



Ministère de la Femme

UAGF

Juin 2023

**UN AMOUR
QUI PRÉCÈDE
LES CHOIX**

Chères femmes,

La journée d'emphase de cette année, mais l'accent sur l'amour, l'amour qui précède les choix.

Toutes nous faisons des choix, la vie est faite de choix. Ils déterminent notre présent et notre futur.

Quel choix faisons-nous aujourd'hui ? Rappelons-nous que l'amour est le l'élément pour faire le bon choix.

Il nous faut de l'amour dans le coeur pour accomplir la mission en aimant les personnes que Dieu a placé sur notre chemin, afin de leur apporter le message évangélique.

Demandons à Dieu durant ce moment que chaque jour nous soyons remplies de son amour afin d'en donner à tous ceux que nous rencontrons.



Directrice du Ministère de la Femme - UAGF

Édificia

**Carte de Bienvenue à commander
Auprès de la Directrice du Ministère de la
Femme de votre territoire.**

UN AMOUR PRÉCÈDE QUI NOS CHOIX

**ET CET AMOUR CONSISTE,
NON POINT EN CE QUE
NOUS AVONS AIMÉ DIEU,
MAIS EN CE QU'IL
NOUS A AIMÉS
ET A ENVOYÉ SON FILS
COMME VICTIME
EXPIATOIRE
POUR NOS PÉCHÉS.
BIEN-AIMÉS,
SI DIEU NOUS A AINSI AIMÉS,
NOUS DEVONS
AUSSI NOUS AIMER
LES UNS LES AUTRES.
1 JEAN 4:10-11**



**MINISTÈRE DE LA FEMME - UAGF
- JUIN 2023 -**



CULTE DIVIN

- ◆ APPEL A L'ADORATION
- ◆ INVOCATION
- ◆ BIENVENUE
- ◆ CHANT
- ◆ PRIÈRE PASTORALE
- ◆ LECTURE DE LA BIBLE - 1 Jean 4:10-11
- ◆ HISTOIRE POUR ENFANTS : « Petite héroïne de la fidélité »
- ◆ APPEL À L'OFFRANDE
- ◆ CHANT
- ◆ PRIÈRE PASTORALE
- ◆ SERMON « Les héroïnes de la fidélité »
- ◆ PRIÈRE DE CONSÉCRATION
- ◆ CHANT
- ◆ BENEDICTION
- ◆ CHANT DE SORTIE

LECTURE DE L'ECRITURE | JEAN 4:10-11,

C'EST CELA L'AMOUR : CE N'EST PAS NOUS QUI AVONS AIMÉ DIEU, MAIS C'EST LUI QUI NOUS A AIMÉS ET QU'IL A ENVOYÉ SON FILS EN SACRIFICE EXPIATOIRE POUR NOS PÉCHÉS.

CHERS AMIS, PUISQUE DIEU NOUS A AIMÉS AINSI, NOUS DEVONS NOUS AUSSI NOUS AIMER LES UNS LES AUTRES.





DIEU N'OUBLIE JAMAIS SES ENFANTS

L'histoire que je vais vous raconter est l'histoire d'une maman et de son bébé Alésia.

Et cette histoire me touche vraiment car les mams et les papa font tout ce qu'ils peuvent pour prendre soins de chacun de vous.

Mais vous savez chers enfants, que les parents ont beaucoup de choses à faire en même temps.

Maman fait le ménage, s'occupe des vêtements, du repassage, de la cuisine, d'aller au travail, de répondre à vos besoins, de courir quand bébé pleure, etc... (Demandez aux enfants de compléter la liste).

JE T'AI GRAVÉ
SUR LES
PAUMES DE
MES MAINS..."
ESAÏE 49:16

Avec tout cela, il arrive que maman oublie.

Elle oublie de manger, elle oublie la clé sur la porte, elle oublie de donner au chien à manger, elle oublie d'arroser les plantes, elle oublie de fermer la porte de la voiture, etc. (Demandez aux enfants de compléter la liste).

Un jour Maman reçoit un appel :

- Bonjour ma chère Dominique, comment vas-tu ?

Contente de t'entendre, et la famille ?

- Tout va bien lui répond Dominique sa copine.

Moi aussi très contente de t'entendre.

Cela fait très longtemps que l'on ne s'est pas vu, je passe chez toi un peu plus tard on pourra prendre un peu de temps ensemble. A tout à l'heure.

Maman était très très contente. Elles vont passer une belle soirée ensemble.

Maman réfléchie, elle devrait faire les courses au cours de la semaine, mais maintenant que Dominique vient, il faut qu'elle y aille tout de suite car il ne reste pas grand chose au réfrigérateur.

Alors elle se prépare rapidement, habille Alésia et rentre dans la voiture, excitée et pressée pour les faire les courses, revenir préparer la nourriture et accueillir son amie Dominique.

Arrivée à l'Hypermarché, elle prend son chariot, installe le cosy sur le chariot et commence à circuler dans l'hypermarché. Elle arrête le chariot, court prendre la farine, récupérer l'huile dans un autre rayon, traverse l'allée pour prendre le jus. Elle se souvient que son amie Dominique aime les tartes, elle retourne chercher de la sauce tomate, etc, etc.

Entretiens elle reçoit un message de son mari qui lui dit : «j'aurai un peu de retard ce soir, ne t'inquiète pas».

- Oh la la !

Elle qui pensait avoir l'aide de son mari pour préparer la venue de Dominique.

Alors il va falloir faire encore plus vite.

Elle passe rapidement à la caisse, règle tous ses achats et se dirige vers la voiture.

Et oups !

Elle comprend qu'elle a oublié sa fille couchée dans un chariot dans l'hypermarché.

Elle est désolée, elle a peur, peur de ne pas retrouver Alésia, elle craint de la trouver entrain de pleurer, elle court, elle court très vite et avec des larmes aux yeux elle remercie Dieu de lui avoir permis de la retrouver.

Maman avait trop de choses à faire, elle était pré-occupée, elle a oublié un instant son bébé dans le chariot. Cela peut arriver. Et elle s'est dit : Plus

jamais, je n'oublierai mon enfant. Plus jamais elle s'inquiétera des choses au lieu de son bébé. Plus jamais elle laissera autre chose prendre le dessus.

Et c'est le désir de tous les parents.

Et ce matin j'ai quelque chose de formidable à vous dire, j'ai quelque extraordinaire à vous enseigner, Dieu n'oublie jamais ses enfants. Sa priorité c'est vous, c'est toi, toi.

Il a dit : « Voici, je t'ai gravée sur mes mains; Tes murs sont toujours devant mes yeux ». Esaïe 49:16

De loin l'Éternel se montre à moi: Je t'aime d'un amour éternel; C'est pourquoi je te conserve ma bonté. Jérémie 31:3

Il sera toujours à vos côtés. car vos noms, dit-il, sont gravés sur les paumes de ses mains. Quand il regarde ses mains, il pense à nous et il aime chacun d'entre nous.

Nous n'avons rien fait pour mériter l'amour de notre Père céleste. Nous n'avons rien fait pour mériter le don de la vie éternelle qu'il nous promet. Tout ce qu'il nous demande, c'est de l'aimer de tout notre cœur et d'aimer aussi les autres.

Notre Sauveur ne peut jamais nous oublier.

Prière

Père, merci d'avoir créé tous les enfants et de ne jamais les oublier. Aide-les à t'aimer de tout leur cœur. Amen !



L'AMOUR QUI PRÉCÈDE LES CHOIX



1 JEAN 4:10, 11, NIV

10 « C'EST CELA L'AMOUR : CE N'EST PAS NOUS QUI AVONS AIMÉ DIEU, MAIS C'EST LUI QUI NOUS A AIMÉS ET QUI A ENVOYÉ SON FILS EN SACRIFICE EXPIATOIRE POUR NOS PÉCHÉS. POUR NOS PÉCHÉS.

11 CHERS AMIS, PUISQUE DIEU NOUS A AINSI AIMÉS, NOUS DEVONS NOUS AUSSI NOUS AIMER LES UNS LES AUTRES.

Introduction

Deux membres de l'église discutent. L'une d'elles fait part de sa détresse face à un membre de sa famille qui est fréquemment hospitalisé en raison d'un mode de vie malsain. Malgré les avertissements des médecins, le membre de la famille ignore la gravité de son état et ne fait aucun effort pour changer de régime alimentaire ou de routine quotidienne. La femme a décidé qu'elle ne pouvait plus prier pour la santé de ce membre de la famille qui fait délibérément des choses qui détruisent la santé.

Le deuxième membre de l'église a suggéré que si l'on se réclame des promesses de Dieu dans la prière pour quelqu'un d'autre, ce doit être pour la bonne raison.

Pourquoi est-il si facile de juger les gens plutôt que de les aimer et de prier pour eux malgré leur comportement ? Quel conseil donneriez-vous à ces deux membres ?

Différend entre les premiers chrétiens

Certains théologiens de l'Église primitive pensaient que le salut pouvait être gagné par les œuvres. Ils pensaient que l'humanité n'était pas née pécheresse, mais qu'elle avait choisi de pécher. D'autres, en revanche, pensaient le contraire. Ils pensaient que l'humanité était née dans le péché, donc avec une nature pécheresse et qu'elle avait besoin du salut de Dieu. De plus, certains affirmaient que Dieu est celui qui choisit qui il veut sauver - une perspective généralement appelée prédestination.

Vous pouvez imaginer la confusion et la frustration que ces idées contradictoires ont semées parmi les chrétiens. Beaucoup travaillaient dur pour mériter leur salut, tandis que d'autres ne le faisaient pas parce qu'ils croyaient que Dieu prédestinait ceux qu'il voulait sauver.

LA GRÂCE PRÉVENANTE

Avez-vous entendu parler de l'expression «grâce prévenante» ? Prévenante signifie qui précède ou qui vient avant. Ce terme a été in-



venté par John Wesley, fondateur du mouvement méthodiste au XVIIIe siècle, en raison de cette dispute permanente entre théologiens chrétiens autour de la doctrine du salut. Il s'agit de l'idée que la grâce divine précède les décisions humaines. En d'autres termes, Dieu entame le processus de grâce, manifestant son amour à chaque personne au cours de sa vie, indépendamment de ses choix de bien ou de mal.

Quelle belle et profonde pensée que celle de la grâce préventive. C'est la grâce anticipée qui nous précède et entame le processus d'amour et de restauration. C'est l'œuvre du Saint-Esprit dans nos cœurs, qui nous convainc, nous transforme et nous permet de nous repentir.

Nombre de nos pionniers adventistes du septième jour, tels que James White, Joseph Bates et Ellen White, ont fermement défendu ce point de vue théologique. Ils croyaient qu'en tant qu'êtres déchus, nous sommes nés dans le péché et avons des tendances au péché. Ce n'est que grâce à la grâce prévenante de Dieu que nous pouvons commencer à voir la différence entre le bien et le mal. La grâce de Dieu nous pousse, nous incite à lui permettre d'agir sur nos cœurs et dans nos vies. C'est la grâce de Dieu qui permet à un individu de faire chaque pas vers Lui.

La grâce et l'amour de Dieu précèdent nos choix, nos décisions et notre style de vie.

L'amour qui a précédé les choix de vie de Rahab

L'histoire de Rahab est un bel exemple de la grâce et de l'amour de Dieu qui initie une relation avec l'humanité. Bien que les spécialistes ne s'entendent pas sur la question de savoir si Rahab était une prostituée ou une tenancière d'auberge, ils sont

tous d'accord pour dire qu'elle était une païenne qui vivait parmi des gens qui adoraient des idoles. Mais Dieu n'a pas tenu compte de ses antécédents ou de ses croyances. Il n'a pas regardé le choix de sa profession. Il l'a aimée parce qu'elle était sa création et qu'il voulait la sauver.

Ephésiens 2:8-10 dit : 8 «Car c'est par la grâce que vous êtes sauvés, par le moyen de la foi - et cela ne vient pas de vous, c'est le don de Dieu - 9 et non par des œuvres, afin que personne ne puisse se glorifier. 10 Car nous sommes l'ouvrage de Dieu, créés dans le Christ Jésus pour pratiquer les bonnes œuvres que Dieu a préparées d'avance pour que nous les pratiquions.

Mes amis, voici la vérité sur le caractère de Dieu : avant que nous ne le choisissons, il nous a choisis (Jean 15:16). Il initie le contact. Il ouvre le dialogue avec nous. Dieu est relationnel, et il fera tout ce qu'il peut pour restaurer la relation brisée avec l'humanité déchue. Son amour précède nos choix, nos décisions et notre style de vie.

L'histoire de Rahab démontre la grâce prévenante. Lisons Josué 2:10-11.

Nous avons appris comment l'Éternel a mis à sec pour vous les eaux de la mer Rouge à votre sortie d'Égypte, et ce que vous avez fait à Sihon et à Og, les deux rois des Amoréens, à l'est du Jourdain, que vous avez entièrement détruits. Quand nous l'avons appris, notre cœur s'est brisé de peur et tous ont perdu courage à cause de toi, car l'Éternel, ton Dieu, est Dieu dans les cieux en haut et sur la terre en bas.

Rahab a raconté ce qu'elle avait entendu à deux reprises au sujet des miracles et de la puissance de leur Dieu. En raison de la nature de son travail, Rahab a dû rencontrer des gens qui entraînent et



sortaient de la ville, apportant avec eux d'innombrables récits venant de loin et de près. Qu'est-ce qui l'a poussée à croire certains récits et pas d'autres ? Le Saint-Esprit travaillait déjà dans le cœur de Rahab avant même qu'elle n'entende les récits.

Tite 3:5 dit : «Il nous a sauvés, non à cause de la justice que nous aurions faite, mais à cause de sa miséricorde. Il nous a sauvés en nous lavant et en nous renouvelant par le Saint-Esprit». L'Esprit a tendu la main à Rahab pour que, lorsqu'elle entendait ces récits miraculeux, elle puisse croire. Elle pouvait faire le choix conscient d'accepter Yahvé comme le vrai Dieu.

Ce passage du texte montre également que les témoignages de la délivrance miraculeuse des Israélites sont parvenus jusqu'aux oreilles des païens. Mais l'aspect étonnant de ce récit est qu'il démontre que l'amour de Dieu précède les choix des païens - Rahab et les membres de sa famille - qui s'entassaient alors dans sa maison et y restent pendant sept jours, attendant que le Dieu israélite fasse preuve de la même puissance de délivrance à leur égard.

De nombreux critiques qui soutiennent que le miracle de la mer Rouge n'a pas eu lieu ne peuvent réfuter ce témoignage authentique de Rahab. Un spécialiste de la Bible écrit : «Il n'y a aucune preuve textuelle contre ce témoignage ! C'est la vérité de Dieu. Rien d'autre que la vérité littérale du miracle de la mer Rouge n'aurait pu inspirer des paroles comme celles que Rahab a prononcées ici. Cette prostituée païenne est la première à réciter l'histoire du salut dans ce livre !»

La grâce de Dieu

La grâce de Dieu, sous la forme de l'Esprit Saint, précède les décisions humaines. Elle va de l'avant pour travailler les cœurs, adoucir la nature pécheresse et nous aider à le connaître pleinement. Elle vise à desserrer l'emprise naturelle du péché pour que nous soyons plus enclins à choisir Dieu. C'est un amour qui veut nous réconcilier avec Lui.

C'est ainsi qu'après avoir été poussée par l'Esprit Saint, Rahab a choisi de s'exclamer : «Le Seigneur ton Dieu est Dieu dans les cieux et en haut et sur la terre en bas» (Josué 2:12).

Nous pouvons être reconnaissants de l'amour de Dieu envers Rahab, car son amour est le même pour nous. Sans excuser ses péchés, son amour a permis à une femme pécheresse d'échapper à la peine de mort. Rahab a été transférée d'une mai-

son de la honte à une salle de gloire grâce à la grâce préventive de Dieu.

Le Christ, notre modèle d'amour

Jésus est allé vers les pauvres, les nécessiteux, les veuves, les malades, les a guéris et les a servis, quels que soient leurs choix de vie. Jésus a défendu la femme adultère face à ses accusateurs, malgré sa nature et son mode de vie pécheurs. Il nous voit pour ce que nous pouvons être et non pour ce que nous sommes actuellement. À son tour, il nous appelle à étendre un amour qui précède les actions et les réactions des autres. Un amour qui ne connaît pas de frontières. Un amour qui ose aller même là où il n'est pas désiré.

Dans le modèle d'amour du Christ, nous voyons aussi la repentance. Paul nous demande : «Méprisez-vous les richesses de sa bonté, de sa longanimité et de sa patience, sans savoir que la bonté de Dieu a pour but de vous amener à la repentance ? (Romains 2:4). La bonté de Dieu nous conduit à la repentance, et lorsque nous sommes habilités par l'Esprit de Dieu, nous recevons ses caractéristiques de bonté, de patience et de longanimité, et nous pouvons également conduire d'autres personnes à Jésus pour qu'elles se repentent.

La question qui se pose est la suivante : pourquoi est-il si facile de juger les gens plutôt que de les aimer en dépit de leur comportement ? En tant que chrétiens qui croient détenir la vérité, nous pouvons parfois être aveuglés par notre nature pécheresse. Parfois, nous pouvons même nous sentir plus spirituels que d'autres qui ne partagent pas nos croyances, mais nous devons nous rappeler que «quiconque prétend vivre en lui doit vivre comme Jésus l'a fait» (1 Jean 2:6).

Redéfinir le terme «pécheur»

Les chercheurs en sciences sociales pensent que les humains jugent parce que cela crée un sentiment de sécurité et de confort dans leur vie. Si une personne se considère comme meilleure qu'une autre dans une situation donnée, elle en retire un sentiment de validation tout en réduisant ses sentiments d'infériorité et d'indignité. Le jugement est notre désir d'être meilleur que les autres, de sentir que nous avons plus de valeur et que nous sommes plus accomplis.

La vision biblique du jugement d'autrui peut être définie comme l'action de notre nature pécheresse.

Nos sociétés sont structurées de manière à célebrer la compétition, et nous jugeons les individus soit comme des réussites, soit comme des échecs.



Si un individu est meilleur qu'un autre dans un domaine, la société le place au-dessus des autres et récompense ses comportements. Jacques écrit à propos de ce problème : «N'avez-vous pas fait des distinctions entre vous, et n'êtes-vous pas devenus des juges à cause de vos mauvaises pensées ? (Jacques 2:4). Il poursuit sa réprimande en révélant la participation active aux préjugés, au favoritisme et à la partialité. Ils ne s'en rendaient peut-être pas compte, mais ils jugeaient les autres en fonction de leur apparence et d'autres facteurs.

Nous n'aimons peut-être pas l'admettre, mais la partialité ou les préjugés continuent d'exister aujourd'hui, même à l'intérieur des murs de l'église. N'avons-nous pas supposé et jugé quelqu'un sur la seule base de la perception que nous avons de lui, de la couleur de sa peau, de son appartenance ethnique, de sa classe sociale ou simplement de son apparence extérieure ? S'ils nous ressemblent et se comportent comme nous l'attendons, ils sont accueillis à bras ouverts. S'ils sont considérés comme inférieurs ou différents de nous, ils sont admis (parce que nous sommes chrétiens, après tout), mais ils sont tenus à distance.

Comment définir alors le pécheur ?

Nous pouvons voir que cette question aura des réponses différentes selon la façon dont on comprend la doctrine du salut. Si nous croyons que les humains sont des êtres déchus, alors nous croyons que nous sommes tous pécheurs, même nous-mêmes. «Tous ont péché et n'ont pas atteint la gloire de Dieu» (Romains 3:23). «Il n'y a pas de juste, non, pas un seul» (Romains 3:10, KJV). Oui, nous sommes tous pécheurs et avons besoin de la grâce salvatrice de Dieu.

Ellen White nous rappelle que «plus vous vous rapprochez de Jésus, plus vous apparaissez défectueux à vos propres yeux ; car votre vision sera plus claire, et vos imperfections apparaîtront en contraste large et distinct avec sa nature parfaite». Nous avons tous désespérément besoin de la grâce et de la miséricorde de Dieu. Ce n'est pas par nos bonnes œuvres, nos bonnes habitudes alimentaires ou notre assiduité à l'église que nous serons sauvés, mais c'est uniquement par la grâce et le sang du Christ.

Cela devrait nous rendre humbles lorsque nous nous efforçons de partager l'amour du Christ avec ceux qui vivent une vie différente de la nôtre. Nous ne devons juger personne pour ses choix ou son manque de compréhension. Nous devons voir tout le monde à travers la lentille rédemptrice du

Christ qui voit tous ses enfants, et nous devons leur tendre la main avec l'amour du Christ.

Ellen White écrit dans son livre *Evangelism* : «L'amour doit être l'élément dominant de tout notre travail. Dans la représentation d'autres personnes qui ne croient pas comme nous, chaque orateur doit se garder de faire des déclarations qui paraîtront sévères et qui ressembleront à un jugement. Présentez la vérité, et laissez la vérité, le Saint-Esprit de Dieu, agir comme un reproducteur, comme un juge ; mais que vos paroles ne meurtrissent pas et ne blessent pas l'âme...»

Vous êtes aimés pour aimer

Tournez votre Bible à 1 Jean 4:10, 11 et suivez la lecture du verset 10. 10 «C'est cela l'amour : Ce n'est pas nous qui aimons Dieu, mais c'est lui qui nous a aimés et qui a envoyé son Fils en sacrifice expiatoire pour nos péchés.» Nous voyons au verset 10 que Dieu nous a aimés en premier. Il nous aime même lorsque nous ne sommes pas aimables, et il continue à nous aimer.

Passons maintenant au verset 11. «Chers amis, puisque Dieu nous a tant aimés...» Il est important de mentionner ici que le mot «ainsi» peut être traduit par «de cette manière». Puisque Dieu nous a tant aimés, «nous devons aussi nous aimer [de cette manière] les uns les autres». Le verset 11 nous ordonne d'aimer les autres de la même manière que Dieu nous aime.

Mais comment et qu'est-ce que cela signifie en pratique ? Admettons un instant qu'il est facile d'aimer ceux que nous voulons aimer. Il est facile d'aimer les gens qui sont faciles à aimer. Jésus le savait et a mentionné que même les Gentils aiment ceux qui les aiment (Matthieu 5:47). Mais aimer comme Jésus aime est un défi bien plus grand : 44 «Mais moi, je vous dis d'aimer vos ennemis et de prier pour ceux qui vous persécutent, 45 afin que vous soyez les fils de votre Père qui est aux cieux. Il fait lever son soleil sur les méchants et sur les bons, et tomber la pluie sur les justes et sur les injustes» (Matthieu 5:44, 45).

Aimer comme Dieu, c'est aimer ceux qui ne nous facilitent pas la tâche. Il nous demande d'aimer les personnes qui sont différentes de nous, qui pensent et se comportent différemment de nous. Nous ne disons pas qu'il n'est pas possible d'avoir des limites avec les personnes difficiles ou toxiques, car les limites créent des relations saines. Mais nous faisons référence aux chrétiens qui abandonnent trop facilement à cause des dif-



férences. Si Dieu nous abandonnait aussi facilement, nous ne serions pas ce que nous sommes aujourd'hui. Aimer ceux qui sont différents de nous n'est pas facile. Et nous ne pouvons pas bien aimer par nos propres efforts. Ce n'est que par la grâce de Dieu que nous pouvons aimer comme Dieu aime. C'est l'œuvre de la sanctification qui dure toute la vie.

Le Saint-Esprit nous aide à nous débarrasser de notre orgueil et à le remplacer par un cœur indulgent, bon et patient. Le Saint-Esprit nous aide à guérir nos blessures passées afin que nous puissions aimer les autres comme Dieu nous a aimés. Rahab, qui a fait l'expérience du salut de Dieu, n'a pas laissé passer l'occasion de sauver sa famille. Sa confiance et son amour en Dieu signifiaient qu'elle aimait et se souciait du salut des autres.

Comment pouvons-nous, en tant que chrétiens, jouir de notre salut sans nous préoccuper de la condition des autres ? De même que Rahab a plaidé pour la protection de ses proches, de même les disciples du Christ doivent se préoccuper du salut des autres. Un théologien biblique écrit : «C'était une mauvaise nature de la part de Rahab que de se contenter d'être sauvée seule : pour que son amour soit à la hauteur de sa foi, elle fait alliance pour toute sa famille et rend ainsi la vie à ceux dont elle l'a reçue».

Aimer les personnes difficiles

Nous avons tous éprouvé des difficultés à aimer certaines personnes ou à les aimer dans certaines circonstances. Une jeune femme, Cheryl, avait une camarade de classe, Vicky, avec laquelle il était très difficile d'interagir et qu'il était difficile d'aimer. Vicky avait toujours quelque chose de négatif à dire sur Cheryl. Elle inventait des mensonges et manipulait souvent les situations pour que les autres élèves n'aiment pas Cheryl non plus. Cheryl, capitaine de la classe depuis de nombreuses années, arrive un jour en classe avec un peu de retard. Son professeur lui dit de se présenter au poste de police situé à côté de l'école. L'enseignant lui a dit qu'une plainte officielle avait été déposée contre elle à l'école. Cheryl est en état de choc, mais elle s'y rend immédiatement. La personne dure qu'elle s'était appris à être ne verse aucune larme et ne montre aucune crainte, mais, comme vous pouvez l'imaginer, elle est pétrifiée au plus profond d'elle-même !

Lorsque Cheryl est arrivée au poste de police pour demander pourquoi ils l'avaient convoquée, tout le monde a semblé confus et lui a dit qu'ils n'avaient pas envoyé de message à l'école. De retour en classe, elle explique à son professeur que tout va bien. Elle a poursuivi sa journée comme d'habituellement.

Mais avant la fin de la journée, elle découvre que Vicky a inventé le mensonge que le professeur a cru.

Comment aimer une telle personne, qui sabote délibérément la vie d'autrui ? Nous devons plaider pour que l'amour de Dieu coule à travers nous, précédant les choix des autres.

Cheryl est rentrée chez elle en se sentant à la fois triste et en colère. Mais elle a prié. En s'adressant au Seigneur dans la prière, elle l'a clairement entendu lui murmurer : «De la même manière que tu penses qu'elle est une personne difficile à aimer, imagine ce qu'elle ressent à ton égard.»

Cheryl a réfléchi à son propre caractère et a dû admettre qu'elle aussi avait un côté difficile. Elle pouvait être merveilleuse, intelligente et bien organisée, mais elle pouvait aussi être autoritaire, forte d'esprit et peut-être même dominatrice. Elle avait probablement blessé ou offensé Vicky et d'autres personnes sans même s'en rendre compte. Dieu a ouvert le cœur de Cheryl pour qu'elle voie sa vraie nature, même si elle était jeune. Dès lors, Cheryl décida d'aimer Vicky et de faire preuve de gentillesse à son égard. Au début, c'était extrêmement difficile, mais finalement, sa gentillesse et son pardon ont conquis Vicky et elles sont devenues de bonnes amies. Cette histoire montre que parfois, l'amour n'est pas un simple sentiment, mais une décision que nous choisissons de prendre.

Conclusion

Vous vous souvenez de la conversation entre deux membres de l'église ? L'un ne pouvait plus prier pour le salut d'un proche qui avait délibérément choisi un mode de vie malsain avec de nombreuses hospitalisations. Le second a répondu que si l'on se réclame des promesses de Dieu dans la prière pour un autre, c'est que l'on a de bonnes raisons de le faire. Si nous participions à cette conversation, que devrions-nous répondre ?

Parce que Jésus nous demande de pardonner 7 fois 70 (Matthieu 18:22), et parce qu'il nous poursuit continuellement, c'est notre privilège et notre devoir de pardonner aux autres et de les poursuivre de la même manière. Parfois, la prière ne suffit pas. Parfois, nous devons aller à la rencontre des gens là où ils se trouvent et cheminer avec eux. Pour ressembler à Jésus, nous devons agir avec amour, grâce, bonté et patience, même avant que les autres n'aient fait les bons choix.

Dieu nous appelle à une vie d'amour qui est plus profonde que les sentiments ou les émotions humaines. L'amour est un engagement, une décision réfléchie de servir Dieu et nos voisins. Ce

Le Christ, notre modèle d'amour

type d'amour nous oblige à travailler pour le bien-être de tous - ceux que nous avons de la facilité à aimer et ceux que nous avons du mal à aimer.

Appel

Quelle est l'œuvre d'amour que vous devez accomplir dans votre vie aujourd'hui ? Si vos relations sont marquées par des blessures non guéries, Jésus vous appelle ce matin à vous chercher les uns les autres et à trouver la guérison. Si des conflits non résolus menacent vos relations, Jésus vous appelle à y travailler et à restaurer vos relations. Si vous avez du mal à interagir ou à travailler avec un collègue, Jésus vous appelle à prendre l'initiative de faire tout ce qui est nécessaire pour améliorer la relation. Si vous avez de la rancune

ou du ressentiment envers les autres, Jésus vous appelle à vous confesser, à vous accepter les uns les autres tels que vous êtes et à laisser le passé derrière vous. Si vous jugez facilement les gens et pensez que vous êtes meilleur qu'eux, Jésus vous appelle à les voir différemment, à les voir comme il vous voit avec sa grâce et sa miséricorde, et à vous humilier.

Si vous êtes prêt à faire ces changements aujourd'hui avec l'aide de Dieu, soyez avec moi. Que Dieu nous bénisse tous lorsque nous faisons appel à sa grâce et à sa force pour aimer les autres. Celui qui nous appelle à nous aimer les uns les autres est aussi celui qui nous permettra de le faire. Amen !

**Aimer comme Dieu,
c'est aimer ceux qui
ne nous facilitent pas la tâche.
Il nous demande d'aimer les personnes
qui sont différentes de nous, qui pensent
et se comportent différemment de nous.**



**UN AMOUR QUI
TRANSFORME..**



séminaire

Dans son livre «Emotionally Healthy Spirituality», Peter Scazzero affirme que peu importe que vous vous sentiez «oint» ou que vous connaissiez la Bible, «l'élément indispensable pour dire que vous avez atteint la maturité est l'amour».

Qu'est-ce que la maturité spirituelle ?

La définition la plus courante d'un chrétien spirituellement mature est celle d'une personne dont le caractère entier reflète le caractère de Jésus-Christ. En d'autres termes, la maturité est une croissance qui se produit au fil du temps par le développement d'une foi de plus en plus profonde et d'un amour constant pour le Christ.

Au fond, la maturité spirituelle consiste à devenir ce que Dieu a créé pour nous. C'est le développement de toutes nos capacités en tant qu'enfant de Dieu, ce qui inclut notre identité unique en tant qu'âme de valeur créée à l'image de Dieu. Il ne s'agit pas d'un processus centré sur soi qui consiste à essayer d'obtenir un épanouissement personnel par le biais de nos propres efforts. La maturité spirituelle ne consiste pas à «faire» la vie chrétienne, mais à «être» en Christ dans notre vie. Dans cette perspective, notre «agir» découle naturellement d'un «être» amoureux du Christ.

Dans cette présentation, nous explorerons comment nous pouvons être transformés par l'amour et atteindre la maturité spirituelle sans négliger notre santé émotionnelle. Nous nous concentrerons sur les deux grands commandements cités par Jésus dans l'Évangile de Marc, 12:28-31. Le texte se lit comme suit

28 Un des maîtres de la loi vint et les entendit discuter. Remarquant que Jésus leur avait donné une bonne réponse, il lui demanda : « De tous les commandements, quel est le plus important ? »

29 «Le plus important, répondit Jésus, est celui-ci: Écoute, Israël : Le Seigneur notre Dieu, le Seigneur est unique.³⁰ Tu aimeras le Seigneur ton Dieu de tout ton cœur, de toute ton âme, de tout ton esprit et de toute ta force. 31 La seconde est la suivante : «Tu aimeras ton prochain comme toi-même : Aime ton prochain comme toi-même. Il n'y a pas de commandement plus grand que ceux-là».

En approfondissant ces versets, nous découvrirons ce qu'est la maturité spirituelle et ce qu'est la maturité émotionnelle.

LE PREMIER COMMANDEMENT EST D'AIMER
L'ÉTERNEL DE TOUT SON CŒUR, DE TOUTE
SON ÂME, DE TOUT SON ESPRIT ET DE
TOUTE SA FORCE.

1. AIMER DIEU DE TOUT SON CŒUR

Jésus cite Deutéronome 6:4, 5 lorsqu'il répond au scribe (Marc 12:30). Cette partie du grand commandement nous exhorte à aimer Dieu de tout notre cœur. Cela signifie l'aimer intensément en tout temps et en toute circonstance, bonne ou mauvaise. Cela signifie également que nous devons consciemment empêcher que quoi que ce soit nous sépare de Lui.

Ellen White dit qu'aimer Dieu de tout notre cœur, c'est ne rien laisser sur terre nous enlever notre affection pour Dieu.

J'ai vu que tout ce qui divise les affections, ou enlève au cœur l'amour suprême pour Dieu, ou empêche une confiance illimitée et entière en Lui, prend le caractère et la forme d'une idole.... Il n'est pas permis de séparer nos affections de Dieu. Rien ne doit diviser notre amour suprême pour Lui ou notre plaisir en Lui. Votre volonté, vos souhaits, vos projets, vos désirs et vos plaisirs doivent tous être soumis.

2. AIMER DIEU DE TOUTE SON ÂME

Cette partie du grand commandement nous rappelle que nous devons aimer notre Père céleste de toute notre âme. Albert Barnes écrit qu'aimer le Seigneur de toute son âme, «c'est être prêt à lui abandonner la vie et à la consacrer entièrement à son service ; c'est vivre pour lui et être prêt à mourir sur son ordre».

David le dit en ces termes : «Comme le cerf se précipite vers les ruisseaux, ainsi mon âme se précipite vers toi, mon Dieu. Mon âme a soif de Dieu, du Dieu vivant. Quand irai-je à la rencontre de Dieu ?» (Psaume 42, 1.2). Ainsi, aimer Dieu de toute notre âme, c'est l'aimer de tout ce que nous sommes, c'est trouver notre moi intérieur incliné vers lui, c'est le chercher et le garder au centre de notre vie.

3. AIMER DIEU DE TOUT SON ESPRIT

Cette partie du grand commandement nous montre l'importance de garder notre esprit soumis à Dieu. Cela commence par l'orientation de nos pensées. Paul nous encourage à penser aux choses vraies, nobles, justes, pures, aimables, bonnes, vertueuses et dignes de louanges (Philippiens 4:8) ; et à être transformés par le renouvellement de notre esprit afin de pouvoir éprouver la volonté de Dieu (Romains 12:2).

4. AIMER DIEU DE TOUTES SES FORCES

Cette partie du grand commandement nous encourage à aimer Dieu de toutes nos forces. La force se réfère à l'aspect physique de l'amour et constitue le «comment» pour montrer à Dieu que nous l'aimons. «De toutes nos forces», c'est présenter

tout notre être, corps et action, comme un sacrifice vivant et saint au Dieu que nous aimons (Romains 12:1). C'est s'exprimer lorsque nous sommes témoins d'une injustice. C'est prendre soin des blessés physiques et spirituels. C'est faire ce qui est juste même si personne ne nous voit. C'est agir avec droiture même si nous n'en voyons pas la récompense - même si nous sommes persécutés pour ces actes justes. Si notre motivation intérieure et notre désir sont d'aimer Dieu, nos actions (la force de notre corps) le montreront.

En résumé, la manière dont Jésus présente le premier commandement nous enseigne comment être spirituellement mûrs. L'amour que nous avons pour Dieu se manifeste dans notre relation avec lui et dans toutes les parties de notre être.

LE DEUXIÈME COMMANDEMENT EST D'AIMER SON PROCHAIN COMME SOI-MÊME.

1. S'aimer soi-même

Jésus cite le Lévitique 19:18 lorsqu'il continue à parler au scribe (Marc 12:31). De manière surprenante, il dit que le deuxième commandement est comme le premier. Que veut-il dire par là ? L'indice se trouve dans la dernière phrase, «comme toi-même», que nous examinerons en premier lieu.

La conscience de soi et la relation avec Dieu sont intimement liées. Quelqu'un a dit un jour : «On ne peut aimer Dieu et son prochain que dans la mesure où l'on s'accepte et s'aime soi-même ! Si nous voulons obéir au deuxième commandement, nous devons comprendre l'importance de nous aimer nous-mêmes, de reconnaître notre valeur, de développer notre maturité émotionnelle et de cultiver une relation étroite avec Dieu.

5

ÉLÉMENTS POUR S'AIMER SOI-MÊME

1. S'aimer soi-même

Il est essentiel de s'aimer soi-même pour pouvoir aimer pleinement les autres. Malheureusement, de nombreux chrétiens pensent que s'aimer soi-même est un péché, un acte égoïste. Mais Jésus lui-même nous ordonne d'aimer notre prochain comme nous nous aimons nous-mêmes. Paul ordonne aux maris d'aimer leurs femmes comme leurs propres corps (Ephésiens 5:28). Pour aimer les autres, nous devons être capables de nous

aimer tels que nous sommes, des êtres uniques créés par Dieu. Il veut que nous célébrions notre singularité.

Il nous est difficile d'aimer Dieu de tout notre cœur, de toute notre âme, de tout notre esprit et de toute notre force si nous ne comprenons pas et ne reconnaissons pas l'importance qu'Il nous accorde. Il veut sincèrement que nous comprenions que nous valons tout pour lui. Si nous ne nous considérons pas comme des êtres merveilleux créés par Dieu pour son bon plaisir, nous ne reconnaitrons pas la profondeur de l'amour que Dieu a pour nous.

Si nous ne pouvons pas reconnaître notre propre valeur aux yeux de Dieu, il est difficile de reconnaître la grande valeur des autres. Pourtant, nous sommes appelés à considérer les autres comme plus importants que nous-mêmes (Philippiens 2:3) et à nous sacrifier pour nos frères et sœurs (1 Jean 3:16). Scazzero nous rappelle que «nous devons être conscients que nous avons besoin d'un 'moi' à déposer». Nous devons prendre soin de ce moi. Il ne s'agit pas d'un acte égoïste. Il s'agit d'être de bons intendants de la vie qui nous a été donnée. C'est ainsi que nous pourrions prendre soin des autres et les aimer autant que nous nous aimons nous-mêmes.

2. Reconnaître son faux moi

Les individus peuvent s'efforcer de vivre en accord avec leur moi authentique, mais en même temps ils peuvent lutter contre le besoin d'utiliser leur faux moi pour plaire aux autres et s'entendre avec eux ou pour obtenir ce dont ils ont besoin pour survivre.

Le schéma de développement de Donald Winnicott désigne le faux self comme «certains types de fausses personnalités qui se développent à la suite d'échecs environnementaux précoces et répétés, avec pour résultat que le véritable potentiel personnel n'est pas réalisé, mais caché». Cette idée est présentée en détail dans 'La théorie de la relation enfant-parent' (Winnicott, 1965c)». Winnicott explique que ce processus de création illusoire de soi commence très tôt dans l'enfance.

Les enfants doivent souvent réagir de manière anormale pour répondre aux exigences de leurs parents, estimant qu'ils doivent se conformer pour être aimés et tolérés. Cette attitude se poursuit dans leurs relations avec les systèmes éducatifs, les carrières et les pratiques religieuses.

Dans une certaine mesure, nous cultivons tous un faux moi, mais beaucoup d'entre nous n'en sont



pas conscients. Il est naturel pour nous de nous conformer aux attentes des personnes qui nous entourent, mais nous pouvons commencer à porter un masque, non seulement pour les autres, mais aussi pour Dieu et pour nous-mêmes.

3. Se débarrasser de son faux moi

Permettre à Dieu de prendre le contrôle sur nous peut nous aider à nous débarrasser de notre faux moi. Robert Mulholland dit dans son livre *The Deeper Journey : The Spirituality of Discovering Your True Self*, Robert Mulholland déclare : «La tentation de s'approprier le rôle de Dieu dans notre vie est l'essence même du faux moi. Le faux moi est un moi qui, d'une certaine manière, joue à Dieu dans sa vie et dans son monde».

Le faux moi, c'est aussi comme être enfermé dans une cellule que nous et nos sociétés avons créée. C'est comme si nous nous enfermions personnellement pour éviter la honte, la douleur et l'embaras. Ou bien nous nous transformons en quelqu'un d'autre et nous nous conformons aux personnes qui nous entourent. Lorsque nous nous sentons enfermés dans la cellule, nous cessons parfois de prendre des risques avec les gens. Nous cessons d'aimer les autres, craignant qu'ils ne nous aiment pas en retour. Nous cessons d'aller chercher du soutien auprès des autres, de peur qu'ils refusent de nous aider. Nous cessons de dire ce que nous pensons parce que quelqu'un a utilisé nos mots pour nous blesser ou nous condamner. Nous nous isolons des autres. Ou encore, notre faux moi nous pousse parfois à mentir pour obtenir ce que nous voulons, à faire semblant d'être quelqu'un que nous ne sommes pas, à nous conformer aux diverses situations dans lesquelles nous devons être performants.

Mulholland qualifie ces attitudes développées à partir du faux moi de peur, d'autoprotection, de possessivité, de manipulation, de tendances auto-destructrices, d'autopromotion, d'auto-indulgence et de besoin de se distinguer des autres.

Ces attitudes se transforment en mauvais traits de caractère, mais elles peuvent disparaître si nous les amenons à Jésus. La Bible dit dans 1 Jean 1:9 «Si nous confessons nos péchés, il est fidèle et juste, il nous pardonnera nos péchés et nous purifiera de toute iniquité». Mulholland commente ce verset :

Le but de Dieu pour nous n'était pas simplement de pardonner les péchés, mais de transformer notre faux moi - de nettoyer toute son injustice, de nous rendre justes, de nous restaurer à notre vrai moi dans une relation d'amour avec Dieu et

en étant à l'image du Christ dans le monde. ... Ce n'est que lorsque nous sommes en relation étroite avec Dieu que nous découvrons notre vrai moi, que nous trouvons notre propre identité, que nous aimons davantage les autres et que nous sommes transformés.

Il ajoute également que «nous sommes créés pour faire l'expérience de notre vraie vie, de notre identité authentique, de notre sens le plus profond, de notre but le plus complet, de notre valeur ultime dans une union intime et aimante avec Dieu au cœur de notre être». Nous devons vivre constamment en présence de Dieu pour vivre une vie authentique.

Paul écrit à l'église apostolique de Colosses : «Votre vie est maintenant cachée avec le Christ en Dieu» (Colossiens 3:3). Comme la vie de Jésus était cachée en Dieu lorsqu'il était sur terre, Paul indique que nos vies sont cachées en Jésus. Il ne s'agit pas de cacher notre moi authentique à Dieu et aux autres, ni de créer un faux moi. «Nous devenons des êtres autonomes et autoréférencés qui ont abandonné le centre de notre véritable identité en Dieu. Nous nous objectivons ou nous nous identifions en dehors de Dieu».

4. Vivre son vrai moi

Ce n'est que lorsque nous avons cette relation étroite avec Jésus que nous pouvons vivre notre vrai moi. N'oubliez pas que Dieu nous a créés et façonnés intérieurement avec une personnalité unique, des pensées et des rêves uniques, des tempéraments uniques, des dons et des talents spirituels, ainsi que des sentiments et des désirs uniques. Ces éléments constituent le moi authentique. Nous sommes magnifiquement créés par un Dieu aimant. Si nous nous rapprochons de lui chaque jour, il nous aidera à vivre une vie épanouie en utilisant tout notre potentiel. Cependant, plus souvent que nous ne voudrions l'admettre, nous ne célébrons pas notre caractère unique comme David l'a fait lorsqu'il a déclaré qu'il était merveilleusement fait. Nous manquons d'assurance et nous nous concentrons trop souvent sur nos défauts et nos imperfections plutôt que sur notre belle personnalité authentique.

5. Vivre en bonne santé émotionnelle

Notre passé est plus lié à notre présent que nous ne le pensons. La plupart d'entre nous ont subi des traumatismes qui nous ont laissé un bagage émotionnel qui ne nous permet pas de vivre librement. Nous évitons parfois de faire face à la tristesse, à la colère, au chagrin ou à la peur, et même de petits événements peuvent déclencher ces émotions, rouvrant ainsi les blessures du passé. Nous

pouvons nous retrouver à vivre dans une situation émotionnelle malsaine.

C'est alors que nous nous souvenons des paroles de Paul : «C'est pour la liberté que le Christ nous a libérés. Tenez donc ferme et ne vous laissez pas de nouveau accabler par le joug de l'esclavage» (Galates 5:1). Le Saint-Esprit a été envoyé pour nous donner les moyens de nous libérer de nos fardeaux.

Gardez toujours à l'esprit que vous avez été créés dans l'amour et la joie par un Dieu joyeux qui vous aime. Vous avez été créé pour être aimant et joyeux, pour être capable de donner et de recevoir de l'amour, et pour exercer votre humanité et vos dons uniques, donnés par Dieu, sans craindre d'être rejeté.

6

FACTEURS QUI CONTRIBUENT À UNE VIE ÉMOTIONNELLEMENT SAINE

1) Écoutez votre intérieur en silence ; attendez le Seigneur.

De nombreuses distractions dans ce monde nous empêchent d'être à l'écoute de nos sentiments, de ce que nous aimons et de ce que nous n'aimons pas. Parker Palmer explique dans son livre, A Hidden Wholeness, qu'il y a toujours des gens qui veulent nous réparer, nous sauver, nous conseiller et nous aider à devenir ce qu'ils voudraient que nous soyons.

Chaque jour, lorsque vous vous levez, remettez votre vie entre les mains du Christ et demandez-lui de vous aider à être vous-même, à entendre sa voix qui vous guide et à ne pas vous laisser influencer négativement par votre environnement. Priez et écoutez-le en silence. David écrit : «Mon âme, attends Dieu seul en silence, Car c'est de lui que vient mon espérance. Lui seul est mon rocher et mon salut, Ma forteresse, je ne serai pas ébranlé (Psaume 62:5, 6, ESV).

Il est parfois difficile de trouver ce moment de silence en raison des innombrables demandes qui sollicitent notre attention, du rythme effréné de la vie, du bombardement de publicités, de la télévision, de la radio, des médias sociaux, etc. Peter Scazzero explique que le silence et la solitude sont difficiles à trouver, mais qu'ils sont «essentiels pour travailler sur notre véritable identité et pour être en bonne santé émotionnelle, comme Dieu le veut». Passer plus de temps avec Dieu intentionnellement sur une base quotidienne est nécessaire pour une vie centrée sur le Christ.

2) Prendre conscience de ses émotions et les gérer.

Pour être en bonne santé émotionnelle, vous devez gérer vos émotions et vos sentiments. Prendre conscience des émotions que l'on éprouve est un élément important pour apprendre à se pardonner et à s'aimer. Des recherches ont montré que le fait d'identifier et d'étiqueter ses émotions peut contribuer à en réduire l'intensité. Cela peut vous aider à mieux réguler vos émotions, y compris celles liées aux sentiments de culpabilité et de honte.

Dan B. Allender et Tremper Longman III traitent de la gestion des émotions dans leur livre *The Cry of the Soul* (Le cri de l'âme).

Ignorer ses émotions, c'est se détourner de la réalité. Écouter nos émotions nous fait entrer dans la réalité, et c'est dans la réalité que nous rencontrons Dieu. Elles sont le cri qui donne une voix au cœur...Pourtant, nous faisons souvent la sourde oreille, par déni émotionnel, distorsion ou désengagement. Nous étouffons tout ce qui est dérangent afin d'exercer un contrôle ténu sur notre monde intérieur. Nous avons peur et honte de ce qui s'infiltrerait dans notre conscience. En négligeant nos émotions intenses, nous nous trompons nous-mêmes et perdons une merveilleuse occasion de connaître Dieu. Nous oublions que le changement passe par l'honnêteté brutale et la vulnérabilité devant Dieu.

Il est bon de s'ouvrir à Dieu, de lui dire tous les sentiments que vous éprouvez et de lui demander de vous aider à les gérer.

3) Développez votre intelligence émotionnelle.

Daniel Goleman définit cinq composantes de l'intelligence émotionnelle et explique que vous pouvez et devez les développer.

- **Identifier ses émotions.** Êtes-vous heureux, triste, en colère, effrayé, honteux ? Être capable d'identifier ses sentiments permet de comprendre ses émotions.

- **Contrôler ses émotions.** Vous devez contrôler vos émotions. Ellen White a écrit : «Si les pensées sont mauvaises, les sentiments le seront aussi, et les pensées et les sentiments combinés forment le caractère moral.» Elle a également écrit : «Peu de gens réalisent que c'est un devoir d'exercer un contrôle sur les pensées et l'imagination.»

- **Connaître les émotions des autres.** Pour prendre conscience des émotions d'autrui, demandez-vous quels peuvent être leurs sentiments et leurs émotions. Faites-vous une priorité de comprendre leur comportement et de faire preuve d'empathie à leur égard.

- **Gérer les relations.** Lorsque vous savez ce que vous ressentez et que vous êtes capable

de contrôler vos émotions, et lorsque vous pouvez également comprendre le comportement des autres et faire preuve d'empathie à leur égard, vous entretenez de bonnes relations avec les autres.

- Se motiver pour atteindre des objectifs. Lorsque vous maîtrisez vos émotions et que vous entretenez de bonnes relations avec les autres, vous êtes en mesure d'aller de l'avant et de réaliser davantage de choses.

Dieu lui-même ressent une grande variété d'émotions. Écoutez l'émotion dans la voix de Dieu : «Comment te livrerais-je, Israël ? Mon cœur a changé au-dedans de moi, toute ma compassion s'est éveillée» (Osée 11,8). Dieu a créé les êtres humains à son image, avec des émotions. Il a de l'empathie pour nos sentiments et il est prêt à nous aider à maîtriser nos émotions. Dieu a personnellement conseillé à Caïn de maîtriser son sentiment de colère (Genèse 4:5-7), car il veut que ses enfants développent une intelligence émotionnelle.

Dans son livre *The Lost Art of Thinking*, Neil Nedley affirme que nous ne pouvons pas facilement améliorer notre quotient intellectuel (QI), mais que nous pouvons grandement améliorer notre quotient émotionnel (QE). Il poursuit en disant que «le QE est la capacité de s'écarter de la réaction émotionnelle à un événement bouleversant et d'examiner logiquement ce qui s'est réellement passé».

4) Vivre une vie transformée.

Scazzero révèle que, très souvent, les autres ne voient pas notre véritable personnalité parce que nous cachons nos sentiments et luttons seuls. Il affirme que seuls 10 % sont visibles aux yeux des autres en surface et que 90 % sont cachés, inchangés et insensibles. Cette partie n'est même pas touchée par Jésus, alors qu'il est prêt à nous transformer dans les parties cachées. Scazzero compare nos vies au modèle de l'iceberg, où seuls 10 % sont visibles à la surface. Les 90 % restants de l'iceberg sont cachés dans des couches sous la surface.

Les blessures du passé, la haine, la mauvaise enfance, la tristesse, la colère, toutes sortes de choses, sont enfouies. Même si nous connaissons Dieu et allons à l'église, ces couches ne changent pas tant que nous ne nous ouvrons pas et ne demandons pas à Dieu de nous transformer. Dieu nous a créés à son image (Genèse 1:27) et veut que nous vivions avec notre pleine humanité, et non pas avec 90 % de notre humanité enfouie et intacte. Être créé à l'image de Dieu comprend des dimensions physiques, spirituelles, émotionnelles, intellectuelles et sociales. Ignorer l'un ou l'autre aspect de notre être a toujours des conséquences

destructrices dans notre relation avec Dieu, avec les autres et avec nous-mêmes.

Jésus cherche à transformer toutes les couches qui se trouvent profondément sous la surface de nos vies extérieures. Ce qui se trouve en profondeur, ce sont les choses que l'on ne voit pas avant qu'elles n'apparaissent sous un grand stress. Nous devons permettre à Jésus d'accéder à nos icebergs. Lorsque nous lui présentons toutes les couches cachées de notre iceberg pour qu'il les guérisse et les transforme, quelque chose d'étonnant se produit. «Les personnes profondément transformées changent le monde ; elles ont un impact plus puissant et plus durable dans le monde.»

RENCONTRER JÉSUS → FRÉQUENTER L'ÉGLISE → ÊTRE EN BONNE SANTÉ ÉMOTIONNELLE, ÊTRE TRANSFORMÉ → GRAND IMPACT
RENCONTRER JÉSUS → ASSISTER À L'ÉGLISE → CACHER SES ÉMOTIONS, NE PAS CHANGER → FAIBLE IMPACT

5) Pardonnez-vous.

Nous commettons tous des erreurs et nous péchons tous, mais beaucoup d'entre nous ont du mal à se pardonner. Des pensées de culpabilité et de regret peuvent s'insinuer dans notre esprit et nous convaincre que nous ne sommes pas assez bons pour être aimés. Mais Dieu nous aime ! Il nous a pardonné et nous a libérés de la culpabilité du péché. Nous devons également nous pardonner à nous-mêmes et oublier le passé, afin d'accepter la bonté et la compassion que Dieu a pour nous. «Tous ceux qui sont en Jésus sont libérés de la condamnation» (Romains 8:1) et sont libérés pour aimer (Galates 5:13).

2 FACTEURS POUR SE PARDONNER

- Ayez de la compassion pour vous-même.

Nous devons accepter ce qui s'est passé, mais nous devons aussi faire preuve de compassion envers nous-mêmes pour permettre à notre vie d'aller de l'avant. Nous nous rappelons que, quoi qu'il arrive, Dieu est toujours à nos côtés, qu'il s'agisse de quelque chose que nous faisons ou de quelque chose que d'autres font pour nous faire souffrir.

PAUL ÉCRIT À TIMOTHÉE

15 Voici une parole digne de foi et qui mérite d'être pleinement acceptée : Le Christ Jésus est venu dans le monde pour sauver les pécheurs, dont je suis le pire. 16 Mais c'est justement pour cela que j'ai été mis en grâce, afin qu'en moi, le pire des pécheurs, le Christ Jésus manifeste son immense patience, pour servir d'exemple à ceux qui croiraient en lui et recevraient la vie éternelle (1 Timothée 1:15-16).

- **Reconnaissez vos limites.** Certaines personnes s'accusent de tous les maux parce qu'elles ont subi des abus et des traumatismes dans le passé et se sentent encore coupables. Ces personnes ont besoin d'être soutenues émotionnellement pour retrouver leur estime de soi et reconnaître leur valeur aux yeux de Dieu.

Il nous est souvent difficile de passer par le processus du pardon, mais nous pouvons avancer pas à pas avec Dieu à nos côtés. Cet exercice de pardon nous libérera de résultats néfastes, comme la maladie mentale, qui peut avoir un impact négatif sur nous-mêmes et sur nos relations avec les autres.

6) Prier pour avoir du courage

Nous avons besoin de courage lorsque nous décidons de changer notre vie. Le changement ne se fait pas du jour au lendemain. Parfois, nous ne réussissons pas et nous nous décourageons. Demandons à Dieu de nous aider dans ce processus et de faire confiance à ses promesses.

L'une de mes promesses préférées est celle de Josué 1:9 :

«Ne vous ai-je pas donné un ordre ? Soyez forts et courageux. Ne crains pas, ne te décourage pas, car l'Éternel, ton Dieu, sera avec toi partout où tu iras» (NIV).

Notre Dieu est fidèle et juste, et il sera là pour vous. Vous avez également besoin de bons amis, des amis de confiance pour vous soutenir. Vous avez besoin d'amis avec lesquels vous pouvez partager vos intentions et qui vous encourageront à aller de l'avant. Un véritable ami rafraîchit l'âme. Comme le dit Salomon, «les conseils sincères d'un ami sont aussi doux que le parfum et l'encens» (Proverbes 27:9, NLT).

Scazzero affirme que «la maturité émotionnelle et la maturité spirituelle vont de pair. Il est tout simplement impossible de devenir spirituellement mature tout en restant émotionnellement immature». Nous pouvons en conclure que c'est un processus de maturité émotionnelle, et non un acte égoïste, que d'apprendre à s'aimer (et à se pardonner). C'est un processus de maturité spirituelle, pour vivre notre moi authentique tel que Dieu nous a créés.

En résumé, Jésus nous enseigne, dans le deuxième commandement, à nous aimer nous-mêmes comme Dieu nous aime, afin que nous sachions comment aimer notre prochain comme Dieu l'aime. Apprenons à «aimer notre prochain».

2. AIMER SON PROCHAIN

La première partie du deuxième grand commandement consiste à aimer les autres. Le grand théologien juif Martin Buber a écrit un livre brillant intitulé «Je et Tu». Dans ce livre, Buber décrit la relation la plus saine ou la plus mûre possible entre deux êtres humains comme une relation «je» et «tu». Selon lui, dans une telle relation, nous devons reconnaître que nous sommes créés à l'image de Dieu et que toutes les autres personnes sur la surface de la terre le sont également.

Ayant été créée à l'image de Dieu, chaque personne sur terre mérite le respect, la dignité et la valeur. Nous ne devrions jamais rabaisser qui que ce soit. Nous ne devons jamais considérer une autre personne comme un objet pour notre propre bénéfice. Nous devons affirmer que chaque individu a une existence unique et distincte. Et même s'il est différent de nous, nous devons aimer, respecter et valoriser chaque être humain.

Comment respecter les autres ?

Nous respectons les autres lorsque nous les aimons inconditionnellement. L'amour inconditionnel de Dieu pour les êtres qu'il a créés s'appelle l'amour agapè. (Voir Jean 3:16 ; Jean 13:34, 35 ; Romains 12:10).

CONSEILS POUR FAIRE PREUVE D'UN AMOUR INCONDITIONNEL ET RESPECTER LES AUTRES

◆ Faites preuve d'empathie, de sympathie. Portez les fardeaux les uns des autres. (Galates 6:2).

◆ Servir. Donnez un coup de main, apportez votre soutien (Matthieu 25:35-40).

◆ Valorisez. Montrez autant d'attention pour eux que pour vous-même (Éphésiens 5:28).

◆ Réjouissez-vous. Appréciez leur succès sans être jaloux (Romains 12:15).

◆ Fournissez. Quand ils sont dans le besoin, partagez avec eux (Matthieu 5:42 ; Romains 12:13).

◆ Ne jugez pas. Laissez Dieu juger (Matthieu 7:1-5 ; Romains 15:19).

◆ Acceptez. Ne vous attardez pas sur les différences. (Romains 15:7-12).

◆ Cherchez leur salut. Priez pour eux. Faites des disciples, baptisez-les et enseignez-les (Romains 10:1 ; Matthieu 28:19-20).

La liste peut être exhaustive. Vous pouvez ajouter d'autres façons de respecter les autres.

Souvent, nous considérons les gens comme une relation «je» ou «il», dit Buber. Nous les traitons comme un moyen de parvenir à une fin, comme un objet permettant d'atteindre ce que nous voulons ou ce dont nous avons besoin.

EXEMPLES DE TRAITEMENT D'UNE PERSONNE COMME MOYEN DE PARVENIR À UNE FIN

- ◆ Nous voulons quelque chose en retour (notre objectif final) lorsque nous écoutons les problèmes de notre voisin ou que nous l'aidons à répondre à un besoin.
- ◆ Nous espérons que l'attention que nous lui portons l'amènera à participer à une série d'évangélisation ou à une activité liée à l'église.
- ◆ Mais s'ils ne réagissent pas comme nous le souhaitons, nous passons à quelqu'un d'autre.
- ◆ Nous nous montrons supérieurs et donnons des ordres aux autres, comme s'ils étaient à notre service.
- ◆ Nous ignorons certaines personnes pour nous dissocier de leur situation, de leur statut ou de leur comportement.
- ◆ Nous devenons amis avec des personnes qui appartiennent à un groupe ou à une clique que nous voulons rejoindre.

Ellen White écrit

Laisser un voisin souffrant sans le soulager est une violation de la loi de Dieu.... Celui qui aime Dieu n'aimera pas seulement ses semblables, mais il regardera avec une tendre compassion les créatures que Dieu a faites. Lorsque l'Esprit de Dieu est en l'homme, il le pousse à soulager plutôt qu'à créer de la souffrance.... Nous devons nous préoccuper de chaque cas de souffrance et nous considérer comme des agents de Dieu pour soulager les nécessiteux dans toute la mesure de nos capacités. Nous devons travailler avec Dieu. Certains manifestent une grande affection pour leurs proches, leurs amis et leurs favoris, mais manquent de gentillesse et d'attention envers ceux qui ont besoin de tendre sympathie, de bonté et d'amour. Avec un cœur sincère, demandons : «Qui est mon prochain ? Nos voisins ne sont pas seulement nos voisins et nos amis privilégiés, ils ne sont pas seulement ceux qui appartiennent à notre église ou qui pensent comme nous. Notre prochain, c'est toute la famille humaine. Nous devons faire du bien à tous les hommes, et en particulier à ceux qui appartiennent à la maison de la foi. Nous devons montrer au monde ce que signifie l'application de la loi de Dieu. Nous devons aimer Dieu par-dessus tout et notre prochain comme nous-mêmes.

CONCLUSION

Dieu a tracé un chemin particulier pour chacun d'entre nous.

Notre prière est que vous soyez fidèle au vôtre.

Que Dieu vous donne le courage de vivre fidèlement votre vie unique en Christ et qu'il vous entoure. Qu'il vous garde près de lui et vous transforme.

Puissiez-vous entendre sa voix alors que vous entamez un nouveau chapitre en l'aimant de tout votre cœur et en aimant votre prochain comme vous-même.



Ministère de la Femme - UAGF - Juin 2023