.

Les Louves

On a besoin d'être aux aguets concernant les pièges sociaux tout en ne tombant pas dans la paranoïa

Le pasteur se retrouve souvent en compagnie de plusieurs types de dames—efficaces, engagées, attirantes, compatissantes, et ayant du succès. Plusieurs de ces dames sont des Chrétiennes consacrées, mais malheureusement, certaines ne le sont pas. Il peut donc y avoir des sentiments d'insécurité qui tourmentent la femme du pasteur quand ces dames sont en compagnie de son mari.

Voici quelques stratégies qui peuvent nous aider à protéger nos maris alors que nous sécurisons nos positions. Soyez une femme visible. Aux yeux de la congrégation, votre visibilité établira que vous êtes proche de votre mari. Votre mari n'a pas besoin d'un fantôme pour femme. La femme du pasteur doit être réelle, proche et visible. Les pasteurs qui apparaissent souvent sans leurs femmes sont dans une position d'envoyer des signaux dangereux. Prenez soin de votre santé et de votre apparence pour résister à l'envie d'être fréquemment absente. Tous les hommes, incluant les pasteurs, aiment les femmes attirantes. Nous nous devons donc, en tant que femmes, de rester attirantes. Ce n'est pas une excuse pour des dépenses extravagantes. Nos vêtements ne doivent pas être voyants. Nous n'avons pas besoin de porter des styles osés dans le but d'attirer l'attention sur nous. Tout ce que nous devons faire est de prendre soin de la façon dont nous nous présentons. La modestie, la convenance, et un goût élégant devraient être notre ligne de conduite.

Certaines femmes ont un étrange esprit de sacrifice. Elles veillent à ce que leurs maris et enfants s'habillent bien, mais elles négligent leur propre apparence. Vous n'avez peut-être pas les moyens de vous payer une importante garde-robe, mais vous vous devez à vous-mêmes d'avoir quelques robes bien habillées avec des accessoires assortis. Faites vos achats avec soin. Feuilletez des catalogues pour aiguïser votre sens de la mode. Reconnaissez que les modes actuelles peuvent ne pas être convenables pour vous. À part notre responsabilité d'observer la modestie, nous avons besoin de tissus, modes, et d'un ajustement qui nous avantagent. Si vous êtes bénies du talent de la couture, célébrez votre bonne fortune. Si vous ne l'êtes pas, c'est une bonne idée de prendre des cours de couture. Je suis très contente de l'avoir fait. Même si je ne me suis pas épanouie en dessinatrice de classe mondiale, j'ai appris beaucoup au sujet de comment évaluer et acheter un tissu et des vêtements. Je peux maintenant entrer dans une boutique de robes avec la certitude que je ne serai pas à la merci de la responsable des ventes. Il est important d'être un acheteur habile. Un acheteur habile de vêtements n'est pas un chasseur acharné de marchandage. Une robe marchandée qui ne flatte pas votre silhouette n'est pas une affaire, en dépit du prix. L'acheteur habile qui a budget limité, achète des vêtements qui durent plus longtemps qu'une année. Faites une liste de vos accessoires et choisissez des couleurs qui vont avec. Prenez du tissu de bonne qualité. Et apprenez la

magie de mélanger et d'associer ; vous serez étonnées de voir comment vous multipliez vos tenues. Accordez du temps à votre apparence. Avec un peu de planification et d'imagination, vous pouvez paraître ravissante.

Nous prenons du temps sur l'aspect extérieur, mais il y a plus que la beauté extérieure. La beauté vient de l'intérieur. Jésus est l'Auteur de la Beauté. Il est l'Étoile Brillante du Matin, le Lys de la Vallée, « Tout ce qui est en Lui est aimable ». Avec Jésus comme notre Ami proche, nous avons des chances de devenir charmantes. Je loue Dieu pour cette assurance. C'est l'entrée de Jésus dans nos vies et Sa présence durable qui nous transforment en reines de beauté. Je sais que cette idée de beauté nous plaît à nous les femmes, et c'est bien. Jésus nous lave, nous purifie, nous revêt de Sa justice, et en quel produit éblouissant nous transforme-t-Il !

Des classes d'éducation continue et des projets d'amélioration de soi aideront à amplifier notre confiance et notre estime de soi. Nous n'étions pas destinées à être médiocres. Nous ne devrions pas être réticentes à lire, à étudier et à améliorer nos aptitudes. Les occasions pour s'améliorer nous entourent. Nous ne devons pas être laissées derrière. Passez quelque temps à trouver ce que vous aimez faire et quels sont vos talents. Dieu gardera Sa promesse pour nous donner de la sagesse. "Si l'un de vous manque de sagesse, qu'il la demande à Dieu, qui donne à tous simplement et sans faire de reproche, et elle lui sera donnée" (Jacques 1:5).

L'autre point à considérer est celui de l'importance d'être pleines de tact et matures quand nous avons affaire aux les dames de la congrégation. Surveiller votre mari comme un chien de garde est détestable, étouffant et inconfortable pour lui. Il a besoin de son espace. Des démonstrations de jalousie et de suspicion ne sont pas productives et peuvent faire que les membres d'église perdent le respect qu'ils ont pour vous, et vous pouvez aussi embarrasser votre mari. C'est une façon inefficace de protéger nos maris.

Parfois notre intuition peut nous avertir d'un danger imminent d'une ou deux femmes en particulier. Utilisez le don de votre intuition pour alerter votre mari-pasteur. Les hommes ne captent pas certains signaux, et cela aide de discuter de vos sentiments avec lui. Protégez-le en évitant de l'exposer à certaines femmes. On ne s'attend pas à ce que vous proposiez ses services comme chauffeur de taxi. Ce n'est pas futé de l'encourager à raccompagner des dames chez elles, seul. Rappelez-lui sa responsabilité professionnelle à prendre des précautions quand il conseille les dames. Certains pasteurs se sentent invincibles et n'admettent pas le besoin d'être prudents. L'accompagnement ne devrait pas se passer dans un lieu solitaire. Il devrait y avoir une autre personne

responsable à une distance raisonnable du site d'accompagnement. Tous les conseillers doivent prendre certaines précautions, et les pasteurs ne sont pas l'exception.

Rappelez-vous toujours que votre mari a besoin que ses besoins sociaux, spirituels, et sexuels soient satisfaits. En remplissant son réservoir émotionnel, vous protégez votre époux d'attaques extérieures. Durant des périodes de frustration professionnelle et de pressions domestiques, le pasteur est extrêmement vulnérable. Dans leur livre *Pastors at Risk*, (Pasteurs En Danger) London et Wiseman font la déclaration suivante: "Les pasteurs sont dangereusement vulnérables à un soutien émotionnel externe durant les périodes de futilité frustrante. C'est pourquoi on ne peut permettre à tout élément de prévention possible qui découle d'un mariage réussi de vaciller." (47)

Finalement, priez avec et pour votre mari. Nous voulons que nos familles réussissent, mais nous ne pouvons le faire seules. De bonnes intentions, des aptitudes, et l'expérience ne suffisent pas à une vie familiale réussie. Face à tous ces défis, nous avons besoin d'aide. Proverbes 3 : 5,6 nous donne l'assurance suivante : "Confie-toi en l'Éternel de tout ton cœur, et ne t'appuie pas sur ton intelligence ! Reconnais-Le dans toutes tes voies et Il rendra tes sentiers droits". Avec Dieu comme Aide, œuvrez ensemble avec votre mari pour préserver votre mariage et votre ministère.

Les Loups

"Les loups" attaqueront n'importe qui, même la femme du pasteur. Par conséquent, elle doit être sur ses gardes face à d'éventuels dangers. Un comportement insouciant et naïf ne la protégera pas. Elle doit exercer la discrétion, la propriété, et du bon sens. Souvent une femme peut sentir un prédateur potentiel. Par conséquent, elle a besoin d'un plan de bataille avant l'attaque.

Des poignées de main persistantes et des regards suggestifs indiquent un loup qui se cache. Limitez tout contact physique. Il n'est pas nécessaire de serrer dans ses bras chaque paroissien. La femme du pasteur doit éviter des contacts proches et fréquents avec certains types d'hommes. C'est une bonne idée d'éviter de recevoir des "loups" en l'absence du pasteur. Déviez les conversations de thèmes comme la solitude, l'apitoiement sur soi, les problèmes financiers personnels et vos défis conjugaux. Ils présentent un climat propice à l'infidélité. Se confier en les paroissiens hommes n'est pas recommandé. Si vous sentez le besoin de partager un problème, cherchez un conseiller professionnel.

Ne vous mettez pas dans la position de recevoir ou d'accepter des cadeaux venant des hommes.

Les cadeaux des hommes doivent être présentés à la famille et non personnellement offerts à la femme du pasteur. Parfois une femme devient une victime innocente de ce geste.

Tous les hommes ne sont pas des loups. Nos familles ont besoin du soutien et de l'aide de certains éléments masculins de l'église. Nous apprécions leur volonté de partager leurs aptitudes avec nous. Dans notre ministère, nous avons été bénis par la bonté d'hommes altruistes et compatissants. Ces hommes ont toujours été prêts et volontaires à aider notre famille en cas d'urgence et de crises qui semblaient arriver quand mon mari était en voyage. Remercions Dieu pour les hommes d'intégrité Chrétiens. Notre église est fière de tels hommes de Dieu merveilleux.

Certaines dames sont prises au dépourvu parce qu'elles sont lentes à reconnaître les loups. Je suis tombée sur cette déclaration frappante d'un auteur anonyme. " Si vous avez l'occasion de regarder dans les yeux d'un loup, vous vous rendrez compte que vous ne regardez pas simplement dans les yeux d'un animal quelconque ; celui-ci pense, avec une intelligence que vous n'avez pas l'habitude de voir chez aucun animal." Il est important d'étudier la nature humaine et d'être perspicace. Nous devons utiliser le radar donné par Dieu pour nous alerter de situations qui pourraient être dangereuses. La Bible nous presse d'être sages comme des serpents et innocentes comme des colombes. Jésus a promis de nous montrer la voie et nous diriger. "Voilà le Dieu qui est notre Dieu pour toujours et à perpétuité ; il sera notre guide jusqu'à la mort." (Ps. 48 :15). Tout ce que nous devons faire est de Le suivre.

Bâissez votre relation avec votre mari. Communiquez régulièrement avec lui. Reconnaissez votre vulnérabilité et accrochez-vous à Jésus dans votre vie de dévotion personnelle. Ajoutez quelques activités physiques et mentales à votre vie de dévotion. Faites des exercices, choisissez un passe-temps, et lisez. En vous fortifiant l'esprit, vous pourrez mettre une grande distance entre vos tentations et vous. Ne prenez pas de risques, et ne niez pas la possibilité que vous pourriez devenir victime d'indiscrétion ou même d'infidélité. C'est plus sûr de penser je suis vulnérable. Cela pourrait m'arriver, aussi.

Moyens de Prévenir l'Infidélité

Il y a quelques décennies, c'est l'époux qui était plus souvent piégé par l'infidélité. Avec le temps, plus de femmes sont entrées sur le marché du travail et ont assumé une plus grande indépendance économique et une assurance

dans la société, et l'infidélité s'est glissée dans les rangs des femmes. Autrefois, Satan utilisait l'infidélité pour piéger les pasteurs. Il s'était rendu compte que c'était un moyen efficace de paralyser l'homme de Dieu dans un témoignage inefficace. Nous remarquons que ces derniers temps, le piège a été étendu aux femmes de pasteurs. Personne n'échappe à la menace de l'infidélité. Les femmes de pasteurs prises en flagrant délit d'infidélité ont offert diverses explications à ce malheur : solitude, ennui, incapacité de vivre sous un examen perpétuel, manque d'attention et de tendresse de l'époux, surmenage, désillusion, et envie irrépressible de se rebeller et de quitter le ministère. Pas une des femmes de pasteurs interrogées n'a déclaré qu'elles auraient imaginé que cela arriverait. Elles étaient toutes de bonnes personnes avec de nobles aspirations à servir le Seigneur dans le ministère en équipe. Mais le diable usait tous les moyens dont il disposait et avait remporté la victoire.

Voici une liste de stratégies pour combattre l'infidélité :

1. Ne soyez pas trop sûres de vous. Ne dites pas : "Cela ne m'arrivera jamais." Les Écritures disent : "Ainsi donc, que celui qui croit être debout fasse attention à ne pas tomber !" (1 Cor. 10 :12). Soyez vigilantes. La vigilance est une fidèle compagne des femmes.
2. Ayez de fortes convictions morales. Rappelez-vous vos valeurs et refusez de vous compromettre avec le péché. La rationalisation est dangereuse.
3. Soyez la meilleure amie de votre mari. Beaucoup de cas d'infidélité ont commencé avec l'approche "seulement amis" dans une relation. Faites de votre époux votre meilleur ami.
4. Établissez des limites. Souvenez-vous de qui vous êtes l'enfant. Vous êtes une enfant du Roi des cieux. La royauté a des normes de comportement convenable. Ce n'est pas nécessaire d'être populaire, mais il est obligatoire d'être vertueuse.
5. Construisez votre propre mariage. Un mariage réussi est le résultat d'un dur travail. Confiez votre mariage à Dieu et faites tout ce qui est humainement possible pour qu'il marche.
6. Acceptez la responsabilité de votre comportement. Vous êtes une adulte bien informée, et vous êtes consciente des valeurs Chrétiennes. Ne faites pas porter le chapeau aux situations.
7. Changez vos pensées. L'apôtre Paul partage le secret pour élever nos pensées : "Portez vos pensées sur... tout ce qui est pur" (Phil. 4 :8).
8. Priez, priez, priez. L'habitude de prier continuellement est nécessaire à notre succès spirituel. Paul nous exhorte à "prier sans cesse" (1 Thess. 5 :17) ; ce devrait être notre devise. Ceci gardera Christ dans nos cœurs.

9. Courez, s'il le faut. Ce n'est pas seulement le lâche qui s'enfuit. Les sages sont suffisamment braves pour fuir des situations de péchés, et dangereuses. L'intégrité de Joseph le poussa loin de la femme de Potiphar qui avait essayé de le séduire. Il était déterminé à ne pas "commettre un aussi grand mal et pécher contre Dieu. Il lui laissa son habit dans la main et sortit » (Gen. 39 :1-12).

Les Trois Petits Cochons

Plusieurs d'entre nous ont lu l'histoire intitulée "Les Trois Petits Cochons." Une version de l'histoire dit que trois cochons, Peter, Patty, et Penny, avaient décidé de construire une maison. Peter a construit une maison en paille, Patty a construit une maison en bois, et Penny a construit sa maison en briques.

Le loup arrive. Il frappe à la porte de la maison en paille de Peter, exigeant qu'il lui ouvre. Peter refuse, et le grand méchant loup menace : "Je vais faire ouf et pouf et ta maison tombera." Il le fait, et détruit la maison de Peter. Le loup se rend ensuite à la maison en bois de Patty et fait la même chose car Patty ne veut pas le laisser entrer.

Peter et Patty courent à la maison en briques de Penny et l'avertissent de la présence du loup dangereux. Voici qu'arrive le loup, qui essaie d'entrer. "Je vais faire ouf et pouf et la maison sera détruite," gronde le méchant loup. Mais cette fois, il ne réussit pas. Les trois petits cochons unissent leurs efforts et vainquent le grand méchant loup.

Satan est le grand méchant loup qui est déterminé à détruire nos maisons. Il vise les familles de pasteur. Il veut surtout "souffler notre maison." Nous devons bâtir notre maison sur le Roc, Jésus.

C'est Possible

Vous pouvez avoir un mariage pastoral réussi. Cela demande un travail dur et la détermination pour que le mariage fonctionne. London et Wiseman font le commentaire suivant : "Pour jouir d'un mariage électrisant, deux problèmes intérieurs urgents ont besoin de soins constants du pasteur et de sa femme : la réalité spirituelle et la nourriture émotionnelle. Un ministère efficace ne peut être effectué par n'importe lequel des partenaires sans ces éléments en apport abondant. Créez un environnement attentionné où tous deux vous nourrissez une réalité spirituelle et une force émotionnelle dans l'autre." (92)

La bonne nouvelle est que Dieu est à nos côtés. Notre Père céleste est engagé à nous soutenir et à promouvoir des mariages heureux et

CE QU'ON NE DIT PAS À LA FEMME DU PASTEUR

réussis. Par-dessus tout, Il est “peut vous garder de toute chute” (Jude 24). Réclamons cette promesse précieuse pour la survie, la joie, et la plénitude dans nos vies.

[illegible]

CHAPITRE 14

PRENDRE SOIN DE SOI-MÊME

Souvent nous avons tendance à penser que nos corps prendront soin d'eux-mêmes. Peut-être est-ce parce que nous avons suffisamment de chance de rester en forme malgré notre insouciance—parfois. Nous nourrissons nos maris et nos enfants et omettons de préparer une place pour nous à table. Nous gardons soigneusement les rendez-vous de vaccins de nos enfants mais sautons nos mammographies. Et ce n'est pas tout. Nous renvoyons nos visites au salon d'esthétique mais envoyons rapidement nos fils chez le coiffeur pour qu'ils paraissent toujours beaux. Nous insistons pour que nos jeunes enfants fassent leur sieste quotidienne et observent de strictes heures de coucher pour nos enfants, mais nous nous épuisons en travaillant 24 heures sur 24. Nous remplaçons les vêtements de nos enfants quand ils grandissent mais sommes réticentes à améliorer nos propres garde-robes. Nous contribuons à l'apparence fraîche et vive de nos maris mais portons moins attention à notre propre apparence.

Jeter un Regard sur Nous-Mêmes

Nous devons nous engager à prendre soin de notre apparence générale et à notre santé. Le Psalmiste déclare que nous sommes : “une créature si merveilleuse.” Quelle bénédiction ! Pourtant nous oublions parfois comment nous sommes précieuses, et nous abusons de nous ou nous négligeons. L'autre jour j'ai remarqué que la femme travailleuse et vertueuse de Proverbes 31 avait un certain équilibre dans sa vie. Malgré son tourbillon d'activités, elle “se fait des couvertures ; elle a des habits en fin lin et en pourpre.” (Prov. 31:22). Dans son livre *Exploring Proverbs*, (*Explorer les Proverbes*) John Phillips fait allusion à la beauté de la femme de Proverbes 31: “Son mari dévoué aimait qu'elle s'habille bien. Elle avait gagné le droit de porter de la soie et du pourpre. Elle était une reine à part entière. La femme idéale portait ses beaux vêtements avec une grâce inconsciente et un manque total de fierté ostentatoire.” (601)

Au chapitre Sept nous avons un peu parlé de l'importance de notre apparence. Étant donné que nous avons l'intention de prendre soin de nous comme un tout, il est nécessaire de revoir ce thème. Dans plusieurs séminaires,

les femmes de pasteurs rouvrent souvent les discussions sur les vêtements et l'apparence. Les paroissiens commentent aussi la façon dont la femme du pasteur se présente. S'occuper de nous inclut la prise de soin de notre apparence.

Nous ne devons pas chercher à nous draper dans des fringues ultra-chères, mais nous devons porter les meilleurs vêtements que nous pouvons nous permettre ! Tissu, style, et une bonne taille doivent se combiner pour faire ressortir la “reine” en nous. Ce n'est pas une tentative de lancer l'économie et la frugalité au vent. Si nous regardons attentivement dans les boutiques, nous pouvons être suffisamment chanceuses pour trouver des affaires qui sont de bon goût et seyantes. À chaque fois que j'entre dans une boutique, je me dirige vers le présentoir des soldes. Je suis persuadée qu'une affaire ne doit pas ressembler à une affaire. Seuls nos portefeuilles ont besoin de partager ce secret avec nous ! Je suis toujours ravie quand je découvre une robe très chère dont le prix a été réduit à soixante-dix pour cent du prix original. Je la saisis et sors de la boutique comme une gagnante. Puis, lorsque je porte la robe, je me sens chère et jolie. Les dames qui cousent ont un plus grand avantage. Elles peuvent choisir des styles qui les avantagent et exercer leur créativité pour se faire belles à moindre prix. Dans tout ceci, nous devons nous rappeler toujours que la modestie et la convenance devraient être nos lignes de conduite lorsque nous nous habillons.

Comment Puis-je dire ce qui Me Va Bien ?

J'aime les paroles de Carole Jackson de *Color Me Beautiful (Colorie Moi Belle)* : “La mode n'est aussi bien qu'elle paraît sur vous. Certaines femmes semblent pouvoir porter les dernières tendances chaque année, contrairement à la plupart d'entre nous. La femme élégante adapte la dernière tendance à sa propre silhouette et à sa personnalité plutôt que d'essayer de changer son apparence personnelle pour accommoder chaque tendance. Si vous portez un style qui ne vous sied pas—même si c'est “in”—vous ne paraîsez pas stylée.” (94)

La forme, l'âge, la personnalité, et notre position ou profession devraient inspirer notre choix de vêtements. Ajoutez à cela notre teint, la forme du visage, la taille, la longueur du cou et des cheveux, et bien sûr un engagement à notre témoignage Chrétien. Cela signifie que nous devrions vraiment nous connaître. Quel genre de personne suis-je ? Suis-je ouverte ? Suis-je réservée ? Est-ce que j'aime les couleurs brillantes ou les couleurs plus pâles ? Quand j'entre dans une boutique, puis-je dire qu'un vêtement me sied ? Dans quelle mesure suis-je à l'aise avec mon choix, en dépit de l'insistance de la vendeuse ?

Si nous ne sommes pas certaines de ce qui est bon pour nous, nous pouvons en parler à un(e) expert (e). Évitions le piège d'être influencées à porter des styles qui ne reflètent pas les standards Chrétiens. Une Chrétienne qui a une belle apparence peut transmettre une expression incroyablement resplendissante.

La Vraie Beauté Est Plus Profonde

J'ai fait une expérience décevante il y a quelque temps. Une jeune dame est entrée dans un grand magasin semblant parfaite. Elle se déplaçait avec confiance, et sa robe et ses accessoires étaient manifestement choisis avec soin. Une paire d'yeux brillants et vifs éclairaient un visage jeune. Elle semblait être sortie tout droit d'un catalogue. On ne pouvait s'empêcher de l'admirer. Je me suis mise à évoquer les nombreuses possibilités que l'avenir lui réservait probablement. Puis cela est arrivé. Elle a placé son petit achat sur le comptoir, mais la caissière a enregistré le mauvais prix sur la caisse enregistreuse. Une explosion d'insultes s'est déversée des lèvres bien maquillées de la jeune dame ! Soudain cette beauté s'est transformée en monstre ! Une poupée de chiffon, usée et abimée, aurait été plus attirante. L'apparence physique n'est pas la beauté ; mais une simple couche extérieure. La véritable beauté est aussi faite de grâce, raffinement, patience, tolérance, et autres "fruits de l'esprit : amour, joie, paix, patience, bonté, bienveillance, douceur, foi." (Gal. 5 :22)

Qu'en Est-il de notre Santé ?

Personne ne doit nous dire combien c'est important de prendre soin de notre santé. Le point est que même si nous sommes conscientes de cela, nous affirmons que nous sommes souvent *trop occupées*. Plusieurs choses peuvent mal se passer dans le corps d'une femme. Nous devrions prendre le temps de nous examiner. Certaines choses sont utiles quand nous allons chez le médecin. Selon *Health Hints for Women, (Indices de Santé pour les Femmes)* les femmes devraient se rappeler ces choses essentielles quand elles vont chez le médecin :

- *Une consultation avec des vêtements.* Ce n'est pas toujours une procédure standard, pourtant c'est intimidant et cela distrait de parler à votre médecin tout en s'asseyant exposée et vulnérable dans une pièce pleine de courants d'air.
- *Une mise au point de votre liste.* Une étude de l'Université de Dayton en Ohio a trouvé que les patientes qui écrivaient une liste de questions à poser à leurs médecins partaient de leurs rendez-vous, moins anxieuses, que celles qui ne l'avaient pas fait.

- *Un frottis, et bien sûr les informations sur le labo.* Des rapports effrayants surgissent de temps à autre au sujet de la qualité des labos qui analysent les frottis.
- *Résultats des Tests.* Exigez une copie du rapport du labo qu'on vous envoie par courriel ; vous pouvez vérifier votre nom et votre numéro de Sécurité Sociale pour éliminer les cafouillages. (130-132)

Ce sont seulement quelques rappels et conseils. Un examen régulier du sein et une mammographie annuelle sont fortement recommandés aux femmes. En fait, c'est une bonne idée d'examiner ses propres seins une fois par mois. Votre visite régulière à un médecin est aussi requise. Cela aide souvent à détecter tôt un cancer du sein. Plusieurs femmes trouvent inconfortables les mammographies. Voici un compte-rendu amusant sur la préparation pour une mammographie :

Préparations Suggérées pour un Sein en vue d'une Mammographie

Si vous pensez que votre sein n'est pas au mieux de sa forme, préparez-le pour une mammographie en utilisant ces exercices simples :

Exercice 1 : Réfrigérez deux serre-livres toute la nuit. Mettez un de vos seins (n'importe lequel fera l'affaire) entre les deux serre-livres, et pressez les serre-livres ensemble le plus fort que vous le pouvez. Répétez trois fois par jour, davantage si possible.

Exercice 2 : Trouvez une machine à pâtes ou une vieille essoreuse. Placez le sein dans la machine et démarrez la manivelle. Répétez deux fois par jour.

Exercice 3 : (Préparation Avancée du Sein): Placez-vous confortablement, en position allongée, sur le côté sur le sol du garage. Placez un des seins confortablement derrière le pneu arrière de la voiture familiale. Quand vous donnez le signal, le mari (ou autre Amie Préparatrice de Sein) reculera lentement la voiture. Tenez pendant cinq secondes. Répétez de l'autre côté.

Les exercices 1 et 2 devraient se faire fréquemment durant la vie entière de vos seins ; cependant l'exercice 3 ne devrait se faire qu'une fois par semaine pendant quatre semaines avant la procédure de la véritable mammographie.

Veuillez noter, que ce ne sont que des suggestions de préparations. Comme l'accouchement, rien ne peut vraiment vous préparer à la véritable expérience ! (Contribué à Swenny's E-mail Funnies par Kathy Lydon, Chicago, Illinois).

Alors que vous prenez votre santé au sérieux, lisez autant que vous le pouvez sur les divers aspects de la santé des femmes. Notre santé n'a pas de prix, nous devons donc prendre la résolution d'en prendre grand soin. Les résultats seront fantastiques, et notre joie augmentera. Dieu sera heureux de nos efforts.

Au lieu de prendre le corps pour acquis, que notre thème soit : “Je Te loue de ce que je suis une créature si merveilleuse. Tes œuvres sont admirables, et je le reconnais bien” (Ps. 139 :14).

Accepter les Soins des Autres

Qui prend soin de la personne qui donne des soins ? Comme femmes de pasteurs, nous devons nous rendre disponibles pour les gens qui ont besoin de notre aide. Les défis des gens deviennent nos problèmes. La souffrance des gens nous met les larmes aux yeux. Le chagrin d'un paroissien nous donne une sensation de coup de poignard au cœur. Nous sommes là pour tous.

Puis c'est à notre tour d'affronter l'adversité. Notre famille pastorale “idéale” est menacée. Peut-être nos finances qui diminuent nous imposent-elles des nuits blanches. Il peut y avoir fracture entre les époux à la maison. Une grave maladie (que le couple pastoral n'est pas prêt à révéler à la congrégation) peut frapper soudainement. Il y a une combinaison d'un mari surmené et incompris et d'une femme confuse et désillusionnée. Le couple pastoral devient intolérant l'un envers l'autre, et les enfants sont mal à l'aise et ont peur du futur. Les choses semblent s'effondrer. Où pouvons-nous trouver de l'aide ? Nous demandons pourquoi nous devrions même paraître impuissants. Nous avons toutes les ressources et formations nécessaires. Nous n'osons pas demander de l'aide. Est-ce bien ? Non, ce n'est pas bien.

“Une des expériences les plus humiliantes et pourtant libératrices dans la vie est de demander de l'aide dans des domaines où nous pensons que nous devrions être compétentes,” commente Sheila Walsh dans *I'm Not Wonder Woman but God Made Me Wonderful!* (134) (*Je ne suis pas Wonder Woman mais Dieu M'a Créée Merveilleuse !*) Ne vous y trompez pas. Ce n'est ni un péché ni un signe de faiblesse que de demander de l'aide. La difficulté réside dans le fait de trouver la personne qu'il faut dont nous aurons de l'aide. Nous sommes souvent prises entre révéler ou cacher nos faiblesses ou nos souffrances. Nous craignons d'apparaître vulnérables. Nous préférons cacher nos luttes aux membres d'église. Nous nous accrochons à notre calme professionnel et continuons à lancer nos faux sourires. Pourtant la douleur dans nos cœurs dévore notre joie et ronge nos relations familiales.

C'est le moment où nous avons besoin de chercher une aide professionnelle. Un conseiller Chrétien pourrait être d'une grande aide. Si vous ne connaissez pas de conseiller Chrétien dans votre région, vous pourrez trouver une liste de conseillers Chrétiens en ligne ou à la bibliothèque locale. Il y a aussi des centres de conseil pour les couples pastoraux. Peut-être aurez-vous besoin d'aller à une

ville voisine pour rencontrer un conseiller. Le point est de ne pas porter seuls vos fardeaux. Dieu a donné des praticiens qualifiés pour vous aider.

Il est facile de mettre en question notre droit d'être dans le ministère quand les défis nous oppressent. Pourquoi les gens appelés par Dieu ont-ils besoin de conseil ? Nous pouvons être tentées de croire qu'un ouvrier vraiment consacré dans le ministère n'a pas besoin d'un psychiatre. S'il y a un tel besoin, c'est que le pasteur et sa femme ne sont pas authentiques. Ce sont de faux jugements. En fait, ce point de vue a pour but de semer plus de ravages dans la vie du pasteur et de celle de sa famille. Nous n'avons pas besoin d'excuse pour chercher de l'aide. Nous n'avons besoin que de la cause et des symptômes. Si nous nous brisons une jambe ou endommageons un œil, nous ne lutterions pas pour justifier notre précipitation chez un médecin, n'est-ce pas ? De la même manière, quand nous avons une souffrance émotionnelle ou des problèmes familiaux, nous devons chercher de l'aide rapidement. Plus nous reconnaissons notre humanité tôt, plus c'est facile pour nous de chercher une aide professionnelle dans nos moments de besoin. Edward B Bratcher soutient le besoin d'aide de la femme du pasteur : "Je crois que la femme du pasteur a besoin d'aide. Ceci s'applique à tous—pasteur, épouse, et enfants. Parce que le taux de divorce dans le clergé est bien au-dessous de la moyenne nationale, une fausse impression que tout va bien dans les familles de clergé s'est développée. Et même avec l'augmentation du divorce chez le clergé, il semble y avoir encore la croyance que les mariages chez le clergé sont moins vulnérables aux problèmes. Ce n'est pas vrai. Le ministère est une épreuve même dans un mariage solide." (84)

Pourquoi l'Attention Est-Elle Nécessaire

On reconnaît que le ministère abonde en défis. Louis McBurney l'éclaire ainsi :

"Les pressions ne sont pas nouvelles dans le ministère. Paul était manifestement conscient des difficultés quand il recommanda une vie de célibat à cause des exigences du ministère. C'est peut-être que l'intensité des problèmes n'a pas changé depuis. La perte de privauté, le faible salaire, les attentes irréalistes et les frustrations inhérentes au travail dans l'église ont été identifiés depuis longtemps. Cependant, il y a d'autres indications que la vie dans le ministère peut devenir encore plus difficile. Le respect que le clergé recevait autrefois de la communauté s'est affaibli ; autre changement dans les statistiques est le nombre de divorces dans le clergé.

Il y a eu une augmentation remarquable du nombre de mariages de pasteurs qui se terminent par un divorce dans les dix à quinze dernières années.” (24, 25)

Lorsque les problèmes sont lourds et qu'on semble avoir terriblement besoin d'aide, cherchez de l'aide—médicale or psychologique. Il n'y a pas de mal à chercher une aide professionnelle. Quand vous ne vous sentez pas bien ou quand votre corps ou votre esprit se sentent différents, trouvez de l'aide. Peut-être souffrez-vous de perte d'appétit ou de sommeil. Peut-être vous voulez vous isoler. Vous êtes peut-être irritables ou léthargiques. Il peut y avoir des symptômes physiques précis. Si vous avez des sensations persistantes d'être malades, cherchez immédiatement de l'aide. Le premier pas est de voir un médecin qui sera capable de vous donner des conseils et de vous orienter.

Dieu veut que nous soyons en bonne santé et heureuses. “Bien-aimé, je souhaite que tu prospères à tout point de vue et sois en bonne santé, à l'image de ton âme. (3 Jean 2)

[illegible]

CHAPITRE 15

QUE FERONS-NOUS AUJOURD'HUI?

Il n'y a pas un manque d'engagements ou d'activités pour la femme d'un pasteur. Elle est une dame très occupée ! Cependant, nous nous demandons parfois quel est l'objectif de Dieu pour nos vies. Il y a des moments où le but de Dieu pour nos vies semble évident. À d'autres, nous souhaitons un signe clair du ciel.

Dieu veut nous donner de la sagesse et des conseils. Dieu a promis que si vous cherchez sincèrement les conseils de Dieu, Il les donnera. La Bible renferme plusieurs conseils de Dieu pour la vie de Son peuple.

Nous sommes plusieurs à servir volontairement dans nos églises et c'est bien. Comme servantes de Dieu, cependant, nous ne devrions pas confiner nos bénédictions à un domaine limité. Notre engagement pour le service devrait s'étendre au-delà des murs de nos églises et dans la communauté. Ce n'est pas une suggestion pour nous surcharger ; mais simplement un "appel à la conscience" pour nous sensibiliser aux besoins d'un monde à l'agonie.

Plusieurs de nos églises sont bénies de beaucoup de gens talentueux qui servent. Notre service dans l'église s'ajoute à la pluie de bénédictions. Cependant, il est recommandé de déverser certaines de ces bénédictions dans la communauté.

La Charité Reste-t-elle à la Maison ?

Imaginez une famille riche ayant un grand festin. Il y a une abondance de nourriture sur la table. Il y a tant d'items merveilleux d'où choisir ! Les invités se gavent presque des mets délicats. L'hôtesse encourage les invités à manger encore et encore, mais c'est impossible. Les invités ont atteint leurs limites. Il reste des plateaux et des plateaux de nourriture non touchée.

Juste de l'autre côté du portail de la maison du banquet se trouvent plusieurs enfants affamés. Certaines personnes affamées, sans toit, errent désespérément dans les rues en quête d'un morceau. Pour elles la nourriture semble hors d'atteinte. Entretemps, à la maison du banquet, l'hôtesse décide d'emballer la

nourriture non utilisée dans des boîtes à emporter et les présente aux invités déjà trop remplis. Les nombreuses bouches affamées restent de l'autre côté du portail.

L'hôtesse ignore peut-être que des personnes affamées sont dehors dans les rues froides. Peut-être est-ce le premier jour que les gens affamés, sans abri, choisissent d'aller dans cette rue. Peut-être l'hôtesse craint-elle qu'un premier geste de générosité n'encourage les indigents à prendre l'habitude de se frayer un chemin à sa riche maison. Que penseraient ses riches voisins ? Ils seraient probablement offensés. Quelle que soit la raison, le fait reste, que les gens dans la rue meurent de faim.

Certaines femmes de pasteurs se plaignent que leurs services ne soient ni recherchés ni appréciés par leur église. Peut-être y a-t-il un excès de talents dans l'église. Bien sûr, on peut trouver ou même créer un domaine de service. Ce n'est pas nécessaire de servir seulement dans les domaines conventionnels. Quand Dieu nous révèle un besoin, nous devons servir.

Briller dans Notre Communauté

Nous pouvons faire plusieurs choses pour partager notre amour et nos bénédictions avec la communauté. Nous n'avons pas besoin de nous lancer dans des projets titanesques ; un peu de prévenance ici et il peut y avoir un merveilleux ministère.

Une des méthodes populaires est d'apporter un tract ou un livre inspiré ou une carte dans nos sacs à main et les donner au hasard à des personnes. Priez avant de quitter votre maison, et Dieu vous montrera une personne ayant besoin d'une bénédiction.

Discutez de quelques projets de la communauté avec d'autres femmes de pasteurs et attribuez-vous diverses tâches. Divisez les projets selon les groupes dans la communauté : les personnes âgées, les mères adolescentes, les handicapés, les sans-abris, les orphelinats, les centres de réhabilitation. C'est étonnant de voir à combien de groupes de gens vous pensez pendant une session de brainstorming.

Faites une liste d'idées de ministères et attribuez un projet à chaque femme de pasteur. Les tâches ne doivent être ni laborieuses, ni longues. L'objectif est de faire briller une lumière, même une petite bougie, dans notre communauté.

Voici une liste pour commencer de possibles projets :

- Distribuez des colis de survie pour les abris des SDF.
- Cuisinez quelque chose de simple et distribuez-le à un voisinage pauvre.

CE QU'ON NE DIT PAS À LA FEMME DU PASTEUR

- Amenez une personne âgée en visite à un mail ou un centre commercial.
- Faites une course pour quelqu'un.
- Emballez dans du papier cadeau quelques livres de méditations et donnez-les à tous ceux que vous rencontrez.
- Préparez quelques repas et donnez-les aux SDF dans les rues.
- Faites une marche de prière.
- Placez des magazines de santé dans les salles d'attente des cabinets médicaux.
- Organisez des jeunes de votre église pour peindre une clôture ou tailler le gazon d'une personne âgée.
- Prenez de la littérature pour parents et faites un colis pour une mère adolescente.

Ces projets sont relativement simples. Il y a beaucoup plus de tâches engagées et longues que des gens voudraient faire. L'idée est de laisser briller notre lumière dans nos communautés.

Tout concerne la Soumission

Nous pouvons servir de plusieurs façons. Peu importe notre âge ou notre condition dans la vie, nous pouvons servir. Le service est l'état de donner des soins joyeusement à quelqu'un. Ceux dont nous nous occupons peuvent ou non être dans un grand besoin, mais notre amour pour le service, et le désir de servir (ceci est inspiré par Jésus dans nos cœurs), nous pousseront à le faire. Le service n'est pas un joug de soumission porté par quelqu'un qui est influencé par une mentalité d'esclave. Au contraire, la femme qui est confiante qu'elle est un enfant de Dieu servira joyeusement. C'est parce qu'elle possède un amour-propre suprême.

Le service est le serviteur de l'humilité. L'humilité est la libération de l'orgueil, de l'arrogance, et de la suffisance. Quoique consciente de ses talents et aptitudes, la femme humble se verra comme possédant des faiblesses, "la justice semblable à un vêtement souillé." Elle reconnaîtra son besoin de la grâce de Jésus de faire d'elle ce qu'elle devrait être. Ayant embrassé cette grâce, elle célébrera ce don merveilleux en servant les autres.

Notre Seigneur Jésus était l'exemple du service. "Si quelqu'un veut être grand parmi vous, il sera votre serviteur . . . C'est ainsi que le Fils de l'Homme est venu, non pour être servi, mais pour servir" (Matt. 20 :26-28).

Seigneur, montre-moi les occasions de servir. Puis remplis mon cœur de Ton amour qui me pousse à servir l'humanité.

[illegible]

CHAPITRE 16

QUAND VOTRE MARIAGE EST EN DIFFICULTÉ

Être dans une famille pastorale ne garantit pas l'immunité pour les défis familiaux. Toutes sortes de problèmes traquent le peuple de Dieu. Les familles sont l'objet d'attaques sans relâche de Satan.

Claudette et Ken (prénoms fictifs) étaient mariés depuis six ans. Ken travaillait avec une large congrégation dans la ville. Claudette enseignait dans une école élémentaire. Ils n'avaient pas encore d'enfant. Claudette et Ken n'étaient pas heureux. Souvent ils se parlaient sur un ton brusque. Leurs mots étaient durs, et parfois Claudette craignait que Ken ne soit pas loin de lui taper dessus. Où étaient passés l'amour et la romance ? Quand avait commencé la détérioration ?

Ken se mit à craindre le fait de rentrer chez lui après le travail parce que Claudette et lui avaient toujours une discussion. Il savait qu'aucun repas ne l'attendrait ; en fait, il n'y avait plus d'heure officielle pour le repas. La maison devenait lentement une tombe. Cela semblait être un mariage à l'agonie. Claudette se retrouvait à détester la vue même de Ken.

Des mariages pastoraux en échec sont très communs de nos jours. Toute trace d'égoïsme, toute indication de cruauté, toute manifestation d'insensibilité, toute manifestation de violence, tout signe d'intolérance, le refus de répondre aux besoins de l'autre—tout ce qui menace l'harmonie domestique est un mode d'intervention satanique. Se rendre compte de cela nous aiderait à être prudentes et à nous aligner avec les forces célestes. Il est aussi important de se mettre d'accord sur une stratégie pour gérer les situations domestiques défavorables avant que n'arrivent le conflit et la crise.

Quand les premiers indices de problème conjugal se présentent, c'est le moment de prêter attention à la situation. De petits désagréments augmentent en taille et en intensité. Nous devons prendre au sérieux les petites irritations qui ont le potentiel d'une croissance monstrueuse. Identifiez les problèmes. Admettez qu'ils existent. Parfois nous préférons croire que nous n'avons pas de problème. Pourquoi une famille pastorale devrait-elle admettre que son mariage a des problèmes ? Et s'il y a un trouble menaçant, pourquoi chercher

de l'aide ? Nous sommes les experts. De plus, nous ne voulons pas que les paroissiens soient au courant de nos défis. (Très souvent ils savent déjà). Salomon, le sage, nous conseille de commencer dès que les problèmes se posent : "Attrapez pour nous les renards, les petits renards qui dévastent les vignes, car nos vignes sont en fleur !" (Cantique des Cantiques 2 :15). Trop souvent, nous attendons que les "renards" aient atteint des proportions non gérables avant d'essayer de nous en occuper. De petits problèmes livrés à eux-mêmes, augmenteront exponentiellement en magnitude.

Pourquoi Quelques Mariages de Pasteurs Échouent

Plusieurs circonstances peuvent conduire à des difficultés conjugales dans les familles de pasteurs. Le stress dans la famille pastorale est un facteur qui peut résulter en querelles et en tensions. Le surmenage et la fatigue peuvent causer intolérance et explosions émotionnelles. La femme de pasteur est parfois désenchantée parce qu'elle ne trouve pas la joie qu'elle espérait trouver dans le ministère. Les problèmes financiers peuvent aussi peser lourd sur la famille. Une maladie prolongée est une autre menace au Bonheur conjugal. Les enfants qui se rebellent sont une pression sur leurs parents. La pression des administrateurs avec les exigences et critiques des membres d'église est une cause supplémentaire. N'importe laquelle de ces raisons ou une combinaison des facteurs peut fournir un terrain fertile à la mésentente familiale. La différence entre les mariages qui échouent et ceux qui ont un succès n'est pas l'absence de difficultés ; la différence se trouve dans la capacité du couple à dire : "Nous avons un problème, essayons de le résoudre."

La Communication Encore

Communiquer nos problèmes l'un à l'autre aide toujours. Presque chaque aspect de désaccord marital peut être lié à une communication défailante. Rester silencieux sur notre souffrance et nos peurs fait du mal à toute relation. Quand des membres de la famille refusent de partager leurs besoins et leurs blessures, il y a une accumulation de ressentiment. Colère, désillusion, et distance émotionnelle suivent. La communication implique l'écoute, la parole, le partage des différents niveaux de sentiments, et la compréhension de l'autre. La Parole de Dieu contient des principes solides de communication dans Proverbes 15–18 et Jacques 1 :19. Étudiez quelques-uns de ces principes chaque jour. La communication est une aptitude qui doit être pratiquée. C'est un art difficile, mais aussi un ingrédient crucial du succès.

Soyez préparées à travailler au succès de votre mariage. Les bons mariages n'arrivent pas comme cela. La déclaration suivante dans *Le Foyer Chrétien* est très frappante : “Pour bien comprendre ce qu'est le mariage, il faut toute une vie. (...) De quelque soin et de quelque sagesse qu'ait été entouré un mariage, peu de couples connaissent une harmonie parfaite dès les premiers jours de leur vie à deux. L'union réelle ne se produit que dans les années qui suivent” (Ellen G. White, 100).

Comme dans tout autre aspect de la vie, cherchez l'aide de Dieu. Il a promis sagesse et aide. N'ayez pas des attentes irréalistes l'un de l'autre. Rappelez-vous que nous sommes toutes vulnérables aux attaques de Satan. Patience, amour, compréhension, et l'esprit de pardon aident à maintenir un mariage.

Le sens d'un engagement relié cimentera votre relation. Réaffirmez votre engagement à Dieu et l'un à l'autre. Chassez de votre esprit l'idée d'avoir choisi le mauvais partenaire. Vous êtes déjà ensemble. Préservez votre investissement en temps et énergie. Chaque jour de votre temps de mariage est un investissement de votre temps dans le mariage. Personne ne veut jeter un investissement où on a tant donné. Tout ce qui peut être fait pour le sauver vaut la peine d'essayer.

Besoin d'Aide Professionnelle

Si vos propres efforts s'avèrent futiles, n'hésitez pas à chercher de l'aide. C'est une bénédiction de pouvoir aller chez un conseiller dans un effort pour sauver le mariage. Un des bénéfices d'une assistance professionnelle est que le couple a l'opportunité de révéler sa souffrance, ses observations, et ses sentiments en général dans un environnement sûr, libéré d'attaques de chaque partenaire.

Autre point en faveur d'une visite à un professionnel est qu'on s'attend à ce que les professionnels fassent preuve de confidentialité. La peur, que les luttes et les ressentiments internes de la famille du pasteur soient exposés, pourrait être éliminée ici.

On peut gagner un plus grand aperçu des causes de certains comportements. Analyses et évaluations sont effectuées qui orientent les sessions de thérapie. Parfois on administre des tests de la personnalité et de tempérament. Ceux-ci s'avèrent non seulement révélateurs mais aussi très utiles. Ainsi les clients apprennent davantage sur eux et leurs partenaires.

Les conseillers Chrétiens offrent l'espoir, et leurs ressources sont enrichies parce qu'ils sont aidés par Christ, le “merveilleux Conseiller.” À part la thérapie reçue des professionnels, il y a plusieurs livres et CDs qui sont des aides précieuses pour une vie de famille réussie. Investissez dans une bibliothèque de ressources pour la famille.

Ne sous-estimez pas la puissance de l'aide professionnelle. Ne tenez pas compte de la tentation d'essayer de guérir votre propre situation si les choses semblent hors de contrôle. Ce n'est pas nécessaire. Dieu a donné plusieurs dons à Son église. Parfois nous devons accepter de l'aide. Que faites-vous si le pasteur refuse de chercher de l'aide ? D'abord, priez sur son hésitation. Puis faites savoir à votre mari que votre mariage et votre famille sont d'une importance si immense pour vous, que vous auriez aimé que tous deux, cherchiez de l'aide. Résistez au besoin de pointer un doigt de blâme l'un vers l'autre. Peut-être envisageriez-vous même de reconnaître votre propre contribution au problème. Ne perdez pas de vue votre objectif. Vous essayez de convaincre votre époux qu'il est crucial pour vous deux de chercher de l'aide. Utilisez vos dons féminins pour obtenir le succès.

Partager Vos Soucis

Il est difficile de porter seul ses fardeaux pendant un laps de temps considérable. Le cœur a besoin d'une certaine libération. Oh oui, nous parlons à Dieu, mais nous avons souvent besoin d'évacuer des choses à quelqu'un d'autre. Résistez à la tentation. Ne discutez pas des détails de vos déceptions conjugales avec d'autres, sauf si c'est un professionnel. C'est pourquoi on a besoin d'un thérapeute. Beaucoup de gens sont curieux de découvrir ce qui se passe dans les familles de pasteurs. Ceci ne doit pas leur être révélé. Le "cercle sacré" doit être préservé. Partagez vos soucis avec un professionnel. Il y a eu plusieurs expériences pénibles résultant du fait qu'une sœur et un frère, avec un cœur lourd, ont exposé leurs âmes à des débiteurs de commérages. Comme nous ne connaissons pas les cœurs des personnes, nous ne pouvons jamais être trop prudents.

Partir ou S'accrocher ?

Une jeune femme de pasteur m'a dit l'autre jour qu'elle en avait assez du presbytère. Elle allait partir ! Son mari et elle avaient deux enfants, et elle prendrait ses enfants et partirait. Elle ne voulait même pas être près de son mari. Sa peine avait augmenté de même que sa haine et sa colère. Ce couple pastoral ne s'était pas parlé pendant quelque temps. Les enfants étaient confus et malheureux, leurs notes à l'école chutaient, et ils avaient des problèmes de discipline. Heureusement, ce couple s'est précipité à un programme de conseil. Même s'ils s'étaient "haïs" l'un l'autre, ils étaient prêts à poursuivre la restauration. Leur relation était réparée. Ce mariage était sauvé.

D'autres histoires ont eu des fins tragiques. Les partenaires étaient inflexibles au sujet de leur décision de se séparer et ont même obtenu le divorce. Certains ont changé de carrière. Leurs enfants étaient dévastés. Les paroissiens étaient écrasés. Les amis et collègues étaient blessés. Le ciel pleurait, et le diable marquait une autre victoire.

Il est important de se rendre compte que le divorce n'est pas inévitable. Les mariages qui réussissent existent encore. Souvent le divorce comme solution à des problèmes conjugaux est pire que la maladie qu'il était supposé guérir. De nombreuses études sur l'impact du divorce sur les parties concernées révèlent clairement que le divorce n'est jamais "réussi." C'est une des plus grandes tragédies qu'une personne puisse expérimenter. L'impact sur l'ex- femme ou l'ex-mari, et sur les enfants, est bel et bien désastreux. C'est comme un cauchemar dont la plupart ne se réveillent jamais. Ce n'est pas étonnant que Dieu dise : "Je déteste le divorce" (Mal. 2 :16).

Accrochez-vous à l'espoir que votre mariage peut être réparé. Votre mariage vaut tout l'effort qu'il demande pour le préserver. Sachez que vous avez toutes les ressources du ciel à vos côtés. Dieu peut vous aider dans vos luttes. Il est le Créateur du mariage et de la famille. Faites Lui confiance pour vous guider et vous garder. Il ne vous décevra jamais.

[illegible]

CHAPITRE 17

IL EST CAPABLE

Alors que nous réfléchissons aux responsabilités de la femme d'un pasteur, nous nous demandons : *Qui est capable de faire face à toutes ces choses ?* Que de nombreuses occupations portons-nous ! Il y a quelques années, il y avait une publicité populaire à la télévision pour un liquide-vaisselle. La publicité montrait une jeune femme, visiblement dépassée. Il y avait des plats partout. L'évier de la cuisine débordait de plats. Quelques plats avaient été dissimulés dans le four pour qu'ils soient cachés de la vue de tous. La table de la cuisine et les plans de travail étaient couverts de plats. Dans un coin du sol de la cuisine, se trouvaient des piles de pots et de pots et de casseroles. Des récipients, des récipients sales, étaient partout. Alors que la jeune femme était assise sur le sol de la cuisine inspectant ce chaos domestique, une voix a verbalisé ses sentiments : "Que fait une fille comme toi dans un tel endroit ?"

Faire une Fête ?

Combien de fois ne nous sommes-nous pas senties comme cette jeune femme dans la publicité à la télévision ! Alors que les demandes de la paroisse semblent nous noyer, nous doutons de notre capacité à faire surface et à survivre. C'est difficile de ne pas se sentir dépassées. Nos sentiments de désespoir se manifestent de plusieurs façons. Nous pouvons devenir grincheuses et irritables chez nous. Cela veut dire que nos bien-aimés paient les frais de notre attitude désagréable. Oh, nous sommes capables de présenter quelques jolis sourires limités aux gens à l'église ou dans la communauté, mais à la maison nous libérons nos paroles dures et faisons preuve d'intolérance. Au milieu d'un tourbillon, une femme a dit à ses enfants : "Je vais fuguer !" La pauvre dame en avait l'intention. Elle était submergée par le stress.

Nous pourrions décider d'organiser ou de rejoindre une fête d'apitoiement où nous nous asseyons et nous apitoyons sur notre sort. C'est très facile de le faire quand nous sommes frustrées ou surmenées. Nous faisons le compte du nombre d'attentes que les gens ont de nous. Puis nous ajoutons la liste d'attentes dont nos époux parlent ou non. Nous nous racontons les jours de notre jeunesse quand nous étions libres, célibataires, et "normales." À ce

moment-là, les items au menu de notre “fête” augmentent. Il y a suffisamment pour que nous puissions festoyer.

Satan, qui est le véritable hôte de notre fête d’apitoiement, tient un plateau miroitant, nous invitant à prendre part à ses “mondanités.” Il y a une salade verte de déception et de désillusion. De grands verres de nos besoins non satisfaits rencontrent notre regard intérieur. Il y a une grande portion de nos souvenirs de critiques. De plus, il y a une tranche généreuse de ressentiment garni d’amertume envers nos maris toujours occupés, souvent absents. Nous nous remplissons l’estomac souffrant de blessures accumulées. Certaines d’entre nous se servent une deuxième et même une troisième fois. La fête bat son plein.

Puis Satan augmente le volume de la musique. Elle rend sourdes nos consciences. Les tambours de regret, d’apitoiement sur soi, et de colère même battent plus fort. Satan souffle dans ses trompettes de rébellion dans nos oreilles. “Vous ne devez pas supporter cela. Le ministère est peu gratifiant et ingrat,” conforte-t-il. “Il n’y a pas d’argent à gagner dedans. Vos enfants épuisent vos ressources. Votre mari est à peine présent pour vous aider. Tout ce que vous faites c’est donner, donner, donner. Pourquoi ne pas laisser tomber maintenant ? Oubliez l’appel.’ Comment savez-vous si vous étiez faite pour être une femme de pasteur de toute façon ? Il est temps de jeter cette tenue de ‘première dame’. Pensez seulement à combien ce serait cool d’être capable d’être vous. N’est-ce pas ce que vous vouliez depuis longtemps ? Allez-y !”

La musique s’intensifie. Satan se rapproche. “Voulez-vous danser ?” arrive son invitation diabolique. Il valse de plus en plus près de vous. Il y a de la chaleur dans la salle. Vous avez la tête qui tourne alors que vous faites face à vos sentiments et à la pression. Vous êtes tentée de céder et d’abandonner.

C’est le plan de Satan de nous écraser de désespoir. Il se présente quand nous sommes le plus vulnérables. Il en est le spécialiste. Il n’y a vraiment pas de sortie facile avec le diable. Pourtant il essaie de nous convaincre de l’accepter. Il a même essayé ce plan avec notre Seigneur Jésus. Grâce à Dieu, Jésus a vaincu Satan. C’est pourquoi nous pouvons réussir à travers la force et la victoire en Jésus.

Les circonstances peuvent nous submerger. Les pressions de la vie peuvent réduire nos forces vitales, mais par la grâce de Dieu nous pouvons émerger victorieuses. Ce sera possible si nous nous reposons sur Jésus. Nous n’osons pas compter sur nos propres ressources. Dieu a promis de nous soutenir et de nous supporter. “L’Éternel est ma force et le sujet de mes louanges, c’est Lui qui m’a sauvé” (Exod. 15 :2).

La Fête est Finie

Quand nous nous sentons affaiblies et que nous nous évanouissons, la puissance de l'amour de Dieu va nous supporter. Dans les moments de très grande faiblesse, nous pouvons nous réfugier dans les bras du Seigneur aimant qui a promis : "Ma grâce te suffit, car Ma puissance s'accomplit dans la faiblesse" (2 Cor. 12 :9).

Nous pouvons nous sentir déprimées parfois, mais grâce à Dieu nous ne serons pas *dans les pommes*. Dans de tels moments, il est bon de s'arrêter et de compter nos bienfaits. Il y a tant de choses que nous prenons pour acquises. Faites une liste des bénédictions habituelles et rappelez-vous aussi les bénédictions uniques, aussi. Comptez vos bénédictions, attardez-vous sur votre liste, et sentez votre tension s'estomper.

Dieu place Ses bras divins au-dessous de nous comme un filet de sécurité gigantesque. "Le Dieu d'éternité est un refuge ; sous Ses bras éternels est un abri" (Deut. 33 :27). Quand nous sommes désespérées, nous pouvons courir et même sauter dans les bras de Dieu.

Il Est Toujours Capable

Nous pouvons trébucher sous la charge des défis. Même si nos pas faiblissent, nous n'avons pas à tomber. Nous ne pouvons pas tomber tant que nous gardons nos mains dans les mains de Jésus. Laissez Le vous serrer, vous bénir. Dieu peut et le fera pour vous. Tout ce que nous devons faire est de Lui demander. Il "peut faire, par la puissance qui agit en nous, infiniment plus que tout ce que nous demandons ou pensons" (Éph. 3 :20). Considérez ce chapelet de superlatifs : "infiniment, plus, que tout." Notre Dieu n'est pas un dieu au salaire minimum. Notre Dieu a des ressources. Notre Dieu est un Dieu de l'abondance. Louez Son nom !

Il ne nous promet pas un dé de force. Il nous promet Sa force et Sa grâce. Vous pouvez le faire. Nous ne devons pas tomber. Pourquoi ? Jésus a promis de nous soutenir jusqu'à la fin. Vous êtes spéciales pour Dieu. Dieu a de grands plans pour vous. Jésus veut vous présenter avec fierté à Son Père comme une championne. C'est pourquoi Il a promis de nous garder de tomber.

Réclamez Sa promesse. Et devinez quoi ? Il est capable de le faire. "À celui qui peut vous garder de toute chute et vous faire paraître devant Sa gloire, irréprochables et dans l'allégresse, oui à Dieu seul qui nous a sauvés par Jésus-Christ notre Seigneur, appartiennent gloire, majesté, force et puissance, avant tous les temps, maintenant et pour l'éternité !" (Jude 24, 25).

[illegible]

OUVRAGES CITÉS

- Alcorn, Randy and Nanci, *Women Under Stress: Preserving Your Sanity*(*Femmes Stressées : Préservez votre santé mentale*) (Portland: Oregon: Multnomah, 1986).
- American Heritage Dictionary of the English Language, 4th ed.* (USA: Houghton Mifflin, 2006).
- Auerbach, Stephen M. and Sandra E. Grambling, *Stress Management: Psychological Foundations* (*La Gestion du Stress: Fondations Psychologiques*) (New Jersey: Prentice-Hall, 1998).
- Baer, Greg, *Real Love in Marriage* (*Véritable Amour dans le Mariage*)(New York: Penguin Group, 2006).
- Barnes, Emilie, *Survival for Busy Women* (*Survie pour les Femmes Occupées*) (Eugene, Oregon: Harvest House, 1993).
- _____, *Emilie's Creative Home Organizer* (Eugene, Oregon: Harvest House, 1995).
Organisateur de Maison Créatrice d'Émilie)
- Bratcher, Edward B., *The Walk-On-Water Syndrome: Dealing with Professional Hazards in the Ministry* (*Le Syndrome de la Marche-sur-l'eau : faire face aux Risques Professionnels au Travail*) (Waco, Texas: Word Books, 1984).
- Clairmont, Patsy, *Normal Is Just a Setting on Your Dryer* (Colorado Springs, Colorado: Focus on the Family, 1993). (*Le Normal est Seulement une Mise en Plis de votre Sèche-cheveux*)
- Cousins, Norman. *The Anatomy of an Illness as Perceived by the Patient* (*L'Anatomie d'une Maladie Perçue par le Patient*) (New York: Norton & Company, 1979).
- Cress, Sharon M., ed., *Seasoned with Laughter* (*Assaisonné de Rire*) (Silver Spring, MD; Ministerial Assn., 1999).
- Cureton, Kenyn, "The Minister's Shooting: Why Did She Kill Him?" "L'Homicide du Prêtre: Pourquoi L'a-t-elle Tué?" *People*, March 31, 2006.
- Davidson, Jeff, *The Complete Idiot's Guide to Managing Stress* (*Le Guide Complet de l'Idiot pour Gérer le Stress*) (New York: Simon and Schuster, 1997).
- Detweiler, M., assoc. ed., *Laughter for a Woman's Soul* (*Le Rire pour l'Âme d'une Femme*) (Grand Rapids, Michigan: Inspiro, 2001).
- Dictionary.com Unabridged*, basé sur Random House's Unabridged Dictionary (Random House, 2006).

- Ducan, Lynne, ed. *Heart to Heart with Pastors' Wives* (*Cœur à Cœur avec les Femmes de Pasteurs*) (Ventura, California: Regal, 1994).
- Eppinger, Paul and Sybil, *Every Minister Needs a Lover*, (*Tout Pasteur a Besoin d'un être Aimé*) (Grand Rapids, Michigan: Baker Book House, 1990).
- Felton, Sandra. *Smart Organizing: Simple Strategies for Bringing Order to Your Home* (*Organisation Intelligente: Simples Stratégies pour Apporter de l'Ordre À Votre Maison*) (Grand Rapids, Michigan: Fleming H. Revell, 2005).
- _____, *Smart Organizer: Simple Strategies for Bringing Order to Your Home* (*Organisation Intelligente: Simples Stratégies pour Apporter de l'Ordre À Votre Maison*) (Grand Rapids, Michigan: Fleming H. Revell, 2001).
- Harley, Willard F., Jr., *His Needs, Her Needs: Building An Affair-Proof Marriage* (*Ses Besoins à Lui, Les Siennes: Construire un Mariage à l'Épreuve d'une Liaison*) (Grand Rapids, Michigan: Fleming H. Revell, 2001).
- Harrar, Sari, ed., *Health Hints for Women* (Conseils de Santé pour les Femmes) (Emmaus, Pennsylvania: Rodale Press, 1997).
- Jackson, Carole, *Color Me Beautiful* (*Colorie-Moi Belle*) (New York: Ballantine Books, 1985).
- Jeremiah, David, *Captured by Grace* (*Capturées par la Grâce*) (Nashville, Tennessee: Integrity Publishers, 2006).
- Littauer, Florence, *Taking Charge of Your Life* (*Prendre Soin de Sa Vie*) (Grand Rapids, Michigan: Fleming H. Revell, 1999).
- London, H. B. Jr. and Neil B. Wiseman, *Pastors at Greater Risk* (*Pasteurs à Très Grand Risque*) (Ventura, California: Regal Books, 2003).
- _____, *Pastors At Risk* (*Pasteurs à Risque*) (USA: Victor Books, 1993).
- Lotz, Anne Graham, *My Heart's Cry* (*Le Cri de Mon Cœur*) (Nashville, Tennessee: W Publishing, 2002).
- McBurney, Louis, *Counseling Christian Workers* (*Conseiller les Ouvriers Chrétiens*) (Waco, Texas: Word Books, 1986).
- Parrott, Leslie, *You Matter More Than You Think* (*Vous comptez plus que vous ne le Croyez*) (Grand Rapids, Michigan: Zondervan, 2006).
- Patterson, Dorothy Kelley, *A Handbook for Ministers' Wives* (*Un Manuel pour les Femmes de Pasteurs*) (Nashville, Tennessee: Broadman & Holman, 2001).
- Patton, Beth Ann, ed., *Laughter is the Spice of Life* (*Le Rire est l'Épice de la Vie*) (Nashville, Tennessee: W Publishing Group, 2004).

CE QU'ON NE DIT PAS À LA FEMME DU PASTEUR

- Phillips, John. *Exploring Proverbs*, vol. 2 (*Explorer les Proverbes*) (Neptune, New Jersey: Loizeaux Brothers, 1996).
- Pines, Ayala M. *Keeping the Spark Alive: Preventing Burnout in Love and Marriage* (*Garder Vivante l'Étincelle: Prévenir le Surmenage en Amour et dans le Mariage*) (New York: St. Martin's, 1988).
- Somerville, Mary, *One With a Shepherd: The Tears and Triumphs of a Ministry Marriage* (*Un avec le Berger: Les Larmes et les triomphes d'un Mariage Pastoral*) (The Woodlands, Texas: Kress Christian Publications, 2005).
- Taylor, Alice B., *How to Be a Minister's Wife and Love It*(*Comment être la Femme d'un Pasteur et L'aimer*) (Grand Rapids, Michigan: Zondervan, 1968).
- Van Pelt, Nancy, *Creative Hospitality: How to Turn Home Entertaining into a Real Ministry* (*Hospitalité Créatrice: Comment Transformer Le Fait de Recevoir.À la Maison en un Véritable Ministère*)(Hagerstown, Maryland: Review and Herald Pub. Assn., 1998).
- Walsh, Sheila, *I'm Not Wonder Woman but God Made Me Wonderful!*(*Je Ne Suis Pas Wonder Woman Mais Dieu M'a Fait Merveilleuse*)(Nashville, Tennessee: Thomas Nelson Inc., 2005).
- White, Ellen G., *Education* (*Éducation*) (Nampa, Idaho: Pacific Press Pub. Assn., 1952).
- _____, *Messages to Young People* (*Messages à la Jeunesse*)(Nashville, Tennessee: Southern Pub. Assn., 1930).
- _____, *Testimonies for the Church*, vol. 5. (*Témoignages pour l'Église*)(Mountain View, California: Pacific Press Pub. Assn., 1948).
- _____, *Témoignages pour l'Église*)(, vol. 7 (Mountain View, California: Pacific Press Pub. Assn., 1948).
- _____, *The Adventist Home* (*Le Foyer Chrétien*) (Nashville, Tennessee: Southern Pub. Assn., 1952).

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

“Je ne le savais pas vraiment, et je n’aurais jamais pu imaginer ma crise ! Je suis à un point de rupture, et je ne sais pas si je pourrai porter ce fardeau plus longtemps ! » Les appels désespérés de la femme d’un pasteur, tels que celui-ci, ne sont souvent pas entendus et partagés. Gloria Trotman remplit avec éloquence ce vide avec ce livre, *Ce qu’on ne dit pas à la femme du Pasteur. Elle traite ce sujet de manière compréhensive, perspicace et pratique.*

Dr. Peter Prime, Secrétaire Associé, Association Pastorale
Conférence Générale des Adventistes du Septième Jour

Aussi uniquement nécessaires qu’elles puissent l’être, les femmes de pasteurs sont une constante importante auxquelles nous montrons rarement notre appréciation pour leur aide à façonner le ministère de l’église. Ce livre est incontournable à la fois pour les femmes de pasteurs qui ont réussi et pour celles qui viennent de commencer leur cheminement. Gloria met l’accent sur des héroïnes présentes dans le ministère de même que sur les bénédictions de servir comme partenaires dans le ministère avec leurs maris. Bien que s’adressant aux femmes de pasteurs, chaque membre peut bénéficier de ce livre informatif.

Pastor Israel Leito, Président
Division Inter Américaine des Adventistes du Septième Jour

Gloria Trotman écrit avec un cœur spécialement à l’intention des femmes de pasteurs. *Ce qu’on Ne Dit Pas à la Femme du Pasteur*, démontre une compréhension compatissante des défis et des ajustements nécessaires que doit faire chaque nouvelle femme de pasteur tout en maintenant son identité personnelle unique.

Gloria écrit de ses propres expériences, raconte des histoires que d’autres ont partagées, et donne des conseils pratiques pour aider la femme du pasteur à comprendre et à se préparer à des rôles variés comme :

- Femme solidaire
- Hôtesse gracieuse
- Gérante efficace
- Modèle de sérénité, de patience sainte, et d’un sens de l’humour
- Et par-dessus tout, disciple de Jésus Christ en progression spirituelle

Ce livre est incontournable pour toutes les femmes de pasteurs- pour celles qui anticipent une telle carrière et pour celles d’entre nous nous qui ont parcouru cette route depuis un certain temps.

Rae Lee Cooper, femme de pasteur, professionnelle de santé



Gloria Lindsey Trotman, PhD, sert comme pasteure autorisée de l’Église Adventiste du Septième Jour, qu’elle a servie maintenant depuis plus de trente ans, et aussi comme une Éducatrice Certifiée de la Vie de Famille. Actuellement, elle est directrice Des Ministères des Femmes et des Enfants, de même que Coordonnatrice Shepherdess, de la Division Inter Américaine (DIA) de l’église mondiale. Cette fonction lui permet de s’occuper des couples pastoraux de tout le territoire DIA. Gloria considère cette occasion de servir comme une grande bénédiction et un accomplissement de sa devise personnelle « Faire la Différence ! »

Le précédent livre de Dr Trotman, *À Ses Côtés*, révèle aux pasteurs, les sentiments qu’expérimentent leurs propres femmes. Gloria est mariée à Pasteur Jansen Trotman, ex Président de la

Fédération Union des Caraïbes et actuellement Secrétaire Administratif et Directeur des Ministères de la Famille de la DIA. Ensemble ils ont dirigé plusieurs programmes de formation et de séminaires pour les couples mariés, les célibataires, les jeunes et les familles de pasteurs. Les Trotman ont quatre enfants et six petits-enfants.

ISBN 978-0-6397-0918-5



9 780639 709185