

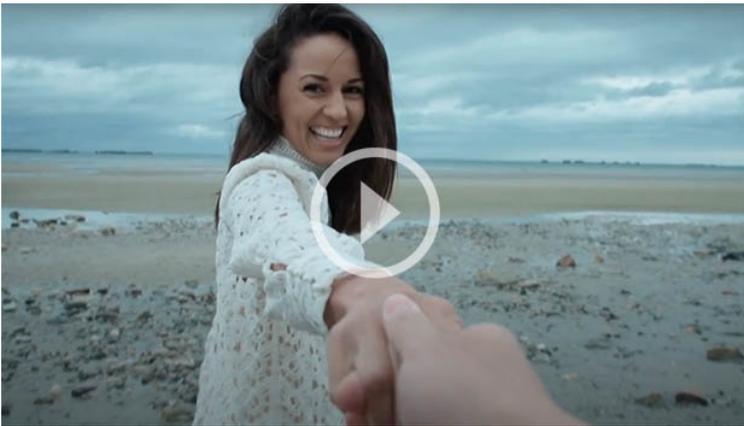


*Elodie Gaillard*

**LES FILLES,  
PRÉPARONS-NOUS  
AU MARIAGE!**

# Les Filles, Préparons-nous au Mariage!

À travers ce film, immerge-toi  
dans l'univers Glgpfm...



IMPORTANT !

L'acquisition de l'ebook est réservé à ton **usage personnel** vers la préparation au mariage !

Ecrire puis publier ce livre a nécessité une grosse dose de foi, beaucoup de travail, d'investissement et de sacrifices. Nous te remercions pour ta compréhension et ton aide dans la protection de cette œuvre et des droits d'auteur.

Si le livre t'a béni(e), alors pourquoi ne pas soutenir le ministère en le recommandant ou en l'offrant à une personne qui pourrait, à son tour, être encouragée et fortifiée par sa lecture?

Écrit avec *love* par *Elodie Gaillard*

© Élodie Gaillard – GLGPFM, 2020  
Tous droits réservés

Photo de couverture: Benoît Pitre (bpitrephoto.com)  
Mise en pages et correction: Élise Lejeune (eliselejeune.com)

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon, aux termes des articles L.335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

Dépôt légal: janvier 2020  
ISBN: 978-1-67007-288-7

Achévé d'imprimer en janvier 2020

# Les Filles, Préparons-nous au Mariage!

Élodie Gaillard

*Glgpfm*

# Paroles de lectrices... et de lecteurs



Un livre utile et très agréable qui transmet un message d'amour d'une manière unique, au-dessus de toute idée postmoderne contre le mariage. *Marco C.*

*J'ai dévoré  
Les Filles,  
Préparons-nous  
au Mariage!*  
*Élodie C.*

*Édifiant, profond  
et passionnant!*  
*Pierre H.*

Plus doux qu'un duvet, plus sucré que le miel, plus moelleux que le fondant, plus frappant qu'un couteau et plus marquant qu'une empreinte, ce livre est tout simplement un chef-d'œuvre et je l'ai savouré! Quelle Onction, quelle Grâce et quelle Femme: B.R.A.V.O.! Il risque de me marquer pour toujours... *Alexandra*



Le témoignage d'Élodie me touche personnellement, très profondément. Dieu ne m'a pas fait parvenir ce livre au hasard.  
*Mantio*

Les Filles, Préparons-nous au Mariage! est une **ÉNORME** bénédiction!

*Tweclimona*

Quelle bénédiction! *Les Filles, Préparons-nous au Mariage!* est un livre authentique, passionné, inspiré, rempli d'amour et de vérité. *Anais M.*

Ce bouquin est GÉNIAL!  
**Régis**

Ce livre m'a challengée et est allé me chercher dans ma zone de confort! Grâce à une grande **douceur** dans l'écriture, j'ai pu mesurer l'écart avec ma vie, mon quotidien, et commencer à envisager les choses différemment.

*Karine*

Ce livre est comme un GPS qui guide les femmes célibataires sur leur chemin de PRÉPARATION au mariage.

*Tien-Yi B.*

**Merci pour ce livre tellement magnifique, édifiant, encourageant! Je savoure chaque chapitre car je ne veux pas le finir!**

*Cécilia*

Élodie écrit comme si elle parlait à une amie. Alors qu'elle nous ouvre son cœur, on a envie de mettre à bas nos protections. Un livre qui fera autant de bien aux hommes qu'aux femmes.

**Christian**

**Ce livre a été conduit par le SAINT-ESPRIT!**

**Laurent**

Dès la préface du livre, j'ai versé quelques larmes car je constate, au travers de l'histoire d'Élodie, qu'avec Dieu rien n'est jamais perdu et que nos souffrances ne sont jamais vaines.

*Josy B.*

Voilà un livre passionné, inspiré, rempli d'amour et de vérité. Je l'ai dévoré! Anais

”

Ce livre est authentique et ne te laissera pas indifférente.

*Hartense*

Poignant, bouleversant mais en même temps rempli de sagesse, de repentance, de pardon et de l'Amour d'un **Sauveur** qui nous aime par-dessus tout...

*Tiana O.*

Ce livre est bien plus qu'un livre ordinaire. on peut vraiment sentir l'onction. Chaque chapitre est particulier. Ce livre me touche, me bouleverse et me chamboule à l'intérieur de moi-même. **Ascoua**

“

Écrit avec talent par une plume en devenir, voilà un livre décomplexé qui traite du sujet pourtant complexe de l'amour! Jérémie G.

Je suis émue par  
la **FRANCHISE**  
du cœur d'Élodie.

*Justine S.*

*Plus je lis le livre, plus je me rends compte de la pertinence de cet ouvrage quant à la préparation au mariage dans ma vie. Iman*

Écrit avec le cœur, les tripes même, inspiré, vrai,  
tel est cet ouvrage "brut de décoffrage".

PIERRE B.

UN LIVRE  
SI PROFOND.  
SI POIGNANT.  
J'EN AI PLEURÉ.  
*Patricia*

J'ai beaucoup aimé le livre,  
principalement la dernière partie  
très pratico-pratique.  
*Alexandrine*

Ce livre va toucher et  
changer énormément  
de personnes.  
*Steve*

Riche en expériences,  
de nombreux **CONSEILS**  
pratiques permettant  
d'appréhender la néces-  
sité de préparer le mariage,  
et beaucoup d'humour.  
*Marius M.*

*Excellent, à lire absolument!  
Un livre édifiant, riche en conseils.  
Des passages reconfortants.*

**PRISCILLA**

J'ai dévoré le livre et  
SURKIFFÉ le ton et le style !

*Katrien*

Ce livre va aider beaucoup de  
femmes à se connaître et à  
connaître les intérêts de Dieu  
concernant le mariage. Mandy

*Ce livre est tellement bien,  
il est extraordinaire, merci!  
Il est tellement bien détaillé  
et j'aime trop les blagues  
d'Élodie! Merci à elle d'avoir  
ouvert son cœur et d'être  
si transparente. C'est un  
livre complet que je vais  
recommander à toutes mes  
amies. Un grand merci!!!!!!*

*Sonia*

Ce livre est une pépite et je pèse mes mots ! Il m'a beaucoup touchée.  
Premièrement parce qu'il a été une révélation pour moi par rapport au  
but du mariage pour les chrétiens. Deuxièmement, c'est vraiment un  
TÉMOIGNAGE ! Élodie se confie avec un franc-parler et beaucoup d'humour  
sur son histoire. Troisièmement, il est rempli de conseils afin que l'on puisse  
avoir un futur mariage réussi en Christ.

**ALEXANDRA**

Tu ne ressortiras pas la même  
après avoir lu ce livre. Le contraire  
est impossible ! **FONCE!**

*Caroline*

**Ce livre est top ! Il nous permet de connaître la pensée de Dieu quant au mariage et de saisir l'importance de la préparation. Élodie, merci !**

*Oriane*

J'ai été  
captivée dès  
les premières  
pages.

**Lola**

Un livre empli de sagesse,  
d'humour et d'authenticité. Élodie se livre  
sans filtre. Son objectif ?  
Transmettre ce qu'elle a  
appris aux femmes qui  
souhaitent se marier  
selon le plan de Dieu.  
NADINE N.



*Sommaire*

REMERCIEMENTS. . . . . 11

MISE EN BOUCHE: MES BLESSURES ONT BIEN PLUS À T'APPORTER QUE MES VICTOIRES! . . . . . 17

PARTIE I Suis-je faite pour le mariage? . . . . . 39  
Chapitre 1 | Et si j'étais faite pour le célibat? . . . . . 41  
Chapitre 2 | Connaître l'intention de Dieu pour le mariage . . . . . 47  
Chapitre 3 | Et si Dieu me réservait un homme que je n'aime pas? . . 77

INTERLUDE. . . . . 85

PARTIE II Let's get prepared!. . . . . 87  
Chapitre 1 | Une préparation intentionnelle . . . . . 89  
Chapitre 2 | Le célibat, un allié dans la préparation au mariage . . . 97  
Chapitre 3 | Amoureuse de Dieu avant tout . . . . . 105  
Chapitre 4 | Une femme selon le cœur de Dieu . . . . . 113  
Chapitre 5 | Une femme qui s'aime et qui peut aimer en retour . . 125  
Chapitre 6 | Connaître son appel, avoir une vision pour sa vie . . . 141  
Chapitre 7 | Il faut un homme fort pour apprécier une femme forte 149  
Chapitre 8 | Nous débarrasser de nos valises émotionnelles . . . 155  
Chapitre 9 | Notre corps est un temple, chérissons-le! . . . . . 173  
Chapitre 10 | Et mes finances, je les prépare aussi au mariage? . . 201  
Chapitre 11 | Et si on parlait sexe? . . . . . 213

PARTIE III Le choix du conjoint . . . . . 223  
Chapitre 1 | Des critères et un choix . . . . . 227  
Chapitre 2 | Écris la vision . . . . . 253  
Chapitre 3 | Proclame la vie sur ta situation . . . . . 259  
Chapitre 4 | Dating: savoir relationner avec des hommes. . . . . 265  
Chapitre 5 | Let the man do the chasing! . . . . . 273

AVANT DE NOUS DIRE AU REVOIR... . . . . 277

*Cacophonie nocturne issue de ces rêves explorés.* . . . . . 279



# REMERCIEMENTS



J'aimerais remercier mon amie Sofia pour ses encouragements dans l'écriture de ce livre : « *Tu es tellement passionnée par ce livre, Élodie, vas-y, lance-toi ! C'est certain, il sera une bénédiction pour beaucoup de personnes.* » Je fais preuve tout au long de ces écrits d'une grande vulnérabilité. Et si jamais j'étais trop ouverte, trop honnête, trop personnelle, trop vraie dans les lignes qui le composent ? Ne devrais-je pas me protéger, montrer une image de moi plus lisse, plus acceptable, plus honorable ? Une partie de ma vie personnelle, de mes rêves, de mes secrets les plus précieux est dévoilée. Que vont penser de moi mes amis, ma famille lorsqu'ils liront ces pages ? Il y a eu des moments durant lesquels j'ai eu peur. Peur de décevoir, peur de ne pas être à la hauteur, peur que cet ouvrage ne soit pas assez bien rédigé et qu'il n'intéresse que moi. Puis, Sofia a eu cette phrase : « *Au contraire, sois toi-même, ose te montrer vulnérable. Les gens ont besoin de ça pour pouvoir s'identifier.* » Merci, Sofia. Si je ne suis pas vraie, ce livre n'a aucune raison d'exister. Ma vulnérabilité, ma personnalité et mon cœur sont mis à Ton service, Seigneur.

J'ai dû, à certains moments, me référer à mon premier mariage, au divorce et à ce que cela a produit en moi. Ce fut le catalyseur de ce projet. J'ai essayé de rester le plus pudique possible sur le témoignage de cette ex-vie à deux, dont les détails ne m'appartiennent pas seule et que je ne saurais révéler sans le consentement explicite du codétenteur. Si jamais ces mots devaient parvenir un jour jusqu'à lui, j'aimerais lui dire qu'il n'y a absolument aucune intention négative dans le partage effleuré de notre expérience passée. Lorsque mon regard se tourne vers notre histoire, qui ne s'écrit plus au présent, un sourire s'esquisse sur mon visage et je resterai pour toujours reconnaissante pour toutes les

choses merveilleuses que j'ai pu découvrir et apprendre à ses côtés et au travers de cette expérience. Merci pour ces moments de vie, A., que ta route soit habitée par la présence du Seigneur à tout jamais.

J'aimerais enfin remercier les « encourageurs », ces personnes placées sur mon chemin qui, au travers d'une parole, d'une image, d'un coup de main, d'une collaboration font qu'aujourd'hui tu peux tenir ce livre entre tes mains. Alors, merci à :

- **Mike**, pour cette parole que tu m'as partagée en août 2018, à Singapour, concernant l'appel que Dieu a placé en moi pour toucher certains de Ses enfants au moyen de l'écriture.
- **Katrien**, pour cette image d'un livre que tu as reçue alors que nous nous connaissions depuis quelques heures et que nous prenions un petit thé. Tu ne savais pas que, juste avant notre rencontre, j'avais demandé à Dieu de me confirmer que ce projet d'écriture était bien inspiré par Lui. Merci également car, alors que j'écrivais mes toutes premières pages, tu me proposais déjà de m'aider à le partager avec d'autres femmes lorsqu'il serait terminé.
- **Nadine**, ma *godly friend*<sup>1</sup> qui a porté ce projet dans ses prières et m'a soutenue dès le début. Tu es généralement la première personne vers qui je me tourne quand je me sens abattue et tu n'hésites jamais à me parler sans détour, avec douceur et fermeté, en me rappelant qu'abandonner n'est pas une option. Tu as la sagesse, la patience, le recul que je n'ai pas. Tu es la gardienne de mes plus grands rêves et projets, l'une des seules personnes avec qui je peux me montrer vulnérable, car en ta présence je suis toujours restaurée et relevée. Sans ton amitié, je ne serais pas celle que je suis aujourd'hui. Que les liens qui nous unissent ne se rompent jamais, mais qu'ils soient renforcés d'année en année. Nous avons encore tant de combats à mener, de bonheurs à partager et de projets à réaliser. J'ai tellement hâte de présenter ce livre très prochainement aux Norvégiennes !
- **Tweli**. Il y a des rencontres qui sont des évidences. Tu en fais partie. Mes mots sont trop petits pour décrire ce que je ressens à ton égard. Je t'admire, tu m'inspires, je te respecte, tu es un modèle de femme à qui je souhaite ressembler. Ta force est enveloppée d'une douceur

1. Je fais ici référence à un club pour femmes que Nadine avait à cœur, pour lequel nous avons prié pendant des années et qui a vu le jour : le Godly Women Club. Le but de ce club est d'aider chaque participante à devenir une femme selon le cœur de Dieu.

extrême qui m'apaise. Tu es une femme dotée d'une autorité divine qui fait exploser les obstacles. Tu es aussi l'une des clés de voûte de ce projet, celle grâce à qui *Girls, Let's Get Prepared For Marriage* pourra être apporté aux lecteurs et lectrices anglophones. Tu as cru dans ce projet même lorsque j'étais prête à baisser les bras. Tu m'as encouragée et m'as poussée à rêver plus haut. Tu n'as aucune idée du rôle capital que tu as joué !

- **Pierre.** Tu as été la réponse à ma prière alors que je demandais à Dieu de m'envoyer un bras droit pour organiser la sortie du livre. Ta présence m'a apporté beaucoup de sécurité et de confiance. Tu es un homme bon, loyal, passionné de Dieu, et je suis fière d'être ta cousine.
- **Emma,** la « gouache » qui m'a permis de peindre l'un des manifestes les plus poignants et intimes que je partage dans ce livre (« La fidélité dans le célibat »). Tu es dotée d'une grande sagesse et d'une intelligence rare qui font de toi une femme d'exception. Depuis le début de cette aventure, tu m'encourages par tes mots et tes actions en mettant bon nombre de tes dons et ta créativité au service de ce projet. Je me sens si honorée de pouvoir t'appeler mon amie. Tu es précieuse, *and I love you so!*
- **Arisbe.** Depuis notre première rencontre, mon cœur a été ébranlé par ton esprit de générosité. Tu es à mes yeux une incarnation de la générosité suprême. Nous sommes très rapidement devenues amies et les trésors de ta personnalité enrichissent grandement ma vie. Merci d'être la merveilleuse *digital manager* de ce projet ; grâce à toi et à ta sensibilité, ce rêve de créer une communauté digitale autour du célibat féminin chrétien devient réalité.
- **Rebecca et Yu Jin,** mes mentors de Singapour, mes référents, mes puits de sagesse, mon modèle d'un couple fort et uni dans le Seigneur, mais avant tout mes amis fidèles et aimants. Je vous aime.
- **Kim,** mon fidèle ami, un homme auprès de qui j'aime chercher conseil, mon « encourageur » rempli de lucidité, dont la raison canalise la fougue qui me caractérise. Tu m'aides à aller de l'avant, à me structurer, et tu n'as de cesse de me challenger pour m'aider à devenir la meilleure version de moi-même. Tu occupes dans mon cœur une place spéciale et je serai toujours là pour toi.

- **Élise.** Quel challenge difficile as-tu accepté en relisant l'intégralité du livre, et ce quelques semaines seulement avant son lancement ! Ton professionnalisme couplé à ta générosité m'a littéralement bouleversée. Je ne sais pas ce que j'aurais fait sans toi. Je te dois beaucoup.

Et, bien entendu, merci à Toi, Jésus, Amour de ma vie, Celui qui a déposé ce désir d'écriture sur mon cœur et l'a rendu possible. Tu es mon tout et l'objet de mon existence. J'ai eu si peur, j'ai tant de fois trébuché et failli abandonner. Pourtant, dans Ton infinie grâce et Ton incomparable bonté, Tu n'as jamais renoncé à m'utiliser, moi qui ne suis pas un exemple, pour parler aux femmes qui T'aiment et sont célibataires. Tu as vu mes faiblesses et m'as entourée d'amis incroyables et talentueux pour réaliser, ensemble, cette mission. Voici Ton livre, nous y sommes arrivés en équipe avec Toi comme chef d'orchestre ; j'espère que Tu es fier et qu'il sera un puissant outil de bénédiction pour nombre de Tes enfants. Que Tu sois toujours mis à l'honneur et que toute gloire Te soit rendue. Je T'aime, je T'aime, je T'aime.

Et voilà, il est temps de rentrer dans le vif du sujet, il est temps que je te dévoile ce projet !

Que ce livre pétille, telle une explosion de saveurs en bouche, qu'il t'émoustille, toi, lectrice, qu'il te procure joie, découverte, réflexion et un désir fort de pleinement croquer la vie, ta vie et cette vie à deux en devenir.

Avec toute mon amitié,

*Élodie*

# LÉGENDES



**T**u retrouveras les encarts suivants tout au long du livre ; ils ont été conçus afin d'enrichir ton voyage littéraire ☺

## TÉMOIGNAGE



Afin d'illustrer certains thèmes qui me semblaient importants, j'ai décidé de t'ouvrir mon cœur en te partageant quelques témoignages personnels ou bien des situations vécues qui m'ont été rapportées.

## CONSEIL D'UNE SŒUR



Si j'avais eu une petite sœur (je suis la benjamine d'une sororité de trois), voici les conseils que je lui aurais prodigués afin de lui épargner des souffrances et de l'aider à vivre sa relation de couple de la plus belle manière qui soit.

## PRIÈRE INSPIRÉE

Une prière spécifique, pour toi, sur le sujet abordé dans le chapitre.

## À RETENIR/IN A NUTSHELL

Les principes de cette section sont primordiaux et méritent que nous les mettions en exergue, afin de pouvoir méditer dessus et de les laisser infuser en nous.

## POUR ALLER PLUS LOIN

Une liste de ressources qui te permettront d'approfondir un thème discuté.

# MISE EN BOUCHE : MES BLESSURES ONT BIEN PLUS À T'APPORTER QUE MES VICTOIRES !



**Warnings!** Es-tu sûre de vouloir lire les lignes qui vont suivre ? Au travers de cet ouvrage, je vais parfois évoquer mon propre parcours sur lequel s'appuie ma réflexion. Ce parcours est loin d'être lisse. Si tu t'attends à lire le récit d'une petite chrétienne à la vie parfaite et exemplaire, alors je t'invite à fermer ce livre dès maintenant car tu risques d'être pleinement déçue. Les pages qui vont suivre reprennent mes réflexions de vie qui ont pris naissance dans le chaos de mon cheminement. C'est aussi pour cela que publier mes écrits me coûte autant. Je me mets à nu et j'expose des faits, des situations, des comportements dont je n'ai absolument pas à me vanter. Mais voilà, ils font partie intégrante de mon histoire, que cela plaise ou non. En revanche, la merveille de ce récit, c'est de voir la main de Dieu posée sur ma vie, Son secours, Sa protection et Sa direction. Malgré mes imperfections, mes manquements, mes ô combien nombreux péchés, les mauvais choix que j'ai faits, Il est resté fidèle. Il est resté à mes côtés, ne m'a pas abandonnée et a toujours maintenu un plan EX-TRA-OR-DI-NAIRE pour moi. Dieu ne fait pas de favoritisme. Il a aussi un plan merveilleux pour ta vie, c'est Sa promesse :

« Car Je connais les projets que j'ai formés sur vous, dit l'Éternel, projets de paix et non de malheur, afin de vous donner un avenir et une espérance. »

*Jérémie 29:11 (Segond 1910)*

Voilà l'objet de ce livre. Peu importe d'où tu viens, peu importe ton passé, Dieu veut te dire aujourd'hui ceci : « *Je suis toujours là et j'ai toujours un plan extraordinaire et merveilleux pour toi.* » Dieu ne te met pas d'étiquette, ne te *blacklist* pas pour la vie, Il t'a rachetée, Il te rétablit. Rien n'est trop grand, rien n'est trop grave, rien n'est trop horrible pour Dieu : Son désir est de te restaurer complètement et de te positionner sur la route de ta destinée. La vraie question aujourd'hui est la suivante : souhaites-tu laisser ton passé dicter ta destinée ou fais-tu le choix de laisser Dieu aux commandes de celle-ci dès aujourd'hui (si ce n'est déjà fait) ?

C'est parce que Dieu m'a affranchie de mon passé, des étiquettes que la société posait sur moi qu'aujourd'hui je peux rêver, vivre un présent et un futur radieux et surtout avoir le courage d'écrire ce livre.

Certains pensent que je ne suis pas la personne la mieux placée pour écrire un ouvrage sur le mariage. Mais, aujourd'hui, je suis convaincue que mes blessures ont bien plus à t'apporter que mes victoires.

À cet instant présent, je fais le choix risqué de t'ouvrir ma vie pour que tu ne te sentes pas seule, que toi aussi tu rejettes les stigmates du passé, ces carcans qui t'empêchent d'entrer pleinement et avec liberté dans ta destinée !!!



Si donc le Fils vous affranchit, vous serez réellement libres. »

*Jean 8:36 (Darby)*

*Très jeune mariée et jeune divorcée*

Pourquoi ce sujet me touche-t-il si profondément ? Tout simplement en raison de mon histoire personnelle.

À la maison, on parlait peu des relations amoureuses. Et si jamais on en parlait, cela restait superficiel. J'aurais aimé avoir une confidente à cette époque, quelqu'un de plus mature, de plus expérimenté qui puisse me partager ses expériences, m'avertir des dangers qui me guettaient, me parler afin que je profite de mon adolescence pour évoluer dans la bonne direction. En même temps, à cette époque, les « vieux » (entendez alors les plus de trente-cinq ans !) ne comprenaient rien à l'amour, le vrai

selon moi, l'amour passionnel, fusionnel, exaltant, tressaillant. J'avais occulté que les « vieux » avaient été jeunes et que la passion caractérise la jeunesse, toutes les jeunesses, et ce quelle que soit l'époque.

C'est donc profondément amoureuse que je me suis mariée à dix-neuf ans. La veille de nos sept ans de mariage, mon mari d'alors m'a annoncé sa décision de divorcer. Si les raisons n'ont jamais été clairement énoncées, je me souviens toutefois d'une phrase qu'il m'a dite : « *Nos visions pour la vie ne sont plus les mêmes.* » Mon cœur a été dévasté, la douleur était telle que je suis restée un certain temps dans une phase de déni. J'ai prié Dieu de sauver mon mariage et de me montrer les domaines dans lesquels j'avais échoué. Il s'ensuivit une période de six mois durant laquelle Dieu m'a parlé cœur à cœur. Tel un oignon que l'on épluche, Il a ôté une couche après l'autre, me révélant pas à pas les domaines dans lesquels j'avais failli jusqu'au jour où j'ai entendu : « *Tu n'as pas été une épouse selon mon cœur.* » Mon cœur s'est brisé. Combien j'ai eu mal en entendant cela, combien j'ai pleuré, combien j'ai regretté, combien j'ai souffert. Oui, j'ai sincèrement aimé mon mari, mais je suis venue dans ce mariage avec d'ÉNORMES valises émotionnelles, des problèmes irrésolus dans ma vie, dans mon être tout entier.

Pour être tout à fait franche, je ne savais pas ce qu'était une femme selon le cœur de Dieu. **Je n'avais pas pris le temps de me former avant de me marier et mon manque de préparation a fortement contribué à faire échouer mon couple.** Je suis ensuite passée par deux très longues années et demie de séparation avant que le divorce ne soit finalisé. Je m'étais battue pour que mon mariage soit restauré, mais cela n'a pas suffi et le divorce a été prononcé un mois d'avril.

L'épisode qui suit restera gravé à jamais dans ma mémoire. Le jour où a été prononcé le divorce, j'ai pris mon alliance, j'ai enfourché mon vélo et je me suis rendue au bord de la Seine. Je me suis ensuite assise en face du cours d'eau et j'ai dit à Dieu : « *Seigneur, je suis tellement désolée, j'ai tout essayé pour sauver mon mariage.* » Et là, j'ai eu une vision. J'ai vu Jésus assis à côté de moi qui pleurait et me disait : « *Ce n'est pas ce que J'avais prévu pour toi, mais tu as deux choix aujourd'hui : ou tu demeures sur ce divorce et traînes cet échec tout au long de ta vie ou bien tu le remets entre Mes mains et J'en ferai jaillir des pépites d'or.* » Je Lui ai alors répondu : « *Je Te le donne, Seigneur.* » Je suis rentrée

chez moi apaisée et remplie d'un espoir nouveau. Dieu est Celui qui fait naître la beauté des cendres.

◀◀ [...] pour donner aux habitants de Sion en deuil une belle parure au lieu de la cendre, une huile de joie au lieu du deuil, un costume de louange au lieu d'un esprit abattu [...]. »

*Ésaïe 61:3 (Segond 21)*

C'était Sa promesse. Tout n'est pas devenu facile du jour au lendemain, mais Dieu a entrepris un long travail de reconstruction lié à l'échec de mon mariage mais aussi aux autres problèmes de ma vie qui n'avaient pas été réglés (je te rassure, je suis loin d'être parfaite, car le processus de sanctification est le travail de toute une vie!). Ma relation avec Dieu a changé, je suis rentrée dans une nouvelle intimité. Cela a été le catalyseur de ma vie, l'électrochoc qui m'a amenée à véritablement chercher ce qu'est une femme selon le cœur de Dieu. Alors que j'entrais dans ces révélations, j'ai eu ce fardeau qui devenait de plus en plus pesant sur mon cœur de partager ces révélations avec d'autres femmes. Si la peine incommensurable et les apprentissages qui ont émané du plus grand échec de ma vie pouvaient au moins servir à une personne, alors cette blessure n'aura pas été vaine.

Terri Savelle Foy a dit un jour : *"The cheapest way to learn is from others' experiences"*.<sup>2</sup> Brian Houston, *senior pastor* de l'église Hillsong, a lui-même déclaré qu'il y a dans la vie trois façons d'apprendre : de manière simple, difficile ou tragique. L'apprentissage tragique consiste à ne rien apprendre. L'apprentissage difficile résulte de la prise en compte des enseignements tirés de nos erreurs. Enfin, l'apprentissage facile, c'est tout simplement apprendre des erreurs des autres. Alors, ce que je te propose, c'est un apprentissage facile à travers mes erreurs ☺

Voici l'une des raisons qui m'a conduite à l'écriture de ce livre : partager mes échecs et mes expériences afin que d'autres puissent en tirer des leçons et s'éviter des souffrances.

2. « La manière la plus économique d'apprendre est de tirer des leçons des expériences des autres. »

30 ans et un voyage qui bouleverse tout!

Il y a également une deuxième raison plus personnelle ☺ Là, je vais t'ouvrir mon cœur et te partager un secret qui t'aidera peut-être dans ton propre cheminement.

Dieu m'a offert un merveilleux cadeau à l'occasion de mes trente ans en me conduisant en Israël avec le ministère Harvest Ministry de Thierry Kopp (avec qui j'ai fait mon école biblique). Avant de te révéler ce dont il s'agit, laisse-moi te donner un peu de contexte. Quelques semaines avant d'entreprendre ce voyage, j'avais déclaré à Dieu que s'il était préférable que je reste célibataire toute ma vie et ne fonde pas de famille afin de me dédier entièrement à Ses œuvres, alors j'étais disposée à ce qu'il en soit ainsi. Je n'avais pas reçu de confirmation de Sa part, mais mon cœur était dans une plénitude et une paix totales. Je m'imaginai alors bien ne jamais me remettre en couple, rester célibataire toute ma vie et ne pas avoir d'enfants. C'était un choix de cœur personnel que j'avais gardé pour moi.

Le jour de mon anniversaire (en Israël), j'ai eu la surprise d'être conviée à m'approcher afin que plusieurs leaders prient pour moi. J'ai non seulement été bénie par de nombreuses prières, mais j'ai également reçu des prophéties, et les paroles suivantes ont été déclarées : « [...] *Et aussi, pour ton partenaire, attends. C'est Moi [Dieu] qui vais te le donner quand tu seras prête et Je vais te donner un homme préparé, un homme selon Mon cœur, qui pourra t'accompagner dans ton appel. Attends, car c'est Moi qui vais te le donner.* » Quelle surprise! J'avais sincèrement remis mon désir de fonder une famille sur l'autel du Seigneur et, au moment où je m'y attendais le moins, j'ai reçu cette parole me confiant que non seulement le mariage faisait partie du projet de Dieu pour ma vie, mais que c'est également Lui qui allait l'orchestrer!

Le déclic dans l'écriture de ce livre

J'ai écrit les premières lignes de cet ouvrage un soir de juin 2017 alors que, effondrée en pleurs sur mon lit, je criais vers Dieu : « *Seigneur, quel est l'appel que Tu as placé sur ma vie, que veux-Tu faire de moi?* » J'ai alors pris une feuille de papier et j'ai commencé à noter les dons et les passions qui m'animent. Les trois premiers dons qui me sont venus à l'esprit ont été : Encourager. Faire des discours. Écrire.

Puis, j'ai pris la feuille sur laquelle étaient notés mes objectifs de vie et j'ai relu : « [...] *Construire des mariages forts et aider les femmes célibataires à se préparer à cette union et à sortir du célibat.* »

Ce fardeau<sup>3</sup> n'a cessé de croître au fil des années, confronté au poids grandissant du célibat dans nos églises. Voilà ce qui brûle dans mon cœur et voilà ce qui t'amène à me lire aujourd'hui.

L'une des plus grandes missions de la famille est de refléter l'amour de Dieu et la relation qu'Il a souhaité avoir avec nous en nous créant. **Une société solide repose avant tout sur des couples et des familles solides, équilibrés, épanouis et heureux.** C'est pourquoi l'ennemi attaque autant les familles aujourd'hui, car, au travers d'elles, c'est la société tout entière qu'il vise. Alors que je discutais à ce sujet avec le Seigneur, Il me révéla les deux angles d'attaque principaux choisis par le malin :

**1. La montée en puissance du divorce**, même parmi les couples chrétiens (j'en suis la preuve vivante). Le nombre de divorces n'a jamais été aussi élevé. En France, en 2016, le taux de divorce était de 45 % environ<sup>4</sup>. Les causes principales sont l'infidélité, l'égoïsme du partenaire, le mauvais caractère, les comportements abusifs, les désaccords concernant l'avenir, l'incompatibilité, l'argent, le travail et les beaux-parents.

**2. Le célibat prolongé** : beaucoup de chrétiens en âge de se marier et désireux d'unir leur vie à un conjoint ne parviennent pas à sortir du célibat. Cela amène beaucoup d'entre eux à remettre leur foi en doute, à vivre une vie de frustrations, sans pouvoir développer le plein potentiel qui est en eux et réaliser les rêves qui les animent.

Devons-nous nous asseoir sans rien dire face à ce fléau qui se répand et fait de nombreuses victimes sur son passage ? Devons-nous nous taire et courber le dos face aux attaques de l'ennemi ? Ne sommes-nous pas les enfants du Roi des rois ? N'avons-nous pas à nos côtés le Dieu de victoire ? N'est-il pas temps que nous brandissions nos armes et marchions avec assurance vers les forces opposantes ? N'est-il pas temps de réveiller les guerrières qui sommeillent en nous et de dire à l'ennemi qu'il n'a aucune autorité sur notre destinée ? Nous devons

3. Lorsque je parle de « fardeau », je parle d'un poids sur mon cœur qui, entouré d'une compassion qui me dépasse, me donne envie de lutter pour une cause. Dans ce cas précis, j'ai reçu une compassion et un énorme amour pour les célibataires chrétiens qui souhaitent se marier, ce qui m'a conduit à mettre en place le ministère Ggpfm.

4. Source : [jurifiable.com/conseil-juridique/droit-de-la-famille/divorce-france-statistiques](http://jurifiable.com/conseil-juridique/droit-de-la-famille/divorce-france-statistiques)

nous emparer des promesses de Dieu pour notre vie. Nous devons dire « stop », nous lever, nous battre et récupérer ce qui est déjà à nous !

## L'origine du titre

J'ai reçu le titre de ce livre en rêve avant même de me lancer dans l'écriture. D'ailleurs, c'est le titre lui-même qui a guidé les thématiques de cet ouvrage tel un fil rouge que je devais suivre. Ce qui est intéressant, c'est que Dieu m'a donné ce titre en anglais : *Girls, Let's Get Prepared For Marriage!*

Je pense qu'il y a deux raisons principales à cela :

1. Chaque mot ou construction en anglais a son importance et je vais vous les décrypter.
2. Mon cœur est depuis mon adolescence tourné vers l'anglophonie et je pense que Dieu souhaite exporter cet ouvrage vers un public plus large que le public francophone.

*Meaning of each word*<sup>5</sup> :

- *Girls*. Dieu me disait : « *Je souhaite que, telle une grande sœur, tu t'adresses aux jeunes filles qui envisagent le mariage, se posent de nombreuses questions ou sont dans la peine à cause du célibat. Je veux que tu leur parles de cœur à cœur, sans tabou, sans filtre, sans vocabulaire précieux ou chichi. Telle une confidente, tu leur ouvriras ton cœur et leur raconteras tout ce que Je t'ai dit et enseigné sur le sujet. Sois Ma voix, sans jugement, en douceur et avec le cœur d'une sœur remplie d'amour et de compassion.* » *Girls* a également une connotation familière qui démontre que le livre se destine aux jeunes et se veut informel, vrai, sans filtre, sans tabou.
- *Let's get*. En anglais, cette construction invite à l'action. Mon livre n'est pas un roman qui encourage la passivité et qui ne te ferait voyager qu'au travers de ton imagination. Non, non et non. D'ailleurs, ceux qui me connaissent te le diront. Je suis une passionnée de la vie, une enthousiaste, une vivante, une aventurière, une « bombe » (*jajaja*<sup>6</sup>, à vous de choisir le sens de ce mot) qui a besoin de voir les

5. « Signification de chaque mot ».

6. Mot espagnol synonyme de « ha ! ha ! ha ! » qui se prononce « rarara » et qui fait partie de mon vocabulaire quotidien.

choses bouger et avancer. Ce livre est avant tout le reflet de mon expérience et de ma personnalité. Au moyen de ce partage et de ces réflexions, je voudrais t'inviter à l'action, à te poser des questions, à les soumettre au Seigneur et à répondre à ce qu'Il te révélera au moyen d'initiatives concrètes, tangibles qui te permettront d'avancer et de progresser sur le chemin qui te conduira au mariage.

L'un de mes versets favoris de la Bible est le suivant :

◀◀ La foi sans les œuvres est morte. »

*Jacques 2:26 (Segond 1910)*

Alors, s'il te plaît, ne te contente pas de lire et d'acquiescer, peut-être ; ne laisse pas les semences de ce livre rester stériles. Cet ouvrage est pour toi, mets-le à profit. Prends-le comme un compagnon de route, mais **prends cette route et décide de te mettre en chemin si le mariage est un rêve que tu nourris dans ton cœur !**

- *(Get) prepared.* Cette construction induit le processus. Et c'est absolument cela : la préparation prendra du temps et sera jalonnée de plusieurs étapes. C'est le jeu. Mais c'est un très joli voyage à entreprendre qui t'aidera à mieux te connaître toi-même et à mûrir.
- *For.* Préposition qui introduit le but. La préparation est non seulement intentionnelle mais vise également un objectif, et c'est cet objectif qui te fera tenir dans les moments de découragement.
- *Marriage!...* Et cet objectif est le mariage, un rêve qui deviendra réalité, je l'espère de tout cœur.

Je t'ai parlé précédemment du côté informel du livre, de sa liberté. Cette liberté s'exprime notamment par l'usage de mots qui pourront en surprendre quelques-uns. Derrière se tient une volonté délibérée de provoquer afin de faire émerger des questions sur des sujets importants. Cette liberté, je me la suis également octroyée en utilisant beaucoup de « franglais » ou d'anglais. C'est ma manière de m'exprimer au quotidien et ce livre est avant tout une conversation entre toi et moi. Le recours à l'anglais me permet également de déployer une palette de mots plus large pour mieux exprimer ma pensée et ce que je ressens. Enfin, ne sois pas

surprise par le nombre de « ! » et de « ... » ainsi que par les émoticônes qui parsèment les lignes à venir. Ils donnent le ton et doivent t'aider à saisir l'esprit avec lequel je dis les choses. Je pense que tu es briefée, parée pour te plonger dans la lecture des pages qui suivent.

Ne cours pas ta course seule !

En octobre 2018, mon amie Gloria et moi avons accompagné un groupe de jeunes adultes d'Angleterre en mission en Inde. Au cours du séjour, un match de foot a été organisé avec des jeunes filles issues de quartiers défavorisés et le groupe de filles missionnaires. On m'avait ainsi demandé de jouer. Invitation que j'avais déclinée car je n'ai jamais joué au foot, ne me sens pas intéressée par ce sport et ne connais pas les règles. Durant la première partie du jeu, ces préadolescentes indiennes ont été très largement menées par le groupe de filles missionnaires. J'observais leur jeu. Elles n'étaient pas bien dispersées sur le terrain, leur course manquait de passion et de vitesse, et leurs tirs étaient bien trop doux. Je ne sais peut-être pas jouer au foot mais, s'il y a une chose que je sais, c'est que, pour marquer un but, il faut y aller franco, y croire et ajouter de la puissance à la précision du tir. Alors que l'écart se creusait de plus en plus, nos amies indiennes perdaient petit à petit espoir, et cela affaiblissait encore davantage leur médiocre performance. Ce n'était pas possible, elles ne pouvaient pas se laisser aller ! Nous étions venues d'Angleterre pour les encourager et puis, au milieu de ce désastre footballistique, depuis les tribunes, je voyais ce qu'elles ne voyaient plus : la victoire !

À la mi-temps, je me suis levée et me suis tournée vers elles avec passion : *« Les filles, il va falloir changer de jeu, j'ai besoin de femmes fortes, de femmes qui se démènent, de femmes qui y croient, de femmes qui utilisent la force pour tirer, des femmes endurantes qui vont courir rapidement et avec énergie pour récupérer la balle. Et ces femmes, je les vois, elles sont devant mes yeux. C'est vous. Vous pouvez y arriver, je crois en vous, vous allez gagner, en fait NOUS allons gagner car, à partir de maintenant, je rentre dans le jeu à vos côtés. Je vais vous encourager et je ne vous lâcherai pas. High five! »*

Elles sont retournées sur le terrain avec une passion, une force et un esprit renouvelés. **Elles s'étaient défaites de leur manteau d'échec et**

**avaient revêtu un manteau de victoire**, celui qui sied parfaitement aux filles du Roi des rois. Elles y croyaient et ne cessaient de tourner les yeux vers moi en guise d'approbation ou pour puiser de l'espoir. J'ai vécu cette deuxième mi-temps avec mes tripes, courant à leurs côtés, m'exaltant de joie à chaque but marqué, vociférant des « *Cours, cours, cours plus vite* », « *Power, power, power, kick this ball with power!* », « *You can do it!* », « *Well done!* », « *Go, go for it!* »<sup>7</sup>. Et la victoire fut triomphale. Plus les filles gagnaient, plus leur jeu s'affirmait et plus elles prenaient confiance en elles. Les sourires ne se détachaient plus de leur visage et je voyais sur le terrain des femmes fortes, combattantes et passionnées. Nous avons finalement remporté ce match. Les réjouissances furent ponctuées par de nombreuses accolades et *high five*. La victoire était la nôtre et leur vie, je l'espère et le crois sincèrement, restera à tout jamais marquée par ce qui venait de se passer.

Le soir, en rentrant à l'hôtel, le Seigneur confirma ce que je venais de toucher du doigt (et qui fera probablement l'objet d'un prochain livre) : le pouvoir de l'encouragement. Un ami marathonien me prodiguait des conseils en vue d'une course que je préparais. Il me racontait que l'encouragement et le soutien des proches sur le parcours d'un marathon constituaient les éléments décisifs qui permettaient de finir la course et de remporter une médaille. « *Écris sur ton dossard ton prénom afin que les gens, même s'ils ne te connaissent pas, puissent crier ton nom. Cela va créer une énergie nouvelle en toi. Demande à ta famille, à tes amis, de se positionner à des endroits stratégiques de la course afin de te porter par leurs applaudissements et de te soutenir lorsque l'envie d'abandonner te visitera. Ne cours pas ta course seule, ce serait là ta plus grosse erreur!* »

C'est aussi ce que je veux te dire aujourd'hui et cela fait partie de l'appel de ma vie : « *Ne cours pas ta course seule.* » Au travers de ce livre, toute la communauté de Glgpfm<sup>8</sup> et moi-même souhaitons être à tes côtés durant cette course qui te mènera au mariage. Je demande à Dieu qu'Il puisse nous utiliser comme des *cheerleaders* pour t'encourager lorsque le désespoir tentera de t'atteindre. Nous voulons nous tenir sur la brèche

7. « *De la puissance, de la puissance, de la puissance, tire dans cette balle avec puissance!* », « *Tu peux le faire!* », « *Bravo!* », « *Vas-y, vas-y!* »

8. Retrouve la communauté sur Facebook et Instagram : @glgpfm

et intercéder pour toi. Tu n'es pas seule. Le Seigneur voit ton désir, ta peine et Il t'envoie du soutien.

Au travers de ce livre, je veux te proposer aujourd'hui d'atteindre ensemble, côte à côte, les victoires qui sont déjà les nôtres et que Dieu nous a réservées.

*Women need women*<sup>9</sup>. L'ennemi a essayé de nous atteindre en créant de la division entre nous, mais nous ne le laisserons plus faire. **Des femmes unies sont des femmes qui vont voir la puissance et les miracles de Dieu dans leur vie. Battons-nous ensemble, ne renonçons pas, ne baissons pas les bras, n'abandonnons pas! *Let's go for it!***<sup>10</sup>

**À RETENIR/IN A NUTSHELL** 

Ne cours pas ta course seule!

9. « Les femmes ont besoin de l'aide d'autres femmes. »

10. « Allons-y! »

## TÉMOIGNAGE

*L'amour de ma vie s'en est allé...*

Ce qui suit est issu de mes notes personnelles. Ces dernières remontent à l'époque de la séparation (probablement 2016) ; l'écriture est donc bien différente : plus personnelle, moins filtrée, moins distanciée aussi.

Une histoire se conjugue toujours à deux ou plus. En ce sens, elle ne nous appartient pas totalement et la partager est quelque peu délicat pour les autres protagonistes qui n'ont pas demandé qu'elle soit divulguée et qui, peut-être, l'ont perçue et vécue d'une manière totalement distincte. Je partage donc cette histoire depuis le prisme de mon vécu. Cette démarche n'a nullement été motivée par l'envie de blesser ou de dénigrer qui que ce soit. C'est depuis une évidence, un besoin de mettre par écrit ce récit de ma vie, de témoigner de ce que Dieu a fait pour moi, dans les moments heureux comme difficiles. Les mots coulent, il n'y a aucune peine. Je me dois d'aller au bout de ce processus d'accouchement de ce qu'il y a sur mon cœur. Tout cela me dépasse. Je ne sais pas où cela va me mener, mais je pressens que Tu as un plan. *I love You, my Jesus.*

### **Décembre 2013-début 2014 : quand divorcer n'est pas une option**

Non, je ne peux me résoudre à accepter le divorce par consentement mutuel. Ce serait comme proclamer publiquement (car le divorce en tant que décision de justice revêt un caractère public, communiqué à la société) que le Dieu auquel je crois, Celui qui peut tout, pour qui rien n'est impossible, n'est pas suffisamment grand et puissant pour sauver notre mariage. J'aurais l'impression de renier mes convictions, ce qui guide et définit ma vie, d'ébranler mon identité, de faire imposer celle que je suis, de me séparer des promesses de Dieu et de m'éloigner de Sa présence...

Des murs ont été érigés entre A. et moi afin de nous protéger mutuellement des éventuelles attaques de l'autre. Des masques se sont posés insidieusement sur nos visages. Le paraître est devenu la norme.

Le partage est devenu superficiel. Nous avons gardé nos blessures, nos problèmes, nos difficultés pour nous ou nous les avons partagés avec des personnes qui n'auraient pas dû en être les gardiennes. Le fossé s'est creusé, aussi large que deux océans. Pourtant, nous nous aimions. A. restera pour toujours LE grand amour de ma vingtaine...

### **Printemps 2014 : révélation et transformation**

Six mois ont passé. Le Seigneur m'a transformée. Tout a changé! Mes ambitions ne comptent plus, je ne veux que Dieu et A. Je suis prête à tout laisser : mon travail que j'ai parfois idolâtré, ce pays que j'appelle « *ma maison* », mon église qui m'a accueillie comme une famille, mon indépendance : oui, je veux désormais me soumettre à mon Dieu et à mon mari, avec un cœur joyeux. J'ai compris, enfin!

Cette révélation, fruit d'un long cheminement, je souhaite la partager avec A. Je me lève au milieu de la nuit afin de l'appeler depuis une cabine téléphonique. « *Chéri, je veux tout quitter pour toi. Je veux te rejoindre au Japon.* » Il n'y croit pas. J'ai très probablement sous-estimé la douleur qui l'a conduit à vouloir divorcer. Je n'ai pas vu sa peine, aveuglée par ma colère et mes propres souffrances. « *Pardonne-moi, tendre amour.* »

Pourtant, quelque chose m'échappe, comme si un morceau du puzzle n'était pas en ma possession. Cette distance, cette fuite, ce manque de courage, de transparence. Qu'y a-t-il derrière ? Comment a-t-on pu en arriver là sans nous en apercevoir ? Je dois comprendre, j'ai besoin de comprendre.

Je suis alors convaincue d'une chose : s'il ne peut se résoudre à entendre via ce combiné combien j'ai changé, alors j'irai jusqu'à lui pour le lui dire, quitte à faire 11 000 kilomètres pour cela. [...]

### **Une semaine au Japon : un tournant de vie**

Sans même savoir où il logeait et avec seulement pour adresse son lieu de travail, à plus de 11 000 kilomètres d'où je vis, je suis partie, avec une grande paix, une assurance et une sérénité le retrouver. Je devais aller jusqu'au bout, faire tout ce qui était en mon pouvoir

pour sauver mon mariage. Il fallait entreprendre ce périple, pour restaurer ce qui avait été brisé ou du moins être en mesure d'aller de l'avant sans regret.

Me voilà devant la porte de son lieu de travail. En cette période de pont, la plupart des entreprises sont fermées. Mais je n'ai aucun doute, je sais qu'il sera là, je le sens, le Saint-Esprit me l'a assuré. Toc, toc. La porte s'entrouvre, l'accueil est froid ; l'hôte non averti étant naturellement surpris et choqué. « *Qu'est-ce que tu fais là ?* »

La salle de bains sera celle qui recueillera et étouffera mes pleurs. Un trop-plein d'émotions mélangées depuis des mois. Cette force et ce courage qui m'avaient fait tenir au cours du dernier trimestre avaient également besoin de souffler. Les larmes coulent sur mon visage. J'étais arrivée à bon port, mais l'accueil n'avait pas été celui escompté dans mes rêves. « *Sois forte, tu n'es pas seule. Dieu est ton soutien, ton fidèle ami et ton compagnon de voyage. Tu dois aller au bout de ta démarche. Ne t'accroche pas aux circonstances, au rejet, au mépris et à la froideur qui te sont réservés. Ne t'attache pas aux circonstances qui humainement pourraient t'enterrer plus bas que terre. Regarde à Dieu, puise ta force en Lui, fais-Lui confiance. Il connaît déjà l'issue finale. C'est Lui qui t'a guidée car Il a un plan. Plan que tu ne comprends pas... encore. Mais Il est Souverain.* »

Je sèche mes larmes, passe de l'eau fraîche sur mon visage et sors après de longues minutes passées dans cette fameuse salle d'eau. Il est penaud. La situation doit également être éprouvante pour lui. Nous abordons désormais les questions pratico-logistiques. Il ne souhaite pas que je dorme chez lui. Je comprends, mais c'est un nouveau coup dur. Mes finances sont au plus bas. Ce voyage de dernière minute m'a déjà coûté très cher et les prix en cette période de pont sont exorbitants. Je comptais sur son hospitalité, mais je comprends également son refus. « *Seigneur, pourvois, s'il Te plaît. Je compte sur Toi. C'est Toi qui m'as donné le feu vert.* »

Je trouve finalement une chambre plutôt cossue. De jour en jour, comme une adaptation progressive, le prestige et le confort de la chambre diminuent. Pour la première fois de ma vie, je me retrouve

à dormir dans un dortoir collectif pour filles. Nous sommes au Japon, les salles de bains communes sont extrêmement propres, ce qui est rassurant. Les filles sont respectueuses et discrètes. Il n'y a pas lieu de s'inquiéter. Mais voilà, malgré mes nombreuses recherches et ma persévérance, arrive le jour où je ne trouve pas de logement pour dormir. Que faire ? Le signifier à mon mari afin qu'il m'héberge chez lui ?

Je ne peux m'y résoudre. Ma démarche est sincère, je veux véritablement sauver mon mariage, je ne veux pas qu'il pense que j'use de stratagèmes pour le manipuler, arriver dans sa maison et ensuite le séduire pour parvenir à mes fins. Cela ne ferait qu'entacher toute la sincérité de ma quête.

Nous sommes au restaurant et le dîner s'achève. Je lui dis : « *Merci beaucoup, mais tu es fatigué et je préfère que tu ailles directement te reposer. Je vais me débrouiller seule. Merci.* »

Il s'éloigne en direction de la gare. Sa silhouette disparaît. « *Seigneur, que veux-Tu que je fasse ? Pourquoi n'as-Tu pas permis que je trouve un logement cette nuit ?* » Je commence à louer Dieu. J'aime chanter, depuis toujours. Le chant est un moyen d'expression naturel chez moi. Il me permet de m'approcher cœur à cœur de mon Seigneur. Je suis dans la paix. Pour la première fois de ma vie, je vais dormir dans la rue, mais une joie profonde, inexplicable, incomparable à une sensation de bonheur, car bien supérieure, m'anime. J'ai à cœur de prendre ma valise à roulettes et de me diriger vers le lieu de travail de mon époux. Peu importe s'il me rejette, s'il ne souhaite pas sauver notre mariage et s'il ne m'aime plus (ce que je n'ai jamais su) ; je suis sa femme et je me suis engagée devant Dieu ce 23 décembre 2006 à l'aimer, l'honorer et le bénir. Oui, j'ai failli, lamentablement, pendant des années, mais aujourd'hui je ne regarde plus à mes échecs passés, je regarde à mon présent. Délaisée, rejetée, méprisée et répudiée, je ne pouvais humainement parlant laisser mon cœur se remplir d'amour pour cet homme. Ce qui se passe est fort. Même si je ne reçois rien de sa part, mon cœur s'est rempli chaque jour un peu plus d'un nouvel amour débordant pour lui. Celui-ci est unique et pur car il n'est attaché à aucune contrepartie. Il n'attend rien,

n'exige rien. Il accepte, pardonne, reçoit, rétablit et bénit. Cet amour ne peut venir de moi. Moi, cette personne qui pendant des années a cherché à recevoir de son homme, à manipuler et à tricher pour donner satisfaction à ses vils désirs et à ses ambitions. Cet amour qui est né, alors que Dieu m'amenait sur un chemin de repentance au cours des derniers mois, me dépasse. Il ne regarde plus à moi, à mes besoins, à mes envies, à mes rêves, à mes ambitions égoïstes, mais met mon mari en premier après le Seigneur.

J'ai compris : cet amour est l'amour inconditionnel que Dieu nous porte. Et alors que je m'accrochais fermement à Lui afin de ne pas m'écrouler, j'ai goûté de cet amour qui ne m'a ni jugée ni repoussée, et je l'ai fait mien pour, à mon tour, le porter à mon conjoint. Ce Graal, que je ne connaissais pas avant de me marier, j'ai pu l'entrevoir grâce à mon époux qui, pendant des années, me répétait inlassablement : *« Je t'aimerai toujours plus, quoi que tu dises, quoi que tu fasses. »*

« *Menteur* », pensais-je au début. Il doit très probablement dire cela sous le coup de l'amour passionnel qui anime les premiers instants d'une relation romantique. Mais alors que les difficultés croisaient notre chemin, j'ai pu voir et expérimenter sa constance. Constance qui m'a intriguée et m'a amenée à me poser des questions. Il a été, à mes yeux, pendant longtemps, la personnification de cet amour inconditionnel que Dieu nous porte. Grâce à lui, j'ai pu entrer dans une nouvelle dimension dans ma relation avec mon Jésus et je lui en serai toujours infiniment reconnaissante. Ma vie chrétienne a été incroyablement bouleversée par l'exemplarité dont a fait preuve mon mari pendant des années. Mais cela a aussi eu ses limites. Car, au lieu de développer une relation forte et intime avec mon Seigneur et Sauveur, j'ai beaucoup vécu sur son « compte en banque spirituel », bénéficiant grandement des prières qu'il élevait en ma faveur.

Alors, comment a-t-on pu en arriver là ? Suis-je donc un monstre, un être effroyable, impardonnable, irrécupérable, pour qu'il me rejette et me méprise de la sorte ? Je n'ai pas d'explications et, même si j'ai souvent demandé à Dieu de m'éclairer sur le sujet, je n'ai pas eu de réponse. *« Ma Grâce te suffit. »* Il est possible que je ne le sache

jamais, mais Sa grâce et Sa souveraineté sont les seuls éléments importants dont j'ai besoin.

Pour en revenir à cette nuit passée dehors, cet amour qui m'envahissait, dirigé vers mon mari, était tout simplement le fruit d'une marche sincère, vraie et personnelle avec Dieu.

Moi aussi, j'avais touché un niveau d'intimité profonde avec mon Seigneur. Par la force des choses et de cette situation, j'ai été amenée à posséder mon propre « compte en banque spirituel » et à puiser dedans. Quelle joie! Animée par cette révélation, j'ai eu à cœur de me poser au pied de l'immeuble où il travaillait et d'intercéder pour lui. J'ai prié pour que la protection de Dieu l'entoure, que Sa faveur soit sur lui, que son business soit une source de bénédictions pour lui comme pour toutes les personnes qui seront impliquées de près comme de loin dans ce négoce. J'ai prié pour ses rêves, la vision que Dieu lui donne en tant que chef de famille, pour ses finances, son bien-être, son repos, sa santé, ses loisirs... J'ai essayé de n'oublier aucun domaine. J'ai véritablement remis mon mari entre les mains du Roi des rois en L'invoquant de prendre soin de lui alors qu'il ne m'était pas donné de le faire physiquement et émotionnellement parlant. Je crois que la plus grande manifestation de mon amour a pris forme au travers de ces prières sincères d'un enfant de Dieu qui véritablement cherchait Sa face et répondait aux appels que le Saint-Esprit posait alors sur son cœur.

Ce moment a été l'un des temps forts de ce séjour. D'une situation qui aurait pu paraître désespérée d'un point de vue humain (le fait de dormir dehors), le Seigneur en a fait un moment de temps fort spirituel que je n'avais jamais expérimenté jusque-là. Alors que mes prières s'élevaient, ma joie grandissait. Je me suis ensuite dirigée vers l'église où mon époux servait afin de la bénir, bénir son ministère là-bas et demander à mon Père de l'utiliser puissamment pour que des âmes soient touchées à travers lui. Au bout de quelques heures, je me suis sentie repue, *fulfilled\**, comme un bébé qui aurait eu la dose de lait dont il avait besoin pour s'endormir paisiblement. J'ai pu trouver

\*« Satisfaite ».

refuge auprès d'un fast-food qui ouvrait très tôt. J'ai pris un thé chaud et je me suis endormie sur la table avec mes valises auprès de moi.

Voici le récit de l'une des plus belles nuits qui m'a été donnée de vivre sur Terre. Ma mission était de répondre à l'appel de Dieu et de vivre cet instant déterminant. J'avais tout déposé à Ses pieds, je n'avais rien gardé. Je Lui ai donné le plein contrôle de la situation et je n'ai pas essayé d'agir d'une quelconque manière humaine pour en tirer profit. Je ne le savais pas encore, mais je venais de vivre le tout dernier moment heureux de notre mariage. Le lendemain, A. et moi nous sommes vus. Je ne lui ai rien dit. Il n'en a jamais rien su. [...]

Mon départ était prévu pour le mardi suivant si je me souviens bien. Nous avons déjeuné ensemble le dimanche, puis nous sommes allés au parc. Il faisait beau, les fontaines d'eau associées à la musique de jazz diffusée de part et d'autre du lieu créaient une ambiance agréable et relaxante. Après un moment, A. m'a signifié son envie de rentrer chez lui afin de se reposer. *« Pardon ? Comment peux-tu envisager de te reposer alors que ta femme a fait plus de 11 000 kilomètres pour te voir, communiquer avec toi et tenter de sauver notre mariage ? »*

Il n'en a eu que mot dire et est reparti en direction de la gare. Mon cœur était serré. Je me suis assise sur le banc, j'ai élevé une prière vers mon Dieu et j'ai commencé à relire ce petit livre que j'avais parcouru en long et en large au cours du dernier semestre et dont le sujet était les caractéristiques de la femme selon la Bible. C'est alors que j'ai eu une pensée dans mon cœur. Plus qu'une pensée, c'était une certitude. Le Saint-Esprit me parlait : *« Il va revenir, ne bouge pas de ce banc. »* Quinze minutes plus tard, il était effectivement devant moi. Il n'avait pas pu rentrer chez lui en me sachant dans le parc. Et, pour la première fois depuis cette semaine, il semblait envisager une possible réconciliation. Il m'a demandé ce que je serais prête à faire : abandonner mon travail, quitter l'Espagne, venir m'installer au Japon, me plonger dans l'apprentissage de la langue locale, avoir un enfant, vivre loin de ma famille... Autant de questions auxquelles je n'aurais pas pu sincèrement répondre *« oui »* quelques mois auparavant. Mais mon cœur avait changé, mes priorités et mes désirs aussi. Je suis repartie vers mon nouvel hôtel le cœur plein d'espérance et de joie.

C'était donc ça, ces mois de séparation n'étaient qu'une épreuve qui devait purifier et consolider notre amour, en lui donnant la nature qu'il aurait dû avoir depuis le début. Notre mariage allait être sauvé, il ne pouvait en être autrement, Dieu avait tout préparé d'avance et l'heure de la réconciliation et de la restauration était inéluctablement proche, pensais-je alors. J'étais, à ce moment précis, aux antipodes d'imaginer ce qui allait suivre dans seulement quelques heures. [...] Le lendemain, au réveil, ma joie ne m'avait pas quittée. Nous avons convenu de nous appeler afin de déterminer le lieu et l'heure de notre prochain rendez-vous. La fin de mon séjour était proche.

J'entrevois déjà le *happy ending*\* de notre conte de fées. Alors que mon cœur trépignait d'impatience à l'idée d'entendre sa voix, celle-ci était encore plus froide qu'un glaçon. Si froide qu'elle me fit mal : « *Je ne veux plus te voir, n'essaie plus de m'appeler ni de me visiter, c'est l'avocate qui prendra contact avec toi.* » Voilà plus ou moins quels ont été ses mots. J'étais abasourdie, anéantie, dévastée, morte de l'intérieur.

Voilà les termes, pourtant bien trop faibles, qui me viennent à l'esprit pour décrire l'état dans lequel j'étais. Je suis remontée dans ma chambre, me suis jetée sur le tatami qui faisait office de lit, et j'ai crié et pleuré toutes les larmes de mon corps. Jamais auparavant je n'avais expérimenté un tel chagrin, une telle souffrance, une telle déchirure de l'intérieur. Cette souffrance émotionnelle était si intense qu'elle en devenait physique. Mes membres hurlaient leur douleur et, recroquevillée comme un fœtus sur ce matelas bas, j'ai demandé à Dieu de m'emporter avec Lui. La vie avait perdu sa saveur. Ces derniers mois, je m'étais délestée de tout ce qui avait eu de l'importance à mes yeux pendant des années pour ne me reconcentrer que sur une seule chose sur Terre : mon époux. Je n'avais plus d'espoir, plus d'envie. « *Prends-moi, Seigneur, ce supplice est insupportable, je n'en peux plus.* » J'ai atteint en l'espace de quelques secondes un niveau de désespoir abyssal que je n'avais encore jamais vécu. J'étais bien trop faible pour essayer de m'encourager et, ma lucidité m'ayant

\*« Fin heureuse ».

quittée, je n'étais plus à même de concentrer mes efforts pour me rappeler un verset de réconfort. Cependant, l'espace de quelques secondes, j'ai été animée d'une pensée: « *Ouvre ta Bible.* »

*« Seigneur, je n'ai pas la force de prendre ma Bible et de rechercher un verset qui pourrait amoindrir cette douleur mortelle. Mais si Tu es avec moi, comme je l'ai cru pendant ces mois, si c'est véritablement Toi qui m'as conduite ici, si Tu m'aimes et si Tu as encore de bons projets, un avenir et une espérance pour moi, alors parle-moi tandis que je vais tout simplement ouvrir ma Bible "au hasard". »*

« Tu as changé mes lamentations en allégresse. »

*Psaumes 30:12 (Segond 21)*

Voilà le verset sur lequel mes yeux se sont posés en ouvrant la Parole de manière totalement fortuite. Oui, Dieu était avec moi. C'était une évidence. Jamais je n'aurais pu tomber sur un passage plus approprié compte tenu de la situation. Dieu m'avait parlé personnellement. Il avait confirmé Son soutien, Sa présence dans ce temps de désespoir. Oui, la Parole est vivante, je le sais car je l'ai expérimenté; si **VIVANTE** qu'elle peut, en l'espace d'une seule seconde, changer une situation du tout au tout. En lisant ces mots, j'ai su que Dieu était là dans cette chambre, qu'Il avait été témoin de ma déchéance, mais qu'Il ne m'avait pas abandonnée. Il avait encore un plan et qui plus est un plan rempli d'espérance pour moi. J'ai séché mes larmes, je me suis levée, j'ai peigné mes cheveux et j'ai commencé à louer Dieu et à proclamer Ses plans merveilleux sur ma vie.

« Si Dieu est pour [moi], qui sera contre [moi] ? »

*Romains 8:31 (Segond 1910)*

Telle la mamie du film *War Room*, je me suis redressée et j'ai déclaré avec une autorité surprenante : « *Il est hors de question que je me lamente sur mon sort alors que Dieu a un avenir riche, bon et extraordinaire à me faire vivre. Satan, tu ne voleras pas ma joie.* » J'ai alors pris mon manteau, mon sac et mon porte-monnaie et je suis allée faire des petits achats de souvenirs pour mes amis. Cinq minutes avant, je ne désirais qu'une chose : mourir. À présent, je voulais non seulement vivre, mais vivre chaque instant qui m'était donné avec passion. Cet événement a été déterminant dans la suite de mon parcours et de ce chemin vers le divorce qui aura duré en tout et pour tout deux ans et quatre mois. Même si ce dernier a été pavé de nombreuses épreuves et coups durs par la suite, je n'ai jamais plus connu le désespoir. Quelque chose de prophétique s'est passé à ce moment-là. Mes reins ont été dotés d'une force et d'un courage divins qui m'ont permis de faire face, de manière miraculeuse et triomphale, aux différents obstacles qui allaient encore se dresser sur ma route. Avec Dieu, j'ai déplacé des montagnes et atteint un autre niveau dans ma vie spirituelle. **Cette séparation aura été le catalyseur de ma foi et le début d'une marche renouvelée et surnaturelle avec mon Seigneur !**

### **Cinq ans plus tard...**

Voici désormais la Élodie de 2020 qui te parle. J'ai beaucoup hésité à te partager ces notes extraites, puis adaptées, de mes journaux intimes. Néanmoins, j'ai fait le choix de te les communiquer car je me suis dit que si toi aussi tu as expérimenté un épisode particulièrement douloureux dans ta vie, si tu te sens seule et incomprise à certains moments, si tu as même pensé à la mort durant une période sombre de ton existence, alors ce témoignage pourrait t'apporter du réconfort et de l'espoir. Ce que je peux te dire, c'est que Dieu est capable de faire jaillir de la beauté des cendres de ta vie (Ésaïe 61:3). Invite-Le aujourd'hui et regarde le chef-d'œuvre qu'Il va accomplir au cours de ton existence.

“To all who mourn in Israel, He will give a crown of beauty for ashes, A joyous blessing instead of mourning, Festive praise instead of despair\*.”

*Isaiah 61:3 (NLT)*

\*« Ils portent le deuil de Sion, mais j'ai mission de remplacer les marques de leur tristesse par autant de marques de joie : la cendre sur leur tête par un splendide turban, leur mine douloureuse par une huile parfumée, leur air pitoyable par un habit de fête. Alors on les comparera à des arbres qui font honneur à Dieu, à un jardin qui révèle la gloire du Seigneur » (Ésaïe 61:3, La Bible en français courant).

PARTIE I



**Suis-je  
faite pour  
le mariage ?**



## Chapitre 1

# Et si j'étais faite pour le célibat ?

« **E**lodie, j'aimerais tellement me marier, avoir une famille, mais si Dieu souhaitait que je reste célibataire ? » Voilà le genre de phrase que j'entends constamment de la part de jeunes filles célibataires, angoissées par le fait de rester seules à jamais. Alors, laisse-moi, une bonne fois pour toutes, balayer ce mensonge.

Tout d'abord, il est bon de rappeler que Dieu est Celui à l'initiative du couple et du mariage. Cela fait partie de Son désir, de Son plan originel pour Ses enfants. Voici ce qui est dit à ce sujet dans le tout premier livre de la Bible :

«  Il n'est pas bon que l'homme soit seul, Je [Dieu] lui ferai une aide semblable. »

*Genèse 2:18 (Segond 1910)*

Ce verset est tellement explicite en lui-même qu'il ne nécessite pas véritablement de commentaires supplémentaires (mais je vais quand même en faire ☺). Ici, Dieu affirme que l'être humain n'a pas été créé pour vivre de manière solitaire. La vie qui nous est donnée est appelée à être partagée auprès d'un être qui serait notre **vis-à-vis**, le soutien avec qui traverser ce long fleuve qui est bien loin d'être tranquille.

« [...] l'homme quittera son père et sa mère, et s'attachera à sa femme, et ils deviendront une même chair. »

*Genèse 2:24 (Segond 1910)*

Ce verset confirme le précédent et va même plus loin. Si le premier ressemble fortement à une recommandation ou à un conseil, ici l'utilisation du futur exprime une injonction (et si tu en doutes, je t'invite à repotasser tes cours de français du collège, si je ne m'abuse). De mon point de vue, nous avons là la pensée bonne d'un père pour Son enfant chéri pour qui Il souhaite le meilleur. Ensuite, je suis intimement convaincue que, si tu as le désir de te marier, c'est parce que cela fait partie des plans de Dieu pour ta vie.

J'aimerais que nous regardions de plus près deux versets de la Bible que nous allons mettre en miroir :

« Fais de l'Éternel tes délices, et Il te donnera ce que ton cœur désire. »

*Psaumes 37:4 (Segond 1910)*

« Car c'est Dieu qui produit en vous le vouloir et le faire, selon Son bon plaisir. »

*Philippiens 2:13 (Segond 1910)*

Le premier verset est souvent mal compris par un large public. Beaucoup pensent, à tort, qu'aimer Dieu le transformerait en Père Noël prêt à satisfaire, sans discernement, le moindre de nos caprices. Animés par cette fausse croyance, ils sont alors déçus de ne pas voir leurs prières se réaliser. Ce verset ne dit nullement qu'en donnant ta vie à Dieu tu pourras lui demander de gagner un million d'euros à la loterie, de te livrer des sacs de grandes marques au pas de ta porte ou encore de saisir l'un de tes fortunés amis d'une envie irrésistible de t'offrir une Porsche ! Non, ce n'est absolument pas ça. En fait, ces versets nous disent que, lorsque nous aimons Dieu d'un cœur sincère et que nous Lui donnons la première place dans notre vie, un alignement s'opère entre Sa volonté et la nôtre. Ses désirs deviennent alors nos désirs et, en y répondant,

nous marchons dans notre destinée. Le Psaume 37 est merveilleux car il nous démontre que Dieu n'est pas un dieu pervers. S'Il place des désirs dans notre cœur, Il est fidèle et bon pour les accomplir alors que nous Lui donnons la première place dans notre vie.

Certaines pourraient douter en se demandant comment être sûres que le désir qui les anime est bien de Dieu et non celui de leur chair... Cette interrogation est légitime, et je leur dirais tout simplement que l'un des moyens pour écarter tout doute est de confronter ce désir à la Parole de Dieu. Que dit la Bible à ce sujet ? En ce qui concerne la pensée du mariage, nous avons vu précédemment que la Genèse nous indique qu'elle est à l'initiative de Dieu (Genèse 2:18) et qu'il s'agirait même d'un commandement, ou au moins d'une forte recommandation (Genèse 2:24).

Enfin, pour celles qui auraient encore des doutes et se demanderaient si elles ne sont pas concernées par le don du célibat, j'aimerais leur dire trois choses :

1. Oui, le don du célibat existe. Cependant, il concerne une minorité de la population.
2. Attention, le don du célibat est à distinguer de l'état de célibataire (qui, malheureusement, touche une partie grandissante de la population). Le don du célibat concerne une personne qui n'a pas le désir de se marier. Allons voir de plus près ce que nous dit la Bible à ce sujet<sup>11</sup> :

◀◀ Il y a différentes raisons qui empêchent les hommes de se marier : pour certains, c'est une impossibilité dès leur naissance [a] ; d'autres, les eunuques, en ont été rendus incapables par les hommes [b] ; d'autres enfin renoncent à se marier à cause du Royaume des cieux [c]. Que celui qui peut accepter cet enseignement l'accepte ! »

*Matthieu 19:12 (La Bible en français courant)*

[a] Il s'agit de ceux qui ne peuvent se marier pour des raisons psychologiques ou physiologiques. Cela concerne des cas rares, graves et pour qui le mariage serait un fardeau ou un risque pour la personne

11. « Don de célibat : qui est concerné ? » de Maïsha Siméon ([frequencechretienne.fr/don-de-celibat-qui-est-concerne](http://frequencechretienne.fr/don-de-celibat-qui-est-concerne))

en question (exemple : un développement mental qui s'arrêterait à l'âge de trois ans).

**[b]** Ce cas de figure n'est normalement plus applicable à notre époque (enfin, je l'espère). Les eunuques étaient généralement des hommes castrés au moyen d'une ablation des organes génitaux. Voici quelques exemples : les serviteurs de la cour des rois qui ainsi ne fondaient pas de famille et consacraient toute leur vie au souverain (le risque qu'ils aient des relations sexuelles avec les épouses et/ou prétendantes du roi était également écarté!); les jeunes chanteurs, sous les grands empires de l'Europe, dont le procédé devait éviter la mue de la voix; ou encore les prisonniers pour qui cette pratique était une véritable affliction, en guise de châtement.

**[c]** Ceux qui considèrent le mariage comme un frein plutôt qu'une bénédiction et préfèrent se consacrer entièrement à Dieu.

3. Une personne qui a des désirs sexuels ne possède pas le don du célibat. J'aime l'apôtre Paul pour son pragmatisme :

◀◀ Toutefois, à cause des risques d'inconduite sexuelle, que chacun ait sa femme, que chacune ait son mari. Que le mari rende à sa femme ce qu'il lui doit; de même la femme à son mari. [...] Je voudrais bien que tous soient comme moi; mais chacun tient de Dieu un don particulier de la grâce, l'un d'une manière, l'autre d'une autre. À ceux qui ne sont pas mariés et aux veuves, je dis qu'il est bien pour eux de demeurer comme moi. Mais s'ils ne peuvent pas se maîtriser, qu'ils se marient; car il vaut mieux se marier que de brûler. »

*1 Corinthiens 7:2-9 (Nouvelle Bible Segond)*

*Full stop!*<sup>12</sup> Bon O.K., j'ajoute un petit commentaire. Selon Paul, le don du célibat est un ministère qui serait marqué par l'absence de désir sexuel ou d'envie. Il n'y aurait pas de manque à ce sujet.

12. « Rien d'autre à ajouter! » « ¡Punto! ¡Nada más!»

Je résumerais donc ce chapitre en trois points :

1. Dieu étant à l'initiative du mariage, désirer et déclarer que tu veux te marier n'est ni un gros mot, ni un tabou, ni une pensée dont tu devrais avoir honte, bien au contraire.
2. Si tu as le désir de te marier et de fonder une famille, alors cela fait certainement partie des plans de Dieu pour ta vie et Il veut travailler avec toi afin que cela se réalise.
3. Le don du célibat concerne une personne qui n'a pas de désir sexuel et n'a pas le désir de se marier ce qui, a priori, ne s'applique pas à toi si tu lis ce livre.

## PRIÈRE INSPIRÉE

« Seigneur, je remets Ta précieuse enfant entre Tes mains. Tu vois son désir de se marier et de fonder un foyer. Merci de lui révéler les obstacles potentiels qui l'empêchent de rentrer dans cette magnifique bénédiction que Tu as créée et de l'aider à se préparer en attendant l'accomplissement de la promesse afin que, au temps convenu, elle puisse se délecter et jouir de toutes les bénédictions associées au mariage. Père, nous T'aimons. Nous avons besoin de Toi. Fais Ton œuvre en nous, nous Te faisons confiance. »



## Chapitre 2

# Connaître l'intention de Dieu pour le mariage

**N**ous venons de voir que le mariage était bon et à l'initiative de Dieu. Je te propose désormais de creuser un peu plus cette thématique et d'aborder quelques-uns des desseins de notre Seigneur pour le mariage.

Si l'on résume la relation matrimoniale au fait de partager son existence au côté d'une personne dont les missions premières seraient de combler notre solitude existentielle, de nous aider à affronter les épreuves de la vie ou encore de satisfaire nos pulsions sexuelles, alors nous allons passer à côté du plan de Dieu.

Avant de pouvoir s'embarquer pour le merveilleux et passionnant voyage de la préparation au mariage, je t'invite à prendre un petit temps pour te poser les questions suivantes :

- Que représente le mariage aux yeux de Dieu ?
- Quels sont les objectifs de cet engagement ?
- Que représente le mariage à TES yeux ?

Comme mon Père aimait le répéter :

“ Where there is no vision, the people perish.”<sup>13</sup>

*Proverbs 29:18 (King James Version)*

13. « Sans vision, le peuple périt » (traduction libre).

Si nous ne connaissons pas l'intention de Dieu pour le mariage et si nous n'avons pas une vision pour notre couple à venir, alors comment pourrions-nous, d'une part nous préparer de manière efficace et faire le choix du conjoint adéquat, d'autre part vivre une union épanouissante ?

Ce sont bien la représentation et la compréhension de la finalité du mariage qui nous permettront de nous équiper, de savoir à qui dire non, de consentir à faire les efforts qui seront nécessaires et de tenir ferme dans les moments difficiles. La vision nous animera, nous dotera de force, de courage, de patience et d'amour.

## Intention dévoilée dès la Genèse

Étant donné que nous avons abordé cette idée dans le chapitre précédent, je ne vais pas trop m'attarder dessus. Il est beau de voir que le mariage est au cœur de la Bible. Dieu décida, dès la création de la Terre, qu'Adam avait besoin d'une femme (je t'invite à feuilleter Genèse et tu t'apercevras qu'Adam n'avait rien demandé à Dieu !). Cette initiative d'associer l'homme à la femme est donc bien de Dieu et non de l'Homme. Le mariage fait donc partie des désirs et plans de Dieu pour l'humanité (je ne parle pas ici du don de célibat qui, comme nous l'avons vu, concerne une minorité).

## Une métaphore de la relation avec Christ

Ai-je bien toute ton attention ? Es-tu concentrée pour lire ce qui va suivre ? Ce sujet relève quelques complexités et mérite ta pleine attention. Je vais essayer d'être claire et d'y aller pas à pas. *Off we go?*<sup>14</sup>

Les noces de l'Agneau sont l'un des événements marquants de la Bible.

◀◀ Réjouissons-nous et soyons dans l'allégresse, et donnons-Lui gloire ; car les noces de l'Agneau sont venues, et Son Épouse s'est préparée. »

*Apocalypse 19:7 (Segond 1910)*

14. « C'est parti ? »

Je crois que si le champ lexical du mariage, des noces, des épousailles est utilisé pour décrire la relation qui doit nous unir à Christ, c'est, tout d'abord, parce que cette image symbolique nous permet de mieux saisir ce mystère et, deuxièmement, parce que le mariage sur Terre est un instrument de choix utilisé pour nous préparer à développer les attributs et le caractère qui nous conduiront vers cette noce céleste. En gros, le mariage est une école de formation pour nous rapprocher de Dieu et préfigurer la relation d'intimité que nous sommes appelés à vivre avec Lui. Ça va, tu me suis toujours ?

Ce parallélisme entre le mariage terrestre et la noce nuptiale avec Christ s'illustre dans des versets comme celui-ci :

« Maris, aimez vos femmes, comme Christ a aimé l'Église, et S'est livré Lui-même pour elle. »

*Éphésiens 5:25 (Segond 1910)*

## À RETENIR/IN A NUTSHELL

- L'Agneau : Jésus
- L'Épouse : l'Église, donc toi, moi...
- L'Agneau et l'Épouse sont réunis par l'amour :

« [...] Christ a aimé l'Église, et S'est livré Lui-même pour elle. »

*Éphésiens 5:25 (Segond 1910)*

- Les noces : la grande fête céleste qui réunira Jésus et Son Église.
- Notre passage sur Terre : un temps de fiançailles pour Jésus et Son Épouse. Le temps où nous sommes confrontés à des choix et choisissons de marcher dans Ses voies... ou pas.

Je ne vais pas te citer tous les versets de la Bible qui dépeignent cette correspondance entre le mariage terrestre et notre relation avec Christ (mon intention n'est pas de rédiger un ouvrage de théologie !). Nonobstant, ce que je peux te dire, c'est que, si j'ai énormément apprécié ma période de célibat, il est arrivé un moment où je me suis rendu compte qu'il me limitait. J'ai alors su que le mariage était la prochaine étape et qu'il serait puissamment utilisé pour faire croître ma relation avec le Seigneur.

## Forger le caractère de Christ en moi

Pour cette partie du livre, je me suis largement inspirée de l'excellentissime livre *Couple visionnaire: Découvrez les objectifs de Dieu pour votre couple* de Rob et Amy Rienow.

De nombreuses personnes (j'en ai fait partie à un moment donné et tu te reconnaîtras peut-être toi-même dans la description suivante) pensent à tort que le couple et le mariage sont des instances permettant la réalisation de leurs objectifs personnels et que leur conjoint(e) réglera tous leurs problèmes et les rendra heureux(ses) ! Que nenni !

À la question « *Pourquoi souhaites-tu te marier ou pourquoi t'es-tu marié(e) ?* », plusieurs répondent ceci : « *Parce que je l'aime et/ou afin d'être heureux(se).* » Aujourd'hui, avec le temps, l'expérience et le recul, je suis convaincue que le but premier du mariage n'est pas notre bonheur personnel.

D'ailleurs, si cela est la motivation première d'une recherche de conjoint, elle mène souvent à des désillusions. Je me souviens de ce jeune homme, arrivé dans la deuxième partie de sa trentaine, canon (avec un regard *azúl*<sup>15</sup> dans lequel on a envie de se plonger pour ne plus en ressortir ☺), sportif, passionné de Dieu, polyglotte, intelligent, leader, drôle, entouré d'amis... mais désespérément seul (romantiquement parlant) depuis des années ! La raison ? Des attentes bien trop hautes, la recherche d'un idéal, d'une « femme parfaite ». Par conséquent, dès qu'il s'intéressait à une fille, les points négatifs et ses petits défauts le déroutaient immédiatement et le conduisaient à mettre un terme définitif à la relation

15. « Bleu » en espagnol. Ne me demande pas pourquoi je n'ai pas directement écrit « bleu », *azúl* me convenait davantage ☺

naissante. Il n'avait sûrement pas compris que, dans le mariage, il serait utilisé comme le fer qui allait aiguiser son épouse, afin de participer à l'émergence du caractère de Christ en elle (et inversement).

La recherche d'un idéal extrême amène un individu à adopter une vision pessimiste quant à la recherche d'un partenaire du sexe opposé et accroît fortement les risques de rester célibataire.

Rob et Amy Rienow nous montrent que Dieu a créé le mariage pour deux raisons principales :

- « *Pour que les conjoints soient édifiés spirituellement* » ;
- « *Pour qu'ils élèvent leurs enfants dans le Seigneur* ».

À trente et un ans, même si ma relation avec Dieu était plus intime qu'elle ne l'avait jamais été auparavant, j'ai compris que, tant que je serais célibataire, il y aurait des réalités spirituelles et des facettes de la personnalité de Dieu que je ne pourrais pas expérimenter<sup>16</sup>.

Professionnellement parlant, je travaillais alors dans le social, montant des structures d'urgence pour les réfugiés, les femmes à la rue et les personnes sans domicile fixe. « Ministériellement » parlant, j'étais impliquée dans les actions sociales de mon église et je prenais le temps de rencontrer et de prier pour plusieurs personnes qui croisaient mon chemin. Malgré cette existence qui, en apparence, semblait très tournée vers les autres, je vivais principalement centrée sur moi. J'étais libre d'organiser seule mon agenda, mes soirées, mes sorties sans aucune contradiction. J'étais également la seule décisionnaire de mes finances. Je n'avais pas à me « froter » quotidiennement à une tierce personne, ce qui sous-entendrait vivre ma vie non plus selon mes seuls desiderata mais en considérant l'autre, en le servant, en le mettant au-dessus de mon bien-être. La vie de couple, c'est aussi expérimenter la frustration lorsque je n'obtiens pas ce que je souhaite, utiliser la patience et la compréhension lorsque le comportement de mon conjoint dépasse mon entendement, faire le choix actif d'aimer, même lorsque les émotions ne m'y invitent pas...

Ce sont toutes ces situations auxquelles nous sommes confrontées qui épurent notre caractère, nous polissent, nous font mûrir. Le couple,

16. Attention, ces propos n'engagent que moi qui n'ai pas reçu le don du célibat. Je n'en fais donc pas une généralité.

puis la famille (avec l'arrivée des enfants), sont des lieux privilégiés et bons, choisis par Dieu, pour développer notre caractère et grandir spirituellement.

Avant de conclure cette partie, voici ce que j'aurais aimé glisser à mon « canonissime » ami, celui au regard *azúl* (tu te rappelles, celui doté de toutes les qualités faisant de lui un célibataire tant convoité, mais pour qui les filles n'étaient jamais assez bien), si j'en avais eu le courage :

◀◀ Quant à vous, maris, que chacun de vous aime sa femme comme le Christ a aimé l'Église : il a donné Sa vie pour elle afin de la rendre digne de Dieu après l'avoir purifiée par le bain nuptial. Il a ainsi voulu se présenter cette Église à lui-même, rayonnante de beauté, sans tache, ni ride, ni aucun défaut, mais digne de Dieu et irréprochable. »

*Éphésiens 5:25-27 (La Bible du Semeur)*

Et si j'étais vraiment vaillante, je lui aurais également dit : *« Tu n'as rien compris, ta conjointe sera imparfaite et heureusement, car ton privilège est de participer, au moyen de ton amour, de ta relation forte avec le Seigneur, de ton être dans sa globalité, au déploiement de son plein potentiel. Voilà l'une des grandes missions de ta vie à côté de laquelle tu passes. »* À bon entendeur ! ☺

## TÉMOIGNAGE

« *Ce célibat me limite!* »

Après ma séparation d'avec mon premier mari, j'étais blessée, humiliée, brisée, et le célibat qui a suivi a été un long chemin initiatique que j'aimerais te partager.

### **Le temps des regrets**

Il y a tout d'abord eu le temps du déni, des regrets, de la douleur, de l'envie de réparer et de restaurer la relation.

Ce fut un moment d'autant plus difficile que j'étais encore amoureuse de mon mari, que j'avais pris conscience de mes nombreux manquements et que je ne m'imaginai pas vivre sans lui. Je ne peux te dire le nombre de fois où je me suis sentie morte de l'intérieur. C'est un état que je ne souhaite à personne. La vie n'a plus de goût, tout devient insipide et on se demande si le bonheur, la joie et l'amour effleureront de nouveau le seuil de notre porte.

### **Le deuil**

Est ensuite venue une phase de deuil et d'acceptation. Le déni laisse place à la confrontation avec la réalité. La douleur et l'amour sont encore présents, mais le temps fait son travail.

### **Ma parenthèse enchantée ☺**

L'éclaircie pendant l'orage. Une relation aussi improbable que merveilleuse. Je me sens vivante de nouveau. Moi qui me demandais si j'étais un être aimable (qui peut être aimé et est digne d'être aimé), je n'ai aucun doute sur la sincérité de ses sentiments à mon égard. Il me fait un bien fou, mais au fond je sais qu'entre nous ce n'est pas possible. La parenthèse se referme.

## **La période de reconstruction (que je décomposerai en deux sous-parties)**

### *a. La phase symbiotique avec Dieu*

Ce fut ma période de convalescence durant laquelle je ne souhaitais être qu'avec Dieu, comme si j'avais besoin de cette fusion symbiotique pour me réparer. Je n'ai ni fait l'autruche ni caché la poussière sous le tapis. Tel un oignon que l'on épluche, j'ai retiré (avec l'aide du Seigneur) plusieurs couches de problèmes, de mensonges, de blessures, de péchés aussi. Ce fut un temps de désapprentissage, étape indispensable sans laquelle aucune reconstruction durable et solide n'aurait pu être envisageable. Je vivais littéralement dans un cocon, nourrie quotidiennement par la manne d'amour que Dieu m'envoyait. Il me parlait chaque jour, soignant et pansant chacune de mes plaies avec une infinie tendresse. J'ai aussi compris le sens du verset suivant :

« Ne vous inquiétez donc pas du lendemain ; car le lendemain aura soin de lui-même. À chaque jour suffit sa peine. »

*Matthieu 6:34 (Segond 1910)*

Ce fut un temps incroyable durant lequel ma relation avec Dieu a été transformée. Je L'ai découvert avec un degré d'intimité que je n'avais jamais expérimenté précédemment.

À la fin de cette période, la plupart des blessures liées à la séparation n'étaient qu'un lointain souvenir mais, surtout, mon cœur était de nouveau libre. Oui, libre de l'amour romantique que j'avais eu à l'égard de mon ex-mari pendant près d'une décennie. Il n'y avait plus rien, sauf un profond respect que je conserverai jusqu'à la fin de ma vie pour tout ce qu'il a été et ce qu'il m'a apporté de bon. Mais je ne l'aimais plus.

### *b. La phase de reconstruction personnelle*

Le cœur désormais libre et léger, la joie de vie retrouvée, je me suis lancée à la recherche de mon moi profond, avec la nécessité de redécouvrir qui j'étais, mon appel et la vision pour ma vie.

Il faut dire que je me suis mise en couple très jeune, j'ai célébré mes épousailles au printemps de ma vie et je suis restée dans cette relation pendant près d'une décennie. Je suis passée directement de « l'ado un peu paumée et blessée » au statut de « femme-enfant mariée », sans passer par la case « jeune femme équilibrée qui a pris le temps de se connaître et sait ce qu'elle veut ». Donc, ce célibat était comme une deuxième chance. J'avais ce besoin viscéral de me sentir libre, indépendante, seule. Je me suis délectée de ce temps, je l'ai apprécié et aimé jusqu'à...

Eh bien, jusqu'à ce qu'il ne soit plus source d'épanouissement et de joie profonde. J'avais même l'impression qu'il me limitait et m'empêchait de grandir en tant que femme à part entière mais aussi dans ma compréhension des multifacettes de Dieu. J'ai alors compris que le temps du célibat était bon pour une durée limitée, qu'il était un temps de préparation, mais qu'il avait vocation de nous préparer pour la vie de couple. Durant la phase symbiotique avec Dieu, j'ai eu, durant un moment furtif, l'idée de consacrer ma vie entière au Seigneur en rentrant dans les ordres, afin de vivre en autarcie loin de ce monde hostile. Mais, très rapidement, je me suis rendu compte que cette velléité n'était ni sincère ni désintéressée et qu'il s'agissait davantage d'une fuite en avant, afin de ne plus m'exposer à l'amour humain. Au fond, j'avais immensément peur d'expérimenter de nouveau l'abandon, le rejet ou la déception, quitte à vivre esseulée pour m'en prévenir.

Et puis, il y a eu cette évidence, le réveil d'une envie de construire ma famille nucléaire, d'aimer à nouveau et d'être aimée, d'être le soutien indéfectible de mon premier prochain, son « X-factor »\*, celle qui

\*Dans une vidéo intitulée "Women are an answer" (« Les femmes sont une réponse »), Lisa Bevere déclare ceci : *"God created woman as the answer to the very first problem. Before there was ever a fall, it was not good for man to be alone. God created women to add to the equation. You were created to be an X-factor. We need to multiply and not divide. When people think that being a woman is a problem, they diminish their contribution, and they slander and compete to drag each other down rather than build each other up. You are an answer, not a problem."* (Traduction libre : « Dieu créa la femme comme une réponse au tout premier problème. Avant même qu'il ne fût question de chute, il n'était pas bon pour l'homme d'être seul. Dieu créa la femme dans le but d'ajouter à l'équation. Tu as été créée pour être un X-factor, un élément clé. Nous devons multiplier, accroître et non diviser. Quand les gens pensent qu'être une femme est un problème, non seulement ils diminuent leur contribution mais aussi calomnient et se font concurrence en se tirant vers le bas plutôt qu'en s'édifiant mutuellement. Tu es une réponse, pas un problème. »)

participe à décupler son potentiel, à l'aimer inconditionnellement, à grandir à ses côtés et à construire avec lui le Royaume de Dieu. J'ai alors embrassé cette idée. Je l'ai accueillie, je l'ai proclamée et j'ai fait le choix de marcher dans cette direction en me préparant (de manière nonchalante et non entière, je l'avoue, pendant longtemps, puis de manière véritablement intentionnelle et sérieuse par la suite). Dieu me révélait que mon mari serait un instrument privilégié et puissant pour devenir toujours plus comme Christ et que mes enfants à venir seraient utilisés pour forger mon caractère.

## Le cahier des charges des conjoints

Si nous venons de mettre en exergue quelques desseins du mariage, il est désormais temps de prendre conscience que chaque conjoint devra remplir des rôles spécifiques distincts, mais complémentaires, afin d'atteindre ces objectifs.

Afin d'imager tout cela, j'aimerais utiliser une analogie :

- Le mariage pourrait s'apparenter à une entreprise.
- La finalité du mariage serait la croissance spirituelle des époux et le fait d'élever les enfants dans le Seigneur.
- La finalité de l'entreprise serait quant à elle de vendre des fleurs.
- Dans le mariage, nous avons les époux : le mari et la femme.
- Dans notre entreprise, nous avons deux employés : l'employé A et l'employé B.

Afin que la société puisse avoir du succès dans la vente de ses fleurs, il est important que chacun des employés connaisse son rôle et le remplisse. Sans quoi, l'entreprise connaîtra l'échec et devra mettre la clé sous la porte. Par exemple, l'employé A pourra être en charge de la partie opérationnelle et commerciale en confectionnant les bouquets, puis en les vendant aux clients, tandis que l'employé B serait responsable de la partie administrative en s'occupant de la comptabilité et des relations avec les fournisseurs.

Si les employés A et B ne connaissent pas la finalité de l'entreprise, qui est de vendre des fleurs, alors ils risquent de vendre un autre type d'articles (exemple : des fruits et légumes) et de passer à côté de la raison sociale du commerce. Également, si ces deux employés ne connaissent pas les missions qui leur incombent, ils risquent de prendre la liberté de faire une activité autre. Dans ce cas précis, des opérations essentielles à la bonne conduite du business seront omises, le conduisant inéluctablement à la faillite. Par exemple, si tous deux se mettent à vendre les fleurs dans le magasin et que personne ne s'occupe de l'approvisionnement des matières premières ou de la comptabilité, ce commerce cessera très rapidement de fonctionner.

J'ai pris le temps de développer cette image de l'entreprise que je mets en corrélation avec celle du mariage car, malheureusement, j'ai pu faire le constat que de nombreux individus se lancent dans cette belle

aventure sans connaître le but de cette union selon Dieu, ni prendre le temps de s'interroger sur les rôles respectifs qu'ils doivent tenir.

La société dans laquelle nous vivons a essayé de fausser la finalité du mariage (« *Je me marie pour être heureux* ») et les rôles des conjoints. Les mouvements féministes de ces dernières décennies ont tenté de flouter les rôles des femmes et des hommes en disant qu'ils devaient être identiques. Au travers de ce livre, je souhaiterais nous inviter à retourner vers notre Créateur, afin qu'Il puisse nous révéler Son plan originel qui est la source du véritable épanouissement.

Avant d'aller plus loin ; selon toi :

- Quels sont les deux rôles principaux attribués au mari ?
- Quelles seront tes missions premières en tant que future épouse ?

Es-tu prête à découvrir ce que la Bible dit à ce sujet ? ☺



L'homme doit faire son devoir de mari envers sa femme, et la femme doit faire son devoir de femme envers son mari. »

*1 Corinthiens 7:3 (Parole de Vie)*

## Le cahier des charges du mari

Le mariage est un contrat entre les deux époux. Comme tout contrat, cela sous-entend des droits et des devoirs. Le « cahier des charges » du mari correspond aux devoirs de ce dernier et aux droits ou bénéfices auxquels sa femme devrait pouvoir prétendre.

Voici donc la tant attendue liste (non exhaustive) des missions qui incombent au mari :

### 1. Aimer

L'amour, le vrai, n'est pas ce sentiment mielleux et tiède qui fluctue au fil des émotions, des circonstances de la vie et des saisons. L'amour est un choix, c'est un positionnement délibéré qui influera directement sur les actions qui vont en découler.

En français, le mot « aimer » a été fortement galvaudé. Nous l'utilisons sans différenciation, autant pour décrire notre goût pour les bananes que l'affection que nous portons à notre conjoint ! Je trouve ça tota-

lement stupide! Le grec, lui, utilise au moins trois termes différents pour qualifier les différents types d'amour :

- *Éros*. Il s'agit là de l'amour physique, passionnel et sexuel. C'est la concupiscence à l'état brut. Éros tire son nom du dieu grec de l'Amour et de la Fertilité.
- *Phileo*. C'est l'amour complice, fraternel, celui de la camaraderie. Il est indéniablement associé à des centres d'intérêt, des valeurs et des objectifs communs.
- *Agape*. L'amour inconditionnel, altruiste, qui recherche avant tout le bien de l'autre avant le sien. C'est la quête de l'amour que nous avons tous. C'est prendre le risque de se montrer vulnérable et d'aimer « gratuitement », sans rien attendre en retour. Le don parfait, le don excellent par nature. Le don de Jésus à la Croix pour nous. Je vais de nouveau te citer Éphésiens 5:25 (que tu connaîtras sur le bout des doigts à la fin de cet ouvrage) :

◀◀ Maris, aimez votre femme comme Christ a aimé l'Église. Il S'est donné Lui-même pour elle. »

*Second 21*

On peut aussi traduire ce passage ainsi : « *Il a donné Sa vie pour elle, Il est mort sur la Croix pour elle.* » Voilà le type d'amour avec lequel Jésus enjoint aux hommes d'aimer leur femme. Personnellement, je trouve ça merveilleux!

Un homme qui t'aimera avec l'amour *agape* t'aimera avec tes défauts – et tes qualités aussi (tiens, on revient une fois de plus à mon ami canon et à sa quête irréaliste de la femme parfaite! Cher intéressé, si tu lis ce livre et te reconnais, appelle-moi que nous en parlions autour d'une *cup of tea* accompagnée de *bitterballen* ☺). Il te prend comme tu es et ne cherche pas à te faire changer. En fait, cet amour est si pur, si entier, si profond, qu'il suscite naturellement chez l'être qui en bénéficie la volonté de devenir meilleur.

Dieu nous donne une définition complète de l'amour *agape* en 1 Corinthiens 13:4-7:

« L'amour est patient, il est plein de bonté, l'amour. Il n'est pas envieux, il ne cherche pas à se faire valoir, il ne s'enfle pas d'orgueil. Il ne fait rien d'inconvenant. Il ne cherche pas son propre intérêt, il ne s'aigrit pas contre les autres, il ne trame pas le mal. L'injustice l'attriste, la vérité le réjouit. En toute occasion, il pardonne, il fait confiance, il espère, il persévère. »

*La Bible du Semeur*

Aimer, ce n'est pas qu'un mot, c'est un ensemble de réalités qui prennent forme au moyen d'actions et de comportements.

La plus-value de mon mari est énorme dans ma vie : mon époux va faire ressortir le meilleur de moi, les beautés intérieures, ces trésors cachés qu'il est appelé à déterrer avec l'aide du Saint-Esprit. Lorsque nous considérons cette perspective, ne peut-on pas dire que le plan de Dieu lié au mariage est extraordinaire, bon et désirable pour moi qui suis une femme ? N'est-ce pas là le type d'amour avec lequel tu souhaiterais être aimée ? En tout cas, moi si !

J'aimerais terminer ce paragraphe sur l'amour avec la version de *The Message* de notre très cher Éphésiens 5:25, auquel j'ajoute le verset 26. Je trouve qu'elle apporte un degré de compréhension supplémentaire qui vaut la peine d'être partagé et résume parfaitement ce que nous venons de dire : *“Husbands, go all out in your love for your wives, exactly as Christ did for the Church – a love making marked by giving, not getting. Christ’s love makes the church whole. His words evoke her beauty. Everything He does and says is designed to bring the best out of her, dressing her in dazzling white silk, radiant with holiness. And that is how husbands ought to love their wives.”* (Traduction libre : « Tout ce qu'il fait et dit a pour but de faire ressortir le meilleur d'elle, de la vêtir de soie blanche étincelante, rayonnante de sainteté. Voici comment les maris doivent aimer leur femme. »)

### ***En aparté...***

Attends, attends, alors que j'allais passer à la partie suivante, j'ai eu en tête ce verset :

« C'est à cela que tous reconnaîtront que vous êtes mes disciples : si vous avez de l'amour les uns pour les autres. »

*Jean 13:35 (Segond 21)*

L'amour qu'un homme porte à sa femme et, réciproquement, l'amour qu'une femme porte à son mari, devraient être l'illustration sur Terre qui pointe vers l'amour que Jésus porte à Son Église, c'est-à-dire nous, Ses enfants. Quelle belle mission du mari et du couple de manière plus globale !!

### **2. Servir**

Comme nous le voyons depuis le début de ce chapitre, il y a un « *rapport théologique que Dieu établit entre la mission de l'époux et l'œuvre de Christ* »<sup>17</sup>. Dans notre, ô combien aimé, passage d'Éphésiens, il est écrit que Jésus a donné Sa vie pour l'Église. Il est donc venu servir Son Épouse, ce que nous confirme Matthieu 20:28 :

« C'est ainsi que le Fils de l'homme est venu, non pour être servi, mais pour servir et donner Sa vie comme la rançon de plusieurs. »

*Segond 1910*

On reprend de nouveau Éphésiens 5:25 : « *Maris, aimez votre femme comme Christ a aimé l'Église. Il S'est donné Lui-même pour elle.* »

Dieu serait-Il un féministe ? Si le Fils de l'homme (= Jésus) n'est pas venu pour être servi par Son Épouse, mais, au contraire, pour la servir et que les maris terrestres sont invités à suivre cet exemple, alors, oui, on peut carrément dire que Dieu n'encourage pas les conduites machistes, mais les hommes à prendre soin de nous, les femmes. Toutefois, je voudrais apporter une nuance : nous ne sommes pas pour autant conviées à nous

<sup>17</sup> *Couple visionnaire : Découvrez les objectifs de Dieu pour votre couple* de Rob et Amy Rienow (Graines 2 Vie).

comporter comme des dictatrices ou divas qui prennent et ne donnent rien en échange. Cet amour des hommes pour leur femme, manifesté par le service, ne peut que motiver cette dernière à manifester de l'amour à son conjoint selon ses besoins propres (que nous allons voir dans le cahier des charges des femmes ☺ Patience...).

Le service des maris doit prendre différentes formes, dont voici des exemples :

- **Servir en protégeant.** Dans le fantastique *Indomptable: Le Secret de l'âme masculine*, John Eldredge – un homme, donc – nous démontre combien les mâles ont été créés avec un besoin de conquérir; ce sont des guerriers, nés pour partir à l'aventure, à la recherche de challenges périlleux à relever. Leur cœur ne leur dicte pas de rester en pantoufles tranquillement à la maison. Ils ont besoin d'utiliser leur force, notamment pour conquérir, puis protéger l'élue de leur cœur. Voici un rôle qui leur a été donné et les épanouira.
- **Servir en pourvoyant aux besoins (matériels, émotionnels...).** Les actes de service nourrissent l'amour du couple et, en cela, ne peuvent être négligés mais doivent être pris au sérieux. On dit souvent que l'amour ne s'explique pas. Je ne serais pas aussi radicale. Notre comportement et nos paroles ont une incidence directe sur le « réservoir d'amour »<sup>18</sup> que nous avons pour notre conjoint(e). Ainsi, un homme qui veut aimer sa femme comme Christ a aimé son Épouse la sert !

### **3. Encourager et guider sa femme afin qu'elle devienne davantage comme Christ**

Qui ne connaît pas Joyce Meyer ?! Cette prédicatrice est tout bonnement EX-TRA-OR-DI-NAI-RE et a eu un impact sur ma vie chrétienne de manière profonde. J'éprouve beaucoup de respect et d'admiration pour cette femme qui est un modèle dans ma vie. Si tu ne la connais pas, voici son court portrait.

Joyce est née en 1943. Son père étant parti à la guerre le lendemain de sa naissance, elle ne le reverra qu'une seule fois dans les trois années qui suivront. Au retour de la guerre, il la violera quinze années durant. Afin de fuir ces abus, elle se marie à un homme, mais ce dernier est assailli de

18. Le *love bank* ou « réservoir d'amour » est une notion introduite par Willard F. Harley, Jr. dans son livre *His Needs, Her Needs* (Lion Hudson). Selon lui, à chaque fois que nous interagissons avec un autre être humain, nous faisons un dépôt ou un retrait plus ou moins important dans ce réservoir d'amour et/ou d'affection lié à la personne en question. Ainsi, plus nous parlons son « langage de l'amour » (notion introduite par Gary Chapman dans le best-seller *Les Langues de l'amour*), plus nous marquons des points, et inversement.

problèmes (infidélité, escroquerie, alcoolisme...). Elle divorcera au bout de cinq ans, blessée, amère et aigrie. C'est à vingt-trois ans qu'elle rencontrera celui qui deviendra son second époux et avec lequel elle est mariée depuis près de cinquante-deux ans ! J'ai beaucoup d'admiration pour Dave également. Il reste discrètement dans les coulisses, mais je suis convaincue que, sans lui, le ministère international de Joyce Meyer n'existerait pas. Il est débordant de sagesse et a été pendant longtemps l'ancre de leur couple. Ce qui est intéressant, c'est que, en me penchant un peu plus sur les motifs qui ont poussé Dave à choisir (et épouser en moins de quatre mois de relation) Joyce, j'ai découvert cette prière qu'il avait élevée à Dieu : « *Seigneur, donne-moi une femme avec des problèmes.* » Comme dirait Joyce, sa prière a été pleinement exaucée ☺ Cet homme avait donc pour ambition de faire de sa femme sa compagne de tous les instants, une femme qu'il pourrait guider, accompagner à devenir plus comme Christ et aider à développer son plein potentiel. Voilà l'une de ses missions à l'égard de son épouse.

Cela rejoint parfaitement Éphésiens 5:26 :

◀◀ Il a donné sa vie pour elle afin de la rendre digne de se tenir devant Dieu après l'avoir purifiée par sa Parole, comme par le bain nuptial. »

*La Bible du Semeur*

L'époux est donc un vecteur, un élément clé utilisé par Dieu pour nous façonner, nous, femmes désireuses de nous marier. Notre mari sera un élément charnière dans l'accomplissement de notre destinée et de celles que nous sommes appelées à être (d'où l'importance de bien choisir ce dernier, mais ne t'inquiète pas, cela fera l'objet d'un chapitre à part ☺).

#### 4. Être le leader spirituel du foyer

L'homme a été créé pour être la tête, le leader spirituel du foyer. Je vais appuyer cette déclaration avec deux versets qui font polémique dans les milieux féministes :

◀◀ Je voudrais cependant attirer votre attention sur un point : Christ est le chef de tout homme, l'homme est le chef de la femme, le chef de Christ, c'est Dieu. »

*1 Corinthiens 11:3 (La Bible du Semeur)*

◀◀ Femmes, soyez soumises à vos maris comme au Seigneur; car le mari est le chef de la femme, comme Christ est le chef de l'Église qui est son corps et dont Il est le Sauveur. Or, de même que l'Église est soumise à Christ, les femmes aussi doivent l'être à leurs maris en toutes choses. »

*Éphésiens 5:22-25 (Segond 1910)*

C'est parce que l'époux est « appelé à être un conducteur-serviteur aimant » que je peux me soumettre à (« me mettre sous la protection de », « sous la mission de ») son leadership. Ici, il n'est nullement question de domination abusive de la part de l'homme, bien au contraire. En tant que femme (et pourtant je me considère comme une femme forte et indépendante), j'aspire à obtenir la protection, le soutien, le soin d'un homme dont la mission est de m'aider à devenir pleinement celle que Dieu veut que je sois, c'est-à-dire ressembler toujours plus à Christ.

## Le cahier des charges de la femme

Nous allons aborder dans cette section quelques-unes de nos missions principales en tant que futures épouses. Cette liste est un peu moins complète que celle présentée pour les hommes, non pas parce que notre rôle à jouer est moindre, mais tout simplement parce que je voulais davantage approfondir les points abordés.

Je te présente ci-dessous trois des besoins vitaux d'un homme qu'une épouse est appelée à combler. Le choix de ces trois items découle des enseignements tirés de mon expérience personnelle, des nombreux ouvrages que j'ai lus sur le sujet et des témoignages que j'ai pu recueillir auprès de proches et d'inconnus. *Ready?*

Voici les *key characteristics*<sup>19</sup> d'une épouse en or :

### **1. Elle est *a suitable helper* pour son mari (tu verras plus loin pourquoi je préfère conserver la dénomination anglaise)**

J'apprécie au plus haut point le verset suivant qui présente la première mission associée à la toute première femme, Ève :

19. « Caractéristiques essentielles ».

“ The Lord God said, “It is not good for the man to be alone. I will make a helper suitable for him [...]. But for Adam no suitable helper was found.”

*Genesis 2:18-20 (New international Version)*

Dans la Bible du Semeur, le verset est ainsi traduit: «*L'Éternel Dieu dit: Il n'est pas bon que l'homme soit seul, je lui ferai une aide qui soit son vis-à-vis... Mais il ne trouva pas d'aide qui soit son vis-à-vis.* » Ce qui est extraordinaire dans ce passage (que je t'invite à lire dans sa totalité), c'est que Dieu S'aperçoit qu'Adam a besoin d'un compagnonnage supérieur à ce que la création et les animaux pouvaient lui apporter. Ève, par extension la femme, est alors créée, à l'initiative de Dieu, en réponse à un besoin non pourvu de l'homme. Ève est la réponse d'Adam. **La femme est la réponse de l'homme.** J'ai choisi de conserver la traduction anglaise (au grand désespoir de plusieurs, je sais!) car le mot «*suitable*», à mes yeux, reflète parfaitement les intentions que Dieu avait en créant la femme. «*Suitable helper*» pourrait être traduit par «*aide convenable*», mais il me semble que cette terminologie soit quelque peu péjorative. Dieu avait-Il pour but de faire de nous, femmes, épouses en devenir, de simples aides ménagères et auxiliaires de vie à plein temps pour nos époux? Est-ce donc là la mission première qui nous incomberait? Je ne pense pas et je nous invite à replonger dans le texte originel.

En hébreu, le nom utilisé est *ezer* (prononcer «*ay-zer*»). Ce mot est utilisé vingt et une fois dans l'Ancien Testament et toujours dans des situations relevant de la plus grande importance, des situations de secours et de ressource. Ainsi, *ezer* a été utilisé à seize reprises pour décrire Dieu en tant que soutien. Il symbolise les traits de caractère de Dieu suivants: Il est notre force, notre soutien, notre protecteur, notre sauveur. C'est également le mot qui a été choisi pour décrire le rôle joué par la première femme sur Terre. N'est-ce pas là une mission noble, honorifique et de grande valeur? Ève a été créée et placée aux côtés d'Adam afin d'être la source d'une grande force vitale.

Et si on allait un peu plus loin ?

“ I will make him a helper corresponding to him.”

*Genesis 2:18 (Christian Standard Bible)*

En hébreu, le terme utilisé pour “*corresponding to*” est *kenegdô* : « en face de », « correspondant à », « vis-à-vis de lui ». Selon Walter C. Kaiser Jr. (intellectuel évangélique spécialisé dans l'étude de l'Ancien Testament), la femme n'aurait ainsi jamais été créée pour être une « simple aide » ou assistante.

D'ailleurs, je t'invite à prêter attention aux versets suivants qui mettent en avant la nature similaire de l'homme et de la femme :

◀◀ Voici cette fois celle qui est os de mes os et chair de ma chair ! On l'appellera femme, parce qu'elle a été prise de l'homme. »

*Genèse 2:23 (Segond 1910)*

◀◀ C'est ainsi que les maris doivent aimer leurs femmes comme leurs propres corps. Celui qui aime sa femme s'aime lui-même. Car jamais personne n'a haï sa propre chair ; mais il la nourrit et en prend soin, comme Christ le fait pour l'Église, parce que nous sommes membres de son corps. »

*Éphésiens 5:28 (Segond 1910)*

L'homme et la femme partagent la même nature, ce qui les positionne au même niveau. C'est une **relation d'égal à égale** qui s'instaure entre eux. La femme n'est pas une subalterne mais bien une partenaire pour son conjoint, son homologue. Allons même encore un peu plus loin ; 1 Corinthiens 11:7 nous dit :

◀◀ L'homme... est l'image et la gloire de Dieu, tandis que la femme est la gloire de l'homme. »

*Segond 1910*

En grec, le mot « gloire » est *doxa*, qui signifie « splendeur », « dignité », « honneur » et « gloire ». Je suis appelée à refléter la splendeur et l'honneur de mon conjoint. Je suis son éclat dans ce monde, telle une couronne d'or qui serait posée sur sa tête.



« Une femme vertueuse est la couronne de son mari. »

*Proverbes 12:4 (Segond 1910)*

Je pense que notre mission en tant qu'épouse est grande et noble. La femme n'a pas été créée pour être une subalterne de l'homme, JE SUIS, TU ES la réponse à la solitude de l'homme. Nous sommes la source d'une grande force pour nos maris et, en cela, notre mission première est d'être un soutien indéfectible pour eux.

Je me rallie à de nombreuses personnalités et hommes érudits qui déclarent que derrière chaque grand homme se cache une femme. Je crois sincèrement que l'accomplissement d'un homme, le déploiement de son plein potentiel, sa réussite et ses grandes œuvres sont intrinsèquement liés au soutien sans faille et à l'amour inconditionnel d'une femme et, très souvent, d'une épouse. Ainsi, selon des études américaines, les hommes mariés vivraient en moyenne dix ans de plus qu'un homme seul et la majorité des crimes seraient commis par des hommes célibataires.

## **2. Elle le respecte et l'honore**

J'ai lamentablement échoué dans ce domaine lors de mon premier mariage et j'ai pris conscience, lors de la séparation, que j'avais fait beaucoup de mal à mon mari d'alors. Tu vois, l'amour et le respect sont deux choses bien distinctes, et l'une n'induit pas systématiquement la réalisation de l'autre. Tu peux aimer quelqu'un et lui manquer de respect, tout comme tu peux respecter quelqu'un sans pour autant l'aimer.

Ainsi, une femme peut sincèrement aimer son mari et lui manquer de respect en :

- utilisant, dans un moment de colère, toutes sortes d'adjectifs négatifs, humiliants et/ou blessants ;
- racontant, en public, une anecdote qui dévaloriserait son mari ;
- le rabrouant ;
- rejetant ses opinions ;
- ne tolérant pas ses différences ;
- parlant mal de lui en son absence...

De l'autre côté, lorsqu'un policier me demande de me mettre sur le bas-côté pour effectuer un contrôle des papiers du véhicule, je m'exécute

immédiatement et je fais preuve de respect envers l'autorité des forces de l'ordre qu'il incarne. Je n'éprouve pour autant aucune affection particulière, et encore moins romantique, envers le policier. *You've got it?*<sup>20</sup>

Un best-seller chrétien américain intitulé *Love and Respect: The Love She Most Desires; The Respect He Desperately Needs*, du Dr Emerson Eggerichs, explique que le besoin numéro 1 de la femme est d'être aimée et que celui de l'homme est d'être respecté.

C'est tout simplement le commandement que tu retrouves dans Éphésiens 5:33:

« Il faut que chaque mari aime sa femme comme lui-même, et que chaque femme respecte son mari. »

*La Bible en français courant*

« Quant à vous, que chaque mari aime sa femme comme lui-même, et que chaque femme témoigne un profond respect à son mari. »

*La Bible du Semeur*

“ Each man among you [without exception] is to love his wife as his very own self [with behaviour worthy of respect and esteem, always seeking the best for her with an attitude of living kindness], and the wife [must see to it] that she respects and delights in her husband [that she notices him and prefers him and treats him with loving concern, treasuring him, honoring him, and holding him dear].<sup>21</sup>”

*The Amplified Bible*

Un homme « gravitera » autour du lieu où il se sent respecté, honoré. C'est pourquoi beaucoup d'hommes se jettent à corps perdu dans leur

20. « Tu saisis ce que je veux dire ? »

21. « Chaque homme parmi vous [sans exception] doit aimer sa femme comme lui-même [en adoptant un comportement digne de respect et d'estime, en recherchant constamment le meilleur pour elle avec une attitude pleine de bonté]. La femme, quant à elle, [doit veiller à] respecter son mari et à se délecter de lui [en lui prêtant attention, en le mettant au-dessus des autres, en lui démontrant une tendre affection, en prenant soin de lui, en l'honorant et en le chérissant] » (traduction libre).

job. Que penses-tu qu'il pourrait logiquement se passer pour un homme qui est méprisé et non considéré dans son foyer, mais qui recevrait une profonde admiration et du respect de la part d'une autre femme que son épouse ?

Voici deux démarches pratiques pour nous aider, en tant qu'épouse en devenir, à démontrer le respect que nos maris sont en droit d'attendre :

### **[a] Leur accorder le droit à l'erreur**

Nos maris seront avant tout des hommes et non des dieux, par définition ils ne sont pas parfaits (j'espère que ce n'est pas une découverte pour toi!). Lorsque nos époux feront des erreurs (et la certitude, c'est qu'ils en feront – tout comme nous d'ailleurs), notre rôle n'est ni de les corriger ni de leur dire ce qu'ils ont à faire (nous ne sommes pas leur mère!). En revanche, nous pouvons créer un climat propice où l'autre ne se sent pas jugé lorsqu'il échoue mais qui lui permet au contraire d'apprendre de ses erreurs et d'en sortir plus fort.

### **CONSEIL D'UNE SŒUR**



Si ton mari t'exaspère au plus haut point (ou plutôt « quand il t'exaspérera au plus au point »), cours vers Dieu et déverse-Lui ton cœur, ton ras-le-bol, ta tristesse, ta frustration, ta colère... Et prie pour ton conjoint, voilà ta plus précieuse arme! Tu permettras ainsi au Saint-Esprit de prendre le relais et de parler directement à ton époux. Trop de femmes pensent que leur mission sur Terre est de changer leur mari. Faux et archifaux, ça, c'est le job du Saint-Esprit. Le tien, c'est de le respecter, de l'aimer et de prier pour lui! *Full stop!* Une fois ton cœur apaisé, tu pourras alors communiquer avec ton conjoint de manière objective et non violente en évitant les blessures inutiles.

### **[b] Mettre tes lunettes supersoniques**

Tu n'as jamais rêvé d'être une super-héroïne ? Du style Catwoman, Elastigirl (surtout dans *Les Indestructibles 2*), Wonder Woman ou Xena

la guerrière (bon, ça, c'est pour les plus âgées d'entre nous ☺). Bref, libre à toi de choisir l'héroïne qui te captive le plus! P-S.: pour info, moi j'étais fan de Lois Lane, de son caractère effronté et de son audace dans *Lois et Clark: Les Nouvelles Aventures de Superman*.

La bonne nouvelle, c'est qu'en te mariant tu es appelée à devenir une super-héroïne! Tu ne le savais pas, hein? Eh bien, c'est simple, Dieu te demande de mettre des lunettes supersoniques qui t'appellent à voir ton mari non pas seulement comme il est aujourd'hui, mais comme il est appelé à être demain. Lorsque tu regardes ton époux, vois son potentiel, vois ce que Dieu l'a appelé à devenir, vois sa destinée, et que les paroles qui sortent de ta bouche soient en accord avec cette révélation.

« Dieu appelle les choses qui ne sont point comme si elles étaient. »

*Romains 4:17 (Segond 1910)*

Dieu voit au-delà de ce qui est. Ta parole envers ton mari est créatrice. N'oublie pas que tu es son « X-factor », celle qui doit être puissamment utilisée dans sa vie pour révéler son potentiel encore non visible.

Voici une très belle citation d'Henri-Frédéric Amiel, écrivain et philosophe suisse (1821-1881), issue de son journal intime datant du 10 février 1846 :

« Respecter dans chaque homme l'homme, sinon celui qu'il est, au moins celui qu'il pourrait être, qu'il devrait être. »

## CONSEIL D'UNE SŒUR



Quand tu auras rencontré ton conjoint, pose-toi la question suivante : qu'as-tu détecté chez lui qui t'a attirée et t'a amenée à le choisir, lui, et pas un autre? Honore-le dans ce domaine et regarde-le grandir et prendre en stature. N'oublie jamais : tu es sa première *cheerleader*!

### 3. Elle est physiquement attrayante, féminine et accorde de l'importance au sexe

Les hommes ne sont pas des pervers (enfin, pas la majorité d'entre eux)! Voilà c'est dit, peut-être d'une manière « brut de décoffrage », mais le message est passé.

J'entends souvent les filles se plaindre du fait que les hommes ne « *penseraient qu'à ça* » et se retourneraient sur chaque belle femme que leur regard croiserait.

Tout d'abord, le sexe fait partie des besoins physiologiques (donc vitaux) présentés dans la très célèbre pyramide de Maslow. Ensuite, les hommes sont constitués différemment d'un point de vue biologique. Leur concentration en testostérone est bien plus importante que chez nous, Mesdames, et influence directement leur désir sexuel. Donc, l'intérêt des hommes pour le sexe et la beauté physique s'explique grandement d'un point de vue biologique et constitue également un besoin émotionnel fort. Or n'oublions pas que la satisfaction de nos besoins émotionnels respectifs est un puissant secret pour accroître l'amour que nous nous portons mutuellement et maintenir une relation de couple de qualité et épanouissante.

Les hommes et les femmes n'appréhendent pas le sexe de la même manière. Ce qui va suivre peut te paraître réducteur, mais c'est une approche macro et généraliste de la chose ; bien entendu, la vraie vie est constituée de quelques nuances. Pour faire court, afin qu'une femme veuille faire l'amour avec son mari, il y a plusieurs cases qui doivent être cochées, car le sexe fait davantage partie d'un tout et ne se dissocie que rarement pour la gent féminine. Ainsi, elle devra par exemple se sentir aimée (je parle bien ici de faire l'amour et non pas de simples relations sexuelles mécaniques), recevoir au préalable de l'affection, être psychologiquement libre (les problèmes liés aux enfants, le travail, les finances, les amis peuvent être des « tue-l'amour ») et être en bons termes avec son conjoint.

Les hommes, eux, dissocient plus facilement les relations sexuelles. Voici quelques petits exemples parlants : un homme peut être en désaccord avec sa femme et avoir envie d'elle. Il peut être réveillé en pleine nuit alors qu'il dort profondément et doit se réveiller tôt le lendemain et pourtant se montrer coopératif sous la couette. La présence d'invités

ou une maison dans un désordre « tchernobyléen » ne sont pas non plus des obstacles face à son désir sexuel...

J'aimerais souligner deux points au sujet de l'importance du sexe pour un homme :

- Lorsqu'un homme se lie pour la vie à une femme et lui promet fidélité, il s'attend légitimement à ce que ce besoin biologique fort soit comblé exclusivement par son épouse. Si cette dernière n'a pas conscience de son rôle dans ce domaine, il pourrait très rapidement avoir l'impression de « s'être fait avoir » en s'engageant après avoir signé un contrat dans lequel la « clause sexe » n'est pas respectée.
- N'oublie jamais que la meilleure manière de satisfaire sexuellement ton mari est de prendre toi-même ton pied au lit. Simuler ou faire la pieuvre, afin de se donner bonne conscience d'avoir accompli son devoir conjugal, n'est pas une tactique qui paie sur le long terme.

Parlons désormais de l'apparence physique. Les hommes accordent une grande importance au soin qu'une femme peut apporter à son physique et au fait qu'elle soit à l'aise avec sa féminité. L'attraction physique, chez nous les femmes, ne figure généralement pas dans le top 3 des critères qui nous feront choisir un conjoint. Moi, par exemple, je n'y accorde pas une importance primordiale et je n'ai pas de critères physiques discriminants (les petites poignées d'amour, les calvities naissantes ou encore le manque de muscles apparents ne me dérangent pas le moins du monde). Je ne recherche ni un homme beau ni un homme musclé, et surtout pas un homme coquet (mais quelle horreur d'avoir un homme qui passerait plus de temps que moi dans la salle de bains !). À vrai dire, je me suis aperçue que je pouvais trouver un homme très beau au premier abord, mais aussi que, si ses sujets de conversation sont creux, ou que son système de valeur est corrompu, il devient, en l'espace de quelques secondes, tout à fait quelconque à mes yeux et son charme physique disparaît tout aussi vite. À l'inverse, je peux rencontrer quelqu'un que je ne trouve pas particulièrement séduisant et appréhender son physique d'une tout autre manière en raison des qualités suivantes :

- du charisme ;
- une voix grave assurée ;
- des valeurs morales fortes et louables ;

- une culture générale supérieure à la mienne;
- une passion pour une cause noble;
- une intelligence sociale;
- la sécurité et la paix qui émanent de lui;
- une grande assurance;
- une maîtrise des situations complexes (moi qui prends généralement les choses en main, je fonds littéralement face à un homme « qui gère » et sur qui je peux véritablement compter et me décharger!);
- ...

Il n'est ainsi pas rare de voir des couples jugés « mal assortis » par la société : Madame est un canon de beauté dans la fleur de l'âge, tandis que Monsieur est beaucoup plus âgé et dépourvu de qualités physiques à son avantage. En contrepartie, sa situation économique est bonne et il bénéficie d'une expérience de vie qui comble le besoin de sécurité de Madame. Leur amour, qui semble improbable au premier abord, peut être sincère s'il repose sur la satisfaction de leurs besoins émotionnels respectifs.

La plupart des hommes ont besoin d'avoir une femme belle à leurs yeux. *Full stop!*

Lorsque tu embrasses ta féminité, c'est également une manière d'embrasser ton rôle de femme en tant que tel et d'être consciente de l'importance du rôle complémentaire que va jouer ton époux dans ta vie. C'est une manière de respecter la mission de chacun. Il s'agit donc d'un élément à ne pas négliger, sans pour autant aller dans les extrêmes, et dont nous parlerons de manière plus détaillée dans la deuxième partie du livre.

Avant de passer au chapitre suivant, j'aimerais te partager ma feuille de route, qui présente les attitudes que je veux déployer envers mon mari. Il me semble bien plus facile d'appliquer les principes qui vont suivre si je décide de les faire miens avant de rencontrer cette personne. Je ne veux pas laisser les circonstances influencer mes réactions. La décision anticipée est donc une clé essentielle pour moi.

Les résolutions de l'épouse que je souhaite être pour mon mari sont :

1. Je veux être sa *cheerleader* numéro 1. *Cheer + leader* : celle qui conduit, mène, dirige les encouragements. Je souhaite être son soutien indéfectible, son « encourageuse personnelle », celle vers qui il pourra se

tourner dans les moments difficiles, dans les prises de risque, quand les doutes l'assailliront ou encore lorsque les autres le critiqueront et l'abandonneront même.

2. Je ne me mettrai pas en colère contre mon mari et ne prononcerai pas de paroles négatives à son égard, ni en privé ni en public. Lorsque je suis mécontente ou blessée, c'est d'abord auprès de Dieu que je vais déverser mon cœur.

### *En aparté...*

La Bible est très claire au sujet de la femme colérique. À tout homme sensé, elle lui recommande de s'en éloigner (avant qu'il ne soit trop tard!):

◀◀ Mieux vaut habiter à l'angle d'un toit, Que de partager la demeure d'une femme querelleuse. »

*Proverbes 21:9 (Segond 1910)*

◀◀ Mieux vaut habiter dans une terre déserte, qu'avec une femme querelleuse et irritable. »

*Proverbes 21:19 (Darby)*

Voici un verset qui m'a beaucoup aidée dans la gestion de la colère de manière générale :

◀◀ Que tout homme soit prompt à écouter, lent à parler, lent à se mettre en colère ; car la colère de l'homme n'accomplit pas la justice de Dieu. »

*Jacques 1:19-20 (Segond 1910)*

Je me suis aperçue que, lorsque je faisais l'effort d'écouter mon interlocuteur jusqu'au bout, cela clarifiait la situation dans 80 % du temps et apaisait mon énervement injustement fondé.

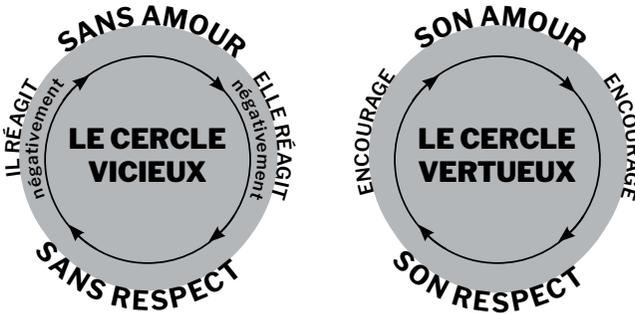
3. Je décide de voir en lui l'homme qu'il est appelé à devenir et à ne pas me limiter à l'homme qu'il est aujourd'hui. Je parlerai des paroles créatrices à son égard, en accord avec ce que Dieu l'appelle à faire et être.
4. Je fais le choix de pardonner immédiatement et de ne pas me coucher fâchée.

◀◀ Si vous vous mettez en colère, ne péchez point ; que le soleil ne se couche pas sur votre colère. »

*Éphésiens 4:26 (Segond 1910)*

5. Je prendrai physiquement soin de moi en signe d'honneur et de plaisir pour mon mari.

Je t'invite donc à créer ta propre feuille de route basée sur le rôle que tu souhaites jouer en tant qu'épouse et partenaire de vie. Il est important que tu puisses déjà y réfléchir afin de travailler dans ce sens et d'être prête au moment venu. Pour conclure cette partie, je m'appuierai sur les schémas de *Love and Respect*, écrit par le Dr Emerson Eggerichs :



## POUR ALLER PLUS LOIN

Voici le top 3 de mes livres FAVORIS sur le sujet!!! Des *must read*!

P.S. : oui, il y en a plus que trois, mais impossible d'en enlever un seul de la liste. Je voulais vraiment te donner le top 3 ☺ On dit que c'est l'intention qui compte, non ?

**1.** *His Needs, Her Needs: Building an Affair-Proof Marriage* de Willard F. Harley (Fleming H. Revell Company). Traduction française: *Elle et lui: Comblar les besoins de chacun pour une relation durable* (Un monde différent). Ce livre est tellement EXCELLENT que sa lecture devrait être obligatoire!

**2.** *Femme... source d'inspiration pour son mari: Comment pouvez-vous devenir la meilleure amie de votre conjoint ?* de Cindi McMEnamin (Vida).

**3.** *The Power of a Praying Wife* de Stormie Omartian (Harvest House Publishers).

**4.** *Visionary Marriage: Capture a God-Sized Vision for Your Marriage* de Rob et Amy Rienow (Randall House). Traduction française: *Couple visionnaire: Découvrez les objectifs de Dieu pour votre couple* (Graines 2 Vie).

**5.** *Wild at Heart: Discovering the Secret of a Man's Soul* de John Eldredge (Thomas Nelson). Traduction française: *Indomptable: Le Secret de l'âme masculine* (Farel).

## POUR ALLER ENCORE PLUS LOIN

**1.** *Sacred Marriage: What If God Designed Marriage to Make Us Holy More Than to Make Us Happy?* de Gary Thomas (Zondervan).

**2.** La série de messages audio et vidéo *The Purpose of the Male Man* (avec un enseignement intitulé "Cultivating Your Wife" de Myles Munroe).

## Chapitre 3

# Et si Dieu me réservait un homme que je n'aime pas ?

« **J**e ne veux pas impliquer Dieu dans ce choix car j'ai peur qu'Il me donne un homme que je n'aimerais pas. » As-tu déjà entendu ce genre de phrase de la part de copines (ou peut-être l'as-tu toi-même prononcée ?). En tout cas, pour ma part, je l'ai entendue de bien trop nombreuses fois, et cela m'insupporte au plus haut point !

Si tu es arrivée jusqu'ici, tu dois commencer à t'habituer à mon franc-parler, je vais donc me permettre – une fois de plus – d'être directe.

Si Dieu nous laisse le libre arbitre de choisir ou non Jésus-Christ, Son fils chéri, qu'Il a envoyé sur Terre vivre de terribles souffrances afin que je sois, que tu sois sauvée, alors à combien plus forte raison va-t-Il nous laisser libres de choisir notre conjoint. Dieu n'est pas un manipulateur. Il est le plus gentleman de tous les gentlemen. Son désir n'a jamais été de faire de nous des marionnettes sans aucune volonté propre. Si tel avait été le cas, toute la Terre serait chrétienne. Donc, ôte-toi ça une bonne fois pour toutes de la tête : Dieu ne te forcera jamais à épouser qui que ce soit ! Et puisque Dieu Lui-même ne te force pas, ne laisse personne te dire : « *Dieu m'a dit que tu allais te marier avec untel ou untel.* » Beaucoup de personnes ont été malheureuses dans leur mariage, car un pasteur ou une sœur avait, soi-disant, reçu une révélation au sujet du choix de leur conjoint.

Grâce au sacrifice de Jésus à la Croix, nous avons un accès direct au Père. Dieu aime parler en accès libre à Ses enfants lorsque ces derniers sont prêts à L'écouter. Et s'Il ne te dira probablement pas qui tu dois épouser, Son désir est de te guider, de te conseiller et de t'accompagner afin que tu fasses le meilleur choix pour ta vie.

◀◀ [...] car par Lui nous avons les uns et les autres accès auprès du Père, dans un même Esprit. »

*Éphésiens 2:18 (Segond 1910)*

Pourquoi impliquer Dieu dans notre choix ?

Si Dieu n'est pas un dictateur qui te forcera à épouser qui que ce soit, je ne peux que te recommander de L'impliquer dans ce choix décisif de ta vie.

Voici quelques raisons pour lesquelles je t'encourage à *partnership with Him*<sup>22</sup> dans ce domaine :

### 1. Il t'aime, Il a tes intérêts à cœur et veut te bénir

Celles qui disent « *J'ai peur que Dieu me choisisse un mari que je n'aime pas, que je trouve moche et repoussant. J'ai peur d'être déçue* » ne connaissent pas le cœur de Dieu. Il t'aime, Son désir est de te bénir :

◀◀ Je t'aime d'un amour éternel ; C'est pourquoi Je te conserve ma bonté. »

*Jérémie 31:3 (Segond 1910)*

◀◀ Je t'aime depuis toujours, c'est pourquoi Je te reste profondément attaché. »

*Jérémie 31:3 (La Bible en français courant)*

Dans ce passage, l'Éternel S'adresse à Israël comme à une jeune femme aimée.

22. « Collaborer avec Lui ».

J'aime les versets 27 et 28 de Genèse 1 :

« Dieu créa l'homme à Son image, Il le créa à l'image de Dieu, Il créa l'homme et la femme. Dieu les bénit. »

*Second 1910*

L'une des premières choses que fait Dieu après avoir créé l'homme et la femme est de les bénir. Voilà Son désir pour moi, pour toi, pour Ses enfants. Dieu est ton Père et Il t'aime. Il souhaite le meilleur pour toi. Il a tes intérêts à cœur.

## **2. Dieu est ton créateur, Il te connaît parfaitement**

Lorsque tu souhaites connaître l'exhaustivité des fonctionnalités d'un objet, ses particularités, ses caractéristiques cachées, alors le meilleur moyen est d'aller à la source : le manuel d'utilisation, ou encore mieux le concepteur dudit produit. Il est celui qui saura le mieux t'en parler. Il connaît la notice d'utilisation par cœur et saura la déchiffrer sans aucune hésitation. Il a dessiné toutes les courbes de l'objet et connaît les raisons derrière chaque détail qui fait ce qu'il est. Il sait quel est son plein potentiel et pourra te lister les précautions à prendre pour ne pas l'endommager et le préserver. C'est ainsi que pléthore de personnes achètent des smartphones ultraperformants, mais les sous-utilisent car elles n'ont pas connaissance de l'ensemble des capacités de ces derniers et ne prennent la peine ni de lire la notice d'explication ni de questionner le fabricant. Dieu sait tout de toi. Personne d'autre sur Terre (même tes parents ou ta meilleure amie) ne te connaît davantage. Tu as des doutes ?

La Bible nous dit qu'Il te connaissait avant même ta naissance :

« Avant de te former dans le ventre de ta mère, Je te connaissais. »

*Jérémie 1:5 (Parole de Vie)*

Il connaît le nombre exact de cheveux qui sont sur ton crâne!!!

« Et même les cheveux de votre tête sont tous comptés. »

*Luc 12:7 et Matthieu 10:30 (Segond 1910)*

Plus que ta seule apparence physique, Il sonde ton cœur et sait ce qui te motive dans la vie :

« Je regarde au fond de ton cœur et Je sais tout de toi. »

*Psaumes 139:1 (Parole de Vie)*

Il en sait plus sur toi que toi-même !

“ For God is greater than our worried hearts and knows more about us than we do ourselves<sup>23</sup>.”

*1 John 3:20 (The Message)*

Prends-tu conscience de Son degré de connaissance de ta personne ???

### **3. Dieu ne choisira pas pour toi, mais Il peut te conseiller et te guider**

Je ne suis pas de celles qui pensent que le Seigneur a une seule personne réservée pour nous. En effet, je ne crois pas que notre mission sur Terre soit de découvrir, parmi les huit milliards d'habitants qui peuplent la planète, celui qui sera notre « âme sœur » (ce qui reviendrait à rechercher un grain de sable précis sur une plage !). Je pense, sauf cas exceptionnel, qu'il y a plutôt un profil ou type d'homme qui correspond à chacune d'entre nous. Parmi ce profil défini, il y aura plusieurs individus qui pourront croiser notre chemin et nous serons alors amenées à faire un choix. N'oublions pas que Dieu nous a faites libres et que nous ne pouvons rejeter la responsabilité du choix de notre conjoint sur une tierce personne. Au final, ce sera notre décision ; il nous appartient donc de faire un choix éclairé que nous devrons pouvoir assumer par la suite.

23. « Car Dieu est au-dessus des inquiétudes de notre cœur et Il nous connaît mieux que nous-mêmes » (traduction libre).

## À RETENIR/IN A NUTSHELL

Un peu de maths...

(J'adore les maths, surtout de ce niveau!)

Dieu m'aime

+

Il veut le meilleur pour moi

+

Il me connaît parfaitement

=

Il est le mieux placé pour m'aider  
à choisir mon conjoint



## Rébecca et Isaac

La romantique que je suis aime les belles histoires de la Bible. Je t'invite donc à lire avec moi l'histoire de la mise en couple de Rébecca et d'Isaac dans Genèse 24.

Le Seigneur a donné pour commandement au père d'Isaac, Abraham, de ne choisir pour les siens que des épouses ayant le même Dieu que lui. C'est ainsi que lorsqu'il voulut chercher une femme pour son fils Isaac (alors âgé de quarante ans : il y a donc de l'espoir pour nous !), il commanda à son plus ancien serviteur de partir à la recherche de cette promise au sein de sa parenté. Je te laisse lire le chapitre pour prendre connaissance des détails.

Même si on ne parle pas explicitement du Saint-Esprit dans ce passage, on le voit très clairement à l'œuvre, guidant le serviteur dans cette quête. Avant même que ce dernier n'eût terminé sa prière (verset 15) apparaissait une « *très belle* » jeune fille, « *vierge* », nommée Rébecca, de la parenté d'Abraham.

Si l'organisation du mariage de Rébecca et d'Isaac diffère quelque peu de nos mariages du *xxi<sup>e</sup>* siècle, et que celui-ci a très clairement été guidé par différentes circonstances, c'est Rébecca qui a exprimé le choix de suivre immédiatement le serviteur afin de rencontrer son futur époux :

« Appelons la jeune fille, dirent-ils, et demandons-lui son avis. Ils appelèrent donc Rébecca et lui demandèrent. Veux-tu partir avec cet homme ? Elle répondit : oui. »

*Genèse 24:57-58 (Segond 21)*

Dieu est prêt à nous guider et à nous conseiller si on le Lui demande, mais Il ne nous privera pas de la liberté de choisir. Si choisir, c'est dire « *oui* » à un homme, c'est aussi dire « *non* » à tous les autres que nous connaissons ou ne connaissons pas. C'est faire preuve de maturité en décidant de s'unir à une personne réelle qui différera assurément de l'homme fantasmé et idéalisé qui a bercé nos rêves romantiques. Choisir revêt également une part de responsabilité importante, puisqu'il nous faudra vivre avec notre décision, l'assumer et créer les conditions nécessaires à la réussite de l'union. Beaucoup de chrétiennes pensent

à tort qu'il suffit de s'engager à un homme lui aussi chrétien pour que le mariage soit facile et heureux. Que nenni!!! Choisir l'être aimé n'est que le début de l'aventure. Et cette aventure va requérir un investissement, un travail de toute une vie. Un mariage ne se vit pas seulement, il se construit.

## Conclusion du chapitre

En qualité de gentleman, le Seigneur ne t'imposera pas un conjoint que tu n'aimerais pas. Il n'attend qu'une seule chose de ta part : que tu L'invites dans chaque sphère de ton existence, notamment dans le choix de ton partenaire de vie. Il veut te conseiller, te guider, t'avertir des dangers, te préserver d'erreurs graves qui te feraient souffrir. Comment refuser les conseils d'une personne qui nous aime infiniment, qui ne cherche que notre bonheur et nous connaît mieux que quiconque ? Je ne sais pas, toi, mais moi il est hors de question que je passe à côté de cette chance inouïe qui m'est donnée. Ne vois-tu pas Son amour pour toi ? Pourquoi ne pas décider aujourd'hui de Lui faire confiance dans ce domaine de la plus grande importance pour ta vie ? En lui disant tout simplement : *« Oui, Seigneur, sois mon partenaire, mon allié dans ce cheminement, et conduis-moi vers l'homme qui me correspond. »*



## INTERLUDE



**N**ous voici arrivées à la fin de cette première partie intitulée « Suis-je faite pour le mariage ? ». Si, à la suite de tous les échanges que nous venons d'avoir, ta réponse à cette question est « *non* », eh bien je t'invite à refermer ce livre, car le sujet qui va suivre ne t'intéressera sûrement pas. En revanche, si tu es en mesure de déclarer « *Oui, je pense que le mariage fait partie des bons plans de Dieu pour moi et je veux faire mienne cette promesse* », alors la partie qui suit devrait fortement (en tout cas, je l'espère !) t'intéresser !

La promesse seule ne suffit pas. C'est un bon point de départ que de savoir que Dieu a de bons plans pour nous, mais cela ne suffit pas.

L'un de mes auteurs préférés est le Dr. Dave Martin. Ses livres sont une source d'inspiration intarissable. Dans l'excellentissime *The 12 Traits of the Greats*, il déclare : “*But I also know that all the promises of God are conditional. We have to do something to meet God's conditions before His promises will work in our lives [...] God has good things in store for me, but I have to do something to activate God's blessings in my life. You too.*” (Traduction libre : « *Mais je sais aussi que toutes les promesses de Dieu sont conditionnelles. Nous devons accomplir quelque chose pour remplir les conditions de Dieu avant que Ses promesses n'agissent dans nos vies. [...] Dieu a de bonnes choses en réserve pour moi, mais je dois faire quelque chose pour activer les bénédictions de Dieu dans ma vie. Tu dois en faire de même.* »)

Ce paragraphe m'a tout de suite rappelé la promesse de Dieu faite pour mes trente ans. Oui, le Seigneur a un homme merveilleux pour moi, mais il y avait une condition. T'en souviens-tu ?

*Tourne la page !*

« *Quand tu seras prête.* » L'accomplissement de ce rêve est donc conditionné à la PRÉPARATION. Lorsqu'il est dit dans la Bible que la foi sans les œuvres est vaine (Jacques 2:17), cela signifie tout simplement que croire aux promesses est vain si nous n'associons pas cette croyance à des actions concrètes, communément appelées « pas de foi ». En fait, croire sans agir, c'est tout bonnement faire preuve d'incrédulité. Si tu crois sincèrement, alors tu te mets en marche et tu agis!

« Comme le corps sans âme est mort, de même la foi sans les œuvres est morte. »

*Jacques 2:26 (Segond 1910)*

Puisque tu es convaincue que le mariage est pour toi (sinon tu aurais refermé le livre!), je te propose de voir comment activer cette promesse en collaboration avec Dieu et je t'invite à entrer dans cette deuxième partie du livre pleine d'enthousiasme, de joie et d'expectative. *Ready?*

Ton amie,

*Elodie*

## PARTIE II



**Let's get  
prepared!<sup>24</sup>**

« Le mariage représente un tel changement de vie que se lancer dedans sans s'être préparé au préalable revient à se jeter dans l'océan sans avoir appris à nager. »

Derek Prince | prédicateur américain de renommée mondiale

« Le secret du succès dans la vie : se préparer à saisir l'occasion quand elle se présente. »

Benjamin Disraeli | ex-Premier ministre du Royaume-Uni

« Lorsqu'une opportunité se présente, il est trop tard pour se préparer. »

John Wooden | ancien joueur de basket-ball américain

« Avant toute autre chose, la préparation est la clé du succès. »

Alexander Graham Bell | scientifique, ingénieur et inventeur scotto-canadien

« L'appel de Dieu n'est pas un événement, un moment unique, une occasion spéciale ou encore l'imposition des mains faite par un inconnu. C'est un choix qui se renouvelle au quotidien et cela se reflète dans votre train-train du quotidien. Préparez donc votre avenir dès aujourd'hui. »

Terri Savelle Foy | conférencière chrétienne et auteure de best-sellers

« Prépare-toi alors que tu attends. »

Dave Martin | coach chrétien américain à succès

« De la qualité de ta préparation découlera une certaine qualité de ta vie. »

Élodie Gaillard | moi

## Chapitre 1

# Une préparation intentionnelle

Un chirurgien aura étudié en moyenne durant douze à quinze ans après son baccalauréat avant de pouvoir exercer sa profession. Cet accomplissement ne résulte pas d'un simple désir mais plutôt d'une vision supportée par des plans stratégique et opérationnel qui vont requérir de la discipline, des sacrifices quotidiens, de la persévérance et un travail de longue haleine. Même si nous n'avons pas tous reçu cette vocation médicale, il est désormais commun – du moins en France où je vis – que les jeunes soient disposés à étudier durant plusieurs années afin de pouvoir exercer le métier de leurs rêves et prétendre à un salaire à la hauteur de leurs attentes. Si nous sommes prêts à faire cet investissement pour notre carrière, à combien plus forte raison devrions-nous être désireux de mettre du temps à part pour nous préparer à l'une des plus grandes missions de notre vie : le mariage !

Non, je ne veux pas te décourager en te faisant croire qu'il te faudra systématiquement quinze années de préparation ; mais, si tu veux mettre toutes les chances de ton côté, alors, oui, cela nécessitera un temps de formation et cette dernière devra être intentionnelle.

Une préparation intentionnelle consiste à :

1. Déterminer un but à atteindre.
2. Définir un plan d'action en lien avec ce but et organiser les étapes nécessaires à la réalisation de l'objectif fixé.

3. Suivre le plan en faisant preuve de discipline, de courage et de persévérance.

4. Atteindre le but :

- Le sujet est fin prêt ; il est doté des qualités nécessaires à l'accomplissement de la vision.
- Les conditions extérieures nécessaires à cette réalisation sont réunies.

La préparation intègre quasi inéluctablement une phase de déplaisir. Elle nous oblige à quitter notre zone de confort, elle nous élargit, afin de nous permettre d'entrer dans une nouvelle dimension.

Prenons l'exemple de quelqu'un qui est en surpoids et souhaite perdre des kilos. Voici les étapes qu'il s'apprête à suivre.

#### **Étape 1: déterminer un but à atteindre**

- Perdre 20 kilos, afin d'obtenir un IMC (indice de masse corporelle) correspondant à une « corpulence normale » (selon l'Organisation mondiale de la santé).

#### **Étape 2: définir un plan d'action**

- Consulter un professionnel nutritionniste ou diététicien qui établira un plan de régime ou de rééquilibrage alimentaire.
- Établir un programme sportif.
- Augmenter sa consommation d'eau en passant à deux litres par jour.

#### **Étape 3: suivre le plan en faisant preuve de discipline, de courage et de persévérance – la partie la plus déterminante et la plus difficile à suivre !**

- Résister aux douceurs et aux mets succulents qui appellent l'individu au régime, tel le chant envoûtant des sirènes de *L'Odyssée* d'Homère.
- Faire le choix de ne pas s'affaler sur le canapé après une longue journée de travail épuisante, mais enfiler ses baskets afin de déloger l'accumulation de graisse qui adore prendre résidence permanente sur les hanches, les cuisses et les fesses sans y avoir été conviée.
- Renoncer aux délicieuses boissons sucrées – souvent chimiques – et les substituer par cette boisson insipide que l'on appelle communément « eau »!

J'ai fait preuve d'ironie et d'exagération – tu l'auras compris – afin de démontrer le parcours du combattant que peut représenter un projet de perte de poids.

Les individus au régime sont-ils donc tous des masochistes, prêts à souffrir et à se priver dans le simple but de perdre des kilos ? Non, pas du tout ! D'ailleurs, tu en sais peut-être quelque chose si toi-même tu as déjà entrepris un rééquilibrage alimentaire. Le plaisir immédiat de manger des cochonneries et l'inconfort temporaire de la phase régime sont supplantés par l'obtention d'un bien supérieur et souvent pluriel. Exemples : santé recouvrée, hausse de l'estime de soi, nouvelle silhouette attirante, plus grande mobilité physique...

## Dix vierges et une parabole

Maintenant, j'aimerais que nous regardions de plus près une courte histoire de la Bible qui illustre très bien l'importance de la préparation. Avant de rentrer dans le vif du sujet, je te propose de poser le contexte afin que tu ne fasses pas la même erreur que moi, qui me suis méprise pendant des années en pensant que les dix vierges protagonistes étaient fiancées au même homme et devaient toutes se marier avec lui 😊!

Selon la coutume juive de l'époque, le festin des noces devait avoir lieu dans la maison de l'époux. Ce dernier allait chercher sa promise accompagné d'un cortège, avec de la musique et des lampes, afin de la ramener à la salle des noces. Les jeunes filles du village (par « jeunes filles », on sous-entend vierges) avaient la possibilité de se joindre à la procession et de prendre part au festin si elles respectaient deux conditions sine qua non : être revêtues d'habit de fête<sup>25</sup> et avoir avec elles une lampe.

« Ce jour-là, il en sera du Royaume des cieux comme de dix jeunes filles qui prirent leurs lampes et s'en allèrent à la rencontre du marié. Cinq d'entre elles étaient insensées, les cinq autres étaient avisées : les jeunes filles insensées prirent leurs lampes sans penser à emporter de réserve d'huile, mais celles qui étaient avisées prirent, avec leurs lampes, des flacons contenant de l'huile. Comme le marié se faisait attendre, elles s'assoupirent toutes et finirent par céder au som-

25. L'importance de la tenue est confirmée dans la parabole du festin des noces : « Le roi entra pour les voir [les invités], et il aperçut là un homme qui n'avait pas mis d'habit de noces. Il lui dit : "Mon ami, comment as-tu pu entrer ici sans avoir d'habit de noces ?" Cet homme resta la bouche fermée. Alors le roi dit aux serveurs : "Attachez-lui les pieds et les mains, [emmenez-le et] jetez-le dans les ténèbres extérieures, où il y aura des pleurs et des grincements de dents." » (Matthieu 22:11-13, Second 21). P.-S. : personnellement, je suis un peu choquée par le sort réservé à celui qu'il appelle « mon ami » !

meil. À minuit, un cri retentit : “Voici l’époux ! Allez à sa rencontre !” Toutes les jeunes filles se levèrent et préparèrent leurs lampes. Alors les jeunes filles insensées s’adressèrent à celles qui étaient avisées : “Donnez-nous de votre huile, car nos lampes sont en train de s’éteindre.” Mais celles-ci leur répondirent : “Non ! Il n’y en aurait jamais assez pour nous et pour vous. Courez plutôt vous en acheter chez le marchand.” Elles partirent en chercher. Pendant ce temps, le marié arriva : celles qui étaient prêtes entrèrent avec lui dans la salle de noces, et l’on ferma la porte. Plus tard, les autres jeunes filles arrivèrent à leur tour ; mais elles eurent beau crier : “Seigneur, Seigneur, ouvre-nous !” il leur répondit : “Vraiment, je vous l’assure : je ne sais pas qui vous êtes.” “C’est pourquoi, ajouta Jésus, tenez-vous en éveil, car vous ne savez ni le jour, ni l’heure de Ma venue.” »

*Matthieu 25:1-13 (La Bible du Semeur)*

Au sens figuré, cet apologue parle du retour de Jésus et de la préparation de l’Épouse, c’est-à-dire l’Église. Au sens propre, cette parabole parle de dix jeunes filles faisant partie du cortège qui devaient prendre part aux festivités de la noce. Toutefois, le texte nous dit que, parmi elles, cinq étaient « insensées » tandis que les cinq autres étaient avisées. Selon le Centre national de ressources textuelles et lexicales (CNRTL), une personne insensée est une personne « *dénué(e) de bon sens, de prudence ; qui va à l’encontre de ce qui serait raisonnable* », tandis qu’une personne avisée « *[réfléchit] aux meilleurs moyens d’atteindre un but, de pourvoir à quelque chose, et [prend] une décision en conséquence* ». **L’inconséquence des cinq premières filles les a conduites à ne pas prendre la préparation au sérieux et a eu pour conséquence la non-participation au mariage.** En effet, lorsque l’époux s’est présenté, ces cinq femmes (quelque peu étourdies) n’étaient pas prêtes et celui-ci n’a pas voulu les laisser entrer quand elles sont revenues de leur session de shopping<sup>26</sup>.

26. Cela me fait penser à la citation de Jules Jouy, « *L’heure, c’est l’heure ; avant l’heure, c’est pas l’heure ; après l’heure, c’est plus l’heure* » ☺

J'aime la manière dont se termine la parabole, je te mets une autre traduction en anglais :

“ So stay alert. You have no idea when He might arrive<sup>27</sup>.”

*Matthew 25:13 (The Message)*

La morale de l'histoire est la suivante : prenons conscience du caractère indispensable du cheminement intentionnel à faire avant le mariage. J'espère qu'il pourra réveiller dans ton cœur l'urgence de t'atteler avec sérieux et joie à cette préparation.

J'ai à cœur de me remarier. Mais, cette fois-ci, j'ai décidé de prendre le temps de me préparer , c'est-à-dire de me donner la possibilité :

- de développer une relation d'amour, intime avec Jésus ;
- de me connaître ;
- de prendre soin de moi ;
- d'investir dans les appels que Dieu a placés sur mon cœur ;
- d'entreprendre le chemin de la transformation avec le Saint-Esprit ;
- de Le laisser faire un travail de guérison profond sur les blessures de mon passé ;
- d'élaguer les branches qui ne portent pas de fruits dans ma vie ;
- de devenir la femme dont mon mari à venir aura besoin afin d'être une bénédiction pour lui et l'aide précieuse que Dieu veut placer à ses côtés.

Je veux un mariage passionné et passionnant, qui donne envie, qui a un impact sur chaque sphère de ma vie et qui reflète l'amour, la joie, la douceur, qui symbolise l'union que Jésus-Christ souhaite avoir avec Son Église. Un couple *on mission*<sup>28</sup> et prêt à œuvrer à deux pour le Royaume de Dieu. Oui, j'ai le culot de dire que je veux un couple extra et je suis prête à payer le prix de la préparation pour voir ce désir se réaliser. Cela va nécessiter des sacrifices (déjà, celui d'être restée volontairement célibataire pendant plusieurs années), du temps et des efforts. Cette décision demande de passer par des chemins étroits, difficilement

27. « Donc, reste en alerte. Tu ne sais pas quand Il fera son apparition » (traduction libre).

28. « En mission ».

« empruntables », jalonnés de cailloux et de pièges, mais je garde les yeux fixés sur la promesse.

Quelqu'un a dit un jour : « *La préparation ne te rendra pas parfait, mais elle t'équipera pour vivre ta vie de couple victorieusement.* »

Arrêtons d'être trop spirituelles !

Certes, si tu lis ce livre, c'est que tu as à cœur de te marier. Je ne vais pas prier Dieu pour qu'Il télétransporte ton époux au sein de ta congrégation, pour que, électrisés par l'onction du Saint-Esprit, vous tombiez fous d'amour l'un pour l'autre quand vos regards se croiseront. J'ironise, mais voilà le schéma de rencontre qui, malheureusement, semble être présent dans la tête de beaucoup de jeunes chrétiens. Ceux qui pensent ainsi oublient deux choses primordiales :

1. Si on ne prend pas au sérieux le temps de préparation, on ne pourra pas devenir tout ce que Dieu nous appelle à être, et cela nous empêchera d'entrer pleinement dans la destinée que Dieu a prévue pour nous.
2. Dieu pourrait nous révéler à la minute même le nom de la personne avec qui on se mariera, mais si nous entrons prématurément dans le mariage, ce qui devait être une bénédiction dans notre vie pourrait très rapidement tourner au cauchemar.

Corps, âme et esprit : une préparation tridimensionnelle

Nous sommes corps, âme et esprit. J'en ai marre de ces chrétiens « hyperspirituels » qui ne font que prier, déclarer qu'ils font confiance à Dieu pour leur apporter la bonne personne (par une télétransmission du Saint-Esprit sûrement ?!), qui sont ennuyeux à souhait (car ils parlent mais n'agissent pas) et qui, au final, vivent une vie très déséquilibrée (en se concentrant uniquement sur le spirituel sans traiter les parties liées au « corps » et à l'« âme »). Il est dit dans la Parole que nous sommes corps, âme et esprit.

◀◀ Que le Dieu de paix vous sanctifie Lui-même tout entiers, et que tout votre être, l'esprit, l'âme et le corps soit conservé irrépréhensible, lors de l'avènement de notre Seigneur Jésus-Christ ! »

*1 Thessaloniens 5:23 (Segond 1910)*

Allô ? Tu es avec moi ? Nous ne sommes pas que des esprits, ni que des corps ou encore qu'un simple ramassis d'émotions. Nous sommes corps, âme et esprit. Ta préparation vers le mariage doit donc comprendre ces trois éléments pour être complète :

- Une préparation spirituelle ;
- Une préparation émotionnelle ;
- Une préparation physique.

J'aurais pu faire le choix de présenter les chapitres qui suivent selon ces trois catégories, mais je ne l'ai pas fait car je crois que les trois s'enchevêtrent bien souvent, créant un lien, une continuité l'un avec l'autre.

Arrêtons de croire que le célibat est une tare – décidément, je suis un peu remontée en écrivant ce chapitre ☺ À vrai dire, le célibat actif (c'est-à-dire utiliser au mieux son célibat afin de se préparer) est un signe de grande sagesse et de maturité qui promet l'un des plus grands retours sur investissement que le monde ait connu.

Dans les prochaines pages, je vais t'inviter à célébrer cette période unique et à en faire ton allié au lieu de la voir comme l'ennemie à abattre. C'est un élément charnière dans ta préparation. Ne la considère donc pas avec dédain et légèreté, mais investis dedans et tires-en le plus grand profit, sans oublier de t'éclater, parce qu'être seule a aussi bien des avantages dont il faut se délecter ☺

## TÉMOIGNAGE

### *L'obéissance de Dorothée bien avant la révélation du plan*

En mai 2018, la pasteure Dorothée Rajiah\* était l'invitée de l'émission « Parole de femmes » animée par Annabelle Sourdril afin de discuter autour du thème « Comment reconnaître sa destinée ». Dorothée a alors partagé comment, quand elle avait dix-huit ans, Dieu lui avait parlé en lui demandant de se préparer dans trois domaines qui ne correspondaient pas aux plans qu'elle avait établis pour sa carrière : maîtriser l'anglais professionnel, étudier la Parole, apprendre à gérer une entreprise. Obéissante, elle s'est alors soumise au Seigneur et s'est préparée cinq années durant sans connaître au préalable les projets de Dieu pour sa vie. Trois mois après avoir terminé son cursus, le Seigneur lui montra qui serait son mari : un pasteur anglophone, originaire d'Inde, avec qui elle allait monter l'une des plus grandes églises de la région parisienne. Dorothée n'aurait jamais pu entrer pleinement dans cette bénédiction si elle ne s'était pas préparée avec diligence suite aux instructions que Dieu lui avait montrées bien avant que le plan se réalise.

\*Dorothée Rajiah est la pasteure principale de Paris Centre Chrétien (PCC) qui est l'une des plus grandes églises de la région parisienne. Elle est également à la direction des éditions Parole de Foi. Si tu ne la connais pas, je ne peux que t'encourager à checker ses vidéos en ligne. Par ailleurs, l'église PCC organise un culte spécial tous les 1<sup>er</sup> janvier. C'est l'occasion de consacrer la première journée de l'année au Seigneur et de recevoir Ses directives pour les 364 jours à venir. C'est un temps que je ne manquerais pour rien au monde et qui me bénit et m'encourage tout au long de l'année.

## Chapitre 2

# Le célibat, un allié dans la préparation au mariage

« Ne disons plus seulement “Je vais trouver la bonne personne”, mais mettons notre célibat à profit afin de “devenir la bonne personne” ! »

*Élodie*

**T**out d’abord, qu’est-ce donc le célibat ? Le célibat désigne la période durant laquelle une personne en âge de se marier ne l’est pas. Aujourd’hui, être célibataire à un certain âge, surtout dans le milieu chrétien, peut être source d’une grande souffrance pour les personnes concernées. Le sujet reste tabou ; les célibataires se sentent alors souvent isolés, incompris et sont parfois saisis d’un sentiment de honte à cause de ce que renvoie la société. Comme si cet état était forcément corrélé à une tare, une défectuosité physique, psychique ou encore spirituelle !

Je vais peut-être te surprendre – et si c’est le cas, tant mieux ! – mais être célibataire peut être merveilleux et sera une force ainsi que l’un de tes plus grands alliés dans ce cheminement vers le mariage.

Voici les deux types de célibat selon moi :

- Le célibat « actif » ou « de préparation ». C’est un célibat qui devrait être vécu positivement et qui est un temps mis à part afin de s’équiper

pour entrer dans le mariage. Si on souhaite faire des raccourcis, on peut aussi dire que c'est un « célibat heureux ».

- Le célibat « subi » ou « d'attente ». Être célibataire ne répond plus à un besoin profond mais est source de grandes souffrances. La personne pense être prête, mais pour des raisons connues ou inconnues, elle est maintenue dans un célibat prolongé qui l'accable. C'est un « célibat malheureux ».

Nous nous focaliserons dans ce chapitre sur le célibat « actif » ou « de préparation », tandis que le célibat « subi » ou « d'attente » sera abordé ultérieurement.

## Célibat et... ACTION!

Vouloir se marier est bon. Avoir la sagesse de reconnaître que nous ne sommes pas encore prêtes et faire le choix délibéré de collaborer avec Dieu dans ce processus de préparation est primordial et représente l'un des meilleurs investissements que tu peux faire dans ta vie ! J'entends parfois ceci : « *J'aimerais me marier un jour, donc je prie Dieu d'amener la bonne personne.* » Si tu savais combien cela m'horripile d'entendre de tels propos !!! J'aimerais répondre la chose suivante : « *Et en attendant, tu fais quoi ? Tu regardes les gens vivre leur bonheur avec envie ou bien tu t'assois en pleine prairie pour écouter les oiseaux chanter ???* » Saisis cette opportunité qui t'est donnée, cette chance d'être seule pendant un temps pour attendre activement. Attendre avec Dieu ne veut pas dire être passif, attendre avec Dieu veut dire SE PRÉPARER, S'ÉQUIPER afin que, au temps voulu, je puisse/tu puisses/nous puissions entrer joyeusement et avec assurance dans les bons plans qu'Il a préparés d'avance !

Prendre le temps t'évitera non seulement de grandes désillusions mais maximisera aussi le bonheur et la satisfaction éprouvés lorsque tu rentreras, au bon moment, dans une relation de couple.

## Le célibat actif : investissement et capitalisation !

Je me souviens de l'anecdote que j'avais consignée dans un carnet. Il était tard, je rentrais du travail lorsque le téléphone retentit. À l'autre bout du fil, une voix familière, celle d'une très bonne amie à moi. Survoltée, avec la voix haletante d'émotion, elle se mit à s'épancher sur ses hor-

mones qui ne cessaient, selon ses dires, de l'attirer inexorablement vers un beau latino, alors qu'elle était intimement convaincue que ce n'était pas le moment pour elle d'être en couple. Tandis que je faisais office d'exutoire face à ce trop-plein d'hormones en ébullition, elle me raconta que Dieu lui avait dit que cette saison de vie était un moment privilégié, un temps de consécration, de célibat limité durant lequel Il voulait effectuer, en collaboration avec elle, un grand travail intérieur en préparation de la saison prochaine. Nous exultions en raison de ce statut que nous partagions et il nous semblait impossible de contenir notre joie et notre reconnaissance face à la situation qui était la nôtre : celle de célibataires ! Oui, oui, tu as bien entendu – ou plutôt bien lu !

Nous étions heureuses :

- de consacrer du temps, une grande partie de notre temps, à notre premier et plus grand amour, notre Dieu ;
- d'avoir le privilège de laisser Son caractère infuser dans notre vie, de faire table rase de ce qui n'était pas stable, sain dans notre existence afin d'y poser de bonnes bases sur lesquelles il sera bon de construire, au temps voulu, une relation de couple.
- d'être seules et de pouvoir nous consacrer pleinement à tous les projets qui animaient nos cœurs ;
- d'investir dans des amitiés profondes ;
- de désapprendre pour mieux réapprendre ;
- de prendre le temps de guérir ces blessures de vie qui, occultées et non soignées, peuvent gangrener et ravager, sur leur passage, des mariages, des relations, des appels ou des ministères et empêcher l'individu infecté de réaliser son plein potentiel.
- de prendre le temps de nous connaître en tant que femmes à part entière et de *speak up our mind*<sup>29</sup>.
- de devenir des femmes qui portent une vision, des valeurs fortes et ont le courage de les défendre et de se lever chaque matin pour les vivre.

À cette époque, nous vous aurions dit : *« N'essayez pas de nous caser, de nous présenter de charmants parfaits inconnus potentiellement susceptibles d'attirer notre regard. Laissez-nous mordre ces instants de vie à pleines dents, laissez-nous prendre le temps de sortir de notre*

29. « Dire haut et fort ce que l'on pense ».

*chrysalide et de devenir les femmes que nous sommes appelées à être. Nous chérissons ces temps et ne voulons rien perdre de cette saison! »*  
Depuis, mon amie s'est mariée (mais pas avec le beau latino) et, de mon côté, je pense avoir bien amorcé ma mue et être plus proche de l'imgo (ou papillon) que du stade de chrysalide ☺

Le célibat actif, c'est l'opportunité de prendre le temps de devenir la femme que Dieu t'appelle à être: une femme vertueuse, pleine de foi, courageuse, audacieuse, aventurière en Lui, qui connaît son appel, marche pleinement dans sa destinée et qui a développé une relation forte, personnelle et intime avec le premier amour de sa vie: Jésus.

◀◀ Or, je voudrais que vous fussiez sans inquiétude. Celui qui n'est pas marié s'inquiète des choses du Seigneur, des moyens de plaire au Seigneur. »

*1 Corinthiens 7:32 (Segond 1910)*

Afin de vivre notre situation de célibataire de la plus belle manière qui soit, nous devons être à l'aise avec cette dernière et pouvoir l'assumer. À ceux qui osaient exprimer leur surprise face à mon célibat, j'aimais les laisser bouche bée en leur lançant: «*Je suis trop épanouie et occupée à devenir celle que je suis appelée à être pour perdre mon temps avec la mauvaise personne!* » Et toc!

## TÉMOIGNAGE

### *Fidélité dans le célibat*

Soirée automnale... déprimante!

Je me sens vide et confuse; si confuse que je ne peux pas t'exprimer l'état actuel de mon moi intérieur.

En revanche, je peux tenter de te décrire la situation dans laquelle je me trouve et les sentiments – toujours cette foutue valse de sentiments inconstants à souhait et mielleux à en vomir – qui font actuellement la pluie et le beau temps dans mon comportement général.

Je traverse une période de « sollicitations masculines foisonnantes », et lorsque je dis « traverse », je me réfère directement à cette phrase tant redoutée lorsque nous sommes en avion : « *Mesdames et Messieurs, ici votre commandant de bord, veuillez attacher vos ceintures, nous allons traverser une zone de turbulences.* »

Aujourd'hui, je peux en toute honnêteté te dire que j'ai l'impression de ne plus rien contrôler : je me sens particulièrement faible et vulnérable, je suis secouée, submergée de questions introspectives, j'ai peur, j'ai envie et pas envie à la fois, et la brume qui me précède m'empêche de discerner l'horizon de mon existence. Tout semble flou et cette fragilité qui me caractérise à l'instant T ne facilite en rien la gestion de ces quêtes moralement dérangeantes et si flatteuses à la fois. Elles – les sollicitations – peuvent prendre la forme :

- d'une invitation à séjourner dans une maison de campagne située dans un cadre bucolique pour « *cueillir des champignons* ».
- Mais bien sûr ! Pour le coup, ce beau quadra charmeur, cultivé et humainement intéressant, me prend vraiment pour une ingénue !;
- d'une soirée rock à l'Olympia;
- d'une proposition d'accompagner le mâle en question à la dernière pièce de théâtre tendance de la capitale;
- de dîners dans de beaux restaurants;
- de conversations téléphoniques ou via WhatsApp très, très, très nocturnes!

J'ai souvent été entourée d'amis de sexe masculin et, jusque-là, ma grande et sincère naïveté me permettait de passer du temps en leur compagnie dans une relative légèreté et sans ambiguïté. Mais voilà, quelque chose a changé depuis peu ; j'ai l'impression d'être animée d'une nouvelle lucidité qui m'explose au visage telle une baffe que je me prendrais de plein fouet.

Je n'ose plus répondre par l'affirmative à ces « sollicitations » car je redoute désormais que mon « *oui* » soit utilisé telle une clé pour ouvrir la boîte de Pandore. En même temps, les tentations sont fortes car ces astucieux prétendants ont eu l'intelligence de m'étudier un minimum pour me faire des propositions en accord avec mes appétences. Ma gourmandise de la vie couplée à mon enthousiasme impulsif ne rend le « *non* » que plus difficile et douloureux.

Dans toute cette histoire, le coupable n° 1, c'est peut-être mon célibat ! Si je n'étais pas célibataire, je ne serais probablement pas actrice de ce mélodrame. Aux yeux de tous, ce célibat me réduit à une banale denrée « disponible sur le marché » ; donc convoitable, donc « sollicitable ».

D'aucuns se demandent pourquoi je suis encore célibataire – parce que, pour beaucoup, la condition de célibataire est, à mon âge (trente ans passés), une tare et le symbole d'un problème sous-jacent profond ! Après tout, je ne suis pas moche, pas conne, pas trop ennuyeuse, dotée d'un caractère certes un peu sauvage, mais qui plaît aux safaristes, alors pourquoi ne suis-je pas casée ?

C'est une question bien trop complexe pour y répondre de façon simpliste, mais ce que les détracteurs du célibat des trentenaires ne savent pas, c'est qu'en ce qui me concerne, cette condition est très grandement la résultante d'un choix personnel ! « What? *Élodie*, tu es l'auteure – oui, oui, « auteure » qui est un néologisme qui remonte aux années 2000 et nous vient d'une contrée lointaine nommée Québec – d'un livre qui s'intitule *Les Filles, Préparons-nous au Mariage!* et tu nous dis que ta condition de célibataire n'est que la conséquence d'un choix perso ?! » Ne t'inquiète pas, je ne suis pas encore schizophrène. Ce que je veux dire, c'est que si j'ai le désir de fonder une famille, ce ne sera pas à n'importe quel prix.

Mon amie Emma m'a très sagement dit un jour que j'étais suffisamment précieuse pour ne pas me mettre avec quelqu'un par défaut. Flûte à ceux qui veulent nous faire croire que seules nous sommes des femmes incomplètes et non accomplies. Être mariée et/ou avoir des enfants ne sera jamais une fin en soi dans ma vie ou pour le dire de manière plus vulgaire: « *Ni l'utilisation de mon utérus, ni mon statut marital ne sont des conditions sine qua non à la réussite de mon passage sur Terre.* » Comme j'aime le dire, me marier, avoir des enfants, sera la cerise sur le gâteau, *but not the pudding in itself* (« mais pas le gâteau en lui-même! »)!

À mon âge, compte tenu de mes expériences de vie, de la maturité acquise, je sais ce que je veux et surtout ce que je ne veux pas et il est hors de question que je revoie mes attentes à la baisse. J'ai trop d'estime pour moi-même et envers la vie pour n'aimer qu'à moitié, pour vivre une relation tiède et passer à côté d'une vie définie par la PASSION. Aujourd'hui, je suis célibataire car je veux tout, quitte à ne rien avoir. *Full stop!*

Cette maxime qui me guide dans ces eaux troubles est, à mes yeux, inexorablement et intrinsèquement liée à la fidélité dans le célibat :

- Être fidèle en tant que célibataire, c'est ne pas laisser la solitude qui parfois m'habite annihiler mes attentes, ma conviction que ce qui m'attend est une vie de couple et de famille passionnée et passionnante.
- Être fidèle en tant que célibataire, c'est respecter les hommes qui me montreraient un quelconque intérêt romantique non partagé, en me refusant de jouer avec leurs sentiments et leur cœur.
- Être fidèle en tant que célibataire, c'est être suffisamment forte et convaincue pour attendre celui que mon cœur saura reconnaître.
- Être fidèle en tant que célibataire, c'est croire que l'homme avec qui je choisirai de faire ma vie existe déjà et qu'à ce titre il mérite que je l'aime et le respecte dès aujourd'hui.

Je me rends compte que nous devons nous inspirer de Dieu pour aimer notre conjoint. L'amour que Dieu nous porte est inconditionnel et intemporel. Il nous a aimés avant même que nous soyons conçues

dans le ventre de notre mère. Dans cette lignée, je crois que l'on peut aimer notre futur conjoint avant même de le rencontrer.

« Avant que Je t'eusse formé dans le ventre de ta mère, Je te connaissais. »

*Jérémie 1:5 (Segond 1910)*

À mes yeux, la fidélité – je ne parle pas ici de la version réductrice de « fidélité sexuelle », mais de la GRANDE fidélité, celle du cœur – est à la base de la confiance qui, elle-même, est constitutive d'une relation intime saine et épanouissante

Aujourd'hui, il m'arrive de souffrir, parfois un peu, tantôt beaucoup, mais je crois que le jeu en vaut la chandelle...

## Chapitre 3

# Amoureuse de Dieu avant tout

« Maître, quel est le plus grand commandement de la loi ? » Jésus lui répondit :

« Tu aimeras le Seigneur, ton Dieu, de tout ton cœur, de toute ton âme, et de toute ta pensée. C'est le premier et le plus grand commandement. » »

*Matthieu 22:36-38 (Segond 1910)*

**L**orsque nous saisissons que nous sommes appelées à être l'épouse de Christ avant toute autre chose, alors émane en nous le désir de Lui plaire. Notre comportement, le temps que nous passons avec Lui, nos désirs, nos choix... Notre vie tout entière est ébranlée par la reconnaissance de ce statut d'Époux-épouse.

### Mon Époux céleste

Lorsque mon ex-mari m'a annoncé qu'il souhaitait divorcer, mon monde s'est littéralement écroulé. Aussi imparfait que pouvait être mon amour pour lui, il a été pendant longtemps la personne qui a la plus compté à mes yeux. Mon cœur de femme s'est brisé ; plus que rejetée, je me suis sentie répudiée. Il s'est passé quelque chose qui a eu radicalement un impact sur toutes les sphères de ma vie et que je n'avais absolument pas imaginé : j'ai perdu confiance en l'humanité.

Si la personne que j'avais le plus aimée pouvait me laisser, alors comment imaginer faire confiance à qui que ce soit d'autre ? J'avais l'impression

de ne plus être en capacité de vivre en société, et c'est ainsi que j'ai très sérieusement envisagé de rentrer dans les ordres, afin de me confiner dans un endroit caché et de me dévouer au Seigneur. Heureusement pour moi, j'ai très vite abandonné cette idée qui ne correspondait ni à ma personnalité ni à l'appel de Dieu sur ma vie. Néanmoins, mon cœur était toujours en lambeaux et je me sentais éperdument seule. Comment allais-je pouvoir avancer dans le monde après cette déception ? Je n'avais plus d'envies ; moi qui avais toujours été une grande rêveuse fourmillant d'idées, je ne parvenais plus à me projeter dans l'avenir et je n'étais animée d'aucun rêve. Je me sentais envahie d'un doute constant sur la sincérité des intentions des personnes qui m'entouraient ; l'incrédulité et la peur d'être rejetée, abandonnée étaient mes compagnons du quotidien. J'étais convaincue intérieurement que, si je devais passer de nouveau par une telle situation de rejet, cette fois-ci je n'y survivrais pas. J'ai donc insidieusement revêtu un masque, une carapace, et érigé des barrières afin de me protéger d'une potentielle nouvelle déception. J'étais perdue. Où aller ? Où me cacher ? Trouverais-je derechef la force de faire confiance ? Serais-je capable d'aimer sincèrement, entièrement de nouveau, et d'avoir le désir de fonder une famille ? C'est alors qu'un soir, déversant le poids de mon cœur aux pieds du Seigneur dans le secret de ma chambre, Il est venu à moi tout en douceur. Je me suis sentie attirée par ma Bible, je l'ai saisie, puis ouverte et, alors que mes yeux étaient embués de larmes, j'ai lu le passage qui s'offrait à moi :

« Ne crains pas, car tu ne seras pas honteuse ! Et ne sois pas confuse, car tu n'auras pas à rougir ! Car tu oublieras la honte de ta jeunesse et tu ne te souviendras plus du déshonneur de ton veuvage. Car Celui qui t'a faite est ton mari ; Son nom est l'Éternel des armées, et ton rédempteur, le Saint d'Israël ; Il sera appelé le Dieu de toute la Terre. Car l'Éternel t'a appelée comme une femme abandonnée et affligée d'esprit, et [comme] une épouse de la jeunesse [et] qu'on a méprisée – dit ton Dieu. »

*Ésaïe 54:4-6 (Darby en français)*

Le torrent de larmes a repris de plus belle mais cette fois-ci il ne s'agissait plus de larmes de tristesse, c'étaient des larmes de joie. À cet instant

précis, j'ai été submergée par un tsunami d'amour. J'ai su que j'étais aimée, protégée et *cared for*<sup>30</sup>. J'ai même pensé que Dieu avait conduit l'écriture de ce passage biblique des milliers d'années auparavant en pensant en moi, car Il savait ce par quoi j'allais passer. Cette vêprée a posé une fondation dans ma vie. Non seulement Jésus était venu à la Croix pour mes péchés afin que je sois sauvée, mais je découvrais en cette soirée inoubliable un rôle que je ne Lui connaissais pas : celui de mon Époux céleste ! Un Époux qui m'aime d'un amour inconditionnel, qui me protège, me conduit, qui ne m'abandonnera jamais (Deutéronome 31:6) et qui restera chaque jour à mes côtés ! Ma relation avec Jésus n'a plus jamais été la même et mon cœur de femme répudiée a pu emprunter le chemin de la guérison.

Pour avoir grandi dans l'Église, je savais que cette dernière était appelée « *Épouse de Christ* » (Éphésiens 5:25-27). Comme je fais partie de l'Église, je suis donc épouse de Christ. Si on pousse la logique encore plus loin, il en résulte que Christ est alors mon Époux, mais cela, je ne l'avais pas saisi avant cette révélation personnelle qui prit place dans le secret de ma petite chambre :

« On ne te nommera plus délaissée, On ne nommera plus ta terre désolation ; Mais on t'appellera Mon plaisir en elle, Et l'on appellera ta terre Épouse ; Car l'Éternel met Son plaisir en toi, Et ta terre aura un Époux. »

*Ésaïe 62:4 (Segond 1910)*

Cette place d'Époux prise par le Seigneur est une place permanente qui s'applique aux célibataires, divorcés, veufs et personnes mariées. C'est un rôle que Jésus joue dans notre vie, que nous soyons une femme ou un homme.

Un cœur qui donne la première place à Jésus

Combien j'aime les histoires ! Lorsque j'étais petite, j'ai partagé pendant quelques années une chambre avec ma « moyenne sœur », Audrey. Audrey est une créative, une artiste, c'est l'un des dons majeurs dont Dieu l'a

30. J'ai su que Dieu « prenait soin de moi ».

dotée. Chaque soir, avant de m'endormir, elle mettait son imagination à mon service et inventait, pour mon plus grand plaisir, des histoires passionnantes qui me berçaient avant de me conduire dans les bras de Morphée. J'aimerais donc te bercer à mon tour (mais peut-être n'est-il pas l'heure de dormir ?!) avec l'histoire du jeune homme riche :

◀◀ Tout à coup, un homme s'approche de Jésus et lui demande : "Maître, qu'est-ce que je dois faire de bon pour avoir la vie avec Dieu pour toujours ?" Jésus lui répond : "Pourquoi est-ce que tu M'interroges sur ce qui est bon ? Un seul est bon, c'est Dieu. Si tu veux entrer dans la vie avec Dieu, obéis aux commandements." L'homme lui dit : "Quels commandements ?" Jésus répond : "Ne tue personne. Ne commets pas d'adultère. Ne vole pas. Ne témoigne pas faussement contre quelqu'un. Respecte ton père et ta mère. Aime ton prochain comme toi-même." Le jeune homme lui dit : "J'ai obéi à tout cela. Qu'est-ce que je dois faire encore ?" Jésus lui dit : "Si tu veux être parfait, va, vends ce que tu as, et donne l'argent aux pauvres. Alors tu auras des richesses auprès de Dieu. Ensuite, viens et suis-Moi." Mais quand le jeune homme entend cela, il s'en va tout triste parce qu'il possède beaucoup de choses. Jésus dit à ses disciples : "Je vous le dis, c'est la vérité : pour quelqu'un de riche, c'est très difficile d'entrer dans le Royaume des cieux. Je vous dis encore ceci : est-ce qu'un chameau peut passer facilement par le trou d'une aiguille ? Eh bien, pour un riche, c'est encore plus difficile d'entrer dans le Royaume de Dieu !" Quand les disciples entendent cela, ils sont très étonnés et ils disent : "Mais alors, qui peut être sauvé ?" Jésus les regarde et leur dit : "Pour les hommes, c'est impossible, mais pour Dieu, tout est possible." »

*Matthieu 19:16-26 (Parole de Vie)*

On a souvent utilisé ce passage, à tort, pour déclarer que Dieu n'aimait pas la richesse. Dieu n'a rien contre la richesse ni la prospérité, au contraire. Ce qu'il déteste, c'est Mammon ou ce que l'on appelle « l'amour de l'argent » comme fondement du bonheur, ce qui en fait une idole. Ce que Dieu veut avant tout, c'est notre cœur : « [Là] où est ton trésor, là aussi sera ton cœur » (Matthieu 6:21, Segond 1910). L'homme de cette histoire n'était pas prêt à faire passer Dieu avant ses richesses dans

sa vie. Notre Seigneur est un dieu jaloux qui désire qu'on Lui donne la priorité dans notre existence.

Chez cet homme, la place que Dieu aurait dû occuper a été usurpée par de l'argent et des biens matériels ; pour d'autres, il s'agira d'une addiction aux jeux vidéo/au sexe/à la drogue, d'un animal de compagnie, d'une passion dévorante, du travail, de la soif de reconnaissance, d'une personne, du ménage... Quelle est la place que Dieu occupe actuellement dans ta vie ? Quelle est la place que tu souhaites Lui donner ? Y a-t-il un décalage ? Si oui, peux-tu identifier ce qui Lui vole la position qu'Il devrait occuper ?

Si tu es dans cette situation et souhaites voir un changement opérer, je t'encourage à confesser ce qui occupe une place antérieure à Dieu dans ton quotidien, à prier à ce sujet et à rechercher du soutien auprès de ton pasteur, d'amis proches ou de membres de ta famille.

## Une relation d'intimité

As-tu déjà entendu parler de la notion d'*inner circle* en anglais ou « cercle proche » en français ? Il s'agit d'un cercle restreint constitué de personnes auxquelles on donne une place de choix dans notre vie. Ce sont souvent des membres de la famille, des amis proches dans lesquels on investit plus que dans d'autres relations et avec lesquels « on fait la vie ». Le degré de proximité que l'on atteint avec ce cercle répond au besoin d'intimité inhérent à l'espèce humaine.

Ainsi, aucun être sensé et suffisamment sage ne prendrait le risque de se montrer vulnérable auprès d'un inconnu ou de quelqu'un avec lequel il entretiendrait une relation superficielle. C'est généralement auprès des membres de notre *inner circle* en qui l'on a toute confiance et avec qui on a développé une relation de réciprocité que l'on choisira d'ouvrir notre cœur, de partager nos peines, nos joies, nos secrets, nos doutes et nos rêves les plus précieux. C'est exactement la même chose avec Dieu. Il souhaite te partager Son cœur, Ses peines (oui, Dieu est peiné face à certaines situations, l'injustice sociale en est un très bon exemple), Ses joies, Ses plans... mais pour cela, il recherche des hommes et des femmes prêts à Lui donner la première place dans leur cœur, à Lui octroyer la place de premier choix dans leur *inner circle*. Développer une intimité avec Dieu, c'est Lui donner l'opportunité de nous parler

cœur à cœur quotidiennement, de Le connaître (on peut savoir des choses sur quelqu'un et ne pas le connaître, car la connaissance est liée à l'intimité), d'attirer Sa présence et de collaborer avec Lui sur le sentier de cette destinée qu'Il nous donne de vivre.

Notre relation avec Dieu influencera  
notre relation avec notre conjoint

◀◀ Ce que j'ai alors découvert et continue de découvrir jour après jour, c'est que les qualités qui rendent une femme agréable à Dieu sont exactement les mêmes que celles qui feront plaisir à son conjoint. »

*Ruth Prince (épouse de Derek Prince)*

Quelqu'un a dit un jour : « *Si tu as une relation compliquée avec ton conjoint, c'est qu'il y a probablement un problème dans ta relation avec Dieu.* » Je ne prends pas ces propos comme une vérité absolue, mais je pense que cela est vrai dans bon nombre de situations. Si je devais de nouveau être confrontée à certains des problèmes que je n'ai pas su régler avec mon ex-mari, plusieurs de mes réactions seraient aujourd'hui bien différentes. **Une relation quotidienne et personnelle avec Dieu nous change de l'intérieur et change nos perspectives.** Par exemple, au cours de mon cheminement de guérison, Dieu a « désactivé » des « boutons-poussoirs » qui biaisaient quelques-uns de mes comportements et m'amenaient à réagir trop vivement face à des circonstances qui ravivaient des blessures encore vives.

Ce dont je suis persuadée, à l'aune de mon expérience, c'est qu'une relation forte, intime et personnelle avec le Seigneur affectera positivement ton mariage, surtout si ton mari et toi êtes tous deux matures en Dieu et Lui donnez la première place dans vos vies respectives et votre vie de couple.

Par ailleurs, puisque nous sommes désormais au clair sur le fait que je suis/tu es l'épouse de Christ et que Christ est notre Époux céleste, alors nous comprenons que les cahiers des charges décrits en première partie s'appliquent également à cette relation avec Christ. En vivant ma

relation d'épouse avec Christ comme Époux, je me prépare à ma future relation avec mon mari terrestre (c'est clair pour toi ou je t'ai perdue?).

Reprenons brièvement les cahiers des charges du couple, de l'époux et de l'épouse et voyons en quoi ces derniers s'appliquent à notre relation avec Christ.

	<i>Épouse (terrestre) + époux terrestre</i>	<i>Épouse (l'Église) + Époux céleste (Christ)</i>
<i>Cahier des charges du couple (liste non exhaustive)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Croissance spirituelle</li> <li>- Fonder une famille et élever des enfants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Croissance spirituelle</li> <li>- Partager la Bonne Nouvelle et faire des disciples (élargir la famille de Dieu)</li> </ul>
<i>Cahier des charges de l'époux (liste non exhaustive)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aimer</li> <li>- Servir</li> <li>- Encourager et guider sa femme afin qu'elle devienne plus comme Christ</li> <li>- Être le leader spirituel du foyer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aimer (amour inconditionnel)</li> <li>- Servir (Jésus est venu sur Terre pour nous servir, Il a donné Sa vie pour nous)</li> <li>- Encourager et guider Son Église afin qu'elle devienne plus comme Christ</li> <li>- Être le leader spirituel de son Église</li> </ul>
<i>Cahier des charges de l'épouse (liste non exhaustive)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Être un soutien pour son conjoint</li> <li>- Le respecter et l'honorer</li> <li>- Être physiquement attrayante, féminine et accorder de l'importance au sexe</li> <li>- Être soumise à son conjoint</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Collaborer aux plans de Dieu</li> <li>- Respecter et honorer son Seigneur (notamment à travers la louange qui nous permet de déclamer tous Ses attributs)</li> <li>- Faire rayonner la vie de Christ en elle</li> <li>- Développer une relation personnelle avec Jésus</li> <li>- Être soumise à Christ</li> </ul>

Nous venons de lister brièvement notre cahier des charges en tant que femmes qui font partie de l'Église, mais ne pourrions-nous pas dresser un portrait un peu plus exhaustif de la femme selon le cœur de Dieu ?

## Chapitre 4

# Une femme selon le cœur de Dieu

**B**ien entendu, une femme selon le cœur de Dieu est une femme qui donne à Dieu la première place. Ce que je te propose, c'est de prendre le temps d'étudier plus en détail les qualités et caractéristiques d'une telle personne.

### Un cœur de chair

Le cœur. Quelle histoire !!! Nous sommes au printemps au moment où j'écris ces lignes et le Seigneur m'a parlé de l'état de mon cœur. Celui-ci est parfois dur et insensible ; je peux en effet être froide et blessante avec les personnes qui m'entourent et qui comptent à mes yeux. "*Hurting people hurt*<sup>31</sup>", comme dirait Joyce Meyer. C'est vrai ; si c'est un fait, ce n'est pas pour autant une excuse. Je prends conscience parfois de mon manque de sensibilité, d'amour profond et de compassion. Si la prise de conscience est déjà un premier pas, comment faire pour changer, pour nous ouvrir et devenir meilleures ? Dieu m'a parlé sur deux aspects qui participent à l'endurcissement de notre cœur :

#### **1. Le péché toléré et continu dans notre vie**

Lorsque nous ne répondons pas avec promptitude aux convictions que le Saint-Esprit dépose en nous, nous devenons, en quelque sorte,

31. « Les gens blessés blessent à leur tour. »

hermétiques à Sa voix et nous sommes également moins sensibles à Sa présence et à Son action.

## 2. Le manque de vulnérabilité

Cela correspond aux personnes qui refusent de se montrer fragiles et de faire preuve d'humilité (oups!). Afin de nous protéger, nous, les femmes, avons cette fâcheuse tendance à recourir à trois armes que sont :

- Le contrôle ;
- Le fait de cacher et d'enfouir les choses ;
- L'indulgence/la tolérance (ce qui est très bien expliqué dans *Captivating* de John et Stasi Eldredge).

Nous nous mettons sur la défensive (voire l'offensive) pour nous protéger des attaques (réelles ou non) qui semblent être dirigées contre nous. Parce que nous craignons de nous écrouler, d'être jugées, rejetées et parce que nous voulons faire face aux situations difficiles, blessantes, effrayantes, douloureuses qui nous atteignent de plein fouet quotidiennement, nous mettons en place tout un tas de stratagèmes qui visent à nous rendre fortes, impénétrables et inébranlables. Malheureusement, nous sommes très vite assaillies par des émotions fortes (positives ou négatives) qui nous envahissent. Si nous ne savons pas comment y faire face, ou bien si nous n'avons ni le temps, ni l'envie, ni le courage ou la maturité pour les gérer, alors nous risquons de plonger dans un processus d'indulgence.

Cette indulgence prend souvent la forme d'addictions (shopping incontrôlé, nourriture, télévision, réseaux sociaux, alcool, médicaments, tocs, sexe, pornographie, drogues, jeux d'argent, jeux vidéo, etc.) qui « enfouissent », sous les plaisirs immédiats qu'elles procurent, des émotions que l'on ne sait gérer. Le sujet se trouve alors comme anesthésié. Les peurs, les doutes, les angoisses sont temporairement mis sur pause. Toutefois, les comportements adoptés n'étant pas acceptables, il faut les cacher à coups de mensonges et de manipulations afin de conserver les apparences d'une personne dans la maîtrise. S'ensuit généralement tout un cercle vicieux dont il n'est pas aisé de se défaire. En persistant dans cette attitude, nous endurcissons notre cœur.

Dans mon cas, m'atteler à refléter le cœur de Dieu a dû commencer par la baisse des armes et mécanismes humains que j'avais mis en place durant des années pour empêcher quiconque d'accéder à mon cœur

brûlé à vif. Mais renoncer aux armes humaines ne suffit pas ; c'est la prise des armes spirituelles qui révélera en nous une femme selon le cœur de Dieu. Lorsque je manque de confiance en moi, que je me sens humiliée, rejetée, incomprise, que j'éprouve de la honte, de la peine, de la joie, de l'énerverment, de la colère ou encore du désir, je dois apprendre à courir vers Lui avant tout. Lui, mon Époux céleste, mon Protecteur, mon Bien-Aimé rempli d'un amour infini, de grâce et de compassion (tu te souviens du cahier des charges de l'Époux qui te permet de prétendre à tous ces bienfaits ?!). Les émotions ont été créées par Dieu et, en ce sens, elles sont bonnes et ne sont pas à occulter ; au contraire, elles reflètent l'état de notre cœur, elles sont également un indicateur des mensonges que l'ennemi essaie de nous faire croire. Les nier nous empêche d'avancer, de grandir, de mûrir et de développer notre connexion et notre intimité avec Dieu. C'est pourquoi le Seigneur nous invite à garder notre cœur plus que toute autre chose et à ne pas le laisser s'endurcir.

« Gardes ton cœur plus que tout ce que l'on garde, car de lui sont les issues de la vie. »

*Proverbes 4:23 (Darby en français)*

La Bible, au travers de différents exemples, nous décrit très bien ce qu'est un cœur endurci :

« Rends insensible le cœur de ce peuple, Endurcis ses oreilles, et bouche-lui les yeux, Pour qu'il ne voie point de ses yeux, n'entende point de ses oreilles, Ne comprenne point de son cœur, Ne se convertisse point et ne soit point guéri. »

*Ésaïe 6:10 (Segond 1910)*

« Pharaon, voyant qu'il y avait du relâche, endurecît son cœur, et il n'écoula point Moïse et Aaron, selon ce que l'Éternel avait dit. »

*Exode 8:15-32 (Segond 1910)*

Un cœur de pierre reste sourd aux paroles qui doivent le conduire dans la bonne direction.

En comparaison, voici les caractéristiques d'un cœur de chair :

- Un cœur dans la joie et dans la paix qui donne la première place à Christ et se nourrit de la Parole de Dieu.
- Un cœur sensible qui fait écho aux désirs de Dieu. Dieu peut ainsi imprimer Sa volonté, Ses priorités, Ses valeurs, Ses actions, ce qui nous rend capables de collaborer à la mise en place de Ses plans. Plus nous sommes sensibles à Sa voix, plus Il pourra nous utiliser pour l'avancement de Son Royaume.
- « L'autre devient quelqu'un. » L'attendrissement de notre cœur nous amène à considérer l'autre dans son individualité et à être touchées de compassion à son égard (je suis en admiration face à la capacité qu'avait Jésus d'accorder de l'importance aux personnes qui croisaient son chemin en reconnaissant leur individualité).
- Un cœur de chair fait preuve de sagesse, a le désir continu d'apprendre et de reconnaître ses erreurs ; il est en mesure de se remettre en question. Ce qui a gardé David de ses ennemis, c'est son cœur et sa capacité à reconnaître ses fautes, à demander pardon et à rechercher la réconciliation avec Dieu.
- **À marquer au fer rouge!!!** Si tu es un homme et que tu lis ce livre, entends ce qui vient d'être dit ! Il n'y a rien de plus merveilleux que des conjoints qui ne gardent pas rancune, communiquent, se pardonnent rapidement et recherchent constamment la réconciliation. Je suis désolée, mais je connais beaucoup de gars qui ont tendance à se cacher dans une grotte et à ne plus parler quand il y a un souci. Cette attitude est si blessante pour nous en tant que femmes ! Quant à nous, Mesdames, faisons dès aujourd'hui le choix de ne pas non plus garder rancune, de toujours pardonner rapidement et de nous relever lorsque nous tombons.
- Un cœur sensible à la présence de Dieu, à l'onction du Saint-Esprit.
- Un cœur reconnaissant. Cultivons la reconnaissance, louons Dieu en tout temps. Louer est un acte de gratitude envers Dieu pour tout ce qu'Il a fait, fait et fera. Quand nous Le louons, nous L'élevons, L'honorons (tiens, tiens, cela fait partie de notre cahier des charges en tant qu'épouses ☺), nous L'exaltons avec admiration et proclamons

Ses attributs (Sa toute-puissance, Sa miséricorde, Sa souveraineté, Sa bonté, Sa victoire...), Le bénissons pour ce qu'Il fait pour nous.

« Mon âme bénit l'Éternel et n'oublie aucun de ses bienfaits! »

*Psaume 103:2 (Segond 1910)*

- Un cœur entier et transparent. Dieu ne cherche pas un cœur parfait (de toute façon, Il n'en trouverait pas sur Terre!). Il recherche un cœur vrai et intègre, qui s'ouvre à Lui sans retenue. (P.-S. : c'est aussi un attribut qui me fait fondre. Il n'y a rien de plus irrésistible à mes yeux que le cœur d'une personne qui me démontre sa confiance en se montrant vulnérable. À bon entendeur... ☺).
- Un cœur soumis, c'est-à-dire « sous la mission de » Dieu!

« Je vous donnerai un cœur nouveau, et Je mettrai en vous un esprit nouveau; J'ôterai de votre corps le cœur de pierre, et Je vous donnerai un cœur de chair. »

*Ézéchiél 36: 26 (Segond 1910)*

## Un cœur soumis

Le « cœur soumis » est certes l'une des caractéristiques d'un cœur de chair, mais j'ai décidé de lui dédier tout un paragraphe pour les raisons suivantes :

- C'est une notion qui est encore très mal interprétée et qui mérite que l'on s'y attarde ;
- J'ai moi-même buté pendant des années sur le mot « soumission », donc si je peux éviter à quelques-unes de perdre un temps précieux, tant mieux!!!
- Il s'agit d'un sujet d'une importance extrême!

Voici le commandement explicite à destination des femmes à ce sujet :

« Femmes, soyez soumises à vos maris, comme au Seigneur ; car le mari est le chef de la femme, comme Christ est le chef de l'Église, qui est Son corps, et dont Il est le Sauveur. Or, de même que l'Église est soumise à Christ les femmes doivent aussi l'être à leurs maris en toutes choses. »

*Éphésiens 5:22-24 (Segond 1910)*

« *Mais quelle horreur!!!, ai-je pensé pendant des années en tant que féministe affermie que j'étais. Ça ne va pas la tête!!! Je ne vais pas laisser un homme me dominer. Nous, les femmes, nous nous sommes battues pendant des années afin que l'on reconnaisse que nous sommes les égales des hommes, il est hors de question que je fasse machine arrière en suivant ce précepte.* » À cette époque, les mots « je me soumetts » ne pouvaient même pas traverser mes lèvres, il m'était impossible de les énoncer. Ha, ha, ha! Aujourd'hui, ces propos me font sourire. J'avais surtout oublié de lire la suite du passage: « *Maris, aimez vos femmes, comme Christ a aimé l'Église, et S'est livré Lui-même pour elle* » (verset 25). Waouh!!! Cela change absolument tout! De quelle manière Christ S'est-il livré pour son Épouse qu'est l'Église? Il S'est livré en lui donnant Sa vie, en mourant sur la Croix pour elle. Dans ce passage, le Seigneur exhorte les maris à aimer leur femme de telle sorte qu'ils seraient prêts à mourir pour elle, à donner leur vie s'il le fallait afin qu'elle vive. Et n'en déplaise à mon amie Tiavina (©), voilà le romantisme à son paroxysme! Et en tant que grande romantique, je ne peux résister au fait d'avoir un homme qui m'aime au point de choisir de donner sa vie pour moi. Quelle femme refuserait de se soumettre à ce type d'homme? Nous ne parlons pas du tout d'un pervers, d'un macho, d'un exploiteur, d'un tyran, d'un misogyne ou d'un dominateur, mais d'un homme avec une vraie attitude de service, prêt à me (te) donner la première place après Dieu dans sa vie. À ce type d'amour, oui je veux me soumettre! Et toi?

Ce qui est intéressant, c'est qu'en écrivant ce paragraphe je m'aperçois que Dieu commence par les femmes avant de faire cette exhortation aux hommes. Je ne pense pas que ce soit anodin. Je crois que nous avons un rôle d'initiatrice. Alors que nous faisons le choix de nous soumettre

à notre époux (malgré ses imperfections), cela va accroître son amour pour nous et le mener vers la maturité initialement prévue par Dieu. Mesdames, parce que nous avons une grande influence sur eux, utilisons-la avec intelligence pour bénir nos maris à venir et leur permettre de déployer leur plein potentiel en tant qu'hommes (mais cela sera abordé plus en détail dans un prochain livre ☺).

Enfin, n'oublions pas que « soumission » signifie « être sous la mission de », ce qui est logique et fait également écho à deux missions notées dans le cahier des charges des époux : le leadership et la protection.

P.-S. : je ne sais pas, toi, mais moi, en tant que célibataire, j'en ai marre de devoir toujours être forte dans mon quotidien et de *leader* tous mes projets. J'ai hâte de m'alléger et de me laisser guider ☺

## Une femme vertueuse

◀◀ Qui peut trouver une femme vertueuse ? Elle a bien plus de valeur que les perles. »

*Proverbes 31:10 (Segond 1910)*

Une femme vertueuse est une femme qui fonde sa vie sur un socle de valeurs morales solides. Dans ce monde en manque de repères, il est de plus en plus rare de rencontrer des personnes de caractère. Quelles sont les valeurs que tu défends et que tu t'efforces de suivre dans ta vie ?

Selon Joyce Meyer, il est primordial que nous choisissons les valeurs qui vont diriger notre vie et que nous nous appliquions à les mettre en pratique dans notre quotidien ; elles agiront comme des garde-fous contre l'errance et la distraction qui souhaitent nous détourner du bon chemin. De bonnes valeurs nous garderont dans la sagesse et nous aideront à prendre de bonnes décisions lorsque nous serons confrontées à des choix cruciaux.

O.K., mais où « sourcer » des valeurs fiables sur lesquelles construire notre vie ?

- La Bible (notamment les livres des Proverbes, de l'Ecclésiaste, des Psaumes, les paraboles – histoires dépeignant des valeurs morales –, les enseignements de Jésus...);
- Les personnes sages, dignes de confiance, dont la vie témoigne les valeurs que tu souhaites porter dans ton quotidien (si tu n'as pas de mentor, je ne peux que te recommander de prier pour en trouver un. Il s'agit généralement d'une personne plus âgée, qui a une relation forte avec Christ – pour nous chrétiens –, qui est prête à investir du temps en toi, à t'enseigner, à te partager ses expériences et à t'écouter);
- La conduite du Saint-Esprit.

Il y a un poème dans la Bible qui exalte une femme vertueuse, courageuse, capable, qui est érigée comme un modèle à suivre. C'est un proverbe sur lequel il est très intéressant de se pencher. Le voici :

◀◀ Qui trouvera une femme de valeur ? Elle vaut bien plus que des perles. Le cœur de son mari a confiance en elle, et c'est tout bénéfique pour lui. Elle lui fait du bien, et non du mal, tous les jours de sa vie. Elle se procure de la laine et du lin et travaille d'une main joyeuse. Pareille à un navire marchand, elle rapporte ses provisions de loin. Elle se lève alors qu'il fait encore nuit, et elle donne la nourriture à sa famille et ses ordres à ses servantes. Elle pense à un champ, et elle l'achète. Avec le fruit de son travail elle plante une vigne. Avec la force en guise de ceinture, elle affermit ses bras. Elle constate que ce qu'elle gagne est bon. Sa lampe ne s'éteint pas pendant la nuit : elle file elle-même la laine, elle tisse elle-même les habits. Elle ouvre ses bras au malheureux, elle tend la main au pauvre. Elle ne redoute pas la neige pour sa famille, car chacun y est habillé de cramoisi. Elle se fait des couvertures, elle a des habits en fin lin et en pourpre. Son mari est reconnu aux portes de la ville, lorsqu'il siège avec les anciens du pays. Elle fait des chemises et les vend, et elle livre des ceintures au marchand. La force et l'honneur, voilà ce qui l'habille. Elle rit en pensant à l'avenir. Elle ouvre la bouche avec sagesse et un enseignement plein de bonté est sur sa langue. Elle veille à la bonne marche de sa maison, elle ne mange pas le pain de

la paresse. Ses fils se lèvent et la disent heureuse, son mari aussi, et il chante ses louanges : “Bien des femmes font preuve de valeur, mais toi, tu leur es à toutes supérieures.” La grâce est trompeuse et la beauté est illusoire ; c’est de la femme qui craint l’Éternel qu’on chantera les louanges. Donnez-lui du fruit de son travail et qu’aux portes de la ville ses œuvres fassent son éloge ! »

*Proverbes 31:10-31 (Segond 21)*

J’aime beaucoup ce texte, car en tant que femme il m’a grandement aidée à déterminer les valeurs que je souhaite faire miennes et que j’essaie de déployer dans ma vie. Toutefois, j’ai personnellement trois remarques :

1. On voit tout un champ lexical autour du vêtement. « *Elle se procure de la laine et du lin et travaille d’une main joyeuse* », « *elle file elle-même la laine, elle tisse elle-même les habits* », « *chacun y est habillé de cramoisi* », « *elle a des habits en fin lin et en pourpre* », « *elle fait des chemises et les vend, et elle livre des ceintures au marchand* »... Bref, cela démontre que, de tout temps, les femmes ont été obsédées par la mode, mais cela ne doit pas représenter une excuse pour justifier tes potentielles dépenses extravagantes en fringues.
2. (Je suis ici bien plus sérieuse.) Cette femme semble plus active qu’une pile Duracell. Il s’agit ici d’un proverbe ; la femme qui nous y est dépeinte n’a peut-être jamais existé, elle est davantage l’incarnation d’un idéal vers lequel tendre ou du moins d’un modèle dont on doit s’inspirer.
3. (Je finis par une touche de légèreté.) Puisque cette femme « *se lève alors qu’il fait encore nuit* » (verset 15) et que « *sa lampe ne s’éteint pas pendant la nuit* » et compte tenu de son agenda super *busy* en journée, j’aimerais bien savoir à quel moment elle parvient à dédier du temps à sa vie sexuelle – ce qui n’est pas à négliger, comme nous le verrons au chapitre 11 (« Et si on parlait sexe ? »). Après, il nous est tout de même dit au verset 12 qu’elle « *fait du bien* » à son mari « *tous les jours de sa vie* »...

Blagues mises à part, voici quelques-uns des traits de caractère qui font de notre héroïne une femme de grande valeur. Elle est :

- **prévoyante** : « *Elle ne redoute pas la neige pour sa famille, car chacun y est habillé de cramoisi* » (verset 21) ; « *La force et l’honneur, voilà ce qui l’habille. Elle rit en pensant à l’avenir* » (verset 25).

- **travailleuse et active** : « *Elle travaille d'une main joyeuse* » (verset 13); « *Elle se lève alors qu'il fait encore nuit, et elle donne la nourriture à sa famille et ses ordres à ses servantes* » (verset 15); « *Elle constate que ce qu'elle gagne est bon. Sa lampe ne s'éteint pas pendant la nuit* » (verset 18); « *Elle veille à la bonne marche de sa maison, elle ne mange pas le pain de la paresse* » (verset 27).
- **fiable** : « *Le cœur de son mari a confiance en elle* » (verset 11).
- **aimante** : « *Ses fils se lèvent et la disent heureuse, son mari aussi, et il chante ses louanges* » (verset 28).
- **une business woman** : elle fait fructifier les ressources placées entre ses mains. « *Elle pense à un champ, et elle l'achète. Avec le fruit de son travail elle plante une vigne* » (verset 16).
- **économe** : elle ne cherche pas la facilité en achetant des vêtements déjà faits, elle les fabrique. « *Elle file elle-même la laine, elle tisse elle-même les habits* » (verset 19).
- **disciplinée** : « *Elle se lève alors qu'il fait encore nuit* » (verset 15).
- **sage, discrète et serviable** : elle n'hésite pas à prodiguer des conseils. « *Elle ouvre la bouche avec sagesse et un enseignement plein de bonté est sur sa langue* » (verset 26).
- **altruiste** : elle s'occupe de sa famille, des pauvres et de la communauté. « *Elle ouvre ses bras au malheureux, elle tend la main au pauvre* » (verset 20).

Et aussi :

- **Elle honore son mari** : tiens, tiens, l'un des besoins émotionnels premiers des hommes ☺... « *Son mari est reconnu aux portes de la ville, lorsqu'il siège avec les anciens du pays* » (verset 23).
- **Elle met le Seigneur en priorité dans sa vie** : « *La grâce est trompeuse et la beauté est illusoire ; c'est de la femme qui craint l'Éternel qu'on chantera les louanges* » (verset 30).

En étudiant cette épouse, nous constatons qu'elle est un véritable *helper* pour son mari, mais en rien une subalterne assujettie. Elle fait preuve

d'initiatives, mène ses propres affaires avec pour finalité le bien-être de son mari, de sa famille et de sa communauté.

Avant de clore cette partie, j'aimerais ajouter quelques qualités morales additionnelles qui sont admirables :

- **La loyauté** : respecter nos engagements, les règles et l'honneur.
- **L'intégrité** : ne pas faire preuve de duplicité. Y a-t-il une différence entre celle que nous sommes en public et celle que nous sommes quand nous sommes seules chez nous ? Parlons-nous de la même manière d'une personne en sa présence comme en son absence ? Y a-t-il un alignement entre nos paroles et nos actions ou, en d'autres termes, faisons-nous ce que nous disons ?
- **L'amour** : nos actions sont-elles motivées par un *genuine love*<sup>32</sup> ou sont-elles dirigées par un intérêt purement égoïste ? Nous pouvons démultiplier des actions dites « bonnes », obtenir même des résultats concrets, mais si nous ne sommes pas motivées par l'amour, cela n'a pas de valeur aux yeux de Dieu.
- **La discipline vs la procrastination** : faire ce qui doit être fait au moment où cela doit être fait et ne pas laisser nos émotions dicter nos choix.
- **L'honnêteté** : le manque d'honnêteté altère la confiance et empêche de bâtir une relation saine, profonde et sur le long terme.
- **La résilience** : la résistance psychologique qui nous permet de rebondir face aux difficultés de la vie.

Nous voilà arrivées à la fin de cette partie liée aux valeurs morales. Et, je ne sais pas, toi, mais moi j'ai encore un peu de pain sur la planche 😊!

32. « Amour sincère et authentique ».

## PRIÈRE INSPIRÉE

« Époux céleste, merci de changer notre cœur de pierre en un cœur de chair qui T'honore et dans lequel Tu prends plaisir. Nous voulons être proches de Toi, entendre Ta voix, refléter Tes attributs, collaborer à Tes plans divins et n'être rien de moins que ce que Tu nous appelles à être. Seigneur, aide-nous à préserver notre cœur plus que toute autre chose. Aide-nous dans cette étape de préparation à ne pas regarder à ce qui frappe aux yeux, mais au cœur. Donne-nous le discernement de reconnaître l'homme qui a un cœur selon Toi et avec qui nous marcherons sur le chemin de la vie. Amen. »

## POUR ALLER PLUS LOIN

- Étudier la vie du roi David : si tu veux creuser le sujet d'un cœur selon Dieu, je t'encourage à étudier la vie de celui qui fut appelé « homme selon le cœur de Dieu » : « *Puis, l'ayant rejeté, il leur suscita pour roi David, auquel il a rendu ce témoignage: J'ai trouvé David, fils d'Isaï, homme selon Mon cœur, qui accomplira toutes Mes volontés* » (Actes des apôtres 13:22, Segond 1910).
- Connaître la Parole de Dieu: *The Bible in One Year* de Nicky Gumbel. Disponible gratuitement sur l'application YouVersion. Il existe même une version audio pour plus de confort ☺!
- Sur la thématique des valeurs morales: *Critique de la raison pratique* et *Fondements de la métaphysique des mœurs* d'Emmanuel Kant.

## Chapitre 5

# Une femme qui s'aime et qui peut aimer en retour

« Mais nous, nous aimons, parce que Dieu nous a aimés le premier. »

*1 Jean 4:19 (Parole de Vie)*

**M**émoires d'une soirée automnale... Je dois faire face à un constat : mon cœur est dur. Je ne cesse d'être pleine de critiques, de jugements et même, parfois, de colères profondes que je ne saurais expliquer. La défiance m'anime constamment et mon cœur s'apparente à un glaçon insensible à toute bonne intention dirigée à mon égard.

Cette même froideur qui étherise mes maux, inhibe les sentiments bienveillants en moi. Pourquoi cette insensibilité qui me caractérise alors que j'aimerais tant être douce, aimante et chaleureuse ? Pourquoi donc cette dissonance entre l'intention et la réalité ? Attristée et désespérée, je ne vois pas d'issue pour faire naître en moi ce qui n'existe pas.

Puis Dieu est venu, plein de douceur, susurrer à mon cœur : « *Élodie, tu n'aimes pas profondément car tu ne t'aimes pas totalement.* » C'est une révélation, le morceau de puzzle manquant qui me fait saisir une réalité qui m'échappait jusque-là.

Le manque d'amour de soi influe directement et négativement sur notre relation aux autres. Lorsque nous ne nous aimons pas, nous créons un terrain fertile pour le doute, la défiance, la méfiance, le manque de confiance, la suspicion, la jalousie, la possessivité, la colère, l'imp-

tience... Autant d'éléments qui affaiblissent, jusqu'à tuer, les relations (romantiques ou non).

Selon le psychosociologue Jacques Salomé, « *si je ne m'aime pas, je ne pourrai pas aimer, puisque je serai dans le besoin et l'exigence d'être aimé* ». Or aimer ne consiste ni à exiger ni à détrousser, mais bien à donner et à recevoir l'amour que l'autre souhaite nous offrir. Jacques Salomé ajoute que « *lorsque l'on ne s'aime pas, on pense que l'on n'a rien à donner de valable et d'intéressant, et lorsque l'on donne, on a le sentiment d'être dépossédé* ».

Alors, comment faire preuve de grâce envers les personnes que je côtoie, de compréhension, de gentillesse, quand je me traite moi-même avec dureté, sans compassion, tyrannisée par une obsession de la perfection ? Je suis accablée par un besoin compulsif de tout contrôler : maîtriser les événements de ma vie, les situations, les gens afin de m'apporter un faux-semblant de paix. J'ai peur de lâcher prise, je suis angoissée à l'idée que la situation m'échappe, que je sois abusée, meurtrie. Quel triste constat ! J'ai fait beaucoup de mal autour de moi, j'ai blessé bon nombre de personnes que j'aimais sincèrement à cause de la peur à laquelle j'ai donné trop d'autorité, de droit et de pouvoir dans ma vie. L'imprévu me frustre, me contrarie, il m'horripile au plus haut point et génère en moi des émotions que je ne maîtrise pas.

Je veux changer, j'ai essayé de changer en faisant des efforts, à grands coups de bonnes résolutions, de promesses éphémères, de remords et d'autoflagellation. J'ai essayé par moi-même de devenir une meilleure personne, en me forçant et en me disciplinant à exécuter des actes de service, à être patiente et douce (ce qui, compte tenu de mon caractère initial, ne dure généralement pas très longtemps), à « essayer d'être amicale »... Ces faux-semblants me demandent une énergie folle et m'épuisent. La vérité, c'est que mon cœur tout entier a besoin d'être radicalement transformé.

Le point de départ : me savoir aimée de Dieu

« Nous l'aimons, parce qu'Il nous a aimés le premier. »

*1 Jean 4:19 (Parole de Vie)*

Certes, ce cœur meurtri, asséché et endurci a besoin d'être attendri et transformé ; mais ce qu'il lui faut en premier lieu, c'est être touché par l'amour de Dieu.

C'est l'amour de Dieu qui initie tout. Il m'a tant aimée qu'Il a envoyé Son Fils unique mourir une mort atroce afin que je puisse vivre mon éternité à Ses côtés !

RIEN, absolument RIEN ne pourra nous séparer de l'amour de Dieu pour nous : ni nos imperfections, ni nos conneries (aucune d'entre elles, même nos erreurs à répétition), ni notre passé, ni notre présent, ni notre avenir, ni ce que les gens disent ou pensent de nous, RIEN, absolument RIEN ne pourra jamais nous séparer de Son amour pour nous. Voici un aperçu de l'ampleur, de l'immensité de cet amour qu'Il nous porte. Prête à être bouleversée ?

Tu es aimée de Dieu et Son amour pour toi est 100 % constant (d'après Rick Warren) :

« Même si les collines venaient à s'ébranler, même si les montagnes venaient à changer de place, l'amour que J'ai pour toi ne changera jamais. »

*Ésaïe 54:10 (La Bible en français courant)*

Tu es aimée et choisie de Dieu :

« Nous savons, frères et sœurs aimés de Dieu, qu'Il vous a choisis. »

*1 Thessaloniens 1:4 (Second 21)*

Tu es aimée et non condamnée :

« Il n'y a donc aucune condamnation pour ceux qui sont en Jésus-Christ. »

*Romains 8:1 (Segond 1910)*

Tu es aimée de Dieu et ta présence sur Terre n'est pas une erreur :

« Car en Lui ont été créées toutes les choses qui sont dans les cieux et sur la terre, [...] Tout a été créé par Lui et pour Lui. »

*Colossiens 1:16 (Segond 1910)*

« [...] avant de te former dans le ventre de ta mère, Je te connaissais. »

*Jérémie 1:5 (Parole de Vie)*

Tu es aimée et tu es une créature merveilleuse :

« Je Te loue Éternel de ce que je suis une créature si merveilleuse. »

*Psaumes 139:14 (Segond 1910)*

Tu es aimée et rien ne pourra te séparer de l'amour de Dieu pour toi :

« Oui, j'en suis sûr, rien ne pourra nous séparer de l'amour que Dieu nous a montré dans le Christ Jésus, notre Seigneur. Ni la mort, ni la vie, ni les anges, ni les esprits, ni le présent, ni l'avenir, ni tous ceux qui ont un pouvoir, ni les forces d'en haut, ni les forces d'en bas, ni toutes les choses créées, rien ne pourra nous séparer de l'amour de Dieu! »

*Romains 8:38-39 (La Bible en français courant)*

Tu es aimée de Dieu pour toujours :

« Dites merci au Seigneur, car Il est bon! – Oui, Son amour est pour toujours! »

*Psaumes 136:1 (Parole de Vie)*

Tu es aimée de Dieu et cet amour est tendre et doux :

« Mais toi, Seigneur, tu es un Dieu de tendresse et de pitié, patient, plein d'amour et de fidélité »

*Psaumes 86:15 (Parole de Vie)*

Waouh!!! Je suis/tu es aimée infiniment, inconditionnellement, et ce pour toujours ! Si tu veux en savoir plus sur l'amour de Dieu pour toi, eh bien je ne peux que t'encourager à te plonger dans la Bible, notamment dans le Nouveau Testament qui n'est rien de moins qu'une véritable lettre d'amour.

Nous ne pouvons pas donner ce que nous n'avons pas, c'est un fait. Donc, si je veux m'aimer et aimer mon prochain, je dois donc détenir de l'amour en moi et la source la plus pure de ce bien précieux est Jésus. Jésus n'a pas une quantité d'amour limitée et imparfaite ; Jésus, en Sa personne, est amour ! Voilà pourquoi il est indispensable que j'apprenne à recevoir Son amour avant toute chose.

S'aimer et aimer les autres

« Celui qui n'aime pas ne connaît pas Dieu, car Dieu est amour. »

*1 Jean 4:8 (Segond 1910)*

C'est en prenant conscience de l'amour de Dieu pour moi que je prends conscience de ma valeur et de la valeur de ceux qui m'entourent. Je reconnais que je fais partie de Ses plans et que j'ai une destinée à réa-

liser. Remplie de cet amour, je suis désormais en capacité de m'aimer et de le déverser, à mon tour, sur mes prochains.

Retour à cette belle soirée d'automne. Le Seigneur continue de parler à mon cœur avec cette même tendresse. Cette fois, Il me conduit dans 1 Corinthiens 13:2. C'est un verset que j'ai entendu des milliers de fois au cours de ma jeune vie ; toutefois, la lecture que j'en fais à cet instant est unique, mon être tout entier appréhende ce texte familier d'une toute nouvelle manière. Lisons ce texte si tu le veux bien :

« Si j'ai le don de prophétie, la compréhension de tous les mystères et toute la connaissance, si j'ai même toute la foi jusqu'à transporter des montagnes, mais que je n'ai pas l'amour, je ne suis rien. Et si je distribue tous mes biens aux pauvres, si même je livre mon corps aux flammes, mais que je n'ai pas l'amour, cela ne me sert à rien. L'amour est patient, il est plein de bonté, l'amour n'est pas envieux, l'amour ne se vante pas, il ne s'enfle pas d'orgueil, il ne fait rien de malhonnête, il ne cherche pas son intérêt, il ne s'irrite pas, il ne soupçonne pas le mal, il ne se réjouit pas de l'injustice, mais il se réjouit de la vérité, il pardonne tout, il croit tout, il espère tout, il supporte tout. L'amour ne meurt jamais. »

*Segond 1910*

Mais quelle RÉVÉLATION!!!

Moi qui travaille dans le social et qui par conséquent effectue des actions en faveur des plus démunis, si je n'ai pas d'amour sincère, ces mêmes actions n'ont pas de valeur véritable. Donc, si je résume de manière schématique, je peux réaliser humainement parlant toutes les œuvres jugées « bonnes » aux yeux du monde, mais si ces dernières ne sont pas motivées par un amour vrai et sincère, elles sont vaines. Le paradigme entier est inversé : si je n'ai pas d'amour, les bonnes résolutions et les efforts humains ne servent à rien ; alors que, à l'inverse, si j'ai l'amour, le vrai, celui de Dieu qui brûle en moi et éclaire mon chemin, alors j'ai tout et de cela naissent automatiquement des comportements et des actions bonnes. Comme le disait le poète Pierre Reverdy, « *il n'y a pas d'amour, il n'y a que des preuves d'amour* ». L'amour, le vrai, n'est pas

un ramassis d'émotions qui fluctuent au fil des circonstances, l'amour EST ; il se manifeste inéluctablement par des actions tangibles.

Lorsque nous sommes consumées par l'amour de Dieu, ce sont toutes les sphères de notre vie qui sont bouleversées d'une manière positivement foudroyante.

Alors que je consigne cette révélation par écrit, mon téléphone portable se met à vibrer : il s'agit d'un message envoyé par un ami proche qui réside au Guatemala. Il se trouve que cet ami n'a aucune idée de ce que je vis à ce moment même. Voici ce qu'il m'écrit : "*Élodie, Le pido a Dios que te siga impresionando con Su amor*<sup>33</sup>." Ces mots sont d'une justesse incroyable, compte tenu de la situation, et je n'ai aucun doute sur le fait que le Saint-Esprit l'ait utilisé pour confirmer ce qu'Il venait de révéler à mon cœur.

Cette soirée bouleversante se poursuit, quand me viennent en tête ces versets tant de fois cités dans nos églises :



Tu aimeras ton prochain comme toi-même. Je suis l'Éternel. »

*Lévitique 19:18 (Segond 1910)*



Si un étranger vient séjourner avec vous dans votre pays, vous ne le maltraiterez pas. Vous traiterez l'étranger en séjour parmi vous comme un Israélite, comme l'un de vous-mêmes. »

*Lévitique 19:31-34 (Segond 21)*



Et voici le second [commandement], qui lui est semblable : Tu aimeras ton prochain comme toi-même. »

*Mathieu 22:37-39 (Segond 1910)*



Tu aimeras ton prochain comme toi-même. »

*Marc 12:31 (Segond 1910)*

33. « Élodie, je demande au Seigneur de te toucher par Son amour. »

« [...] et qu'[aimer Dieu ] de tout son cœur, de toute sa pensée, de toute son âme et de toute sa force, et aimer son prochain comme soi-même, c'est plus que tous les holocaustes et tous les sacrifices. »

*Marc 12:33 (Segond 1910)*

« Il répondit: Tu aimeras le Seigneur, ton Dieu, de tout ton cœur, de toute ton âme, de toute ta force, et de toute ta pensée; et ton prochain comme toi-même. »

*Luc 10:27 (Segond 1910)*

« En effet, les commandements “Ne commets pas d'adultère, ne commets pas de meurtre, ne vole pas, ne convoite pas”, ainsi que tous les autres, se résument dans ce seul commandement: “Tu dois aimer ton prochain comme toi-même.” Celui qui aime ne fait aucun mal à son prochain. En aimant, on obéit donc complètement à la loi. »

*Romains 13:9-10 (La Bible en français courant)*

« Car toute la loi est accomplie dans une seule parole, en celle-ci: Tu aimeras ton prochain comme toi-même. »

*Galates 5:14 (Segond 1910)*

« Si vous accomplissez la loi royale, selon l'Écriture: Tu aimeras ton prochain comme toi-même, vous faites bien. »

*Jacques 2:8 (Segond 1910)*

Ces versets se cristallisent autour du deuxième commandement le plus important donné par Dieu et qui se résume en l'amour que nous devrions porter à notre prochain.

Si nous nous concentrons sur la partie « *aimer son prochain comme soi-même* », je pense qu'il y a deux niveaux d'interprétation précieux:

**1. Afin d'être en capacité d'aimer l'autre, je dois m'aimer moi-même** (version littérale que nous avons abordée précédemment).

Comment apprendre à s'aimer soi-même de manière pratico-pratique ?

- En acceptant l'amour de Dieu pour nous et en nous laissant remplir de cet amour parfait, infini et inconditionnel.
- En faisant preuve de bienveillance envers soi-même. Pour ce faire, on commence à s'intéresser à soi, on montre de la compassion, de la douceur envers sa personne, on prend soin de son être entier, on se respecte et on accepte ses limites (exemples : respecter son besoin de sommeil, de repos, de soin, de loisirs, son impossibilité à tout gérer, à tout réaliser avec perfection, se donner le droit à l'erreur, à la maladresse, accepter sa nature humaine et les limites de cette dernière).

Ainsi, lorsque je m'aime de manière saine et équilibrée :

- Je suis plus sereine.
- Je suis plus créative.
- Je suis plus ouverte à la vie et aux autres.
- Je suis une meilleure communicante.
- Je suis plus encline à traiter les autres avec bienveillance et respect – la base de toute relation.
- Je suis plus heureuse de manière générale.
- J'évite les phénomènes de dépendance et l'aliénation de l'autre dans mon couple, ce qui nous permet d'accéder au « meilleur de tous les possibles ».
- J'ai de meilleures relations.
- Je relativise davantage, je fais preuve de reconnaissance, j'ai moins peur, je suis plus entreprenante, je suis davantage motivée, je travaille et je réussis mieux.
- J'ai une plus grande clairvoyance.
- Je bénéficie d'un système immunitaire renforcé.

Pas mal, non ?

## **2. C'est l'amour de Dieu pour l'homme qui me conduit à reconnaître cette humanité chez chaque individu.**

Par conséquent, chacun de mes prochains est à aimer car aimé de Dieu. « *Comme toi-même* » ne peut signifier « *aimer l'autre à la hauteur du propre amour que je me porte* », sinon cela rendrait cet amour inconsistant et pauvre. En d'autres termes, cela voudrait dire que si je m'aime

peu ou pire, si je ne m'aime pas du tout, alors ce serait un argument suffisant pour accepter de mal aimer mon prochain.

Attention, on entre dans un peu de philosophie ☺ Je ne peux pas initier l'amour que je porte à autrui depuis le « moi ». Il y a donc peut-être une autre traduction du « *comme toi-même* » qui reposerait sur la qualité, la valeur intrinsèque infinie de la personne que je suis et que l'autre est. « *Nous sommes [tous deux] faits de la même pâte et portons la même nature humaine*<sup>34</sup>. » Je suis donc appelée à aimer l'autre dans son individualité, dans le fait que, comme moi, il a été créé à l'image de Dieu et aimé inconditionnellement et infiniment par le Créateur. Donc, le « point d'orgue », ce qui doit initier l'amour que je porte à l'autre, est l'amour de Dieu pour l'Homme.

## Se laisser aimer et aimer son conjoint

Je suis intimement convaincue que l'une des causes du manque de relations d'amitié profondes et du célibat est l'incapacité à se laisser aimer. Certaines jeunes femmes ont une telle image négative d'elles-mêmes que cela les fait passer à côté de l'amour pour deux raisons majeures :

1. Le manque de confiance en elles les empêche d'accepter et de recevoir l'amour d'un homme.
2. En ayant une mauvaise image d'elles-mêmes, elles créent des « ondes négatives » qui peuvent avoir deux conséquences directes :

**[a]** L'indifférence du sexe opposé à leur égard ;

**[b]** L'attraction de mauvais garçons qui, consciemment ou inconsciemment, détectent une faille qu'ils pourraient exploiter (prédateurs sexuels, pervers, narcissiques, connards en tout genre, manipulateurs, dominants...).

Ne pas s'aimer et avoir une mauvaise image de soi est un phénomène très pervers dans le couple. En effet, le conjoint qui ne s'aime pas vit en permanence dans l'incertitude d'être sincèrement aimé et avec la peur d'être abandonné. Cette personne en mal d'amour se positionne alors dans l'attente exacerbée d'un amour inconditionnel qui comblerait son

34. Voir cet article de Jean-Ruben : [agen.umc-europe.org/eglise/levitique-19v18-tu-aimeras-ton-prochain-comme-toi-meme](http://agen.umc-europe.org/eglise/levitique-19v18-tu-aimeras-ton-prochain-comme-toi-meme)

vide intérieur. Son comportement peut prendre une forme tyrannique en exigeant de manière constante des preuves d'amour qui viseraient à apaiser ses angoisses.

Cette perversité peut même conduire à l'autosabotage : la personne va, souvent inconsciemment, créer des situations qui vont desservir la relation de couple jusqu'à, parfois, la conduire à un point de non-retour. Par exemple, une femme mal dans sa peau pourrait demander implicitement à son conjoint : *« Est-ce que tu m'aimeras encore si je suis moche, si je me laisse aller, si je te trompe, si je romps ta confiance, si je te manque de respect, si je te fais du mal... ? »* Si cette conjointe met ces mêmes pensées qui la hantent et l'effraient à exécution – afin de tester la véracité et l'inconditionnalité de l'amour que lui porte son conjoint –, alors s'ensuivra quasi inéluctablement une situation conflictuelle plus ou moins grave pouvant mener à la rupture définitive. La femme qui aura indirectement prophétisé sur sa vie déclarera ainsi avec fatalité : *« Je savais très bien que cela ne fonctionnerait pas, qu'il était trop bien pour moi/que je n'étais pas assez bien pour lui... »*

**Lorsque tu te sais aimée de Dieu, cela pose un standard et des remparts de protection dans ta vie.** Laisse-moi illustrer ce propos par une petite métaphore. Imagine que tu as mangé toute ta vie de la nourriture réchauffée au micro-ondes et issue de boîtes de conserve. Tout d'un coup, un chef détenant trois étoiles au *Guide Michelin* vient vers toi et te propose une cuisine gastronomique qui émoustille tes papilles et te fait tomber à la renverse chaque fois que tu y goûtes. Il est très certain que cela changerait ta vision de la nourriture en conserve et ta relation à cette dernière. Si financièrement parlant tu pouvais avoir accès à ces deux types d'alimentation, tu serais probablement prête à concéder quelques efforts (exemple : abandonner la cuisine minute pour laisser le temps au chef de réaliser son succulent plat) afin de te régaler quotidiennement de cette nourriture d'exception.

C'est exactement la même chose avec la relation de couple et le choix d'un conjoint. Quand tu as goûté à un amour bon et profond, tu ne peux pas abaisser tes standards. J'ai ainsi eu le privilège d'expérimenter l'amour de Dieu mais aussi un amour sincère, passionné, entier exprimé envers la conjointe que j'ai pu être. Je suis infiniment reconnaissante de cette grâce qui m'a souvent protégée de mauvaises relations lorsque je suis redevenue célibataire en me permettant de dire *« non »* à tout

type d'amour inférieur à ce que j'avais déjà connu. L'une des raisons valables pour me remettre en couple était d'expérimenter un amour encore plus beau et en lien avec ma destinée et l'appel placé sur ma vie ; tant que ces conditions n'étaient pas réunies, j'étais prête à attendre et à rester célibataire.

J'espère que tu auras compris, tout au long de ce chapitre, que tu mérites d'être aimée d'un amour vrai. J'ai souvent été convoitée mais, je pense, très peu souvent aimée sincèrement pour celle que je suis dans mon entièreté. Attention aux loups qui ne cherchent qu'à prendre au lieu de donner, qui désirent te posséder, t'exhiber parfois comme un trophée, t'utiliser, aspirer ta joie, ton énergie, mais ne prennent pas le temps de découvrir qui tu es vraiment et de se laisser former afin d'être en capacité de t'aimer comme un mari selon le cœur de Dieu.

## À RETENIR/IN A NUTSHELL

Je reçois l'amour de Dieu.



Je m'aime.



J'aime les autres et je suis en  
capacité de recevoir de l'amour.

Si tu ne t'aimes pas et ne reçois pas l'amour de Dieu pour toi,  
il te sera difficile d'aimer un homme et de te laisser aimer.

Aimer ne consiste ni à exiger ni à détrousser,  
mais bien à donner et à recevoir.

Un autre être humain ne pourra JAMAIS  
suppléer au manque d'amour de soi.

Apprenons à recevoir l'amour de Dieu afin d'être  
en mesure d'aimer notre mari avec la qualité  
d'amour, la sincérité, l'inconditionnalité, la pureté,  
l'intensité et l'entièreté dont il a besoin.

Tu mérites d'être aimée selon les standards d'amour  
que Dieu pose sur un mari envers son épouse.

## DOUBLE PRIÈRE INSPIRÉE

« Époux Céleste, merci de changer mon cœur de pierre en un cœur de chair qui T'honore et dans lequel Tu prends plaisir. **Je veux aimer comme Tu aimes**, désire parler comme Tu parles aux hommes. Je veux agir avec eux comme Tu agirais avec eux si Tu étais ici sur Terre. Donne-moi de me voir comme Toi, Tu me vois, donne-moi de les voir comme Toi, Tu les vois. **Fais implorer ma vie dans Ton amour.** Bouleverse-moi. »



« Père Éternel, je viens prier dans le nom de Jésus-Christ pour **devenir consciente de l'amour que Tu as pour moi**. Parfois, je me sens seule, surtout lors des difficultés que je rencontre et face aux responsabilités que j'ai. J'ai cette impression que Tu ne m'épauls plus. Je viens Te demander de **me faire ressentir cet amour inconditionnel que Toi seul peux m'apporter. Cet amour qui comble tous les manques** que je peux avoir, que ce soit dans le domaine affectif, financier, familial, social et professionnel. Je veux être pleinement consciente que Tu seras toujours là à mes côtés et ne plus jamais en douter. Tu as cette capacité d'ouvrir mon cœur et d'y placer Ton amour. Quand je commets un péché, je crains que Tu T'éloignes de moi et que Tu me laisses me débrouiller avec mes bêtises et les résultats de ma propre folie. Ma nature humaine m'empêche de croire en Toi, mais le surnaturel est possible en Ta présence. **Rien ne pourra me séparer de Ton amour**, je veux en être convaincue.

Tu me sors du trou où j'étais, Tu me fais voir Ta lumière et Tu m'enveloppes de Ta protection. Toutes ces démonstrations ne sont que des preuves de Ton grand amour envers moi. Tu ne tiens pas compte de mes faiblesses et de mes imperfections. Au contraire, **Tu me guides afin que je puisse changer et m'améliorer. Tu changes mon cœur.** Tu m'aides afin que le péché ne soit plus dominant dans ma vie et qu'au contraire la pureté le remplace. Tu m'apportes Ta compassion dans mes moments de douleur et de désespoir afin de me soulager. **Ton**

**amour est au-dessus de tout et il est tout-puissant.** Je veux continuer de vivre et d'expérimenter cet amour au quotidien.

**Je veux devenir de plus en plus consciente de cet amour afin que j'apprenne à m'aimer et à mieux aimer les autres.**

Je Te dis merci pour Ton amour et Ton immense miséricorde. Je veux découvrir l'amour que Tu as pour moi. J'ai prié avec un cœur sincère. Je sais que Tu m'accompagnes et que Tu vas m'exaucer\*. »

\*Texte de Laurie Durimel ([frequencechretienne.fr/je-prend-conscience-de-lamour-de-dieu-pour-moi](http://frequencechretienne.fr/je-prend-conscience-de-lamour-de-dieu-pour-moi)).



## Chapitre 6

# Connaître son appel, avoir une vision pour sa vie

« Sans vision, le peuple périt. »

*Proverbes 29:18*

« La plus grande tragédie n'est pas de mourir, mais de vivre sans but. »

*Rick Warren*

*“Receive the vision, stand up and fight for it.”*

*My little Secrets by Élodie<sup>35</sup>*

**M**on père n'avait de cesse de me citer le verset ci-dessus lorsque j'étais petite et je ne le comprenais pas. En fait, c'est très simple : sans destination précise, un automobiliste erre sur les routes, prend des détours, perd du temps et risque de ne parvenir nulle part. Dans la vie, c'est la même chose et cela aura une incidence sur ton couple. Puisque tu es probablement célibataire si tu lis ce livre – même si je sais que parmi les lectrices se cachent des lecteurs et des personnes en couple ou mariées ☺! –, je ne peux que t'encourager, avant de prendre le chemin de la vie à deux, à te poser et à prendre le temps de définir la

35. « Reçois la vision, lève-toi et combats pour elle » (*Les Petits Secrets d'Élodie* – projet à venir ☺).

destination que tu dois atteindre. En tant que chrétiennes, cela s'apparente à nous interroger, avec le concours de Dieu, sur l'appel/la vision/la mission posé(e)s sur notre vie.

Lorsque je me suis mariée, à dix-neuf ans, j'étais une femme-enfant, plus ado que femme ; je n'avais pas pris le temps de me connaître et je n'avais aucune idée de ce qu'était mon appel. Je me suis en revanche unie à un homme doté d'une vision claire et distincte, animé d'une passion dévorante dans laquelle je me suis perdue. Je ne savais pas qui j'étais et j'avais l'impression de n'avoir ni l'espace ni la liberté de le découvrir, ce qui a généré beaucoup de frustration en moi. J'étais perdue et je ressentais le besoin de donner un sens et une direction à ma vie ; j'ai alors joué au caméléon en essayant de développer des intérêts que je pourrais coupler à ceux de mon mari et de m'y investir. Nonobstant, j'avais l'impression de m'être revêtue d'un vêtement trop petit, ne correspondant pas à ma stature et qui m'empêchait de me mouvoir. Durant la séparation, j'ai essayé de sauver mon couple et j'étais même prête à nier une partie de ma personne, de ce qui m'animait au fond de mes tripes, de ma personnalité afin de me conformer aux attentes de mon mari. Au risque d'en choquer certains, avec le recul, je suis très reconnaissante envers Dieu de ne pas avoir permis cela. La séparation puis le divorce ont été de véritables *wake-up call*<sup>36</sup> pour moi. Il fallait que je donne du sens à ces épisodes d'échec de ma vie ; je les ai donc mis à profit pour prendre le temps de guérir, de me rapprocher de Dieu et de découvrir mon appel – même si je pense qu'il ne m'a pas été encore révélé à 100 %. Je suis dès lors partie à la découverte de la femme que Dieu a prévu que je sois et c'est une aventure quotidienne dans laquelle je m'épanouis.

Comme un puzzle placé au bon endroit, ma vie a littéralement changé lorsque j'ai compris pourquoi j'étais sur Terre et que j'ai commencé à marcher dans mon appel. Je suis convaincue que l'un des moyens qui te permettra d'être pleinement épanouie – je ne dis pas ici que le chemin sera toujours rose bonbon, facile et heureux – est de tendre vers celle que Dieu souhaite que tu sois et de réaliser les desseins qu'Il a prévus pour toi avant même ta naissance :

36. « Signaux d'alerte ».

◀◀ Je te connaissais, avant même de t'avoir formé dans le ventre de ta mère. »

*Jérémie 1:5 (La Bible en français courant)*

◀◀ Voici ce que Je déclare, Moi le Seigneur qui t'ai fait, qui t'ai formé dès avant ta naissance. »

*Ésaïe 44:2 (La Bible en français courant)*

Dieu ton Créateur connaît l'appel sur ta vie

J'ai longuement insisté dans ce livre sur l'importance de mettre Dieu en premier dans sa vie, car tout commence avec Lui. Tu ne pourras pas savoir par toi-même la raison de ta présence sur Terre ; si tu veux connaître la réponse à ce mystère, il te faudra aller à la source, auprès de ton Créateur qui te connaît mieux que quiconque.

Nous avons été créées par Dieu, afin qu'Il nous utilise pour accomplir Ses desseins et non l'inverse. **Un appel se découvre mais ne se choisit pas. Il peut s'accepter ou se refuser, mais ne changera pas.** La bonne nouvelle, c'est que cet appel a été créé sur mesure pour toi et épouse parfaitement tes aptitudes, tes capacités – même celles que tu ne soupçonnes pas –, ta personnalité, les circonstances de ta vie et ton être tout entier.

**Tu peux te fixer des objectifs de vie indépendamment de Dieu, les atteindre, connaître la gloire, la fortune et le succès, mais tu passeras alors à côté du but pour lequel tu as été créée<sup>37</sup>.** Nous connaissons tous des célébrités qui, aux yeux du monde, ont réussi mais qui pourtant se sont donné la mort, ont vécu une vie de débauche, ont parfois succombé à des overdoses, sont parties en cure de désintoxication... pour comprendre en fin de compte qu'elles n'avaient pas couru la bonne course terrestre. Quel gâchis ! Quelle tristesse !

37. Voir *Une vie, une passion, une destinée : Pourquoi suis-je sur Terre ?* de Rick Warren.

## Concentration et détermination

Lorsque l'on manque de projets précis, on s'éparpille car le socle sur lequel baser nos décisions, employer nos ressources et organiser notre vie nous fait défaut.

**Il n'y a rien de plus fort, de plus puissant, de plus bouleversant qu'une vie qui poursuit un but.** Je me souviens d'une histoire qui racontait comment un homme riche avait décliné, à plusieurs reprises, d'intervenir dans une conférence malgré le pont d'or qui lui avait été proposé. Cet homme avait fini par révéler qu'il poursuivait trois objectifs principaux et que cette intervention ne l'aiderait nullement dans l'atteinte de ces buts, ce qui expliquait pourquoi il continuerait à décliner l'offre, aussi alléchante soit-elle. Les gens déterminés, concentrés ne se laissent pas distraire, déploient un mental qui leur fait déplacer des montagnes avec le Seigneur, se relèvent lorsqu'ils chutent et ont rayé depuis fort longtemps le mot « abandon » de leur vocabulaire. Personnellement, j'aspire à être une telle personne.

Sache pourquoi tu es sur Terre et ne laisse rien ni personne te détourner de ta mission !

## Une courte mission terrestre pour une vie éternelle

Notre vie sur Terre n'est que temporaire. Elle est semblable à un claquement de doigts comparé à l'éternité. « *La Terre est un stage, une préparation, un entraînement à la vie éternelle. Cette vie prépare à la suivante*<sup>38</sup>. » Lorsque j'ai compris cela, j'ai commencé à vivre différemment. Je pense qu'il est bon, par exemple, d'être sage financièrement mais l'accumulation de richesses sans finalité bonne est vaine. On m'a souvent demandé pourquoi j'étais célibataire – il est possible que ce ne soit que la conséquence logique de mon caractère ☺ LOL! Lorsque j'ai pris conscience que je devais accomplir une mission sur Terre, cela a changé mes perspectives du couple. Être avec quelqu'un juste pour ne pas me retrouver seule (malgré tous les plaisirs évidents que cela comporte ☺) ne m'intéresse absolument pas, surtout si cela me ralentit dans ma course céleste ou m'éloigne de mon appel. Je préfère

38. Cette histoire est racontée dans *Leadership 101: What Every Leader Needs to Know* de John C. Maxwell.

prendre le temps de rencontrer la personne qui sera, j'en suis certaine, un élément catalyseur, compatible et bénéfique à la réalisation de mon appel ici-bas – et inversement.

Quand 1 + 1 en écrase 10000!

Nous allons gommer nos différences générationnelles et nous rallier autour d'une référence commune : Walt Disney ! Peu importe ton âge, tu sais de qui je parle. En revanche, savais-tu que le succès de cet homme est l'affaire d'une équipe et surtout d'une collaboration précieuse avec son frère Roy ? Si Walt était un créatif hors pair, Roy, lui, était un excellent homme d'affaires doté d'un grand leadership. Roy a décidé de mettre ses qualités et talents au service de la vision de Walt, et c'est ensemble qu'ils ont pu créer des synergies imparables qui ont bouleversé le statu quo et révolutionné l'industrie cinématographique. En résumé, sans Roy, Walt n'aurait pas connu le succès qui fut le sien et ses dessins animés n'auraient pas bercé notre enfance ☺!

Ton conjoint à venir et toi êtes appelés à collaborer, à vous mettre au service d'une cause commune qui vous dépasse. C'est pourquoi il est indispensable, avant de se mettre en couple, de prier et d'avoir l'assurance que vos visions respectives sont compatibles. J'ai moi-même reçu de Dieu plusieurs révélations au sujet de mon futur mari, notamment une qui est liée à l'appel posé sur nos vies. Pour moi, cela n'est qu'une confirmation de l'importance que ce domaine revêt aux yeux de Dieu.

Toi + ton conjoint, ENSEMBLE

= synergies

= élargissement de la vision que tu as  
en tant que célibataire

= récolte abondante

= multiplication

= fruits délicieux et agréables

= avancement du Royaume de Dieu

Une bonne manière de savoir si tu dois te mettre en couple avec un garçon serait de te poser la question suivante : « *Ma vision, mon impact pour le Royaume de Dieu sont-ils élargis à ses côtés ?* » Si la réponse est « non », alors ne perds pas ton temps et passe ton chemin.

La synergie attendue me fait penser à la « loi des deux » :

« Comment un en poursuivrait-il mille, et deux en mettraient-ils en fuite dix mille. »

*Deutéronome 32:30 (Segond 1910)*

« Deux valent mieux qu'un, parce qu'ils retirent un bon salaire de leur travail. Car, s'ils tombent, l'un relève son compagnon. »

*Ecclésiaste 4:9-10 (Segond 1910)*

« Un homme seul est facilement maîtrisé par un adversaire, mais à deux ils pourront tenir tête à celui-ci. »

*Ecclésiaste 4:12 (La Bible du Semeur)*

N'est-ce pas une promesse merveilleuse, palpitante qui augure des aventures EXTRAORDINAIRES avec Dieu et ton chéri ? Notre Seigneur est un être passionné, créatif, qui réalise des exploits et Il ne nous appelle à rien de moins. Je ne sais pas toi, mais moi, je veux être épanouie dans ma vie de couple, je veux rêver grand, je veux penser que notre Créateur nous appelle, mon foyer et moi, à accomplir des choses au-delà de tout entendement humain qui prendront vie parce que le Dieu de l'impossible est à nos côtés. *How exciting!!!*<sup>39</sup>

P-S. : dans cette loi de deux, il y a aussi Ecclésiaste 4:11 :

« De même, si deux personnes dorment ensemble, elles se tiennent chaud, mais comment celui qui est seul se réchauffera-t-il ? »

*La Bible du Semeur*

P-P-S. : c'est un verset auquel je pense, en période hivernale, lorsque je dois me glisser dans mes draps glacés. Je te l'ai dit, parfois, nous sommes trop spirituelles, même la Bible est plus terre à terre !

39. « Comme c'est enthousiasmant !!! »

## PRIÈRE INSPIRÉE

« Seigneur, je place ma sœur entre Tes mains. Je prie pour qu'elle ne devienne rien de moins que tout ce que Tu l'appelles à être. Tu as fait d'elle une combinaison unique de dons et de talents, Tu l'as dotée d'une personnalité originale parce que Tu as un but précis pour sa vie. Oui, Tu l'as créée précieuse comme elle est aujourd'hui, car elle a une destinée à accomplir, un appel est placé sur sa vie et c'est en embrassant cet appel qu'elle pourra T'honorer, s'épanouir, être comblée et devenir la bénédiction que Tu l'appelles à être pour ses prochains. Je viens également devant Toi, Seigneur, afin que son appel et celui de son mari puissent résonner. Qu'ensemble ils soient plus forts et donnent vie à cette vision qui les anime et leur permettra d'avancer dans la même direction. Qu'ils portent du fruit en abondance et soient une véritable source de bénédiction pour chaque individu qui croisera leur chemin. Au nom de Jésus, amen. »

## À RETENIR/IN A NUTSHELL

- Nous avons été créées par Dieu, afin qu'Il nous utilise pour accomplir Ses desseins.
- Applique-toi à œuvrer quotidiennement pour la vision et ne te laisse ni distraire ni détourner de ta course.
- Il n'y a rien de plus fort, de plus puissant, de plus bouleversant qu'une vie qui poursuit un but.

## POUR ALLER PLUS LOIN

Dans les *must read* d'une existence, il y a le livre *Une vie, une passion, une destinée : Pourquoi suis-je sur Terre ?* de Rick Warren. C'est un livre très accessible qui te conduira, tout au long d'un voyage de quarante jours, vers ta destinée.

## Chapitre 7

# Il faut un homme fort pour apprécier une femme forte

« Derrière chaque grand homme se cache une femme, mais pourquoi ne pas dire une grande femme ? Après tout, si l'homme est grand, c'est en partie grâce à elle. La femme doit être là pour épauler son homme et le propulser au sommet pour qu'il soit GRAND. »

*Fabien Sullivan Grandfils*

**N**ous, aux Antilles – je suis à moitié martiniquaise par mon père ☺ –, nous n'aimons pas les « mollassons », que nous surnommons également les « lambins », bref les « mous ». Nous aimons et célébrons la joie, l'envie, le courage, le dynamisme et la vie ; voilà un héritage paternel que je souhaite préserver et transmettre ! C'est aussi pour cela que j'aime Matthieu 11:12 qui dit que ce sont les violents qui s'emparent du Royaume de Dieu. Par « *violents* », on peut entendre « ceux qui sont prêts à se battre pour voir les promesses de Dieu s'accomplir, malgré le prix et les sacrifices que cela va induire ».

La vie est dure. Je pense que chacun d'entre nous connaît son lot de souffrances, de difficultés, de violence, des épisodes de désespoir, des phases durant lesquelles on souhaite baisser les bras et abandonner. J'ai voulu par exemple, à tant de reprises, abandonner l'écriture de ce

livre. J'ai eu peur de me livrer, peur de ton regard à toi, lectrice/lecteur, de ton jugement, peur de ne pas être à la hauteur, de me tromper. Il y a eu la très longue phase d'écriture (deux ans et demi), la mise en pages, les temps de relecture, les différents coûts associés à la conception du livre, la communication, le lancement du projet... Bref, autant de challenges à relever qui auraient pu m'empêcher d'aller au bout du processus. Mais voilà, au fond de moi, j'avais la conviction que ce livre pourrait faire du bien à au moins une personne et que cette personne était suffisamment importante et précieuse pour que j'aie au bout, et ce peu importe le prix de l'effort.

Chaque vie est faite de batailles. Ta vie comprend des combats que toi seule – avec l'aide du Seigneur, bien sûr – es amenée à combattre. Les combats dignes d'être menés sont ceux qui défendent des causes nobles et dont la victoire sera au bénéfice de personnes qui ont besoin que l'on se batte pour elles ou du moins à leurs côtés.

C'est pourquoi je pense que, en tant que femmes, nous sommes appelées à être :

- Des guerrières qui combattent pour les causes déposées sur nos cœurs ;
- Des femmes motivées par une ambition céleste. Des femmes qui entrent pleinement dans leur destinée, prêtes à rebrousser leurs manches, à endurer la souffrance, le rejet, l'intolérance, l'incompréhension, le mépris parce qu'elles savent qu'elles sont sur le bon chemin et mènent le bon combat ;
- Des femmes qui n'abandonnent pas, sous aucun prétexte et pour qui *giving up* ou *giving in*<sup>40</sup> n'est pas une option ;
- Des femmes motivées par l'amour, qui s'envolent, portées par la puissance du Saint-Esprit. Des femmes qui inspirent, mobilisent, passent le relais, forment et encouragent d'autres femmes à se lever et à se tenir sur la brèche ;
- Des femmes qui suscitent l'admiration par leur bravoure et leur résilience ;
- Des femmes qui sont des couronnes d'honneur sur la tête de leur époux ;

40. « Abandonner ou se laisser aller ».

- Des femmes qui élèvent des enfants qui seront de puissantes flèches pour le Royaume de Dieu ;
- Des femmes qui sont des amies fidèles, qui relèvent l'âme abattue, partagent les fardeaux de leurs camarades et se réjouissent de leurs bonheurs comme s'ils étaient les leurs ;
- Des femmes qui rayonnent et dont la beauté extérieure n'est surpassée que par leur beauté intérieure ;
- Des femmes douces qui inspirent le respect ;
- Des femmes intelligentes, stratégiques, audacieuses, braves, aventurières, rieuses, joueuses, épurées ;
- Des femmes dont le foyer sera appelé « havre de paix » ;
- Des femmes appelées amies de Dieu, qui entendent Sa voix, partagent Ses secrets et saisissent chaque opportunité, chaque peur, chaque doute, chaque erreur, chaque péché pour courir vers leur Seigneur ;
- Des femmes qui mettent leurs faiblesses au service de leur Dieu afin de dépendre toujours plus de Lui, et de laisser Sa puissance se manifester afin de découvrir Son cœur, d'expérimenter Son réconfort, Sa tendresse, Ses desseins merveilleux, Ses projets, Sa grâce, Son pardon, Son réconfort ;
- Des femmes appelées « femmes selon le cœur de Dieu ».

Voilà l'ambition de ma vie, le projet qui m'anime et m'encourage chaque jour. Le projet que je te propose à ton tour d'embrasser.

## L'homme fort à nos côtés

J'ai besoin d'un homme fort car je suis une femme forte.

J'ai besoin d'un homme bien dans ses pompes, confiant, assuré, intime de Dieu pour accepter ma folie, ma détermination, pour reconnaître la volonté de notre Seigneur et nous conduire, en tant que leader du couple, dans notre destinée.

J'ai besoin d'un homme dont la douceur est synonyme de force soumise au Saint-Esprit.

J'ai besoin d'un homme passionné par une vision vivante qui guide sa vie et que ma présence pourra élargir.

J'ai besoin d'un homme convaincu, entrepreneur, avec cette âme de pionnier qui l'amène à aller là où personne d'autre encore n'est allé.

J'ai besoin d'un homme fort qui a suffisamment confiance en moi pour se montrer vulnérable.

J'ai besoin d'un homme qui sait me conseiller, m'aider à voir ce que je ne vois pas et me dire « *stop* » avec respect, amour et douceur.

J'ai besoin d'un homme qui me protège, car je suis bien plus fragile qu'il n'y paraît.

J'ai besoin d'un homme intègre guidé par des valeurs et des convictions que nous défendrons ensemble.

J'ai besoin d'un homme qui accepte que Dieu soit respectivement notre premier amour.

J'ai besoin d'un homme que je pourrai admirer, encourager, honorer, soutenir, aimer, car je suis faite pour ça.

## Un couple fort

J'aimerais citer un acteur américain que tu connais très probablement – ou pas, car je me rends compte qu'il y a peut-être un petit écart inter-générationnel entre certaines lectrices et moi ☺ Il s'agit de Will Smith. Ses propos, ainsi que ceux de sa femme, Jada Pinkett Smith, en matière de relations maritales, font preuve d'une très grande sagesse inspirante.

Voici un extrait traduit librement de l'anglais par mes soins et issu d'une interview qu'il a donnée à la télévision: « *Les hommes de l'histoire qui ont rencontré le plus de succès étaient tous mariés; quant à moi, je savais que je raterais ma vie si je n'étais pas posé dans une relation. La manière dont je vois les choses, c'est que je ne peux exceller que pour une femme!* »

Cela rejoint la vision de l'homme que nous avons exposée en première partie: l'homme est appelé à être un leader et, par définition, aucun leader ne peut cheminer seul. Son potentiel est grandement déterminé par les personnes qui l'entourent, mais ce qui fait véritablement la différence, c'est la qualité des personnes qui appartiennent à son *inner circle* ou « cercle proche ».

J'ai étudié la vie de deux grands hommes de Dieu (décédés aujourd'hui) pour lesquels j'ai une admiration sans faille : Billy Graham et Derek Prince. Je me suis alors aperçue que tous deux étaient non seulement mariés à des femmes d'exception, mais qu'ils avaient également reconnu publiquement qu'ils n'auraient jamais atteint le potentiel qui fut le leur sans le concours de leurs épouses respectives. On retrouve là les dires de Will Smith : « *Ma plus grande motivation a été le refus absolu de ma femme d'accepter quoi que ce soit de moi qui soit en deçà du meilleur de ce que je pouvais être ou pouvais donner*<sup>41</sup>. »

Cela démontre, à mes yeux, le rôle primordial que nous, les femmes, sommes appelées à jouer dans la vie de nos maris. Nous sommes la réponse à un besoin fort, commun à la plupart de la gent masculine. Quelle folie lorsque je pense à certains hommes qui, même s'ils souhaitent un jour fonder une famille, ne font pas de la préparation au mariage et de la recherche de leur conjointe des priorités dans leur vie. Si seulement ils pouvaient saisir l'importance de ce dont ils se privent...

En résumé, j'aimerais rappeler qu'un couple fort se compose avant tout de deux personnes fortes qui :

- connaissent leur identité en Christ ;
- ont fait de Dieu leur priorité et amour *number 1*<sup>42</sup> dans leur vie ;
- ont pris le temps de se développer, de se former ;
- s'éclatent ! ;
- marchent dans leur appel ;
- sont autonomes, responsables et respectent le fait que l'autre puisse avoir ses propres idées, passions, personnalité, centres d'intérêt ;
- ...

41. Traduction libre de propos exprimés en anglais par Will Smith lors de cette même interview.  
42. « Numéro 1 ».



## Chapitre 8

# Nous débarrasser de nos valises émotionnelles

*P.-S. : attention, prépare-toi ! Dans ce chapitre, je vais faire pas mal de digressions et de métaphores filées autour des thèmes des valises et du ménage, donc je te recommande de le lire d'une traite pour ne pas perdre le fil de l'histoire ☺*

Ce titre est exceptionnel!!! J'adore l'humour de notre Seigneur! J'ai baptisé ce chapitre « Nous débarrasser de nos valises émotionnelles » bien avant d'en écrire le contenu, peut-être un an auparavant ; tu vas donc comprendre pourquoi l'histoire qui suit me fait sourire et combien elle nous montre que Dieu conduit toute chose.

Été 2018. Cinq semaines de vacances après une année particulièrement éprouvante qui semble avoir été remplie de plusieurs défaites, beaucoup de travail intérieur, de prise de conscience, mais les changements que je pouvais escompter n'étaient pas présents. Je suis déçue, fatiguée, perdue, et, bien que j'entende de manière assez distincte la voix de Dieu sur ce qu'Il me conduit à faire, les percées ne sont pas au rendez-vous. Je sais que ces vacances seront riches, je le sens, j'ai la conviction au plus profond de mon être qu'il y aura un « avant » et un « après », mais le mystère demeure car je ne sais pas du tout comment cela va se matérialiser.

Après quelque huit heures et trente minutes de vol, me voilà enfin arrivée à Singapour, prête à retrouver mes amis. Enfin, ça, c'est ce que je pensais,

car les choses vont se compliquer. Ma valise – bas de gamme, achetée en toute hâte dans un bazar chinois lors d'un séjour à Barcelone – est en fin de vie. Elle pèse vingt-six kilos. L'anse amovible ne se déroule plus, ce qui m'oblige à me baisser à cinquante centimètres du sol – du haut de mon 1,70 mètre – pour la tirer ; mais, surtout, la partie reliée aux roues se casse, tout d'un coup, en plein trajet. Je suis donc bloquée au milieu de la gare, avec une valise qui pèse une tonne, sans compter mon sac à main et mon sac cabine de dix kilos ! La seule solution est de tout porter à bras-le-corps, mais je suis éreintée, la charge est lourde et mon dos est encore fortement blessé d'un poirier mal réceptionné. Mes amis m'ont donné rendez-vous dans un centre commercial à quelques stations de train. Je dois donc parcourir tout un périple afin de les rejoindre. Les indications contradictoires des passants et le non-fonctionnement du *roaming* de mon téléphone ne font qu'empirer la situation. J'ai besoin d'une nouvelle valise. J'ai besoin de transférer ce fardeau qui m'use le dos, la santé et qui sape à la fois mon moral et mon énergie dans un contenant qui pourra me décharger et m'alléger. Je pars donc à la recherche d'une boutique qui puisse répondre à ce besoin. Une gentille dame m'explique la voie à emprunter, mais c'en est trop pour mes nerfs qui craquent et je ne peux alors retenir mes larmes. Pleine de sollicitude et de compassion, elle m'encourage chaleureusement et m'oriente vers ledit magasin. Je parcours les quelques centaines de mètres qui me séparent de ce dernier avec souffrance et accablement. Au bout d'une petite dizaine de minutes, me voilà enfin arrivée. Un vendeur détecte au loin ma détresse et vient à mon secours. Grâce à ses conseils avisés, mon choix se portera sur une valise de grande marque, garantie cinq ans, robuste, souple, légère, facilement maniable avec un système de quatre roues. Ensemble, nous ouvrons la carcasse de l'ancien bagage pour transférer mes affaires. Je repars joyeuse, légère, en m'étant délestée de la première valise qui ruinait l'aube de mon voyage.

*« Pourquoi, Seigneur, pourquoi autant de difficultés pour commencer un voyage qui à mes yeux s'annonçait prometteur ? Pourquoi n'as-Tu pas permis que la valise tienne jusqu'à la rencontre avec mes amis ? »*

Voici ce que j'ai entendu dans mon cœur : *« Ceci est symbolique, Élodie, c'est ce que je vais faire durant ce voyage. Tu es arrivée ici weary<sup>43</sup>, accablée, en traînant encore certaines valises émotionnelles cassées*

43. « Épuisée physiquement et mentalement ».

*qui pèsent dans ta vie comme un fardeau; elles t'empêchent d'avancer librement et de profiter pleinement de l'aventure sur Terre que j'ai organisée pour toi. Durant ce voyage en Asie, Je vais te débarrasser de poids lourds de ton passé qui te handicapent et te ralentissent dans ta course. Pour ce faire, il y a besoin d'un brisement afin que Je puisse remplacer les choses anciennes par des choses nouvelles. »* Je me suis ensuite de nouveau écroulée en pleurs, touchée par l'amour de Dieu. J'ai cru qu'Il m'avait abandonnée dans cette galère; alors qu'en fait Il était au contrôle et souhaitait me parler de manière intime!

« De même, on ne verse pas dans de vieilles outres du vin nouveau, sinon celles-ci éclatent, le vin se répand et les outres sont perdues. Non, on met le vin nouveau dans des outres neuves. Ainsi le vin et les outres se conservent. »

*Matthieu 9:17 (La Bible du Semeur)*

Ce qui est très intéressant, c'est que Dieu m'a parlé en utilisant ma valise comme symbole quand la Bible prend pour exemple des outres de vin. Les deux sont des contenants. Nous ne pouvons pas contenir la richesse que Dieu a pour nous si nous conservons nos anciens récipients.

Peut-être as-tu l'impression que les choses n'avancent pas dans ta vie, que rien ne change, que les promesses que le Seigneur t'a faites sont toujours au point mort. Y a-t-il aujourd'hui, en toi, de vieilles valises que tu t'obstines à conserver alors que Dieu t'invite à t'en défaire? Des contenants anciens, obsolètes qu'Il souhaite remplacer par des outres nouvelles capables de recevoir toutes les bonnes choses qu'Il a prévues pour toi?

« Venez à Moi vous tous qui êtes fatigués de porter un lourd fardeau et Je vous donnerai le repos. Prenez sur vous Mon joug et laissez-Moi vous instruire, car Je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos pour vous-mêmes. Le joug que Je vous invite à prendre est facile à porter et le fardeau que Je vous propose est léger. »

*Matthieu 11:28 (La Bible en français courant)*

## Prise de conscience

### Ménage

Un jour, je me suis réveillée angoissée, mal à l'aise dans cet appartement que j'avais pourtant si longtemps désiré. Le sol était sale, jonché de livres et de matériel informatique ; les carreaux opaques de poussière, les poubelles pleines, la pile de linge à repasser débordait et la salle de bains réclamait un lavage profond à la javel. Le pire, c'est que je m'étais accoutumée à vivre dans ce désordre ambiant, reléguant les tâches ménagères « purement matérielles » au second plan de mon agenda. Nonobstant, ce désordre polluait mon esprit et influait négativement sur mon moral. Puis, ce jour précis, j'ai eu une pensée : *« Élodie, le désordre qui règne chez toi reflète le désordre qui règne dans ta tête et dans ta vie. Tout est lié. Si tu veux reprendre ta vie en main et réaliser tes rêves, alors commence par ranger ta maison. »* Pour être tout à fait honnête, je n'avais pas compris jusqu'alors que ma maison était dans un chaos total. J'avais toujours des tas d'excuses toutes prêtes pour justifier le fait que je ne dédiais que peu de temps aux tâches ménagères, mais la réalité, c'est que ma maison et ma vie nécessitaient un bon nettoyage !

## Reconnaître les vieilles valises cassées dans nos vies

Il y a deux cas de figure :

1. Tu as déjà conscience de ce qui te retient en arrière dans ta vie, mais tu n'en es pas encore libérée.
2. Tu n'as pas encore identifié la racine du problème, mais tu vois les effets négatifs dans ton quotidien.

Dans le premier cas, cela va te demander de prendre une décision ferme pour traiter la situation et entrer dans le processus de guérison/d'abandon de tes vieilles valises. N'hésite pas à te faire accompagner par un professionnel ou une personne proche si tu en ressens le besoin. Par exemple, jusque très récemment, je ne voulais pas d'enfants. Cela m'a pris des années, mais j'ai compris qu'il y avait trois raisons principales à cela :

- La propre genèse de ma venue au monde, qui m'a amenée à beaucoup douter dans mon enfance et à penser que je ne saurais pas être une bonne mère.

- J'ai vécu de ma naissance jusqu'à mes dix-huit ans avec de nombreux enfants autour de moi dans la vie desquels je me suis parfois beaucoup investie. D'une certaine manière, j'ai eu l'impression de ne pas vivre pleinement mon enfance et, psychiquement parlant, je suis arrivée à une saturation, à un stade où il n'y avait plus de place en moi pour les « têtes blondes ».
- Je m'étais juré à quatorze ans que je « *n'aurais jamais d'enfant* ». J'avais oublié cette promesse qui m'a liée avant qu'elle ne me revienne en tête à vingt-huit ans.

Ne pas vouloir d'enfant n'est pas un problème en soi, mais je voulais être certaine que ce non-désir n'était pas le résultat d'une blessure encore ouverte, mais bien une conviction profonde. J'ai donc pris le temps de traiter ces trois racines, notamment en faisant une relation d'aide et... ô surprise ! Après que je me suis confrontée au cœur de cette non-envie d'enfant, le désir et une conviction que je serai mère un jour sont arrivés à vingt-huit ans !

Dans le deuxième cas de figure, tu t'aperçois qu'il y a des cercles vicieux, des schémas cycliques négatifs qui se répètent dans ta vie, mais tu n'arrives pas à en déterminer la cause.

Voici quelques exemples courants : le fait de choisir toujours le même type d'homme qui te fait du mal ; te mettre en situation d'échec alors qu'une belle opportunité se présente à toi ; t'énerver sans raison dans un certain contexte ; avoir des compulsions/addictions...

Une fois de plus, je vais te partager un témoignage personnel qui peut-être te sera bénéfique. Il s'agit d'un épisode récent qui s'est déroulé alors que je finalisais l'écriture de ce livre. Été 2019. Un événement qui m'échappe complètement et prend des proportions importantes met en lumière un faisceau de faits surprenants dans ma vie autour de deux thèmes : l'indépendance et la liberté. J'apprendrai à la fin de mes vacances que tous ces faits de mon quotidien sont symptomatiques d'une valise émotionnelle dont je ne m'étais pas encore débarrassée. Ainsi, durant ces cinq dernières années, j'ai :

- vécu au milieu de cartons non défaits dans mes divers appartements ;
- dormi avec la fenêtre ouverte – même en hiver – afin de sentir la fraîcheur de l'air me caresser la peau – je ne te raconte pas le nombre de rhumes que j'ai attrapés ;

- eu ce besoin irréfutable de laisser les fenêtres et les portes des placards, des pièces et la porte d'entrée ouvertes. Fermer les fenêtres et les portes me donnait l'impression de suffoquer ;
- pu être très proche de personnes avant de mettre fin à la relation de manière brutale, sans cause particulière ;
- régulièrement ressenti le besoin de m'isoler en partant à l'étranger seule ou en restant chez moi, parfois des jours entiers, pour me couper du monde ;
- abhorré les situations dans lesquelles les gens dépendaient de moi à moyen ou long terme ;
- eu une répulsion pour l'engagement/la permanence/la stabilité de manière générale (contrat à durée indéterminée, achat d'appartement, relation avec les hommes...).

Il m'a fallu cinq longues années, malgré ma relation avec Dieu, mes nombreuses lectures sur le thème de la psychologie, une relation d'aide, de longues discussions avec mes amis proches... avant que les coquilles tombent de mes yeux et que je voie que ma « surindépendance » n'était pas une force comme je l'avais pensé à tort, mais une protection que j'avais érigée afin de camoufler une blessure abyssale. Cette meurtrissure était déjà présente dans mon enfance et m'a fait grandir avec cette question : « *Suis-je aimée pour qui je suis ?* » Elle s'est ensuite rouverte profondément avec le divorce que j'ai assimilé à une répudiation. Si je suis devenue si indépendante, ce n'est pas parce que je m'autosuffisais et que je ne n'aimais pas les autres mais, au contraire, parce qu'au fond de moi j'avais infiniment besoin d'être aimée et sécurisée. Cela peut sembler incroyable quand on y pense, mais j'avais peur, peur d'être déçue, d'être blessée à nouveau, peur de souffrir et de ne pas trouver la force, peur de ne pas m'en remettre et de m'écrouler à jamais. En fait, il y a une logique derrière cela : si on étudie le mécanisme du rejet, on se rend compte que celui-ci est conditionné à deux éléments :

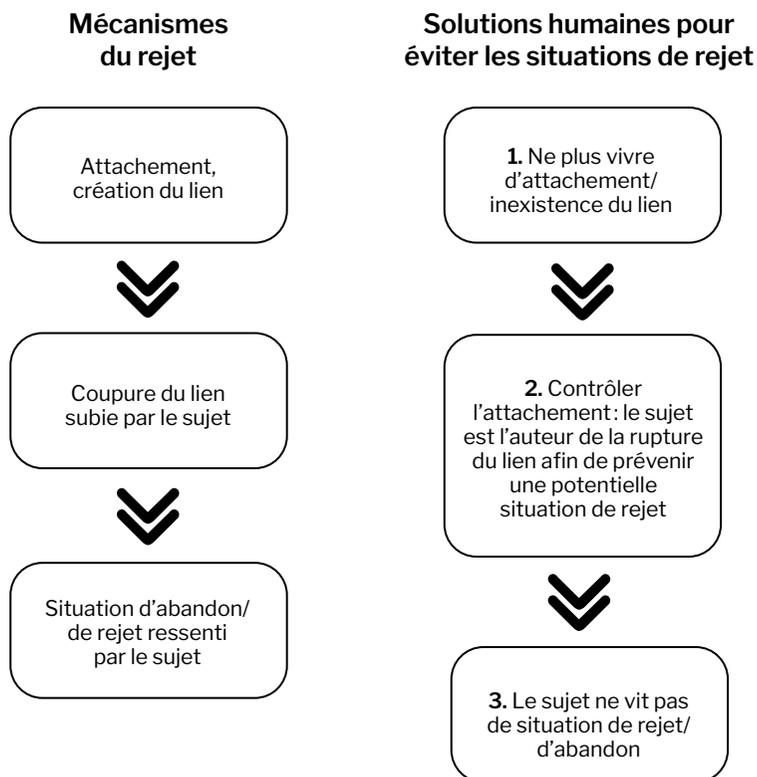
1. Le sujet doit avoir vécu un attachement ;
2. Le sujet doit avoir subi une coupure de cet attachement contraire à sa volonté.

En partant de ce postulat, tout prend sens. Pour ne pas revivre le rejet, le sujet peut :

- ne plus vivre l'attachement ;
- ou vivre un attachement « contrôlé » et prévenir un potentiel détachement subi en devenant lui-même l'auteur de cette coupure.

Ce sont exactement les deux mécanismes que j'ai mis en place, malgré moi, dans la vie ! – punaise, qu'est-ce que ça fait du bien d'écrire !

Pour être certaine de ne pas revivre ces traumatismes liés à l'abandon et au rejet, j'ai essayé de vivre une vie sans attache, aussi libre et « seule » que possible.



Cette solution humaine que j'ai mise en place ne m'a ni guérie ni apporté la paix ou la joie. Le comble, c'est que cette liberté apparente n'était en fait que mensonge et une prison qui m'a enfermée dans une solitude que je ne voulais pas, m'a fait du mal et a blessé beaucoup de personnes autour de moi. Par ailleurs, cette équation oublie deux éléments primordiaux :

- Le besoin de sécurité et d'amour initial n'est pas comblé ;
- L'Homme est appelé à vivre en communauté – organisée en société dont la base est la famille – et de manière interdépendante avec ses pairs.

N'oublie jamais que **la nature humaine va souvent à l'opposé de ce dont elle a peur et de ce qu'elle fuit pour se protéger**, mais sache que l'on ne peut échapper ni à son passé, ni à son histoire, ni à ses blessures ; tôt ou tard, ces derniers finissent toujours par nous rattraper en faisant généralement de nombreux dégâts sur leur passage.

Nous avons un exemple concret dans la Bible, celui du prophète Jonas à qui Dieu demande d'aller à Ninive afin d'apporter un message de mise en garde au peuple, mais Jonas s'y refuse. Il nous est dit que le prophète décide de fuir : il part de Jaffa (en Israël) pour se rendre à Tarsis (en Espagne), qui est situé à l'opposé de Ninive (en Irak). Mal lui en a pris, il a été rattrapé par sa fuite et englouti par un gros poisson pendant trois jours – tu retrouveras l'histoire complète de Jonas dans le livre éponyme de la Bible.

Y a-t-il dans ta propre vie :

- des comportements, des manières de penser, de réagir qui ne portent pas de bons fruits et pour lesquels tu n'as pas encore identifié la racine ?
- des situations, des problèmes connus non réglés que tu fuis ?

Le nécessaire dégoût

**Nous n'abandonnerons pas ce que nous aimons, ce que nous tolérons ou ce dans quoi nous nous complaisons.** Aussi, nous comptons tous par exemple dans notre entourage des « Calimero » : des personnes qui se plaignent constamment, pour qui rien ne va jamais et qui vous envoient balader lorsque vous leur proposez des solutions concrètes à leurs problèmes. Pourquoi ? Car leur véritable intention – consciente

ou non, par ailleurs – est d’obtenir de l’attention, de la compassion, du réconfort et d’être entourées.

Parfois, nous construisons notre identité dans nos faiblesses, nos handicaps, nos addictions, car c’est la représentation que l’on finit par se faire de soi-même. C’est pourquoi je reprends toujours les personnes qui disent : « *Je suis alcoolique, boulimique, handicapée...* » et que je me réfute à cocher la case « divorcée » sur les papiers administratifs. **On peut souffrir d’alcoolisme, de boulimie, porter un handicap et être passé par un divorce, mais cela ne nous définit pas.** Mon identité n’est pas d’être une divorcée, une enfant non voulue à la base, une femme qui a échoué dans tel ou tel domaine. Mon identité est en Christ, dans l’image que mon Potier a de moi. *Full stop!*

Nous devons éprouver du dégoût, de l’intolérance et une insatisfaction face à toutes ces fausses étiquettes frauduleusement posées sur nous par nos échecs, nos blessures et notre passé.

Voyons ce que dit la Bible et parcourons le récit de la « guérison à la piscine de Béthesda ». Voici le pitch : l’histoire se déroule dans une piscine de Jérusalem à côté de laquelle se trouvent de nombreux malades, aveugles, boiteux, paralysés, qui attendent qu’un ange descende et agite l’eau car, lorsque cela arrive, la première personne immergée se voit guérie de sa maladie ou infirmité.

Notre protagoniste est un homme infirme depuis trente-huit ans. Jésus s’approche de lui et lui pose la question suivante : « *Veux-tu être guéri ?* » (Jean 5:6, Second 21) – on peut penser que la question est surprenante compte tenu de la situation mais pense à nos amis « Calimero » qui en fait ne veulent pas être aidés.

Sois attentive à la réponse de l’homme. L’infirme lui répond : « *Seigneur, je n’ai personne pour me plonger dans la piscine quand l’eau est agitée, et pendant que j’y vais, un autre descend avant moi* » (Jean 5:7) – tiens, tiens, la réponse attendue aurait dû être un grand « OUI ! » mais, au lieu de cela, il nous sort des excuses et rejette la faute sur les autres ! Cet homme avait probablement fini par accepter sa situation et à en faire son identité ; il était ainsi sûrement surnommé « l’infirme de la piscine de Béthesda », recevant son aumône de fidèles émus de compassion.

Si tu veux découvrir la fin de l’histoire, tu la trouveras dans Jean 5:1-47.

Il n'est pas rare de voir des personnes addicts considérer leur addiction comme une amie fidèle dont elles ne veulent pas se séparer. Donc, si tu as conscience de vieilles valises cassées qui te handicapent dans ton quotidien, pose-toi en toute honnêteté les questions suivantes :

- As-tu du dégoût pour cette situation ?
- Trouves-tu une certaine satisfaction dans ta situation/ton péché ?
- As-tu peur de l'après ?
- Es-tu prête à payer le prix de la séparation et à passer par un processus de guérison qui pourra faire remonter certaines douleurs avant que tu ne sois guérie ?
- Veux-tu vraiment voir un changement dans ta vie ou procrastines-tu pour ne pas avoir à gérer cette situation ?

« Nous n'abandonnerons pas ce que nous aimons, ce que nous tolérons ou ce dans quoi nous nous complaisons. »

*Élodie*

Turning point: une décision à prendre

Tu ne pourras changer dans ta vie que les choses dont tu as conscience, que tu dénonces et que tu décides d'affronter. Au même titre que la meilleure des solutions est de plonger dans une vague lorsqu'elle vient vers toi, la meilleure solution pour te débarrasser de tes vieilles valises émotionnelles consiste à affronter les fantômes, les peurs, les échecs et les douleurs qui te hantent. Tant que nous incriminons les circonstances extérieures, nous nous positionnons en tant que victimes. Une victime n'agit pas, elle subit ce qu'on lui impose. À l'opposé, une femme victorieuse prend la pleine responsabilité de sa vie, cesse de rejeter la faute sur autrui ou sur ce qui l'entoure, remonte ses manches, brandit ses armes et part au combat !

« Tant que tu rejetteras la faute sur les autres ou sur les circonstances, tu te positionneras en tant que victime. Une victime n'agit pas, elle subit ce qu'on lui impose. »

*Élodie*

### **Ménage**

Lorsque j'ai pris conscience que mon appartement était sale et qu'il était de ma seule responsabilité de changer la situation, je me suis levée et me suis attelée à la tâche. J'ai commencé par le plus gros : j'ai rangé tout ce qui traînait sur le sol, j'ai fait mon lit, nettoyé le sol et lavé toute la vaisselle. Puis je suis rentrée dans les détails : j'ai nettoyé les vitres, les meubles, la table à manger, le réfrigérateur, et rangé les placards de la cuisine. J'ai aéré l'appartement et, là, je me suis mise à contempler mon intérieur.

Cet épisode n'était pas anodin et il y a eu un vrai changement dans mon appartement et ma vie depuis. N'oublions pas que l'être humain est constitué d'un corps, certes, mais aussi d'une âme et d'un esprit. **Ce que nous faisons dans le physique a une incidence sur notre mental et des répercussions dans le spirituel.** Il y a des actions que tu vas entreprendre dans ton quotidien qui peuvent apporter la liberté et déverrouiller des problèmes plus profonds :

« Je te donnerai les clés du Royaume des cieux : ce que tu lieras sur la terre sera lié dans les cieux, et ce que tu délieras sur la terre sera délié dans les cieux. »

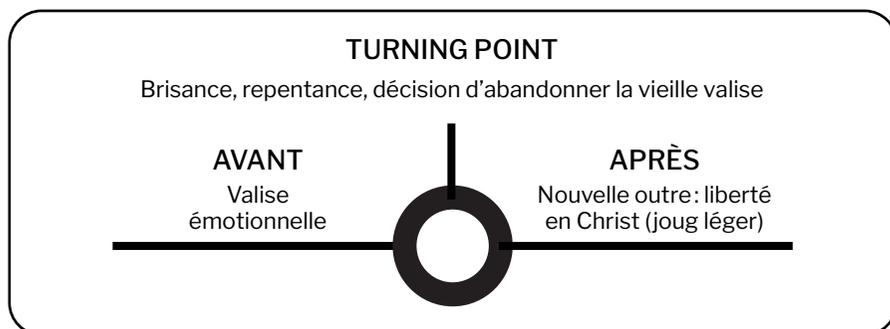
*Mathieu 16:19 (Segond 1910)*

**Ton positionnement sur Terre a un impact sur le spirituel !**

Prochaine étape, prochaine saison !

Te rappelles-tu que je t'avais dit avoir reçu la conviction qu'il y aurait un avant et un après concernant mon voyage en Asie d'août 2018 ?

Afin d'avoir un après, il faut un *turning point*<sup>44</sup> : un moment crucial durant lequel s'opère le changement. Généralement, cela se matérialise par le brisement (*cf.* ma valise qui tombe en ruine). Nous ne pouvons pas nous attendre à bénéficier des fruits de l'après sans passer par le *turning point*.

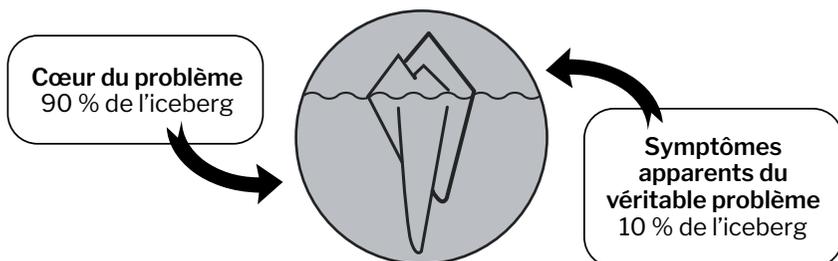


J'aimerais t'ouvrir mon cœur au sujet des problèmes de boulimie dont j'ai souffert pendant longtemps – comme tu peux le constater, j'ai traîné mon lot de valises émotionnelles ! Ce n'est pas évident pour moi de m'exposer publiquement sur ce sujet, mais je pense que c'est important, notamment parce que 90 % des personnes touchées par les troubles alimentaires (boulimie, anorexie, hyperphagie, etc.) ont entre quinze et vingt-cinq ans – l'âge cible de ce livre. Je pense donc que mon expérience peut parler à plusieurs. J'aurais aimé que l'on en parle davantage, sans tabou, lorsque j'étais moi-même touchée par ce mal. Je me suis sentie seule, dépourvue de solutions, envahie par un profond sentiment de culpabilité et de mal-être. Personne pour me guider, m'accompagner. J'ai dû faire mon cheminement principalement seule, attendre de gagner en maturité pour affronter les peurs et les angoisses à la base de ce trouble alimentaire.

Si tu souffres aujourd'hui de boulimie ou de trouble alimentaire, mon premier conseil n'est pas : « *Alimente-toi mieux ou arrête de te faire vomir.* » Tout comme il serait absurde de dire à un alcoolique : « *Arrête de boire.* » En fait, les troubles alimentaires ne sont que la partie émergée

44. « Étape charnière, tournant décisif ou virage ».

de l'iceberg – qui représente 10 % de sa masse totale – mais ne constituent pas la racine du problème; ils ne sont que la manifestation d'un mal plus profond.



Je ne connais pas l'objet de tes valises émotionnelles. Dieu peut choisir d'intervenir à l'aide d'un miracle dans ta vie : je connais de nombreuses personnes ayant été délivrées de la drogue, de la pornographie, de l'alcool, et j'en passe... instantanément, et d'autres, comme moi, qui sont passées par un cheminement, des combats, des chutes et des victoires. Peu importe le chemin vers lequel Dieu te guide, sache juste que c'est le meilleur pour toi, donc emprunte-le et réjouis-toi !

Pour traiter les problèmes alimentaires auxquels j'ai été confrontée, j'ai eu l'occasion de faire une relation d'aide avec une accompagnatrice tout simplement merveilleuse. Ensemble, nous avons effectué un long travail pendant plusieurs mois afin d'arracher les racines de mensonge, de rejet, de blessure, de peur, de péché et d'idolâtrie qui me conduisaient à ce dérèglement. Cela n'a pas été facile : j'ai versé beaucoup de larmes et j'ai dû faire face à de nombreux souvenirs et douleurs que j'avais essayé d'enfouir et qui remontaient à la surface. Pour traiter une blessure profonde et infectée, le chirurgien doit prendre ses ustensiles, son scalpel, et rouvrir la plaie afin de la soigner en profondeur et d'en extraire le pus qui infecte l'ensemble du corps et le gangrène. C'est uniquement à partir de là que la cicatrisation pourra avoir lieu, la blessure ne sera alors plus douloureuse. Il restera, peut-être, une légère cicatrice à peine visible, tel un doux souvenir du grand travail effectué.

**N'aie pas honte de tes blessures, de tes erreurs, de ton passé. Ils font qui tu es aujourd'hui.** Je ne suis pas fière des faiblesses de ma vie, mais j'ai décidé de les assumer et de ne plus les nier. Ils me donnent une sensibilité que d'autres n'ont pas sur certains sujets et de la compassion,

préservent mon humanité, mon humilité mais, surtout, ils m'obligent à crier vers Dieu et à dépendre de Lui.

Ce ne sont pas mes succès qui m'ont propulsée dans les bras de mon Seigneur, mais bien mes erreurs, la reconnaissance de mon péché et de mes inaptitudes, et c'est Sa grâce, Son amour inconditionnel et Son secours qui m'ont rétablie.

## Un processus continu

Aimes-tu les miracles ? Tout le monde aime les miracles et souhaiterait en voir plus souvent dans sa vie. Un miracle est un fait extraordinaire, positif, opéré par Dieu. Ce qui est attrayant dans le miracle, c'est son caractère quasi instantané. La nature humaine est impatiente, nous voulons tout et tout de suite. Nous n'aimons pas attendre. Je crois que le temps des miracles n'est pas révolu ; toutefois, je pense que si le miracle fait partie du *modus operandi* de Dieu, ce n'est pas le seul. Je pense même que Dieu privilégie souvent le processus (qui par définition nécessite du temps et différentes étapes avant de parvenir au résultat escompté) pour faire Sa volonté dans notre vie.

Même s'il y a des *turning points* dans notre vie, ces derniers ne signifient pas que tout ce qui suivra sera évident et facile. Vivre dans la victoire et la liberté te demandera de faire certains choix quotidiennement.

## Des fruits à savourer

### **Ménage**

Assise dans mon canapé, je contemple mon intérieur étincelant que je redécouvre : j'ai l'impression d'avoir déterré un trésor caché et qu'un nouveau champ des possibles s'ouvre à moi : je trouve mon habitat agréable, accueillant et même apaisant ; lui qui, quatre heures auparavant, était synonyme de mon chaos intérieur ! Cette sérénité et ce bien-être retrouvés m'ont donné une force nouvelle et le désir de m'atteler à des tâches que je ne cessais de reporter : des démarches administratives, des envois d'e-mails, la rédaction de comptes rendus... À la fin de la journée, je me suis sentie fière, forte et capable d'avancer vers des buts définis. Voilà tout ce qu'un brin de ménage peut susciter en nous.

Quand la non-gestion des valises émotionnelles peut amener à choisir le mauvais conjoint...

### **Ménage**

Le grand nettoyage de printemps effectué dans mon appartement avait également eu des effets insoupçonnés : moi qui avais tendance à m'isoler chez moi afin, prétendais-je, de me ressourcer, j'ai eu à cœur d'inviter des amis à dîner, à travailler avec moi, à me visiter ! C'est une fois que je me suis sentie à l'aise avec mon intérieur que j'ai ressenti l'envie d'y recevoir des proches. C'est un parallèle que nous pouvons faire avec nous-même. Lorsque tu te sens à l'aise avec toi-même (parce que tu as pris le temps de faire du ménage et de te débarrasser des vieilles valises qui pesaient comme un fardeau dans ta vie – exemples : redonner à Dieu la première place dans ton existence, adopter un style de vie sain, vivre une vie intègre, passer par un processus de guérison, bannir la procrastination, pardonner, rembourser tes dettes, traiter un péché ou une addiction de longue durée...), c'est alors que tu peux t'ouvrir aux autres, te montrer vulnérable. Libérée de la honte et de l'embarras de ton désordre intérieur, tu pourras entrer plus aisément dans de nouvelles relations qui satisferont de manière saine et épanouissante ce besoin d'intimité et de connexion propre à tout homme.

Tu en as marre des relations superficielles ? Tu veux des relations plus profondes, plus sincères, plus intimes, plus vraies ? Alors, fais un brin de ménage dans ta vie et débarrasse-toi de toute la saleté qui t'empêche de rentrer dans cette nouvelle dimension.

Concernant le mariage, traîner derrière toi de lourdes valises émotionnelles pourrait avoir, entre autres, les effets suivants :

#### **Si tu es célibataire :**

- Te conduire vers la mauvaise personne. En effet, une personne carencée se dirige souvent vers une autre personne carencée. **C'est la loi de l'attraction : on attire ce que l'on dégage.**
- Constituer un frein à la rencontre de ton conjoint car tu es émotionnellement et/ou psychiquement indisponible.

#### **Si tu es en couple :**

- Propager tes problèmes dans ton couple et créer de nouvelles blessures (à toi-même, ton conjoint, vos enfants, votre famille élargie, vos proches de manière générale). Les problèmes auxquels nous

sommes confrontées en tant que célibataires ne se résolvent pas par magie une fois en couple ; au contraire, ils ont tendance à créer plus de dégâts, donc mieux vaut prendre la décision de les traiter !

- T'empêcher de profiter pleinement des bénédictions prévues par Dieu et associées au mariage. Par exemple, de nombreux couples souffrent d'une sexualité qui n'est pas épanouissante à cause de problèmes profonds non résolus.

Comme dirait Cosette Fébrissy, psychologue clinicienne spécialisée dans les relations maritales, « *le couple est fait pour des adultes matures* ». Nous devons prendre la responsabilité de faire face à nos problématiques personnelles, nos « valises émotionnelles », si nous voulons nous mettre en couple et avoir un mariage qui fonctionne.

## CONSEIL D'UNE SŒUR



Pour celles qui en douteraient, on n'attend pas d'être animée d'une pleine assurance pour affronter ses peurs, **on affronte généralement ses peurs avec la peur au ventre**. Le vrai courage ne consiste pas à ne pas avoir peur, mais à faire ce qui est juste même si on a peur. Appliquons-nous à ne pas laisser nos émotions dicter nos choix.

## PRIÈRE INSPIRÉE



« Père, je te remets ma sœur entre Tes mains. Merci de lui ouvrir les yeux et de la libérer de toute valise émotionnelle lourde ou mensonge qui lui volerait sa destinée, l'écraserait et la retiendrait captive. Accompane-la dans ce cheminement. Place les bonnes personnes autour d'elle afin qu'elle remplace son outre usée par Ton contenant léger et reçoive la vie pleine que Tu as prévue pour elle. Nous Te remercions car nous savons que Tu agrées cette prière. Nous T'aimons. »

## POUR ALLER PLUS LOIN

- *Declutter Your Way to Success: The Keys to organize Your Life* de Terri Savelle Foy (Terri Savelle Foy Ministries). Un livre sur l'importance et la manière de faire du ménage dans ta vie.
- *Overcoming Emotions that Destroy: Practical Help for Those Angry Feelings That Ruin Relationships* de Chip Ingram et Dr Becca Johnson (Baker Books).



## Chapitre 9

# Notre corps est un temple, chérissons-le !

J'aime cette partie du livre à la fois très pratico-pratique et spirituelle. Nous allons ici nous intéresser principalement à l'aspect physique de notre personne avec un « focus beauté ».

J'ai pensé que ce sujet devait faire l'objet d'un chapitre entier pour trois raisons :

1. Tout d'abord, nous sommes « esprit, âme et corps », nous ne pouvons donc pas négliger notre corps et nous devons en prendre soin en guise d'appréciation de l'être entier que nous sommes.
2. Ensuite, la Bible nous dit que ce même corps est le temple du Saint-Esprit (1 Corinthiens 6:18-19). Nous occuper de ce temple vivant est donc un signe d'amour et de respect envers Dieu.
3. Enfin, comme vu dans la première partie, l'un des premiers besoins émotionnels de ton futur mari est le fait d'avoir une femme belle et séduisante à ses yeux. Donc, si tu souhaites le respecter, parler son langage d'amour et lui faire plaisir, il te faudra prendre soin de ton enveloppe corporelle et embrasser ta féminité.

Ce sujet qui, au premier abord, peut sembler « superficiel » ne l'est donc pas du tout et je dirais même qu'il représente une étape clé dans ta préparation au mariage.

J'aimerais nous introduire dans le cœur de ce chapitre en faisant le parallèle avec deux histoires de la Bible, si tu le veux bien.

## La construction du premier temple de Jérusalem

Dans le livre des Chroniques, David avait à cœur de construire un temple majestueux pour Dieu ; un lieu physique qui serait l'endroit où faire des sacrifices. Si, finalement, la charge de la construction de l'édifice sera confiée à son fils Salomon, nous voyons que David s'attelle également à cette tâche divine en préparant un grand nombre de matériaux. Seuls les biens les plus précieux sont sélectionnés ; c'est ainsi que sont mis de côté des tonnes d'or et d'argent, des quantités incalculables de bronze et de fer, des bois nobles (cyprès, olivier, cèdre du Liban, pour ne citer qu'eux) et que sont réquisitionnés les meilleurs ouvriers de l'époque pour travailler ces ressources.

Voici quelles furent les paroles du roi Salomon lorsqu'il commença à construire ce temple d'adoration en l'honneur de Dieu :

« Or le temple que je veux construire doit être grandiose, car notre Dieu est plus grand que n'importe quel dieu [...] car le temple que je veux construire sera particulièrement majestueux. »

*2 Chroniques 2:4-5 et 8-9 (La Bible en français courant)*

Dieu est omniprésent, infini et ne peut être enfermé dans un endroit préétabli. « *Mais qui donc serait capable de bâtir un temple à Sa mesure, alors que le ciel dans toute son immensité ne peut Le contenir ?* » (2 Chroniques 2:5, La Bible du Semeur) ; la Bible nous dit très clairement dans 1 Corinthiens 3:16 que nous (toi + moi + le reste de l'Église) sommes le temple du Saint-Esprit :

« Ne savez-vous pas que vous êtes le temple de Dieu, et que l'Esprit de Dieu habite en vous ? »

*2 Chroniques 2:5 (Segond 1910)*

En partant de cette base, j'aimerais te poser les questions suivantes :

- Que fais-tu aujourd'hui pour construire et prendre soin de ce temple dont tu as la seule responsabilité ?
- Quels sont les matériaux que tu sélectionnes pour l'édifier ?

- Quel type de temple es-tu en train de construire avec ton style de vie actuel ?
- Quel temple souhaiterais-tu construire à partir d'aujourd'hui ?

### La belle Esther

J'aime l'histoire d'Esther – d'ailleurs, ma première gerbille avait été baptisée Esther en l'honneur de cette reine ☺ Elle ressemble à un conte de fées (l'histoire, pas ma gerbille !) et, en tant que fille romantique, j'aime les contes de fées ☺ Esther est l'une des deux femmes de l'Ancien Testament, avec Ruth, qui a un livre qui porte son nom. Orpheline juive, elle est adoptée par son oncle avant d'être conduite au palais du roi qui recherche une jeune femme belle et vierge pour remplacer son épouse rebelle, Vashti. Notre héroïne a été choisie avec plusieurs autres jeunes demoiselles pour sa beauté naturelle qui la faisait déjà sortir du lot :

« Elle était remarquablement belle. »

*Esther 2:7 (La Bible en français courant)*

“ The girl had a good figure and a beautiful face<sup>45</sup>.”

*Esther 2:7 (The Message)*

Malgré cet avantage incontesté, Esther a dû passer par une longue préparation qui aura duré en tout et pour tout une année entière :

« C'est seulement après un an passé dans le harem qu'une jeune fille pouvait être amenée au roi. Ce temps était consacré aux soins de beauté : pendant six mois les jeunes filles étaient massées avec de l'huile de myrrhe et les six mois suivants avec des baumes parfumés et d'autres produits de beauté féminins. »

*Esther 2:12 (La Bible en français courant)*

45. « La jeune femme avait un physique agréable et un très beau visage » (traduction libre).

“ Each girl's turn came to go in to King Xerxes after she had completed the twelve months of prescribed beauty treatments – six months' treatment with oil of myrrh followed by six months with perfumes and various cosmetics.”

*Esther 2:12 (The Message)*

### *En aparté...*

Je souris en lisant ce passage ☺ Cela signifie que le roi, après avoir destitué sa première femme, était disposé à attendre une longue année de préparation avant d'accueillir sa toute nouvelle et ô combien magnifique épouse (bon O.K., je ne suis pas certaine qu'il ait fait vœu de chasteté durant toute cette période...).

Dans tous les cas, s'il fallait que je traduise ce passage avec le langage de notre époque, cela donnerait: «*Esther passa une année à prendre soin de son apparence physique, en ayant accès aux meilleurs spas existants et en passant chaque jour entre les mains des esthéticiennes les plus compétentes dans leur domaine.* » Pas mal, non ?

La vérité, c'est que toi et moi n'avons probablement ni le temps ni les ressources nécessaires pour prendre autant soin de notre apparence physique ; toutefois, cela ne signifie pas que nous devons nous laisser aller. Nous allons donc voir dans les lignes qui suivent comment incorporer quelques rituels esthétiques dans notre quotidien afin de prendre physiquement soin de nous et déployer notre « potentiel beauté ».

Belle mais pas pétasse !

La Bible nous parle de plusieurs femmes dotées d'une beauté remarquable. Il y a Esther qui sera au cœur de cette partie, mais aussi ses amies Rachel, la femme de Jacob, qui était « *bien faite et d'une grande beauté* » (Genèse 29:17, La Bible du Semeur), Sarah, la femme d'Abraham, qui était « *très belle* » – si belle que son mari choisit de mentir en ne disant pas qu'elle était son épouse par peur d'être tué (Genèse 12:11, La Bible du Semeur) ou encore Rébecca, épouse d'Isaac, « *jeune fille [...] très belle à voir* » (Genèse 24:16, La Bible du Semeur).

Je suis intimement convaincue que nous sommes appelées à reconnaître et à cultiver notre beauté en tant que femmes. C'est bien pour cela, Mesdames, que nous apprécions d'être admirées et que les hommes en retour aiment nous regarder. N'as-tu jamais organisé des petits défilés de mode chez toi lorsque tu étais petite ? Moi si ! Je rêvais d'être Miss France, ma sœur m'avait fait une écharpe de Miss, j'empruntais les chaussures à talons de ma mère, du maquillage et quelques bijoux, et je me pavanais avec mon petit pyjama à motifs de nounours en attendant les compliments de ma famille et surtout de mon père, le seul homme de la maison<sup>46</sup> !

Cette sous-partie s'intitule « Belle mais pas pétasse ! » pour en déranger quelques-uns ! Dans nos milieux chrétiens, parler de beauté est souvent tabou. Si tu oses démontrer que tu aimes prendre soin de ton apparence physique et que tu es un peu coquette, tu prends le risque de passer pour l'aguicheuse de service, de ne pas être considérée comme étant très spirituelle, d'être estampillée « fille superficielle », bref de te voir affublée de toutes sortes d'étiquettes sexistes et désagréables fondées sur des préjugés. J'en ai marre de ces raccourcis. J'en ai marre des chuchotements parce que j'ai envie de porter de jolies robes et des talons hauts. J'en ai marre d'avoir la sensation de devoir me justifier d'aimer être une *girly girl*<sup>47</sup>. À toutes les personnes qui jugent sans prendre le temps de creuser, j'ai envie de dire : « *Laissez-moi être moi, laissez-moi être femme ! Et si vous n'avez rien d'autre à faire que de me juger sur la base de mon apparence physique, c'est sûrement que votre vie doit être ennuyeuse à souhait et j'en suis triste pour vous.* » Je remercie du fond du cœur des femmes engagées pour le Seigneur qui n'ont pas peur d'exposer leur féminité aux yeux de tous et qui m'ont beaucoup inspirée et encouragée dans cette démarche de libération du regard des autres. Je pense notamment à Terri Savelle Foy ; si tu ne la connais pas encore, je t'invite à la *googliser* !

Alors, qu'est-ce que la beauté physique ? Ou plutôt, que n'est-elle pas ? Pour moi, elle ne peut répondre à un standard qu'imposerait la société.

46. C'est un phénomène de construction psychologique tout à fait normal et sain dans la construction de la petite fille. Ainsi, selon le psychanalyste Didier Laurus, le père « à la manière d'un sculpteur devant un bloc de pierre, anticipe la femme en devenir dans la petite fille et l'aide à advenir. Son regard, plus ou moins valorisant, est ce qui l'autorisera à accomplir sa féminité ou, au contraire, l'en empêchera ».

47. « Une fille très féminine ».

Être belle, c'est avant tout être à l'aise avec son corps et avoir confiance en soi. C'est reconnaître son enveloppe charnelle et ne pas la nier ; c'est l'aimer suffisamment pour vouloir en prendre soin, la valoriser, la traiter avec douceur et respect, et vouloir déployer son plein potentiel en toute harmonie. La vraie beauté passe par l'acceptation de nos limites et d'un affranchissement des diktats de la société.

La beauté est plurielle et originale ; nous ne devrions jamais nous comparer aux autres femmes ou essayer d'atteindre des exigences qui ne correspondraient pas à notre nature. N'essaie jamais d'être la copie d'une autre personne, tu ne serais alors qu'une médiocre version de celle-ci et tu passerais à côté de la femme merveilleuse et unique que tu es destinée à être.

Ma propre beauté consiste à reconnaître mes atouts naturels (et nous en avons toutes, toi aussi!!! Si, si!!!), à développer mon potentiel de manière raisonnable, saine et équilibrée, et à *enjoy*<sup>48</sup> la femme que je suis.

J'aimerais te dispenser deux mises en garde :

1. Nous devons toujours garder un regard équilibré sur la beauté. Être belle ne devrait jamais devenir obsessionnel. C'est avant tout un état d'esprit et une position avec soi-même. Si être coquette est une bonne chose, nous devrions également nous accepter sans maquillage, les « cheveux en pétard », en tenue de sport, avec un bourrelet ou encore avec des boutons sur le visage.
2. En toute franchise – c'est bien parce que c'est un livre dédié aux filles –, nous devons reconnaître que nous sommes un peu exhibitionnistes parfois. Je me souviens de ma période ado avec mes *crop tops* qui exposaient mon nombril à la vue de tous ou encore mes mini-jupes vraiment mini. *Jajajaja!!!* J'en ris aujourd'hui. Maintenant que je suis un peu plus âgée, je reconnais l'importance de la pudeur et de la mesure, notamment dans mes choix vestimentaires. Sans tomber dans des généralités, les sexologues, psychologues et chercheurs s'accordent à dire que la sexualité de l'homme est d'abord visuelle, ce qui induit certains comportements et réactions à des stimuli. À la différence de nous, ces messieurs ont une production d'hormones sexuelles, la testostérone, en continu ; ils sont donc davantage soumis aux pulsions sexuelles. Compte tenu de ces informations, il serait injuste de leur demander de nous

48. « Apprécier, célébrer ».

respecter/de ne pas nous déshabiller du regard alors que nous exhibons sans retenue nos atouts féminins. Si je devais distiller quelques conseils, je dirais : « *Évitons le too much.* » Si tu découvres tes jambes, alors pas de décolleté. Si tu as un léger décolleté, alors pas de mini-jupe. Idem pour le maquillage : si tu veux mettre l'accent sur tes yeux, alors mieux vaut utiliser des couleurs *nude* pour tes lèvres, un baume hydratant ou encore un gloss. Si tu souhaites souligner ta bouche, alors une pointe de mascara sur les cils sera suffisante. **Ton apparence physique doit te permettre d'exprimer ta personnalité, ta créativité et ta féminité, non pas d'encourager le sexe opposé à te convoiter sexuellement et à poser sur toi des regards malsains qui te mettraient mal à l'aise et t'amèneraient à ne pas te sentir respectée.**

◀◀ Une femme pudique est une double grâce, celle qui est chaste est d'une valeur inestimable. Comme le soleil levant sur les montagnes du Seigneur, ainsi le charme d'une jolie femme dans une maison bien tenue. Une lumière brillant sur un lampadaire sacré, ainsi la beauté d'un visage sur un corps bien planté. Des colonnes d'or sur une base d'argent, ainsi de belles jambes sur des talons solides. »

*Chapitre 26 du Siracide, qui fait partie des livres apocryphes et qui est ici évoqué à titre de « conseil sage »*

## CONSEIL D'UNE SŒUR



N'hésite pas à prendre soin de toi en prenant rendez-vous dans un institut d'esthétique : coiffure, ongles, épilation, massage, maquillage, relooking... Il y a de très bons sites Internet spécialisés avec des offres abordables. Pour les petits budgets, il y a également les écoles qui te proposent des coupes de cheveux, la pose de faux ongles, et j'en passe, à des prix défiant toute concurrence. Le passage entre les mains d'un spécialiste donne toujours un boost de confiance en soi et te permet de glaner, au passage, quelques conseils que tu pourras appliquer au quotidien.

## Fit and confident

Les filles, faites du sport !!!

Depuis toute petite, j'aime faire du sport. Aujourd'hui, cette pratique fait partie de mon hygiène de vie. Je fais généralement entre vingt minutes et une heure trente d'activité physique par jour selon mon emploi du temps et/ou mon niveau de fatigue. Mon bonheur à moi, c'est de commencer la journée par un petit jogging dans la forêt lorsque la ville est encore endormie ; j'éveille mon corps et mon esprit dans ce havre de paix verdoyant. Mon rythme cardiaque s'accélère, mon corps se fuselle, je me sens apaisée et confiante face à cet exutoire de choix. Il y a aussi le sentiment d'accomplissement qui me donne une assurance supplémentaire avant de commencer la journée. C'est un temps mis à part, durant lequel je me ressource et prends soin de moi ; c'est un petit bonheur de la vie dont je ne me lasse pas.

Lorsque tu regardes la vie des personnes ayant le plus de succès, tu constates que la plupart d'entre elles suivent une routine matinale qui inclut un entraînement sportif. L'ancien président des États-Unis, Barack Obama, s'entraîne six fois par semaine à raison de quarante-cinq minutes par jour. Le fondateur de Facebook, Mark Zuckerberg, pratique une activité physique trois matinées par semaine : *« Être en forme est très important [...] pour accomplir une tâche avec excellence, il faut de l'énergie et on a bien plus d'énergie lorsque l'on est en bonne condition physique. »* Le P.-D.G. d'Apple, Tim Cook, se rend à la salle de sport tous les jours à cinq heures du matin. Quant aux anges de la marque de lingerie Victoria's Secret, elles sont mondialement connues pour leur discipline sportive et leur corps athlétique ; la liste est longue, mais je pourrais te citer, par exemple, Adriana Lima (boxe), Miranda Kerr (yoga), Candice Swanepoel (Pilates), Bella Hadid (boxe), Karlie Kloss (course à pied)... D'ailleurs, elles t'invitent *to train like an Angel*<sup>49</sup>. Si toutes ces personnes fort occupées jugent la pratique d'une activité physique suffisamment importante pour lui consacrer un créneau quotidien, qu'en est-il de toi ?

Si tu n'es pas encore totalement convaincue, je pense que la liste des bénéfiques qui suit devrait dissiper tes derniers doutes. La pratique régulière d'une activité sportive a de nombreuses vertus puisqu'elle :

49. « À suivre un entraînement sportif comme un ange ».

- Réduit le stress, l'anxiété et la dépression. Des chercheurs américains ont fait une expérimentation sur des rats de laboratoire. D'un côté, des rats sédentaires, soumis à un fort stress quotidien : chocs avec électrodes, lumière aveuglante, nuisances sonores en continu ; de l'autre côté, des rats subissant les mêmes désagréments mais courant sur des tapis de course tous les jours. Au bout d'un mois, les rats du deuxième groupe étaient en bonne santé et vivaces, tandis que les rats du premier groupe étaient tous morts<sup>50</sup> ! Cela donne à réfléchir !;
- Améliore la qualité du sommeil ;
- Affine la silhouette, diminue l'excès de graisse et augmente le « bon cholestérol<sup>51</sup> » ;
- Baisse le risque de certains cancers, notamment celui du sein<sup>52</sup>. Un tiers des morts liées au cancer seraient directement associées à un style de vie sédentaire et/ou à une mauvaise alimentation<sup>53</sup> ;
- Augmente la concentration et la mémoire<sup>54</sup>.

Je continue pour les plus récalcitrantes ?

- Réduit les risques d'accidents cardio-vasculaires ;
- Préviendrait l'apparition du diabète de type 2 et peut même le faire reculer<sup>55</sup> ;
- Ralentit le vieillissement des cellules du corps<sup>56</sup>, ce qui en fait un vrai élixir de jeunesse !;
- Construit des os robustes. Selon de nombreux chercheurs, l'exercice physique serait plus bénéfique que le calcium dans la construction d'une ossature solide !;
- Favorise la digestion et le transit ;
- Accroît les capacités respiratoires ;
- Augmente le niveau d'énergie général ;
- Libère des endorphines, « l'hormone du bonheur ».

50. *The Seven Pillars of Health: The Natural Way to Better Health for Life* de Donald et Mary Colbert (Siloam, a Strang Company).

51. « 20 bienfaits du sport que vous ignorez sûrement » : [etre-bien.eu/20-bienfaits-du-sport](http://etre-bien.eu/20-bienfaits-du-sport)

52. « Bienfaits généraux de l'activité physique » : [sante.lefigaro.fr/mieux-etre/sports-activites-physiques/bienfaits-generaux-lactivite-physique/quels-sont-benefices](http://sante.lefigaro.fr/mieux-etre/sports-activites-physiques/bienfaits-generaux-lactivite-physique/quels-sont-benefices)

53. "More Evidence that Exercise Prevents Cancer" : [thecancerspecialist.com/2015/12/30/more-evidence-that-exercise-prevents-cancer](http://thecancerspecialist.com/2015/12/30/more-evidence-that-exercise-prevents-cancer)

54. « L'activité physique et le cerveau » : [se-realiser.com/lactivite-physique-et-le-cerveau/](http://se-realiser.com/lactivite-physique-et-le-cerveau/)

55. « Sport et diabète : la pratique du sport pour les diabétiques » : [topsante.com/medecine/maladies-chroniques/diabete/sport-et-diabete-la-pratique-du-sport-pour-les-diabetiques-609770](http://topsante.com/medecine/maladies-chroniques/diabete/sport-et-diabete-la-pratique-du-sport-pour-les-diabetiques-609770)

56. « Le sport retarde le vieillissement des cellules » : [sante.lefigaro.fr/actualite/2010/01/05/9972-sport-retarde-vieillessement-cellules](http://sante.lefigaro.fr/actualite/2010/01/05/9972-sport-retarde-vieillessement-cellules)

Pardon, quoi?... Ah, O.K., là tu as une soudaine envie d'aller faire du sport ? Pas de souci ! Je t'attends pour la suite de ce passage, on va parler de notre alimentation et de son rôle clé dans la construction de notre temple. À tout de suite !

## TÉMOIGNAGE



### *Courir ta course*

L'un des sports que j'aimais le moins au monde était la course à pied. Je ne comprenais pas ce qu'il y avait d'intéressant dans le fait de s'épuiser à courir pour aller dans un lieu et en revenir immédiatement. Il y a trois ans, j'ai entendu : « *Élodie, prends tes baskets et cours.* » Je me suis exécutée, j'ai mis mes baskets et je suis allée courir ; mais, au bout de huit kilomètres, je m'ennuyais à souhait : « *Après tout, huit kilomètres pour une première fois et pour moi qui suis une fille, c'est très bien* », ai-je alors pensé. Déculpabilisée par ce semblant d'excuse, j'ai mis fin à mon entraînement, mais j'ai très rapidement eu cette pensée qui s'est mise à retentir fortement dans mon cœur : « *Pourquoi t'es-tu arrêtée ? Pourquoi laisses-tu tes préjugés te limiter ? N'abandonne pas avant d'être parvenue au bout.* » Le lendemain, j'ai enfilé de nouveau mes baskets, mais cette fois-là avec la ferme détermination de ne m'arrêter qu'une fois fatiguée. 18,07 kilomètres à une vitesse moyenne de 5,50 km/heure, voilà ce que j'ai accompli le deuxième jour de mon entraînement ! Et là, j'ai compris : l'effort physique repousse nos limites, il forge notre détermination, il mobilise notre mental, il nous donne le goût de la combativité, de l'endurance, de la discipline. J'étais stupéfaite et je me suis fait la promesse interne de ne plus *give up* (« abandonner ») ou *give in* (« baisser les bras ») dans ma vie, de ne plus regarder aux limites extérieures apparentes, mais d'écouter Dieu qui sait mieux que quiconque ce qu'Il a placé en moi (et en toi) et ce que nous pouvons accomplir à travers Lui.

Depuis, j'ai fait plus de deux cents courses matinales. Je m'entraîne plusieurs fois par semaine, le matin généralement, avant de commencer ma journée. Apprendre à aimer faire du sport n'est pas inné mais cela peut s'acquérir. Discipline-toi pendant trois semaines afin de mettre en place une habitude, et tu t'apercevras que ton corps lui-même te réclamera cette séance de bien-être.

Je fais suivre ce témoignage de quelques versets bibliques autour de la course chrétienne sur lesquels j'ai beaucoup médité. Ils m'ont

apporté tant de réconfort, de force, de courage ces dernières années que je tenais à te les partager. Qu'ils produisent du fruit encore plus grand en toi et t'aident à devenir une véritable guerrière persévérante et une femme déterminée à ne JAMAIS, je répète JAMAIS, baisser les bras face à sa destinée. Il y a tellement plus en toi que ce que tu peux imaginer!

◀◀ J'ai combattu le bon combat, j'ai achevé la course, j'ai gardé la foi. »

*2 Timothée 4:7 (Segond 1910)*

Un verset clé qui m'aide à terminer des projets que j'ai à cœur.

◀◀ Mais je fais une chose : oubliant les choses qui sont derrière et tendant avec effort vers celles qui sont devant, je cours droit au but pour le prix de l'appel céleste de Dieu dans le Christ Jésus. »

*Philippiens 3:14 (Darby)*

Mon soutien quand mon passé et mes erreurs essaient de me rattraper, lorsque j'ai l'impression que les changements que j'aimerais voir en moi ne se manifestent pas assez rapidement !

◀◀ C'est pourquoi, nous aussi qui sommes entourés d'une telle foule de témoins, débarrassons-nous de tout fardeau, et du péché qui nous cerne si facilement de tous côtés, et courons avec endurance l'épreuve qui nous est proposée. Gardons les yeux fixés sur Jésus, qui nous a ouvert le chemin de la foi et qui la porte à la perfection. »

*Hébreux 12:1-2 (La Bible du Semeur)*

Waouh !!! Une pépite, notamment quand il a fallu faire le choix de mettre fin à la boulimie, aux colères qui m'animaient...

◀◀ Ne savez-vous pas que ceux qui courent dans le stade courent tous, mais qu'un seul remporte le prix ? Courez de manière à le remporter. Tous ceux qui combattent s'imposent toute espèce d'abstinences, et ils le font pour obtenir une couronne corruptible ; mais nous, faisons-le pour une couronne incorruptible. Moi donc, je cours, non pas comme à l'aventure ; je frappe, non pas comme battant. Mais je traite durement mon corps et je le tiens assujéti, de peur d'être moi-même rejeté, après avoir prêché aux autres. »

*1 Corinthiens 9:24-27 (Segond 1910)*

Un verset qui m'a enseigné la discipline, à me lever généralement trois heures trente avant la prise de mon poste pour passer du temps de qualité avec Dieu, faire mon sport, lire, prier, cuisiner, prendre du temps pour moi. Un verset qui m'aide aujourd'hui dans le partage de ce livre avec toi. Je ne veux pas être hypocrite en partageant des principes que je ne m'appliquerais pas à moi-même. Je ne suis pas parfaite et, en toute honnêteté, il y a encore de nombreux sujets sur lesquels je continue de travailler.

Voilà, c'est à toi de jouer maintenant, vas-y ma chérie, cours ta course, je suis de tout cœur avec toi!

Tu es ce que tu manges!

Connais-tu l'adage « Dis-moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es » ? Dans l'Antiquité, Hippocrate, philosophe et fondateur de la médecine occidentale, déclarait que « *l'alimentation est notre première médecine* ». En effet, tes choix alimentaires quotidiens ont un impact direct sur ton être, tant intérieurement qu'extérieurement. Une bonne alimentation peut ainsi se révéler être un puissant exhausteur de beauté pour l'individu qui en bénéficie, et c'est le cas d'Esther. Au chapitre 2, verset 9, nous apprenons qu'en plus de son année de soins esthétiques, la reine en devenir a suivi un régime diététique privilégiant certains aliments au détriment d'autres afin d'amener sa beauté existante à un niveau supérieur.

Aujourd'hui, dans notre société actuelle, manger ne remplit plus la fonction première qui est d'apporter l'énergie dont notre corps a besoin pour bien fonctionner; pour beaucoup, c'est désormais un acte hédoniste qui répond davantage à la recherche d'un plaisir instantané. On ne choisit pas un kebab-frites arrosé de cola pour l'apport nutritionnel que représente ce combo, mais bien parce que nous trouvons ce plat gustativement bon. Selon Nora Volkow, dirigeante de l'Institut national des drogues aux États-Unis, le sucre industriellement transformé peut induire les mêmes schémas d'addiction que les drogues dures. Ses dires sont corroborés par des chercheurs du CNRS de l'université Paris-Diderot, qui déclaraient, en 2014, que la *comfort food*, c'est-à-dire la nourriture industrielle grasse, sucrée et souvent bourrée d'additifs, agissait comme une drogue dure dans notre cerveau, en activant les

circuits de la récompense et de l'accoutumance. En l'espace de cent cinquante ans à peine, notre assiette alimentaire s'est transformée en produit chimique auquel nous sommes devenus accros. Manger est devenu, pour plusieurs d'entre nous, une idole que nous vénérons à plusieurs moments de la journée. Nous n'avons jamais été autant touchés par l'obésité, le diabète, le cholestérol, les artères bouchées, l'hypertension artérielle, les maladies cardio-vasculaires ou encore les désordres alimentaires, pour ne citer qu'eux.

Je suis, tu es, en charge de ce que je/tu mets dans ma/ta bouche. En cela, il me semble judicieux de faire de notre régime alimentaire l'une de nos priorités. Hal Elrod, l'auteur du best-seller mondial *Miracle Morning*, nous encourage à redéfinir les raisons qui nous poussent à nous alimenter et à choisir, en pleine conscience et intelligence, les buts que nous souhaitons atteindre via l'alimentation.

T'es-tu déjà simplement demandé pourquoi tu manges ? Quels sont les objectifs que tu souhaites atteindre au travers de tes choix alimentaires ? En as-tu seulement ? Si ce n'est pas le cas, la bonne nouvelle, c'est qu'il n'est pas trop tard.

Je souhaiterais donc te proposer de :

- A. Définir les objectifs que tu souhaites atteindre via le medium qu'est l'alimentation ;
- B. Déterminer les stratégies qui te permettront d'atteindre ces objectifs.

Et nous allons commencer là, maintenant ! Arrêtons de procrastiner en remettant à demain les choses qui sont bonnes pour nous. Nous avons déjà trop attendu. Rachetons le temps et attelons-nous à la tâche ! Faisons de notre régime alimentaire (dans le sens « manière de nous alimenter » et non « régime restrictif ») un précieux allié dans notre vie et dans la réalisation de notre destinée. Oublie ce qui est derrière toi et concentre-toi sur ce que tu décides de faire aujourd'hui.

Je vais te partager ci-dessous mon tableau de route :

## **A. Les objectifs que je souhaite atteindre via mon alimentation**

### **1. Objectif principal**

Je mange pour m'alimenter, afin que mon corps puisse fonctionner à son meilleur niveau tout au long de ma vie. Je veux être en pleine forme,

débordante d'énergie et en bonne santé pour accomplir toutes les tâches importantes de ma journée, travailler sur mes projets et profiter à fond des moments qui me sont donnés avec les personnes que j'apprécie.

## 2. Sous-objectifs

- Donner à mon corps tous les nutriments, minéraux et vitamines dont il a besoin pour être au top de sa forme – et ne pas avoir la vitalité d'une limace parce que je serais carencée, ce qui m'est malheureusement souvent arrivé ☹;
- Atteindre et maintenir mon poids de forme qui correspond à ma physionomie et dans lequel je me sens bien, belle et confiante en moi ☺
- Avoir une jolie peau. J'ai souffert pendant des années de *breakouts*<sup>57</sup>. Des boutons envahissaient mon visage, me faisaient perdre confiance en moi, et je tentais de les dissimuler sous d'épaisses couches de fond de teint (sans véritable succès, bien entendu!);
- Rester jeune. Les gens me donnent souvent plusieurs années de moins que mon âge véritable. Si cela pouvait me gêner – voire m'énerver – au début de ma vingtaine, la recherche et la préservation de ma jouvence font aujourd'hui pleinement partie de mes objectifs. P-S.: j'ai trente-deux ans, mes enfants ne sont pas encore nés, et j'ai envie d'être jeune et pleine d'énergie quand ils seront là ☺;
- Prévenir d'éventuelles maladies : infections, rhume, cancers, diabète...

## B. Les stratégies à mettre en place pour réaliser ces objectifs

- Manger à satiété selon les principes bibliques. Donc gérer et se débarrasser de la glotonnerie. Lorsque je n'ai plus faim, m'arrêter de manger, et ce même si le plat est délicieux et qu'il en reste dans mon assiette – non, non, je ne plaisante pas !
- Apprendre à faire la distinction entre la faim, la gourmandise et la « faim émotionnelle » (manger pour se reconforter, pour faire face à une situation stressante, à des peurs, à la tristesse, contenir des émotions qui nous submergent...) revêt une grande importance. Pour moi, qui ai souffert de désordres alimentaires, cela reste une faiblesse qui représente parfois encore un combat qu'il me faut mener, mais le jeu en vaut la chandelle. Lorsque je dis « non » à une envie irrésistible de manger alors que je n'ai pas faim, je sais que je donne à Dieu une belle preuve d'amour en Lui disant : « *Je Te choisis,*

57. « Éruptions cutanées ».

*Toi, je ne vais pas rechercher de réconfort, de soutien auprès de la nourriture. You are enough to me*<sup>58</sup>. *Tu es ma sécurité, ma haute tour, mon bouclier, mon appui.* » C'est aussi marcher dans la liberté : mes émotions ne me contrôleront pas.

“ Oh listen, dear child – become wise ; point your life in the right direction. Don't drink too much wine and get drunk ; don't eat too much food and get fat. Drunks and gluttons will end up on skid row, in a stupor and dressed in rags<sup>59</sup>.”

*Proverbs 23:19-21 (The Message)*

• Favoriser les aliments dits « vivants » » riches en micronutriments essentiels (vitamines, minéraux, enzymes...) au détriment des « aliments morts » dépourvus de valeur nutritionnelle. Les aliments vivants sont des produits non transformés, présentés sous leur forme brute, comme tu pourrais les trouver à l'état naturel (fruits, légumes, céréales, œufs, poisson, viande vs biscuits industriels, chips, plats surgelés ou préparés, confiseries, pâtisseries, etc.). Pendant des années, j'ai demandé à Dieu comment m'alimenter et, à chaque fois, Sa réponse était la même : *“Eat natural foods<sup>60</sup>.” Full stop!*

En fait, c'est plutôt simple : à chaque fois que tu t'apprêtes à choisir un aliment, pose-toi la question suivante : est-il le plus proche possible de sa forme naturelle ? Si la réponse est non, je t'encourage vivement à ne pas le manger, sauf si tu n'as pas le choix.

Voilà comment cela se matérialise dans mon quotidien, par exemple :

- Croquer dans un fruit frais au lieu de manger une compote industrielle ;
- Remplacer les céréales sucrées du petit déjeuner par des flocons d'avoine auxquels j'ajoute des pruneaux que je réhydrate durant la nuit ;
- Cuisiner un poisson frais à la place d'un poisson pané surgelé ;

58. « Tu me suffis. »

59. « Toi, mon fils, écoute-moi et tu deviendras sage, tu iras droit ton chemin. Ne fréquente pas les gens qui s'enivrent de vin et s'empiffrent de viande. Car les buveurs et les gluttons seront réduits à la misère, à force d'indolence ils n'auront plus que des haillons à se mettre » (Bible en français courant).

60. « Mange des produits naturels. »

- Râper une carotte et l'assaisonner d'une vinaigrette maison – *¡con aceite de España por favor!*<sup>61</sup> – en lieu et place des barquettes de carottes industrielles que l'on trouve au rayon frais...

“ Why do you spend your money on junk food, your hard-earned cash on cotton candy? Listen to me, listen well: Eat only the best, fill yourself with only the finest.”

*Isaiah 55:2-3 (The Message)*

J'aime cette version anglaise qui n'a pas de traduction aussi parlante à mes yeux dans les Bibles françaises. Voici donc ma traduction : « *Pourquoi dépenses-tu ton argent dans la malbouffe, ce fric si durement gagné à la sueur de ton front pour des produits sans aucune valeur nutritionnelle ? Écoute-moi, écoute bien : alimente-toi uniquement de ce qu'il y a de mieux, nourris-toi des produits les plus délicats/qualitatifs/sains. »*

*“A proverbial girl must be willing to stop allowing things of no value to be placed on her table of life and be willing to invest quality ‘ingredients’ on the inside. A proverbial girl also takes proper care of herself because she knows that her body, soul and mind are the temple of God<sup>62</sup>.”*

## Ne pas sauter de repas

Considère ton corps comme une machine de guerre prête à accomplir des missions divines. Comme toute machine, ton corps a besoin d'un carburant, d'énergie pour bien fonctionner. Manger avec régularité évite les fringales, favorise le dynamisme de ton métabolisme et permet, entre autres, de brûler les graisses ingurgitées de manière optimale.

1. Boire 1,5 litre de liquides au quotidien. Même si notre corps n'est pas aussi aqueux que celui de la méduse – qui est constitué à 95 % d'eau –, il est toutefois composé de 60-65 % environ de ce liquide vital, ce qui

61. « Avec de l'huile d'olive d'Espagne, s'il vous plaît ! »

62. Citation de Lisa McClendon-Brailsford, auteure de *The Proverbial Girl: A 31-Day Devotional of Wisdom, Values, and Being Fabulous* et du programme de lecture éponyme, disponible gratuitement sur YouVersion, que l'on peut traduire par : « *Une jeune fille qui souhaite ressembler à la femme décrite dans Proverbes 31 doit avoir la volonté d'arrêter de placer sur la table des produits sans intérêt/sans valeur et à y déposer des produits de qualité. Elle doit aussi prendre grand soin d'elle car elle sait que son corps, son âme et son esprit constituent le temple de Dieu. »*

explique pourquoi il est primordial de le conserver hydraté tout au long de la journée. Quand je parle d'hydratation, je ne pense ni à l'alcool ni aux boissons sucrées et chimiques qui pullulent un peu partout – attention aux boissons *light*, elles sont souvent composées d'aspartame qui, une fois consommé, se convertit partiellement en formaldéhyde, une substance cancérigène<sup>63</sup>. Je te recommande donc de privilégier l'eau pure et les tisanes. Le café et le thé sont à consommer avec modération à cause de leurs propriétés excitantes et aux tanins qu'ils contiennent, qui nuisent à l'absorption du fer.

Privilégier les aliments de qualité, frais, issus des circuits courts et si possible de l'agriculture biologique. Le plaisir de manger est multidimensionnel. Il y a bien entendu le plaisir gustatif – le goût d'une tomate du jardin mûrie à point est incomparable à celui des tomates sans nom que l'on trouve dans les supermarchés. Le plaisir visuel associé, par exemple, à une assiette bien garnie, colorée, qui mélange de manière artistique les saveurs, les textures et les cuissons des aliments. Le plaisir olfactif qui me fait penser aux marrons fraîchement ramassés en forêt et grillés au charbon ou encore au doux parfum d'un fruit de la Passion de ma chère Martinique qui embaume l'atmosphère d'un exotisme enivrant. Il y a également un plaisir que l'on tend à oublier : celui du savoir-faire lié à la qualité artisanale d'un produit – la satisfaction gustative apportée par un miel acheté auprès d'un apiculteur qui vous conte, avec passion et amour, le processus de fabrication du miel à coups de « pollinisation », « miellat », « jabot » ou d'« abeilles bâtisseuses », par exemple – n'en est que décuplé ! Non, vraiment, lorsque l'on s'en donne les moyens et que l'on prend le temps, les plaisirs de la table peuvent atteindre leur paroxysme !

### **Une petite préconisation**

Attention au label « bio » qui fait actuellement fureur. « Bio » n'est pas synonyme de « sain ». Vous pouvez avoir des produits « bio » bourrés de sucres inutiles ou de graisses cachées (exemple : biscuits, céréales pour enfants, plats préparés...). Par ailleurs, le label « agriculture biologique » n'est pas garant de bonnes conditions de travail ou d'une juste rémunération pour les ouvriers. Il est de notoriété que plusieurs filières étrangères « bio » exploitent leur main-d'œuvre. Enfin, l'impact carbone

63. « Sodas et boissons sucrées : les dangers pour la santé » : [runtastic.com/blog/fr/les-dangers-des-sodas](http://runtastic.com/blog/fr/les-dangers-des-sodas)

de l'importation de produits lointains est tout simplement désastreux pour la planète et annule son intérêt biologique – pense aux bananes, avocats ou encore aux ananas qui doivent parcourir des milliers de kilomètres en bateau, avion ou camion avant de parvenir jusqu'à nos étals !

### **Mes recommandations :**

- Limiter ses achats dans les grandes surfaces ;
- Privilégier les AMAP (associations pour le maintien d'une agriculture paysanne) et les marchés locaux – quasiment toutes les villes de France ont un marché local, attention toutefois à bien vérifier que les produits des étals proviennent de producteurs locaux et non de grossistes ;
- Cultiver ses propres légumes. Si tu n'as pas de jardin, tu peux te renseigner en mairie pour louer une parcelle de terre à cultiver. Ou au moins des herbes aromatiques – ce qui est possible dans des petits bacs, même en appartement ;
- Expérimenter les cueillettes de fruits et légumes dans les fermes agricoles – sympathique activité ludique et pédagogique à partager avec les petits et les grands ;
- Cuisiner « maison » ;
- Respecter le cycle des saisons – les tomates en hiver, c'est tout simplement contre-nature ;
- Acheter en vrac ou réutiliser ses propres contenants afin de limiter les emballages et réduire l'utilisation du plastique...

Autant de petits gestes respectueux de notre belle et précieuse planète ☺

**3. Donner la priorité aux préparations et types de cuisson respectueux de l'apport nutritionnel des aliments.** Je m'explique : des aliments dits « vivants » peuvent devenir « neutres » lorsqu'ils manquent de fraîcheur ou sont cuits, la cuisson altérant la conservation des micronutriments.

Voici quelques conséquences de la cuisson :

- À 50 °C : destruction d'une partie du capital enzymatique ;
- À 60 °C : destruction de la vitamine C – la perte de vitamine C commence à 42 °C ;
- À 100 °C : précipitation des sels minéraux, rendus non assimilables ;
- À 110 °C : destruction de l'ensemble des vitamines.

Globalement, plus on cuit longtemps et à haute température nos aliments, plus on perd les effets positifs des vitamines et minéraux.

Pour parer toute cette perte, on n'hésite pas à manger cru : vive les salades de légumes et de fruits de saison ! On privilégie la cuisson à la vapeur qui préserve les qualités nutritionnelles des aliments et évite le contact direct avec l'eau. Pour le four, on met en avant les papillotes et la cuisson basse température. Pour finir, on choisit de faire sauter les légumes au wok afin de les déguster al dente tout en limitant les pertes vitaminiques.

4. Privilégier les aliments complets riches en fibres. À la différence des éléments dits « raffinés », les aliments complets conservent leur enveloppe qui loge la plus grande partie des substances actives des graines que sont :

- Les minéraux, dont le magnésium (bon pour lutter contre le stress et les crampes), le sélénium et le fer (armes redoutables contre la fatigue) ;
- Les vitamines E, B1, B2, B5, B6 et B9 (excellentes pour les muscles, le cerveau et la peau).
- Les fibres, précieuses pour notre bien-être car elles favorisent la satiété, aident à baisser le taux de cholestérol et permettent de réguler le transit intestinal. Donc, n'hésite pas à remplacer la baguette à la farine blanche par du pain complet, à consommer du quinoa, des pâtes, du riz... dans leur version complète. Par ailleurs, ils représentent de véritables atouts minceur !

5. Apprécier chacun de tes plats. J'ai appris, en faisant preuve de beaucoup de patience et de douceur envers moi-même, à rééduquer mes papilles gustatives aux différents saveurs des mets qui répondent aux objectifs que je souhaite atteindre. Cela me permet d'apprécier pleinement ma nourriture. Aujourd'hui, dans mes aliments préférés, on ne retrouve plus les pains aux raisins, les barres chocolatées ou les frites d'antan, mais plutôt une tranche de pain aux céréales accompagnée de fines lamelles d'avocat, du saumon fumé sauvage agrémenté d'une grosse cuillerée de *cottage cheese*, le tout saupoudré de fins cristaux rosés d'un sel de l'Himalaya fraîchement moulu ou le simple plaisir d'une datte medjoul aussi charnue et sucrée qu'un caramel ! Comme diraient les Australiens, "I love my food!" ☺

6. Prendre le temps de se mettre à table. Le centre cérébral de la satiété commence à être stimulé environ vingt minutes après la prise alimentaire, il faut donc PRENDRE LE TEMPS de manger, notion bien difficile à appréhender dans une société où tout va toujours trop vite !

7. Limiter sa consommation de sucre. J'ai été une accro au sucre et je pèse mes mots ! J'avais besoin de ma dose régulière pour faire face à la journée, sinon je devenais *grumpy*<sup>64</sup>, je me retrouvais dans un état léthargique, j'avais des vertiges, une peau boutonneuse et des fringales (le sucre appelant le sucre). Il m'est même arrivé parfois de penser que je ne pourrais pas terminer ma journée sans cette injection de saccharose. Au début des années 2010, en France, on consommait trente-cinq kilos de sucre par an et par habitant contre cinq kilos à l'année en 1850 ! Différentes études avancent même que le sucre serait une substance aussi addictive, sinon plus, que la cocaïne ! C'est ainsi que Serge Ahmed, directeur de recherche au CNRS, à Bordeaux, a mené une expérience avec des rats qui, lorsqu'ils avaient le choix entre deux substances, devenaient encore plus accros au sucre qu'à la cocaïne ! Personnellement, ça m'amène à me poser des questions, notamment celle de mon rapport au sucre. Et toi ?

Nous voilà au bout de cette réflexion autour de l'alimentation. Il me semblait important de prendre le temps d'en discuter avec toi, car c'est un sujet avec lequel j'ai bataillé pendant longtemps et qui représente une lutte pour beaucoup de jeunes femmes.

Cette démarche du « bien manger » te demandera une certaine confiance en toi et beaucoup d'audace pour t'affranchir du regard des autres et ne pas chercher à justifier tes choix diététiques auprès de ton entourage. Après tout, nous n'avons qu'une seule vie et nous sommes les seules responsables de celle qui nous a été donnée. Nos choix n'engagent que nous et nous devons saisir cette liberté de faire ce qui nous semble bon pour nous.

Rééquilibrer son alimentation prend du temps, voire beaucoup de temps, surtout si on a malmené son corps pendant des années. On ne construit pas une ville en un jour ; il faudra donc t'armer de patience, être douce envers toi-même et faire preuve de persévérance. Ce qui compte véritablement, ce n'est pas d'atteindre la destination finale,

64. « De mauvaise humeur ».

mais plutôt de savourer le voyage, d'apprendre quotidiennement, de se relever lorsque l'on chute et de progresser. Tout cela est d'autant plus aisé lorsque le parcours est agréable et plein de sens, lorsque nous sommes convaincues que nous cheminons dans la bonne direction et que ce que nous entreprenons est bon, juste, et portera, en son temps, des fruits excellents. Des fruits si bénéfiques que le plaisir qu'ils nous apportent génère un degré de satisfaction bien supérieur au coût consenti pour pouvoir en jouir.

Mon corps est loin d'être parfait, je suis moi-même actuellement dans ce rééquilibrage alimentaire. J'ai décidé de l'aimer tel qu'il est, de le respecter et d'en prendre soin. Ne crois pas que tu seras plus heureuse demain en pesant cinquante kilos pour 1,70 mètre. À vrai dire, c'est là que la désillusion opère souvent : les jeunes filles s'attachent aux photos des magazines, se disent qu'être mince résoudra l'ensemble des problèmes auxquels elles sont confrontées, qu'elles pourront enfin trouver l'amour, gagner la confiance qui leur manque pour réaliser une destinée extraordinaire. Elles se jettent donc à corps perdu dans des régimes à la mode, dangereux pour leur santé. La primeur de leur jeunesse peut les faire rapidement basculer dans l'anorexie ou la boulimie ; elles atteignent le poids rêvé ou partent à sa conquête pendant des années pour finalement s'apercevoir que ce n'était qu'une illusion, une chimère, qui ne résout en rien le mal-être profond qui les ronge. Commence alors une longue dépression dont il est bien difficile de se remettre. **La racine du problème n'est pas le poids, mais le mensonge qui dit : « Tu n'es pas assez, tu n'as pas ce qu'il faut pour réussir. »** Si tu es obèse aujourd'hui, tu es merveilleuse. Si ton visage est recouvert de boutons, tu es merveilleuse. Si tu es couverte de cicatrices ou de vergetures, tu es merveilleuse. Si tu as une pilosité importante, tu es merveilleuse. Si tes dents sont abîmées, tu es merveilleuse. Si tu perds tes cheveux, tu es merveilleuse. Si tu es squelettique, tu es merveilleuse.

Peu importe ce qui te dérange chez toi et ce que tu n'aimes pas, TU ES MERVEILLEUSE. Pourquoi ? Car ton Créateur, Celui qui t'a pensée, t'a désirée avant même que tu ne viennes sur Terre a déclaré : *« Tu es une créature merveilleuse. » Full stop!* RIEN, ABSOLUMENT RIEN, ni PERSONNE ne pourra JAMAIS changer cette VÉRITÉ, car cela fait partie de TON IDENTITÉ.

**Et si personne dans ta vie n'a osé te le dire, alors laisse-moi réparer cette erreur et ouvre grand tes oreilles : TU ES MERVEILLEUSE!**



Je Te loue de ce que je suis une créature si merveilleuse ! »

*Psaumes 139:14 (Segond 1910)*

« *Alors, pourquoi toute cette préparation, Élodie, si je suis déjà merveilleuse ?* » Justement, quand tu comprends réellement que tu es une créature merveilleuse, alors naît en toi un désir de prendre soin de ton corps en guise de respect envers la femme que tu es, envers Dieu qui t'a créée, qui dépose Son Esprit en toi, et envers le mari qui sera placé à tes côtés, dont l'une des missions est de se délecter de ta beauté.

### CONSEIL D'UNE SŒUR



J'ai souffert de désordres alimentaires dans ma vie. Ce fut très douloureux et source de grandes souffrances. Je me sentais terriblement seule et incomprise ; je ne savais pas où trouver de l'aide et je pense que certaines personnes autour de moi ont fermé les yeux car elles ne savaient pas comment m'aider. Traiter la partie apparente du problème, en essayant de suivre à la lettre un régime alimentaire par exemple, ne fonctionne pas. Ce qu'il faut, c'est aller à la racine, comprendre le mal qui se cache derrière. Il faut affronter ses peines et ses peurs pour les dépasser. Si toi aussi tu souffres de désordres alimentaires (hyperphagie, boulimie, anorexie), alors je ne peux que t'encourager à rechercher l'aide de professionnels et à t'entourer d'amis proches qui pourront t'accompagner dans ce cheminement. Ce type de problème peut littéralement te bouffer la vie si tu le laisses faire !

## Cultiver ta beauté intérieure

Retournons au livre d'Esther. J'aime tout particulièrement le moment décrit dans la Bible où notre héroïne doit rencontrer le roi pour la première fois. Il est dit que, avant de se présenter au souverain, les jeunes femmes (tu te souviens qu'elles avaient déjà eu un an de traitements de beauté) pouvaient se parer de tout ce qu'elles voulaient pour plaire au souverain. Imagine un peu, c'est comme si aujourd'hui on te donnait un crédit illimité avant de te présenter à l'homme dont tu rêves secrètement. Tu peux entrer dans n'importe quelle boutique de luxe/de designer pour sélectionner la tenue de tes rêves ; libre à toi de choisir la maroquinerie la plus chère, la plus précieuse, confectionnée à partir de matériaux nobles et de grande qualité. Telle une diva sur le *catwalk*, tout ce dont tu peux rêver pour être la plus belle est à ta libre disposition. Voici, de manière imagée, ce qui était proposé à Esther : un *open bar* de la beauté ! Alors, quelle surprise lorsque, au chapitre 2, il nous est dit ceci :

“ When it was Esther's turn to go to the king (Esther the daughter of Abihail the uncle of Mordecai, who had adopted her as his daughter), she asked for nothing other than what Hegai, the king's eunuch in charge of the harem, had recommended. Esther, just as she was, won the admiration of everyone who saw her.”

*Esther 2:15 (The Message)*

« Quand vint son tour d'aller chez l'empereur, Esther, fille d'Abichaïl, oncle de Mardochée, qui l'avait adoptée comme sa fille, elle ne demanda rien d'autre que ce qu'avait indiqué Hégué, l'eunuque de l'empereur, gardien des femmes. Elle gagnait la faveur de tous ceux qui la voyaient. »

*Esther 2:15 (La Bible du Semeur)*

J'aime particulièrement la version anglaise qui spécifie qu'elle gagnait l'admiration de tous « *juste comme elle était* », sans artifice.

Esther s'était préparée avec assiduité durant un an, puis avait placé sa confiance en Dieu et non dans le superflu pour gagner l'admiration de tous ceux qui l'entouraient. **Je suis intimement convaincue que notre beauté intérieure irradie notre apparence physique.**

Cela me fait d'ailleurs penser au verset suivant :

« Ayez, non cette parure extérieure qui consiste dans les cheveux tressés, les ornements d'or, ou les habits qu'on revêt, mais la parure intérieure et cachée dans le cœur, la pureté incorruptible d'un esprit doux et paisible, qui est d'un grand prix devant Dieu. »

*1 Pierre 3:3 (Segond 1910)*

**Notre beauté physique, en tant que femmes, n'atteindra jamais son plein potentiel si notre beauté intérieure n'est pas cultivée en parallèle.**

J'irais même plus loin en disant qu'avec le temps notre beauté physique est appelée à décroître : la peau se relâche, le corps est moins ferme, les seins tombent (je devrais peut-être mettre un soutif plus souvent ! ☺), les grossesses modifient la physionomie, les traits se creusent, la fraîcheur de nos vingt ans se fane... C'est le vieillissement ! En revanche, tel un bon vin, la beauté intérieure, elle, se magnifie avec le temps si on apprend à la faire grandir quotidiennement.

« Plusieurs filles ont une conduite vertueuse ; mais toi, tu les surpasses toutes. La grâce est trompeuse, et la beauté est vaine ; la femme qui craint l'Éternel est celle qui sera louée. »

*Proverbes 31:29-30 (Segond 1910)*

Ce passage est une bonne manière de clore cette partie. Prenons soin de nous, appliquons-nous à révéler notre beauté extérieure qui doit conduire à notre beauté intérieure, mais ne soyons pas dans les excès et dans le superficiel. Soyons calmes, posées et confiantes face à ce que Dieu nous a donné. Tu as tout ce qu'il faut pour avoir pleinement confiance en toi, honorer Dieu et plaire à ton futur mari.

## Dernières précos pour la route!

Tu l'auras compris, dans ce chapitre, on ne parle pas de solutions miracles, de traitements *one shot*, mais plutôt d'un style et d'une hygiène de vie à mettre en place. Appliquons-nous tout simplement donc à tirer le meilleur profit de ce que la nature nous a offert.

Voici donc quelques dernières recommandations :

- Les deux maîtres-mots pour prendre soin de toi sont « équilibre » et « constance ». Joyce Meyer (enseignante chrétienne) est un modèle pour moi. Elle a pris au sérieux son régime alimentaire et a commencé à faire du sport aux alentours de soixante ans. Elle est radieuse, *fit*, mince, débordante d'énergie (capable de faire des conférences partout dans le monde et de partir en mission humanitaire dans les pays les plus pauvres). Il n'est pas trop tard pour prendre soin de toi, pas trop tard pour te délaissier de ces kilos superflus, pas trop tard pour te remplumer, pas trop tard pour faire éclore ta féminité, pas trop tard pour déborder d'énergie et pas trop tard pour devenir la meilleure version de toi-même!
- Avoir une bonne hygiène corporelle. Cela passe par des petits principes de base : prendre une douche quotidiennement, utiliser un déodorant, aller voir des spécialistes si tu souffres de problèmes persistants (transpiration excessive, forte pilosité, acné, mauvaise haleine, fatigue constante...).
- Prohiber le port de vêtements difformes, sombres ou trop amples. Je t'encourage vivement à faire un tour dans ta garde-robe et à déterminer quelles sont les pièces qui ne valorisent pas la féminité dont Dieu t'a dotée et débarrasse-t'en (si tu es une femme, bien entendu, ce qui normalement devrait être le cas, puisque mon livre se destine aux *girls*, mais sait-on jamais! ☺).
- Petit exo : sans tomber dans le narcissisme, regarde-toi une fois par jour dans le miroir et dis-toi que tu es belle. Tu as été créée comme une créature merveilleuse. Voilà ton identité. Si tu n'en es pas convaincue, alors c'est que le regard que tu poses sur toi doit changer. *Full stop!*

## POUR ALLER PLUS LOIN

- *Seven Pillars of Health: The Natural Way to Better Health for Life* de Donald et Mary Colbert (Siloam, a Strang Company).
- *The China Study: The Most Comprehensive Study of Nutrition Ever Conducted and the Startling Implications for Diet, Weight Loss, and Long-term Health* de T. Colin Campbell et Thomas M. Campbell (BenBella Books). Traduction française : *Le Rapport Campbell: Les aliments qui tuent et ceux qui peuvent vous sauver la vie* (J'ai Lu). Une étude sur les bienfaits de la consommation à base d'aliments complets, de produits végétaux et d'une consommation limitée de viande et de produits laitiers.
- *Eat and Stay Thin: Simple, Spiritual, Satisfying Weight Control* de Joyce Meyer (FaithWords).
- *Miracle Morning: Offrez-vous un supplément de vie!* de Hal Elrod (First Éditions). Pour mettre en place une routine victorieuse le matin.
- *Sugarland*, film-documentaire de Damon Gameau (mais aussi un livre du même nom, publié aux éditions Thierry Souccar).

## Chapitre 10

# Et mes finances, je les prépare aussi au mariage ?

**P**ourquoi écrire tout un chapitre sur les finances dans un livre dédié à la préparation au mariage ?! Eh bien, cela n'a rien de surprenant quand on sait que la question des finances est l'une des causes principales de divorce dans notre société occidentale, au même titre que l'infidélité, les problèmes sexuels et la mauvaise communication.

Jésus Lui-même était bien conscient de Son importance puisque l'argent est le sujet dont Il a le plus parlé – 15 % de Ses paroles traitent de la gestion de nos biens. La Bible dans sa globalité aborde ce thème à plus de deux mille reprises!

Donc, plus tu te prépareras dans ce domaine, plus tu seras équipée pour faire face aux questions financières auxquelles tu seras confrontée dans ton couple.

Bien plus qu'une affaire d'argent, notre gestion financière est une question d'ordre spirituel qui reflète nos priorités, notre attitude envers Dieu, le style de vie que nous adoptons et notre maturité dans la gestion des ressources qui nous sont confiées. En raison de leur complexité et des sphères sous-jacentes qu'elles touchent, elles revêtent une grande importance dans le quotidien et l'ambiance du foyer, et en cela elles peuvent être une source de tensions et de conflits entre les conjoints.

## Des principes clés pour la gestion de nos finances

Voici quelques principes bibliques appliqués aux finances que je souhaiterais te partager et qui représentent pour moi des objectifs à atteindre.

- **Donner à Dieu en premier.** La Bible parle de la dîme qui représente 10 % de nos revenus. Au-delà du chiffre stricto sensu, Dieu regarde au cœur et aux motifs qui nous amènent à Lui redonner une partie de nos ressources.



L'argent est à moi, et l'or est à moi, dit l'Éternel des armées. »

*Aggée 2:8 (Segond 1910)*

Techniquement parlant, il serait prétentieux de penser que Dieu a besoin de notre argent puisque tout Lui appartient déjà. Je suis intimement convaincue que la totalité de ce que je reçois sur Terre me vient de Lui. Lorsque je donne ma dîme à Dieu, je Lui réaffirme ma dépendance et le fait que ma confiance n'est pas dans l'argent de mon compte en banque mais en Lui. C'est aussi la foi en action – surtout lorsque les salaires sont bas – et une manière d'affirmer : *« Dieu peut faire bien plus avec les 90 % restants que si j'avais gardé les 100 % de mon revenu. »*

- **Économiser avec régularité.** Voici une bonne habitude à mettre en place. Avoir des dettes courantes signifie que l'on vit au-dessus de ses moyens ; économiser, c'est tout simplement dépenser moins que ce que l'on gagne – plus facile à dire qu'à faire au passage ! Joyce Meyer nous recommande ainsi de vivre 30 % en dessous de nos revenus. Je pense qu'il est difficile d'établir un pourcentage fixe, mais l'épargne devrait répondre à trois besoins principaux :

1. Pour faire face à des dépenses imprévues et urgentes (exemple : problème de plomberie, voiture en panne...); c'est ce que l'on appelle l'épargne de précaution.
2. Afin de prévoir des dépenses importantes futures (exemple : permis de conduire, achat d'une voiture, d'un appareil électroménager, d'une maison...); on parle alors d'épargne pour consommation différée.

3. Dans l'objectif de se constituer un patrimoine duquel on pourra tirer des revenus; il s'agit alors d'épargne de patrimoine.

- **Lister ses dépenses courantes, les prioriser**, vérifier si des économies sont envisageables ou si des postes peuvent être éliminés (exemple : en cuisinant plus de repas maison et en limitant les sorties au restaurant).
- **Budgéter** des finances pour les loisirs, la culture et les vacances.
- **S'éduquer** et se former sur le sujet des finances au moyen de livres, séminaires, podcasts, en discutant avec des amis proches étant eux-mêmes de bons gestionnaires ou en se faisant accompagner par un professionnel (banquier, coach financier...).
- **Faire part de ses besoins à Dieu.** Nous oublions trop souvent cette option, mais gardons en tête que Dieu est notre Père et Son plaisir est de pourvoir à nos besoins et de nous bénir.

« Quel est parmi vous le père qui donnera une pierre à son fils, s'il lui demande du pain ? Ou, s'il demande un poisson, lui donnera-t-il un serpent au lieu d'un poisson ? Ou, s'il demande un œuf, lui donnera-t-il un scorpion ? Si donc, méchants comme vous l'êtes, vous savez donner de bonnes choses à vos enfants, à combien plus forte raison le Père céleste donnera-t-Il le Saint-Esprit à ceux qui le Lui demandent. »

*Luc 11:11-13 (Segond 1910)*

« Si donc, méchants comme vous l'êtes, vous savez donner de bonnes choses à vos enfants, à combien plus forte raison votre Père qui est dans les cieux donnera-t-Il de bonnes choses à ceux qui les Lui demandent. »

*Matthieu 7:11 (Segond 1910)*

C'est une attitude que j'essaie de plus en plus de mettre en place, surtout depuis que j'ai lu le témoignage de George Muller (1805-1898) – apôtre de la foi et père des orphelins – qui avait fait le choix de ne jamais emprunter d'argent et de ne communiquer ses besoins matériels qu'à Dieu; sa vie et l'œuvre qu'il a accomplie auprès des orphelins sont tout simplement incroyables !

Je détiens donc un fichier Excel sur lequel j'inscris mes besoins. Je prie afin de savoir si ces derniers sont justes et plaisent à Dieu, et je m'attends ensuite à Sa providence et à Ses directions (en tout cas, j'essaie, mais la vérité, c'est que parfois je suis un peu impatiente !). Ce serait avec grand plaisir que je te partagerais comment Dieu m'a ainsi :

- Payé un voyage en Israël pour mes trente ans (avion + hôtel + pension complète + sorties...).
- Offert deux iPhone dernier cri en l'espace de deux mois. Le premier, suite à la fin de vie de mon téléphone portable Samsung, le second après m'être fait voler le premier au bout de quelques jours ! Au passage, Dieu m'a montré combien Il était miséricordieux et rempli de compassion ☺
- Appris à dépendre 100 % de Lui quand j'ai perdu toutes mes sécurités financières et qu'Il ne cessait de me répéter : « *Ne crains rien, tu ne manqueras de rien.* » Je suis arrivée à n'avoir plus que trente euros sur mon compte en banque et Dieu a pourvu miraculeusement à un emploi. Je n'ai jamais manqué de rien.
- Payé la totalité d'une partie des équipements ménagers de mon dernier appartement...

Le nombre de témoignages personnels que je pourrais te raconter sur la providence de Dieu dans ma vie au sujet des finances est incalculable. La seule chose que je peux te dire, c'est que Dieu est bon *and He cares*<sup>65</sup> !

Appelée à être une *business woman* !

Et là, on se souvient de la fameuse femme de Proverbes 31 ! On a déjà longuement évoqué la liste des qualités de cette Wonder Woman. Mais, dans ce chapitre, ce qui nous intéresse, c'est son côté *business woman*. Cette femme est non seulement une gestionnaire remarquable mais aussi une véritable machine de guerre qui n'arrête jamais :

- C'est une bosseuse conquérante qui se lève tôt et qui est multitâche.
- Elle participe à la prospérité du foyer et de la société en gérant des activités lucratives qu'elle fait prospérer.
- C'est une économe qui pense à l'avenir.
- Elle fait preuve de générosité en prenant soin des pauvres.

65. « Il se soucie [de tes finances]. »

Cette grande gestionnaire met en application plusieurs des principes énoncés précédemment qui, couplés à sa sagesse et à sa crainte de l'Éternel, lui permettent de prospérer à tous égards.

Ton argent est une arme puissante!

Il y a eu un *shift*<sup>66</sup> dans ma vie, lorsque ma perspective concernant les finances a changé. Avant, l'objectif premier de mon argent était d'assouvir mes désirs et de me faire du bien – ce qui en soi n'est pas mauvais toutes proportions gardées. Puis, le Seigneur m'a parlé et m'a rappelé que, si, certes, nous sommes dans le monde, nous ne sommes pas de ce monde (Jean 17:14-18). La vision du monde est la suivante: «*Fais-toi plaisir avant tout!*» Celle du Royaume de Dieu est diamétralement opposée: «*Meurs à toi-même*» (Galates 2:20, Éphésiens 4:22-24, Colossiens 3:5, Luc 9:23, Galates 5:24, Jean 3:30...). L'argent est un moyen qui doit être utilisé pour faire grandir le Royaume, bénir les personnes qui nous entourent et accomplir la volonté de Dieu dans nos vies.

Ton argent te donne un pouvoir et une responsabilité

En économie, il y a une notion que j'affectionne particulièrement, c'est celle de «*pouvoir d'achat*», dont le but est de mesurer la quantité de services et de biens matériels que nos revenus nous permettent d'acquérir. Notre argent nous donne un pouvoir et une responsabilité: il nous permet d'affirmer nos opinions, d'encourager des initiatives chères à notre cœur, de préserver notre santé, de protéger notre famille... Bref, chaque €, \$ ou ¥ dépensé est une prise de décision et reflète, d'une certaine manière, les motivations de notre cœur.

Par exemple, tu as pu voir dans le chapitre 9, intitulé «*Notre corps est un temple, chérissons-le!*», que mes achats alimentaires révèlent des partis pris dans ma vie:

- Je n'achète que peu d'articles dans les supermarchés car je ne cautionne pas les principes du commerce des industriels.
- Je privilégie les produits locaux ou issus du commerce équitable afin de soutenir, à mon niveau, les petits producteurs.

66. «*Changement radical*».

- Je suis prête à payer un peu plus cher pour des produits biologiques ou issus de l'agriculture raisonnée pour me désolidariser de l'utilisation massive de pesticides et autres produits chimiques qui polluent notre corps et notre planète.

As-tu conscience que ton argent est une arme ? Si oui, quels sont les combats qui te tiennent à cœur et que tu souhaites mener avec ?

Sème. sème. sème

Tous mes amis proches savent que je suis en totale admiration face à la beauté de la nature et que j'affectionne tout particulièrement la culture des avocatiers (petite pensée pour mon bel avocatier Harvest<sup>67</sup>, le rayon de soleil vert de mon salon ☺). D'ailleurs, je vais te parler de Harvest parce qu'il mérite d'être connu ! Harvest est la plante issue du noyau d'un avocat collecté dans le jardin de ma grand-mère martiniquaise. Après avoir mangé ce fruit (au passage, l'avocat est un fruit et non un légume !), nous avons le choix de jeter son noyau ou bien de le faire germer dans de l'eau. Lorsque tu mets le noyau à la poubelle, la semence devient stérile, lorsque tu l'as fait germer, elle est féconde. Comme tu t'en doutes, nous avons opté pour la deuxième option ; de belles et longues racines blanches sont apparues, une tige a germé, la plante a été baptisée Harvest. Je l'ai bichonnée, positionnée dans un terreau fertile, arrosée, mise au soleil, et je lui rappelle quotidiennement combien elle est forte, grande, belle et vaillante – et là, j'ai dû mettre ma foi en action surtout quand sa tige ne mesurait que deux centimètres ! Je l'ai surnourrie de peaux de banane, de pelures de légumes en tout genre et de coquilles d'œufs bourrées de minéraux et de vitamines, et voilà que, six mois plus tard, l'avocatier mesure un mètre de hauteur et compte pas moins d'une vingtaine de feuilles de quelque vingt centimètres de longueur. Pourquoi cette longue – bien que très belle – histoire ? Tout simplement pour imaginer le fait que les fruits (au sens propre comme au sens figuré) dépendent de la semence plantée et du soin apporté à sa croissance.

« Dis-moi ce que tu sèmes et je te dirai ce que tu récolteras. » La loi de la semence est une loi du Royaume. *Full stop!*

67. « Récolter ».

«Dis-moi ce que tu sèmes et je te dirai ce que tu récolteras»

Ton argent est une arme, mais c'est aussi une semence. Peut-être penses-tu que tu n'as pas assez d'argent aujourd'hui, que les quelques euros de ton porte-monnaie ne valent rien. Eh bien, détrompe-toi! Pense toujours «semence». Fais ta part et Dieu fera ce que tu ne peux pas faire. Sois fidèle dans la gestion de tes finances et vois Dieu à l'œuvre.

Entraîne-toi à être une semeuse! Et pourquoi pas :

- Utiliser cet euro qui traîne dans ton porte-monnaie pour offrir un café chaud à une personne dans la rue et en profiter pour converser avec elle?
- Commencer à acheter des produits alimentaires de qualité qui feront de toi une femme vaillante et en bonne santé?
- Investir dans cette formation qui te permettra de développer tes compétences et d'être plus efficace dans les missions dans lesquelles tu t'investis?
- Donner ta dîme chaque mois et apprendre à compter sur Dieu afin de Le voir à l'œuvre?
- Économiser quelques dizaines ou centaines d'euros par mois pour ce mariage dont tu rêves? Cette maison que tu imagines? Cette voiture que tu te vois déjà en train de conduire?
- Parrainer un enfant vivant dans un pays en voie de développement afin qu'il puisse sortir de la pauvreté, être éduqué et avoir un impact à son tour sur sa sphère familiale, sa communauté et même son pays?

Tu crois que la semence de Harvest m'est montée à la tête? Eh bien, non! La Bible elle-même nous exhorte à semer notre argent. Tu ne me crois pas?

Prenons Matthieu 25:14-30. Ce passage nous parle de la parabole des talents. Le talent, ici, ne représente pas une aptitude mais une ancienne monnaie romaine. Je te laisse le loisir de lire le passage en entier dans la Bible. En résumé, un homme, avant de partir en voyage, a confié à trois de ses serviteurs des talents. À son retour, il découvre que les deux premiers employés ont fait fructifier les biens dont ils avaient la charge. Le maître est fier et déclare à chacun d'entre eux: *«C'est bien. Tu es un serviteur bon et fidèle. Tu as été fidèle pour une petite chose, je vais donc te confier beaucoup de choses»* (verset 21). En revanche,

le troisième ouvrier a pris peur ; il a caché son talent et en a fait une semence stérile. Le maître est furieux : « *Tu es un serviteur mauvais et paresseux ! Tu le savais : je récolte ce que je n'ai pas semé, je ramasse ce que je n'ai pas planté. Donc tu devais mettre mon argent à la banque. De cette façon, à mon retour, je pouvais reprendre l'argent avec les intérêts !* » (versets 26-27). Notre objectif devrait être d'être appelées « bonnes et fidèles servantes ». Nous sommes mandatées à faire fructifier tout ce qui passe par nos mains. Alors, allons-y ! Je me joins à toi dans cet appel car, alors que j'écris ces lignes, mon cœur bat à cent mille à l'heure ! Moi aussi, je veux rentrer dans cette dimension de semence, de croissance, de multiplication et de récolte !

J'aime Joël 2:25 qui parle de Dieu qui déclare à Son peuple qu'Il rattrapera les années mangées par les sauterelles. Ces insectes, qui font partie des dix plaies d'Égypte, sont connus pour leur capacité à ravager des champs entiers de récoltes. Tiens, tiens !!! Peut-être que ta semence jusqu'ici n'a pas porté de fruits, peut-être que, comme moi, tu as très mal géré ton argent pendant longtemps. La bonne nouvelle, c'est qu'il n'est pas trop tard ! Ta semence, aussi petite soit-elle, plantée sous la protection de Dieu, peut porter de beaux et grands fruits.

Alors, vas-y ! Sème, sème, sème dans les domaines où tu veux récolter des fruits et dans les rêves que tu souhaites voir se réaliser !

## Une stratégie pour nos finances

N'oublie pas que « sans vision le peuple périt ». Quelle vision as-tu pour tes finances ? Que souhaites-tu atteindre, soutenir, dénoncer, déclarer avec ces dernières ? Maintenant, ce dont tu as besoin, c'est d'un plan pour *back-up*<sup>68</sup> cette vision. J'aimerais te proposer un petit exercice pratico-pratique. Pour cela, tu n'as besoin que d'une feuille de papier et d'un stylo ou bien d'un tableau réalisé sous Excel. Nous allons consigner par écrit l'ensemble de tes revenus (ton sac de semences) et déterminer les postes (ou les parcelles de terre pour filer la métaphore) dans lesquels nous voulons voir des fruits pousser à court, moyen et long termes.

Voici concrètement comment cela s'est matérialisé à un moment de ma vie où mon salaire mensuel net était de 2550 € (100 %).

68. « Soutenir ».

<i>Dîme</i>	255 € (10 %)	Principe biblique de la dîme. Je pense qu'en redonnant à Dieu 10 % de mes revenus, Il bénit les 90 % restants bien plus que si j'avais conservé les 100 %. La dîme, c'est avant tout remercier Dieu pour ce qu'Il me donne et me rappeler que tout vient de Lui et que, sans Lui, je ne suis rien.
<i>Offrandes et parrainage d'enfants</i>	128 € (5 %)	Utiliser une partie de mes revenus pour impacter la vie d'autres personnes et encourager des ministères qui sont chers à mon cœur.
<i>École biblique et cours divers</i>	120 € (5 %)	Désir de me former continuellement, de grandir dans la Parole de Dieu et de répondre à l'appel posé sur mon cœur de venir en aide aux célibataires et aux couples.
<i>Loyer</i>	650 € (25 %)	Me loger! Dépense indispensable.
<i>Carte de transport</i>	75 € (3 %)	Besoin. Carte de transport qui me permet de faire des voyages illimités en IDF.
<i>Courses alimentaires</i>	300 € (12 %) + 144 € de titres-restaurants	Poste souvent déficitaire et qui nécessite plus de rigueur de ma part. Astuces: acheter des produits de qualité, limiter les restos et cuisiner plus souvent « maison ».
<i>Santé et mutuelle</i>	100 € (4 %)	Prendre soin de ma santé. Merci, Seigneur, je suis très rarement malade!
<i>Soins esthétiques et vêtements</i>	100 € (4 %)	Je n'aime pas faire du shopping dans les magasins et je m'achète des fringues environ deux fois par an. Je profite des ventes privées et des bons plans en ligne. Ne pas oublier les Beauty Days. Notre corps est un temple et il faut le magnifier de temps en temps 😊
<i>Sport</i>	120 € (5 %)	Le sport est vital pour moi: budget pour les courses sportives, le matériel et/ou les abonnements à la salle.
<i>Économies</i>	600 € (24 %)	Épargne consacrée à des projets différents selon les saisons: ameublement, longs voyages, achat de mon appartement...
<i>Téléphonie et frais bancaires</i>	40 € (2 %)	
<i>Autres</i>	67 € (3 %)	Petite marge de manœuvre.

Une gestion réfléchie, consciencieuse et disciplinée de nos finances nous permet de réaliser beaucoup d'actions qui ont du sens et de semer dans différents domaines afin de récolter, au bon moment, des produits diversifiés qui enrichiront toutes les sphères de notre vie.

Je vois déjà venir la question suivante : « *Mais Élodie, je suis encore étudiante et je n'ai pas de revenus/mes revenus sont bien trop limités pour appliquer ce concept.* » Que nenni ! Il est dit dans la Bible :

◀◀ Honore l'Éternel avec tes biens, Et avec les prémices de tout ton revenu. »

*Proverbes 3:9 (Segond 1910)*

Peut-être que tes revenus prennent la forme d'argent de poche octroyé par tes parents, ou bien d'une bourse attribuée par le gouvernement, ou encore d'un chèque donné à Noël par tes aïeux. Ces sources d'argent sont peut-être irrégulières (exemple : baby-sitting), peu importe. Toute ressource qui passe entre tes mains doit être pensée dans sa dépense et utilisée pour honorer notre Seigneur. Attention, ne te méprends pas, je n'ai jamais dit qu'il fallait donner l'ensemble de son revenu en dîmes et offrandes (voir le tableau de la page précédente – qui n'est qu'un exemple et montre une possible répartition des ressources qui m'ont été confiées). Aller chez le coiffeur de temps en temps honore Dieu ; acheter des aliments de bonne qualité et nutritifs honore Dieu dans le sens où cela nous permet de prendre soin de notre corps qui est le temple du Saint-Esprit. Faire du sport est excellent pour notre santé, notre bien-être émotionnel et notre confiance en nous, et a un impact positif sur nos relations, notre travail, notre ministère...

En remplissant ce tableau, tu vas pouvoir faire le point sur tes dépenses et questionner ces dernières. Es-tu en accord avec les réponses obtenues ?

Waouh!!! *I am on fire!*<sup>69</sup> Ce chapitre a réveillé quelque chose en moi et j'espère que toi aussi tu as un feu nouveau qui brûle en toi et un désir ardent d'être une semeuse fidèle, qui ne se relâchera pas et va porter, au moyen de ses finances, beaucoup de bons fruits dans sa vie et dans son mariage !

69. « Je suis en feu ! »

## PRIÈRE INSPIRÉE

« Waouh!!! Seigneur, quelle merveille que de pouvoir collaborer avec Toi pour nos finances afin de faire une différence là où nous sommes positionnées. Donne-nous de toujours Te mettre en premier, de reconnaître l'importance et la responsabilité liées à la gestion financière. Aide-nous à garder un regard équilibré sur l'argent et préserve-nous d'en faire une idole dans notre vie. Je prie pour que Tu nous revêtes d'un "esprit de *business woman*" et d'une sagesse nouvelle. Montre-nous les domaines dans lesquels Tu souhaites que nous nous investissions afin de faire croître des fruits bons et agréables. Que nos finances soient une bénédiction pour le Royaume. Mets un sceau particulier sur nos semilles et fais ce que nous ne pouvons pas faire. Apprends-nous à être de bonnes et fidèles servantes dans ce domaine. Que la gestion de nos ressources financières soit une grande bénédiction dans notre mariage à venir. Nous Te remercions et croyons que cette prière T'est agréable. *I love You my Lord\**. »

\*« Je T'aime, mon Seigneur. »

## POUR ALLER PLUS LOIN

- *30 Days to Taming Your Finances* de Deborah Smith Pegues (Harvest House Publishers).

- *Beyond Blessed: God's Perfect Plan to Overcome All Financial Stress* de Robert Morris (FaithWords).

- « 40 jours pour révolutionner vos finances », formation en ligne présentée par Kurt et Lis Buehlmann.

Kurt et Lis Buehlmann, formateurs en gestion financière, sont les représentants francophones d'un ministère international qui aide des millions de chrétiens à gérer leurs finances selon une perspective biblique. À l'époque où j'ai suivi cette formation, je l'ai faite avec l'une de mes meilleures amies pour me challenger à aller jusqu'au bout et échanger sur le sujet. Je recommande fortement de la suivre en binôme!

## Chapitre 11

# Et si on parlait sexe ?

Comme j'ai été mariée, je peux parler plus librement de ce sujet que certaines personnes, sans que cela soit (trop) mal vu ☺ Dans tous les cas, j'ai décidé d'aborder ce chapitre avec une certaine liberté de parole !

Être chrétienne ne veut pas dire être prude, tout comme être célibataire ne signifie pas être asexuée. Aimer le Seigneur ne nous empêche pas d'être humaines, d'avoir une libido, d'exprimer l'énergie de notre jeunesse et la passion de notre personnalité. Voilà pour l'intro, le ton est donné. Toutefois, si le fait d'être chrétienne ne supprime pas en moi ces désirs humains, l'amour que je porte à Dieu et la compréhension que j'ai de la sexualité selon Ses desseins m'amènent à adopter une vision très différente de celle du monde sur ce sujet et à faire des choix soumis à mes convictions.

Laisse-moi te dire une chose : faire l'amour avec un homme qui t'aime et te respecte et que tu aimes et respectes, c'est tout simplement GÉNIAL!!! Honnêtement, c'est l'une des meilleures inventions de Dieu, vraiment !

Je ne vais pas trop m'étendre sur le sujet car il y a des millions de livres passionnants qui traitent cette thématique. Je t'en recommande quelques-uns dans la section « Pour aller plus loin » que tu trouveras à la fin de ce chapitre. Je souhaiterais également te recommander les chapitres suivants, issus de deux mini-livres (uniquement en anglais), disponibles gratuitement sur Internet :

- *A Girl's Guide to Marrying Well*: “Why men need sex” (page 19); “Sex is energy that holds people together” (page 26); “Sex is not about waiting” (page 27); “Don't let the pot boil” (page 28); “How to turn

down the heat” (page 30); “Leaving the edge” (page 31); “Thinking about marriage” (page 34).

• *A Guy’s Guide to Marrying Well*: “Solomon’s line on premarital sex” (page 24); “The seduction of porn” (page 25); “Three reasons not to have physical intimacy outside of marriage” (page 30); “Not getting stuck” (page 33); “Don’t let the pot boil” (page 34); “The problem with ‘how far can we go?’” (page 35).

Voici quelques points que j’aimerais brièvement aborder avec toi :

Tout d’abord, je voudrais faire le distinguo entre faire l’amour et avoir une relation sexuelle « mécanique ». L’acte sexuel peut en effet être une pratique sans attachement émotionnel, qui répondrait alors à un besoin biologique et centré sur le plaisir individuel. C’est « le sexe pour le sexe ». Les coups d’un soir, les *one shots*, le recours au *sex friend*, bien sûr que j’en ai eu envie, parfois. J’ai souvent eu des opportunités. Cependant, je ne souhaitais pas devenir celle qui utilise l’autre pour satisfaire son plaisir et je ne désirais pas non plus être réduite à un objet sexuel aux yeux d’un homme. C’est un choix conscient et éclairé – mais pas toujours facile à faire – de ne pas mettre mon corps au service du manque de maîtrise de mes pulsions charnelles et de mes émotions.

« Faire l’amour » revêt une tout autre dimension. Nous sommes là dans le don animé par l’amour que l’on porte à l’autre. Il y a bien sûr l’acte sexuel en soi, mais il est enrichi d’une dimension émotionnelle, psychique et spirituelle. C’est l’expression suprême d’un amour profond, la recherche d’une intimité ultime, de l’union multidimensionnelle et créatrice de deux êtres.

## Se préserver pour éviter les blessures

Je crois fermement que Dieu nous demande de nous préserver jusqu’au mariage pour notre bien et non pour nous frustrer ou nous faire suer ☺ – nous sommes à un niveau suffisamment avancé du livre pour ne plus poser de faux-semblants entre nous !

La vie de couple est faite de plusieurs étapes et nous devrions prendre le temps d’apprécier chacune d’entre elles. Toutes posent un socle qui permet de fonder des bases et de décider d’aller plus loin... ou pas dans la relation.

Le psychologue canadien Yvon Dallaire définit la première des cinq étapes du couple comme celle de la « lune de miel » : *« Hommes et femmes se présentent sous leur plus beau jour, tous deux étant dépendants de la réceptivité ou non de l'autre. L'homme n'est jamais aussi attentif et communicatif. La femme n'est jamais aussi admirative et réceptive. En même temps, les deux ont tendance à auréoler la personne qu'ils convoitent. »* La passion minimise les défauts et peut nous tromper sur la véritable personnalité de l'autre et ses intentions profondes. Avoir des relations sexuelles à un stade trop précoce de la relation ou multiplier les partenaires (même si on est amoureux) revient à vivre une brisure plus grande si la relation prend fin, à prendre le risque d'apporter un bagage émotionnel lourd dans la prochaine relation et, surtout, à vivre la déception d'avoir offert notre plus profonde intimité à quelqu'un avec qui on ne souhaite finalement pas être.

Faire l'amour à un homme que l'on aime et qui nous aime, avec qui on a pris le temps de franchir chacune des étapes du couple, qui a notre confiance, notre respect, c'est un don inestimable offert en gage d'une volonté d'investir dans cette union pour la vie.

### Capacité à se préserver et maîtrise de soi

L'homme est censé être la tête du foyer, celui sur qui la femme peut compter et s'appuyer. S'il ne parvient pas à se maîtriser ou, pire, s'il convainc intentionnellement sa copine ou sa jeune fiancée d'avoir des relations sexuelles avant le mariage alors que tous deux sont chrétiens et avaient fait le choix de se préserver, ce n'est pas de bon augure pour la suite. En effet, cela démontre un manque de discipline, de maturité et de maîtrise de soi.

Au contraire, un homme croyant qui fait le choix, avec sa fiancée, de se préserver jusqu'à la noce, qui protège cet engagement en posant des limites (en s'interdisant de dormir seul chez la jeune femme, en évitant les caresses en dessous de la ceinture, les très longs baisers langoureux, et en ne se dévêtant pas devant sa copine...), fait preuve d'une grande maturité et de discipline, et renforce la confiance que sa conjointe aura envers lui. Elle sait alors qu'elle peut compter sur lui pour marcher dans les voies de Dieu et la pensée d'infidélité ne lui traversera pas facilement la tête.

Donner au sexe la place qui est la sienne

Je le répète : le sexe, c'est GÉNIAL ! Donc, quand tu seras mariée, fonce ! Pratique-le régulièrement avec ardeur, folie, aussi souvent que possible et fais-en ton sport principal, teste les endroits et les positions insolites, bref, éclate-toi ! La Bible même te le recommande :



Ne vous privez point l'un de l'autre. »

1 Corinthiens 7:5 (Segond 1910)

Dieu Lui-même – qui, je le rappelle, a créé les relations sexuelles – est pour **une pratique passionnée et passionnelle... mais dans un contexte bien défini**. Si ces propos te choquent ou que tu en doutes, je t'invite à lire le Cantique des Cantiques avant de poursuivre la lecture de ce chapitre ☺

Quand j'étais petite, on écoutait souvent à la maison une chanson qui disait : « *Il y a un temps pour toute chose* » (inspiré sûrement d'Ecclésiaste 3:1). Lorsque Dieu m'a parlé en me disant qu'Il voulait passer du temps à part avec moi pour guérir mon cœur et m'enseigner, je savais que cela signifiait que je devrais traverser une période de célibat plus ou moins longue. J'ai alors fait cette prière : « *Seigneur, je veux bien rester seule, mais ma libido est très élevée et sexuellement je ne pourrai pas tenir longtemps. Donne-moi la capacité de me préserver et d'attendre selon Ta volonté. Je n'y arriverai pas par moi-même si Tu ne m'aides pas.* » Eh bien, tu sais quoi ? Ça a marché ! Du jour au lendemain, c'est comme si mes pulsions et mon désir sexuel avaient été mis sur pause. Détachée de passions charnelles après avoir vécu la majeure partie de ma vie d'adulte en couple, j'ai pu prendre le temps de me recentrer sur celle que j'étais, celle que je voulais être, grandir, écouter la voix de Dieu, désapprendre afin de redécouvrir les desseins originaux derrière le mariage, m'éduquer et définir la direction que je souhaitais prendre dans la vie.

## Le sexe ne fonde pas un mariage heureux

J'entends parfois des personnes dire que, comme pour une voiture, il faut « *tester avant d'acheter* ». Je pense que le mariage ne se base pas initialement sur le sexe. Je m'explique : les relations sexuelles et éléments attenants (taille du pénis pour Messieurs, expériences précédentes, connaissance du Kama-sutra...) ne doivent pas être la priorité numéro un, le socle sur lequel se fonde la relation de couple. Je pense en effet que de bonnes relations sexuelles découlent de la qualité de la relation que l'on a construite au préalable et d'une bonne communication entre les conjoints. Donc, investis dans cette relation dès aujourd'hui (avec toi-même si tu es seule) et durant les fiançailles. Les relations sexuelles n'en seront que positivement influencées pendant le mariage. Ce sera le temps de la récolte, le fruit dont tu te délecteras après avoir semé avec fidélité. Si l'on se sent aimé(e), respecté(e), en confiance, que l'on a pris le temps de briser les tabous, que l'on est à l'aise avec son corps, que l'on est à l'écoute de l'autre, que l'on fait le choix de bien communiquer ensemble et que l'on décide de lâcher prise, alors on possède les ingrédients nécessaires à des relations sexuelles jouissives !

Nous sommes des êtres sexués, créés pour apprécier le sexe dans un contexte épanouissant et sécurisant. Si l'on rencontre des obstacles, eh bien on relève ses manches et on les affronte à deux. Cette épreuve devient alors un ciment qui fédère encore plus le couple.

Ainsi, par exemple, beaucoup d'hommes doivent faire face à des éjaculations précoces. Ce n'est pas une fatalité. Cela peut être dû à des années de pratique de la masturbation (habitude d'éjaculer quand on en a envie pour son seul plaisir), une excitation mal contrôlée, une peur, le besoin d'apprivoiser son orgasme avec le timing – généralement plus lent – de la femme. Si cela peut être angoissant pour les hommes et source de complexes, les femmes sont généralement compréhensives sur le sujet et en capacité de dédramatiser la chose. Au sein d'un couple uni, qui a su créer un environnement où chacun peut exprimer ses doutes, faiblesses, peurs, en sachant qu'il ou elle sera accepté(e), aimé(e) et non jugé(e), cela peut se régler très rapidement. Au moyen de la discussion, de lectures spécifiques sur le sujet, en consultant un sexologue ou encore en pratiquant de petits exercices érotico-pédagogiques qui peuvent non seulement pimenter la vie de couple mais aussi créer un lien fort entre les époux. Donc, l'excuse « *je teste avant d'acheter* » n'en est pas une.

## Être célibataire ne fait pas de moi un être asexué

Je parlais de notre sexualité de « célibattantes » avec deux amies trentenaires comme moi. Nous étions toutes les trois parvenues à la même conclusion : ce sujet était tabou. Pire, c'était comme si à l'église la sexualité ne prenait vie qu'une fois en couple.

Voici quelques éléments au travers desquels exprimer sa sexualité même lorsque l'on est célibataire :

- Le choix de la lingerie : dentelle, strings, dessous féminins, voire sexy... Bref, choisis la lingerie qui te plaît et dans laquelle tu te sens confiante.
- Les tenues de nuit : encore une fois, tu as un large choix entre les nuisettes en satin, les déshabillés en soie, les couleurs *girly* ou sobres, les coupes longues ou courtes...
- La danse, qui est un bon exutoire pour notre féminité. Les danses latines, la pole dance sont des pratiques particulièrement féminines. Elles revêtent une grande sensualité et participent au déploiement de la confiance en soi et le *release*<sup>70</sup> de ton énergie sexuelle. Il n'y a aucun homme dans la salle de classe, ce qui prouve que l'expression de notre sensualité féminine n'a pas forcément besoin d'être exposée au mâle pour prendre place (je pense que mon futur mari sera très heureux que je lui fasse une petite démo perso ☺).

Nos hormones ne font pas la distinction entre célibataires et femmes en couple. Comme dirait Rachel Miquel Dufour dans *Hourra pour le Va-Jay-Jay*, que tu sois en solo ou en duo, ton cycle mensuel ne fait pas non plus le distinguo. Si la machine biologique est donc bien en route, quel que soit mon statut marital, comment embrasser cette sexualité ? Tout d'abord, je dirais qu'il ne faut ni la refouler ni en avoir honte, car ta sexualité est un don de Dieu (cela risquerait de poser des complications une fois en couple).

La sexualité revêt différents niveaux :

- **La sexualité d'un point de vue émotionnel.** Entoure-toi donc d'amis, sans rechercher l'exclusivité, dans cette période de célibat et ouvre ton cœur à des personnes qui t'aideront à te sentir en sécurité. Il est

70. « Libération ou décharge ».

important que tu sois entourée de personnes de confiance avec qui partager tes questionnements, tes doutes et tes batailles.

- **La sexualité d'un point de vue physique.** Il est primordial de connaître son corps et de s'éduquer sur le sujet : qu'est-ce que la libido ? Le clitoris ? Le point G ? Comment fonctionne le cycle menstruel ? Quel est le rôle des hormones ?... Je te recommande de parcourir un bon livre technique sur le sujet et de consulter un gynécologue de manière régulière qui t'accompagnera dans tous ces changements hormonaux.

La pratique régulière d'activités physiques et/ou artistiques est aussi un bon moyen de gérer cette énergie sexuelle le temps du célibat en libérant quelques endorphines (hormones du plaisir) dans ton corps.

## CONSEIL D'UNE SŒUR



Parfois, lorsque nous sommes amoureux, on a envie d'aller vite, de sauter les étapes. Il ne faut pas voir ces dernières comme des obstacles mais plutôt comme des barrières de protection. Chacune d'entre elles joue un rôle spécifique. Voici ma vision personnelle.

- La séduction, le flirt : quelque chose nous attire chez l'autre et on essaie de susciter son attention. C'est une étape agréable, joueuse.
- Le *dating* : on décide de passer du temps ensemble, on se dévoile un peu plus, on partage des activités et on prend le temps de découvrir les centres d'intérêt de l'autre.
- Le couple : les deux font le choix de se mettre ensemble. Nous ne sommes plus seulement deux entités indépendantes, mais une troisième se forme, le « nous » prend place.
- La lune de miel : c'est le temps de la passion, tout est beau, l'autre est l'être idéalisé attendu. Ses défauts, ses faiblesses ne sont que très peu visibles. On a des papillons dans le ventre, chaque seconde qui nous sépare de l'être aimé est un calvaire, on peut parler au téléphone pendant des heures de tout et de rien.

- Le retour à la réalité : le rythme cardiaque revient à la normale, le couple évolue, les personnalités et les différences sont plus visibles. Une complicité peut se créer. On est moins dans l'amour passionnel; ce dernier est plus mature, plus profond aussi s'il a survécu à la fin de la lune de miel.

- Les fiançailles : on souhaite passer un cap en officialisant davantage la relation. C'est également l'étape qui doit précéder le mariage. C'est le moment durant lequel on a la légitimité d'aborder des thèmes plus « sérieux » et parfois tabous : le style de vie que l'on souhaite adopter, la gestion des finances, la sexualité, le désir ou non de fonder une famille, l'éducation qu'on souhaite donner aux enfants, la relation aux parents et à la famille élargie, l'engagement spirituel, la vision que l'on a pour sa vie... Autant de sujets à aborder avant de se marier pour éviter les déconvenues.

## POUR ALLER PLUS LOIN

### **Lectrices célibataires**

• *Hourra pour le Va-Jay-Jay: La Sexualité féminine du berceau au tombeau* de Rachel Miquel Dufour (éditions MLK).

• *Célibataire et heureux dans un monde de couples* de Harold J. Sala (La Maison de la Bible).

• *Attends-moi: Les Joies de la pureté dans la relation amoureuse* (traduit de *Wait For Me: Rediscovering the Joy of Purity in Romance*) de Rebecca St. James (Farel). L'auteure donne des conseils pratiques et répond aux questions fréquemment posées par les jeunes sur la sexualité.

• *Du célibat à la vie de couple* de Pauline Juvet (RDF Éditions), avec qui j'ai eu le plaisir de parler et qui m'a beaucoup encouragée dans les débuts de la rédaction de ce livre. Je t'encourage à visiter son site Internet: [liberespouraimer.com](http://liberespouraimer.com)

Les deux mini-livres (en anglais) que je recommande aux adolescents et aux jeunes adultes :

- [A Girls' Guide to Marrying Well](#);
- [A Guy's Guide to Marrying Well](#) (même si ce livre se destine initialement aux gars, il nous permet, à nous les filles, d'être conscientes de leurs besoins, de leur façon de penser et de leurs attentes. Bref, il nous aide à mieux les comprendre!!!).

*Suite page suivante*

**Lectrices en couple**

- *The Marriage Book: How to Build a Lasting Relationship* de Nicky et Sila Lee (HTB Publications).

**Lectrices mariées**

- *52 Ways to Have Fun, Fantastic Sex: A Guidebook for Married Couples* du Dr Clifford et de Joyce Penner (Thomas Nelson).
- *Making Love: The Chapman Guide to Making Sex an Act of Love* de Gary Chapman (Tyndale House Publishers).

PARTIE III



# Le choix du conjoint



# Prélude

« Tout d'abord, prends le temps de découvrir la personne  
que Dieu te réserve; puis, dans un second temps,  
exprime tes sentiments à son égard. »

*Derek Prince*

*Trouver son conjoint n'est pas un jeu. Nous sommes en guerre et ce livre est une arme qui, je l'espère, sera aussi puissante dans nos vies que les effets des radiations d'une bombe nucléaire!*

*Si aujourd'hui tu es célibataire depuis un certain temps, que tu en souffres et que cela affecte toutes les sphères de ta vie, alors il est temps que la guerrière qui sommeille en toi se lève, brandisse les armes et mène un combat spirituel. Il est temps que tu te lèves face à ton ennemi, avec l'assurance d'avoir déjà la victoire en Christ. Il est temps de dire « STOP » à l'opposition et de partir à la reconquête de tout ce qui t'a été volé (en réclamant bien entendu les intérêts!).*

*Je te propose donc un plan stratégique d'attaque que nous allons dérouler dans les chapitres qui suivent.*



## Chapitre 1

# Des critères et un choix

**N**ous voici donc arrivées à un sujet particulièrement attendu : celui du choix du conjoint. Il s'agit là d'un point sensible et souvent source d'inquiétudes. En effet, beaucoup d'entre nous sont conscientes que cette décision engagera notre être et notre vie dans leur globalité et en cela ont peur de faire le « mauvais choix ».

Je te propose de passer en revue tous les fondements sur lesquels nous devrions rester en alerte quand adviendra le temps de choisir notre partenaire de vie. Ce sont, personnellement, des critères auxquels je ne dérogerai pas. Je précise que ce qui suit s'applique aux personnes célibataires qui veulent mettre Dieu en priorité dans leur existence.

### Des tempêtes à venir

Tu sais quoi ? Les tempêtes s'abattront sur toi au cours de ta vie (c'est toujours bon de le rappeler pour celles qui auraient encore des doutes !!!) ; certaines feront même preuve d'une véritable violence. Cela faisant partie de l'essence même de notre existence, autant donc nous y préparer afin de ne pas nous laisser surprendre. Lorsque les tempêtes<sup>71</sup> feront rage, ce ne sera pas le moment de quitter le navire, il faudra faire le choix à

71. Je ne parle pas ici de situations extrêmes et exceptionnelles qui demandent d'être traitées au cas par cas (violences domestiques, infidélité à répétition...).

trois, avec le Seigneur, de les affronter victorieusement, avec courage, humilité, endurance et une grosse dose d'amour. C'est en cela qu'il est extrêmement important de faire le bon choix concernant notre conjoint dès le début, en se basant sur des critères primordiaux et bibliques qui nous guideront à prendre la meilleure décision.

## Quelques considérations au préalable

### **1. La personne parfaite n'existe pas!**

Nos maris seront des pécheurs (pas de ceux qui vont en mer, mais plutôt de ceux qui font des péchés ou autrement dit « qui commettent des erreurs »). Alors, les filles, fini l'idéalisation fantasque du prince charmant! Disney nous a bercées d'illusions et il est grand temps de revenir sur Terre. Plus tôt on assimilera ce principe, mieux on se portera et moins de pression on posera sur l'autre. Mine de rien, c'est un petit deuil à faire (et je sais de quoi je parle puisque je suis de base une « romantico-idéalisto-rêveuse »); mais ça serait trop lourd, injuste et malsain que de faire peser sur l'autre des attentes et un poids qui ne devraient pas être les siens. Il a oublié vos sept mois et demi de relation (mais qui célèbre ça au passage ?) ? Cours vers Dieu, déverse sur Lui tes larmes, calme-toi et, une fois ton cœur consolé par le Saint-Esprit, pourquoi ne pas expliquer, avec douceur – sans être sur l'offensive – l'importance que revêt ce genre de détails à tes yeux ?

Non seulement l'homme parfait n'existe pas, mais comme nous l'avons vu dans la première partie, l'une des missions principales du mariage est de nous édifier spirituellement et de faire de nous de meilleures personnes.

### **2. Distinguer les éléments primordiaux des éléments secondaires**

Avant d'entrer dans une relation de couple, identifie au préalable quels sont pour toi :

**[a]** Les éléments primordiaux/indispensables sur lesquels tu n'es pas prête à faire des concessions.

**[b]** Les éléments secondaires sur lesquels tu pourras faire des compromis et qui ne feront pas partie des batailles à mener.

Construire à deux, c'est aussi savoir faire des concessions, travailler avant tout sur soi-même lorsque la faute pourrait légitimement être attribuée à l'autre – la seule personne que tu puisses véritablement influencer et changer, c'est toi! Et, crois-moi, cela représente déjà un énorme travail à abattre!

Sachons mettre de côté les choses qui ne sont pas importantes et déterminantes dans une vie! Ne nous disons pas: «*Avec le temps et l'aide du Saint-Esprit, je vais le changer.*» Non, non et trois fois non!

La vraie question est la suivante: peux-tu l'accepter tel qu'il est aujourd'hui, avec ses défauts et ses qualités, en pensant que, peut-être, aucun des éléments qui te chiffonnent ne changera? Si la réponse est «*oui*», alors les feux sont au vert pour poursuivre la relation; en revanche, si la réponse est «*non*», peut-être est-il temps de prendre un peu de recul, d'analyser la situation et de te poser quelques questions avant d'envisager d'aller plus loin.

Par exemple, pour moi, le rangement (et quand je dis «*rangement*», je pense notamment aux chaussettes et aux slips qui traînent dans la maison) fait partie des éléments secondaires. Si mon mari est ordonné, tant mieux, sinon, jusque dans une certaine mesure, je pense pouvoir m'en accommoder et même en rire ☺ En revanche, un caractère colérique, acerbe et constamment dans le jugement d'autrui est un élément rédhibitoire à mes yeux. Il n'y a aucun compromis envisageable. *Full stop!*

### **3. Nourrir et cultiver les bons côtés de notre homme**

Si je mets devant tes yeux une feuille blanche avec un point noir, sur quoi fixeras-tu ton attention? Le point noir, non? Pourtant, ce dernier ne représente qu'une infime partie de la feuille. Nous, «*êtres humains névrosés*», avons cette fâcheuse tendance à nous focaliser sur ce qui ne fonctionne pas en essayant de le résoudre. Ce n'est pas mauvais en soi, mais pourquoi ne pas développer cette capacité à voir le bon, à s'en réjouir, à le célébrer et à le cultiver? Quels pourraient en être les effets?

Une fois que nous avons fait le tri entre les éléments qui sont à nos yeux primordiaux et les éléments secondaires, nous pouvons faire un choix éclairé quant au fait de poursuivre ou non la relation. Lorsque nous décidons de nous mettre en couple, nous devons mettre notre «*double cape d'agricultrice/business woman*» et cultiver tout le bon qui sommeille, émerge ou fleurit déjà chez notre conjoint. Comment? Tout

simplement en honorant notre homme, en exprimant de la GRATITUDE et de la RECONNAISSANCE pour tous les aspects positifs qui émanent de sa personne. En nous détournant du point noir, nous laissons l'espace blanc nous envahir. J'ai considéré mon premier mari comme « acquis » ; aujourd'hui, je suis consciente de l'importance de reconnaître le privilège de faire notre vie avec la personne que nous avons choisie.

## TÉMOIGNAGE



### *Ma sœur, cette veinarde !*

Depuis plus de treize ans, j'ai un beau-frère humble et discret qui a probablement quelques points noirs sur sa copie mais qui mérite d'être célébré ☺

C'est un homme juste, droit, travailleur, qui ne se plaint pas, aimant, aidant dans les tâches domestiques, beau, fidèle, à l'écoute, disponible pour ses enfants, et un incroyable bricoleur qui anticipe constamment les besoins de sa famille. Parfois, je titille ma sœur quand elle déclare d'un ton détaché presque normal : « *Alors, C. s'est rendu compte que je n'avais pas assez de place dans les placards, donc il nous a fait des dressings aux enfants et à moi. Il a également changé les prises électriques, cassé le mur pour poser une cloison, refait le sol, créé un espace de détente, changé les roues de la voiture...* » Et moi de lui rétorquer : « *Tu te rends compte de la chance que tu as et de l'homme merveilleux avec qui tu partages ta vie ?!!! J'espère que tu le lui dis régulièrement, car ce mec c'est une vraie pépite d'or!* » Elle se met ensuite à rire et me répond : « *Oui, oui, tout le monde me le dit!* » Mais je suis certaine que ce qui a le plus de valeur aux yeux de C., ce sont les paroles d'admiration de sa femme.

#### 4. Profiter à fond de chaque étape de la relation !

Le temps passe à une vitesse folle. Pourquoi engloutir une pâtisserie que l'on pourrait déguster en décuplant ainsi tous les plaisirs qu'elle nous apporte ?

Prendre le temps de consolider chaque étape de la relation avant de passer à la suivante me semble très bénéfique. Cela permet de poser des fondements solides et de faire machine arrière en s'évitant bien des blessures.

Je terminerai cette introduction en citant la phrase d'un auteur inconnu qui ne cesse de résonner dans mon cœur : « *Un mariage fort, qui dure, repose sur la capacité de deux individus à s'adapter aux choses mauvaises. C'est la capacité d'un couple à s'ajuster aux circonstances qu'il ne contrôle pas qui fera que l'union résiste ou se brise.* »

Puisque désormais quelques bases ont été posées, pourquoi ne pas nous intéresser aux caractéristiques essentielles dans le choix de notre conjoint.

Un homme amoureux de Dieu avant tout

#### Dieu, la source de notre amour

« Jésus lui répondit : Tu aimeras le Seigneur, ton Dieu, de tout ton cœur, de toute ton âme, et de toute ta pensée. C'est le premier et le plus grand commandement. Et voici le second, qui lui est semblable : Tu aimeras ton prochain comme toi-même. »

*Matthieu 22:37-39 (Segond 1910)*

Je suis intimement convaincue que l'amour de Dieu agit en nous telle une source intarissable nous permettant d'aimer notre conjoint même dans les situations les plus extrêmes (voir mon témoignage au Japon alors que mon ex-mari et moi étions séparés, dans « Mise en bouche »).

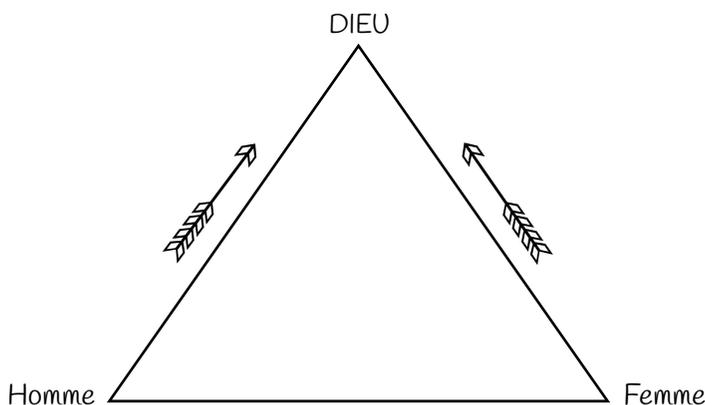
Aimer ne sera pas toujours évident et naturel ; parfois, il s'agira d'un choix que nous devons faire et le soutien de l'amour de Dieu ne sera alors pas superflu.

## Un couple est appelé à évoluer

Nous rencontrons un individu à un moment donné et tombons amoureux de la personne qu'il est à cet instant-là. Toutefois, la vie nous appelle indéniablement à évoluer : notre carrière professionnelle, l'arrivée des enfants, la maladie, les opportunités nouvelles, les coups durs... Tout cela va influencer notre existence différemment et peut amener des conjoints à prendre deux chemins distincts. Faire de Dieu notre premier amour est un magnifique moyen pour nous aider à garder le même cap et à cheminer ensemble. En mettant Dieu en premier, nous nous assurons de partager des valeurs et principes intangibles sur lesquels construire des fondations solides pour notre couple.

### Dieu, le médiateur des situations difficiles

Lorsque Dieu est au cœur de la relation et le premier amour de chacun des conjoints, ces derniers peuvent respectivement se tourner vers Lui en cas de situation conflictuelle ; Il devient alors un médiateur.



« Et si quelqu'un est plus fort qu'un seul, les deux peuvent lui résister ; et la corde à trois fils ne se rompt pas facilement. »

*Ecclésiaste 4:12 (Segond 1910)*

## Le risque de se mettre en couple avec un inconverti

À la fin de ce chapitre, je te partage le témoignage de ma propre expérience avec un non-chrétien. J'ai beaucoup hésité à raconter cet épisode très personnel de ma vie ; toutefois, je me suis dit que c'était un sujet assez tabou dans le monde chrétien qui méritait d'être abordé.

Lorsque j'étais en couple avec cette personne, j'avais l'impression d'aller à l'encontre de mes convictions et des choix profonds que je souhaitais faire pour ma vie. À partir du moment où j'ai compris que la mission première du mariage n'était pas la recherche du plaisir ou du bonheur, mais bien de l'édification spirituelle et de l'avancée du Royaume de Dieu, je n'avais plus qu'un désir : choisir un mari qui me tirerait vers le haut dans ma relation avec Jésus.

J'ai eu l'opportunité de converser avec plusieurs femmes chrétiennes mariées à des incroyants. De ces échanges, je fais les constats suivants : l'émergence d'une grande tristesse commune à l'idée que l'homme de leur vie ne soit pas sauvé ; la solitude dans leur foi lorsqu'elles se retrouvent seules dans le combat spirituel ; les difficultés du quotidien relatives à l'éducation des enfants, les choix de carrière, de style de vie, la manière d'organiser leur temps libre et leurs loisirs...

Dans ma vie, j'ai également souvent croisé des jeunes filles/femmes non mariées, en couple avec des non-croyants. Elles aiment leur copain, se sentent aimées en retour, n'ont pas envie d'être seules et pensent que, avec le temps et une bonne dose d'amour, ces jeunes hommes donneront leur vie à Jésus grâce à elles.

Je ne peux que te conseiller de ne pas prendre le risque de t'associer à un homme qui n'a pas donné sa vie à Christ, car :

1. Nous n'avons pas le pouvoir de changer notre conjoint et devrions être capables de l'accepter tel qu'il est.
2. Si je choisis de vivre pour Jésus et de Lui donner la première place dans mon cœur, il serait antinomique de m'associer à quelqu'un qui ne partage pas cette position (en d'autres termes de me mettre en couple avec un homme qui déclare que Dieu n'existe pas, qui n'a pas accepté Jésus comme son Sauveur personnel ou qui ne Lui octroie pas la première place dans son existence).

3. Tu ne peux pas prédire l'avenir et les conséquences que cela pourrait avoir sur ta destinée.

Ce prétendant non-chrétien donnera peut-être sa vie à Christ... peut-être pas. Es-tu disposée à jouer ta destinée à la loterie ?

Je nous encourage à nous appuyer sur 2 Corinthiens 6:14, qui nous exhorte clairement à ne pas nous associer à une personne qui n'est pas née de nouveau :

« Ne vous mettez pas avec les infidèles sous un joug étranger. Car quel rapport y a-t-il entre la justice et l'iniquité ? Ou qu'y a-t-il de commun entre la lumière et les ténèbres ? »

*Second 1910*

“ Don't team up with those who are unbelievers. How can righteousness be a partner with wickedness? How can light live with darkness? ”

*NLT*

## PRIÈRE INSPIRÉE

« Seigneur, je Te remets toutes les jeunes filles qui sont dans cette situation et qui se posent des questions. Parle à leur cœur, de manière personnelle, à ce sujet. Nous avons tant besoin de Ta révélation. Conduis-les sur le chemin de l'extraordinaire destinée que Tu as pour elles. Octroie-leur la force de prendre les décisions en accord avec la direction qu'elles souhaitent donner à leur vie. Garde-les d'entrer dans une union qui volerait les projets que Tu as pour elles et les rendrait malheureuses. Démasque les mensonges et ruses de l'ennemi, et donne-leur le discernement pour qu'elles fassent le bon choix dans leurs relations romantiques. Protège mes petites sœurs, Tu les aimes tant et ne souhaites que le meilleur pour elles. »

## TÉMOIGNAGE



### *Ma parenthèse enchantée...*

Jonathan\* n'était pas chrétien, moi si. La sincérité de l'amour qu'il me portait a guéri beaucoup de peine en moi (après la séparation, je doutais de pouvoir être aimée de nouveau, de savoir aimer, de faire confiance...) et je dois reconnaître que cette relation inattendue a été une vraie bulle de bonheur.

### **Duplicité**

Toutefois, plus nous avançons ensemble et plus un sentiment de duplicité croissait en mon for intérieur. Lorsque j'étais avec lui, je ne parvenais pas à être pleinement avec Dieu. A contrario, lorsque j'étais connectée à Dieu, je me sentais loin de Jonathan. Les deux ne s'associaient pas. Jonathan savait que ma foi et mon amour pour Dieu faisaient partie de mes priorités. Il ne m'empêchait ni de prier ni de lire ma Bible, respectait mes convictions et a même fait des recherches pour me trouver une superbe église près de chez lui. Il m'y accompagnait parfois, mais je sentais bien que c'était avant tout pour me faire plaisir. **Il respectait ce qui était le plus important à mes yeux, mais ne le partageait pas, et cela me faisait énormément souffrir.**

### **À bas les dogmes!**

Lorsque nous nous sommes mis ensemble, je savais, théoriquement, qu'il n'était pas recommandé pour une chrétienne de se mettre avec un inconverti. Toutefois, j'étais tellement désabusée par la séparation que le mariage avait perdu tout sens à mes yeux. Toutes mes croyances, mes convictions à ce sujet avaient été ébranlées. J'étais chrétienne, pourtant je passais, comme de nombreux couples, par la case divorce. « *À quoi bon ?* » ai-je pensé alors. En même temps, cette saison de perte de repères m'a permis d'aller à la source, à Dieu, afin d'apprendre directement de Lui. J'avais besoin que le Seigneur bâtisse ma maison et fasse table rase de toutes les fondations branlantes et pourries qui subsistaient chez moi. Mon histoire avec Jonathan,

\*Le prénom a été modifié.

aussi inacceptable soit-elle « chrétiennement parlant », aura au moins eu le mérite de faire ce travail. À cette époque, n'importe qui aurait pu venir me voir et me dire: « *Élodie, cette relation ne rend pas gloire à Dieu, tu dois y mettre fin* », mais je n'y aurais pas renoncé.

### **Prise de conscience**

Au bout d'un certain temps, Jonathan a commencé à me parler d'enfants, de vie commune. J'ai pris peur. Jusqu'ici, notre relation était basée sur le plaisir, le bonheur d'être à deux. À ses côtés, j'avais l'impression de retrouver mon insouciance et de vivre dans un monde parallèle léger. Là, il parlait d'engagement, de passer à l'étape supérieure ; il me disait qu'avec moi il avait changé, qu'il était prêt, qu'il était un autre homme. J'ai alors pris conscience de la situation: il me faisait du bien, mais je ne pouvais pas envisager de m'engager avec lui car nous n'avions pas le même socle de référence pour notre vie: la Bible pour moi, le raisonnement et l'humanisme pour lui. Je me suis également rendu compte que je lui faisais beaucoup de mal, qu'en ne parvenant pas à me projeter avec lui, je le blessais et qu'il ne méritait pas cela.

### **Dilemme**

Puis est arrivé un moment clé. Alors que je parlais au Seigneur, je L'ai entendu me dire: « *Élodie, il va falloir faire un choix: si tu veux aller plus loin avec Moi, tu ne pourras pas poursuivre en même temps ta relation avec Jonathan, car vos deux destinées ne sont pas compatibles. Si tu restes avec lui, Je serai toujours là, mais tu passeras à côté des bénédictions et projets que J'ai prévus pour toi.* » Je savais que cette parole était vraie, que lorsque je rencontrais des difficultés par exemple, Jonathan n'allait en toute logique ni prier ni intercéder pour moi. Lorsque je recevais des révélations passionnantes dans la Parole, il m'était impossible de partager ces trésors avec l'homme qui était à mes côtés. On ne pouvait pas non plus louer à deux à la maison. Et si j'étais très reconnaissante du respect qu'il exprimait envers ma foi, je devais également, à juste titre, respecter sa non-croyance. Ma vie chrétienne, mon amour pour Dieu ne pouvaient s'épanouir et grandir dans cette relation. Comment accepter cela alors que je n'avais

qu'une envie: vivre une vie bouillante pour Dieu et Le voir à l'œuvre dans mon quotidien ?

Ce qui est merveilleux, c'est que Dieu ne nous force jamais. Il nous laisse libres de nos choix, c'est un gentleman qui ne s'impose pas; toutefois, nous sommes les seuls responsables de notre existence et, tôt ou tard, nous devons vivre avec les conséquences de nos décisions. C'était à moi de décider: entre la vie que Dieu avait pour moi (et pour laquelle je ne savais rien à part qu'elle était bonne) et la vie que je dirigeais et qui incluait Jonathan. Ce dilemme, c'était aussi le dilemme de la première place. À qui allais-je l'octroyer ?

### **Le choix de l'amour**

J'ai choisi Jésus. J'ai décidé de rompre avec un homme que j'aimais. Les deux semaines qui ont suivi la séparation ont été HORRIBLES. Il me manquait comme la drogue manque à un cocaïnomane, mais je me suis accrochée à Dieu. Après deux semaines, je me suis réveillée complètement libérée de l'emprise de notre relation. J'étais en paix, sereine, joyeuse. Je n'ai jamais regretté cette décision qui m'a beaucoup coûté. Je la regarde aujourd'hui comme une grande preuve d'amour envers mon Dieu.

### **Ma mission n'était pas de le convertir**

J'aimerais, enfin, te partager un dernier point sur cette relation. Alors que je parlais ouvertement avec Jonathan du fait que son athéisme me semblait incompatible avec ma foi, il m'a alors déclaré qu'il était dans un cheminement spirituel. C'est d'ailleurs un argument qu'il a mis en avant lors de la séparation: « *Élodie, je suis en train de rechercher Dieu, tu ne peux pas m'abandonner maintenant, j'ai besoin de toi.* » Je lui ai alors répondu que si sa démarche était sincère, il pourrait la poursuivre sans moi, en allant à l'église ou bien en fréquentant des chrétiens par exemple.

Quelques mois plus tard, j'apprenais qu'il avait mis fin à sa recherche de Dieu. Il est possible que sa démarche n'ait été motivée que par un désir de sauver notre couple.

Un homme qui t'aime profondément et sincèrement

L'amour ne doit pas être unilatéral. «*L'amour est fort, physique. Ne priez jamais pour que l'on vous aime. La personne doit déjà vous aimer passionnément*», dicit pasteure Dorothee Rajiah. Et je rebondis sur le mot «*passionnément*». La vie ne devrait être vécue qu'avec intensité, alors ne nous abaissons jamais à accepter un amour fade et superficiel. La tiédeur est écœurante. Soyons exigeantes afin de n'accepter rien de moins qu'un amour intense et entier: «*L'amour ne s'imité pas, ne se crée pas*<sup>72</sup>. »

Une fois de plus, la Bible ne nous laisse pas démunies face à la définition de ce qu'est l'amour, le vrai:

«*L'amour est patient, il est plein de bonté, l'amour. Il n'est pas envieux, il ne cherche pas à se faire valoir, il ne s'enfle pas d'orgueil. Il ne fait rien d'inconvenant. Il ne cherche pas son propre intérêt, il ne s'aigrit pas contre les autres, il ne trame pas le mal. L'injustice l'attriste, la vérité le réjouit. En toute occasion il pardonne, il fait confiance, il espère, il persévère.* »

*1 Corinthiens 13:4-7 (La Bible du Semeur)*

Est-ce bien le type d'amour que te propose l'homme qui attire ton attention ?

72. Pasteure Dorothee Rajiah.

## CONSEIL D'UNE SŒUR



Comment savoir si je suis attachée à l'autre ?

- Il y a des petits signes qui ne trompent pas, par exemple, quand tu es loin de lui, tu ressens un manque, quand tu es en sa présence, tu éprouves de la joie. Pose-toi des questions si, durant une longue période de séparation physique, son absence ne t'importune pas.
- Attention au coup de foudre ! Cet état amoureux est principalement basé sur les émotions. L'autre est ainsi souvent idéalisé, or nous sommes appelées à aimer l'homme que l'on aura choisi pour qui il est ; ce qui sous-entend que nous devons prendre le temps de le découvrir, de le connaître – oui je sais, cela paraît vieux jeu dans la société de consommation ultrarapide dans laquelle nous vivons, mais cela est primordial dans le domaine de la vie à deux.

### Un homme mature et préparé

Comme le dit très bien la psychologue clinicienne Cosette Febrissy, « *la relation de couple, le mariage s'adresse aux adultes* », c'est-à-dire aux personnes suffisamment mûres pour entrer dans cette aventure, certes extraordinaire, mais tout autant *challenging*. Prenons donc le temps d'examiner la personne avant de nous plonger tête baissée dans une relation.

Voici quelques questions que nous pouvons nous poser lorsqu'un garçon suscite notre intérêt :

- Quelle est sa manière de réagir face aux circonstances imprévues, inconfortables et/ou stressantes ? Agit-il avec sagesse ou réagit-il sous le coup de l'impulsion, de la démesure et/ou de la colère ?
- Quelle est sa relation aux femmes ? A-t-il pris le temps de se mettre à part pour rechercher la volonté de Dieu ou passe-t-il d'une relation à une autre ? Est-il guidé par ses pulsions sexuelles ou parvient-il à se maîtriser dans ce domaine ? Quelle est la finalité d'une relation romantique pour lui ? Cherche-t-il juste à s'amuser ou à construire une relation sérieuse ?

- Est-il de bon conseil ? Prend-il le temps d'analyser les situations avant d'agir ? Quelles sont les personnes qui composent son *inner circle* ? N'oublions pas que les personnes qui nous entourent sont de bons indicateurs de la personne que l'on deviendra.
- Comment gère-t-il ses finances ? L'homme est censé être le premier pourvoyeur financier de la famille. La gestion de ses finances t'en dira beaucoup sur sa manière de gérer sa vie. Économise-t-il régulièrement ? A-t-il mis de l'argent de côté pour son projet de mariage ? Est-il dépensier, inconséquent et/ou régulièrement à découvert ? Ou sait-il maîtriser ses désirs, gérer un budget et ne pas dépenser plus qu'il ne gagne ? Donne-t-il sa dîme ? Fait-il preuve de générosité, notamment avec les personnes dans le besoin ou envers toi ? L'argent est-il une idole dans sa vie ? Sait-il faire fructifier les ressources qui sont placées entre ses mains ?

La gestion des finances d'un homme doit apporter paix et sécurité à sa femme. Je ne parle pas ici d'épouser quelqu'un ayant forcément une bonne situation et un compte en banque garni ; je parle de s'associer à un homme qui sait gérer les ressources qui lui sont données avec sagesse, selon les principes bibliques et avec les moyens qui sont à sa disposition. *Full stop!*

## CONSEIL D'UNE SŒUR



Aimes-tu sa manière de parler ? Éprouves-tu de l'admiration à son égard ? La présence de l'autre doit élever tes standards, t'aider à devenir une meilleure version de toi-même, à grandir, à mûrir ; elle doit t'épanouir.

## Un homme de bon caractère

Il n'y a rien de pire à mes yeux qu'un homme ayant un mauvais caractère. Le comble du comble serait un homme colérique, de mauvaise foi, qui ne reconnaît jamais ses torts, constamment dans le jugement, de mauvaise humeur, négatif, menteur, infidèle, dont la parole n'a aucune valeur, peureux et fainéant. Si tu rencontres un tel individu, FUIS!!!!!!!!!!

La Bible nous introduit aux standards que nous devrions cultiver en nous et rechercher auprès de notre conjoint ; il s'agit des neuf fruits du Saint-Esprit :

◀ Mais le fruit de l'Esprit c'est l'amour, la joie, la paix, la patience, l'amabilité, la bonté, la fidélité, la douceur, la maîtrise de soi. »

*Galates 5-22 (La Bible du Semeur)*

### CONSEIL D'UNE SŒUR



Parfois, certains traits de caractère nous attirent chez un homme. Je ne peux que te recommander d'être prudente ; même si ces traits figurent dans ta liste de critères, cela ne signifie pas que cet homme est forcément fait pour toi. Prends le temps de l'étudier !

## Mon homme : mon meilleur ami, mon confident

Notre conjoint est appelé à être notre premier prochain sur Terre ; c'est en cela qu'il est le mieux placé pour être notre meilleur ami, non seulement avant, mais surtout après le mariage. C'est une manière de se compléter harmonieusement : sur le plan psychique, quant aux objectifs à poursuivre, mais également quant à la manière de penser et de ressentir les choses. Être ensemble devrait signifier pouvoir rire aux éclats et/ou pleurer, se divertir et apprendre, se motiver mutuellement, travailler côte à côte avec plaisir... Qu'il est bon lorsque notre conjoint est notre confident, lorsque nous aimons sa présence même

dans les silences, dans les situations les plus communes et banales, quand aimer va au-delà des circonstances. Cet attachement, au niveau de l'âme, constitue un lien fort du mariage.

## CONSEILS D'UNE SŒUR



**Être amis durant un certain temps.** Je recommande de profiter des périodes de *dating*, de mise en couple, puis de fiançailles afin d'apprendre à bien découvrir notre futur conjoint, à nous ajuster l'un à l'autre, à nous comprendre, à poser des fondements solides pour la relation. Cette recommandation s'applique même pour les personnes qui pensent avoir attendu pendant des siècles et qui se sentent archi prêtes à sauter le pas avec l'homme nouvellement rencontré. Si tu as pu attendre autant de temps, une année supplémentaire fera-t-elle véritablement une grande différence ? Oui... pour le meilleur !

**La durée de la période des fiançailles.** « *Combien de temps doivent idéalement durer des fiançailles ?* » C'est une question fréquemment posée. Sachant qu'il y a autant de situations que d'individus, il serait dangereux de fixer une période unique pour tous. Toutefois, voici quelques recommandations : deux personnes matures, préparées, qui connaissent leur vision, s'aiment et ont pris le temps de se débarrasser de leurs « grosses valises » émotionnelles pourraient, en toute sagesse, opter pour une période de fiançailles réduite (six mois, par exemple). Un couple constitué d'individus très jeunes, qui font face à des difficultés non résolues, qui n'ont pas encore pris le temps de statuer sur certaines questions fondamentales (la place de la femme, de l'homme, la vision du couple, la gestion des finances, le style de vie, les désirs de carrière...) serait légitimement encouragé à respecter au moins une année de fiançailles avant de s'engager dans le mariage.

**Warnings!!!!** Attention aux périodes de fiançailles trop longues qui ne sont pas toujours de bon augure. Certains font durer cette période car, au fond d'eux, ils n'ont pas le feu vert pour se marier ; ils pensent que le temps, la prière et les efforts changeront la situation.

**Puis-je avoir un autre meilleur ami masculin qui ne soit pas mon conjoint ?** Ha, ha, ha, eh bien je te dirais que non pour trois raisons principales :

**1.** J'ai testé et nous sommes des millions à l'avoir testé : la situation devient TOUJOURS ambiguë pour au moins l'une des deux personnes (si les deux sont du sexe opposé et hétéro). Et quand on y pense, c'est normal : le meilleur ami est celui avec qui on aime passer du temps, c'est la première personne que l'on appelle pour partager nos peines et nos joies, il est notre confident, notre secours, celui qui nous fait rire et qu'on a envie d'avoir toujours à nos côtés ; c'est quelqu'un que l'on respecte et que l'on admire. La frontière entre l'amitié et la relation romantique est donc très fine.

**2.** Je ne suis pas sûre que j'apprécierais que mon futur mari me dise : *« Hé, je me sens très triste aujourd'hui, je vais voir ma meilleure amie et je reviens à la maison dès qu'elle m'aura réconforté ! »* ☺☺ Donc, il s'agit juste d'un principe de réciprocité : *« Ne fais pas à autrui ce que tu n'aimerais pas que l'on te fasse. »*

**3.** Cela conduit au vol et/ou au désengagement. J'ai eu un « super ami » pendant plusieurs années. Comme prédit, nous sommes passés par la « case ambiguïté » avant d'éclaircir la situation. Lorsqu'il s'est sérieusement mis en couple, nous nous sommes rendu compte que nous ne pourrions plus partager la même intimité. C'est vers elle qu'il devait premièrement se tourner en cas de besoin, c'est avec elle qu'il devait s'éclater durant ses vacances et c'est aussi avec elle qu'il devait discuter de ses futurs choix de carrière. Je me suis donc mise en retrait afin de ne pas voler ces moments de complicité à sa dulcinée. Même si cela fut douloureux pour moi, ce fut également salvateur. J'ai compris que notre profonde amitié comblait un si grand pan de mes besoins émotionnels que cela annihilait mon désir de me mettre en couple.

Je suis convaincue que, en tant que femme, avoir un meilleur ami mec m'empêcherait de m'investir entièrement dans mon couple et serait également un manque de respect pour mon conjoint.

## Un homme qui possède une vision compatible à la tienne

«Aimer, ce n'est pas se regarder l'un l'autre, c'est regarder ensemble dans la même direction.»

*Antoine de Saint-Exupéry*

Être en couple, c'est s'accorder et marcher dans la même direction. Encore faut-il déjà savoir où l'on va ! Un bon nombre de personnes se lancent dans le mariage sans même avoir défini au préalable la vision qui guidera leur union. C'est ce qu'il m'est arrivé lorsque je me suis mariée à dix-neuf ans. J'aimais cet homme, j'admirais sa relation avec Dieu, j'avais désespérément besoin d'être aimée et... c'est tout. Je n'avais pas de projets. Mis à part « le bien-être procuré à ma petite personne » et le fait d'aimer cet homme, je n'avais pas d'ambition concrète pour notre couple. Cela a d'ailleurs été l'une des plus grandes souffrances de notre vie à deux : qu'allions-nous faire ? Comment servir ensemble ? À cette époque, je ne voulais pas d'enfants, donc je ne nourrissais pas le projet de construire une famille ; je ne connaissais pas mon appel et j'avais l'impression d'être engloutie par son appel à lui. Lorsque les choses n'allaient pas bien, je n'avais qu'une envie : fuir, partir car rien, aucun projet nous dépassant, plus grand que nous, ne nous réunissait véritablement. D'ailleurs, ce qui est très intéressant, c'est que, lorsque mon mari d'alors m'a partagé son souhait de divorcer, il m'a dit : « *Élodie, nous n'avons plus la même vision* » ; je crois qu'en fait il aurait été plus correct de dire : « *Élodie, nous n'avons jamais eu de vision ensemble* » ! Treize années se sont écoulées depuis le jour où **j'ai dit « oui » à un projet dont je ne connaissais ni la finalité, ni les missions, ni les rôles qui y étaient associés.**

Aujourd'hui, je suis plus mûre, je ne traîne plus autant de valises et blessures émotionnelles derrière moi, je connais l'appel de Dieu sur ma vie, je connais le rôle d'une épouse selon Dieu et j'ai envie d'y répondre. Cela change tout : je ne m'engagerai pas avec un homme qui n'a pas une vision à me proposer, et cette vision ne sera pas n'importe quelle vision :

- Elle devra faire écho avec ce que le Seigneur a déposé en moi.
- Elle devra être suffisamment extraordinaire et motivante pour que j'y investisse tout mon cœur et toute mon âme afin que, en tant que

couple, nous puissions la porter vers la réussite. Je ne recherche plus un homme pour guérir mon cœur blessé, car cela incombait au Seigneur. J'ai conscience que ma vie et ma destinée sont rattachées au choix de mon conjoint.

### CONSEIL D'UNE SŒUR



Je ne peux que te recommander de ne pas t'associer à un homme qui n'a pas de vision pour sa vie. S'il ne sait pas lui-même où il va, s'il n'a pas d'ambitions, de rêves pour sa propre personne, comment pourrait-il en avoir pour son couple ? Quel leader serait-il alors ? « *Sans vision le peuple périt* » ; je pense que l'on peut transposer ce verset au couple : « *Sans vision, un couple périt.* » Rassure-moi, tu n'as pas envie d'être sa maman ou son infirmière particulière ?

### Mon mari, mon amant

Notre conjoint sera corps, âme et esprit. Notre amour doit donc être un amour tridimensionnel afin que cet homme puisse être aimé dans son entièreté.

**Le physique.** Je dois aimer son physique. Si, certes, le physique ne doit pas être l'élément fondateur du couple, celui-ci ne doit pas me rebuter. Un homme et une femme qui envisagent de s'unir pour la vie doivent se plaire, s'apprécier, se désirer physiquement ; ce qui, au passage, évite bien des tentations ! J'imagine que cela est su par tous, mais je préfère le rappeler : c'est auprès de ton mari que tu vas vivre le restant de tes jours – normalement –, c'est auprès de lui que tu te coucheras tous les soirs, c'est avec lui seul – normalement – que tu feras l'amour. Nous sommes appelées à apprécier, avec les yeux, certes, mais surtout avec notre corps tout entier, notre conjoint. Encore une fois, si tu as des doutes, je ne peux que t'encourager à potasser le Cantique des Cantiques dans la Bible.

**L'âme.** L'âme est le siège des émotions. Aimes-tu son caractère ? Sa personnalité ? Sa manière de raisonner, de s'exprimer ? Apprécies-tu de converser avec lui ? Est-il intéressant intellectuellement et émotionnellement parlant à tes yeux ?

**L'esprit.** La vie spirituelle, notamment pour nous qui sommes chrétiens, revêt une très grande importance. Êtes-vous spirituellement connectés et sur la même longueur d'onde ? T'inspire-t-il ? Aimes-tu prier, louer, adorer Dieu avec lui ? Partages-tu ta vie spirituelle avec ton chéri ? Grandis-tu à ses côtés ?

Voilà autant de réflexions qu'il est bon d'avoir lorsque tu rencontreras ton conjoint.

Enfin, j'aimerais t'encourager à **écouter les conseils de tes proches, de tes aînés, de tes amis, de toute personne qui te connaît bien et qui souhaite le meilleur pour ta vie.** L'amour peut rendre aveugle, même les personnes les plus sages. Lorsque nous plongeons dans l'océan de l'amour, notre visibilité est réduite car nous sommes en pleine immersion. Pour filer la métaphore, imagine tes proches (des personnes bienveillantes qui te connaissent) comme des maîtres-nageurs positionnés en hauteur, dans une tour de contrôle ou une maison de sauvetage (comme dans *Alerte à Malibu* !). Ils ont donc la distance nécessaire, que tu n'as probablement pas, pour voir les requins, l'arrivée de tsunamis, les méduses qui se rapprochent, l'attitude des autres nageurs/nageuses ! Prends donc conseil auprès d'eux. Un couple ne se vit pas qu'à deux. S'il y a, certes, une vie intime, il y a aussi une vie publique qui agit comme un rempart et une protection de premier choix pour t'éviter bien des dangers et des dommages collatéraux. Toutefois, n'oublie jamais que la décision finale t'appartient. Il s'agit de ta vie et tu en es la seule responsable.



La voie de l'insensé est droite à ses yeux, Mais celui qui écoute les conseils est sage. »

*Proverbes 12:15 (Segond 1910)*



Écoutez, mes fils, l'instruction d'un père, soyez attentifs pour acquérir du discernement. »

*Proverbes 4:1 (La Bible du Semeur)*

## TÉMOIGNAGE



### *Une princesse doit choisir un prince*

Voici l'histoire d'une jeune femme qui est sortie quelques mois avec un homme de son église. Cet homme était, en apparence, un bon parti : impliqué dans des ministères de l'église, chrétien de longue date, toujours souriant, un peu séducteur et très avenant (du moins au début). Au fil de rencontres fortuites avec des amis communs, ils se sont plu, se sont rapprochés et ont commencé à développer des sentiments romantiques l'un pour l'autre. Cette jeune femme sortait d'une tornade émotionnelle et n'avait qu'une envie : croquer la vie à pleines dents, sans réserve, en humant chaque molécule d'oxygène présente dans l'air qu'elle respirait. Avec le recul, elle s'est rendu compte que, si elle avait cru tomber amoureuse de cet homme, en réalité, comme l'a très bien dit saint Augustin, « *[elle] n'aimai[t] pas, [elle] étai[t] amou[reuse] de l'amour* ». Elle voulait se prouver intérieurement qu'elle pouvait aimer de nouveau et être profondément aimée en retour.

Toutefois, la discordance dans le couple est très rapidement devenue une évidence à ses yeux. Tout a commencé par un comportement adopté par l'homme en question, le jour où il lui a dévoilé ses sentiments. Elle qui ne rêvait que d'une relation romantique, qui désirait prendre le temps de savourer chaque étape de leur parcours à deux, a eu le droit, en guise de premier baiser, à un « ravalement œsophagien » particulièrement sensuel – autrement dit un baiser passionné et profond. Cette fougue, inappropriée à ce stade précoce de la relation – leur « couple » n'avait que deux minutes d'existence ! – augurait déjà un certain type de comportement qui s'est rapidement confirmé par la suite. Cette attitude « romantico-érotique » était très indélicate et manifestait une recherche d'un plaisir immédiat, la satisfaction de pulsions charnelles sans considération du désir et de la position de l'autre, le vol d'un cadeau réservé à la personne avec qui faire sa vie. Cette jeune femme est ressortie choquée de cette première soirée ; elle, la romantique, qui voulait que les choses se fassent doucement, qu'il continue de lui faire la cour, la considère

comme une rose délicate dont il faudrait prendre soin, était tombée des nues. Chaque nouvelle journée l'éloignait de son idéal du gentleman attentionné. J+2: toujours en état de choc après l'événement de la veille, alors qu'elle concoctait un déjeuner en amoureux (pardon, mais vive le cliché de la femme au fourneau!), elle reçut une petite fessée. Deuxième jour, deuxième choc! Malgré ses tentatives d'expliquer à son copain combien ce type de comportement la mettait mal à l'aise, la situation a perduré. Le désir de se préserver sexuellement était bien présent chez elle, mais devait cohabiter avec sa libido plutôt bouillante et les intentions de son conjoint qui n'étaient pas en phase avec les siennes.

Repousser les limites, frôler le passage à l'acte sans y accéder, était pour lui acceptable et normal entre deux personnes censées s'aimer, puisque « *techniquement parlant, ils ne couchaient pas ensemble* ». Elle n'avait pas envie d'être la prude, la moralisatrice coincée de service, mais elle se sentait de plus en plus mal: ce jeu incessant ne lui apportait ni la paix ni la joie. Elle ne se sentait pas considérée, ni véritablement entendue ou respectée. Cet homme ne jouait pas le rôle de protecteur qu'une femme est en droit d'attendre. Il ne rassurait pas non plus sa partenaire quant à son comportement envers les autres femmes. D'ailleurs, tous ces signes avant-coureurs étaient confirmés par des attitudes: c'est ainsi qu'il a été surpris à maintes reprises à regarder des femmes avec envie dans la rue en posant un regard insistant sur leur poitrine généreuse ou leur fessier rebondi.

Cette femme a franchi certaines limites qu'elle ne souhaitait pas. Un jour, consciente que cet homme ne correspondait pas à celui avec qui elle aimerait faire sa vie, elle a finalement décidé de mettre fin à leur relation. Elle s'est repentie au sujet des limites qu'elle avait pu repousser et qui ne correspondaient pas à ses engagements personnels, et elle a pris un temps supplémentaire afin de se préparer au mariage.

Ma chère amie, c'est avec un cœur de sœur que j'aimerais te dire la chose suivante: ne tolère jamais la goujaterie chez un prétendant et n'abaisse pas tes standards sous prétexte d'être amoureuse de l'amour. Nous ne devrions jamais accepter quoi que ce soit qui ne nous donne pas la paix et va à l'encontre de nos valeurs.

## CONSEIL D'UNE SŒUR



N'abaisse jamais tes standards sous prétexte d'être amoureuse de l'amour.

### L'âme sœur

Voici une question *touchy*<sup>73</sup> mais légitime. Y a-t-il une seule personne qui me soit réservée ? Cette âme sœur unique que je saurais reconnaître ?

Nous sommes un peu moins de huit milliards d'êtres humains sur Terre<sup>74</sup>, ce qui fait du monde. Je crois personnellement qu'il y a deux cas de figure :

#### 1. Les combinaisons possibles

Voici une métaphore que j'affectionne particulièrement : plusieurs plats très différents les uns des autres peuvent constituer un repas équilibré :

- Un hachis Parmentier maison accompagné d'une petite salade ;
- Une papillote de poisson frais avec des pommes vapeur et une julienne de légumes ;
- Un combo riz, petits légumes sautés, tofu et haricots...

Il en est de même pour le couple. Je crois que certains individus ont le choix entre plusieurs prétendants qui pourraient être de bons époux. La combinaison que forme un couple est toujours unique. Ce qui compte, c'est de s'assurer que les principes clés sont bien présents : des conjoints qui mettent Dieu en premier, qui s'aiment, qui sont matures... Ensuite, la réussite du couple dépendra de l'investissement que l'on y met, du choix quotidien de s'aimer, de se respecter et de s'encourager mutuellement.

#### 2. La personne qui nous est réservée

Dans quelques cas, il arrive que Dieu ait spécialement préparé un conjoint/conjointe pour quelqu'un. Je pense qu'il ne s'agit pas d'une norme et que cela est lié à un appel très particulier posé sur la vie de

73. « Délicate ».

74. En tout cas, au moment où j'écris ce texte !

ladite personne qui demande un/une partenaire de vie spécifique.  
Prenons pour exemple la reine Esther ; Rébecca et Isaac ; Ruth et Derek  
Prince ; Dorothee et Selvaraj Rajiah...



## Chapitre 2

# Écris la vision

**N**ous avons parlé à plusieurs reprises de l'importance d'avoir une vision pour notre vie, c'est-à-dire une image mentale de la vie que nous souhaitons accomplir. Alors que nous arrivons à la fin de cet ouvrage, j'aimerais que nous nous appuyions sur Habakuk 2:2 :

« L'Éternel m'a répondu et a dit : "Mets la vision par écrit, grave-la sur des tables afin qu'on la lise couramment." »

*Segond 21*

Je souhaiterais, dans un premier temps, te convier à consigner par écrit cette vision et pourquoi pas, par la suite, à la matérialiser par un *vision board*<sup>75</sup>. Un *vision board* est un tableau qui illustre les objectifs, rêves que nous souhaitons réaliser. J'en ai un de plus de quatre mètres de largeur qui trône dans mon salon ! Il est divisé en plusieurs sous-parties : « Relation avec Dieu », « Finances », « Ministère », « Glgpfm », « Mariage », « Santé », « Achat appartement », « Autres projets »... Garder la vision devant nos yeux et nous préparer à son accomplissement doit nous permettre de reconnaître et de saisir notre *kairos*<sup>76</sup> lorsque ce dernier se présentera à nous.

75. « Tableau de vision ».

76. *Kairos* est un mot qui vient du grec utilisé pour désigner un moment décisif, unique, qui chamboule une situation. C'est le type d'événement qui se présente rarement et pour lequel on peut très clairement identifier un avant et un après.

## TÉMOIGNAGE



### *My dream flat\**

Il y a deux ans et demi (c'est fou le nombre de projets qui ont pris forme en 2017, alors que je célébrais mes trente ans!), Dieu a déposé dans mon cœur le désir d'acheter mon tout premier appartement. J'ai par la suite reçu plusieurs confirmations à ce sujet. Même si je ne me sentais pas totalement prête à faire ce grand saut, j'ai décidé d'accepter le challenge et de marcher par la foi. Concrètement, cela signifiait: me préparer mentalement (car devenir propriétaire pour moi signifiait « me sédentariser » et perdre une partie de ma liberté), me préparer financièrement, faire un travail de projection, écrire la vision, prier à ce sujet et proclamer les promesses que Dieu me faisait.

Suite à cette révélation, j'ai ajouté la rubrique « Achat appartement » à mon *vision board* géant et j'ai fait un patchwork d'images de mon lieu de vie idéal. Dans ce patchwork (que je pourrai te montrer si tu passes à la maison), on y trouve la liste des critères principaux de mon « appart idéal »:

#### **Critère n° 1: proximité avec la forêt**

##### **Image: une forêt**



La nature, les grands espaces et surtout la forêt sont des lieux d'équilibre où j'ai besoin de me ressourcer. Ce sont des bouffées d'oxygène et il était impératif que mon futur chez-moi soit à moins de cent cinquante mètres d'un espace boisé.

#### **Critère n° 2: proximité avec le métro**

##### **Image: un panneau « métro »**



Après avoir subi les affres du RER pendant des années et éprouvé quelque difficulté à être ponctuelle, être proche d'un métro me semble plus *safe\*\**!

\*« L'appart de mes rêves ».

\*\*« Sûr ».

### **Critère n° 3 : un espace de vie convivial**



**Image : une belle cuisine américaine baignée de soleil**

Car, entre nous, il n'y a rien de mieux que de cuisiner entourée de ses amis!

### **Critère n° 4 : au moins un T2**

**Image : une jolie chambre dans laquelle il fait bon se ressourcer et s'isoler**



Par la suite, j'ai listé tous les critères qui revêtaient une certaine importance à mes yeux : nom de la ville, nombre minimal de mètres carrés, balcon, exposition sud-ouest, appartement neuf, investissement stratégique pour l'avenir...

Pendant plus de deux ans, j'ai eu quotidiennement ces images devant les yeux. Parfois, je m'arrêtais devant et je déclarais : *« Merci, Seigneur, pour ce merveilleux appartement qui est déjà à moi et que Tu me réserves. Je Te loue car, si ce rêve semble impossible humainement parlant, je sais qu'il vient de Toi et que Tu le réaliseras. »* Parfois, lorsque rien ne semblait avancer, je regardais ces images en pleurant, envahie par le doute et la peur de voir ce projet rester à l'état de rêve. Puis, je me reprenais en ressassant mon livre de promesses. Deux ans et demi plus tard, de retour d'une cueillette à la campagne avec mes parents, le miracle a opéré ! J'ai reçu un coup de fil de la part d'un commercial d'un grand groupe immobilier qui s'était souvenu de ma demande singulière d'habiter « en face de la forêt », dans une ville bien spécifique de France. Contre toute attente, il avait alors décidé de me contacter en premier suite au retour à la vente d'un bien (avec une liste d'attente estimée à plus de deux cents personnes !). Il ne s'agissait pas de n'importe quel bien immobilier, l'appartement qu'il me décrivait répondait EN TOUS POINTS à la liste des critères que j'avais rédigée. Une semaine auparavant, je vidais mon cœur aux pieds du Seigneur en Lui demandant s'Il m'avait oubliée, si j'avais véritablement reçu cette promesse. Dieu m'avait alors répondu : *« Arrête tes recherches pour l'appartement, c'est Moi qui vais te le donner. »* Et c'est ce qu'Il a fait. Quand j'ai eu le commercial au téléphone, j'ai été inondée d'une paix et je lui ai immédiatement répondu : *« J'achète. »* Sais-tu pourquoi il m'a été si facile de dire « oui », sans crainte, sans peur, sans doute ?

Tout simplement parce que, pendant plus de deux ans, j'ai gardé la vision devant les yeux. Je l'ai chérie, attendue, l'ai faite mienne dans mon cœur, je me suis projetée dans cet appartement qui n'était qu'un rêve et, lorsqu'il s'est présenté, je l'ai reconnu. C'est une histoire de rencontre : simple, naturelle et guidée par mon Dieu, le SEUL SOUVERAIN.

J'ai souvent failli, baissé les bras, mais Dieu a vu ma foi et Lui n'a jamais abandonné ce rêve. Il a été fidèle. Il a rendu l'impossible possible !

Grave la vision pour ton couple, ton mariage, ta famille

Je sais que tu souhaites te marier et j'aimerais te proposer de poser par écrit la vision que tu as pour ton couple et ta famille à venir. Si elle est encore floue, pourquoi ne pas te saisir des pistes de réflexion ci-dessous qui reprennent plusieurs questions déjà abordées dans le livre. Bien entendu, n'oublie pas que le Saint-Esprit, en qualité de « *conseiller* » (Ésaïe 11:2), est également là pour t'aider.

Pistes de réflexion au sujet de la vision de ton couple, de ton mariage, de ta famille à venir :

- Quel est le type de foyer que tu souhaites avoir ?
- Quel est le type de femme, d'épouse, de mère que tu souhaites être ?
- Quel est l'appel posé sur ta vie ?
- Avec quel genre d'époux te vois-tu passer le restant de tes jours ?
- Quels sont les traits de caractère que tu recherches chez ton conjoint et ceux que tu ne peux pas supporter ?
- Souhaites-tu avoir des enfants ? Si oui, combien ? Quel est le type d'éducation que tu envisages pour eux ?
- Quel est l'héritage que tu souhaites laisser à ta descendance, aux générations après toi (matériellement, spirituellement...)?
- Quel est l'environnement au sein duquel tu te vois évoluer avec ton futur conjoint (lieu géographique, vie sociale, église, style de vie...)?
- Comment vois-tu ta relation avec ta future belle-famille ?
- Quels sont les promesses et les versets que tu peux associer à la vision que tu as pour ton couple et ta famille (ils t'aideront à prier et à tenir dans les moments difficiles) ?
- ...

À toi de jouer !

**POUR ALLER PLUS LOIN** 

**Apprends à faire ton vision board avec Elodie :**

[www.glgpfm.com/atelier-visionboard2021](http://www.glgpfm.com/atelier-visionboard2021)



## Chapitre 3

# Proclame la vie sur ta situation

**M**on amie, nous avons fait un excellent job en « gravant la vision sur de la pierre » (ou, pour la plupart d'entre nous, simplement sur une feuille de papier, ce qui n'est déjà pas mal !). Maintenant que cette pierre est posée, je te propose d'aller plus loin. *Ready?*<sup>77</sup>

Sais-tu que tu es la première prophétesse de ta vie ? Que souhaites-tu voir arriver ? Que proclames-tu dans ton quotidien ? Y a-t-il un alignement entre :

1. Ce que Dieu dit de toi ?
2. Ce que toi-même tu dis de ta personne ?
3. Ce que tu désires voir se réaliser dans ton existence (matérialisé par exemple par le *vision board* que nous venons de réaliser) ?

Dieu, seul, ne peut accomplir la destinée qu'Il a pour toi, car Il a besoin de ta collaboration. Pourquoi ? Car Il est le plus gentleman des gentlemen. Il ne force personne, Il nous laisse libre de L'inviter dans notre vie... ou pas !

77. « Prête ? »

La Bible, elle-même, souligne ce partenariat quand elle déclare qu'il nous sera fait selon notre foi (Matthieu 8:13). Mais qu'est-ce donc la foi ? La foi, c'est n'avoir aucun doute quant à l'existence d'une chose avant même qu'elle ne soit matérialisée, comme le dit Hébreux 11:1 :

« [...] La foi est une ferme assurance des choses qu'on espère, une démonstration de celles qu'on ne voit pas. »

*Second 1910*

« La foi est l'assurance des choses qu'on espère, et la conviction de celles qu'on ne voit pas. »

*Darby*

« Mettre sa foi en Dieu, c'est être sûr de ce que l'on espère, c'est être convaincu de la réalité de ce que l'on ne voit pas. »

*La Bible en français courant*

## Marcher dans les promesses de Dieu pour toi

Sache que je ne me réfère pas du tout à la méthode Coué<sup>78</sup>, mais bien à l'expérimentation de la puissance de Dieu dans notre vie ! Lorsque nous sommes connectées à notre Seigneur et que nous recevons Ses promesses pour nous (au travers de la Bible, des révélations du Saint-Esprit, de la prière...), nous pouvons marcher avec assurance dans ces dernières. Tu te demandes peut-être comment je peux en être aussi sûre... Tout simplement pour les raisons suivantes :

78. « La méthode Coué est une méthode fondée sur l'autosuggestion et l'autohypnose, due au psychologue et pharmacien français Émile Coué de la Châtaigneraie (1857-1926). Elle utilise la répétition de prophéties autoréalisatrices, censée entraîner l'adhésion du sujet aux idées positives qu'il s'impose et ainsi un mieux-être psychologique ou physique. Elle se veut aussi préventive que curative » (source : [fr.wikipedia.org/wiki/Méthode\\_Coué](https://fr.wikipedia.org/wiki/Méthode_Coué)).

1. La Bible nous dit en Nombres 23:19 que « *Dieu n'est pas un homme pour mentir, Il n'est pas un être humain pour changer d'opinion. Il n'affirme jamais rien sans tenir parole, ce qu'Il promet, Il le réalise* » (La Bible en français courant).

2. Je l'ai expérimenté personnellement ☺

Tes paroles sont des armes puissantes

Je répète : « *Tes paroles sont des armes* PUISSANTES. » Je t'invite à parcourir quelques passages de la Bible avec moi afin de voir le poids que peuvent avoir les mots.

### **La Parole est créatrice**

En Genèse, nous voyons que Dieu a créé la Terre au moyen de Sa Parole.



Alors Dieu dit : « Que la lumière paraisse ! » et la lumière parut. »

*Genèse 1:3 (La Bible en français courant)*

### **Notre langue donne une orientation à notre vie**

La langue est comparée au gouvernail d'un bateau qui, bien qu'étant un petit instrument, permet de diriger le navire tout entier (Jacques 3:4-5).

### **La parole peut apporter une malédiction**

Par une parole, Jésus a maudit le figuier et celui-ci s'assécha.



Il lui dit : « Que jamais plus tu ne portes de fruit ! » Le figuier sécha immédiatement. »

*Matthieu 21:19 (Segond 21)*

### **La parole d'autorité**

Le centurion romain dans Matthieu 8:8 avait tellement foi en Jésus qu'il lui dit : « *Mais dis seulement un mot et mon serviteur sera guéri* » (Segond 21). Cet homme connaissait et reconnaissait l'autorité de Jésus qui commande aux choses d'arriver par une simple parole.

## La Parole du Seigneur est une arme

« Car la parole de Dieu est vivante et efficace, plus tranchante qu'une épée quelconque à deux tranchants. »

*Hébreux 4:12 (Segond 1910)*

## Notre parole a un impact sur le spirituel et le naturel

« Je te donnerai les clés du Royaume des cieux : ce que tu lieras sur la terre sera lié dans les cieux, et ce que tu délieras sur la terre sera délié dans les cieux. »

*Matthieu 16:19 (Segond 1910)*

## Ta parole a le pouvoir de changer l'atmosphère

« Une réponse douce calme la fureur, tandis qu'une parole dure augmente la colère. »

*Proverbes 15:1 (Segond 21)*

Ne t'avise pas de me dire : « *Mais, Élodie, je ne suis pas Dieu ni Jésus pour commander aux choses d'arriver* », car :

1. Jésus Lui-même a dit en Jean 14:12 : « *Celui qui croit en moi fera aussi les œuvres que je fais. Il en fera même de plus grandes* » (La Bible en français courant).

2. Lorsque nous acceptons Jésus comme notre Sauveur personnel, le Saint-Esprit vient résider en nous. Je parle bien du même Saint-Esprit qui a ressuscité Jésus du royaume des morts. Que demander de plus ? (cf. Romains 8:11 et Actes 1:8.)

3. Connais-tu le docteur en médecine alternative Masaru Emoto ? Ce chercheur japonais (qui n'est pas chrétien) a mené des expériences pour démontrer que les molécules d'eau réagissent aux paroles prononcées à leur égard. L'utilisation de mots positifs donne lieu à un mouvement

d'eau harmonieux, tandis que des paroles négatives aboutissent à la dispersion des molécules<sup>79</sup>! Te rappelles-tu de tes cours de biologie? Sais-tu de quel pourcentage d'eau est constitué le corps? 60-65%. Donc, au regard de cette nouvelle information, laisse-moi te poser une fois de plus la question suivante: que dis-tu de ta personne? Que dis-tu aux 60-65% d'eau qui composent ton corps? Quels sont les effets de tes paroles sur ta vie? Le corps médical lui-même reconnaît que le moral (la pensée qui anime un être et lui permet d'appréhender son environnement) joue sur la santé des patients.

Que ta bouche, aujourd'hui, soit un puissant instrument de bénédiction sur ta vie!

Ton rêve n'est pas mort!

À quelques semaines de la publication de ce livre, le Seigneur m'a donné à lire Ézéchiel 37:4 et m'a beaucoup « travaillé » à ce sujet.

### ◀◀ **La vision des ossements desséchés**

La puissance du Seigneur me saisit; Son Esprit m'emmena et me déposa dans une large vallée couverte d'ossements. Le Seigneur me fit circuler tout autour d'eux, dans cette vallée: ils étaient très nombreux et complètement desséchés. Alors le Seigneur me demanda: "Toi, l'homme, dis-Moi, ces ossements peuvent-ils reprendre vie?" Je répondis: "Seigneur Dieu, c'est Toi seul qui le sais." Il reprit: "Parle en tant que prophète à ces ossements, dis-leur: Ossements desséchés, écoutez! Voici ce que le Seigneur Dieu vous déclare: Je vais vous réanimer, et vous reprendrez vie. Je vais mettre sur vous des nerfs, faire croître de la chair et vous recouvrir de peau; puis Je vous rendrai le souffle pour que vous repreniez vie. Vous serez convaincus alors que Je suis le Seigneur." Je parlai en tant que prophète aux ossements comme le Seigneur m'en avait donné l'ordre. Tandis que je parlais, j'entendis le bruit d'un grand remue-ménage: les os se rapprochaient les uns des autres, chacun de celui qui lui correspondait. Je vis que des nerfs et de la chair se formaient sur eux et se recouvraient de peau. Mais ils étaient encore inanimés.

79. *Le Message de l'eau* de Masaru Emoto (Guy Trédaniel Éditeur).

Le Seigneur me dit alors : “Toi qui n’es qu’un homme, parle en prophète au souffle de vie, oui, parle-lui de Ma part, et dis-lui : Souffle de vie, le Seigneur te donne l’ordre de venir de tous les points de l’horizon et de souffler sur ces cadavres afin qu’ils reprennent vie.” Je parlai en tant que prophète comme le Seigneur me l’avait ordonné. Le souffle de vie entra dans les cadavres qui reprirent vie. Ils se dressèrent sur leurs pieds. »

*La Bible en français courant*

Ton rêve de rencontrer l’homme avec qui te marier s’apparente peut-être à des ossements desséchés et sans vie. Le désespoir t’a peut-être même conduite à renoncer à ce désir...

Aujourd’hui, j’aimerais te dire que Dieu est notre Rédempteur, Il est Celui qui « *donne la vie aux morts et appelle à l’existence ce qui n’existe pas* » (Romains 4:17, La Bible du Semeur).

Si tu crois que ce rêve est de Dieu, si tu crois que Dieu est avec toi, si tu es prête à te préparer pour entrer dans ce projet de ta destinée, si tu reconnais qu’il y a dans ta bouche le pouvoir de la vie et de la mort, alors lève-toi et parle à ces cadavres afin qu’ils reprennent vie!

**POUR ALLER PLUS LOIN** 

« Prophétise sur tes ossements », message du pasteur Mamadou Karambiri, disponible sur [youtube.com/watch?v=dtmJhAeluuU](https://www.youtube.com/watch?v=dtmJhAeluuU).

## Chapitre 4

# Dating : savoir relationner avec des hommes

Il est bien dommage que toutes les églises ne proposent pas un cadre informel dans lequel les jeunes célibataires peuvent se côtoyer, se lier d'amitié avec le sexe opposé et aborder librement toutes les questions qui leur traversent l'esprit au sujet du célibat et du mariage.

Aux États-Unis, la culture du *dating* est très répandue. Littéralement, *dating* signifie “*going on dates*”, autrement dit « rencontrer du monde et passer du temps avec eux ». Cette terminologie est à ne pas confondre avec “*dating someone*” qui veut dire « avoir une relation privilégiée avec quelqu'un ».

Ici, l'acception retenue du mot *dating* est bien « rencontrer du monde » avec, tu l'auras compris, un petit focus sur la gent masculine ☺

La maîtrise des codes du *dating* n'est pas innée pour tous. Il y a plusieurs mois, je me suis liée d'amitié avec une femme approchant la quarantaine. Elle avait servi pendant des années dans le ministère des enfants de son église et n'avait pas côtoyé d'hommes. Elle vivait dans un monde exclusivement féminin, hormis ses deux frères dont elle était proche, et ne se souvenait plus de quelle manière aborder un homme. Mais l'avait-elle su un jour ? L'une de nos conversations téléphoniques nocturnes et la peine que cela a provoqué en moi ont donné naissance

au texte «Cacophonie nocturne issue de ces nuits éplorées» que tu trouveras à la fin du livre. Ce texte, rempli de métaphores, parle de la prison qu'elle s'est construite au fil des ans à force de trop vouloir se protéger du « mâle ». Cette protection insidieuse l'a éloignée chaque jour un peu plus de son rêve le plus cher : celui de se marier et d'avoir des enfants.

C'est en discutant qu'elle a pris conscience de ce blocage dans sa vie et a commencé à déployer toute une stratégie : elle s'est relookée, célébrant sa féminité avec une juste pudeur et grand raffinement, a pris son courage à deux mains pour se forcer à saluer les hommes de sa congrégation et a pris la ferme décision d'arrêter de les fuir ! En l'espace de quelques mois, je l'ai vue se métamorphoser et s'épanouir telle une fleur au soleil. Elle est devenue plus posée, souriante et confiante, créant une toute nouvelle attraction à son égard.

Tu l'auras compris, je suis personnellement *pro-dating*. En tant que femmes, nous avons besoin d'apprendre à « décoder les gars », c'est-à-dire savoir comment ils fonctionnent, pensent et réagissent. L'un des moyens les plus simples et efficaces d'y parvenir est de passer du temps en leur présence (en tout bien tout honneur, bien entendu ☺).

L'homme de ta vie est peut-être plus proche de toi que tu ne l'imagines, mais tu ne le vois peut-être pas si tes critères sont très élevés et rigides. Une fois la barre des « éléments indispensables » passée, donne-toi la chance d'apprendre à mieux connaître quelques-uns des gars qui t'entourent, en prenant un café avec eux par exemple (pas avec tous à la fois !).

Te rappelles-tu de la partie dans laquelle je te disais que derrière chaque grand homme se cache une femme ? **L'homme est un potentiel qui doit être découvert par une femme. Je crois que nous n'imaginons pas à quel point un homme peut éclore lorsqu'il est aimé, encouragé, admiré, soutenu, diverti, aidé par une épouse qui croit en lui et décide d'investir dans sa vie.**

J'aimerais désormais te proposer un petit jeu pour vérifier cette théorie. Identifie dans ton entourage au moins deux hommes mariés, mûrs et reflétant plusieurs des qualités que tu souhaites retrouver chez ton futur conjoint. Maintenant, va trouver leurs femmes respectives et demande-leur si leurs époux se sont toujours comportés de la sorte.

Tu t'apercevras rapidement que, dans la plupart des cas, la maturité et le bon caractère qu'ils démontrent est le fruit de plusieurs années de mariage sagement mises à profit ☺

Tips, tips and tips!<sup>80</sup>

Tu peux me remercier, car j'ai écumé un paquet de blogs chrétiens et de bouquins sur les attitudes à adopter lors d'un *date* et je t'ai tout compilé dans les treize commandements qui suivent – j'y ai aussi glissé quelques *tips* perso, mais je ne te dirai pas lesquels ☺

### **1. Avoir confiance en soi!**

Les hommes raffolent de ça. Il n'y a rien de plus irrésistible qu'une femme qui sait qui elle est et assume pleinement son originalité (je n'ai pas dit hautaine, capricieuse, tyrannique ou encore orgueilleuse), bref sois toi-même!

### **2. Rester humble par rapport à ses forces et à ses capacités**

### **3. Être prête à reconnaître ses fragilités et à travailler dessus si nécessaire**

### **4. Rester authentique**

Une « femme vraie » ne prend pas le risque de ne plus savoir qui elle est en jouant au caméléon ou en mettant un masque. C'est bizarre, mais je trouve que les mecs apprécient beaucoup les « filles chiantes ». Non pas qu'ils soient « masos », mais je pense qu'ils apprécient celles ayant de la personnalité, des idées et du caractère. Donc, exprime ta personnalité, fais-la découvrir, surtout si tu as pris le temps de la cultiver au préalable.

### **5. Keep la positive attitude!<sup>81</sup>**

On attire ce que l'on dégage! Peux-tu me citer une seule personne appréciant la compagnie de quelqu'un qui passe son temps à se plaindre et qui ne voit la vie qu'en noir? La bonne nouvelle, c'est qu'être positif peut se développer en faisant, notamment, le choix dès aujourd'hui de voir du bon, du beau dans chacune des situations; en regardant le verre à moitié plein et non à moitié vide, donc!

80. « Des conseils, des conseils et encore des conseils! »

81. Je ne commenterai pas la référence « culturelle » de ce slogan. Reconnaîtront celles qui reconnaîtront... ☺

## 6. Nous respecter

As-tu constaté que les gens trop gentils, sans personnalité, qui disent « oui » à tout ce qu'on leur demande ne sont finalement pas respectés et sont même parfois méprisés ? Respecte-toi si tu souhaites être respectée. Connais tes valeurs, ta ligne de conduite et ne baisse jamais tes standards pour un gars. *This is so irresistible to them!*<sup>82</sup>

## 7. Leur donner un peu de fil à retordre

Les gars n'aiment pas les relations trop faciles. Le livre *Indomptable : Le Secret de l'âme masculine*<sup>83</sup> nous apprend qu'ils sont des chasseurs dans l'âme, des aventuriers qui aiment relever des défis, aller secourir les filles emprisonnées dans les donjons et brandir des trophées matérialisant leurs victoires. Tous rêvent au fond d'eux d'être des James Bond, Ethan Hunt dans *Mission Impossible* ou Harrison Ford dans *Indiana Jones* ! Ne nous privons donc pas de cultiver une part de mystère et de leur offrir la touche d'aventure qu'ils désirent tant ☺

## 8. Nous apprêter... mais pas trop !

Lors d'un *date*, j'apprécie toujours d'être féminine et coiffée en guise de respect envers l'autre. Toutefois, je mets un point d'honneur à systématiquement porter une tenue *casual*<sup>84</sup> et à ne pas me farder. Si la personne s'intéresse à moi, je veux avant tout que ce soit pour ma personnalité et non pour la « coquille extérieure ». L'idée du *date* est d'apprendre à se connaître mutuellement et non pas à se séduire.

## 9. Prendre le temps d'écouter l'autre... sans lui couper la parole

Je crois qu'il n'y a rien de pire au monde qu'une personne qui ne parle que d'elle (pourtant, je parle beaucoup !). Fais tes devoirs : si tu as un *date* avec un gars, prends le temps au préalable de te renseigner un minimum sur lui : quels sont ses centres d'intérêt principaux ? Propose-lui un lieu qui pourrait lui plaire. Crée un lien avec la dernière conversation que vous avez eue. Montre-lui que tu n'es pas juste là pour faire la belle et profiter de ses flatteries, mais que tu as envie de le connaître davantage. Il se sentira ainsi considéré et sera enclin à s'ouvrir à toi.

82. « Cela leur est irrésistible ! »

83. Livre de John Eldredge (Farel).

84. « Décontractée ».

## 10. Le regarder dans les yeux

Le contact visuel démontre que tu as confiance en toi (et si tu n'as pas confiance en toi, fais comme si c'était le cas ☺). La communication n'est pas uniquement verbale : un regard fuyant sera souvent associé au doute, au besoin de cacher quelque chose. Quelqu'un a dit un jour : « *Les yeux sont la fenêtre de l'âme.* » On apprend beaucoup simplement en observant l'autre. La manière dont il te regarde et dont tu le regardes en dit généralement long sur les sentiments que vous éprouvez réciproquement l'un pour l'autre.

## 11. Let's have fun!<sup>85</sup>

Encore une fois, il n'y a aucun enjeu majeur dans un *date*, *so let's have fun!* Notre unique objectif est d'apprendre à nous connaître et à développer une amitié... si affinité il y a !

## 12. Les gestes physiques doivent être appropriés au contexte

Les gestes physiques, d'intimité devraient être reliés au degré d'engagement dans la relation. Le recours aux gestes physiques doit pouvoir s'exprimer dans le contexte d'une relation sérieuse et non pour le simple plaisir de satisfaire nos désirs charnels.

Utiliser des gestes d'amour alors que la relation n'a pas de valeur à tes yeux et/ou n'est pas sérieuse pourrait transmettre les messages suivants :

[a] « *Je tiens à toi et je prends la relation au sérieux* » (ce qui serait faux) ;

[b] « *J'ai juste envie d'assouvir mes pulsions et je t'utilise comme un objet sexuel* » (ce qui ne serait ni cool ni respectueux).

## 13. Vérifier les intentions du gars dans le dating process

Quelles sont ses intentions ? Un gars a **TOUJOURS** des intentions lorsqu'il s'intéresse à une fille : honorables... ou pas ☺

Est-il avec toi pour le fun ? Pour t'exhiber comme un trophée ? Pour coucher ? Pour combler la solitude/l'ennui ? Ou est-il vraiment prêt à s'engager et à fonder une famille lorsqu'il rencontrera la bonne personne ? N'oublie jamais : l'homme a toujours un plan.

85. « Amusons-nous ! »

### Avant-dernières recommandations :

- Privilégier les lieux publics propices à la discussion ou aux activités (café, bowling, expo...);
- Garder les dîners et les restos pour plus tard : ils ont une connotation trop romantique ;
- Éviter d'inviter le gars à la maison. Notre foyer est notre intimité ; on risquerait d'envoyer des signaux trompeurs ☺

J'ai gardé le meilleur pour la fin : une pépite d'or de Derek Prince : *“First, discover the mate God has chosen for you. Then, release your emotions toward that person”*<sup>86</sup>.

Nous, les filles, faisons malheureusement souvent les choses à l'envers. Nous nous laissons aller au flirt avec un gars qui ne nous laisse pas indifférentes, nous lui ouvrons notre cœur, passons de plus en plus de temps en sa compagnie et partageons une intimité grandissante. Une fois que nous émotions sont bien en émoi, nous commençons à nous poser des questions : « *Serais-je attirée par ce gars ?* » ; « *J'ai l'impression d'être amoureuse de lui... Est-ce le cas ?* » Comme dirait Joyce Meyer, les émotions sont *fickle*<sup>87</sup> ! Elles nous abrutissent et sont trompeuses. Il nous faudra donc nous armer de BEAUCOUP de sagesse et de discipline afin de nous maîtriser. Recherchons d'abord la volonté de DIEU concernant notre conjoint avant de nous montrer émotionnelle avec une personne du sexe opposé (et je me permets de souligner ce point car je suis moi-même tombée dans le piège ☺).

86. « Tout d'abord, prends le temps de découvrir la personne que Dieu te réserve ; dans un second temps, exprime tes sentiments à son égard. »

87. « Instables ».

## POUR ALLER PLUS LOIN

Voici deux mini-livres en PDF que l'on peut trouver gratuitement sur Internet. Des pépites qui ne sont malheureusement disponibles qu'en anglais :

- [A Girl's Guide to Marrying Well](#);
- [A Guy's Guide to Marrying Well](#).

Ce livre destiné initialement aux hommes te permettra de mieux comprendre leur point de vue et d'identifier leurs besoins 😊

Et aussi :

- *NaviDating: A 15-Day Devotional for Her: Equipping Couples to Navigate the Modern Dating World with Godly Principles* de Matt et Jordan Lee Dooley (version « fille »);
- *NaviDating: A 15-Day Devotional for Him: Equipping Couples to Navigate the Modern Dating World with Godly Principles* de Matt et Jordan Lee Dooley (version « gars »).



## Chapitre 5

# Let the man do the chasing!<sup>88</sup>

**A**mes yeux, l'une des manières de reconnaître un homme fort est de le laisser prendre sa place de leader en partant à la conquête de la femme avec qui il envisage de s'engager. Suis-je vieux jeu ? Pas le moins du monde (enfin, je ne crois pas ☺). Dieu a très clairement donné à l'homme le rôle de leader du foyer. Il est celui en charge de la vision du couple. Il doit être en mesure de donner l'impulsion à cette vision afin qu'elle puisse se matérialiser. En tant qu'épouse, je suis appelée à me placer sous ce leadership. Si je suis celle qui commence la relation amoureuse et porte cette dernière à coups d'actes de séduction, d'insistance et de manipulation, eh bien, navrée de te le dire, mais ce ne sera pas de bon augure pour la suite.

Cela veut-il dire que je dois rester passive ? Absolument pas. Je pense qu'en tant que femmes, nous devrions nous montrer disponibles si jamais un homme attire notre attention et l'encourager dans ses prises d'initiative. Laissons l'homme être homme (les féministes vont me tomber sur le dos ☺)!

88. «Laisse l'homme te courtiser!»

Je souhaiterais d'ailleurs en profiter pour faire un aparté. Beaucoup d'hommes dans nos églises n'osent plus entreprendre de démarches envers des jeunes femmes car :

1. Soit ils ont été rabroués avec un manque de considération et de respect qui les a profondément blessés (n'oublions pas que le respect fait partie des besoins fondamentaux des hommes).
2. Soit la situation a été colportée par monts et par vaux dans l'église, le plaçant dans une position inconfortable avec un sentiment de gêne.

D'ailleurs, si des hommes lisent ce livre et se reconnaissent dans l'un de ces cas de figure, je souhaiterais leur demander pardon au nom des femmes. Vous êtes précieux et nous avons besoin de vous et de vos attributs masculins afin d'être pleinement les femmes que nous sommes appelées à être.

Quant à nous, Mesdames, je vous encourage à interroger nos comportements et à faire preuve de diplomatie et de respect lorsque nous déclinons les tentatives d'un homme. Nous ne soupçonnons pas à quel point des mots durs peuvent avoir des répercussions désastreuses sur la gent masculine.

Voici quelques lignes de conduite dont nous pourrions nous inspirer lorsque nous devons signifier à un homme que nous ne partageons pas les sentiments romantiques qu'il éprouve à notre égard.

### **1. Le valoriser**

Il faut beaucoup de courage pour se montrer vulnérable en exprimant ses sentiments romantiques envers une femme. Je n'oublie jamais qu'il est flatteur qu'un homme s'intéresse à moi.

### **2. Le rassurer**

Pourquoi ne pas lui faire part de deux ou trois éléments que nous apprécions chez lui et pour lesquels nous sommes reconnaissantes ? Il est important que cet homme ne pense pas qu'il est l'objet de notre refus, et que si nous ne partageons pas ses sentiments à notre égard, c'est parce qu'il y a un problème chez lui. L'amour ne s'explique pas, car une grande partie résulte d'une alchimie qui dépasse le rationnel. Je connais et côtoie de nombreux gars géniaux, mais dont la vision n'est tout simplement pas compatible avec celle que j'ai reçue.

### 3. Faire preuve de franchise et de transparence

Arrêtons de tourner autour du pot et de cultiver le flou artistique (et je sais combien il est difficile de dire les choses avec franchise car nous pouvons avoir peur de blesser l'autre). Nonobstant, nourrir de faux espoirs chez le jeune (ou moins jeune) homme ne retarde que l'échéance et peut être terriblement offensant.

Une fois que nous avons fait preuve d'honnêteté, n'hésitons pas à proposer au garçon de mettre un peu de distance entre lui et nous, afin qu'il puisse passer à autre chose. En revanche, attention à ne pas couper la relation du jour au lendemain afin de ne pas prendre le risque de nourrir de possibles racines de rejet en lui.

### 4. Faire preuve de discrétion

Agissons comme des adultes. Cet homme a pris son courage en se montrant vulnérable. Honorons ce geste en gardant cette démarche confidentielle et en continuant d'être la plus naturelle possible lorsque nous sommes à son contact.

Ce type de démarches honnêtes et respectueuses encouragera les hommes à partager leur cœur avec confiance lorsqu'ils sentiront que le moment est venu d'être plus entreprenant avec une fille.

En gros, cela donnerait :

1. J'écoute la personne jusqu'au bout sans l'interrompre dans ses propos.
2. Je prends la parole : *« Tout d'abord, je voudrais te remercier pour la franchise dont tu fais part. Cela me touche beaucoup et je trouve cela tellement important que les hommes puissent partager ce qu'ils ont sur le cœur. J'apprécie fortement ton amitié, je suis souvent encouragée par ton leadership qui m'inspire à devenir meilleure avec mes propres équipes. Merci d'être un reflet des traits de caractère du Seigneur. Toutefois, de mon côté, je n'ai pas de sentiments romantiques pour toi/mon cœur est déjà pris/je ne suis pas libre sentimentalement parlant, et tout ce que je peux t'offrir, aujourd'hui et dans le futur, c'est mon amitié. Compte tenu des sentiments que tu as pour moi, souhaites-tu que nous mettions un peu de distance entre nous afin que cela soit plus simple à gérer ? »*



# AVANT DE NOUS DIRE AU REVOIR



**A** lors que je clos ce livre, je suis émue. J'ai tellement pensé à toi durant ces deux ans et demi d'écriture. Je t'ai imaginée, me suis demandé quels étaient tes batailles, ton parcours, tes rêves, ta situation...

Il est temps que toi comme moi écrivions un nouveau chapitre de notre vie : levons-nous comme des femmes fortes et audacieuses et partons à la conquête de ce qui nous appartient déjà.

J'espère ne pas t'avoir froissée dans mes propos, je sais combien je peux être directe parfois. Tu n'as peut-être pas toujours partagé mon point de vue, et tant mieux. Mon désir était de susciter des questionnements nouveaux en toi et de te donner l'envie d'approfondir quelques sujets. Trace ta route, suis ton chemin, vis la vie merveilleuse que tu es appelée à vivre avec le Seigneur.

Avant de te quitter, j'aimerais élever une dernière prière pour toi :

*« Seigneur, je suis tellement honorée d'avoir pu partager mon cœur de célibataire en préparation avec ma sœur. Tu connais ses rêves et son désir de se marier en accord avec Ta volonté. Garde son cœur, prépare-la dans cette étape décisive de sa vie. Je Te demande de briser tout ce qui pourrait l'empêcher d'entrer dans la bénédiction du mariage. Qu'une nouvelle saison soit déclarée dans sa vie, maintenant !*

*Conduis-la vers le bon partenaire. Que leur union soit bénie, passionnante et profondément ancrée en Toi. Je prie pour que son couple puisse être utilisé comme un puissant témoignage, qu'il participe à l'avancement de Ton Royaume et Te rende pleinement honneur et gloire.*

*Elle est si précieuse, Tu l'aimes d'un amour infini et indescriptible. Au nom de Jésus que j'adore. Amen. »*

Si tu es d'accord, j'aimerais beaucoup que nous puissions garder contact et te connaître davantage. Mon rêve, ma vision ? Qu'une armée de femmes célibataires se lève ! Des femmes passionnées de Dieu qui font le choix de se soutenir afin de se préparer ensemble au mariage.

Tu souhaites rester en contact avec l'équipe de Glgpfm et moi-même ? Alors abonne-toi vite à nos RSS :

 [@glgpfm](#)

 [@glgpfm](#)

 [@glgpfm](#)

Tu as à cœur de bénir le ministère et d'encourager d'autres célibataires ?

- Partage ton retour du livre sur la page [Amazon](#) de celui-ci
- Pourquoi ne pas offrir [le livre broché](#) ou [l'ebook](#) à un proche ?

J'espère avoir le plaisir de te rencontrer prochainement et de découvrir les merveilles que Dieu va réaliser dans ta vie. D'ici là, je t'embrasse, toi, très chère sœur, qui as su recueillir le partage de mon cœur.

Avec tout mon amour et mon soutien,

*Elodie*

# Cacophonie nocturne issue de ces rêves éplorés

26 juillet 2016

À mon amie qui, cette nuit, m'a déversé son cœur et a bouleversé le mien. Si seulement je pouvais, de manière instantanée, chasser ta peine, ô combien je me presserais de le faire. Voici les mots qui me sont venus en tête en raccrochant le téléphone... Tu n'es pas seule! *Much love.*

Bonheur perdu ou inconnu... Enfin retrouvé ou tout simplement trouvé?! Et pourtant, ces trois points font encore obstacle, s'érigent en fossés abyssaux entre ce vécu de paralysée immobile – incapable de marcher dans les promesses si tendrement chéries et attendues – et la réalisation de son rêve, son espoir, son attente. Comment les ôter afin d'établir une liaison entre ces deux réalités pourtant issues d'un autre temps? Mais où est donc la clé, et sais-tu seulement quelle en est sa forme?

Tu implores et déverses ce torrent de désespoir néanmoins mêlé à l'espérance. Son goût est semblable à l'amertume teintée de regrets, mais je dénote pourtant, au loin, une saveur douce et sucrée qui me rappelle celle du miel. Quelle dissonance et parfaite cohérence à la fois!

Mon amour, sous forme de compassion, ne peut que se manifester et le cri de ton cœur fait tout d'un coup écho au mien. Imperceptible pour les uns, indicible pour toi... Et si le seul réconfort dont tu avais besoin était mes larmes entremêlées aux tiennes?

À quand le doux repos et le bonheur ? Toi et moi les guettons. Sont-ils déjà en chemin ? Une ombre se dessine. Une promesse ? Ce bonheur ? Ou n'est-ce qu'un énième test, une chimère ? Combien de temps encore mes papilles resteront insensibles au goût de la joie profonde et de ses effluves ? Guerrière, « femme forte », es-tu condamnée à combattre sans fin l'opposition qui déjà n'est plus présente ? Comment nos protections ont-elles pu, de manière insidieuse, se transformer en nos pires ennemies ? Tu as érigé des murs toujours plus hauts pour te protéger, te préserver, rester forte, et tu en es aujourd'hui prisonnière. Quel horrible aveu : « *Je ne sais pas, je ne sais plus, mais ai-je seulement su un jour ?* » Apprendre à se laisser émuvoir de nouveau, à baisser les armes. Apprendre à désapprendre et à démonter les mécanismes si minutieusement mis en place au cours des dernières années. En seras-tu capable ? Il n'y a aucun doute ! Avec Lui, ensemble, un bloc !

Toujours ce même constat, ces mêmes mots qui résonnent inlassablement depuis des mois dans ma tête : transparence, honnêteté, vulnérabilité.

Baissez les gardes et voyez ! Admirez la beauté qui était cachée. Déléctez-vous d'elle ! Le temps est rattrapable parce qu'il est le Rédempteur.

La nuit s'achève, je sens le soleil qui se lève. Élançe-toi et laisse ses rayons te dorer la peau. Chère amie, danse et brille. IL EST VENU LE TEMPS de briser ces barrières. Je me réjouis d'ores et déjà avec toi car, en devenant mes peines, les tiennes ont fait de moi la cobénéficiaire de tes joies, succès et bonheurs à venir.

Mes pieds virevoltent... C'était un entrechat !

Douce plume, fidèle compagne de ces pensées qui si souvent m'animent...