



ÉGLISE ADVENTISTE DU 7ÈME JOUR
UNION DES ANTILLES ET GUYANE FRANÇAISE

SEMAINE DU FOYER CHRÉTIEN

DU 14 - 21 FEVRIER

2026



PROPOSÉ PAR
Le Département Famille

SERMON DU SABBAT 14 FEVRIER

UN TEMPS POUR CHAQUE CHOSE : RETROUVER LE RYTHME DE DIEU À L'ÈRE NUMÉRIQUE

Par Willie et Elaine OLIVER

Texte Biblique : Ecclésiaste 3:1-8

INTRODUCTION

LA TYRANNIE DU BIP

Nous aimerions commencer en vous posant une question. Combien d'entre vous ont vérifié leur téléphone avant même de sortir du lit ce matin ? N'ayez pas honte — gardez la main levée ! Combien d'entre vous ont ressenti cette petite angoisse dans la poitrine lorsqu'ils ne retrouvent pas leur téléphone ? Combien de familles sont assises autour de la table du dîner, mais où chaque visage est illuminé par la lueur bleue d'un écran plutôt que par la chaleur d'une conversation ?

Willie Oliver, PhD, CFLE et Elaine Oliver, PhD, LCPC, CFLE, *sont directeurs du Département des Ministères de la Famille à la Conférence Générale de l'Église adventiste du septième jour, dont le siège mondial est situé à Silver Spring, Maryland, États-Unis.*

Nous vivons à une époque, bien-aimés, où nous sommes plus connectés que jamais, et pourtant les familles se désagrègent. Nous pouvons utiliser FaceTime (appel vidéo) avec quelqu'un de l'autre côté du monde, mais nous n'arrivons pas à avoir une conversation cœur à cœur avec la personne qui dort à côté de nous. Nous savons ce que des inconnus ont mangé au petit-déjeuner sur Instagram, mais nous ignorons ce que nos propres enfants traversent dans leur âme.

L'ennemi a été habile, chers amis. Il a pris les outils mêmes qui pouvaient nous rapprocher et les a transformés en chaînes qui nous séparent. Il a fait de nous des esclaves de la notification, des serviteurs de l'écran et des prisonniers du bip.

Mais nous avons une bonne nouvelle pour vous aujourd'hui ! Le même Dieu qui a établi le rythme de l'univers — qui a instauré le jour et la nuit, l'été et l'hiver, le temps des semailles et celui de la moisson, et qui nous a donné le sabbat — ce même Dieu nous a donné un plan pour ordonner nos vies, même à l'ère numérique.

Le message d'aujourd'hui s'intitule : « **Un temps pour chaque chose : Retrouver le rythme de Dieu à l'ère numérique** ». Prions.

PRIÈRE :

Père plein de grâce, tandis que nous ouvrons ta Parole aujourd'hui, ouvre aussi nos cœurs pour entendre ce que tu veux nous dire sur les temps dans lesquels nous vivons. Aide-nous à discerner ta voix au-dessus du bruit de cette ère numérique. Donne-nous la sagesse d'ordonner nos jours selon ton calendrier parfait. Au nom de Jésus, Amen.

Prenons le chapitre 3 d'Ecclésiaste, et lisons ensemble les versets 1 à 8.

« Il y a un temps pour tout, un temps pour toute chose sous les cieux : Un temps pour naître, et un temps pour mourir ; un temps pour planter, et un temps pour arracher ce qui a été planté ; Un temps pour tuer, et un temps pour guérir ; un temps pour abattre, et un temps pour bâtir ; Un temps pour pleurer, et un temps pour rire ; un temps pour se lamenter, et un temps pour danser ; Un temps pour lancer des pierres, et un temps pour ramasser des pierres ; un temps pour embrasser, et un temps pour s'éloigner des embrassements ; Un temps pour chercher, et un temps pour perdre ; un temps pour garder, et un temps pour jeter ; Un temps pour déchirer, et un temps pour coudre ; un temps pour se taire, et un temps pour parler ; Un temps pour aimer, et un temps pour haïr ; un temps pour la guerre, et un temps pour la paix. » Ecclésiaste 3 :1-8

ANALYSE DU TEXTE PRINCIPAL :

LE RYTHME DIVIN

I. LA SOUVERAINETÉ DES SAISONS (V. 1)

« Il y a un temps pour tout, un temps pour toute chose sous les cieux. »

La toute première chose que Salomon établit, bien-aimés, c'est qu'il existe un ordre divin dans la vie. Le mot hébreu *zeman* signifie temps ou saison — il ne parle pas seulement du temps chronologique, mais d'un temps fixé, intentionnel, ordonné par Dieu.

Lorsque Dieu a créé le monde, il n'a pas lancé les étoiles dans l'espace au hasard. Genèse 1:14 nous dit qu'il plaça les luminaires dans l'étendue « *pour servir de signes, et pour marquer les époques, les jours et les années* ». « *Car Dieu n'est pas un Dieu de désordre, mais de paix* » (1 Corinthiens 14 :33).

Mais qu'avons-nous fait à l'ère numérique ? Nous avons tenté d'éliminer les saisons ! Nous voulons le printemps toute l'année. Nous voulons être disponibles 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Nous voulons récolter sans avoir semé. Nous voulons moissonner sans avoir planté.

Écoutez, Église : votre smartphone ne comprend pas les saisons ! Il ne connaît pas la différence entre le temps du travail et le temps de la famille, entre le sabbat et le dimanche, entre le sommeil et l'éveil. Mais Dieu, Lui, le sait ! Et Il nous appelle à revenir à son rythme.

La stimulation constante provoque une fatigue mentale. Un flux continu de notifications, de messages et de mises à jour sur les réseaux sociaux surcharge la capacité de traitement du cerveau. La vigilance permanente requise pour surveiller ces entrées maintient l'esprit dans un état d'alerte élevé, rendant difficile l'accès au calme intérieur.

Cet état d'activation persistante peut mener à l'anxiété et à l'épuisement, à l'opposé du repos et de la restauration que procure la solitude. La psychologue Sherry Turkle observe que lorsque nous sommes toujours connectés, nous pouvons devenir dépendants de la validation des autres. Plutôt que de développer un sentiment de soi sécurisé, nous utilisons les autres pour soutenir un ego fragile, ce que le psychanalyste Donald Winnicott appelait un « faux soi ». Cette dépendance rend la solitude inconfortable, car elle supprime la source de validation constante.

II. **LA DANSE DES OPPOSÉS** (VV. 2-8)

Regardons maintenant comment Salomon développe ce principe. Il nous présente quatorze paires d'opposés — vingt-huit activités différentes qui composent la plénitude de l'expérience humaine. Mais remarquez quelque chose de beau ici : ce ne sont pas des contradictions ; ce sont des saisons complémentaires qui œuvrent ensemble pour créer une vie complète.

A. **« *Un temps pour naître, et un temps pour mourir* »** (v. 2a)

Chaque famille connaît les commencements et les fins. Mais à l'ère numérique, nous avons perdu l'art de laisser mourir les choses. Nous maintenons des conversations mortes sous assistance artificielle par des chaînes de messages interminables. Nous refusons de laisser se terminer des relations toxiques parce que nous pouvons encore voir ce que les autres font sur les réseaux sociaux.

Parfois — peuple de Dieu — l'amour ressemble au fait d'appuyer sur le bouton « ne plus suivre ». Parfois, la sagesse consiste à laisser mourir ce groupe de discussion. Parfois, la santé familiale signifie dire : « Cet appareil a rempli sa saison, mais maintenant il est temps pour lui de se reposer. »

B. **« *Un temps pour planter, et un temps pour arracher ce qui a été planté* »** (v. 2b)

Oh, comme cela parle à nos âmes ! Dans notre culture de gratification instantanée, nous voulons planter et récolter le même jour. Nous voulons publier une photo et recevoir des mentions “j’aime” immédiates. Nous voulons envoyer un message et obtenir une réponse instantanée.

Mais les relations familiales sont comme des jardins, bien-aimés. On ne peut pas mettre l'intimité au micro-ondes. On ne peut pas télécharger une connexion profonde. On ne peut pas diffuser en continu un amour authentique.

Ellen White nous le rappelle dans son livre *Child Guidance* : « *Le Seigneur fit Adam et Ève et les plaça dans le jardin d'Éden pour le cultiver et le garder pour le Seigneur. C'était pour leur bonheur d'avoir un travail, autrement le Seigneur ne leur aurait pas confié leur tâche* » (White, 1954, p. 345). Il y a quelque chose dans le travail manuel, dans l'attente que les semences poussent, qui nous enseigne la patience d'une manière qu'aucun appareil numérique ne pourra jamais offrir.

C. **« Un temps pour pleurer, et un temps pour rire »** (v. 4a)

C'est ici que nous entrons en terrain dangereux à l'ère numérique. Les réseaux sociaux ont créé une culture où nous ne montrons que les moments forts. Nous publions nos rires, mais nous cachons nos larmes. Nous partageons nos victoires, mais nous masquons nos défaites.

Mais écoutez, famille : des relations authentiques exigent les deux saisons. Si vos enfants ne vous voient jamais pleurer, comment sauront-ils qu'il est sûr de pleurer devant vous ? Si votre conjoint ne vous voit jamais lutter, comment peut-il vraiment comprendre votre force ?

Jésus pleura au tombeau de Lazare (Jean 11:35), même s'il savait qu'il allait le ressusciter d'entre les morts ! Même le Fils de Dieu a honoré la saison du chagrin.

Le problème de nos vies numériques, c'est que nous essayons d'être « en représentation » tout le temps. Nous essayons d'être la même personne dans chaque contexte, à chaque instant. Mais Dieu nous a conçus pour des saisons de joie et des saisons de tristesse, des saisons de force et des saisons de vulnérabilité.

D. **« Un temps pour embrasser, et un temps pour s'abstenir d'embrasser »** (v. 5b)

Nous touchons maintenant au cœur des relations familiales ! L'affection physique a aussi ses saisons. Il y a un temps où votre tout-petit veut être porté constamment, et un temps où votre adolescent a besoin d'espace. Il y a un temps pour une conversation intime avec votre conjoint, et un temps pour être simplement présents ensemble dans le silence.

Mais voici ce qui se passe à l'ère numérique : nous embrassons nos appareils alors que nous devrions nous embrasser les uns les autres, et nous nous éloignons de nos proches alors que nous devrions nous rapprocher.

Des recherches menées par le Center for Creative Leadership ont révélé que les familles qui établissent des « zones sans appareils » — des temps et des espaces où aucun dispositif numérique n'est autorisé — rapportent des niveaux de satisfaction et de connexion significativement plus élevés. Elles créent des saisons d'étrointe !

E. **« Un temps pour se taire, et un temps pour parler »** (v. 7b)

Oh famille, si nous pouvions apprendre ce seul principe, cela révolutionnerait nos familles ! À l'ère numérique, nous pensons devoir répondre immédiatement à tout. Nous nous sentons obligés de commenter chaque publication, de répondre à chaque notification, d'avoir une opinion sur tout.

Mais Salomon dit qu'il y a une saison pour le silence ! Parfois, la chose la plus aimante que vous puissiez faire pour votre famille est de poser le téléphone et d'écouter simplement. Parfois, la réponse la plus sage à ce message de groupe incendiaire est l'absence de réponse.

Ellen White conseillait dans *Testimonies for the Church*, vol. 5 : « *Nous devons être beaucoup dans la prière si nous voulons progresser dans la vie divine. Lorsque le message de la vérité fut proclamé pour la première fois, combien nous priions. Combien souvent la voix de l'intercession se faisait entendre dans la chambre, dans la grange,*

dans le verger ou dans le bosquet. Souvent nous passions des heures en prière fervente, deux ou trois ensembles réclamant la promesse ; souvent le bruit des pleurs se faisait entendre, puis la voix de l'action de grâces et le chant de louange » (White, 1948, p. 161). Remarquez qu'elle mentionne la prière dans différents lieux — la chambre, la grange, le verger. C'étaient des saisons de silence, des saisons d'écoute de la voix de Dieu. Quand votre famille a-t-elle vécu pour la dernière fois une saison de silence numérique ensemble ?

LA GRANDE TROMPERIE : TEMPS SANS BUT

Mais voici où l'ennemi a été le plus rusé, bien-aimés. Il ne nous a pas seulement donné des distractions numériques — il nous a donné des distractions numériques qui se déguisent en productivité, en connexion, en but.

Nous faisons défiler les réseaux sociaux et nous nous disons que nous « *restons connectés* ». Nous regardons Netflix à la chaîne et appelons cela du « *temps en famille* ». Nous envoyons des textos au lieu de parler et nous nous convainquons que nous « *communiquons* ».

Mais Salomon dit qu'il y a « **un temps pour chaque dessein sous les cieux** ». Ce mot « dessein » en hébreu est *chephets* — il signifie délice, désir, accomplissement de la volonté de Dieu. Chaque saison devrait avoir un but divin !

Permettez-moi de vous poser la question, Église : quel est le but divin de passer trois heures à faire défiler les photos de vacances des autres ? Quel est l'objectif ordonné par Dieu de se disputer avec des inconnus dans les sections de commentaires ? Quel objectif céleste est accompli en vérifiant son téléphone 150 fois par jour ?

Ellen White avait vu cela venir lorsqu'elle écrivit : « *Les anges se réjouissent dans un foyer où Dieu règne en souverain, et où l'on enseigne aux enfants à révéler la religion, la Bible et leur Créateur. De telles familles peuvent réclamer la promesse : "Ceux qui M'honorent, Je les honorerai" »* (White, 1948, p. 424).

LE RYTHME DE LA RÉDEMPTION :

LA SOLUTION DE DIEU POUR LES FAMILLES NUMÉRIQUES

I. ÉTABLIR DES SAISONS SACRÉES

La première chose que nous devons faire en tant que familles est d'établir des saisons sacrées — des temps mis à part, protégés, saints.

LE RYTHME QUOTIDIEN :

- Les dévotions du matin avant les appareils (Psaume 5:4 : « Éternel ! le matin tu entends ma voix ; le matin je me tourne vers toi, et je regarde »).
- Les repas en famille sans écrans (Deutéronome 8:10 : « Lorsque tu mangeras et te rassasieras, tu béniras l'Éternel, ton Dieu »).

- La prière et la réflexion du soir avant le sommeil (Psaume 4:5 : « Méditez dans votre cœur sur votre couche, puis taisez-vous »).
- Ellen White a souligné cela dans son livre *Child Guidance* : « *S'il ne fut jamais un temps où l'alimentation devait être de la nature la plus simple, c'est maintenant. La viande ne devrait pas être placée devant nos enfants. Son influence est d'exciter et de fortifier les passions inférieures et tend à affaiblir les facultés morales* » (White, 1954, p. 461).
- Remarquez qu'elle parle de préparation — créer des conditions qui nous aident à nous connecter à Dieu et les uns aux autres. Notre régime numérique a besoin du même genre d'intentionnalité !

LE RYTHME HEBDOMADAIRE :

- Le sabbat devient ici notre grand enseignant. Du vendredi soir au samedi soir, nous pratiquons le lâcher-prise de nos efforts numériques, de nos anxiétés en ligne, de nos engagements virtuels. Nous nous souvenons que nous sommes des êtres humains, et non des êtres de performance.

II. CRÉER DES ESPACES CONSACRÉS

Tout comme le tabernacle avait différentes zones pour différents usages, nos foyers ont besoin d'espaces consacrés :

- Les chambres comme sanctuaires de repos et d'intimité (pas de stations de recharge) !
- Les salles à manger comme temples de communion et de reconnaissance.
- Les espaces de vie comme lieux de conversation en face à face et de jeu.

Les recherches du Dr Larry Rosen sur le « iDisorder » montrent que les familles qui créent des zones sans appareils dans leurs foyers ont des enfants qui dorment mieux, réussissent mieux à l'école et développent de meilleures capacités de régulation émotionnelle.

III. CULTIVER DES CŒURS CONTEMPLATIFS

Le besoin le plus profond de notre ère numérique est le besoin de contemplation — la capacité de « *s'arrêter, et de savoir que je suis Dieu* » (Psaume 46 :11).

Ellen White l'a compris et l'a exprimé dans le livre *Jésus-Christ* : « *Il nous serait avantageux de passer, chaque jour, une heure dans la méditation et la contemplation de la vie du Christ. Il faudrait y penser d'une manière détaillée, s'efforçant, par l'imagination, d'en reproduire toutes les scènes, surtout les dernières. En méditant ainsi sur le grand sacrifice accompli pour nous, notre confiance en Christ se trouve affermie, notre amour est intensifié, et son Esprit nous pénètre plus complètement.* » (White, 2000, p. 67).

La contemplation exige le silence. Elle demande la solitude. Elle impose des saisons de déconnexion du monde afin que nous puissions nous connecter à Dieu.

APPLICATIONS PRATIQUES :

VIVRE LE RYTHME

POUR LES PARENTS :

- Modéliser des sabbats numériques : Montrez à vos enfants ce que signifie se déconnecter des appareils pour se reconnecter à Dieu et à la famille.
- Créer des rituels de transition : Développez des pratiques familiales qui marquent le passage du temps numérique au temps sacré — peut-être une prière spéciale, un moment de silence ou un geste symbolique consistant à ranger ensemble les appareils.
- Enseigner l'art de la présence : Aidez vos enfants à comprendre que l'amour s'écrit T-E-M-P-S, et que le temps ne se limite pas à être dans la même pièce avec son appareil.

POUR LES COUPLES :

- Établir des saisons de communication : Prévoyez des moments réguliers où tous les appareils sont mis de côté et où vous vous concentrez exclusivement l'un sur l'autre.
- Protéger l'intimité : La chambre doit être un sanctuaire de repos et de connexion, et non une station de recharge pour les appareils.
- Pratiquer la gratitude ensemble : Avant de dormir, partagez trois choses pour lesquelles vous êtes reconnaissants dans la journée — et aucune ne doit être numérique !

POUR LES ENFANTS :

- Apprendre le rythme dès le plus jeune âge : Enseignez aux enfants que, tout comme nous avons des heures de coucher pour notre corps, nous avons besoin d'« heures de coucher » pour nos appareils.
- Développer des activités alternatives : Remplissez les saisons non numériques avec des activités qui développent le caractère, la créativité et la connexion — comme la lecture, les activités manuelles, les promenades dans la nature et les projets de service.
- Comprendre les conséquences : Aidez les enfants à voir le lien entre leurs habitudes numériques et leur bien-être émotionnel, physique et spirituel.

LA DIMENSION PSYCHOLOGIQUE :

CE QUE LA SCIENCE CONFIRME

La psychologie moderne rattrape ce que Salomon savait déjà : les êtres humains sont conçus pour le rythme et le but. La théorie de la restauration de l'attention (Attention Restoration Theory, ART), développée par Rachel et Stephen Kaplan, propose que l'exposition à la nature restaure la fatigue mentale en permettant à l'attention dirigée de se reposer et de se régénérer, améliorant ainsi des fonctions cognitives telles que la

mémoire de travail et l'attention. Cette restauration est facilitée par les environnements naturels, qui offrent une « *fascination douce* », permettant à l'esprit de vagabonder sans exiger une concentration soutenue. Les éléments clés de l'ART comprennent la présence de cette « *fascination douce* », le sentiment d'être éloigné des exigences quotidiennes, l'ampleur globale de l'environnement et la « compatibilité » personnelle de l'individu avec le cadre.

Les recherches sur l'état de flow, initiées par Mihaly Csikszentmihalyi et poursuivies par des psychologues comme Jeanne Nakamura, décrivent la « zone » de performance optimale, de concentration intense et de récompense intrinsèque. Elles démontrent que notre satisfaction la plus profonde provient d'activités qui mobilisent pleinement notre attention de manière intentionnelle. La distraction numérique détruit notre capacité à entrer dans ces états de flow porteurs de sens.

La théorie de l'attachement révèle que les enfants ont besoin d'une attention constante et focalisée de la part de leurs figures parentales pour développer des attachements sécurisés. Lorsque les parents sont chroniquement distraits par les appareils, les enfants développent des styles d'attachement anxieux qui les affectent tout au long de leur vie.

La Dre Catherine Steiner-Adair, auteure de *The Big Disconnect* (2013), a constaté que des enfants dès l'âge de quatre ans déclarent se sentir « tristes, fâchés, en colère et seuls » lorsque leurs parents sont distraits par les appareils. Un enfant a déclaré : « J'ai l'impression de ne pas être important quand ma maman regarde son téléphone. »

L'APPEL PROPHÉTIQUE :

UN TEMPS POUR DÉCIDER

Peuple de Dieu, nous vivons des temps prophétiques. Ellen White a écrit dans *Testimonies for the Church*, vol. 8 : « ***Nous vivons dans les scènes finales de l'histoire de cette terre. La prophétie s'accomplit rapidement. Les heures de probation passent rapidement. Nous n'avons pas de temps — pas un instant — à perdre*** » (White, 1956, p. 252).

Si nous n'avons pas de temps à perdre, alors nous devons être intentionnels dans la manière dont nous utilisons notre temps ! Nous ne pouvons pas nous permettre de gaspiller ces heures précieuses à faire défiler sans réfléchir, à nous disputer en ligne ou à laisser les distractions numériques voler notre attention de ce qui a une valeur éternelle.

L'ennemi sait que s'il peut fragmenter notre attention, il peut détruire notre puissance spirituelle. S'il peut faire de nous des esclaves de la notification, il peut nous empêcher d'entendre la voix douce et subtile de Dieu.

Mais nous croyons que Dieu nous appelle à être un peuple particulier à l'ère numérique — un peuple qui comprend les saisons, qui honore le rythme, qui choisit la connexion plutôt que la distraction, la présence plutôt que la productivité, la relation plutôt que le divertissement.

LE DÉFI

30 JOURS DE RYTHME DIVIN

Nous voulons lancer à chaque famille ici aujourd'hui le défi de s'engager dans 30 jours de pratique du rythme divin :

SEMAINE 1 : ÉTABLIR DES TEMPS SACRÉS

- Choisissez une heure chaque jour pour un temps familial entièrement sans appareils.
- Commencez et terminez chaque journée par la prière avant de toucher à tout appareil.
- Mettez en place un repas sans appareils par jour.

SEMAINE 2 : CRÉER DES ESPACES CONSACRÉS

- Retirez tous les appareils des chambres.
- Établissez une pièce de votre maison comme zone sans appareils.
- Créez une station familiale de recharge en dehors des espaces de vie.

SEMAINE 3 : CULTIVER DES PRATIQUES CONTEMPLATIVES

- Passez 15 minutes chaque jour dans la nature sans aucun appareil.
- Pratiquez une minute de silence avant chaque repas après avoir prié pour le repas.
- Terminez chaque journée en partageant trois choses pour lesquelles vous êtes reconnaissants (aucun sujet numérique autorisé).

SEMAINE 4 : ÉTENDRE ET ÉTABLIR

- Mettez en place un sabbat numérique hebdomadaire du coucher du soleil du vendredi au coucher du soleil du sabbat.
- Planifiez chaque semaine une activité familiale sans appareils.
- Apprenez à vos enfants à écouter leur cœur avant de consulter leur téléphone.

LA PROMESSE :

LA BÉNÉDICTION DE DIEU SUR L'ORDRE DIVIN

Nous pouvons vous dire ce qui se produit lorsque les familles adoptent le rythme de Dieu à l'ère numérique :

- Les enfants grandissent en sécurité dans leur identité, ne recherchant pas la validation par les mentions "j'aime" et les commentaires, mais sachant qu'ils ont été créés d'une manière admirable et merveilleuse par le Créateur de l'univers.
- Les mariages deviennent plus solides lorsque les couples redécouvrent l'art de la présence, le fait de se voir réellement, de créer un espace pour une intimité qui ne peut être interrompue par une notification.

- Les parents deviennent plus paisibles lorsqu'ils cessent d'essayer de suivre le rythme impossible de la vie numérique et commencent à marcher au tempo du ciel.
 - Les familles découvrent la joie dans des plaisirs simples qui ont été étouffés par le bruit de notre époque connectée — le son des rires autour de la table du dîner, la paix de lire ensemble le soir, la satisfaction de travailler de leurs mains sur un projet.
- Ellen White a déclaré dans son livre *Le Foyer Chrétien* : « Plus les membres d'une famille sont unis dans les devoirs qui s'accomplissent à la maison, plus l'influence exercée au-dehors par le père, la mère et les enfants sera réconfortante et utile. » (White, 2000, p. 37).
- Mais nous devons choisir l'amour. Nous devons choisir la présence. Nous devons choisir le rythme de Dieu plutôt que la course du monde.

CONCLUSION :

LE TEMPS EST MAINTENANT

Famille de Dieu, il y a un temps pour toute chose sous les cieux. Il fut un temps où nos ancêtres vivaient sans ces appareils numériques, et ils ont bâti des familles solides et des relations profondes avec Dieu. Il peut venir un temps où ces appareils nous seront retirés, et nous devrons savoir comment nous connecter sans eux.

Mais aujourd'hui — aujourd'hui est notre temps de choisir. Aujourd'hui est notre saison pour décider si nous serons des esclaves de l'écran ou des serviteurs d'un Dieu saint.

Aujourd'hui est notre occasion de reprendre le rythme de Dieu pour nos familles.

L'ennemi veut nous faire croire que nous n'avons pas le choix, que nous sommes impuissants face à l'attrait de la distraction numérique. Mais Josué a déclaré : « *Choisissez aujourd'hui qui vous voulez servir* » (Josué 24:15, LSG), et nous sommes ici pour vous dire que ce choix nous est encore offert aujourd'hui !

Vous pouvez choisir de servir les notifications, ou vous pouvez choisir de servir le Seigneur. Vous pouvez vous incliner devant la lumière bleue, ou vous pouvez vous incliner devant Celui qui est la lumière du monde. Vous pouvez adorer à l'autel du divertissement, ou vous pouvez adorer au trône de la grâce.

Salomon conclut ce passage de l'Ecclésiaste en disant : « *Il fait toute chose belle en son temps* » (Ecclésiaste 3 :11, LSG). Dieu veut rendre la vie de votre famille belle, mais cela doit se faire en son temps, selon son rythme, en suivant ses saisons.

La question n'est pas de savoir si vous avez du temps pour Dieu et pour la famille — la question est de savoir si vous ferez du temps pour ce qui compte le plus.

Il y a un temps pour faire défiler, et un temps pour prier. Il y a un temps pour publier, et un temps pour être présent. Il y a un temps pour se connecter numériquement, et un temps pour se connecter spirituellement. Il y a un temps pour être diverti, et un temps pour être transformé.

Bien-aimés, le temps de la transformation est maintenant ! La saison du changement est arrivée ! Répondrez-vous à l'appel de revenir au rythme de Dieu ? Conduirez-vous votre famille de nouveau vers l'ordre divin ? Choisirez-vous l'harmonie du ciel plutôt que la cacophonie de la terre ?

Prions ensemble, et engageons-nous ensemble à honorer le Dieu des saisons en toute saison de notre vie.

PRIÈRE DE CLÔTURE

Père céleste, nous venons devant toi pour reconnaître que nous avons laissé l'urgent supplanter l'important, l'immédiat l'emporter sur l'éternel. Nous avons échangé ton rythme parfait contre la course agitée du monde. Pardonne-nous, Seigneur.

Nous prions pour recevoir la grâce d'établir de nouveaux schémas, des rythmes divins, des habitudes saintes dans nos familles. Aide-nous à discerner les temps et les saisons que tu as ordonnés pour nos vies. Donne-nous la sagesse de savoir quand nous engager avec la technologie et quand nous déconnecter. Aide-nous à montrer à nos enfants ce que signifie marcher au pas de ton Esprit plutôt que d'être entraînés par les exigences des appareils numériques.

Nous te demandons ta bénédiction sur les foyers, afin qu'ils deviennent des sanctuaires de paix dans ce monde bruyant. Aide-nous à créer des espaces où ta voix peut être entendue au-dessus du vacarme des notifications et du bavardage du divertissement. Seigneur, nous voulons être un peuple qui comprend les saisons, qui honore le rythme, qui choisit tes voies plutôt que celles du monde. Fais de nous des familles qui brillent comme des lumières dans l'obscurité de cette ère numérique, montrant aux autres qu'il existe une meilleure manière de vivre.

Nous te consacrons ces trente prochains jours, te demandant la force de mettre en œuvre les changements auxquels tu nous appelles. Aide-nous à être fidèles dans les petites choses afin que tu puisses nous confier de plus grandes choses.

Au nom précieux de Jésus, notre Sauveur et notre modèle d'équilibre parfait, nous prions.

Amen.

« Il y a un temps pour tout, un temps pour toute chose sous les cieux. » (Ecclésiaste 3:1, LSG). Que Dieu nous aide à vivre selon son calendrier parfait, pour ses desseins parfaits, en ces jours à la fois difficiles et remplis d'espérance. Demeurez encouragés et fidèles ! Amen, et amen !

RÉFÉRENCES

Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *The experience of nature : A psychological perspective.* Cambridge University Press.

Rosen, L. D., Cheever, N. A., & Carrier, L. M. (2013). *iDisorder: Understanding our obsession with technology and overcoming its hold on us.* St. Martin's Griffin.

Steiner-Adair, C. (2013). *The big disconnect: Protecting childhood and family relationships in the digital age.*

HarperCollins.

White, E. G. (1954). *Child guidance.* Pacific Press Publishing Association.

White, E. G. (1948). Testimonies for the church (Vol. 5). Pacific Press Publishing Association. White, E. G. (1956). Testimonies for the church (Vol. 8). Pacific Press Publishing Association. White, E. G. (2000) Jésus-Christ. Éditions Vie et Santé. White, E. G. (2000) Le Foyer Chrétien. Vie et Santé.

SERMON DU DIMANCHE 15 FEVRIER

FAMILLE D'ESPERANCE

par Willie et Elaine OLIVER

Textes bibliques : Luc 8:40-56 / Matt. 9:18-26 / Marc 5:21-43

I. INTRODUCTION

De nos jours, on ne parle que de conflits et de guerres de religion, de polarisation politique, de réfugiés en quête de sécurité, de migrants fuyant des régimes despotiques, de pauvreté abjecte, de vieillissement de la population, de détresse économique, d'insécurité alimentaire et hydrique, d'insécurité du logement, de manque d'accès à l'éducation de base, de changement climatique, de l'augmentation des structures familiales alternatives, de maladies débilitantes et terminales, et de bien d'autres choses.

Développer des familles saines dans un tel contexte est l'une des tâches les plus difficiles que des êtres humains puissent entreprendre. Même si nous sommes résolus à développer des relations familiales saines et en dépit de nos meilleures intentions, cela reste un défi, car nous sommes tous des êtres humains et tout être humain est imparfait. Nos défaillances rendent très difficile le maintien de relations saines.

Malgré la difficulté de la vie dans les relations, il y a *De l'espoir pour les familles d'aujourd'hui* : d'Abidjan à Aberdeen ; de Berrien Springs à Buenos Aires ; du Caire au Cap ; de Florence à Freetown ; de Haïfa à Hanoi ; de Moscou à Mumbai ; de Nairobi à New York ; de Sydney à Shanghai ; de Taipei à Tegucigalpa ; de Zanzibar à Zabrze ; beaucoup de choses peuvent changer pour le meilleur quand nous faisons confiance à Dieu pour nous donner la patience, la bonté et l'amour qu'Il veut que nous entretenions dans nos relations, peu importe notre lieu de vie dans ce monde. Lorsque nous embrassons les raisons pour lesquelles Dieu a créé la famille, il est possible d'avoir des relations familiales plus fortes et plus saines.

Notre sujet d'aujourd'hui s'intitule « **De l'espoir pour les familles d'aujourd'hui** ». Prions.

II. UNE FILLE RAMENEE A LA VIE ET UNE FEMME GUERIE - texte biblique : Luc 8:40-56

Au moment où Jésus revint sur l'autre rive du lac, la foule l'accueillit, car tous l'attendaient. Un homme appelé Jaïrus arriva alors. Il était chef de la synagogue locale. Il se jeta aux pieds de Jésus et le supplia de venir chez lui, parce qu'il avait une fille unique, âgée d'environ douze ans, qui était mourante. Pendant que Jésus s'y rendait, la foule le pressait de tous côtés. Il y avait là une femme qui souffrait de pertes de sang depuis douze ans. Elle avait dépensé tout ce qu'elle possédait chez les médecins, mais

personne n'avait pu la guérir. Elle s'approcha de Jésus par-derrière et toucha le bord de son vêtement. Aussitôt, sa perte de sang s'arrêta. Jésus demanda : « *Qui m'a touché ?* » Tous niaient l'avoir fait et Pierre dit : « *Maître, la foule t'entoure et te presse de tous côtés.* » Mais Jésus dit : « *Quelqu'un m'a touché, car j'ai senti qu'une force était sortie de moi.* » La femme vit qu'elle avait été découverte. Elle vint alors, toute tremblante, se jeter aux pieds de Jésus. Elle lui raconta devant tout le monde pourquoi elle l'avait touché et comment elle avait été immédiatement guérie. Jésus lui dit : « *Ma fille, ta foi t'a guérie. Va en paix.* »

Tandis que Jésus parlait ainsi, un messenger vint de la maison du chef de la synagogue et dit à celui-ci : « Ta fille est morte. Ne dérange plus le maître. » Mais Jésus l'entendit et dit à Jaïrus : « *N'aie pas peur, crois seulement, et elle guérira.* » Lorsqu'il fut arrivé à la maison, il ne permit à personne d'entrer avec lui, si ce n'est à Pierre, à Jean, à Jacques, et au père et à la mère de l'enfant. Tous pleuraient et se lamentaient à cause de l'enfant. Alors Jésus dit : « *Ne pleurez pas. Elle n'est pas morte, elle dort.* » Mais ils se moquèrent de lui, car ils savaient qu'elle était morte. Cependant, Jésus la prit par la main et dit d'une voix forte : « *Enfant, debout !* » Elle revint à la vie et se leva aussitôt. Jésus leur ordonna de lui donner à manger. Ses parents furent remplis d'étonnement, mais Jésus leur recommanda de ne dire à personne ce qui s'était passé. (Luc 8:40-56, BFC)

III. EXPLICATION ET APPLICATION

Le contexte de ce récit montre Jésus sur la côte occidentale de la mer de Galilée – probablement à Capernaüm – un peu après son passage à Gerasa, un lieu situé sur la rive Est de la mer de Galilée. C'était dans le pays des Gadaréniens ou Geraséniens (les hauteurs du Golan d'aujourd'hui) que Jésus avait récemment guéri un homme possédé par un démon, selon les récits de Luc (Luc 8:26-27) et de Marc (Marc 5:1-2). Matthieu (Matthieu 5:28) affirme qu'il y avait deux hommes possédés par le démon. Plein de compassion, Jésus chassa les démons qui le supplièrent de les laisser entrer dans un troupeau de porcs (Luc 8:31-33). Cet événement provoqua la peur et la colère chez les habitants de cet endroit qui supplièrent alors Jésus de quitter leur pays et de les laisser tranquilles.

Il est possible que les habitants de la côte Ouest de la Galilée aient entendu parler des merveilleux miracles que Jésus venait d'accomplir et qu'ils souhaitent qu'Il fasse également de grandes choses parmi eux. Ou peut-être voulaient-ils simplement voir l'homme qui avait accompli des merveilles aussi remarquables pour pouvoir se vanter auprès de leurs amis d'avoir été avec lui. Quoi qu'il en soit, le récit biblique déclare dans Luc 8:40 que « *la foule l'accueillit* ».

Un homme éminent, très riche et de grande réputation et une femme modeste – sur la rive occidentale – portaient chacun son propre fardeau et figuraient parmi ceux qui accueillirent Jésus. Le nom de l'homme est donné – Jaïrus – mais la femme est anonyme. Jaïrus était un dirigeant aisé de la synagogue qui, avec humilité et courage,

vint à Jésus pour plaider en faveur de la vie de son enfant, alors même que ses collègues du temple complotaient de tuer Jésus. De son côté, elle était une femme humble et pauvre, qui avait épuisé tout son argent en essayant vainement de recouvrer la santé, seulement pour voir son état s'aggraver. Elle espérait désespérément obtenir de l'aide pour elle-même. Jaïrus avait été comblé de douze années de bonheur qu'il avait vécues avec sa fille, mais maintenant, il pouvait la perdre à tout moment. La femme avait enduré douze années de désespoir à cause de son état, mais elle espérait que Jésus la guérisse.

Aussitôt, Jésus se mit en route avec Jaïrus pour se rendre chez ce dernier. Et, bien que les disciples eussent été témoins de cette réaction gracieuse de Jésus par le passé, ils étaient un peu alarmés que Jésus soit aussi conciliant à répondre à la demande du rabbin arrogant. Pourtant, ils accompagnèrent Jésus alors que la foule suivait pleine d'enthousiasme et d'espoir.

Bien que la maison de Jaïrus ne fût pas loin de l'endroit où il avait trouvé le Maître, leur avancée était très lente à cause de la très grande foule de personnes qui pressaient Jésus de tous les côtés. Alors que le père anxieux s'inquiétait de la grande lenteur avec laquelle ils progressaient, Jésus s'arrêtait à intervalles réguliers pour aider une personne dans le besoin ou pour apporter quelque consolation à une personne en détresse. Alors qu'ils se rendaient au domicile du chef, un messenger traversa la foule avec de mauvaises nouvelles pour Jaïrus : sa fille était morte. Il était donc inutile de déranger Jésus. Cependant, Jésus entendit le message et réconforta immédiatement le père au cœur brisé en lui disant : « *N'aie pas peur, crois seulement, et elle guérira* » (Luc 8:50).

Au domicile du chef, il se déroulait déjà une scène qui briserait le cœur de n'importe quel père. Les pleureuses professionnelles étaient déjà sur place à pleurer et se lamenter, et un groupe de voisins, de parents et d'amis y étaient également présents. Les juifs de l'époque étaient prompts à partager et à manifester leur chagrin, car le corps devait être enterré le même jour après avoir été lavé et oint.

Dérangé par le bruit, Jésus essaya de calmer la foule en leur disant que la jeune fille n'était pas morte, mais qu'elle dormait. Vous pouvez imaginer que cela n'a pas été bien pris par tous ceux qui se trouvaient sur les lieux. Puisque pour Jésus, la mort n'est qu'un sommeil, il était absolument véridique dans sa déclaration. Mais le groupe assemblé ridiculisa Jésus parce que pour eux la fille était vraiment morte. Ils n'ont pas réalisé que Jésus était « *la résurrection et la vie* » (Jean 11:25). Après tout, n'était-ce pas Jésus qui avait ressuscité le fils de la veuve de Naïn (Luc 7:11-15) ? N'avait-il pas dit à Jean-Baptiste que les morts étaient ressuscités (Luc 7:22) ? Manifestement, les pleureurs ne croyaient pas à ces rapports et pensaient que Jésus était un charlatan et un insensé.

Après avoir fait sortir tout le monde de la maison, Jésus emmena avec lui Pierre, Jacques, Jean et le père et la mère de la fillette morte dans la chambre de celle-ci. La prenant par la main, Jésus lui parla en araméen, la langue parlée dans ce foyer : « *Talitha cumi ! Petite fille, debout !* » Ce ne sont pas des mots magiques, mais un ordre de Celui qui donne la vie.

Ellen White décrit ainsi la scène qui suivit : « *À l'instant, un tremblement parcourut tous*

les membres de la petite fille. Le cœur battit à nouveau. Elle ouvrit ses yeux tout grands comme si elle se fût réveillée d'un sommeil, et souriante, regarda avec étonnement ceux qui l'entouraient. Elle se leva, et ses parents, pleurant de joie, la serrèrent dans leurs bras. »

Bien sûr, sur le chemin vers la maison de Jaïrus, Jésus entra en contact avec une femme dans la foule. Pendant douze longues années, elle avait souffert d'une maladie qui lui avait rendu la vie incroyablement misérable. Elle était cérémoniellement impure et se sentait physiquement inférieure, incapable de trouver une communion spirituelle avec les croyants parce que son état l'empêchait d'entrer en contact avec eux ou de se rendre à la synagogue chaque semaine. Ses finances limitées avaient été dépensées sans succès auprès des médecins et en remèdes ésotériques.

En dépit de sa longue nuit d'épreuves, l'espoir reprit vie dans son cœur le jour où elle entendit parler de ce que Jésus avait fait pour d'autres. Elle était persuadée que si elle pouvait le trouver, elle serait enfin guérie. Chancelante, faible et fragile, elle se rendit sur la côte galiléenne où Jésus enseignait, tentant de se frayer un chemin à travers la foule, sans succès. Son espoir commençait à s'estomper lorsque, par quelque providence de Dieu, Jésus, pressé de toutes parts par la multitude, s'approcha de l'endroit où elle se trouvait. Dans un dernier mouvement désespéré, la femme souffrante se jeta dans la direction de Jésus avec ce qui semblait être sa dernière once d'énergie et réussit à toucher à peine le bas de son vêtement. Instantanément, c'est arrivé ! Cette sensation de délivrance ! La force a remplacé la faiblesse. Une joie débordante a pris la place du chagrin ! La paix, la tranquillité, la sérénité, une extase et un bonheur indescriptibles ont envahi son âme !

Le cœur débordant de gratitude et dans une euphorie indescriptible, la femme fit demi-tour pour s'enfoncer dans la foule. Avec une nouvelle vitalité, elle était persuadée qu'elle pourrait disparaître tranquillement et vivre le reste de ses années dans la joie, la paix et la délivrance de la maladie qui l'avait emprisonnée pendant tant d'années. Mais la voix de Jésus perça le vacarme de la foule. « Qui m'a touché ? » demanda t-il. Vous pouvez imaginer les expressions d'étonnement sur les visages dans la multitude. *Est-ce qu'il plaisante ? Est-il vraiment en train de poser cette question ? Avec toutes ces personnes qui le pressent de toutes parts, il demande qui l'a touché.* L'impulsif et impétueux Pierre, celui qui manquait d'intelligence émotionnelle, regardant Jésus avec incrédulité, lui demanda de la prétention dans la voix : « *Maître, la foule t'entoure et te presse de tous côtés, et toi tu dis : "Qui m'a touché ?"* » (Luc 8:45) Jésus ignora la question un peu moqueuse de Pierre et déclara : « *Quelqu'un m'a touché, car j'ai senti qu'une force était sortie de moi* » (Luc 8:46).

Vouloir rester anonyme est une attitude que Jésus n'accepte pas de la part de ceux qui viennent à lui. Il veut plutôt affirmer la personnalité et les qualités uniques que chaque être humain a reçues de son Créateur. Désirant que cette femme anxieuse et angoissée devienne affirmée, confiante et assurée, Jésus créa une occasion d'interaction et de communion véritable, que cette pauvre femme avait perdue pendant douze longues années. Se retrouvant sous les feux des projecteurs, la femme, maintenant guérie, s'avança et déclara publiquement ce qu'elle avait enduré dans sa vie et ce qui s'était

passé lorsque son besoin avait croisé l'abondance de Jésus. « Elle était souillée, démunie, découragée et désespérée ; mais elle est venue à Jésus et ses besoins ont été comblés. »

C'est une chose de *presser* Jésus de toutes parts, mais c'en est autre chose de le *toucher*.

V. Conclusion

Dans une étude publiée dans le numéro d'octobre 2011 de *Nature Neuroscience*,⁸ des chercheurs du Centre de neuroimagerie Wellcome Trust de l'University College de Londres présentent des preuves que les personnes naturellement optimistes n'apprennent que des informations qui renforcent cette perspective optimiste. L'étude suggère en fait que beaucoup d'entre nous sont également intrinsèquement optimistes. Certains journalistes ont abrégé cette conclusion pour décrire l'optimisme comme une « *anomalie cérébrale* ». Anomalie cérébrale ou pas, l'optimisme semble nécessaire au progrès personnel. Nous devons être capables d'imaginer de meilleures réalités, de nous pousser nous-mêmes à atteindre cet objectif.

L'espérance est cependant plus que de l'optimisme. Du point de vue biblique, l'espérance, la foi et l'amour, constituent les « trois grands » du christianisme. Ce sont les choses dont l'apôtre Paul a parlé dans 1 Corinthiens 13 et qui demeurent lorsque tout le reste s'effondre. Il l'exprime ainsi : « *Maintenant, ces trois choses demeurent : la foi, l'espérance et l'amour* ». Il voulait dire que lorsque nous recherchons les qualités qui sont extraites de l'ensemble de l'expérience de la vie du croyant, ces trois choses sont le solide fondement sur lequel nous nous tenons – même si nous les voyons pour le moment de manière confuse, comme à travers un verre déformant.

Quel est votre besoin aujourd'hui ? Aurez-vous besoin d'humilité et de courage pour l'aborder, comme les a manifestés Jairus, le rabbin arrogant, prétentieux, vaniteux et propre juste, dont la fille mourait et avait besoin de la *Résurrection* et de la *Vie* ? Ou, êtes-vous comme la femme anonyme qui souffrait en silence – évitée, ignorée, rejetée et ostracisée ? Aurez-vous besoin d'un espoir renouvelé, pas un simple optimisme humain, mais une croyance et une confiance réelles dans les promesses de Dieu contenues dans la Bible ? Êtes-vous toujours captifs de l'espérance ? L'espérance brûle-t-elle encore dans vos cœurs ?

Jésus traverse votre village aujourd'hui et Il apporte la guérison de chaque terrible maladie, même lorsque la mort est déjà devenue une réalité. Indépendamment de ce à quoi vous faites face dans vos relations aujourd'hui, rappelez-vous qu'il reste encore de l'espoir pour les familles d'aujourd'hui en Jésus-Christ, notre Seigneur. Fais-lui confiance aujourd'hui, demain et pour toujours ; et faites de lui le Seigneur de votre vie.

Que Dieu vous bénisse à cette fin, c'est notre prière.

Notes

1 White, E. G. *Jésus-Christ*. p. 334.

2 Wiersbe, W.W. (1996). *The Bible Exposition Commentary*, (Vol. 1, p.202). Wheaton, IL : Victor Books.

3 White, E. G. *Jésus-Christ*. p. 334.

4 Wiersbe, W. W. (1996). *The Bible Exposition Commentary*, (Vol. 1, p.203). Wheaton, IL: Victor Books.

5 Wiersbe, W. W. (1996). *The Bible Exposition Commentary*, (Vol. 1, p.203). Wheaton, IL: Victor Books.

6 White, E. G. *Jésus-Christ*. p. 335.

7 Wiersbe, W. W. (1996). *The Bible Exposition Commentary*, (Vol. 1, p.204). Wheaton, IL: Victor Books.

8 (2011). *Nature Neuroscience*, vol. 106 (3), 1601–2103.

SUJET DU MERCREDI 18 FEVRIER

IDENTITE SPECIALE EN CHRIST

Kagelo et Boitumelo RAKWENA

Textes bibliques : Jérémie 1 : 4- 10 / Jérémie 29 : 11- 13

INTRODUCTION

Atteindre son plein potentiel dépendra de la façon dont on se perçoit ou s'accepte soi-même. Jérémie 1 présente un jeune homme hésitant à accepter l'appel de Dieu, incapable d'aller de l'avant dans la réalisation de la mission de Dieu jusqu'à ce qu'il ait convenu avec Dieu qu'il valait plus que ses excuses ; jusqu'à ce qu'il commence à s'accepter en Dieu. Nous pouvons être très performants – médecins, professeurs, ingénieurs, psychologues, etc. – et avoir encore des problèmes d'estime de soi et d'acceptation de soi, ce qui nous empêche d'atteindre le potentiel que Dieu avait prévu pour nous. Dans le milieu du travail ou dans d'autres milieux, nous voyons des gens traverser douleurs et souffrances à cause du manque d'estime de soi et d'acceptation de soi, malgré leur éducation ou leur statut. Pour la plupart de ces personnes, la douleur passée et les messages négatifs continuent de les contrôler malgré leur réussite scolaire.

Par conséquent, avant de pouvoir aller plus loin, il est important de définir l'estime de soi et l'acceptation de soi en Dieu. L'estime de soi, c'est ce que l'on ressent et que l'on pense de soi. Elle est basée sur l'évaluation d'autres personnes ainsi que sur notre propre vision de nous-mêmes. Elle peut être négative ou positive. Cependant, avec l'acceptation de soi, on dit simplement : « Je vaudrais plus que mon évaluation et l'évaluation que les gens font de moi, parce que Dieu m'estime. Les circonstances et les gens peuvent changer, mais Dieu ne change pas dans son évaluation de moi. »

L'APPEL DE JÉRÉMIE

Dieu a appelé Jérémie à être un prophète, à parler en son nom. Mais Jérémie s'est regardé lui-même et, en évaluant ses capacités face à la tâche qu'il était appelé à accomplir, il déclara : « Pas moi. » Autrement dit, la conversation entre Dieu et Jérémie pourrait ressembler à ceci :

Dieu : Frappe à la porte de la maison de Jérémie, puis.... Jérémie : « Qui est là ? »

Dieu : « L'Éternel, le Dieu d'Israël. »

Jérémie : « En quoi puis-je vous être utile ? »

Dieu : « Je cherche un prophète. Je t'appelle à être un prophète pour Israël et pour les autres nations, à parler en mon nom à mon peuple, Israël. »

Jérémie : « Vous vous êtes trompés de maison. C'est la porte à côté. Car je ne suis qu'un jeune homme et je ne peux pas parler. »

Dieu : « Avant ta naissance, je te connaissais. Avant de te former dans le ventre de ta mère, je te connaissais. Je t'ai mis à part et sanctifié pour que tu sois prophète. Jérémie, tu es un homme pour ce temps et je compte sur toi. »

Dans cette conversation, Dieu répond à toutes les excuses de Jérémie et dirige les regards de Jérémie vers Dieu lui-même, comme quelqu'un qui a des ressources illimitées pour son serviteur. Jérémie ne peut qu'accepter l'appel de Dieu, s'accepter lui-même et se voir comme le ciel le voit et l'accepte. En se plaçant entre les mains du Dieu tout-puissant, Jérémie devient par conséquent puissant et invincible, comme Dieu lui en donne la capacité.

De la même manière, Dieu dit à chacun de nous : « Tu n'es pas le fruit du hasard. Tu es spécial et unique, créé avec une mission, un rôle à jouer. Je te connaissais avant ta naissance et je savais que tu serais professeur, infirmier, médecin, pasteur, avocat, etc. » « Et pendant que ton père réfléchissait encore à la façon de demander ta mère en mariage, je te connaissais. Et pendant que ta mère se demandait s'il fallait dire oui à la demande de ton père, je te connaissais. Tu n'es pas un accident. Tu n'es pas une surprise pour moi. »

Dieu est personnel. Il s'adresse à chacun d'entre nous individuellement. Vous êtes à Lui et Il est à vous. Il pense positivement à vous (Jérémie 29:11-13). Plus loin, dans le Psaume 139 :

2-3 Il vous connaît très bien.

7-9 vous ne pouvez pas vous cacher de Lui.

14 vous avez été créés pour le louer.

13-18 vous avez été fait de façon merveilleuse, vous êtes beau/belle (Il ne crée pas des gens laids).

Dans l'esprit de Dieu, vous êtes né avec un but ; né pour le succès.

Vous êtes un atout pour la mission. Vous êtes capable d'atteindre la sphère de votre influence, votre famille et vos amis.

La question est : croyez-vous en Dieu, ou croyez-vous vos peurs et les doutes que vous avez de vous ?

CROIRE EN CE QUE DIEU DIT DE VOUS

Au milieu d'autres voix qui peuvent vous rabaisser, vous voyez-vous et vous valorisez-vous comme Dieu vous voit et vous valorise ? En vous voyant et en vous valorisant comme Dieu le fait, vous obtenez un sentiment d'appartenance, d'être accepté et autonomisé par les mérites de Dieu Lui-même, plutôt que par ce que vous avez fait ou par qui vous êtes. Ce n'est plus l'endroit d'où nous venons qui compte, mais plutôt à qui nous appartenons. Alors que nous continuons à croître dans Sa grâce et Son amour, Il continue à nous façonner pour Sa gloire et Sa volonté.

En Christ, êtes-vous beau/belle (fait de façon merveilleuse), ou vous sentez-vous désolé pour ce qu'Il a fait en vous ? Cela changerait votre façon de vivre et vos habitudes pour plaire à Celui qui vous aime et vous accepte.

Quand vous servez ou exercez un ministère auprès des autres, voient-ils et ressentent-ils Sa grâce couler à travers vous comme vous vous êtes accepté en Christ (en donnant une partie de vous-même dans l'exercice de votre ministère en leur faveur) ? Cela changerait votre façon d'entrer en relation avec les autres, les membres de votre famille

et vos amis, en les voyant comme la belle création de Dieu qui a besoin d'être respectée, sauvée et acceptée.

VOS PENSÉES ET VOS PAROLES SUR VOUS-MÊME

Gérez vos pensées et vos paroles sur vous-même. Pensez positivement et parlez positivement de vous-même. Ellen White l'affirme :

« Vous, seul, pouvez maîtriser vos pensées. Dans la lutte pour atteindre l'idéal le plus élevé, le succès ou l'échec dépendent beaucoup du caractère et de la manière dont les pensées sont disciplinées. Si les pensées sont suffisamment tenues en bride, elles seront chaque jour comme Dieu les dirige ; elles seront fixées sur des sujets qui nous aideront à une plus grande piété. Si les pensées sont correctes, les paroles seront correctes ; les actions seront de nature à procurer joie, soulagement et repos aux âmes » (Équilibre mental et spirituel, vol. 2, p. 679).

« Plus vous parlez de foi, plus elle grandit. Plus vous vous appesantissez sur vos motifs de découragement, en confiant aux autres vos difficultés et en vous étendant sur le sujet pour vous attirer leur sympathie, plus vous serez découragé et éprouvé » (Équilibre mental et spirituel, vol. 2, p. 598).

En outre, Ellen White conclut : *« Non seulement les paroles révèlent le caractère ; elles réagissent sur le caractère. Les hommes subissent l'influence de leurs propres paroles... Puis, après avoir exprimé une opinion ou une décision, ils sont trop fiers pour se rétracter et font tant et si bien pour prouver qu'ils ont raison qu'ils finissent par le croire »* (Jésus-Christ, p. 313).

Ce que vous dites à propos de vous et à vous-même, en positif comme en négatif, fait son chemin dans votre cerveau, et le cerveau influence alors l'être tout entier pour concrétiser ces concepts.

Vos pensées et vos paroles sur vous-même devraient être centrées sur la parole de Dieu et ce qu'elle dit sur la valeur que Dieu donne à votre personne.

Ne laissez pas l'apparence des circonstances déterminer votre valeur, que vous réussissiez ou non ce que vous entreprenez.

Les mots sont créatifs. Et vous déterminez votre journée et votre humeur par vos pensées et vos mots.

ACCEPTATION DE SOI ET RESPECT DE SOI

En ce qui concerne l'acceptation de soi et le respect de soi, Ellen White déclare :

« Il ne plaît pas à Dieu que vous vous mésestimiez. Vous devriez cultiver le respect de soi en vivant de telle manière que vous soyez approuvé par votre propre conscience, par les hommes et les anges... "Il n'y a donc maintenant aucune condamnation pour ceux qui sont en Christ-Jésus, qui marchent non selon la chair, mais selon l'Esprit." Romains 8:1. « S'il est vrai que nous ne devrions pas être animés de prétentions excessives, la Parole de Dieu n'interdit pas d'avoir un respect de soi raisonnable. En tant que fils et filles de Dieu, nous devrions avoir conscience de la dignité de notre personne, mais sans orgueil ni suffisance » (Équilibre mental et spirituel, vol. 1, p. 266).

« Lorsque le soleil de l'amour de Dieu dissipe les ténèbres de l'âme, la lassitude et le mécontentement disparaissent ; une joie réconfortante apporte la vigueur à l'esprit et l'énergie de la santé au corps » (Le Ministère de la guérison, p. 212).

« L'homme ne connaît pas sa juste valeur... Celui qui vient au Christ, qui croit en lui et qui l'adopte comme son modèle, se rend compte de la signification de ces paroles : "Il leur a donné le pouvoir de devenir enfants de Dieu." » (Équilibre mental et spirituel, vol. 1, p. 10.)

Cela signifie donc que, lorsque nous nous acceptons en Dieu, comme Dieu nous a acceptés en Christ, nous devons nous respecter nous-mêmes en Christ, respecter le prix que Dieu a payé pour notre rédemption par le sang de Jésus-Christ. Accepter le Christ comme notre Sauveur personnel change à la fois notre statut et notre classe. Nous sommes maintenant rois et reines dans le royaume de Dieu. Nous sommes maintenant des étoiles brillantes dans le ciel, nous ne devons jamais nous laisser abattre par le fardeau des choses terrestres et leur malignité.

LES DÉFIS LIÉS A UNE MAUVAISE ACCEPTATION DE SOI UNE MAUVAISE ACCEPTATION DE SOI IMPACTE :

La vie spirituelle : elle mène à une expérience spirituelle sans vie, à douter constamment de soi et à la peur. Quand Dieu dit que vous êtes acceptés et aimés tels que vous êtes, vous doutez de Sa Parole. En conséquence, vous agissez sans même savoir que vous écoutez la voix de Satan et vous réalisez inconsciemment sa volonté au lieu de la volonté de Dieu pour votre vie.

Les difficultés relationnelles : elle contribue au sentiment d'inadéquation, ce qui conduit à l'incapacité d'aimer et d'accepter les autres à cause de votre incapacité à vous aimer et à vous accepter vous-même.

Les problèmes de santé physique : les personnes qui s'acceptent mal sont plus susceptibles de souffrir d'hypertension artérielle, de diabète, de maladies cardiaques, de troubles du sommeil, d'anxiété et de dépression.

Les problèmes émotionnels et psychologiques : une mauvaise acceptation de soi affecte le cerveau, induisant de faibles niveaux de cortisol, ce qui contribue à des niveaux inférieurs de fonctionnement du lobe frontal, affectant le raisonnement et la prise de décision. Par conséquent, cela altère notre capacité de pardon et d'empathie. Quand on ne s'accepte pas soi-même, on développe également des sentiments négatifs associés à la honte, la culpabilité, le manque de confiance, la dépression et l'anxiété.

Faire face à la vie chaque jour – la Prière

Alors que vous faites face aux défis de la vie, en vous acceptant en Christ, votre prière quotidienne a plus de chances d'être : « Père céleste, merci pour Jésus Christ, qui est

mon Sauveur et mon ami. Aujourd'hui, dans mes relations et mes activités, j'agirai comme ta fille/ton fils bien-aimé. Que ton Esprit fasse en moi des miracles d'amour, de patience et d'humilité, afin que le Christ soit glorifié dans ma vie d'aujourd'hui. Je vais de l'avant pour affronter la vie en conquérant, en vainqueur au nom de Jésus, amen. ».

Il y a des moments où vous aurez à vous prosterner devant Dieu et déclarer : « Je ne suis rien sans toi. » Mais lorsque vous sortez chaque matin pour affronter la vie et ses défis, sortez comme un enfant de Dieu, avec espoir et courage et convaincu que Dieu est avec vous et s'intéresse à votre bien-être. Intégrez Ses paroles à votre égard. Croyez ce qu'Il dit de vous et sachez que Sa présence est avec vous. Laissez Ses paroles diriger vos pensées, vos paroles et vos actions tout au long de la journée.

EXERCICE MENTAL

Rédigez une liste des pensées négatives que vous avez tendance à avoir. Par exemple : « *Je ne suis pas aimable,* » « *Je suis laid,* » « *Je ne fais rien de bon,* » « *Je ne vauds rien.* »

Maintenant, écrivez et remplacez ce script négatif par un script positif. Par exemple : « *Dieu m'aime et prend soin de moi,* » « *je suis beau, créé à l'image de Dieu* » et « *je suis quelqu'un de spécial et d'unique, Dieu m'a doté de talents et de dons.* »

Maintenant, prenez ce script positif et demandez à un membre de votre famille, à un ami ou à un voisin, une personne proche, de vous le dire ou vous le lire.

Que Dieu vous bénisse à cette fin, c'est ma prière.

RÉFÉRENCES

Chamberlain, E.M & Haaga, D.A.F (2001), Unconditional self-acceptance and psychological health. *Journal of Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 19.

Goleman, D. (2013). *Focus: The hidden driver of excellence*. New York, NY : Harper Collin Publishers.

Scaccia, A. (2017, May 18). Serotonin: What you need to know. Retrieved from healthline: <https://www.healthline.com/health/mental-health/serotonin#overview1>

Tarlow, E.M & Haaga, D.A.F (1996). Negative self-concept: Specificity to depressive symptoms and relation to positive and negative affectivity. *Journal of Research in Personality*, 30, 120–127.

White, E. G. *Jésus-Christ*.

White, E. G. (1961). *Our High Calling*. Hagerstown, MD: Review and Herald Publishing Association.

White, E. G. (1999). Équilibre mental et spirituel, vol. 1.

White, E. G. (2003). *Le Ministère de la guérison*.

SERMON DU SABBAT 21 FEVRIER

QUAND LA CONNAISSANCE AUGMENTE : DES FAMILLES DE FOI À L'ÈRE NUMÉRIQUE

par Delbert et Susan BAKER

Textes bibliques : Daniel 12:4; 1 Thessaloniens 5:21; Proverbes 18:15

INTRODUCTION

Imaginez une scène simple : une famille se réunit autour de la table du dîner. La nourriture est chaude, la prière est dite, mais au lieu de conversation et de rires, chacun baisse la tête vers un écran lumineux. Un message vibre, une notification retentit, quelqu'un consulte un fil d'actualité, et le moment de convivialité se dissout dans la distraction numérique.

Cette scène se répète à travers le monde, dans des manoirs et des huttes, dans des villes animées et des villages ruraux. La technologie, autrefois un outil, est devenue une rivale pour notre attention et notre affection.

Nous vivons à une époque que Daniel a prévue : « *Scelle le livre jusqu'au temps de la fin. Plusieurs alors le liront, et la connaissance augmentera* » (Daniel 12:4, LSG). Nous avons plus de connaissances, plus d'accès, plus d'appareils que toute génération avant nous. L'intelligence artificielle (IA), les réseaux sociaux, les smartphones et la connectivité mondiale transforment la façon dont nous vivons, travaillons et interagissons les uns avec les autres.

Mais la question pour les familles de foi est la suivante : la technologie nous rapprochera-t-elle de Dieu et des uns des autres — ou remplacera-t-elle discrètement ces liens sacrés ?

Le conseil de Paul est urgent pour notre temps : « **Examinez toutes choses ; retenez ce qui est bon** » (1 Thessaloniens 5:21, LSG). C'est le cadre de ce message. Dieu nous appelle, en tant que familles adventistes, non pas à fuir la technologie par crainte, ni à l'adopter sans esprit critique, mais à l'examiner, la racheter et l'utiliser pour Sa gloire.

Delbert Baker, PhD, et Susan Baker, DSc, forment une équipe ministérielle composée d'éducateurs chevronnés, de promoteurs du bien-être, d'auteurs et d'une équipe pastorale expérimentée. Ils ont servi comme équipe ministérielle pendant plus de 50 ans sur plusieurs continents. Le Dr Delbert Baker exerce actuellement les fonctions de directeur de la recherche et du développement pour le Regional Conférence Retirement Plan. La Dre Susan Baker, physiothérapeute et éducatrice, est à la retraite.

Examinons des moyens d'aborder efficacement ce sujet important :

L'AUGMENTATION DE LA CONNAISSANCE ET LA PROPHÉTIE

La rapide augmentation de la connaissance n'est pas le fruit du hasard ; elle est prophétique. La vision de Daniel s'accomplit sous nos yeux. Ce qui prenait autrefois des décennies de recherche pour être étudié et compris peut désormais être réalisé en quelques heures grâce à l'intelligence artificielle. Les langues peuvent être traduites en quelques secondes. Des idées autrefois enfermées dans des bibliothèques se trouvent maintenant sur nos téléphones.

Dans son livre, Daniel a prédit que la connaissance augmenterait à mesure que l'histoire humaine progresserait. Il y a plus de 100 ans, Ellen White a développé l'idée que l'explosion de connaissances prédite par Daniel s'accomplirait spécifiquement dans les derniers jours (Signs of the Times, 26 avril 1883). Elle voyait les nouvelles inventions comme des outils providentiels pour la diffusion de l'Évangile — presses d'imprimerie, chemins de fer et télégraphes. Elle ne craignait pas la technologie la plus récente de son époque. Au contraire, elle demandait : « Comment pouvons-nous mettre ces avancées au service de la mission de Dieu ? »

Cette même question est la nôtre aujourd'hui. Les familles sont entourées d'appareils. Les enfants apprennent à faire glisser un écran avant d'apprendre à parler. Les parents jonglent avec les exigences des courriels professionnels, des achats en ligne et des notifications incessantes. Le danger n'est pas seulement l'excès d'utilisation ; c'est une utilisation mal orientée. Le défi n'est pas l'outil lui-même, mais la direction de nos cœurs.

La sagesse de Salomon est claire : « *Le cœur de l'homme intelligent acquiert la connaissance, et l'oreille des sages cherche la connaissance* » (Proverbes 18:15, LSG). Autrement dit, la connaissance est bonne, mais elle doit être guidée par la sagesse et le discernement.

PRINCIPES POUR DES FAMILLES FORTES

Comment les familles adventistes peuvent-elles rester ancrées dans la Parole de Dieu tout en naviguant dans une mer de changements numériques ? Trois principes peuvent nous guider :

1. LE MOMENT D'OPPORTUNITÉ

« *Chaque progrès dans la connaissance, chaque acquisition de pouvoir, ouvre devant nous de nouveaux champs de travail et de nouvelles occasions de collaborer avec Dieu* » » (White, 1903, p. 262).

La technologie offre aux familles de nouvelles opportunités :

- Les parents peuvent utiliser des applications bibliques et des dévotionnels pour guider le culte familial.
 - Les grands-parents, s'ils ne vivent pas près de leurs petits-enfants, peuvent partager des valeurs et des activités spirituelles en se connectant par messages texte et appels vidéo.
 - Les jeunes peuvent partager leurs témoignages d'un simple clic avec leurs amis et des publics à travers leurs cercles sociaux, leurs communautés et le monde.
- Le moment d'opportunité est réel — mais seulement si les familles le revendiquent intentionnellement.

2. LA MÉTHODE HUMAINE ET DIVINE

La voie de Dieu a toujours été le partenariat : « *La puissance divine unie à l'effort humain* » (White, 1889, p. 538).

La technologie ne peut pas bâtir des mariages solides ni élever des enfants pieux. Les applications ne peuvent pas former des disciples parmi les adolescents. L'intelligence artificielle ne peut pas produire un caractère semblable à celui du Christ.

- Il s'agit d'un travail spirituel personnel qui exige la prière, le discernement, la discipline et la direction du Saint-Esprit.
- Les familles doivent se garder de déléguer la croissance spirituelle aux gadgets, aux programmes vidéo et à l'intelligence artificielle.
- Elles devraient plutôt laisser les outils numériques compléter, et non remplacer, le temps individuel, la dévotion personnelle et le culte familial.

3. Le principe de la gloire

« *Cela glorifie-t-il Dieu ? Cela conduit-il les esprits à Lui ?* » (White, 1930, p. 398).

Ce principe est simple mais exigeant ; il peut s'appliquer à chaque domaine de la vie et à chaque appareil disponible. Avant de cliquer, de faire défiler ou de télécharger, nous devons nous demander :

- Cet appareil et ce contenu honorent-ils Dieu, et peuvent-ils l'honorer ?
- Cette activité édifie-t-elle la foi de la famille ou la détruit-elle ?
- Cette utilisation de la technologie nous rend-elle plus semblables à Jésus ou plus semblables au monde ?

Le principe de la gloire est un filtre pratique que les familles peuvent intégrer intentionnellement. C'est quelque chose qui peut être pratiqué, enseigné et modelé auprès des adultes, des jeunes et même des jeunes enfants. Si cela ne rend pas gloire à Dieu, cela ne mérite pas notre temps ni notre attention.

LA TECHNOLOGIE COMME SERVANTE, NON COMME MAÎTRE

Lorsqu'elle est gérée avec sagesse, la technologie peut bénir et enrichir la foi ainsi que la spiritualité familiale. Considérez ces possibilités :

1. ENRICHIR L'ÉTUDE DE LA BIBLE

Les outils alimentés par l'intelligence artificielle peuvent aider les familles à explorer les Écritures de nouvelles façons, grâce aux renvois, au contexte historique et aux plans d'étude. Un parent en deuil peut rapidement trouver chaque verset qui offre le réconfort de Dieu. Un adolescent curieux peut comparer les traductions bibliques. La technologie peut approfondir notre compréhension de la Parole de Dieu et nous offrir de nouvelles perspectives pour vivifier notre foi.

2. RENFORCER LE CULTE FAMILIAL

Les familles peuvent utiliser des dévotionnels numériques, des chants bibliques ou des applications de prière guidée. Les parents peuvent créer un culte « *assisté par la technologie* », en utilisant un écran pour montrer un extrait vidéo biblique, puis en posant l'appareil pour discuter et prier ensemble. La clé est l'intentionnalité : l'appareil sert le culte, et non l'inverse.

3. SOUTENIR LE DÉVELOPPEMENT DU CARACTÈRE

Jacques compare la Parole de Dieu à un miroir (Jacques 1:23–25, LSG). La technologie peut agir comme un miroir moderne, favorisant l'autoréflexion et la responsabilité. Des applications de journal spirituel, des rappels pour prier ou des listes familiales partagées de reconnaissance peuvent cultiver des habitudes spirituelles. Pourtant, aucune application ne peut remplacer la puissance transformatrice de Christ. Les outils peuvent soutenir, mais seul Jésus sauve, et le Saint-Esprit éclaire.

4. FAIRE AVANCER LES MESSAGES DES TROIS ANGES

L'Apocalypse nous appelle à porter l'Évangile éternel « *à toute nation, à toute tribu, à toute langue et à tout peuple* ». La technologie accélère cette mission :

- Les médias adventistes traduits instantanément en plusieurs langues.
- L'évangélisation en ligne atteignant des pays fermés.
- Du contenu conçu pour différents styles d'apprentissage et cultures.

Les auteurs bibliques qui ont rédigé les Écritures n'auraient pas pu imaginer comment la Parole de Dieu pourrait être diffusée dans le monde entier d'un simple clic sur un téléphone ou un ordinateur portable. Les uns et les zéros du codage informatique ont remplacé le papyrus et l'encre ancienne. Les outils numériques dont nous disposons aujourd'hui peuvent aider à achever l'œuvre de diffusion de l'Évangile plus rapidement que jamais. Les familles peuvent y prendre part en partageant la vérité par leurs propres plateformes.

LES DANGERS QUE LES FAMILLES DOIVENT ÉVITER

1. LES RACCOURCIS VERS LE CARACTÈRE

Il n'existe aucune application pour la sanctification. Aucun système d'intelligence artificielle ne peut produire la sainteté. Jésus a dit : « *L'homme ne vivra pas de pain seulement, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu* » (Matthieu 4:4, LSG). La technologie peut faciliter l'apprentissage, mais c'est le Saint-Esprit qui applique la Parole à nos cœurs et à nos esprits. Les familles, ainsi que chaque croyant, doivent se garder de la fausse perception selon laquelle la croissance spirituelle peut être automatisée.

2. ABDIQUER LA RÉFLEXION SPIRITUELLE

La technologie ne pourra jamais remplacer le discernement. Les familles ne peuvent pas permettre à l'intelligence artificielle ou aux médias de penser à leur place. La paresse spirituelle dans l'usage de la technologie érodera sûrement la foi. Plutôt que de permettre une utilisation indiscriminée de la technologie, des parents responsables guideront leurs familles dans des choix réfléchis et empreints de prière.

3. UNE CONSOMMATION CRÉDULE

L'intelligence artificielle peut générer des faussetés, des hypertrucages et de la désinformation. Les réseaux sociaux peuvent imposer des biais et déformer la vérité. Les enfants sont exposés à la confusion morale, à des images nuisibles et à des schémas addictifs. Les familles doivent enseigner la vigilance. Paul exhorte : « *Que votre parole soit toujours accompagnée de grâce, assaisonnée de sel* » (Colossiens 4:6, LSG). Les familles ont besoin du courage de rejeter les contenus nuisibles et de protéger leurs foyers.

DES PRATIQUES SPIRITUELLES ÉQUILBRÉES FACE À LA TECHNOLOGIE

Comment les familles peuvent-elles s'épanouir spirituellement tout en vivant dans un monde saturé de technologie ? Voici cinq pratiques :

- Prier avant de se connecter – Commencez chaque journée en demandant : « Seigneur, guide la manière dont nous utiliserons ces outils aujourd'hui. » Faites de la prière la première connexion de la famille.
- Discerner puis en parler ensemble – Les familles devraient parler ouvertement de ce qu'elles regardent, lisent et consomment. La réflexion partagée cultive la sagesse et la responsabilité.
- Innover pour la mission et le témoignage – Utilisez la technologie de manière créative : diffusez une étude biblique en direct, partagez un verset encourageant sur les réseaux sociaux, concevez des listes de lecture pour le culte ou créez de courts témoignages. Que l'empreinte numérique de votre famille pointe vers Christ.
- Intégrer la technologie et le non-numérique pour approfondir la croissance spirituelle – Utilisez la technologie pour enrichir, et non remplacer, le culte, les

dévotions familiales et l'étude personnelle. Utilisez-la puis ne l'utilisez pas ; essayez d'alterner les appareils numériques avec la simple lecture d'une Bible papier. Essayez périodiquement un « sabbat sans numérique », en mettant les appareils de côté pour vous concentrer sur Dieu et les uns sur les autres.

- Établir des limites saines – Les parents doivent montrer l'exemple d'une utilisation saine de la technologie. Établissez des zones sans écrans aux repas, pendant le culte et au moment du coucher. Cela ne sera peut-être pas facile, mais le résultat justifiera les efforts investis. Les limites protègent ce qui compte le plus.

LE MOUVEMENT ADVENTISTE ET LES FAMILLES

On peut raisonnablement supposer qu'Ellen White soutiendrait l'utilisation de la technologie moderne pour le bien des autres et la cause du bien si elle était vivante aujourd'hui. En se référant à la manière dont les progrès pouvaient être utilisés dans l'œuvre de Dieu, elle déclara : « *Il faut introduire de nouvelles méthodes. Le peuple de Dieu doit prendre conscience des besoins de l'époque dans laquelle il vit* » (White, 2000, p. 70).

Nous vivons ce moment prophétique. La technologie est là pour rester. La question n'est pas de savoir si nous l'utiliserons, mais comment nous l'utiliserons. Comme Paul, nous sommes appelés à devenir « *tout à tous, afin d'en sauver de toute manière quelques-uns* » (1 Corinthiens 9:22, LSG). Nos méthodes peuvent changer, mais notre message ne peut pas.

L'augmentation de la connaissance est un défi providentiel. Les familles de foi doivent se lever avec sagesse, courage et créativité. L'intelligence artificielle et les outils numériques ne sont ni des menaces ultimes ni des sauveurs ultimes ; ils sont des épreuves et des opportunités. S'ils sont remis à Dieu, ils peuvent nous aider à préparer les personnes au retour de Christ.

UN MOT DE CONCLUSION...

Récemment, nous avons parlé avec une jeune femme de 19 ans. Elle a fait une déclaration sérieuse qui nous a marqués. Elle a dit : « Il n'est pas facile d'être jeune aujourd'hui ! » Dit simplement, mais profondément vrai. Il existe aujourd'hui des voies d'attaque contre la jeunesse que nous n'avions jamais vues auparavant, et la technologie est en tête de liste !

En résumé de ce sujet important, nous partageons ces idées finales qui peuvent aider les parents et les tuteurs à réussir en partenariat avec les enfants, les jeunes et les personnes de tous âges pour utiliser la technologie de manière responsable.

Premièrement, en parler de manière raisonnable : Comme pour tout bon enseignement, la répétition vaut mieux qu'une conférence unique. Faites des conversations sur l'utilisation de la technologie un dialogue continu et pas seulement lorsque les enfants ont des problèmes liés à leur usage ! Si les enfants comprennent pourquoi les limites

sont importantes, ils seront moins enclins à considérer l'apport parental comme un désir de contrôle auquel il faut résister.

Deuxièmement, incarner votre message : Assurez-vous que les enfants vous voient modéliser une utilisation sage de la technologie. Ils percevront immédiatement l'hypocrisie si vous consultez constamment du contenu sur un appareil, même si c'est pour le travail. Limiter la technologie est un bon moyen de signaler à toute la famille qu'elle est précieuse pour vous et que vous accordez une grande valeur au temps passé avec elle.

Ensuite, mettre des garde-fous en place : N'hésitez pas à installer des contrôles parentaux et des filtres sur les appareils de vos enfants. Point final. Vous ne resteriez pas là à regarder quelqu'un lancer une grenade dans votre maison ; pourquoi laisseriez-vous alors les médias sans surveillance ? Les bonnes intentions doivent être suivies d'actions ; il faut assurer un suivi avec une stratégie, puis un accompagnement avec des affirmations.

Enfin, user de grâce et de douceur avec fermeté : Soyez doux, sans être autoritaire. La Bible encourage les parents à « ne pas irriter vos enfants, de peur qu'ils ne se découragent » (Colossiens 3:21, LSG). L'apprentissage est un processus, et les enfants feront des erreurs, tout comme les parents. Favorisez un esprit qui bâtit la confiance et renforce les enfants lorsqu'ils sont honnêtes. La résilience se construit en échouant puis en réessayant. Ne soyez pas trop durs. Et demandez au Saint-Esprit une direction continue.

CONCLUSION :

DES FAMILLES QUI RAYONNENT À L'ÈRE NUMÉRIQUE

L'objectif est d'être une famille dans laquelle la technologie sert sans jamais régner. Que les enfants connaissent davantage la joie des promenades du sabbat que le défilement sans fin. Que nos cultes et nos dévotions soient enrichis par des outils sans jamais être remplacés par eux. Que les parents enseignent le discernement, que les grands-parents partagent la sagesse, et que Christ demeure le Centre.

Cela est possible, non pas en rejetant la technologie, ni en s'y soumettant, mais en la rachetant pour la gloire de Dieu.

La prophétie de Daniel s'est accomplie : la connaissance a augmenté. Mais, comme Paul nous le rappelle, la sagesse doit croître avec elle : « *Examinez toutes choses ; retenez ce qui est bon* » (1 Thessaloniciens 5:21, LSG).

Familles de foi, levons-nous pour ce moment prophétique !

Utilisons chaque outil, chaque appareil, chaque invention comme des serviteurs de l'Évangile, et non comme des maîtres de nos âmes. Restons connectés à Dieu, les uns aux autres et à la mission qui est devant nous.

Et enfin, que nos foyers soient remplis de foi et d'amour, qu'ils brillent comme des phares d'espérance dans un monde distrait par les écrans mais avide de vérité. Et que

nos foyers soient des lieux de lumière, de vérité et d'espérance, se préparant pour le ciel et l'éternité.

APPEL*

Voulez-vous vous engager, en tant que famille, à laisser Christ — et non la technologie — être le centre de votre foyer ?

Voulez-vous conclure ensemble une alliance pour utiliser ces outils pour la gloire de Dieu, établir des limites et vous rapprocher de Lui à l'ère numérique ?

Si tel est le cas, levons les yeux de nos écrans et tournons nos cœurs vers le ciel, où aucun signal ne se perd jamais et où la connexion est éternelle !

*Option pour l'appel : utiliser l'Alliance familiale pour la foi et la technologie (en annexe).

RÉFÉRENCES

White, E. G. (1883, April 26). Signs of the Times. Pacific Press Publishing Association.
White, E. G. (1885). Testimonies for the Church (Vol. 4). Pacific Press Publishing Association. White, E. G. (1903). Education. Pacific Press Publishing Association.
White, E. G. (1930). Messages to Young People. Review and Herald Publishing Association. White, E. G. (2000) Évangéliser. Vie et Santé.

UNE ALLIANCE FAMILIALE POUR LA FOI ET LA TECHNOLOGIE

Notre famille cherche à honorer Dieu dans son utilisation de la technologie. Pour ce faire, nous concluons une alliance afin de nous CONNECTER à Dieu par cette Alliance...

ENGAGEMENT ENVERS DES NORMES

Nous utiliserons la technologie pour fortifier notre foi. Nous veillerons à ce que ce que nous regardons ou écoutons soit conforme à la norme de Philippiens 4:8 concernant ce qui est vrai, honorable, juste, pur, aimable, digne d'approbation, excellent et digne de louange.

OBSERVER DES LIMITES SAINES

Nous fixerons des limites au temps que nous passons avec les appareils, afin qu'ils ne nous contrôlent pas ni le temps que nous passons les uns avec les autres ; la technologie servira, sans nous dominer.

NOURRIR LA VIE COMMUNE

Lorsque cela est possible, nous utiliserons la technologie ensemble comme une expérience de rapprochement familial, en regardant, en jouant ou en écoutant ensemble afin de développer et d'approfondir nos connaissances en tant que famille.

NAVIGUER AVEC SAGESSE

Nous garderons nos esprits afin que la technologie que nous consommons n'ouvre pas la porte à des idées mauvaises, immorales ou impies qui déshonorent Dieu ou compromettent les principes chrétiens.

ADOPTER UN ÉQUILIBRE DANS LA VIE RÉELLE

Notre famille accordera la priorité à des moments ensemble sans écrans, y compris des activités de plein air, la lecture, le service envers autrui et des projets familiaux.

COMMUNIQUER AVEC AMOUR

Nous nous parlerons avec amour, les uns aux autres, les uns des autres et à propos des autres personnes dans toutes nos interactions numériques. Cela signifie utiliser la technologie pour refléter la bonté et la courtoisie, plutôt que l'intimidation, les commérages ou le harcèlement numérique.

FAIRE CONFIANCE À LA GRÂCE ET À LA CROISSANCE

Si nous violons cette Alliance, nous nous accorderons mutuellement le pardon et la grâce. En tant que famille, nous discuterons honnêtement de nos luttes et de nos victoires et nous prierons les uns pour les autres. La croissance dans la grâce sera notre objectif à mesure que nous mûrirons ensemble.

PLAN DE SERMON :

Quand la connaissance augmente : Des familles de foi à l'ère numérique

Textes bibliques : Daniel 12:4 ; 1 Thessaloniens 5:21 ; Proverbes 18:15

INTRODUCTION

- Scène du dîner familial : prière, nourriture, mais les têtes penchées vers les écrans.
- La technologie — rivale de l'attention, de l'affection et de la formation spirituelle.
- Daniel l'avait annoncé : « la connaissance augmentera ».
- Question : La technologie nous reliera-t-elle à Dieu et les uns aux autres ou remplacera-t-elle les liens sacrés ?
- Texte clé : « *Examinez toutes choses ; retenez ce qui est bon.* »
- Le conseil de Paul est urgent pour notre temps : « *Examinez toutes choses ; retenez ce qui est bon* » (1 Thessaloniens 5:21, LSG). C'est le cadre de ce message. Dieu nous appelle, en tant que familles adventistes, non pas à fuir la technologie par crainte, ni à l'adopter sans esprit critique, mais à l'examiner, la racheter et l'utiliser pour Sa gloire.

I. L'AUGMENTATION DE LA CONNAISSANCE ET LA PROPHÉTIE

- La prophétie de Daniel accomplie : intelligence artificielle, traduction instantanée, connectivité mondiale.
- Ellen White : l'augmentation de la connaissance accomplie dans les derniers jours (Signs of the Times, 26 avril 1883).
- Elle a adopté de nouveaux outils (presse à imprimer, télégraphe) pour la mission.
- Principe : le problème n'est pas l'outil lui-même, mais la direction de nos cœurs.
- « *Le cœur de l'homme intelligent acquiert la connaissance...* » (Proverbes 18:15, LSG).

II. PRINCIPES POUR DES FAMILLES FORTES

- Le moment d'opportunité (Education, 1903, p. 262)
Applications bibliques pour le culte.
Les grands-parents se connectent spirituellement par les appels. Les jeunes partagent leur témoignage d'un simple clic.
- La méthode humaine et divine (Testimonies for the Church, vol. 4, 1889, p. 538)
La technologie ne peut pas bâtir le caractère ni former des disciples.
Cela exige la prière, le Saint-Esprit et l'effort personnel.
Les outils doivent compléter, et non remplacer, la dévotion et le culte.
- Le principe de la gloire (Messages to Young People, 1930, p. 398) Se demander :
Cela honore-t-il Dieu ?
Cela édifie-t-il ou détruit-il la foi familiale ?
Si cela ne glorifie pas Dieu, cela ne mérite pas notre temps.

III. **LA TECHNOLOGIE COMME SERVANTE, NON COMME MAÎTRE**

- Étude biblique – Les outils d’IA révèlent le contexte et les renvois.
- Culte familial – Assisté par la technologie, mais Christ au centre.
- Croissance du caractère – Journaux, rappels, listes de reconnaissance.
- Mission – L’Évangile à « toute nation, toute tribu, toute langue et tout peuple » (Apocalypse 14:6, LSG).

IV. **LES DANGERS QUE LES FAMILLES DOIVENT ÉVITER**

- Raccourcis vers le caractère – Aucune application ne produit la sainteté (Matthieu 4:4, LSG).
- Abdiquer la réflexion spirituelle – La technologie ne peut pas penser à notre place ; le discernement est nécessaire.
- Consommation crédule – Se méfier des faussetés, des hypertrucages et de la pollution morale (Colossiens 4:6, LSG).

V. **DES PRATIQUES SPIRITUELLES ÉQUILBRÉES FACE À LA TECHNOLOGIE**

- Prier avant de se connecter.
- Discerner et discuter en famille.
- Innover pour la mission et le témoignage.
- Mélanger technologie et non-technologie pour la croissance spirituelle.
- Essayer des « sabbats sans numérique ».
- Établir des limites saines.
- Repas, culte et coucher sans écrans.

VI. **LE MOUVEMENT ADVENTISTE ET LES FAMILLES**

- Ellen White : « De nouvelles méthodes doivent être introduites... » (Évangéliser, 2000, p. 70).
- Paul : « Je me suis fait tout à tous, afin d’en sauver de toute manière quelques-uns » (1 Corinthiens 9:22, LSG).
- Les familles sont appelées à se lever avec sagesse, courage et créativité.
- La technologie : ni sauveur ni ennemie — une épreuve et une opportunité.

CONSEILS PRATIQUES AUX PARENTS

- Parler de manière raisonnable et fréquente. Continue, pas seulement en cas de problème.
- Incarner le message. Les enfants suivent ce que nous faisons.
- Mettre des garde-fous en place. Filtres, limites, responsabilité.
- User de grâce et de douceur avec fermeté (Colossiens 3:21, LSG).

CONCLUSION ET APPEL

- Objectif : des familles où la technologie sert sans jamais régner.
- Que les enfants chérissent les promenades du sabbat plus que le défilement sans fin.

- Que le culte soit enrichi par des outils, mais que Christ demeure le centre.
- La prophétie de Daniel est accomplie — la connaissance a augmenté.
- Le conseil de Paul demeure : « Examinez toutes choses ; retenez ce qui est bon. »
- Appel : Familles, voulez-vous conclure une alliance pour garder Christ — et non la technologie — au centre de votre foyer ?
- Invitation : Levons les yeux de nos écrans et tournons nos cœurs vers le ciel, où aucun signal ne se perd jamais et où la connexion est éternelle.