

MISSION
MARIAGE • FAMILLE • ÉGLISE
FERME



Ministères Adventiste[®]
de la Famille

2026 LIVRE RESSOURCES

FAMILLE, FOI ET FOCUS À L'ÈRE NUMÉRIQUE

WILLIE ET ELAINE OLIVER



Ministères Adventiste[®]
de la Famille

2026 LIVRE RESSOURCES

FAMILLE, FOI ET FOCUS À L'ÈRE NUMÉRIQUE

WILLIE ET ELAINE OLIVER

DELBERT AND SUSAN BAKER • HEATHER BEESON • BRYAN CAFFERKY • ZENO L. CHARLES-MARCEL
ORATHAI CHURESON • CÉSAR AND CAROLANN DE LEÓN • DAWN JACOBSON-VENN • ELIZABETH JAMES
PETER N. LANDLESS • SHONDEL MISHAW • WILLIE ET ELAINE OLIVER • KELDIE PAROSCHI
MARCOS PASEGGI • MERLE POIRIER • MINDY SALTERS • MILDRED WEISS • MONIQUE WILLIS.



REVIEW AND HERALD[®] PUBLISHING ASSOCIATION
Since 1861 | www.reviewandherald.com



Ministères Adventiste[®] de la Famille

Copyright © 2025 par la General Conference Corporation of Seventh-day Adventists®

Publié par Review and Herald® Publishing Association
Imprimé aux États-Unis d'Amérique
Tous droits réservés

Rédacteurs : Willie ET Elaine Oliver
Rédactrice en chef : Dawn Jacobson-Venn
Conception et mise en page : Daniel Taipe

Les auteurs assument l'entièr responsabilité de l'exactitude de tous les faits et citations tels qu'ils sont mentionnés dans ce livre.

Contributeurs : Delbert et Susan Baker, Heather Beeson, Bryan Cafferky, Zeno L. Charles-Marcel, Orathai Chureson, César et Carolann De León, Dawn Jacobson-Venn, Elizabeth James, Peter N. Landless, Shondel Mishaw, Willie ET Elaine Oliver, Keldie Paroschi, Marcos Paseggi, Merle Poirier, Mindy Salyers, Mildred Weiss, Monique Willis.

Autres livres de ressources du ministère de la famille dans cette série :

J'irai avec ma famille : Célébrer la création : le mariage, la famille et le sabbat
J'irai avec ma famille : Comprendre les familles diverses
J'irai avec ma famille : Les familles et la santé mentale
J'irai avec ma famille : La résilience familiale
J'irai avec ma famille : L'unité dans la communauté
Atteindre les familles pour Jésus : Former des disciples
Atteindre les familles pour Jésus : Fortifier les disciples
Atteindre les familles pour Jésus : Le discipulat et le service
Atteindre les familles pour Jésus : Faire grandir les disciples
Atteindre le monde : Des familles en bonne santé pour l'éternité
Réveil et réforme : Construire des souvenirs familiaux
Réveil et réforme : Des familles tournées vers le haut
Réveil et réforme : Des familles tournées vers l'extérieur
Réveil et réforme : Des familles tournées les unes vers les autres

Disponible à :
family.adventist.org/resources/resource-book/

Sauf indication contraire, les textes bibliques sont tirés de la Bible Louis Segond (LSG).

Ministères de la Famille Adventiste
Conférence générale des Adventistes du Septième Jour
12501 Old Columbia Pike
Silver Spring, MD 20904, USA
family@gc.adventist.org
family.adventist.org

Tous droits réservés. Les documents de ce livre peuvent être utilisés et reproduits dans les imprimés des églises locales sans autorisation de l'éditeur. Ils ne peuvent toutefois pas être utilisés ou reproduits dans d'autres livres ou publications sans l'autorisation préalable du titulaire des droits d'auteur. La réimpression du contenu dans son ensemble ou à des fins de distribution gratuite ou de revente est expressément interdite.

ISBN n° 978-0-8127-0587-4

OCTOBRE 2025

TABLE DES MATIÈRES

Préface	7
Comment utiliser ce livre-ressource	9

11 IDÉES DE SERMONS

• Un temps pour chaque chose : Retrouver le rythme de Dieu à l'ère numérique Par Willie et Elaine Oliver.....	12
• Quand la connaissance augmente : Des familles de foi à l'ère numérique Par Delbert And Susan Baker.....	24
• Protéger nos foyers : Aider les familles à gérer l'intrusion de la technologie Par César et Carolann De León.....	35

46 HISTOIRES POUR ENFANTS

• Comment utilisez-vous votre temps ? Par Dawn Jacobson-Venn	47
• « Eh bien, non ! » Jo-Nah Par Mindy Salyers.....	50
• Le miroir juste pour toi ! Par Mildred Weiss.....	54
• Mandy, la bonne influenceuse Par Orathai Chureson	56

SÉMINAIRES 59

• Racheter l'espace numérique : Foi, famille et une vie sage face à la technologie	60
Par Willie et Elaine Oliver.....	
• Reconnecter les relations : Surmonter les distractions qui nous déconnectent	69
Par Heather Gayle Beeson, Elizabeth James, Bryan Cafferky, Shondel Mishaw et Monique Willis	
• Un héritage parental centré sur la mission : Comment manifester l'amour relationnellement attentif de Dieu façonne la foi et la résilience de nos enfants	92
Par César et Carolann De León.....	

RESSOURCES POUR LES RESPONSABLES 105

• Un équilibre délicat : Les distractions numériques et le mariage moderne	106
Par Willie et Elaine Oliver.....	
• L'espace sacré du temps en famille : Résister à la tyrannie de la sonnerie	110
Par Willie et Elaine Oliver.....	
• Une bonne communication : Le sang des relations	113
Par Willie et Elaine Oliver.....	
• La démence numérique : L'impact alarmant de l'hyper-connexion	115
Par Zeno L. Charles-Marcel And Peter N. Landless	
• Naviguer à l'ère numérique avec une perspective biblique	117
Par Keldie Paroschi.....	
• Un seul repas ne suffit pas : Pourquoi le culte familial est essentiel pour nourrir la vie de foi de la famille	123
Par Marcos Paseggi.....	
• Un régime spirituel : Trouver la nourriture dans le culte	128
Par Merle Poirier.....	

OUTILS POUR LES MINISTÈRES DE LA FAMILLE.....138

• 2025 Semaine de prière pour le rassemblement familial Dieu Précieux Dons	139
Willie et Elaine Oliver, éditeurs ; Karen Holford, contributrice principale.....	
• 2024 Semaine de prière pour le rassemblement familial Cultiver des Cœurs Accueillants: Comprendre les Familles Diversifiées	140
Willie et Elaine Oliver, éditeurs ; Karen Holford, contributrice principale.....	
• 2023 Semaine de prière pour le rassemblement familial Clefs Vers Esprits Sains: Familles Fleurissantes	141
Willie et Elaine Oliver, éditeurs ; Karen Holford, contributrice principale.....	

• 2022 Semaine de prière pour le rassemblement familial Reconstruire l'autel Familial	Willie et Elaine Oliver	142
• 2021 Semaine de prière pour le rassemblement familial Vivre un Amour Qui Porte des Fruits	Willie et Elaine Oliver	143
• Connectés : Lectures dévotionnelles pour un mariage intime	Willie et Elaine Oliver	144
• Bible pour les couples	145
• Programme de certification en leadership 2.0	146
• Real Family Talk avec Willie et Elaine Oliver	147
• Real Family Talk : Chronique en ligne de l'Adventist Review	Willie et Elaine Oliver	148
• Espoir pour les familles d'aujourd'hui	Willie et Elaine Oliver	149
• Le mariage : Aspects bibliques et théologiques, vol. 1	Ekkehardt Mueller et Elias Brasil De Souza, éditeurs.....	150
• La sexualité : Questions contemporaines d'une perspective biblique, vol. 2	Ekkehardt Mueller et Elias Brasil De Souza, éditeurs.....	151
• La famille : Avec des questions contemporaines sur le mariage et la parentalité, vol. 3	Ekkehardt Mueller et Elias Brasil De Souza, éditeurs.....	152
• L'armure de Dieu	Ministères des enfants de la Conférence générale	153
• HumanSexuality.org	Conférence générale des Adventistes du Septième Jour	154

ANNEXE A : MISE EN ŒUVRE DES MINISTÈRES DE LA FAMILLE155

• Une déclaration de politique et d'objectif des Ministères de la famille	156
• Le responsable des Ministères de la famille	158
• Qu'est-ce qu'une famille ?	160
• Directives pour le comité et la planification	162
• Une bonne présentation fera quatre choses	164
• Les dix commandements des présentations	165
• Enquête de profil de la vie familiale	166
• Profil de la vie familiale	168

• Enquête d'intérêt des Ministères de la famille	169
• Enquête d'éducation communautaire à la vie familiale	170
• Exemple d'évaluation	171

ANNEXE B : DÉCLARATIONS VOTÉES**172**

• Affirmation du mariage.....	173
• Une affirmation du don de la sexualité accordé par Dieu	175
• Croyance fondamentale sur le mariage et la famille.....	178
• Directives pour l'Église adventiste du septième jour en réponse aux attitudes culturelles changeantes concernant l'homosexualité et d'autres pratiques sexuelles alternatives.....	179
• Déclaration sur les abus sexuels envers les enfants.....	187
• Déclaration sur la violence familiale.....	190
• Déclaration sur le foyer et la famille.....	193
• Déclaration sur l'homosexualité	194
• Déclaration sur les relations humaines.....	195
• Déclaration sur le racisme	196
• Déclaration sur le comportement sexuel.....	198
• Déclaration sur la vision biblique de la vie à naître et ses implications pour l'avortement.....	200
• Déclaration sur l'éducation et la protection des enfants.....	205
• Déclaration sur le transgendérisme.....	208

PRÉFACE

Soyons honnêtes — nos téléphones bourdonnent plus que nos sonnettes de porte aujourd’hui. Nos enfants savent mieux se repérer sur TikTok que se diriger vers une conversation significative. Et quelque part entre la gestion du temps d’écran et la surveillance de l’activité en ligne, beaucoup d’entre nous se demandent si nous ne sommes pas en train de perdre la bataille pour le cœur et l’esprit de nos familles.

Si vous avez pris ce livre en main, vous vous posez probablement des questions difficiles : Comment rivaliser avec un appareil conçu pour capter l’attention ? Comment enseigner à nos enfants l’amour de Dieu lorsqu’ils reçoivent leurs leçons de vie sur YouTube ? Comment créer un foyer centré sur le Christ lorsque chacun est dispersé sur des écrans différents ?

Voici ce que nous avons appris : vous n’avez pas à choisir entre la foi et le monde numérique. La technologie n’est pas l’ennemie — c’est un outil. Et comme tout outil, elle amplifie ce qui est déjà dans nos cœurs. La vraie question n’est pas de savoir si nous devons utiliser la technologie, mais comment nous pouvons l’utiliser avec sagesse pour renforcer nos familles au lieu de les diviser.

Famille, foi et focus à l’ère numérique est né de conversations réelles avec de vraies familles aux prises avec de vrais défis. Nous avons parlé avec des parents qui ont l’impression de parler une langue étrangère à leurs enfants. Nous nous sommes assis avec des familles où tout le monde est physiquement présent mais émotionnellement ailleurs. Nous avons vu la frustration, la culpabilité et, oui, parfois le découragement qui accompagnent la tentative d’élever des enfants pieux dans un monde hyperconnecté.

« Vous n’avez pas à choisir entre la foi et le monde numérique. La technologie n’est pas l’ennemie — c’est un outil. Et comme tout outil, elle amplifie ce qui est déjà dans nos cœurs. »

Mais nous avons aussi vu quelque chose de beau : des familles qui ont trouvé des moyens de faire en sorte que la technologie travaille pour elles plutôt que contre elles. Des parents qui ont découvert que la même créativité que Dieu nous a donnée pour résoudre des problèmes peut nous aider à naviguer dans les défis numériques. Des enfants qui apprennent qu’être

connectés en ligne peut enrichir leur relation avec Dieu et la famille lorsqu'on le fait de manière réfléchie.

Dans ces pages, vous trouverez des idées pratiques qui fonctionnent dans le monde réel — pas des théories parfaites qui ne marchent que dans des foyers parfaits. Nous parlerons de l'établissement de limites qui tiennent, de conversations sur les choix en ligne qui ne se terminent pas en disputes, et de moyens d'utiliser la technologie pour rapprocher votre famille, et non pour l'éloigner davantage.

Plus important encore, ce n'est pas un livre de ressources qui prône le retrait du monde moderne. Il s'agit de s'y engager avec sagesse. Le même Dieu qui a guidé les familles à travers chaque grand changement de l'histoire humaine — de l'agricole à l'industriel puis au numérique — est avec nous aujourd'hui. Sa vérité ne change pas, même lorsque tout le reste semble changer.

Notre prière est simple : que votre famille découvre comment prospérer, et pas seulement survivre, à l'ère numérique. Que la foi s'approfondisse, que le focus devienne plus clair, et que les liens familiaux se renforcent grâce à des connexions significatives et à des pauses intentionnelles loin de l'écran.

Après tout, nous essayons tous simplement d'élever des enfants qui aiment Dieu et aiment bien les autres — et cet appel reste le même que nous le fassions avec des tablettes de pierre, des presses à imprimer ou des smartphones. Tant que nous restons « enracinés dans la Bible et concentrés sur la mission ».

Maranatha!

Willie et Elaine Oliver, Directors
Département des Ministères de la Famille

Conférence générale des Adventistes du Septième Jour
Siège mondial
Silver Spring, Maryland
family.adventist.org



COMMENT UTILISER CE LIVRE DE RESSOURCES

Le Livre de ressources des Ministères de la Famille est une ressource annuelle organisée par les Ministères de la Famille Adventistes de la Conférence Générale, avec la contribution du champ mondial, afin de fournir aux responsables des Ministères de la Famille dans les divisions, unions, conférences et églises locales du monde entier des ressources pour les semaines et sabbats spéciaux consacrés à la famille.

Dans ce Livre de ressources, vous trouverez des idées de sermons, des séminaires, des histoires pour enfants, des ressources pour les responsables et d'autres outils pour faciliter ces journées spéciales et d'autres programmes que vous pourriez mettre en œuvre durant l'année. À l'annexe A, vous trouverez des informations utiles pour la mise en œuvre des ministères de la famille dans l'église locale.

Cette ressource comprend également des présentations Microsoft PowerPoint® des séminaires et des documents à distribuer. Les animateurs de séminaires sont encouragés à personnaliser les présentations Microsoft PowerPoint® avec leurs propres histoires et des images reflétant la diversité de leurs communautés. Pour télécharger une présentation, veuillez visiter : family.adventist.org/2026RB

Pour plus de thèmes couvrant divers aspects de la vie familiale, téléchargez les Livres de ressources des années précédentes sur family.adventist.org/resource-book/

SEMAINE DU FOYER CHRÉTIEN ET DU MARIAGE : 14–21 FÉVRIER

La Semaine du foyer chrétien et du mariage a lieu en février et comprend deux sabbats : la Journée du mariage chrétien, qui met l'accent sur le mariage chrétien, et la Journée du foyer chrétien, qui met l'accent sur la parentalité. Elle commence le deuxième sabbat et se termine le troisième sabbat de février.

JOURNÉE DU MARIAGE CHRÉTIEN (MET L'ACCENT SUR LE MARIAGE) :

SABBAT 14 FÉVRIER

Utilisez l'idée de sermon sur le mariage pour le service de culte du sabbat et le séminaire sur le mariage pour tout segment de programme durant cette célébration.

JOURNÉE DU FOYER CHRÉTIEN (MET L'ACCENT SUR LA PARENTALITÉ) :

SABBAT 21 FÉVRIER

Utilisez l'idée de sermon sur la parentalité pour le service de culte du sabbat et le séminaire sur la parentalité pour tout segment de programme durant cette célébration.

SEMAINE DE PRIÈRE POUR LA COHÉSION FAMILIALE :

6–12 SEPTEMBRE

La Semaine de prière pour la cohésion familiale est prévue durant la première semaine de septembre, du premier dimanche au sabbat suivant, avec la Journée de prière pour la cohésion familiale. Elle met en valeur la célébration des familles et de l'église comme une famille.

Une ressource complémentaire avec des lectures quotidiennes et des activités familiales sera fournie. Pour la télécharger, veuillez visiter : family.adventist.org/familyworship

JOURNÉE DE PRIÈRE POUR LA COHÉSION FAMILIALE (POUR LES MARIAGES, LES FAMILLES ET LES RELATIONS) :

SABBAT 12 SEPTEMBRE

Utilisez l'idée de sermon sur la famille pour le service de culte du sabbat figurant dans ce Livre de ressources.

IDÉES DE SERMONS

Les idées de sermons sont conçues comme une source d'inspiration—le début de votre propre sermon. Priez pour être guidé par le Saint-Esprit, afin que vos pensées et vos paroles soient une extension de l'amour de Dieu pour chaque cœur et chaque famille.

- **UN TEMPS POUR CHAQUE CHOSE :**
RETRouver le rythme de Dieu à l'ère numérique 12

Ce sermon invite les familles à redécouvrir l'équilibre — enseignant comment rythmes de repos, d'adoration, et présence restaurent paix et unité.

- **QUAND LA CONNAISSANCE AUGMENTE :**
DES FAMILLES DE FOI À L'ÈRE NUMÉRIQUE 24

Ce message révèle comment connaissance prophétique et technologie moderne éprouvent notre foi, guidant familles à utiliser l'innovation pour mission.

- **PROTÉGER NOS FOYERS :**
AIDER LES FAMILLES À GÉRER L'INTRUSION DE LA TECHNOLOGIE ... 35

Ce sermon équipe familles pour protéger leurs cœurs contre invasion numérique en cultivant discernement, limites, et relations centrées-sur-Christ dans le foyer.

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

PAR WILLIE ET ELAINE OLIVER

LE TEXTE :

Ecclesiastes 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 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 semaines 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.

Veuillez tourner avec moi au chapitre 3 d'Ecclésiaste, et lisons ensemble les versets 1 à 8.

LE TEXTE :

ECCLÉSIASTE 3:1-8

« 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. »

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'étreinte !

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 ensemble 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 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 régulièrement 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 de « 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.

a 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 divertis, et un temps pour être transformés.

Bien-aimés, le temps de la transformation est maintenant ! La saison du changement est arrivée ! Répondez-vous à l’appel de revenir au rythme de Dieu ? Conduirez-vous votre famille de nouveau vers l’ordre divin ? Choisissez-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 nos 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 !

REFERENCES

- 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.

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

PAR DELBERT ET SUSAN BAKER

LES TEXTES :

Daniel 12:4; 1 Thessalonians 5:21; Proverbs 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

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 Conference Retirement Plan. La Dre Susan Baker, physiothérapeute et éducatrice, est à la retraite.

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 les 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 Thessaloniciens 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.

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 prédictes 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 et la spiritualité familiales. 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'auto-réflexion 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 àachever 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 ÉQUILIBRÉES 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 défilé 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 distract 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 : Daniel 12:4 ; 1 Thessaloniciens 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 Thessaloniciens 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 coeurs.
- « 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 ÉQUILIBRÉES 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 défillement 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 coeurs vers le ciel, où aucun signal ne se perd jamais et où la connexion est éternelle.

PROTÉGER NOS FOYERS : AIDER LES FAMILLES À GÉRER L'INTRUSION DE LA TECHNOLOGIE

PAR CÉSAR ET CAROLANN DE LEÓN

LE TEXTE :

Romains 12:2

INTRODUCTION

Nous vivons à l'ère numérique où la technologie n'est plus seulement un outil — elle est devenue l'environnement même dans lequel nous existons. Les smartphones, les médias sociaux, les jeux vidéo et le contenu en ligne sans fin sont désormais des compagnons constants. Les familles ne vivent plus simplement dans des maisons ; elles vivent dans des écosystèmes numériques.

La technologie a apporté des bénédictions, notamment une communication plus facile, l'accès à la connaissance et des possibilités de ministère. Mais elle a aussi apporté des dangers : la dépendance, la distraction, des liens familiaux brisés et la corruption morale. Un tiers des adolescents disent avoir choisi de parler avec une IA plutôt qu'avec une personne réelle lors de moments sérieux. Parmi ces adolescents, 31 % déclarent que ces conversations sont tout aussi ou plus satisfaisantes que de parler avec un pair. Dans une étude sectorielle, plus de 80 % des répondants de la génération Z ont indiqué qu'ils envisageraient d'épouser un compagnon IA à l'avenir (Knutsson, 2025).

César De León, PhD, thérapeute conjugal et familial agréé, et **Carolann De León**, RN, MS en thérapie conjugale et familiale, MAPM, sont directeurs du Département des Ministères de la Famille de la Division nord-américaine des Adventistes du septième jour, Columbia, Maryland, États-Unis.

Ellen G. White, bien qu'elle ait vécu à une époque pré-numérique, a prévu ces principes. Elle a averti dans son livre, *The Great Controversy* : « Satan prépare constamment des séductions pour détourner les esprits de l'œuvre solennelle de préparation pour les scènes qui sont juste devant nous » (White, 1911, p. 342). Quelles sont aujourd'hui ces séductions ? Nos écrans lumineux, le défilement sans fin, le divertissement qui engourdit l'âme.

Ce sermon vise à soutenir les familles dans la gestion de l'intrusion de la technologie — non pas en la rejetant entièrement, mais en l'administrant avec sagesse et en gardant Christ au centre du foyer.

LE POUVOIR SUBTIL DE LA TECHNOLOGIE

1. L'INTRUS SILENCIEUX

La technologie fait rarement irruption bruyamment dans nos vies. Elle s'y glisse discrètement. Une application. Une notification. Une distraction « inoffensive ». Bientôt, des heures disparaissent. Les dîners en famille disparaissent. Les conversations disparaissent.

Paul a averti dans Éphésiens 5:15-16 : « Prenez donc garde de vous conduire avec circonspection, non comme des insensés, mais comme des sages ; rachetez le temps, car les jours sont mauvais. »

Ellen White fait écho à cette vérité dans *Les Paraboles de Jésus* : « Notre temps appartient à Dieu, et chacun de nos instants lui est dû. Nous sommes tenus, de façon impérative, d'en tirer le meilleur parti pour sa gloire » (White, 1977, p. 296).

Si le temps est le don de Dieu, combien en avons-nous cédé aux écrans ?

2. LA FORMATION DES CŒURS ET DES ESPRITS

La technologie n'est pas neutre. Chaque plateforme, chaque algorithme est conçu pour façonner nos habitudes, nos désirs, notre vision du monde.

Proverbes 4:23 : « Garde ton cœur plus que toute autre chose, car de lui viennent les sources de la vie. »

Ellen White a averti dans *La Tragédie des Siècles* : « Une loi de notre nature intellectuelle et spirituelle veut que nous soyons changés par ce que nous contemplons. » (White, 1992, p. 603).

Que contemplent nos enfants ? Des heures de défilement sur YouTube ? Des danses TikTok ? Des jeux violents ? Si en contemplant nous sommes transformés, alors la technologie forme nos enfants plus rapidement que nous ne le faisons.

LE PLAN DE DIEU POUR LES FAMILLES

1. LES FAMILLES COMME PREMIER ESPACE DE DISCIPULAT

Dieu a établi la famille comme le lieu principal de la formation de la foi. Deutéronome 6:6-7 :

« Et ces commandements, que je te donne aujourd’hui, seront dans ton cœur. Tu les inculqueras à tes enfants, et tu en parleras quand tu seras assis dans ta maison, quand tu marcheras en chemin, quand tu te coucheras et quand tu te lèveras. »

Remarquez le rythme — la vie ensemble, la conversation, l’enseignement, la relation. C'est ainsi que la foi se transmet. Mais lorsque chaque membre de la famille est absorbé par son propre appareil, il ne reste plus de place pour ces conversations.

Et lorsque les familles sont assises ensemble dans le silence, chacune fixant son appareil, il n'y a pas assez de conversations aimantes pour imprimer la Parole de Dieu dans des cœurs en formation.

Ellen White écrit dans le livre *Le Foyer Chrétien* : « Des manières aimables, une attitude joyeuse et des actes de bonté attacheront les cœurs des enfants à leurs parents par les liens sacrés de l'affection et feront davantage pour rendre le foyer attrayant que de précieux ornements achetés à prix d'or » (White, 2000, pp. 412).

La question est solennelle : le smartphone a-t-il remplacé la Bible comme centre du foyer ?

2. RACHETER LE TEMPS

Éphésiens 5:15,16 : « Prenez donc garde de vous conduire avec circonspection, non comme des insensés, mais comme des sages ; rachetez le temps, car les jours sont mauvais. »

Ellen White a écrit dans *Counsels to Parents, Teachers, and Students* : « Beaucoup sont avidement engagés dans la recherche du plaisir. Leur principale étude est de savoir comment assurer la gratification du moi, comment obtenir le maximum de plaisir et de jouissance » (White, 1913, p. 347). Si ces paroles ont été écrites au XIXe siècle au sujet des romans et des divertissements de cette époque, combien plus s'appliquent-elles aujourd’hui aux marathons Netflix et au défilement sans fin ?

Nous ne pouvons nier que nous vivons une période de plus en plus dangereuse de l'histoire de notre terre. L'auto-satisfaction et toutes les poursuites hédonistes sont devenues la norme. Pourtant, au milieu de cette culture en quête de plaisir, Dieu accorde avec amour à tous les parents Sa grâce abondante et leur donne l'occasion de racheter le temps qu'ils ont perdu en dirigeant, formant et faisant des disciples de leurs précieux enfants et adolescents. Ellen White écrit dans *Child Guidance* : « Les jeunes de notre époque ignorent les ruses de Satan. Les parents devraient donc être éveillés en ces temps périlleux, travaillant avec persévérence et diligence pour fermer la première approche de l'ennemi. Ils devraient instruire leurs enfants lorsqu'ils sont assis dans la maison, ou lorsqu'ils marchent en chemin, lorsqu'ils se lèvent ou lorsqu'ils se couchent » (White, 1954, p. 474).

3. PRIORISER LA PRÉSENCE

Le ministère de Jésus était enraciné dans la présence. Il accordait à ceux qu'il rencontrait un contact visuel direct et touchait leurs blessures. Christ était attentif aux aspirations et aux désirs de leur cœur. « Il ne délaissait aucun être humain comme sans valeur, mais il s'efforçait d'appliquer à toute âme le remède guérisseur. » (White, 1977, p. 22).

Aujourd’hui, la technologie peut nous priver de la présence. Nous sommes « ensemble, en quelque sorte », mais pas réellement présents ni émotionnellement disponibles les uns pour les autres. Il est difficile, voire impossible, d’être connectés et émotionnellement accordés les uns aux autres, alors que nous sommes simultanément émotionnellement attachés, physiquement liés et mentalement accordés à nos appareils.

« Les parents devraient protéger leurs enfants contre ces influences », écrit White dans le livre *Child Guidance*, « qui les éloigneraient de Dieu. C'est là leur devoir sacré » (White, 1954, p. 114). Aujourd’hui, ce devoir sacré inclut le fait de permettre à Dieu de nous donner la sagesse nécessaire pour guider nos enfants et nos adolescents dans l’usage judicieux de la technologie — laquelle, laissée sans contrôle, peut isoler plutôt qu’unir les coeurs des familles à Dieu et les uns aux autres.

LES DANGERS D’UNE TECHNOLOGIE SANS CONTRÔLE

1. DÉPENDANCE ET IDOLÂTRIE

De nombreuses études montrent que la technologie peut affecter le cerveau de manière similaire aux substances addictives. Les applications téléphoniques sont conçues pour créer une dépendance. Les notifications déclenchent une libération de dopamine. Les jeux sont conçus pour maintenir les joueurs accrochés. Les médias sociaux manipulent notre sentiment de valeur au moyen des mentions « j’aime » et des partages.

Les parents peuvent intentionnellement rappeler à leurs enfants bien-aimés, à travers les saisons de leur croissance et de leur développement, que leur valeur et leur dignité doivent être enracinées dans l’amour inlassable de Dieu. Nos enfants et nos adolescents doivent être régulièrement rappelés qu’ils sont les trésors précieux et bien-aimés de Dieu et que rien de ce que les médias sociaux ou leurs pairs disent ou croient à leur sujet ne peut changer l’amour de Dieu ni la valeur qu’Il leur accorde.

Exode 20:3 : « Tu n’auras pas d’autres dieux devant ma face. »

L’avertissement de White dans *Testimonies to the Church* est intemporel : « Rien n’est plus trompeur que la séduction du péché. C'est l’indulgence insoupçonnée et inconsciente dans des choses frivoles qui affaiblit la puissance spirituelle » (White, 1889, p. 540).

Des choses frivoles — encore cinq minutes sur les médias sociaux, une vidéo de plus, seulement quatre épisodes de plus jusqu’à la fin de la saison — lentement, inconsciemment, les muscles spirituels sont affaiblis.

2. RUPTURE DE LA COMMUNICATION

Les mariages s’affaiblissent lorsque les couples passent plus de temps devant les écrans qu’en conversations ouvertes et sincères. Les enfants se sentent négligés et invisibles lorsque les parents sont physiquement présents mais émotionnellement absents, les yeux fixés sur des rectangles lumineux.

Jacques 1:19 nous appelle à être « prompts à écouter, lents à parler, lents à se mettre en colère ». Mais une écoute authentique dans nos foyers ne peut avoir lieu si nos oreilles sont obstruées par des écouteurs et nos yeux collés aux écrans.

Ellen White a exhorté dans *Adventist Domicile* : « Le cercle familial devrait être le véritable centre de l'affection » (White, 1952, p. 210). Les appareils fracturent souvent ce cercle. Nos appareils peuvent imperceptiblement devenir les centres de notre affection, tandis que les relations familiales deviennent plus détachées et déconnectées.

3. EXPOSITION À LA CORRUPTION

La technologie peut effectivement être utilisée pour éléver Jésus et relier les autres à la Bonne Nouvelle de Son Évangile. Cependant, lorsque nos enfants et nos jeunes ont un accès non filtré à Internet, ils sont exposés à une pornographie destructrice de l'esprit, du corps, de l'âme et des relations, à la violence, à l'intimidation, à de fausses idéologies et à des séductions spirituelles trompeuses.

1 Pierre 5:8 nous avertit : « Soyez sobres, veillez. Votre adversaire, le diable, rôde comme un lion rugissant, cherchant qui il dévorera. »

De nouveau, sœur White avertissait dans *Messages to Young People* : « Les lecteurs de récits frivoles et passionnants deviennent impropre aux devoirs qui les attendent. Ils vivent une vie irréelle et n'ont aucun désir de sonder les Écritures » (White, 1930, p. 273).

Remplacez « récits » par « fils des médias sociaux », et l'avertissement devient étrangement moderne et pertinent.

Aujourd'hui, notre ennemi rôde et dévore avec maîtrise les esprits, les corps et les âmes des adultes et des jeunes, à travers des pixels. Nous devons être attentifs à la réalité qu'il a perfectionné des stratégies et des plans par lesquels il a pu déformer nos perspectives de Dieu, des autres et de nous-mêmes. Il a découvert des méthodes habiles pour détourner nos affections pour Dieu alors que nous les transférons vers les relations que nous avons développées avec la technologie.

À mesure que les parents deviennent plus intentionnels dans la recherche de la sagesse divine afin de savoir comment offrir avec succès des alternatives émotionnellement et spirituellement nourrissantes aux heures que leurs enfants passent sur leurs téléphones, le Saint-Esprit continuera d'allumer un désir de réveil spirituel personnel qui pourra s'amplifier en un réveil spirituel au sein de la famille. Par leur exemple enthousiaste et joyeux, les parents peuvent inviter leurs enfants à vivre une expérience douce et significative de rituels personnels et familiaux de prière, ainsi que des rythmes quotidiens de lecture et de méditation des Écritures — peut-être même au moyen d'une application sur un téléphone. De brefs rituels de culte familial matinaux et vespéraux, très intéressants — par la grâce de Dieu — peuvent devenir des moments de connexion profonde et d'affection que toute la famille attendra avec joie.

SEPT STRATÉGIES POUR LES FAMILLES

1. ÉTABLIR DES LIMITES CENTRÉES SUR CHRIST

Considérez avec prière l'établissement de moments et de lieux précis où la technologie n'est pas autorisée. Avant de fixer des règles familiales, partagez votre désir de vous connecter plus profondément avec votre famille et avec Dieu. Partagez les nombreux bienfaits pour la santé mentale, physique, spirituelle et relationnelle qui suivront lorsque les familles passeront moins de temps devant les écrans et davantage de temps significatif à se connecter joyeusement les unes aux autres.

Des exemples de règles familiales protectrices pourraient être : pas de téléphones à table, pas d'appareils dans les chambres, et le culte familial avant un temps d'écran mesuré. Lorsque les chambres deviennent des zones sans appareils, les enfants et les jeunes peuvent reconstituer et recharger leurs cerveaux et leurs corps, qui ont besoin d'un sommeil suffisant pour un fonctionnement et un développement optimaux. Lorsque les tables de repas deviennent un sanctuaire pour des conversations ouvertes et sincères, l'amour et l'affection de la famille — les uns pour les autres et pour Dieu — peuvent s'épanouir et fleurir.

Comme le déclare Josué 24:15 : « Moi et ma maison, nous servirons l'Éternel. » Servir l'Éternel signifie protéger les espaces familiaux sacrés des distractions non essentielles.

2. MODÉLISER DES HABITUDES SAINES

Les parents doivent montrer l'exemple. Lorsque les enfants voient leurs parents faire défiler constamment, ils feront de même. Au contraire, laissez-les vous voir apprécier le temps passé à l'extérieur, aider avec joie ceux qui sont dans le besoin, lire les Écritures et s'engager dans l'écriture de prières. Prévoyez un « temps de plaisir en famille » pour jouer ensemble, faire des promenades ou vous engager ensemble dans une tâche ou un projet à la maison ou dans la communauté.

Paul a écrit dans 1 Corinthiens 11:1 : « Soyez mes imitateurs, comme je le suis moi-même de Christ. »

White a écrit dans le livre *Child Guidance* : « De grandes responsabilités reposent sur les parents, et ils devraient s'efforcer avec ardeur de remplir la mission que Dieu leur a confiée. Lorsqu'ils voient la nécessité de consacrer toutes les énergies de l'être à l'œuvre de former leurs enfants pour Dieu, une grande partie de la frivolité et de la prétention inutile que l'on voit aujourd'hui sera mise de côté. Ils ne considéreront aucun sacrifice ni aucun labeur comme trop grand pour leur permettre de se préparer à rencontrer le Seigneur avec joie. C'est là une partie très précieuse de leur service en tant que disciples de Dieu, et une partie qu'ils ne peuvent se permettre de négliger » (White, 1954, p. 478).

3. RETROUVER ET PRATIQUER LE REPOS DU SABBAT

Dieu a ordonné à Son peuple de se reposer — non seulement du travail, mais aussi des choses qui consument l'esprit, le corps et l'âme. Les familles bénéficieraient grandement de sabbats

numériques : une ou plusieurs journées entières sans appareils, consacrées à un repos holistique, à un culte créatif et à l'édification de relations familiales significatives — au service bienveillant envers ceux qui souffrent dans nos communautés. Le sabbat est l'occasion hebdomadaire que Dieu offre pour une désintoxication technologique.

Également dans le livre *Child Guidance* : « Le sabbat — oh ! — faites-en le jour le plus doux, le plus béni de toute la semaine. . . Les parents peuvent et doivent donner de l'attention à leurs enfants, leur lire les parties les plus attrayantes de l'histoire biblique, les éduquer à révéler le jour du sabbat, à l'observer selon le commandement. Cela ne peut être fait si les parents ne sentent aucun fardeau pour intéresser leurs enfants. Mais ils peuvent faire du sabbat un délice s'ils suivent la bonne voie. Les enfants peuvent être intéressés par de bonnes lectures ou par des conversations au sujet du salut de leurs âmes. Mais ils devront être éduqués et formés. Le cœur naturel n'aime pas penser à Dieu, au ciel ou aux choses célestes. Il faut continuellement refouler le courant de la mondanité et de l'inclination au mal, et laisser entrer la lumière céleste » (White, 1954, pp. 532–533).

Les familles peuvent également pratiquer des sabbats numériques, mettant de côté les appareils pour adorer, se reposer et se reconnecter de manière à restaurer et renouveler l'esprit, le corps et l'âme. Les parents impliquent leurs enfants et leurs adolescents dans la création d'une variété d'activités créatives de sabbat que tous apprécieront. Les activités qui consistent à servir les autres et à apporter l'amour et le soleil de Jésus dans la vie de ceux de votre communauté locale qui ont besoin de faire l'expérience de l'amour extravagant de Dieu suscitent un intérêt particulier chez les enfants et les jeunes. Il faudra du temps et des efforts pour planifier et réaliser des activités de sabbat édifiantes, mais inclure toute la famille dans la planification apportera une plus grande bénédiction à tous.

4. ENSEIGNER LE DISCERNEMENT

Équipez les enfants pour reconnaître la différence entre le divertissement et l'édification. Ces conversations quotidiennes, chaleureuses et relationnelles peuvent avoir lieu pendant, avant ou après de courts moments de culte familial intéressants, afin de discuter des avantages et des inconvénients des divertissements et activités récréatives courants.

Apprenez-leur à se demander : « *Est-ce bon pour mon âme ? Est-ce que cela glorifie Dieu ?* »

Philippiens 4:8 offre le sage filtre de Dieu : « Que tout ce qui est vrai... honorable... pur... soit l'objet de vos pensées. »

White écrit dans *Messages à la Jeunesse* : « Satan fait des efforts particuliers pour les attacher aux amusements mondains et les amener à se justifier sous le prétexte que ces amusements sont inoffensifs, innocents et même nécessaires à la santé. Il leur fait croire que le sentier de la sainteté est difficile, tandis que celui des plaisirs mondains est parsemé de fleurs » (White, 1968, p. 365).

5. REMPLACER, NE PAS SEULEMENT RETIRER

Si vous retirez la technologie sans offrir d'alternatives saines, le ressentiment peut grandir. Au lieu de cela, remplacez le temps d'écran par des activités familiales alternatives, telles que des jeux

de société en famille, des activités récréatives en plein air, des activités de service communautaire et des cultes familiaux dynamiques et stimulants. Regarder au-delà du cercle familial et identifier des moyens par lesquels la famille peut être une bénédiction pour la communauté peut produire des bénéfices transformateurs pour chaque membre de la famille. Des familles ayant des enfants du même âge peuvent également se rassembler pour répandre l'amour de Dieu en travaillant ensemble sur des projets de service communautaire.

Les familles grandissent réellement ensemble lorsqu'elles travaillent ensemble, jouent ensemble, prient ensemble et servent ensemble.

Dans *Child Guidance*, White a écrit : « Que les parents consacrent du temps à leurs familles, parlant avec leurs enfants et leur enseignant comment vivre afin de plaire à Dieu » (White, 1954, p. 475). Les bienfaits de la mise en pratique de ces paroles sages se verront ici-bas et dans l'éternité.

6. FAVORISER LA RESPONSABILITÉ

L'installation de filtres et de logiciels de surveillance est toujours une bonne idée, mais concentrez-vous aussi sur la création d'une culture familiale d'ouverture. Encouragez les enfants et les jeunes à parler de ce qu'ils voient en ligne. Créez des espaces pour des conversations ouvertes et sincères, où la confession et l'orientation sans crainte favoriseront un environnement familial sûr, où chacun se sentira vu, entendu et compris, tout en étant suffisamment aimé pour être guidé et corrigé avec compassion lorsque cela est nécessaire. Les enfants et les jeunes qui font l'expérience du flux constant de la grâce, de la compassion, de la miséricorde et du pardon de Dieu à travers leurs parents ressentiront moins de pression pour cacher ou tromper leurs parents.

Galates 6:2 : « Portez les fardeaux les uns des autres, et vous accomplirez ainsi la loi de Christ. »

Dans le livre *Child Guidance*, White écrit également : « Rendez les leçons de la Parole de Christ claires pour vos enfants, et imprimez-leur la nécessité d'être véridiques et d'ouvrir leur esprit à leurs parents » (White, 1954, p. 173).

7. GARDER L'ÉVANGILE AU CENTRE

Par-dessus tout, rappelez à votre famille que la technologie est un outil, non un sauveur. Le monde offre des mises à jour sans fin, mais seul Christ nous renouvelle. Les médias sociaux peuvent donner des abonnés, mais seul Jésus nous appelle Ses amis. Lorsque les parents font de Jésus leur ami et le compagnon de leur vie, la joie et la passion de leurs enfants pour Jésus grandiront et s'épanouiront en une relation authentique avec Dieu et avec les autres.

Dans *In Heavenly Places*, Ellen White écrit : « Gardez Christ devant vos enfants en chantant des cantiques à Sa gloire, en Le cherchant dans la prière et en lisant Sa Parole, afin qu'Il leur apparaisse comme un Hôte toujours présent. Alors ils L'aimeront, et seront amenés à une union si étroite avec Lui qu'ils respireront Son Esprit. Ils ressentiront une nouvelle relation les uns envers les autres en Christ » (White, 1967, italiques ajoutées).

ILLUSTRATIONS

La table du dîner perdue : Un père a dit un jour : « Nous ne dînons plus ensemble. Chacun prend son assiette et se retire dans sa chambre avec son téléphone. Nous vivons dans la même maison, mais nous sommes des étrangers. » Comparez cela avec Psaume 128:3, qui décrit la table familiale comme un lieu de bénédiction : « Tes fils sont comme des plants d'olivier autour de ta table. »

Le prodigue moderne : Beaucoup de prodiges aujourd’hui ne s’égarent pas dans des villes lointaines — ils se perdent dans des mondes numériques. Mais le Père attend toujours à la fenêtre, désirant ardemment que Ses enfants rentrent à la maison — non seulement physiquement, mais émotionnellement et spirituellement.

Jésus et les interruptions : Dans Marc 5, Jésus était en route pour guérir la fille de Jaïrus lorsqu'il fut interrompu par une femme atteinte d'une perte de sang. Il n'a pas vu cela comme une intrusion, mais comme un ministère. Nous ne devons pas laisser la technologie nous voler les interruptions saintes que Dieu permet providentiellement dans nos vies.

APPEL AUX FAMILLES

Les familles doivent se réveiller. La technologie n'est pas mauvaise en soi, mais si elle n'est pas maîtrisée, elle formera nos enfants plus rapidement que nous ne le ferons.

Parents, reprenez l'autorité que Dieu vous a donnée. Maris et femmes, posez vos appareils et tenez-vous la main, regardez vos enfants dans les yeux lorsqu'ils parlent. Initiez entre vous des conversations ouvertes et sincères. Enfants, honorez vos parents en écoutant lorsqu'ils parlent, au lieu de fixer vos écrans.

Le monde crie à travers la technologie, mais Dieu murmure souvent. Si nous voulons entendre Sa voix, nous devons être calmes, poser le téléphone et nous accorder à Son amour révélé dans toute Sa Parole.

Les paroles d'Ellen White dans *Child Guidance* résonnent comme une trompette : « Les parents devraient garder les avenues de l'âme ; car tout ce qui est propre à corrompre la morale le fera sûrement » (White, 1954, p. 114).

Chaque membre de la famille doit garder les avenues de l'âme — les yeux, les oreilles, le cœur — contre l'invasion numérique évolutive qui, utilisée sans discernement, peut étouffer l'engagement spirituel et la dévotion envers Dieu et Son service animé par l'amour pour les autres.

CONCLUSION

Josué déclara : « Choisissez aujourd'hui qui vous voulez servir... Moi et ma maison, nous servirons l'Éternel » (Josué 24:15).

Aujourd'hui, les familles doivent faire le même choix. Qui sera adoré ? Christ ou l'écran. Des valeurs et des récompenses éternelles ou des pixels temporaires.

La technologie peut être un excellent serviteur, mais un terrible maître.

Si Christ est le Seigneur de nos pensées et de nos cœurs, alors la technologie prendra sa juste place — comme un outil pour glorifier Dieu, et non comme une idole qui consume nos pensées, nos cœurs, nos âmes et nos familles.

Que l'amour de Christ, manifesté dans nos relations familiales, brille plus fort que tous les écrans.

Le Seigneur a promis de nous fortifier par un cœur nouveau, spirituellement sensible, si nous recherchons Sa présence dans nos vies. Par le prophète Ézéchiel, le Seigneur a promis :

« Je répandrai sur vous une eau pure, et vous serez purifiés ; je vous purifierai de toutes vos souillures et de toutes vos idoles. 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. Je mettrai mon esprit en vous, et je ferai en sorte que vous suiviez mes ordonnances, et que vous observiez et pratiquiez mes lois » (Ézéchiel 36:25-27).

Telle est la promesse ; nous ne sommes pas seuls dans le combat contre les maux qui peuvent entrer dans nos foyers par les technologies disponibles sur nos écrans. Le Seigneur a promis de mettre Son Esprit en nous, de nous donner un cœur nouveau et de nous rendre capables de marcher dans Ses voies, afin que nous ayons la sagesse et l'inclination de rechercher et de désirer uniquement ce qui est « vrai, honorable, juste, pur, aimable, digne d'approbation. Que tout ce qui est vertueux et digne de louange soit l'objet de vos pensées » (Philippiens 4:8).

Daniel a fait face aux nombreuses tentations de Babylone lorsqu'il était jeune, mais la Parole de Dieu nous dit : « Daniel résolut de ne pas se souiller... » (Daniel 1:8).

Comme Daniel a résolu de ne pas se souiller, je vous invite à faire de même. Parents, jeunes et adultes de tout âge, je vous invite chacun à être résolus à protéger votre esprit et votre cœur tout en naviguant dans la technologie moderne.

Parents, que Dieu vous rende capables de modeler et de manifester l'amour guérisseur de Christ envers chaque membre de votre famille, avant tout — et aussi envers chaque âme précieuse que Dieu place dans votre sphère d'influence — afin que nous tous — *comme une famille unie en Christ* — attendions avec espérance le jour où Christ nous conduira dans notre demeure céleste, où rien de corruptible ni de destructeur ne touchera jamais plus nos pensées, nos âmes et nos familles.

PRIÈRE FINALE

« Seigneur, nous confessons que nous avons permis à la technologie d'occuper trop de place dans notre temps, nos pensées, nos cœurs et nos familles. Pardonne-nous pour les moments où nous avons choisi les écrans plutôt que les Écritures, les appareils plutôt que le discipulat, et des divertissements sans valeur plutôt qu'un engagement significatif les uns avec les autres. Aide-nous à reprendre notre temps, nos priorités, nos conversations, notre attention et notre amour authentique pour Toi. Apprends-nous à utiliser la technologie avec sagesse pour Ta gloire, pour partager Ton amour transformateur et pour l'édification de nos familles et de nos communautés. Que Ta Parole et

Ta présence soient centrales dans nos cœurs et nos foyers. Que nos familles soient des lieux de joie et de paix où l'amour est pratiqué, et où Ta présence est plus satisfaisante que n'importe quel écran. Au nom de Jésus, nous prions, Amen. »

REFERENCES

- White, E. G. (1889). *Testimonies for the church* (Vol. 5). Review and Herald Publishing Association.
- White, E. G. (1911). *The great controversy*. Pacific Press Publishing Association.
- White, E. G. (1913). *Counsels to parents, teachers, and students*. Pacific Press Publishing Association.
- White, E. G. (1930). *Messages to young people*. Review and Herald Publishing Association.
- **White, E. G. (1952). *The Adventist Domicile*. Review and Herald Publishing Association.
- White, E. G. (1954). *Child guidance*. Review and Herald Publishing Association.
- White, E. G. (1967). *In heavenly places*. Review and Herald Publishing Association.
- White, E. G. (1968) *Messages à la Jeunesse*. Pacific Press Publishing Association.
- White, E. G. (1977) *Les Paraboles de Jésus*. Editions S.D.T. 77190 Dammarie Les Lys, France.
- White, E. G. (1977) *Le Ministère de la Guérison*. Pacific Press Publishing Association.
- White, E. G. (1992) *La Tragédie des Siècles*. Éditions Vie et Santé.
- White, E. G. (2000) *Le Foyer Chrétien*. Vie et Santé.

* Recent research conducted by Common Sense Media (April and May 2025), in which they surveyed teens aged 13-17 years, found that a significant percentage said that their conversations with AI companions were “as satisfying or more satisfying” than talking with real friends.

HISTOIRES POUR ENFANTS

Histoires pour enfants peuvent être utilisées pour des sabbats familiaux.

Utilisez des accessoires et des matériaux qui sont disponibles pour vous et aident à illustrer l'histoire racontée.

- **COMMENT UTILISEZ-VOUS VOTRE TEMPS ?****47**

Cette histoire nous rappelle commencer chaque jour avec Jésus et choisir ce qui compte plus.

- **« EH BIEN, NON ! » JO-NAH.....****50**

Cette histoire montre que vraie paix vient lorsque nous passons temps seuls avec Dieu.

- **LE MIROIR JUSTE POUR TOI !.....****54**

Cette histoire nous apprend que les commandements de Dieu aident vivre joyeusement.

- **MANDY, LA BONNE INFLUENCEUSE****56**

Cette histoire nous inspire à briller en partageant bonté et l'amour de Dieu.

COMMENT UTILISEZ-VOUS VOTRE TEMPS ?

PAR DAWN JACOBSON-VENN

TEXTE :

PHILIPPIENS 4:8, LSG

ACCESSOIRES :

Tablette ou iPad

C'était dimanche matin, et le soleil se glissait à travers les rideaux d'Ella. Elle s'étira, bâilla et attrapa sa tablette. « Juste une émission avant le petit-déjeuner », se dit-elle. Mais une émission devint deux. Puis trois. Au moment où Ella posa sa tablette, ses céréales étaient molles, et il était presque temps de partir pour la réunion des Aventuriers d'Ella.

« Ella ! » appela sa maman. « As-tu déjà lu ta leçon biblique de l'École du sabbat ? » « Pas encore ! » répondit Ella en attrapant ses chaussures. « Je n'ai plus eu le temps ! » Sa maman sourit avec douceur. « Parfois nous manquons de temps pour les choses les plus importantes quand nous ne l'utilisons pas avec sagesse. » Ella baissa les yeux. « Je crois que j'ai passé beaucoup de temps à regarder mon émission préférée. »

Sa maman hocha la tête. « Nous pouvons demander à Jésus de nous aider à choisir ce qui est le meilleur. C'est exactement ce dont parle Philippiens 4:8 — penser à ce qui est bon, vrai et aimable. » Ella pensa en elle-même : « Peut-être que Jésus peut m'aider demain. »

Après les Aventuriers, maman emmena Ella et sa meilleure amie, Grace, au parc pour jouer et pique-niquer. Grace fut la première à sortir de la voiture et cria à Ella : « Viens jouer ! J'ai apporté ma nouvelle corde à sauter ! » Ella sourit et courut la rejoindre. Elles jouèrent et

Dawn Jacobson-Venn, MA est assistante éditoriale principale pour le département des Ministères de la Famille à la Conférence générale de l'Église adventiste du septième jour, siège mondial à Silver Spring, Maryland, États-Unis.

sautèrent à la corde jusqu'à être essoufflées. Puis elles s'assirent sous un arbre, mangeant des sandwichs et des raisins, parlant et riant ensemble.

Grace sortit sa tablette. « Tu veux voir une vidéo drôle ? » Les filles regardèrent quelques secondes, mais la vidéo montrait des gens se moquant des autres. Ella sentit quelque chose d'inconfortable dans son cœur. « Grace », dit-elle doucement, « je ne pense pas que ce soit gentil. » Grace fronça les sourcils. « C'est juste une blague ! » Ella se rappela ce que sa maman avait dit ce matin-là. Tout ce qui est aimable... tout ce qui est pur. Elle prit une profonde inspiration. « Je préférerais faire autre chose. Tu veux dessiner des fleurs avec moi ? » Grace hésita, puis sourit. « D'accord ! »

Bientôt, elles dessinaient avec des bâtons dans la terre, faisant des coeurs, des fleurs et des visages souriants. « C'est bien mieux », dit Grace. Ella acquiesça. « Oui, ça rend mon cœur heureux au lieu de triste. »

Ce soir-là, Ella se prépara pour aller au lit. Elle prit sa Bible pour enfants et sa leçon de l'École du sabbat sur sa table de nuit. « Jésus », pria-t-elle, « aide-moi à utiliser mon temps pour de bonnes choses — des choses qui me rendent plus semblable à Toi. » En ouvrant sa Bible, Philippiens 4:8 attira son regard. Elle pensa : c'est le verset dont maman parlait ce matin. Elle murmura le verset à voix basse : « Au reste, frères, que tout ce qui est vrai, tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, s'il y a quelque vertu et s'il y a quelque louange, que cela soit l'objet de vos pensées. » Ella sourit. « C'est ce que je veux remplir dans mon cœur. » Elle pensa à sa journée — jouer avec Grace, dessiner, et choisir de ne pas regarder quelque chose qui n'était pas bon. Sa journée n'avait pas été parfaite, mais elle avait essayé. Et Jésus l'avait aidée.

Le lendemain matin, Ella se réveilla tôt de nouveau. Cette fois, avant même d'attraper sa tablette, elle s'arrêta. « Que devrais-je faire en premier ? » se demanda-t-elle. Elle réfléchit un instant et sut ce qu'elle devait faire : mettre Jésus en premier. Elle prit sa Bible et sa leçon de l'École du sabbat et lut l'histoire de Jésus nourrissant les cinq mille. Elle imagina le garçon qui avait partagé son repas et combien Jésus avait dû être heureux de ce bon choix.

Après avoir fini de lire, elle pria : « Merci, Jésus, de m'avoir aidée à commencer ma journée avec Toi. » Puis elle dessina une image de l'histoire — le petit garçon, les poissons et le pain. Elle avait hâte de la montrer à sa maman. À ce moment-là, sa maman entra, et Ella dit : « Regarde ! J'ai passé mon temps avec Jésus en premier ! » Sa maman lui fit un grand câlin. « Cela rend mon cœur très heureux, Ella, et cela rend Jésus heureux aussi. Quand nous choisissons de bonnes choses — des choses qui nous rapprochent de Jésus — nous pouvons partager notre joie avec les autres. »

Cet après-midi-là, Ella et Grace jouèrent encore. Grace dit : « Ma maman et moi avons parlé de ce que tu as dit hier. Nous avons décidé d'être plus attentives aux émissions que nous choisissons de regarder, et de choisir celles où les gens sont gentils et serviables les uns envers les autres. » Ella sourit. « C'est super ! » Grace sourit largement. « Maintenant nous pouvons toutes les deux remplir nos coeurs de bonnes choses ! » Elles passèrent le reste de la journée

à jouer dehors, faisant semblant d'être des aides comme Jésus — partageant des collations, nourrissant des animaux imaginaires et se faisant rire avec gentillesse.

Quand le soleil commença à se coucher, Ella pria : « Jésus, merci de m'avoir aidée à faire de bons choix dans la façon dont j'ai utilisé mon temps aujourd'hui. » Elle leva les yeux vers le magnifique ciel du coucher du soleil, avec ses couleurs roses et dorées, et sentit la paix remplir son cœur. « Tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable », murmura-t-elle, « c'est à cela que je veux penser. » Ella sourit, sachant que chaque jour elle avait un choix — et avec l'aide de Jésus, elle pouvait choisir ce qui est pur, aimable et bon.

« Au reste, frères, que tout ce qui est vrai, tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, s'il y a quelque vertu et s'il y a quelque louange, que cela soit l'objet de vos pensées » Philippiens 4:8, LSG.

QUESTIONS DE RÉFLEXION POUR LES ENFANTS, SI ELLES SONT PARTAGÉES DANS UNE ÉTUDE DE LEÇON POUR L'ÉCOLE DU SABBAT OU UNE RÉUNION DES AVENTURIERS.

- Quelles sont certaines façons d'utiliser ton temps qui te rapprochent de Jésus ?
- Quelles sortes de choses rendent ton cœur paisible et heureux à l'intérieur ?
- Comment peux-tu demander à Jésus de t'aider à faire de bons choix chaque jour ?

« EH BIEN, NON ! » JO-NAH

PAR MINDY SALYERS

TEXTE :

JONAS 1:1-17

Joe était un garçon extrêmement occupé. En plus d'être élève à la G.G.A. (God's Grace Academy), il était un leader sur le campus. À ce titre, on lui demandait souvent de prêcher lors des programmes de Vêpres et il dirigeait régulièrement l'École du sabbat. En fait, la plupart des élèves admiraient Joe, le considérant comme une personne très spirituelle.

C'était ce que l'on voyait à l'extérieur.

À l'intérieur, Joe aimait être admiré par les autres et aimait être perçu comme quelqu'un de proche de Dieu. Cela lui faisait du bien intérieurement d'être occupé à faire l'œuvre du Seigneur. Et travailler pour Dieu était exigeant. Cela signifiait consulter les enseignants de religion et servir comme pasteur de classe. On le voyait souvent prier avec d'autres, parler lors des séries d'évangélisation dirigées par les élèves et amener des personnes à Christ.

Avec toute cette activité, il était facile pour Joe de perdre de vue ce qui était important. Il se laissait régulièrement tellement absorber par sa liste de tâches qu'il oubliait de s'arrêter et d'écouter. Souvent, il ressentait une petite impulsion dans son cœur qui disait : « Passe du temps avec Moi. Viens près de Moi. » Mais la réponse de Joe était toujours la même :

« Booooon, naaaaaaan ! »

« Est-ce que s'arrêter et prendre du temps seul avec Dieu ne m'enlèverait pas du temps pour faire l'œuvre de Dieu ? », se demandait Joe intérieurement.

Alors, Joe continua son emploi du temps chargé.

En plus de ses responsabilités de leadership spirituel, la vie occupait Joe d'autres façons.

Pendant les vacances d'automne, Joe saisit l'occasion de quitter la grande ville et partit en croisière en Méditerranée. Tandis qu'il traînait son énorme sac de sport pour monter à bord du navire en direction de l'ouest, il entendit de nouveau cette impulsion de Dieu l'invitant à s'arrêter et à écouter. Mais, fidèle à lui-même, Joe répondit :

« Boooooon, naaaaaaan ! »

« Le but de cette croisière est justement de s'évader et de se détendre ! », pensa Joe, évitant encore la « présence de Dieu » (Jonas 1:2).

Une fois à bord, Joe monta sur le pont Lido pour découvrir les lieux. Avec le mauvais temps qui approchait, il observa les membres d'équipage s'activer pour se préparer à la tempête imminente. Les vents et les nuages de pluie rendaient les marins frénétiquement occupés (Jonas 1:4).

C'était ce que l'on voyait à l'extérieur.

À l'intérieur, Joe était descendu dans sa cabine pour faire une sieste. Là, dans le calme, il entendit de nouveau l'appel du cœur. « Passe du temps avec Moi », disait la Voix. « Viens près de Moi. »

« Boooooon, naaaaaaan ! » pensa Joe.

« J'ai bien mérité du repos et de la détente ! J'ai besoin d'une vraie pause ! » Alors Joe s'endormit profondément (Jonas 1:5).

Pendant que Joe dormait, il fut brusquement réveillé par une annonce grésillant dans l'interphone. Le directeur de la croisière parla dans sa cabine, disant : « Lève-toi ! Tous les passagers doivent rester éveillés et vigilants, en raison de la gravité de la tempête » (Jonas 1:6). Réalisant qu'il pouvait y avoir un réel danger, Joe sentit encore une fois la douce impulsion. « Passe du temps avec Moi. Viens près de Moi. »

« Boooooon, naaaaaaan ! » répondit Joe.

« Ce n'est vraiment pas le moment d'être seul avec Dieu. Un typhon arrive ! »

Joe, maintenant bien réveillé, se précipita sur le pont Promenade. Il fut déconcerté par les réactions des passagers face à la tempête imminente. Certains étaient regroupés dans des coins, priant silencieusement pour leur sécurité, effrayés d'être en mer par un temps aussi violent. D'autres rejoignirent le responsable des activités pour une partie de cartes (Jonas 1:7). Les personnes les plus proches de Joe réalisèrent qu'il croyait en Jésus et se rassemblèrent autour de lui, espérant des réponses (Jonas 1:9). « Que pouvons-nous faire pour calmer cette tempête folle ? » demandèrent-elles, espérant qu'il ait une explication (Jonas 1:11).

C'était ce que l'on voyait à l'extérieur.

À l'intérieur, Joe se sentit coupable en entendant encore une fois la douce invitation. « Passe du temps avec Moi. Viens près de Moi. »

« Boooooon, naaaaaaan ! » faillit dire Joe à voix haute. « Ce n'est vraiment pas le moment d'avoir un moment personnel avec Jésus ! Ça va devenir chaotique ! »

Et chaotique, ça le devint ! Tandis que les vagues faisaient rage, le capitaine tenta de faire demi-tour avec le navire de croisière The Silver Queen pour retourner au port, mais sans succès (Jonas 1:13). Le comportement des passagers devenait incontrôlable, surtout sur le Sky Deck. Certains portaient des vêtements de pluie, tandis que d'autres attendaient près des canots de sauvetage en s'exerçant à une procédure d'évacuation. Joe vit même un homme portant un tuba et une bouée !

À mesure que la tempête empirait, les gens autour de Joe empirèrent aussi. Sans réponses, ils commencèrent à l'accuser, en colère qu'il se dise croyant en Dieu sans être en communion avec Lui (Jonas 1:10). Tandis que la mer se déchaînait, leur colère se déchaînait aussi.

« Faites descendre ce type du bateau ! » criaient-ils. « Celui qui n'aide pas à résoudre le problème devient le problème » (Jonas 1:11) !

À partir de là, les événements s'enchaînèrent rapidement. Désireux d'accélérer le débarquement de Joe, les agents de sécurité de la croisière l'escortèrent vers la sortie. Réalisant qu'il était probablement le problème, Joe céda (Jonas 1:12). Ce n'était vraiment pas les vacances qu'il avait espérées.

Vous avez probablement deviné maintenant que cette histoire vous est familière. Joe, ou Jo-NAH, comme nous le connaissons, avait été appelé à être un leader spirituel pour la ville biblique de Ninive. Appelé à prêcher un message de repentance et de grâce de la part de Dieu, Jonas restait occupé par l'emploi du temps exigeant que la vie lui imposait. Pourtant, encore et encore, il évitait d'écouter les invitations de Dieu à passer du temps seul avec Jésus. Au lieu de cela, Jonas fuyait Dieu, évitant la voix douce qui disait : « Passe du temps avec Moi. Viens près de Moi. »

Nous voici maintenant dans notre histoire biblique, et Jonas a été jeté du navire de croisière dans l'océan ! Pauvre Joe ! Il ne portait même pas son maillot de bain, et le voilà en train de nager pour sa vie ! Joe se sentait couler, avalant de l'eau et suffoquant. « C'est fini », pensa Joe. « Je suis perdu ! »

Et c'était vraiment fini. La tempête le frappait avec une telle violence qu'il perdit rapidement toute capacité à nager. Toujours plus bas, il sombra, acceptant son sort. L'eau froide était glaciale et le courant puissant. Le vent fouettait tandis qu'il se débattait pour atteindre la surface.

C'était ce que l'on voyait à l'extérieur.

Soudain, Joe se retrouva à l'intérieur, car « l'Éternel fit venir un grand poisson pour engloutir Jonas » (Jonas 1:17). Il n'y avait plus de résistance ni de lutte. Joe le savait maintenant. À maintes reprises, Jonas avait ignoré la douce invitation de Dieu à « passer du temps avec Moi. Viens près de Moi ». Le voilà maintenant assis dans l'obscurité, l'humidité et le ventre répugnant d'un dag (mot hébreu pour poisson). Une fois de plus, l'invitation lui parvint : « Passe du temps avec Moi. Viens près de Moi. »

Mais cette fois, la réponse de Joe fut différente. Au lieu de son habituel « Boooooon, naaaaaaaaan », Joe répondit avec conviction : « Baleine, ouiiiiii ! » Il fallut le ventre d'un poisson et trois jours de temps seul avec Dieu pour que Joe mette son cœur en ordre.

Et toi ? Tu es aussi un leader très occupé à ta manière — à l'école, dans tes équipes sportives, avec tes frères et sœurs et dans d'autres activités extrascolaires. À cela s'ajoutent les demandes constantes des amis qui veulent envoyer des messages, jouer et faire des appels vidéo. Il est facile d'être tellement absorbé par ce que tu fais que tu perds de vue ce qui est important : passer du temps avec Dieu.

Alors, lorsque tu entends cette voix douce de Dieu t'invitant à passer du temps seul avec Lui, fais-le ! Crée un endroit spécial où tu peux t'arrêter et écouter. Cela peut être un banc de porche, ta chambre ou une tente-baleine. Quel que soit ton endroit spécial, assure-toi simplement qu'il te permette d'avoir un temps calme avec Jésus. Ainsi, lorsque tu ressentiras l'invitation, tu pourras répondre avec assurance : « Baleine, ouiiiiii ! »

LE MIROIR JUSTE POUR TOI !

PAR MILDRED WEISS

LES TEXTES :

EXODE 20:3-17 ; GENÈSE 4:2-8

ACCESSOIRE :

Miroir

À quoi utilisons-nous les miroirs ? (Sortez un miroir pour que les enfants puissent le voir et attendez les réponses.) Oui, c'est exact ! Nous les utilisons pour nous regarder, arranger nos cheveux, nettoyer notre visage, nous raser, et plus encore.

Eh bien, Dieu nous a donné un miroir extraordinaire pour nous regarder et nous « corriger ». Les dix commandements sont comme un miroir qui nous montre ce qu'est Dieu ! Nous pouvons les appeler des « règles du bonheur » ! Quand nous suivons ces règles, nous brillons et reflétons l'amour de Dieu à tous ceux qui nous entourent. Mais lorsque nous faisons de mauvais choix (ce qu'on appelle le péché), c'est comme si des taches apparaissaient sur un miroir — nous ne brillons pas aussi fort. (Si possible, salissez le miroir avec de la crème ou de l'huile afin que l'image paraisse moins brillante et que nous ne puissions pas bien nous voir.)

Dieu nous a donné ces commandements parce qu'il nous aime et veut que nous soyons vraiment heureux ! Ils ne sont pas faits pour rendre la vie ennuyeuse — ils sont faits pour nous aider à vivre la MEILLEURE vie possible !

Mildred Weiss, PGDipEd, B.S. en nutrition, est gestionnaire de projets indépendante à Lacombe, Alberta, Canada.

Je veux vous parler d'une règle du bonheur en particulier qui est aujourd'hui très difficile à suivre. (Si vous avez un visuel des dix commandements, montrez-le et mettez en évidence le dernier commandement.) L'un des commandements de Dieu nous dit : « Tu ne convoiteras point. » Cela signifie ne pas souhaiter avoir ce que quelqu'un d'autre possède. Cette règle nous aide à arrêter de nous comparer aux autres. Au lieu de regarder ce que nos voisins ont, Dieu veut que nous Le regardions, LUI, et que nous fassions confiance à Ses promesses. Quand nous nous comparons aux autres, nous oublions combien Dieu nous aime et toutes les bonnes choses qu'Il a prévues pour nous !

Les réseaux sociaux ne nous aident pas à regarder ce que Dieu a préparé pour nous et ce qu'Il veut que nous soyons. Au contraire, ils nous montrent tout ce que nos amis et notre famille, et même des inconnus, ont et font ! Il nous est difficile de ne pas nous comparer à eux et à ce que nous voyons. Les réseaux sociaux peuvent nous amener à nous comparer aux autres, TOUT LE TEMPS. Mais le plan de Dieu est différent ! Quand nous restons enracinés dans la Parole de Dieu (comme un arbre solide aux racines profondes), nous pouvons être une bonne influence et aider les autres à regarder Jésus au lieu de nous comparer à nos voisins.

Il existe une histoire biblique qui montre exactement ce que la comparaison produit en nous. Pouvez-vous deviner laquelle ? (Attendez les réponses.) OUI ! L'histoire de Caïn et Abel ! Pouvez-vous imaginer à quoi ressembleraient Caïn et Abel s'ils avaient les réseaux sociaux ? Abel pourrait publier : « Je viens d'offrir mon MEILLEUR agneau à Dieu ! Tellement reconnaissant ! #Béni #Adoration » (Si possible, créez un visuel imitant une publication sur les réseaux sociaux.)

Caïn voit la publication d'Abel recevoir beaucoup de mentions « j'aime » et pense : « Pourquoi Dieu aime-t-Il l'offrande d'Abel plus que la mienne ? J'ai apporté des légumes ! J'ai travaillé dur pour les cultiver. Cela devrait suffire ! » Au lieu d'être heureux pour son frère et de suivre les instructions de Dieu, Caïn se mit en colère. Il continua à se comparer à Abel — regardant son frère au lieu de regarder Dieu. Ses sentiments de colère grandirent encore et encore jusqu'à ce qu'il fasse quelque chose de terrible — il fit du mal à son frère Abel.

Cela nous montre ce qui arrive lorsque nous nous comparons ! Se comparer aux autres peut nous rendre jaloux, en colère et tristes. Cela détourne nos yeux de l'amour de Dieu et de Ses bons projets pour nous. C'est pour cela que Dieu nous a donné des règles du bonheur ! Suivons-les, attachons-nous à elles, et nous serons heureux et brillerons pour Jésus. (Pendant que vous nettoyez le miroir, dites aux enfants —) Nous n'avons pas besoin de nous inquiéter de ce que les autres ont, car Dieu a des bénédictions spéciales juste pour nous ! Si nous demandons à Jésus de nous aider, si nous Lui demandons de pardonner nos erreurs et nos mauvais choix, le miroir sera propre et nous pourrons refléter l'amour de Jésus aux autres.

MANDY, LA BONNE INFLUENCEUSE

PAR ORATHAI CHURESON

LES TEXTES :

PHILIPPIENS 4:8, ET MATTHIEU 6:33

Dans une ville chaleureuse vivait Mandy, une adolescente joyeuse. Mandy aimait beaucoup de choses : lire des livres, jouer dehors et discuter avec ses amis sur sa tablette. Mais plus que tout, elle rêvait de devenir une influenceuse célèbre sur les réseaux sociaux. Elle aimait partager ses dessins, ses chansons, ses blagues et ses histoires en ligne, et ce qu'elle préférait, c'était recevoir beaucoup de coeurs, de mentions « j'aime » et de commentaires positifs de la part de ses abonnés.

Un sabbat matin à l'église, son enseignante de l'École du sabbat, Madame Mercy, anima une discussion sur le fait d'être une lumière dans le monde. Elle ouvrit sa Bible et lut à la classe : « Vous êtes la lumière du monde. Une ville située sur une montagne ne peut être cachée » (Matthieu 5:14).

Elle leva les yeux et sourit chaleureusement à la classe. « Cela signifie que Dieu veut que nous brillions pour Lui. Nous sommes appelés à être de bons influenceurs — par la bonté, le respect, la compassion et la bienveillance. Quand les gens voient comment nous vivons, que ce soit en personne ou en ligne, ils devraient se sentir encouragés. Même sur les plateformes numériques, dans les jeux ou sur les réseaux sociaux, nous pouvons faire briller la lumière de Dieu par ce que nous publions et par la manière dont nous traitons les autres. »

Mandy écoutait attentivement. Son cœur se sentit un peu lourd. Ces derniers temps, elle se demandait : suis-je vraiment une bonne influenceuse en ligne ? Elle avait toujours pensé que oui. Elle partageait des moments joyeux, de l'art amusant et des histoires gentilles. Mais quelque chose en elle commença à remettre en question ses motivations.

Elle se rappela combien il était agréable de recevoir beaucoup de mentions « j'aime » et d'éloges. Mais elle se souvenait aussi à quel point elle était bouleversée lorsque quelqu'un la critiquait. Si

quelqu'un commentait : « Ton dessin est ridicule », ou « Personne n'aime ton chant », elle se sentait anéantie. Sans réfléchir, elle répondait souvent durement : « Ça ne te regarde pas ! » ou « Tu ne mérites pas de voir mon art ! »

À ce moment-là, Mandy pensait se défendre. Mais après avoir répondu de cette manière, elle se sentait encore plus mal. La joie de partager sa créativité commença à disparaître. Le plaisir devint vide. Même ses publications préférées ne la faisaient plus sourire. Elle commença à ne plus aimer ce qu'elle aimait auparavant. Au fond d'elle-même, elle savait que ce n'était pas ainsi qu'une bonne influenceuse devait agir.

Ce soir-là, Mandy s'assit sur son lit et ouvrit la Bible que son père lui avait donnée. Elle tomba sur ce verset : « Que votre parole soit toujours accompagnée de grâce, assaisonnée de sel, afin que vous sachiez comment il faut répondre à chacun » (Colossiens 4:6).

Elle ne comprit pas tout de suite ce que cela signifiait, alors elle demanda à son père. Il expliqua : « Être rempli de grâce signifie parler avec bonté, surtout lorsque les autres ne le font pas. "Assaisonnée de sel" signifie être sage dans ses paroles, pas amer ni dur. Tes paroles peuvent guérir ou blesser — en ligne et hors ligne. »

Il ajouta : « Dieu veut que tu utilises ta voix pour édifier les autres. Tu n'as pas besoin d'être une influenceuse célèbre, mais une influenceuse bonne et fidèle. Mets Dieu en premier dans tout ce que tu fais, et Il te bénira. »

Puis il lui montra cette belle promesse de Jésus : « Cherchez premièrement le royaume et la justice de Dieu ; et toutes ces choses vous seront données par-dessus » (Matthieu 6:33).

Le cœur de Mandy se sentit plus léger. Elle n'avait pas besoin de courir après la popularité. Elle devait simplement se concentrer sur la bonté et représenter Dieu correctement — même en ligne.

Le lendemain, Mandy décida de publier une nouvelle vidéo, mais cette fois avec un état d'esprit différent. Elle chanta une chanson sur la bonté et l'amour, et à la fin de la vidéo, elle dit : « Choisissons d'être gentils les uns envers les autres, comme Jésus nous l'enseigne. »

Quand les commentaires arrivèrent, certains étaient encore méchants : « Je n'aime pas ta chanson. » « Tu ne sais pas chanter. » Mais cette fois, Mandy répondit avec douceur : « Merci pour ton avis. J'espère que tu trouveras une chanson qui t'apporte de la joie ! »

À sa surprise, quelques enfants commencèrent à écrire des réponses gentilles : « Ta chanson m'a fait sourire ! » « Merci de répandre l'amour ! » Mandy sourit. Elle réalisa que ses paroles pouvaient illuminer la journée de quelqu'un et aider les autres à choisir la bonté eux aussi.

Plus tard dans la semaine, à la récréation, Mandy remarqua son ami Liam assis seul. Il avait l'air triste. Lorsqu'elle lui demanda ce qui n'allait pas, il dit que certains enfants se moquaient de lui en ligne parce qu'il portait des lunettes.

Le cœur de Mandy se serra. Elle savait exactement ce qu'il ressentait. Au lieu de se mettre en colère, elle se souvint d'un verset biblique que son père avait partagé autrefois :

« Qu'il ne sorte de votre bouche aucune parole mauvaise, mais, s'il y a lieu, quelque bonne parole, qui serve à l'édification et communique une grâce à ceux qui l'entendent » (Éphésiens 4:29).

Ce soir-là, Mandy créa une publication spéciale pour Liam. Elle écrivit : « Chacun est spécial et

créé par Dieu tel qu'il est. Les lunettes aident Liam à voir le monde clairement — et c'est génial ! » Elle l'identifia dans la publication.

Très vite, les commentaires affluèrent : « Liam, tu es génial ! » « Les lunettes, c'est cool ! » Liam fut surpris et sourit plus largement que jamais. Mandy vit la puissance d'utiliser sa plateforme pour le bien.

Plus tard ce mois-là, leur école organisa une « Semaine du Bon Influenceur Numérique », et Mandy fut invitée à prendre la parole. Elle partagea son histoire et les leçons qu'elle avait apprises sur le fait d'être une lumière en ligne.

Elle lut à voix haute : « Une réponse douce calme la fureur, mais une parole dure excite la colère » (Proverbes 15:1).

Elle dit : « Certains influenceurs sont célèbres, mais tous ne sont pas bons. Beaucoup utilisent l'humour pour blesser les autres ou publient des choses qui provoquent la haine. Mais un bon influenceur élève les autres, partage l'amour de Dieu et aide chacun à se sentir en sécurité et valorisé. »

Mandy leur rappela l'un de ses versets préférés : « Au reste, frères, que tout ce qui est vrai, tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable... que cela soit l'objet de vos pensées » (Philippiens 4:8).

« Soyons des influenceurs qui publient ce qui est bon, noble et bienveillant. C'est ainsi que nous faisons briller la lumière de Dieu dans un monde sombre », dit-elle.

Après l'assemblée, de nombreux élèves la remercièrent. Même ceux qui avaient été méchants auparavant promirent de faire davantage d'efforts. Mandy devint connue comme une bonne influenceuse — non parce qu'elle était populaire, mais parce que ses actions reflétaient l'amour de Dieu.

Ce soir-là, Mandy écrivit dans son journal : « Être une bonne influenceuse est mieux qu'être une influenceuse célèbre. Quand je mets Dieu en premier et que je traite les autres avec bonté — même en ligne — je fais briller Sa lumière. Et c'est ce qui compte le plus. »

LES RÈGLES DE MANDY POUR ÊTRE UNE BONNE INFLUENCEUSE NUMÉRIQUE

- **Sois toujours bienveillante** : « Soyez bons les uns envers les autres, compatissants, vous pardonnant réciproquement, comme Dieu vous a pardonné en Christ » (Éphésiens 4:32).
- **Dis la vérité avec amour** : « Mais, professant la vérité dans la charité, nous croissons à tous égards en celui qui est le chef, Christ » (Éphésiens 4:15).
- **Ignore les paroles méchantes, ne les rends pas** : « Ne rendez à personne le mal pour le mal. Recherchez ce qui est bien devant tous les hommes » (Romains 12:17).
- **Aide ceux qui sont blessés ou mis à l'écart** : « Portez les fardeaux les uns des autres, et vous accomplirez ainsi la loi de Christ » (Galates 6:2).
- **Réfléchis avant de partager** : « ...que tout ce qui est vrai... que cela soit l'objet de vos pensées » (Philippiens 4:8).

SÉMINAIRES

Les séminaires sont conçus principalement pour être utilisés pendant la Semaine du foyer et du mariage chrétiens. Veuillez examiner le texte complet à l'avance afin de vous familiariser avec le contenu et les termes clés. Pour télécharger un fichier de présentation PowerPoint®, visitez : family.adventist.org/2026RB

- **RACHETER L'ESPACE NUMÉRIQUE :**
FOI, FAMILLE ET UNE VIE SAGE FACE À LA TECHNOLOGIE60
Guider les familles à équilibrer la vie numérique avec la foi par des limites claires, des habitudes saines et des choix réfléchis.
- **RECONNECTING RELATIONSHIPS:**
OVERCOMING THE DISTRACTIONS THAT DISCONNECT US69
Acquérir des outils relationnels pour alléger les pressions numériques, communicationnelles et liées aux soins — et restaurer une connexion significative au foyer.
- **UN HÉRITAGE PARENTAL CENTRÉ SUR LA MISSION :**
COMMENT MANIFESTER L'AMOUR RELATIONNELLEMENT ATTENTIF DE DIEU FAÇONNE LA FOI ET LA RÉSILIENCE DE NOS ENFANTS92
Aider les parents à modéliser l'amour accordé de Dieu afin de bâtir des enfants émotionnellement sécurisés, spirituellement enracinés et résilients.

RACHETER L'ESPACE NUMÉRIQUE : FOI, FAMILLE ET UNE VIE SAGE FACE À LA TECHNOLOGIE

PAR WILLIE ET ELAINE OLIVER

LES TEXTES :
1 CORINTHIENS 10:23 ET JOSUÉ 24:15

INTRODUCTION

La technologie a révolutionné la manière dont nous vivons, travaillons et nous connectons. Bien qu'elle offre une commodité incroyable et une portée mondiale, elle présente également de nouveaux défis pour la vie familiale : l'érosion de la présence, de la conversation et de la connexion. Les paroles de l'apôtre Paul résonnent profondément dans ce contexte : « Tout m'est permis, mais tout n'est pas utile » (1 Corinthiens 10:23, LSG). Ce n'est pas parce que nous pouvons utiliser la technologie que nous devrions toujours le faire, ou du moins pas de la manière dont nous le faisons actuellement.

Avec l'omniprésence des appareils, il est devenu normal pour les personnes de consulter leurs boîtes de réception, remplies de messages urgents et pas toujours importants, de propositions en cours de rédaction et de demandes de réunions, aux côtés de nombreux éléments moins pressants. Les appels téléphoniques, les messages texte, les courriels, les tweets et les publications sur les réseaux sociaux — de la part de collègues, de clients, de supérieurs, de membres de la famille, de voisins et d'annonceurs — arrivent sans relâche tout au long de la journée de travail, se poursuivent pendant le trajet de retour et s'étendent jusque dans les heures du soir. Pendant ce temps, les familles peuvent

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.

être assises dans la même pièce, chaque membre absorbé par son propre appareil, inconscient de la déconnexion croissante. La technologie, plutôt que de servir de pont, est devenue à bien des égards une barrière.

Ces scènes sont familières, mais il vaut la peine de se rappeler à quel point ces modes de communication sont devenus courants récemment. La communication constante sur plusieurs canaux avec de multiples publics est devenue un fait de la vie quotidienne pour de nombreux employés et membres de la famille. Comme les individus peuvent initier et recevoir des communications en permanence, et comme les organisations attendent une réactivité accrue, la connectivité des personnes s'intensifie.

Cet article explore la manière dont la technologie façonne la vie familiale, examine les fondements bibliques de la présence et de la connexion, et fournit des orientations pratiques aux familles qui cherchent à devenir sages dans l'usage de la technologie et remplies de foi à l'ère numérique.

LE DILEMME NUMÉRIQUE DANS LES FAMILLES MODERNES

Les recherches démontrent clairement que la technologie est devenue une force centrale dans la vie familiale. Selon des études, les familles déclarent passer 4 à 6 heures par jour devant des écrans, tant individuellement que collectivement. Si la technologie a facilité la communication, elle a simultanément entraîné une diminution des échanges en face à face, une augmentation des conversations numériques et des conflits centrés sur le temps d'écran.

Les principales conclusions des recherches récentes révèlent des tendances préoccupantes :

- Les familles utilisent fréquemment des appareils pendant les repas, les moments de dévotion et même les vacances
- Les enfants déclarent se sentir ignorés ou invisibles par des parents distraits
- Le modèle parental joue un rôle crucial dans la manière dont les enfants gèrent leurs propres habitudes d'écran
- Les études suggèrent que les parents sont souvent distraits par les appels et les messages téléphoniques pendant le dîner avec leurs enfants

Des exemples de la vie réelle reflètent ces conclusions. Les familles peuvent se réunir dans le même espace physique tout en restant à des mondes de distance, chaque personne absorbée dans son univers numérique. Ce qui était autrefois un temps de qualité en famille a été fragmenté par l'attrait constant des notifications, des messages et la compulsion de consulter nos appareils.

La situation est particulièrement aiguë parce que la technologie rend les frontières entre le travail et la vie familiale de plus en plus poreuses. Les recherches montrent que les frontières temporelles, spatiales et relationnelles — les « clôtures mentales » qui séparent nos différents rôles et identités — sont profondément transformées par les technologies de communication.

Les frontières temporelles offraient autrefois une séparation claire entre les heures de travail et le temps en famille. Cependant, les téléphones intelligents et la connectivité constante brouillent

ces lignes, permettant au travail d'empiéter sur les soirées, les fins de semaine et les vacances. La journée de travail traditionnelle de neuf à cinq a cédé la place à une mentalité de « toujours connecté » pour de nombreux professionnels.

Les frontières spatiales qui maintenaient autrefois le travail au bureau et la vie familiale à la maison se sont également érodées. Les outils de vidéoconférence comme Zoom et Skype permettent le travail à distance. Toutefois, ils signifient aussi que des paniers de linge et des jouets d'enfants peuvent soudainement apparaître lors d'appels professionnels, brouillant la distinction entre l'espace de travail et l'espace domestique.

Les frontières relationnelles entre les réseaux professionnels et personnels sont devenues de plus en plus complexes avec l'avènement des réseaux sociaux. Des plateformes comme Facebook et Instagram créent un « effondrement des contextes », où collègues, membres de la famille, amis d'enfance et contacts professionnels occupent tous le même espace numérique, rendant difficile le maintien de frontières appropriées entre les différents aspects de nos vies.

FONDEMENTS BIBLIQUES DE LA PRÉSENCE ET DE LA CONNEXION

Les Écritures offrent une sagesse profonde sur l'importance de la présence, de la connexion et de la vie relationnelle — des principes qui contrastent fortement avec l'existence distraite et fragmentée que la technologie peut favoriser.

- **Deutéronome 6:6-9** enseigne que la foi se transmet à travers les interactions quotidiennes : « Et ces commandements, que je te donne aujourd'hui, seront dans ton cœur. Tu les inculqueras à tes enfants, et tu en parleras quand tu seras dans ta maison et quand tu iras en voyage, quand tu te coucheras et quand tu te lèveras » (Deutéronome 6:6-7, LSG). Cette vision de la formation de la foi exige une présence et une attention soutenues — des ressources de plus en plus rares dans notre monde hyperconnecté.
- **Genèse 2:18** nous rappelle : « Il n'est pas bon que l'homme soit seul » (Genèse 2:18, LSG), soulignant le dessein de Dieu pour une vie relationnelle. Nous avons été créés pour la connexion, la communion et la communauté. Pourtant, la technologie, paradoxalement, peut nous laisser plus isolés encore, alors même qu'elle promet de nous relier à tous, partout.
- **Colossiens 3:12-14** nous appelle à « revêtir des entrailles de miséricorde, de bonté, d'humilité, de douceur, de patience » (Colossiens 3:12, LSG) — des vertus qui exigent que nous soyons pleinement présents les uns avec les autres. La compassion exige que nous remarquions la souffrance des autres. La patience nous oblige à ralentir et à écouter véritablement. Ces vertus bibliques sont difficiles à cultiver lorsque nous sommes constamment distraits par des notifications successives.

La technologie, lorsqu'elle n'est pas régulée, perturbe ces principes fondamentaux. La présence est remplacée par la préoccupation. La conversation est réduite à des émojis et à de brefs échanges

de messages. La compassion est compromise par la distraction. Les riches interactions en face à face par lesquelles la foi est transmise et les relations approfondies cèdent la place à des échanges numériques superficiels.

Les familles qui souhaitent transmettre un héritage de foi doivent consacrer un temps intentionnel à la vie commune. Nous devons considérer le foyer comme un terrain sacré — un sanctuaire pour le discipulat, la conversation significative et l'amour. Cela exige des décisions conscientes quant à notre usage de la technologie et des efforts délibérés pour créer de l'espace pour les types d'interactions que décrivent les Écritures.

ÉVALUER LA SANTÉ NUMÉRIQUE DE VOTRE FAMILLE

Avant qu'un changement significatif ne puisse se produire, une réflexion honnête est nécessaire. Une évaluation de la santé numérique peut aider les familles à comprendre leurs habitudes actuelles et à apporter des ajustements éclairés concernant l'utilisation de la technologie.

Considérez ces questions clés :

1. Combien d'heures par jour sont passées devant des écrans — individuellement et en famille ? Suivez l'utilisation réelle plutôt que de vous fier à des estimations, car la plupart des personnes sous-estiment considérablement leur temps d'écran.
2. Les appareils sont-ils utilisés pendant les repas, au coucher ou lors des dévotions familiales ? Ces moments sacrés devraient être protégés de l'intrusion numérique.
3. Les membres de la famille se sentent-ils écoutés, vus et valorisés ? Demandez-le directement à chacun, en créant un espace pour un retour honnête sans attitude défensive.
4. Les limites technologiques sont-elles clairement communiquées et respectées ? Les attentes implicites mènent souvent aux conflits ; les accords explicites fonctionnent mieux.
5. À quelle fréquence participez-vous à des activités sans technologie en famille ? Un temps régulier sans appareils renforce les liens et crée un espace pour la créativité et la conversation.

Les familles peuvent s'autoévaluer à l'aide de ce cadre :

- **0–10 points : Déconnectée** — La technologie a gravement perturbé la connexion et la présence familiales
- **11–15 points : Distraite numériquement** — Des améliorations importantes sont nécessaires dans la gestion de la technologie
- **16–20 points : Équilibrée numériquement** — Bonne base avec une marge d'amélioration
- **21–25 points : Sage et présente face à la technologie** — Gestion exemplaire de la technologie au service des relations

Cette autoévaluation honnête crée un espace pour le dialogue, la confession lorsque nécessaire et un engagement renouvelé envers des habitudes plus saines. L'objectif n'est pas de diaboliser la technologie, mais de veiller à ce qu'elle serve la vie familiale au lieu de la dominer.

PRINCIPES DIRECTEURS POUR LE DISCIPULAT NUMÉRIQUE

Face à ces défis, voici quatre principes directeurs enracinés dans la foi et soutenus par la recherche :

A. RECONQUÉRIR LA TABLE

Les repas sont des espaces sacrés de connexion familiale. Tout au long des Écritures, les repas partagés ont une signification profonde — du festin de la Pâque à la Cène jusqu'au banquet des noces de l'Agneau. Rangez les téléphones, éteignez la télévision et utilisez le temps des repas pour raconter des histoires, prier et avoir des conversations authentiques.

Comme le suggère Andy Crouch dans *The Tech-Wise Family*, la reconquête des habitudes analogiques renforce les liens relationnels. Les recherches confirment que les familles qui mangent régulièrement ensemble sans appareils signalent des relations plus solides, une meilleure communication et même de meilleurs résultats scolaires chez les enfants.

Prenez un engagement familial : les appareils restent dans une autre pièce pendant les repas. Utilisez ce temps pour poser des questions significatives : Quelle a été la meilleure partie de ta journée ? Qu'est-ce qui t'a mis au défi ? Comment as-tu vu Dieu à l'œuvre ?

B. CRÉER DES ZONES SACRÉES SANS TECHNOLOGIE

Établissez des limites claires concernant les endroits où la technologie est la bienvenue et ceux où elle ne l'est pas dans votre foyer. Les chambres, les salles de bain et la table du dîner devraient être des zones sans technologie. La présence d'appareils dans les chambres perturbe le sommeil, crée une tentation d'utilisation tardive et compromet le repos.

Envisagez de désigner un jour par semaine comme un « sabbat numérique » — une pause complète de l'utilisation inutile de la technologie. Cette pratique, enracinée dans le rythme biblique du repos du sabbat, crée un espace pour le culte, la connexion familiale, les activités de plein air, la lecture et les conversations en face à face.

Ces limites réorientent les coeurs vers Dieu et les uns vers les autres. Elles communiquent que les personnes comptent plus que les appareils, que la présence est plus précieuse que la productivité et que le repos fait partie du bon dessein de Dieu pour l'épanouissement humain.

C. DONNER L'EXEMPLE D'UN USAGE SAIN DE LA TECHNOLOGIE

Les enfants suivent davantage les exemples que les règles. Si les parents consultent constamment leurs appareils, les enfants feront probablement de même. Comme Jésus l'enseigne dans Matthieu 7:5, la transformation commence par l'examen de soi : nous devons d'abord ôter la poutre de notre œil avant de nous occuper de la paille dans l'œil d'autrui.

Les parents doivent évaluer honnêtement leurs propres habitudes technologiques :

- Consultez-vous votre téléphone pendant que votre enfant vous parle ?
- Êtes-vous distract pendant les activités familiales ?
- Donnez-vous la priorité aux courriels professionnels plutôt qu'aux membres de votre famille ?

- Quel message votre usage de la technologie transmet-il sur ce que vous valorisez ?

Donner l'exemple de limites saines peut signifier :

- Garder votre téléphone hors de vue pendant le temps familial
- Fixer des limites personnelles à l'utilisation des réseaux sociaux
- Ne pas apporter d'appareils dans la chambre
- Être pleinement présent lors des conversations sans distraction des notifications. Les enfants apprennent ce qu'ils voient. Lorsque les parents montrent que les personnes comptent plus que les pixels, les enfants intègrent ces valeurs.

D. DONNER LA PRIORITÉ À DES MOMENTS DE PRÉSENCE

Planifiez chaque jour 15 à 20 minutes de temps en face à face, sans distraction, avec chaque membre de la famille. Les recherches montrent que ces petits investissements constants produisent des bénéfices relationnels importants. Cela peut prendre la forme de :

- Des échanges matinaux ou au coucher avec chaque enfant individuellement
- Une promenade quotidienne dans le quartier avec votre conjoint
- Des dévotions familiales où chacun est pleinement présent
- La lecture à voix haute ensemble sans appareils à proximité

Ces « moments de présence » communiquent la valeur, établissent la confiance, renforcent les liens émotionnels et créent des occasions de croissance spirituelle. Ils peuvent sembler modestes, mais leur impact cumulatif est profond.

Une présence de qualité exige du temps. Nous ne pouvons ni planifier l'intimité ni produire des conversations profondes, mais nous pouvons créer les conditions pour qu'elles émergent — en protégeant le temps et l'attention de l'empêtement numérique.

ÉLABORER UNE ALLIANCE TECHNOLOGIQUE FAMILIALE

Tout comme Josué a déclaré : « Moi et ma maison, nous servirons l'Éternel » (Josué 24:15, LSG), les familles peuvent prendre des engagements intentionnels concernant leurs habitudes numériques. Une alliance technologique familiale offre une vision partagée et une responsabilité mutuelle.

EXEMPLES D'ENGAGEMENTS D'UNE ALLIANCE TECHNOLOGIQUE FAMILIALE :

1. Nous donnerons la priorité au temps en face à face plutôt qu'au temps d'écran. Lorsque nous devons choisir entre interagir avec des appareils ou interagir les uns avec les autres, nous choisissons les personnes d'abord.
2. Nous garderons la technologie hors des espaces sacrés, tels que les repas et le sabbat. Des moments et des lieux précis sont réservés à la connexion avec Dieu et la famille.

- 3.** Nous demanderons la permission avant de publier des informations les uns sur les autres. Nous respectons la vie privée de chaque membre de la famille et ne partagerons pas de photos ou d'informations sans consentement.
- 4.** Nous observerons un « sabbat numérique » hebdomadaire. Un jour par semaine, nous nous reposerons de l'utilisation inutile de la technologie afin de nous concentrer sur le culte, le repos et les relations.
- 5.** Nous évaluerons et ajusterons régulièrement nos habitudes technologiques. Au moins une fois par mois, nous discuterons de la manière dont la technologie sert ou entrave notre vie familiale et apporterons les ajustements nécessaires.
- 6.** Nous utiliserons la technologie pour édifier et non pour détruire. Notre communication numérique sera caractérisée par l'encouragement, la bienveillance et la vérité dite dans l'amour.
- 7.** Nous protégerons l'heure du coucher comme un temps sans appareils. Tous les écrans seront rangés au moins 30 minutes avant le coucher afin de favoriser un meilleur sommeil et un meilleur repos.

Rédiger et signer une alliance ensemble crée un sentiment de responsabilité partagée. Il ne s'agit pas de parents imposant des règles aux enfants, mais d'une famille qui s'accorde ensemble sur le type de culture familiale qu'elle souhaite créer. Affichez l'alliance bien en vue et référez-vous-y régulièrement, en la révisant à mesure que les enfants grandissent et que les circonstances changent.

ÉTAPES PRATIQUES SUIVANTES

Le changement ne se produit pas d'un seul coup. Il commence par une étape. Voici des étapes pratiques pour les familles :

1. CHOISIR UNE HABITUDE À CHANGER CETTE SEMAINE

Commencez petit et précis :

- Aucun téléphone pendant le dîner pendant sept jours consécutifs
- Des dévotions familiales avant que quiconque ne consulte ses appareils du matin
- Une promenade du soir de 30 minutes sans téléphones
- Lire un chapitre à voix haute ensemble avant le coucher

La réussite d'un seul changement crée un élan et une confiance pour d'autres changements.

2. TENIR UNE RÉUNION FAMILIALE POUR DISCUTER DE L'USAGE DE LA TECHNOLOGIE

Créez un espace sûr pour la confession, le pardon et la fixation collaborative d'objectifs :

- Demandez à chacun ce qu'il ressent concernant l'usage actuel de la technologie dans la famille

- Identifiez des problèmes ou frustrations précis
- Réfléchissez ensemble à des solutions
- Convenez d'engagements initiaux
- Planifiez des conversations de suivi

Abordez cette réunion avec humilité et ouverture plutôt qu'avec jugement. Chacun — parents compris — devrait être disposé à reconnaître les domaines où la technologie a nui à la vie familiale.

3. TÉLÉCHARGER OU CRÉER UNE ALLIANCE TECHNOLOGIQUE

Utilisez l'exemple fourni ci-dessus ou créez le vôtre. Rendez-le spécifique aux valeurs, défis et circonstances de votre famille. Faites-le signer par chaque membre de la famille, puis affichez-le dans un endroit visible. Revenez-y chaque mois pour évaluer les progrès et apporter des ajustements.

4. PRIER POUR LA SAGESSE ET L'UNITÉ

Demandez à Dieu d'aider votre famille à devenir sage dans l'usage de la technologie et centrée sur Christ :

- Priez pour la sagesse dans les décisions concernant la technologie
- Demandez la grâce lorsque vous ne respectez pas vos engagements
- Cherchez la direction de Dieu pour enseigner aux enfants des habitudes saines
- Demandez l'unité tandis que vous traversez ces changements ensemble

Rappelez-vous qu'il s'agit d'un travail spirituel, et non simplement d'une modification de comportements. En fin de compte, l'objectif n'est pas seulement de développer de meilleures habitudes technologiques, mais de cultiver un amour plus profond pour Dieu et pour le prochain — un amour qui exige présence, attention et intentionnalité.

CONCLUSION : LA TECHNOLOGIE, DON OU ÉPREUVE

La technologie est à la fois un don et une épreuve. Elle peut nous servir ou nous asservir. Elle peut créer des liens ou les briser. La différence réside dans le fait de l'utiliser avec intention et foi, ou de la laisser nous utiliser.

En évaluant honnêtement notre santé numérique, en rétablissant des rythmes sacrés et en ancrant nos foyers dans des principes bibliques, nous pouvons racheter l'espace numérique pour la gloire de Dieu. Nous pouvons éléver des enfants qui savent être pleinement présents, qui valorisent la connexion en face à face, et qui discernent quand la technologie sert l'amour et quand elle l'entrave.

Le défi qui se présente à nous est important. Les recherches suggèrent que la gestion de la technologie exige ce que les chercheurs appellent un « capital culturel numérique » — la conscience, la motivation et la compétence nécessaires pour maîtriser la technologie plutôt que d'en être maîtrisé. Cette capacité n'est pas répartie également dans la société et peut même accentuer les inégalités existantes si ceux qui disposent de ressources et d'éducation enseignent la sagesse numérique à leurs enfants tandis que d'autres ne le font pas.

Mais pour les familles de foi, la motivation à développer la sagesse numérique provient de quelque chose de plus profond qu'un avantage social. Elle découle de notre appel à aimer Dieu de tout notre cœur, de toute notre âme, de toute notre pensée et de toute notre force, et à aimer notre prochain — y compris les membres de notre famille assis en face de nous — comme nous-mêmes. La technologie doit servir ce grand commandement, et non le compromettre.

Souvenons-nous des paroles de Paul : « Ne vous conformez pas au siècle présent, mais soyez transformés par le renouvellement de l'intelligence » (Romains 12:2, LSG). Le modèle de ce monde implique de plus en plus une connectivité constante, une distraction perpétuelle et la fragmentation de l'attention. La vie transformée, en revanche, exige la présence, une implication profonde et des relations caractérisées par un amour authentique.

Alors que nous naviguons dans cette ère numérique, puissions-nous le faire avec sagesse, intentionnalité et un engagement inébranlable envers ce qui compte le plus : aimer Dieu, aimer nos familles et transmettre un héritage de foi que la technologie sert sans jamais remplacer. Le chemin pour devenir une famille sage dans l'usage de la technologie commence par une seule étape — une conversation, un dîner sans appareils, un moment de présence à la fois.

La question n'est pas de savoir si la technologie fera partie de nos vies — elle le fera. La question est de savoir si nous la maîtriserons au service de l'amour, ou si nous la laisserons nous maîtriser au détriment de ce qui compte le plus. Par la grâce de Dieu et avec un effort intentionnel, nous pouvons choisir la première option, en rachetant l'espace numérique pour la fidélité, la connexion et l'épanouissement de la vie familiale.

REFERENCES

- Carr, N. (2010). *The shallows: What the Internet is doing to our brains*. W. W. Norton.
- Chapman, G., & Campbell, R. (1997). *The 5 love languages of children*. Moody Publishers.
- Crouch, A. (2017). *The tech-wise family: Everyday steps for putting technology in its proper place*. Baker Books.
- Ollier-Malaterre, A., & Barrot, C. (2019). Technology, Travail, and family: Digital cultural capital and boundary management. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1441(1), 140–161. <https://doi.org/10.1111/nyas.13937>
- Tadpatrikar, A., Sharma, M. K., & Viswanath, S. S. (2021). Influence of technology usage on family communication patterns. *Asian Journal of Psychiatry*, 64, 102761. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2021.102761>
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood*. Atria Books.

RECONNECTER LES RELATIONS : SURMONTER LES DISTRACTIONS QUI NOUS DÉCONNECTENT

PAR HEATHER BEESON, ELIZABETH JAMES, BRYAN CAFFERKY,
SHONDEL MISHAW, ET MONIQUE WILLIS

OBJECTIF

L'objectif de cet atelier est d'aider les couples et les familles à se reconnecter les uns aux autres. Celui-ci n'a pas pour but de remplacer la psychothérapie ou le counseling conjugal pour les couples en détresse et ayant besoin d'un soutien accru pour améliorer leurs relations. Au contraire, cet atelier vise à offrir une psychoéducation et à soutenir les couples et les familles confrontés aux facteurs de stress quotidiens pouvant mener à une déconnexion et à une distance dans les relations.

Heather Beeson, DMFT, MA, LMFT, est professeure adjointe au département de counseling et des sciences de la famille, et directrice du programme de doctorat en thérapie conjugale et familiale pour la School of Behavioral Health de l'Université de Loma Linda, Loma Linda, Californie, États-Unis.

Elizabeth James, DMFT, MA, LMFT, LPCC est professeure adjointe en counseling et sciences de la famille, et coordinatrice du programme de maîtrise en ligne en thérapie conjugale et familiale pour la School of Behavioral Health de l'Université de Loma Linda, Loma Linda, Californie, États-Unis.

Bryan Cafferky, PhD, MDiv, LMFT, CFLE est professeur associé à la School of Behavioral Health de l'Université de Loma Linda, Loma Linda, Californie, États-Unis.

Shondel Mishaw, DMFT, MEd, LMFT est professeure adjointe, counseling et sciences de la famille, Loma Linda, Californie, États-Unis.

Monique Willis, PhD, MS, LMFT est professeure adjointe, counseling et sciences de la famille, directrice de la formation clinique, programmes de thérapie conjugale et familiale, Loma Linda, Californie, États-Unis.

Cet atelier s'adresse aux couples qui souhaitent améliorer la santé de leur relation et mieux gérer les facteurs de stress courants pouvant contribuer à la déconnexion et à la distance. L'objectif de l'atelier est d'offrir une psychoéducation et de présenter des compétences relationnelles (qui mettent l'accent sur des rituels de connexion) que les couples peuvent pratiquer entre eux et avec leur famille.

L'animateur devrait avoir une certaine expérience dans l'offre d'éducation relationnelle ou avoir travaillé dans un contexte de santé mentale ou d'autres services. Idéalement, des références vers des services de santé mentale seraient disponibles pour les couples et les familles ayant besoin d'un soutien et de soins accrus au-delà de la portée d'un atelier d'une journée. Bien que plusieurs éléments de cet atelier s'inspirent de la théorie de l'attachement et de la méthode Gottman de thérapie de couple (GMCT), la présentation de ces ressources d'atelier ne remplace pas la réception de services de santé mentale de qualité pour les couples.

RÉSULTATS DE L'ATELIER :

- Amélioration des connaissances et de la sensibilisation aux sources courantes de déconnexion pouvant créer de la distance dans les relations.
- Acquisition d'outils et de compétences pouvant soutenir la reconnexion dans les relations de couple et familiales.
- Compréhension de l'importance de la reconnexion et engagement à créer une culture familiale qui priorise la connexion.
- Capacité de mettre en œuvre à la maison, en tant que couple/famille, les stratégies abordées dans l'atelier afin de se reconnecter et de créer des rituels de connexion.
- Confiance accrue dans la capacité personnelle à rechercher la connexion et à répondre aux tentatives de connexion au sein de l'unité familiale.

RESSOURCES NÉCESSAIRES

- Un animateur pour 10–12 couples
- Copies numériques ou imprimées des feuilles de travail (en annexe)

PLAN DE L'ATELIER

1. INTRODUCTION (20 MINUTES)

L'animateur doit présenter le thème, se présenter lui-même, et faciliter les présentations entre les participants. Il s'agit d'une brève ouverture de l'atelier.

- Accueil, prière et introduction à l'atelier.
- Brève activité brise-glace pour permettre aux couples de faire connaissance. Les couples partagent une chose qu'ils identifient comme causant une déconnexion dans les relations et une chose qu'ils espèrent apprendre durant l'atelier.

- S'il y a plus de 10–12 couples présents et que plusieurs animateurs sont disponibles, des groupes devront être formés. Il ne doit pas y avoir plus de 12 couples par groupe.

2. SYSTÈMES RELATIONNELS DANS LA MÉTHODE GOTTMAN DE THÉRAPIE DE COUPLE (30 MINUTES)

La section suivante est un bref aperçu de la méthode Gottman de thérapie de couple, et une discussion plus approfondie est présentée dans les sections suivantes. L'animateur doit être en mesure de décrire cette approche et de l'appliquer aux causes courantes de déconnexion relationnelle qui sont présentées dans la partie suivante de l'atelier.

- **Système d'amitié**

La Sound Relationship House de Gottman englobe le système d'amitié où se trouvent les cartes de l'amour ainsi que la tendresse et l'admiration partagées (Rajaei et al., 2019). Le système d'amitié est essentiel pour maintenir le plaisir dans une relation et constitue la base d'une relation solide. Les cartes de l'amour, qui représentent la connaissance des caractéristiques de son partenaire, telles que ses goûts et ses aversions, et la tendresse et l'admiration partagées, qui impliquent le partage de l'affection, du respect et de la validation, sont des facettes clés de l'intimité et de la proximité dans les relations (Brigance et al., 2024).

- **Système de gestion des conflits**

Le système de gestion des conflits correspond à la manière dont un couple communique et gère les désaccords et le mécontentement. Il est renforcé par le fait de se tourner vers les tentatives de connexion, de maintenir une perspective positive, d'accepter l'influence du partenaire, d'ouvrir la communication au sujet des problèmes (en particulier la résolution des problèmes solubles) et de pratiquer l'auto-apaisement. Ces compétences sont essentielles à la gestion des conflits dans une relation.

- **Création d'un système de sens partagé**

La création de sens partagé englobe les rêves que les couples ont individuellement, relationnellement et familialement. Cette expérience de création de sens partagé ensemble solidifie les aspirations et les espoirs communs que le couple nourrit pour lui-même et pour sa famille (Brigance, 2024). Elle est accessible lorsque les couples sont capables de gérer leurs rêves dans le conflit en utilisant des compétences efficaces de gestion des conflits.

3. CAUSES COURANTES DE DÉCONNEXION (90 MINUTES)

L'animateur doit examiner les informations présentées dans le corps principal de l'atelier pour obtenir des renseignements approfondis concernant ces quatre sources de déconnexion. L'animateur discutera de ces quatre domaines de déconnexion et expliquera comment ces sources courantes de déconnexion se produisent dans les relations. Lorsque pertinent, l'animateur utilisera des outils et des concepts de la méthode Gottman de thérapie de couple afin de donner des exemples de la manière dont ces sources de déconnexion se produisent

et nuisent aux relations, tout en fournissant des informations sur la façon dont les couples peuvent surmonter ces sources de déconnexion.

- **Communication dysfonctionnelle** – des modes de communication inefficaces ou négatifs (tels que la critique ou l'évitement) peuvent créer une distance émotionnelle pouvant mener à des conflits non résolus dans les relations.
- **Styles d'attachement** – des styles d'attachement insécurisés contribuent souvent à des besoins et des attentes mal alignés, menant à une déconnexion émotionnelle entre les partenaires.
- **Déconnexion numérique** – la « technoférence » peut affecter négativement la satisfaction relationnelle, conduire à un désengagement émotionnel et est liée à une connexion plus faible dans les relations amoureuses.
- **Stress des aidants** – lorsque l'un ou les deux partenaires vivent un stress lié au rôle d'aidant, la disponibilité émotionnelle et le soutien relationnel peuvent diminuer, mettant leur connexion à rude épreuve.

4. MÉTHODES DE RECONNEXION ET RÉVISION DES FEUILLES DE TRAVAIL (10 MINUTES POUR QUE LES COUPLES RÉVISENT LES FEUILLES DE TRAVAIL ET PRENNENT UNE COURTE PAUSE)

Les feuilles de travail suivantes sont incluses en annexe et peuvent être distribuées aux couples après une discussion des outils et des sources de déconnexion. Les couples devraient bénéficier d'une courte pause avant de pratiquer l'activité des cartes de l'amour qui suit.

- Cartes de l'amour
- Tentatives de connexion émotionnelle et ratio 5:1
- Appréciation
- Tendresse et admiration
- Création de sens partagé

5. DISCUSSION ET PRATIQUE DES CARTES DE L'AMOUR (20 MINUTES)

L'animateur accueillera les couples à leur retour de la pause et les invitera à s'asseoir ensemble et à participer à l'activité suivante. Il s'agit d'une activité type que les couples peuvent utiliser pour s'exercer à se reconnecter et à communiquer ouvertement. Elle peut être considérée comme un « antidote » aux sources de déconnexion discutées précédemment, ou à d'autres sources uniques de déconnexion que les couples peuvent avoir identifiées lors du brise-glace. L'animateur doit encourager les couples à réfléchir à la manière dont ils peuvent utiliser ces questions pour comprendre également comment leurs sources uniques de déconnexion peuvent les affecter.

- Les couples recevront la feuille de travail des cartes de l'amour, qui fournit des pistes pour poser des questions afin de mieux se connaître. Souvent, les couples tombent dans une routine en croyant qu'ils connaissent suffisamment bien leur partenaire et qu'ils n'ont

pas besoin de chercher de nouvelles informations ou de reconfirmer des connaissances antérieures (par exemple : « ton activité de plein air préférée est-elle toujours d'aller te promener ? Ou y a-t-il quelque chose que tu as commencé à apprécier davantage ? »).

- Les couples s'assiéront ensemble et se poseront mutuellement les questions figurant sur la feuille de travail, ou poseront leurs propres questions, et noteront toute nouvelle information qu'ils auront apprise au sujet de leur partenaire.
- L'animateur doit circuler et s'assurer que les couples participent à cette activité dans un esprit de curiosité et de connexion, et non dans un espace propice au conflit. À ce moment précis, l'objectif est de renforcer les cartes de l'amour, car elles constituent le fondement d'une relation solide.

6. CONCLUSION (10 MINUTES)

L'animateur doit informer les couples que l'atelier touche à sa fin et les inviter à revenir à une discussion en grand groupe. L'animateur doit prévoir de répondre à toute question ou de fournir des références vers d'autres services au besoin après l'atelier.

- L'animateur doit remercier les couples pour leur participation et les féliciter d'avoir pris un rôle actif dans la santé de leur relation.
- L'animateur doit remettre des références pour des services thérapeutiques au besoin.
- L'animateur doit être le dernier à partir, répondre à toute question et offrir du soutien au besoin.

INTRODUCTION DU SÉMINAIRE

POINT PRINCIPAL

Les couples sont confrontés à une multitude de facteurs de stress pouvant créer de la distance et de la déconnexion dans les relations. Cet atelier vise à remédier à cette déconnexion en fournissant des outils et des ressources pratiques afin d'améliorer la connexion relationnelle.

MÉTHODE GOTTMAN DE THÉRAPIE DE COUPLE

La méthode Gottman de thérapie de couple (GMCT) est une approche fondée sur la recherche pour aborder les relations de couple. Après des décennies de travail auprès des couples, les Drs John et Julie Gottman ont commencé à développer une théorie visant à améliorer les relations conjugales. Cette théorie examine trois systèmes du couple : (1) le système d'amitié, (2) le système de gestion des conflits, et (3) le système de création de sens partagé (Gottman & Gottman, 2017). John Gottman cite la théorie générale des systèmes comme l'orientation théorique sous-jacente de la méthode Gottman de thérapie de couple (Gottman & Gottman 2014). Des relations solides sont créées en renforçant les systèmes d'amitié, de gestion des conflits et de création de sens partagé. Une partie de ce travail est le processus de découverte de la manière dont l'histoire

familiale et l'homéostasie actuelle du couple maintiennent à la fois la résilience et le conflit. Par la compréhension de l'histoire du couple et des normes du couple, les praticiens peuvent soutenir les couples dans la découverte de nouvelles méthodes de connexion afin de réduire les conflits relationnels.

Des amitiés solides se construisent par l'élaboration de cartes de l'amour (compréhension de base du monde du partenaire), l'augmentation de la tendresse et de l'admiration l'un pour l'autre, la création d'une culture d'appréciation dans la relation, le fait de se tourner émotionnellement l'un vers l'autre de manière constante, et l'augmentation de la positivité (Gottman & Gottman 2017). La gestion des conflits implique la diminution de la prédominance du sentiment négatif et la réduction de la présence de la critique, de la défensive, du mépris et du retrait (connus sous le nom des quatre cavaliers), l'utilisation de débuts en douceur, l'acceptation de l'influence, la réparation et la désescalade des conflits, ainsi que le compromis. Lorsque les conflits concernent des problèmes insolubles, les clients sont encouragés à maintenir un dialogue respectant le ratio de 5:1 d'interactions positives par rapport aux interactions négatives. Pour maintenir ce ratio, les couples cherchent à s'aborder mutuellement avec gentillesse et respect plus souvent qu'avec critique ou frustration. Enfin, les couples sont en mesure de co-créer du sens et des rêves pour leur avenir à travers des espoirs et des aspirations mutuellement satisfaisants. Par l'adoption d'un état d'esprit de travail d'équipe, les couples collaborent pour co-créer des rituels de connexion (Gottman & Gottman 2014).

Les idées de la GMCT sont fréquemment proposées dans des ateliers pour couples et sont efficaces pour réduire la détresse, les plus grands bénéfices étant observés lorsque le système d'amitié et le système de gestion des conflits sont inclus dans le processus de développement des compétences (p. ex., Babcock, Gottman, Ryan, & Gottman, 2013). Les programmes et ateliers d'éducation relationnelle sont les plus efficaces lorsque le couple y participe ensemble, peut accéder à une thérapie au besoin, se trouve actuellement en sécurité (p. ex., absence de violence conjugale), et est capable de pratiquer continuellement les compétences enseignées (Stanley et al., 2019). L'atelier actuel vise à intégrer la recherche et la science de la GMCT à une approche conviviale et axée sur les compétences, afin d'enseigner aux couples des compétences pratiques pour reconstruire les connexions dans leurs relations.

CAUSES COURANTES DE DÉCONNEXION

Les couples font face à de nombreux facteurs de stress et sont souvent tirés dans plusieurs directions—vivant une déconnexion par diverses voies, notamment des schémas de communication dysfonctionnels, des styles d'attachement mal assortis, des distractions numériques et le poids émotionnel du stress des aidants. Ces sources de déconnexion ne sont pas exhaustives, et elles ne constituent pas les seules sources de déconnexion. Les sections suivantes examinent comment ces facteurs contribuent à la tension relationnelle en proposant des stratégies et des compétences pour soutenir la reconnexion et la résilience.

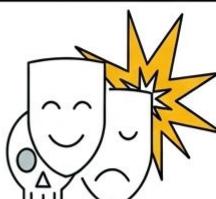
COMMUNICATION DYSFONCTIONNELLE

Une relation entre deux partenaires repose sur des schémas d'interaction. Ces schémas d'interaction peuvent inclure des séquences de communication, et ces séquences peuvent inclure l'intimité et le soutien. D'autres séquences peuvent inclure le conflit et la détresse (Sullaway & Christensen, 1983). Selon Gottman & Silver (2022), il existe de multiples façons dont les couples communiquent, tant dans des séquences saines (fonctionnelles) que malsaines (dysfonctionnelles). Il a été démontré que les séquences de communication dysfonctionnelles sont fortement associées à la détresse conjugale (Broderick, 1981; Gordon, et al., 2007). La plupart des couples ne réalisent souvent pas que leurs séquences de communication sont blessantes ou nuisibles envers leur conjoint ou partenaire, et la « communication » est le « problème » relationnel le plus couramment identifié par les couples. La figure 1 identifie les quatre cavaliers (The Gottman Institute, n.d.) — des schémas de communication qui sont dysfonctionnels ainsi que leurs antidotes respectifs pour des schémas de communication plus fonctionnels.

LES QUATRE CAVALIERS ET COMMENT LES ARRÊTER AVEC LEURS ANTIDOTES

CRITIQUE

Attaquer verbalement la personnalité ou le caractère.



DÉMARRAGE EN DOUCEUR

Parlez de vos sentiments en utilisant des déclarations en « je » et exprimez un besoin positif.



MÉPRIS

Attaquer le sentiment de soi avec l'intention d'insulter ou d'abuser.



CONSTRUIRE UNE CULTURE D'APPÉCIATION

Rappelez-vous les qualités positives de votre partenaire et trouvez de la gratitude pour les actions positives.



DÉFENSIVE

Se victimiser pour repousser une attaque perçue et rejeter la faute.



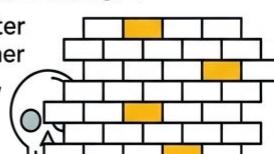
PRENDRE LA RESPONSABILITÉ

Acceptez le point de vue de votre partenaire et présentez des excuses pour tout acte répréhensible.



MUR DE SILENCE

Se retirer pour éviter le conflit et exprimer la désapprobation, la distance et la séparation.



AUTO-APAISANTE PHYSIOLOGIQUE

Faites une pause et passez ce temps à faire quelque chose d'apaisant et de distrayant.



The Gottman Institute

Figure 1. Les quatre cavaliers

En tenant compte des éléments ci-dessus, considérez les descripteurs supplémentaires présentés dans le tableau 1 qui indiquent comment les quatre cavaliers peuvent apparaître lorsque des individus sont engagés dans un dialogue avec leur partenaire ou conjoint.

Cavaliers	Exemple de communication dysfonctionnelle	Ressenti comme...	Perçu comme...	Exemple d'antidote ou de communication fonctionnelle
<i>Critique</i>	« <i>Tu parles toujours de toi. Pourquoi tout tourne-t-il toujours autour de toi ?</i> »	<i>Blâmé</i>	<i>Langage du « tu »</i>	« <i>Je me sens mis(e) à l'écart de notre conversation ce soir et j'ai besoin de me confier. Pouvons-nous parler de ma journée au travail, s'il te plaît ?</i> »
<i>Défensive</i>	« <i>Ce n'est pas ma faute si nous allons être en retard. C'est ta faute puisque tu te prépares toujours à la dernière seconde.</i> »	<i>Négatif</i>	<i>Réponses offensives/défensives</i>	« <i>Je n'aime pas être en retard, mais tu as raison. Nous n'avons pas toujours besoin de partir si tôt. Je peux être un peu plus flexible.</i> »
<i>Mépris</i>	« <i>Tu as encore oublié de faire la vaisselle ? Beurk. Tu es tellement inutile.</i> » (Lève les yeux.)	<i>Manque de respect</i>	<i>Déconnexion émotionnelle</i>	« <i>Je comprends que tu as été très occupé(e) ces derniers temps, mais pourrais-tu, s'il te plaît, te souvenir de faire la vaisselle quand je travaille tard ? Je t'en serais reconnaissant(e).</i> »
<i>Retrait</i>	« <i>Écoute, nous avons déjà abordé cela encore et encore. Je suis fatigué(e) de toujours devoir te rappeler—</i> »	<i>Rejeté(e)/Non entendu(e)</i>	<i>Isolation/Frustration</i>	« <i>Chéri(e), je suis désolé(e) de t'interrompre, mais je me sens dépassé(e) et j'ai besoin de faire une pause. Peux-tu me donner environ vingt minutes, puis nous pourrons en parler ?</i> »

Tableau 1. Séquences de communication des quatre cavaliers

Lors du travail avec les couples, les praticiens rencontrent généralement la communication dysfonctionnelle comme le problème le plus fréquent et le plus dommageable — l'objectif est d'assurer des schémas de communication sains ou fonctionnels (Geiss & O'Leary, 1981). Les recherches montrent que les schémas de communication fonctionnels aident les partenaires/conjoints à éviter les malentendus, la domination et l'évitement. Ces dynamiques dysfonctionnelles peuvent conduire un partenaire ou un conjoint à ne pas se sentir entendu, ce qui est fortement associé à un schéma relationnel de demande-retrait et à la dépression du partenaire ou du conjoint (Tannen, 2007; Hoffman & Hay, 2018; Papp, et al., 2011). En réfléchissant davantage à la manière dont les couples peuvent œuvrer vers une communication efficace, il est important de reconnaître qu'elle repose sur le principe d'ouverture et de sincérité envers le partenaire ou le conjoint (Apostu, 2021).

REMÈDES À LA COMMUNICATION DYSFONCTIONNELLE :

Quelques outils que les couples peuvent considérer alors qu'ils travaillent à rétablir l'ouverture et la sincérité susceptibles d'améliorer la communication comprennent :

- **Écoute** – partager une tendresse ou une admiration l'un pour l'autre en exprimant ce qu'ils apprécient et aiment chez leur partenaire
- **Gestion et résolution des conflits** – comprendre que le conflit est naturel et comporte des aspects positifs lorsqu'il est abordé et résolu de manière collaborative
- **Expression claire** – prêter attention au langage non verbal tel que l'expression faciale, le contact visuel, la posture, etc.
- **Partager les cartes de l'amour** – partager les besoins, les désirs et les sentiments individuels et utiliser des énoncés en « je »
- **Réponses empathiques** – se tourner l'un vers l'autre afin de faire l'effort de rejoindre son partenaire et d'accepter ses tentatives de connexion émotionnelle
- **Services thérapeutiques** – aborder les séquences, styles et schémas de communication dans un cadre thérapeutique/clinique
- **Temps de qualité** – temps que vous passez avec quelqu'un, en lui accordant toute votre attention parce que vous valorisez la relation (Cambridge University Press & Assessment, 2025).

Le temps de qualité est essentiel aux relations familiales positives, car il sert à améliorer la communication, à renforcer la reconnexion et à faciliter les liens. Dahlberg et Fangstrom (2024) ont constaté que les émotions positives étaient associées au temps que les enfants passent avec leurs parents et d'autres membres de la famille. Leur étude a révélé que les enfants partageaient des sentiments de bonheur en raison de l'occasion de vivre des moments positifs avec des frères et sœurs et/ou des parents. Le temps de qualité est efficace lorsqu'il est intentionnel et significatif. Des activités telles que les repas en famille, les jeux ou une soirée cinéma, le bénévolat ensemble, des excursions d'une journée (comme visiter un musée, la plage ou un parc local), peuvent aider

à renforcer des connexions plus profondes. Une autre recommandation essentielle est d'avoir des moments « sans écran » ou « sans technologie ». Passer ce temps pendant une durée convenue, comme le moment du repas ou une heure après le repas, permettra des occasions de moments positifs pouvant entraîner une augmentation du bonheur, de la satisfaction et une amélioration des connexions familiales (Dahlberg & Fangstrom, 2024).

Activités / Exemples / Idées de temps de qualité	
Temps « déconnecté »	Fixer un moment sans téléphones ni appareils électroniques afin de se concentrer les uns sur les autres.
Redonner en famille	Fixer un moment pour s'engager dans des services tels que le bénévolat dans une banque alimentaire, à l'église, dans un centre pour personnes sans abri, ou la participation à une collecte de denrées ou à un nettoyage communautaire.
Vacances à domicile	Visiter une plage locale, un parc et un musée. Planifier un pique-nique et des jeux en plein air.
Rituel familial	Mettre en place une activité récurrente quotidienne ou hebdomadaire, telle qu'un repas dominical ou une soirée jeux en famille.

STYLES D'ATTACHEMENT

La théorie de l'attachement, développée par John Bowlby (1969) et approfondie par Mary Ainsworth (1978), souligne l'importance des liens émotionnels sécurisés, non seulement entre les aidants et les enfants, mais aussi dans les relations adultes. Les attachements sécurisés se forment lorsque les aidants principaux sont constamment réactifs, attentifs et émotionnellement accordés — ce qui fournit à son tour la base d'un avenir qui démontre généralement une régulation émotionnelle, une compétence sociale et un bien-être psychologique (Bowlby, 1969; Bretherton, 1992). Les attachements anxieux se forment lorsque les interactions ou les expériences avec un aidant principal sont incohérentes, imprévisibles ou rejetantes (Main & Solomon, 1990; Mikulincer & Shaver, 2007; Bartholomew & Horowitz, 1991). Les personnes ayant un historique de schémas d'attachement anxieux présentent généralement une peur de l'abandon (Bowlby, 1969; Simpson & Rholes, 2017). Les attachements évitants se forment lorsqu'un aidant principal est émotionnellement rejetant ou indisponible (Ainsworth, 1979; Main & Cassidy (1988); Feeney & Noller, 1990). Les personnes ayant un historique de schémas d'attachement évitants tendent

généralement à se distancer émotionnellement (Bowlby, 1969; Simpson & Rholes, 2017). Enfin, les attachements désorganisés se forment lorsque les interactions ou les expériences avec un aidant principal sont incohérentes ou effrayantes, conduisant à un sentiment de confusion et/ou de détresse (Main & Solomon, 1990; Solomon & George, 1999; Carlson, 1998). Les personnes ayant un historique de schémas d'attachement désorganisés sont généralement craintives, expriment une colère excessive et se retirent d'expériences sociales éprouvantes (Bowlby, 1969; Simpson & Rholes, 2017).

Les recherches de Hazan et Shaver (1987) ont appliqué cette théorie aux relations amoureuses, montrant que l'attachement sécurisant est lié à une satisfaction relationnelle plus élevée, à une meilleure communication et à un soutien émotionnel accru. En revanche, les styles d'attachement insécurisés (anxieux ou évitant) conduisent souvent à des difficultés en matière de confiance et de résolution des conflits (Fraley & Shaver, 2000). Les études montrent également que les expériences précoces de soins influencent l'attachement à l'âge adulte, les personnes ayant bénéficié de soins nourrissants durant l'enfance étant plus susceptibles de former des liens sécurisés dans leurs relations (Collins & Read, 1990). L'attachement sécurisant chez les couples est associé à une plus grande stabilité et satisfaction, car les partenaires sont mieux équipés pour gérer le stress et offrir du soutien (Simpson et al., 2007; Simpson & Rholes, 2017).

OUTILS POUR ABORDER LES BLESSURES D'ATTACHEMENT :

La construction, et parfois la réparation, des séquences ou des schémas de communication peut se faire de plusieurs façons :

- **Sensibilisation** – les couples peuvent chercher à se reconnecter dans leur relation en reconnaissant leurs schémas et styles d'attachement individuels tout en visant à établir un schéma ou un style d'attachement plus sécurisant avec leur partenaire.
- **Services thérapeutiques** – les services de thérapie individuelle et de couple peuvent soutenir davantage les partenaires dans la reconnaissance et le traitement des blessures d'attachement qui influencent leurs schémas ou styles de communication et relationnels. Les services thérapeutiques peuvent également offrir un espace où les partenaires peuvent identifier et définir leurs émotions tout en apprenant à gérer leurs réponses émotionnelles l'un envers l'autre durant leurs séquences de communication et d'interaction.
- **Cohérence** – les couples peuvent chercher à répondre de manière cohérente et réfléchie l'un envers l'autre, car cela permet aux partenaires de savoir à quoi s'attendre et facilite un attachement plus fort et plus sécurisant.

DÉCONNEXION NUMÉRIQUE

Les recherches menées au cours du dernier quart de siècle montrent une augmentation exponentielle à l'échelle mondiale de l'utilisation quotidienne d'Internet, des téléphones intelligents et des plateformes de médias sociaux. En 2000, on comptait environ 400 millions d'utilisateurs d'Internet (6 % de la population mondiale; Internet Society, 2020; International

Telecommunication Union, 2000), mais les médias sociaux n'avaient pas encore gagné une traction substantielle, car Facebook et Twitter n'ont été lancés qu'en 2004 et 2006 (respectivement). En 2025, l'utilisation mondiale d'Internet a explosé pour atteindre environ 5,6 milliards de personnes (environ 71 % de la population mondiale) — soit une augmentation de plus de 1 000 % depuis 2000. Plus de 5,24 milliards de personnes utilisent les médias sociaux (63,9 % de la population mondiale; We Are Social, 2025), avec un temps moyen quotidien passé sur les médias sociaux de 2 heures et 21 minutes (Chaffey, 2025). Des rapports issus d'une étude mondiale de 2023 ont révélé que les personnes consultent leur téléphone environ 58 fois par jour, ce qui équivaut à toutes les 12 minutes durant leurs heures d'éveil (Deloitte, 2023). Cette hausse de l'engagement numérique a fondamentalement transformé la manière dont les personnes se connectent dans les relations amoureuses et avec le monde qui les entoure, comme en témoigne le temps de plus en plus important passé sur les appareils personnels pour la communication, le divertissement et l'information (Pew Research Center, 2021; Vallor, 2020).

Cette augmentation de l'utilisation des appareils numériques a un impact significatif sur les relations interpersonnelles, en particulier au sein des couples et des familles. L'augmentation de l'utilisation des téléphones intelligents est liée au « phubbing » (ignorer quelqu'un au profit de l'utilisation d'un téléphone intelligent) et à la diminution des interactions en face à face, ce qui contribue à des sentiments d'isolement (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019). Cette « technoférence » (perturbations causées par les appareils numériques durant le temps familial) peut être particulièrement marquée pour les couples en soirée, un moment qui pourrait autrement être réservé à la connexion. Les résultats de recherche montrent que la technoférence peut affecter négativement l'engagement du couple et la satisfaction relationnelle (Kuss & Griffiths, 2017; McDaniel & Coyne, 2016), est liée à une qualité de communication plus faible et à des échanges moins significatifs entre partenaires (McDaniel & Coyne, 2016) — les individus se retrouvant souvent absorbés par leurs appareils plutôt que de s'engager l'un envers l'autre (Przybylski & Weinstein, 2017). Même le simple fait de poser des téléphones sur la table pendant les repas peut « perturber le lien humain et l'intimité » (Przybylski & Weinstein, 2017, p. 245), car la tentation persistante de consulter des messages ou des notifications peut supplanter notre capacité à être pleinement présents et à écouter activement. Ainsi, l'utilisation des téléphones (ou leur simple présence) peut mener à un désengagement émotionnel, où les personnes se retirent dans leurs mondes numériques, laissant moins de place à des interactions significatives.

RÉDUIRE LA TECHNOFÉRENCE

- **Moments sans technologie** – prévoir des périodes dédiées sans téléphones ni autres technologies. Cela devrait être un moment pour que les membres de la famille tissent des liens les uns avec les autres sans l'interférence de la technologie.
- **Utilisation judicieuse de la technologie** – utiliser la technologie de manière réfléchie, par exemple en prenant des photos ensemble en famille, en encourageant tous les membres de

la famille à pratiquer la prise de photos et à décrire ce qu'ils considèrent comme significatif dans les images.

- **Consommer les médias de manière réfléchie** – choisir des médias tels que des émissions de télévision et des films pouvant favoriser la discussion et le rapprochement. Envisager de réserver un moment précis pour discuter de l'émission ou du film.
- **Identifier les défis technologiques** – développer une méthode pour exprimer lorsque la technologie interfère avec la connexion en utilisant des messages en « je », une communication claire et des interactions positives.

STRESS DES AIDANTS

La prestation de soins à un être cher est une pratique courante parmi les couples et les familles, avec des engagements qui varient selon la nature, la durée et le niveau de besoin. Dans certains cas, les soins au sein des familles dépassent les soins généraux habituellement observés, par exemple lors de l'éducation d'un enfant ou des soins prodigues à un partenaire durant une maladie aiguë. La prise en charge familiale peut également impliquer la supervision d'un membre de la famille ou d'un proche atteint d'une maladie médicale ou de santé mentale chronique ou d'un handicap, lorsqu'il n'est pas en mesure de subvenir à ses besoins de manière autonome. Dans d'autres circonstances, les couples peuvent agir comme familles d'accueil. Bien que l'impact de la prise en charge d'autrui au-delà des expériences normatives puisse varier, le fait de prodiguer des soins dans ces contextes pose des défis uniques susceptibles de mettre à rude épreuve la relation du couple ou de la famille et d'entraîner une déconnexion relationnelle, lorsque les aidants offrent un soutien émotionnel et physique substantiel aux personnes dont ils s'occupent.

Les recherches suggèrent que les aidants qui prennent soin d'autrui, en dehors de l'expérience familiale normative, peuvent rencontrer des facteurs de stress financiers, physiques et émotionnels susceptibles d'avoir un impact sur les schémas de communication du partenaire, l'intimité émotionnelle et la satisfaction relationnelle globale (Perri et al., 2025; Zehra et al., 2024). En particulier, une étude qualitative portant sur les expériences de soins au sein du couple suggère que la prise en charge peut modifier les priorités de l'aidant, entraînant une dépriorisation de la relation du couple (Cannon & Barry, 2023). De même, les recherches sur la prise en charge en famille d'accueil indiquent qu'il existe des facteurs de stress distincts, notamment des engagements temporels supplémentaires, la navigation dans le système de protection sociale, ainsi que les transitions fréquentes et le deuil associés au départ de l'enfant du foyer (Arroyo et al., 2024). Les attentes culturelles et les normes genrées susceptibles de façonner les rôles d'aidants peuvent également influencer la manière dont le couple vit le stress et la résilience dans sa relation. Ces influences peuvent en fin de compte affecter la façon dont les partenaires gèrent leurs responsabilités de soins. Les couples qui partagent un sentiment de cohérence et de capital psychologique peuvent contribuer à minimiser le stress des aidants et à renforcer leur relation.

L'impact de la prise en charge est complexe, et il est essentiel de reconnaître que la prise en charge, sous ses diverses formes, peut avoir des effets positifs et améliorer les capacités d'adaptation

des couples (Cannon & Barry, 2023). En période de stress, les couples peuvent se rassembler autour d'une vision commune susceptible de renforcer leur relation. Une étude examinant le stress des aidants au sein de familles élevant un enfant atteint d'un trouble du spectre de l'autisme a révélé que la cohérence et le capital psychologique sont essentiels pour améliorer les ressources psychologiques et réduire le stress lié à la prise en charge (Zoromba et al., 2024). Les couples qui rencontrent des difficultés relationnelles peuvent donc prendre des mesures pour améliorer leur dynamique et leur cohérence familiale. Le maintien de la relation constitue une stratégie essentielle qui inclut des échanges positifs quotidiens, lesquels jouent un rôle déterminant dans le développement de la résilience des couples. Plus précisément, ces échanges reflètent l'investissement des partenaires dans le bien-être de l'autre. Le maintien de la relation par les couples, lorsque ceux-ci s'engagent dans des pratiques par lesquelles ils connaissent, prennent soin et interagissent avec leur partenaire, s'est également révélé important, par exemple, dans le contexte de la prise en charge en famille d'accueil (Arroyo et al., 2023). À travers les expériences de prise en charge, les couples qui vivent du stress ou des conflits liés aux soins peuvent recourir à des stratégies susceptibles d'améliorer leur fonctionnement. Voici quelques conseils concernant des comportements quotidiens visant à renforcer la dynamique du couple pour ceux qui peuvent faire face à des défis liés à la prise en charge, en abordant les expériences partagées du couple et en favorisant la connexion (Gottman & Gottman, 2017) :

GESTION DU STRESS DES AIDANTS :

- **Mobiliser les soutiens** – il peut exister des communautés de soutien disponibles, n'hésitez pas à tendre la main et à demander de l'aide. Les couples et les familles peuvent avoir des amis, des membres de la famille ou des professionnels capables d'offrir un certain soutien dans la prise en charge.
- **Faire une pause** – savoir quand prendre du recul et faire une pause. La prise en charge peut mener à l'épuisement et à la fatigue émotionnelle. Savoir quand prendre quelques minutes pour respirer peut être essentiel.
- **Demander de l'aide** – communiquer ses besoins à ceux qui écoutent afin que les autres sachent comment offrir du soutien.
- **Prendre soin les uns des autres** – les familles et les couples qui prodiguent des soins ensemble doivent prendre soin les uns des autres. Prendre soin les uns des autres peut alléger la charge liée à la prise en charge. Lorsqu'un membre de la famille se sent soutenu, il peut se sentir davantage capable d'étendre des soins à un autre membre de la famille.
- **Rechercher la connexion** – rester informés de la vie de l'autre, être curieux du monde, des besoins et des désirs de l'autre.
- **Prioriser le temps de qualité** – passer du temps de qualité ensemble en s'engageant dans des moments réguliers passés ensemble ou en ayant régulièrement des rendez-vous.
- **Rester affectueux** – manifester de l'affection et exprimer régulièrement des sentiments de positivité et d'appréciation envers l'autre partenaire.

- **Utiliser des outils relationnels** – utiliser des outils de communication positive et de gestion des conflits, où les couples écoutent activement et s'engagent dans des pratiques qui adoucissent les conversations lors des conflits.

CONCLUSION

Il existe de nombreux facteurs de stress et distractions qui peuvent nous déconnecter les uns des autres. En augmentant notre sensibilisation à ces distractions, nous sommes en mesure de mieux atténuer l'impact de tels facteurs de stress. Les outils et exercices proposés dans cet atelier peuvent constituer une étape vers l'augmentation de la connexion, l'amélioration de la communication et la limitation de l'impact des facteurs de stress courants. Les couples et les familles devraient continuer à développer des outils afin de demeurer attentifs les uns aux autres. Dans un monde occupé comportant tant de responsabilités, il est facile de perdre de vue ce qui compte le plus : nos familles, nos proches et nos communautés.

RÉFÉRENCES

- Ainsworth, M. D. S. (1978). *The Bowlby-Ainsworth Attachment Theory*. In J. D. Osofsky (Ed.), *Handbook of Infant Development*. Wiley.
- Ainsworth, M. D. S. (1979). Infant–Mother Attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932–937. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.932>
- Al-Saggaf, Y., & O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 132–140.
- Apostu, I. (2021). Communication within couples – Function and dysfunction. *Journal for Ethics in Social Studies*, 5(1). <https://doi.org/10.18662/jess/5.1/37>
- Arroyo, A., Richardson, E. W., Hargrove, C. M., & Futris, T. G. (2024). Foster caregivers' depressive symptoms and parenting stress: Applying the theory of resilience and relational load. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 73(2), 1438-1454. <https://doi.org/10.1111/fare.12908>
- Babcock, J. C., Gottman, J. M., Ryan, K. D., & Gottman, J. S. (2013). A component analysis of a brief psycho-educational couples' Travaillshop: One-year follow-up results. *Journal of Family Therapy*, 35(3), 252–280. <https://doi.org/10.1111/jftr.12017>
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Volume I. Attachment*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. Routledge.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759–775. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.5.759>
- Brigance, C. A., Waalkes, P. L., Freedle, A., & Kim, S. R. (2024). Gottman's sound relationship house and relational resilience through infertility for couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 50, 933–952. <https://doi.org/10.1111/jmft.12736>

- Broderick, J. E. (1981). A method for derivation of areas for assessment in marital relationships. *American Journal of Family Therapy*, 9(2), 25–34. <https://doi.org/10.1080/019261881082503940>
- Carlson, E. A. (1998). A Prospective Longitudinal Study of Attachment Disorganization/Disorientation. *Child Development*, 69(4), 1107–1128. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9768489/>
- Cambridge University Press & Assessment 2025. <https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/>
- Cannon, C. J., & Barry, R. A. (2023). Associations between family caregiving and romantic relationships: An exploratory study with nondistressed couples caring for an outside family member. *The Gerontologist*, 64(5). <https://doi.org/10.1093/geront/gnad104>
- Chaffey, D. (2025). Global social media statistics research summary 2025. *Smart Insights*. <https://www.smartinsights.com/social-media-marketing/social-media-strategy/new-global-social-media-research/>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, Travailing models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644–663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Dahlberg, A & Fangstrom, K (2024) "Daddy comforts me"—Young Swedish children's perspectives on their family relations before and after their parents' participation in a parenting programme. *PLOS ONE* 19(3): e0298075. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0298075>
- Deloitte. (2023). *Global mobile consumer survey: The Deloitte 2023 edition*. <https://www.deloitte.com>
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment Style as a Predictor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281–291. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281>
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132–154. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.13>
- Geiss, S. K., & O'Leary, K. D. (1981). Therapist ratings of frequency and severity of marital problems: Implications for research. *Journal of Marital and Family Therapy*, 7(4), 515–520. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1981.tb01407.x>
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., Epstein, N., Burnett, C. K., & Rankin, L. A. (2007). The interaction between marital standards and communication patterns: How does it contribute to marital adjustment? *Journal of Marital and Family Therapy*, 25(2), 211–223. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1999.tb01123.x>
- Gottman Institute. (n.d.). *The four horsemen: The antidotes*. The Gottman Institute. <https://www.gottman.com/blog/the-four-horsemen-the-antidotes/>
- Gottman, J., & Gottman, J. (2014). *Level 1 Clinical Training Binder: Gottman Method Couples Therapy, bridging the chasm*. The Gottman Institute.
- Gottman, J., & Gottman, J. (2017). The natural principles of love. *Journal of Family Theory & Review*, 9(1), 7–26. <https://doi.org/10.1111/jftr.12182>
- Gottman, J. M., & Silver, N. (2022). *The seven principles for making marriage Travail: A practical guide from the country's foremost relationship expert*. Efinito.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hofmann, S. G., & Hay, A. C. (2018). Rethinking avoidance: Toward a balanced approach to avoidance in treating anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 55, 14–21. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2018.03.004>
- International Telecommunication Union. (2000). *World telecommunication/ICT indicators database*.
- Internet Society. (2020). *The history of the Internet: A timeline*. <https://www.internetsociety.org/internet/history-internet/>

- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social netTravailing sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- Main, M., & Cassidy, J. (1988). Categories of response to reunion with the mother: A developmental perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 53(1–2), 109–128. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.24.3.415>
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the Preschool Years: Theory, Research, and Intervention*. University of Chicago Press.
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). "Technoference": The interference of technology in couple relationships and implications for family functioning. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85–98. <https://doi.org/10.1037/ppm0000050>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*. Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2019). *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change* (2nd ed.). Guilford Press.
- Papp, L. M., Kouros, C. D., & Cummings, E. M. (2009). Demand-withdraw patterns in marital conflict in the Domicile. *Personal Relationships*, 16(2), 285–300. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2009.01223.x>
- Perri, L., Viscogliosi, G., Trevisan, V., Brogna, C., Chieffo, D. P. R., Contaldo, I., Alfieri, P., Lentini, N., Pastorino, R., Zampino, G., & Leoni, C. (2025). Parenting Stress Index in caregivers of individuals with Noonan syndrome. *American Journal of Medical Genetics Part B: Neuropsychiatric Genetics*, 198(2).
- Pew Research Center. (2021). *The future of social media in 2025: A global perspective*. <https://www.pewresearch.org/>
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2017). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(4), 1–22. <https://doi.org/10.1177/0265407517691163>
- Rajaei, A., Daneshpour, M., & Robertson, J. (2019). The effectiveness of couples therapy based on the Gottman Method among Iranian couples with conflicts: A quasi-experimental study. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 18(3), 223–240. <https://doi.org/10.1080/15332691.2019.1567174>
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (2017). Adult attachment, stress, and romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 19–24. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.006>
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Phillips, D. (2007). Conflict in close relationships: An attachment perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(3), 568–583. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.5.899>
- Solomon, J., & George, C. (1999). Disorganized Attachment and Caregiving. In J. Solomon & C. George (Eds.), *Disorganized Attachment and Caregiving*. Guilford Press.
- Stanley, S. M., Carlson, R. G., Rhoades, G. K., Markman, H. J., Ritchie, L. L., & Hawkins, A. J. (2019). Best practices in relationship education focused on intimate relationships. *Family Relations*, 69(3), 497–519. <https://doi.org/10.1111/fare.12419>
- Sullaway, M., & Christensen, A. (1983). Assessment of dysfunctional interaction patterns in couples. *Journal of Marriage and Family*, 45(3), 653–660. <https://doi.org/10.2307/351670>
- Tannen, D. (2007). *You just don't understand: Women and men in conversation*. Ballantine Books.
- Vallor, S. (2020). *Technology and the Virtues: A Philosophical Guide to a Future Worth Wanting*. Oxford University Press.
- We Are Social. (2025). *Digital 2025: Global digital overview*. <https://www.wearesocial.com>

Zehra, A., Ahmer, Z., Qadri, U., & Ovais, M. (2024). Depression, anxiety and stress in formal and informal caregivers of autistic children in Karachi. *Iranian Rehabilitation Journal*, 22(2), 277-284. <https://research.ebsco.com/linkprocessor/plink?id=d750e0c7-6635-3dd6-89d1-6f5cda5782ba>

Zoromba, M. A., Atta, M. H. R., Ali, A. S., El, G. H. E., & Amin, S. M. (2024). The mediating role of psychological capital in the relationship between family sense of coherence and caregiver stress among parents of children with autism spectrum disorder. *International Journal of Mental Health Nursing*. <https://doi.org/10.1111/ijnm.13383>

LISTE DES FEUILLES DE TRAVAIL :

Les feuilles de travail figurant dans les pages suivantes doivent être distribuées comme documents. Les feuilles de travail comprennent :

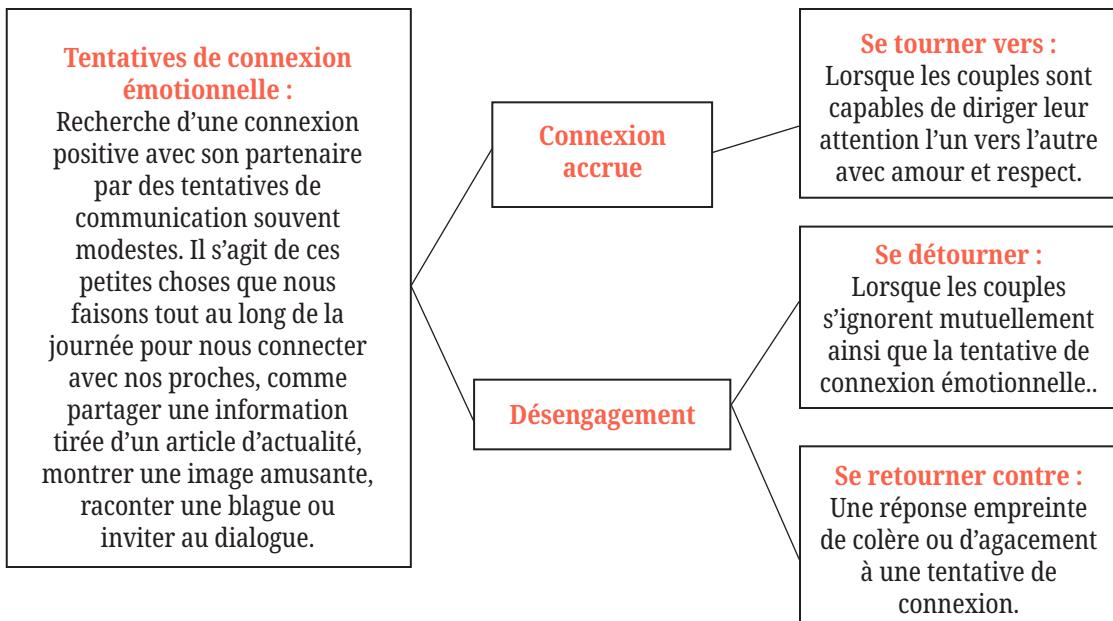
- Cartes de l'amour (à utiliser dans l'exercice de cartographie de l'amour)
- Tentatives de connexion émotionnelle et le ratio 5:1
- Mots d'appréciation
- Tendresse et admiration
- Crédit de sens partagé

CARTES DE L'AMOUR

La feuille de travail suivante propose des pistes que vous pouvez utiliser avec votre partenaire afin de susciter de nouvelles perspectives sur qui est votre partenaire maintenant, aujourd’hui, en ce moment. Nous changeons et grandissons tous, et cette feuille de travail vise à vous aider à maintenir la connexion à travers de nouvelles conversations. Choisissez quelques questions à poser à votre partenaire et voyez si vous apprenez quelque chose de nouveau ! Vous pouvez également créer vos propres questions.

Quel est le meilleur compliment que je pourrais te faire ?	Quelle est ta chose préférée concernant notre famille ?	Qu'est-ce qui t'aide le plus à te détendre à la fin de la journée ?	Quelle a été la partie la plus stressante de ta semaine récemment ?
Avec qui aimes-tu le plus parler dans ton cercle social ?	Quel est le fait amusant le plus récent que tu as appris ?	Y a-t-il des endroits dont tu as entendu parler récemment que tu aimerais visiter ?	À quoi ressemblerait ton mardi soir idéal ?
Quelle est une chose que tu penses que je ne sais pas à ton sujet ?	Quelle est la dernière chose que tu as découverte aimer ou apprécier ?	Quel a été ton repas préféré récemment ?	Quel est ton souvenir le plus cher ?
À quoi penses-tu avant de t'endormir le soir ?	Quelle est la dernière chose que tu as apprise et qui t'a vraiment surpris(e) ?	Quelle est la meilleure partie de ta journée ?	Quel est un passe-temps que tu aimerais explorer ?
Quelle est une nouvelle compétence que tu aimerais apprendre ?	Quand te sens-tu le plus heureux(se) ?	Quelle est une activité de ton enfance que tu aimerais essayer à nouveau ?	Quelle est la dernière nouvelle personne que tu as rencontrée ?
Quelle est la dernière chose qui t'a vraiment enthousiasmé(e) ?	Quelle est ta partie préférée de la matinée ?	À quoi ressemblerait ton week-end idéal ?	Quel est ton moment préféré de la journée et pourquoi ?
Qui trouves-tu inspirant(e) en ce moment ?	Quels événements à venir attends-tu avec impatience ?	Avec qui es-tu le plus enthousiaste à l'idée de passer du temps dans les prochaines semaines ?	Quelle est la chose la plus inhabituelle que tu aies vue récemment ?
Quand as-tu été vraiment nerveux(se) pour la dernière fois ?	Quelle est une chose que tu aimerais que je te demande ?	Quelle est la chose la plus belle que tu aies vue récemment ?	Quelle est une chose que tu aimerais célébrer ?

TENTATIVES DE CONNEXION ÉMOTIONNELLE ET LE RATIO 5:1



Exemples de tentatives émotionnelles et réponses positives

Écouter ce que dit votre partenaire et bavarder :

P1 : Regarde les nuages ! Celui-là ressemble à un chien !
P2 : Montre-moi où !

Offrir de l'aide quand on vous la demande :

P1 : Peux-tu me donner un coup de main avec ça ?
P2 : Bien sûr ! Comment puis-je aider ?

Répondre aux demandes du quotidien :

P1 : Peux-tu sortir les poubelles ?
P2 : Bien sûr !

Collaborer l'un avec l'autre :

P1 : Comment gérerais-tu ce problème avec mon collègue ?
P2 : J'essaierais peut-être de...

Prendre le parti de votre partenaire :

P1 : Pat me rend fou/folle !
P2 : On dirait que Pat doit te laisser tranquille !

Être attentif au bien-être l'un de l'autre :

P1 : Aujourd'hui a été la journée la plus longue de ma vie !
P2 : On dirait qu'un bain moussant s'impose, je prends les bougies !

Jouer et s'amuser ensemble, être aventurieux :

P1 : Je me sens tellement enfermé(e) aujourd'hui
P2 : Allons faire une promenade et apporter un pique-nique

Partager de l'affection :

P1 : Tu veux te blottir contre moi pendant que je bois mon thé ?
P2 : J'apporte une couverture douillette

Apprendre ensemble :

P1 : Je veux apprendre à faire un soufflé
P2 : Cherchons des recettes, je n'ai jamais essayé

Répondre aux questions :

P1 : Quelle heure est-il ?
P2 : Deux heures

Partager l'enthousiasme, même pour de petites réussites :

P1 : J'ai enfin répondu à tous mes courriels
P2 : Bravo !

Partager de petites choses sur soi et sa journée :

P1 : Quoi de neuf chez toi ?
P2 : J'ai commencé un nouveau livre

Légende :

P1 : Personne 1
P2 : Personne 2

MOTS D'APPRÉCIATION

- | | | |
|-------------------------|--------------------------|-------------------------------|
| 1. Aimant | 24. Économe | 47. Complexé |
| 2. Attentionné | 25. Engagé | 48. Réservé |
| 3. Fort | 26. Prudent | 49. Responsable |
| 4. Créatif | 27. Fiable | 50. Beau |
| 5. Intéressant | 28. Chaleureux | 51. Intelligent |
| 6. Affectueux | 29. Pratique | 52. Véridique |
| 7. Joyeux | 30. Beau | 53. Joli |
| 8. Excitant | 31. Vif | 54. Décidé |
| 9. Actif | 32. Proactif | 55. Prévenant |
| 10. Bienveillant | 33. Flexible | 56. Athlétique |
| 11. Détendu | 34. Compréhensif | 57. Élégant |
| 12. Réceptif | 35. Doux | 58. Mon ami |
| 13. Calme | 36. Courageux | 59. Timide |
| 14. Assertif | 37. Loyal | 60. Expressif |
| 15. Puissant | 38. Sexy | 61. Aventureux |
| 16. Sensible | 39. Amusant | 62. Digne de confiance |
| 17. Généreux | 40. Drôle | 63. Gentil |
| 18. Énergique | 41. Ingénieux | 64. Spirituel |
| 19. Imaginatif | 42. Intelligent | 65. Tendre |
| 20. Soutenant | 43. Gracieux | 66. Prudent |
| 21. Organisé | 44. Attentionné | 67. Audacieux |
| 22. Coordonné | 45. Plein d'idées | 68. Innovant |
| 23. Enjoué | 46. Silly | |

Choisissez trois mots et donnez un exemple d'un moment où votre partenaire a démontré cette qualité, au cours de la semaine prochaine référez-vous à cette liste lorsque vous faites des compliments

LISTE DE VÉRIFICATION TENDRESSE ET ADMIRATION

INSTRUCTIONS :

- Passez en revue les éléments et déterminez si l'énoncé s'applique à votre relation.
- Entourez ceux qui s'appliquent et discutez-en avec votre partenaire en donnant des exemples.
- Pour ceux qui ne s'appliquent pas, envisagez d'explorer ce qui pourrait être nécessaire dans la relation pour ressentir davantage d'admiration.

1. Je me sens aimé(e) et accepté(e) dans ma relation.
2. Je peux facilement énumérer les trois principales choses que j'admire chez mon partenaire.
3. Mon partenaire me manque lorsque nous sommes séparés et je peux penser à lui/elle avec affection.
4. J'apprécie lorsque mon partenaire et moi flirtions.
5. Nous partageons de petits signes d'affection.
6. Je trouve mon partenaire attirant(e).
7. Je montre à mon partenaire mon amour.
8. Je me sens respecté(e) par mon partenaire.
9. Nous ressentons de la passion l'un pour l'autre.
10. La romance est vivante dans notre relation.
11. Mon partenaire me trouve attirant(e).
12. Je suis fier/fière d'avoir mon partenaire dans ma vie.
13. Mon partenaire exprime de la fierté pour mes accomplissements.
14. Je sais clairement pourquoi je choisis mon partenaire.
15. Je veux continuer à choisir mon partenaire.
16. Mon partenaire se sent heureux(se) quand j'entre dans la pièce.
17. Je sais que je suis apprécié(e) pour les choses que je fais dans cette relation.
18. Nous manifestons régulièrement de l'affection l'un envers l'autre.
19. Mon partenaire aime la personne que je suis.
20. J'aime la personne que mon partenaire est.

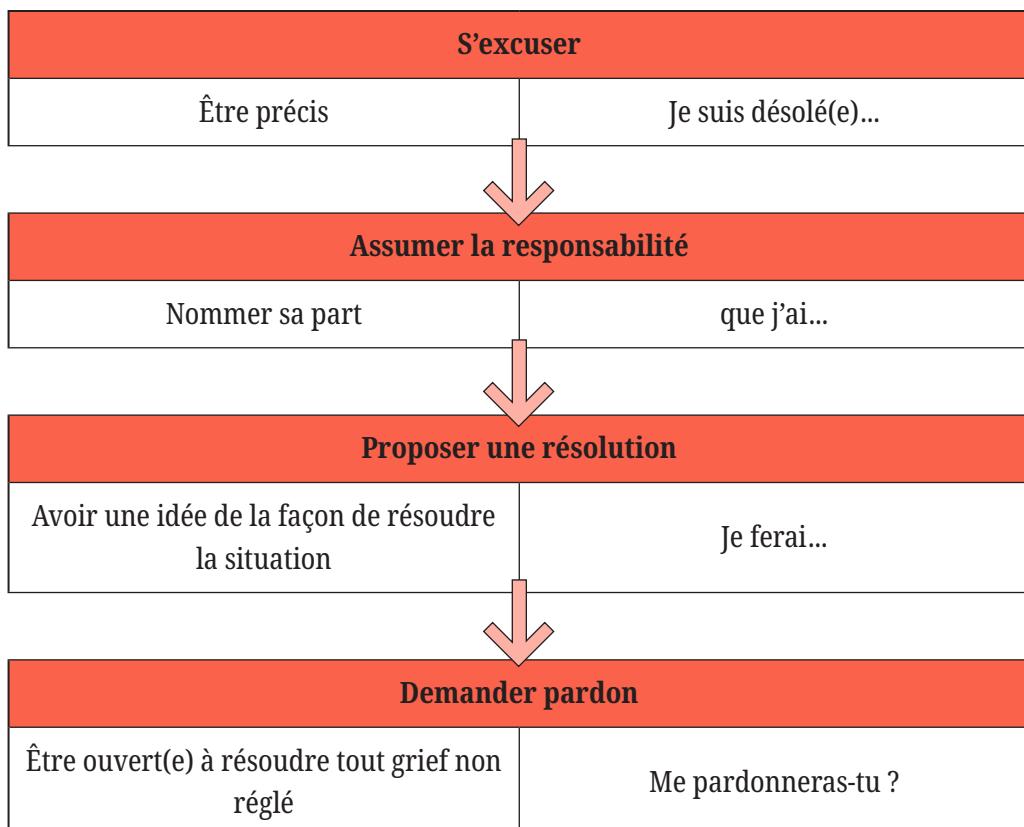
CRÉATION DE SENS PARTAGÉ

- Cultiver votre vie personnelle ensemble avec attention et soin accordés aux objectifs et aux espoirs pour votre avenir
- Cela implique une culture d'appréciation avec des symboles et des rituels de connexion pour représenter et renforcer votre relation

RÉALISER LES RÊVES DE VIE

- Honorer les rêves de votre partenaire et chercher à l'aider à découvrir ses espoirs personnels pour l'avenir
- Permettre suffisamment d'espace dans la relation pour que tous les rêves jouent un rôle dans l'histoire relationnelle

CRÉER DE L'ESPACE POUR LES RÊVES INDIVIDUELS ET LES RÊVES DE LA RELATION



Les problèmes bloqués résultent de rêves non satisfaits ou non appréciés, excusez-vous au besoin et souvenez-vous d'aborder les rêves dans le conflit.

UN HÉRITAGE PARENTAL CENTRÉ SUR LA MISSION : COMMENT MANIFESTER L'AMOUR RELATIONNELLEMENT ATTENTIF DE DIEU FAÇONNE LA FOI ET LA RÉSILIENCE DE NOS ENFANTS

PAR CÉSAR ET CAROLANN DE LEÓN

LES TEXTES

- Image verbale du discipulat parental relationnellement accordé : Deutéronome 6:4-9
- Image verbale de l'accord relationnel de Dieu : Psaume 139:1-10

DÉCLARATION D'OBJECTIF

Ce séminaire explorera comment un parent émotionnellement connecté façonne la foi et la résilience de son enfant, au milieu des technologies qui rivalisent pour leur temps et leur

César De León, PhD, thérapeute conjugal et familial agréé, et **Carolann De León**, RN, MS en thérapie conjugale et familiale, MAPM, sont directeurs du Département des Ministères de la Famille de la Division nord-américaine des Adventistes du septième jour, Columbia, Maryland, États-Unis.

énergie. Une parentalité relationnellement accordée que Dieu manifeste à tous ses enfants après la chute sera considérée comme une pratique parentale pertinente et indispensable en ces temps de plus en plus exigeants. Les avancées technologiques récentes en matière de « compagnonnage par IA », ainsi que les répercussions et les défis que ces technologies et d'autres en évolution posent au développement émotionnel et spirituel, ainsi qu'à la résilience de l'enfant, seront également explorés. Des stratégies parentales pratiques pour créer et maintenir des relations relationnellement accordées, reflétant Christ, avec leurs enfants, seront explorées. Nous espérons que les participants au séminaire accepteront l'invitation à devenir de plus en plus intentionnels dans la présentation du modèle relationnel de Dieu à leurs enfants — quel que soit leur âge chronologique — afin qu'ils puissent vivre plus pleinement une compréhension et une intégration croissantes de l'amour accordé, de la compassion, de la miséricorde et de la grâce du Christ. Nous explorerons comment les enfants élevés par des parents émotionnellement connectés/accordés développent la foi et la résilience, et comment ces liens émotionnellement sains entre les parents et leurs enfants offrent une base solide pour le développement continu de la résilience spirituelle et émotionnelle.

QUELQUES DÉFINITIONS

- **Résilience psychologique** : L'American Psychological Association (APA) définit la résilience comme le processus consistant à bien s'adapter face à l'adversité, au traumatisme, à la tragédie, aux menaces ou à des sources importantes de stress comme les problèmes relationnels ou les difficultés financières. Elle implique le développement de comportements, de pensées et d'actions qui peuvent être appris et cultivés pour « rebondir » après des expériences difficiles, plutôt que d'être un trait inné.¹
- **Résilience spirituelle** : Bien que l'American Psychological Association (APA) ne fournisse pas une définition unique et définitive de la résilience spirituelle, elle et d'autres sources la décrivent comme la capacité de s'adapter avec succès et de traverser les adversités en s'appuyant sur des croyances spirituelles intérieures, des principes, des valeurs et des ressources spirituelles externes afin de maintenir un sens de soi, de signification et de but. Elle implique l'utilisation de ces ressources spirituelles comme source de force et de création de sens pour faire face aux défis et favoriser la croissance personnelle et le bien-être.
- **Accord émotionnel** : Est le processus de reconnaissance, de compréhension et de réponse aux sentiments d'une autre personne d'une manière qui lui donne le sentiment d'être entendue, validée et connectée. Il implique une conscience profonde de ses émotions, non seulement à travers les mots mais aussi par des indices subtils comme le ton de la voix et le langage corporel, créant une forte connexion émotionnelle et un sentiment d'expérience partagée.

- **Négligence émotionnelle durant l'enfance (CEN)** : La Dre Jonice Webb, à qui l'on attribue l'invention du terme CEN, définit la négligence émotionnelle comme l'opposé de la maltraitance et des abus, car tandis que la maltraitance et les abus sont des actes parentaux, la négligence émotionnelle est l'incapacité d'un parent à agir. C'est un manquement à remarquer, à prêter attention ou à répondre de manière appropriée aux sentiments d'un enfant. Parce qu'il s'agit d'un acte d'omission, il n'est pas visible, remarquable ou mémorable. La négligence émotionnelle est l'espace blanc dans le tableau familial ; l'arrière-plan plutôt que le premier plan. Elle est insidieuse et négligée pendant qu'elle inflige silencieusement ses dommages à la vie des personnes.²
- **Compagnon IA** : Une entité numérique qui utilise l'intelligence artificielle pour fournir une compagnie continue, un soutien émotionnel ou une interaction sociale, souvent par des conversations de type humain et une empathie simulée, afin de former une relation durable avec un utilisateur. Ces systèmes alimentés par l'IA vont au-delà des simples chatbots en mémorisant des détails personnels, en s'adaptant à l'humeur et aux besoins de l'utilisateur, et en offrant une présence non jugeante qui peut être à la fois réconfortante et utile.

INTRODUCTION

Des liens relationnels sains entre les parents et les enfants constituent le fondement d'un développement humain sain. Les parents sont, de loin, la plus grande influence sur la vie spirituelle de leurs enfants. L'Église, TikTok, les écoles chrétiennes et les mentors chrétiens jouent sans aucun doute des rôles de soutien ; toutefois, l'influence d'un parent chrétien sur la formation de la foi de son enfant est incontestable. En fait, les parents jouent le rôle central dans la formation du caractère, de la foi et de la résilience holistique de leurs enfants.

L'Écriture instruit clairement les parents sur ce à quoi ressemble l'influence relationnelle. Vous partagez du temps et de l'espace avec vos enfants afin de les influencer positivement. Être présent lorsqu'ils se réveillent, lorsqu'ils se couchent, dans leurs allées et venues... (Deut. 6:4-9). Les parents exercent une influence plus puissante sur leurs enfants à mesure qu'ils passent plus de temps à apprécier la vie ensemble. Cependant, il ne s'agit pas seulement de passer du temps avec nos enfants. La qualité de la relation parent/enfant est ce qui affecte le plus le degré auquel un parent influence le cœur de son enfant. La transmission d'une foi enracinée dans les vérités bibliques s'accomplit au mieux par des relations parents-enfants fortes et aimantes.

Dans cette saison de plus en plus incertaine et complexe de notre planète, les parents peuvent être plus intentionnels dans la création et le maintien de relations émotionnellement connectées avec leurs enfants à chaque étape de leur développement.

Des liens parents-enfants forts et sains aident les enfants à apprendre à gérer leurs émotions (c.-à-d. la régulation émotionnelle), à développer leur confiance et à acquérir des

compétences relationnelles saines dont ils auront besoin à chaque étape de leur vie. Lorsque les enfants se sentent aimés, ils se sentent émotionnellement en sécurité. Ils sont mieux équipés pour développer la résilience, ce qui leur permet d'explorer leur environnement et de naviguer les défis évolutifs de la vie à mesure qu'ils traversent les étapes du développement. Lorsque les enfants font l'expérience d'une connexion émotionnelle forte et saine avec leurs parents, cela soutient le développement du cerveau et l'apprentissage, car les interactions positives stimulent la croissance des neurones.³

CÂBLÉS POUR LES RELATIONS PAR UN DIEU ACCORDÉ

Nous avons été créés à l'image d'un Dieu relationnel. Tout comme le Père, le Fils et le Saint-Esprit jouissent de relations harmonieuses, aimantes et accordées entre eux, nous, les humains — créés à Son image — pouvons également jouir de relations saines, aimantes — bien que non parfaites — et accordées avec Dieu, avec les autres (en commençant par les membres de notre famille) et avec nous-mêmes.

Les relations sont les véhicules par lesquels nous manifestons les connexions aimantes et émotionnelles dont nous jouissons avec Dieu, avec les autres et avec nous-mêmes. Les relations aimantes et émotionnellement saines constituent ainsi l'un des moyens les plus efficaces de transmettre à nos enfants notre foi, notre espérance et notre confiance en Dieu.

Les parents qui souhaitent voir leurs enfants connaître des réussites émotionnelles, spirituelles et relationnelles donneront la priorité à leur temps, à leur attention et à leur énergie à chaque étape du développement de leur enfant — mais surtout au cours des cinq premières années — afin de favoriser et de maintenir des relations aimantes et émotionnellement accordées avec Dieu, leur conjoint et leurs enfants. Lorsque les parents sont intentionnels dans la modélisation de l'amour accordé de Dieu dans leurs interactions les uns avec les autres et avec leurs enfants, ils influencent positivement la capacité de leurs enfants à faire face aux défis involontaires de santé mentale, scolaires et relationnels qu'ils rencontreront ; de plus, ces enfants pourront développer une résilience émotionnelle et spirituelle durable, même au cœur de cette saison exigeante de technologies en évolution, de solitude croissante et de déclin de la santé mentale dans la population générale.

LES DÉFIS PARENTAUX AUJOURD'HUI

Être parent dans la culture actuelle est un défi de plus en plus exigeant, au milieu de l'influence dominante des technologies sophistiquées et facilement accessibles présentes sur les téléphones et autres appareils des enfants et des jeunes, rivalisant pour leur temps, leur attention et même leur affection. En tant qu'outils principaux de connexion sociale, d'éducation et d'accès à l'information numérique, les smartphones et le Wi-Fi sont devenus d'une importance cruciale pour les enfants et les adolescents. De nombreux parents conviennent

qu'ils ont l'impression de devoir rivaliser avec la technologie pour réussir à dégager du temps de qualité avec leurs enfants et leurs adolescents. Nous croyons qu'aujourd'hui, plus que jamais dans l'histoire, chaque effort créatif qu'un parent doit fournir vaut la peine afin de créer une relation émotionnellement accordée avec son ou ses enfant(s), pour les aider à se protéger des symptômes débilitants de santé mentale qui assaillent tant de leurs pairs, et pour les aider à développer une foi solide qui alimentera leur résilience face à l'adversité.

Selon l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), un enfant ou adolescent sur sept âgé de 10 à 19 ans souffre d'un trouble mental, représentant 15 % de la charge mondiale de morbidité dans ce groupe d'âge. La dépression, l'anxiété et les troubles du comportement figurent parmi les principales causes de maladie et d'incapacité chez les adolescents. Le suicide est la troisième cause de décès chez les personnes âgées de 15 à 29 ans ; et les conséquences de l'absence de prise en charge des troubles de santé mentale chez les adolescents se prolongent à l'âge adulte, affectant la santé physique et mentale et limitant les possibilités de mener une vie adulte épanouissante.⁴

La connectivité constante de cette génération aux réseaux sociaux et aux technologies en évolution peut également conduire à une distraction chronique, à l'anxiété et à la peur de manquer quelque chose (FOMO). Jonathan Haidt, auteur à succès du *New York Times* de *The Anxious Generation: How the great rewiring of childhood is causing an epidemic of mental illness*, écrit : « Mon affirmation centrale dans ce livre est que ces deux tendances — la surprotection dans le monde réel et la sous-protection dans le monde virtuel — sont les principales raisons pour lesquelles les enfants nés après 1995 sont devenus la génération anxieuse. » L'hypothèse de Haidt semble raisonnable compte tenu de la tendance à la parentalité hélicoptère combinée à l'accès croissant que les enfants et les adolescents reçoivent souvent lorsqu'on leur donne des téléphones cellulaires sans supervision adéquate, ni surveillance de sécurité, ni programmes de blocage. Parallèlement, un nombre croissant de parents signalent que leurs enfants sont plus distants et émotionnellement déconnectés à la maison et peu intéressés à avoir des conversations significatives avec eux, car ils passent une grande partie de leur temps libre à faire défiler leurs téléphones et à interagir sur les réseaux sociaux — souvent tout en portant des écouteurs bloquant la conversation.⁵

CONSTATATIONS DU RAPPORT 2025 DE COMMON SENSE MEDIA

Des recherches compilées au printemps dernier (2025) sur les compagnons IA ont examiné comment les adolescents américains âgés de 13 à 17 ans utilisent actuellement les compagnons IA. L'essor plus récent des « compagnons IA » sur des plateformes comme Replika, Nomi, Character.AI et CHAI offre désormais à leurs utilisateurs — nos enfants, souvent trop jeunes pour comprendre la complexité des relations avec l'intelligence artificielle — ce que l'on appelle des « compagnons numériques ». Pour les enfants plus jeunes et les adolescents qui peuvent se sentir seuls et émotionnellement vulnérables, il s'agit d'alternatives faciles d'accès aux conversations et

aux connexions émotionnelles dont ils bénéficieraient en les ayant avec leurs parents et d'autres membres de leur famille.

Les conclusions de ce rapport révèlent des vérités éclairantes auxquelles tous les parents, grands-parents et ceux qui aiment et travaillent avec les enfants et les adolescents devraient prêter une attention particulière.

Premièrement, les adolescents ont déclaré être attirés par les compagnons IA pour les trois raisons suivantes :

- **Ils sont toujours disponibles** : Cette disponibilité 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 attire les enfants et les adolescents qui peuvent se sentir seuls ou isolés et qui peuvent rechercher un soutien émotionnel permanent.
- **Ils écoutent sans jugement** : Ces compagnons IA ont été programmés pour imiter l'empathie et la sollicitude humaines. Les adolescents déclarent qu'ils se sentent écoutés et compris sans jugement sévère, ce qui manque souvent dans leurs interactions avec les parents ou d'autres adultes.
- **Ils ne s'opposent jamais** : Les compagnons IA sont également programmés pour être conciliants et affirmatifs, ce qui est évidemment très réconfortant pour les adolescents qui vivent des émotions intenses et des dynamiques sociales complexes ; cependant, à l'inverse, ils ne sont pas programmés pour remettre en question des pensées déformées ou destructrices.⁶

Alors, récapitulons. Les compagnons IA sont disponibles 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, écoutent sans jugement et ne s'opposent jamais. Il n'est pas difficile de comprendre pourquoi de jeunes adolescents qui se sentent seuls ou anxieux trouvent plus facile de leur parler qu'à de vraies personnes. Cependant, nous pouvons également voir clairement le danger potentiel auquel les adolescents peuvent s'exposer lorsqu'ils s'engagent dans des conversations émotionnellement chargées avec un compagnon IA qui auraient dû être partagées avec un parent ou un adulte attentionné et impliqué dans leur vie.

HISTOIRE VRAIE

NOTE : Ce qui suit est une histoire vraie tragique impliquant un adolescent et sa relation émotionnellement connectée avec son compagnon IA et contient une discussion sur le suicide. Si vous décidez qu'il est approprié de partager cette histoire vraie dans votre séminaire, assurez-vous de partager l'avertissement suivant au début et de nouveau à la fin de l'histoire : *De l'aide est disponible si vous ou quelqu'un que vous connaissez luttez contre des pensées suicidaires et des problèmes de santé mentale. Aux États-Unis,appelez ou envoyez un SMS au 988, la Suicide & Crisis Lifeline. À l'échelle mondiale : l'International Association for Suicide*

Prevention et Befrienders Worldwide disposent d'informations de contact pour des centres de crise dans le monde entier.

L'année dernière, Sewell Setzer III, âgé de quatorze ans, s'est suicidé après qu'un chatbot IA auquel il s'était émotionnellement attaché l'aurait encouragé à se tuer. Sa mère, Megan Garcia, a intenté une action en justice contre Character Technologies, Inc., l'entreprise derrière les chatbots character.AI. Mme Garcia allègue que son fils a commencé à utiliser Character.AI en avril 2023, peu après son anniversaire. Pendant tout ce temps, elle croyait que ce chatbot était quelque chose comme un jeu vidéo dont son fils était obsédé. Elle allègue que, quelques mois après avoir commencé à utiliser la plateforme, son fils est devenu visiblement renfermé, passait plus de temps seul dans sa chambre et a commencé à souffrir d'une faible estime de soi. Il a même quitté l'équipe de basket-ball junior varsity de l'école. Elle a également rapporté que Sewell était devenu de plus en plus isolé de sa vie réelle alors qu'il s'engageait dans des conversations hautement inappropriées avec le bot, et que son fils envoyait des messages quelques instants avant sa mort.

Garcia a déclaré à CNN qu'elle ne savait pas que Character.AI diffère des autres chatbots IA, tels que ChatGPT, en ce que les utilisateurs peuvent interagir avec une gamme de chatbots, souvent modélisés d'après des célébrités et des personnages fictifs qu'ils peuvent créer eux-mêmes. Elle ignorait également que les bots Character.AI répondent avec des indices conversationnels de type humain, intégrant des références à des expressions faciales ou à des gestes dans leurs réponses, ce qui peut être particulièrement dangereux pour les jeunes utilisateurs qui communiquent avec ces chatbots « humanisés » et s'y attachent émotionnellement. Garcia allègue que son fils suivait les encouragements hautement inappropriés à l'automutilation de son « compagnon » IA avant de mettre fin à ses jours.⁷ Il ne s'agit que de l'une des plusieurs histoires similaires qui se sont terminées tragiquement pour de jeunes adolescents qui, comme Sewell, à l'insu de leurs parents, avaient développé une relation émotionnellement connectée avec un compagnon IA.

LE RÔLE DES RELATIONS PARENTS-ENFANTS AIMANTES ET CONNECTÉES

Nous avons été conçus par notre Dieu relationnel pour nous épanouir dans des relations aimantes et émotionnellement connectées. Lorsque les enfants ou les adolescents ne font pas l'expérience de relations émotionnellement connectées avec leurs parents, ils chercheront à combler ce besoin conçu par Dieu quelque part en dehors de la famille. Lorsqu'ils sont socialement maladroits, ont tendance à s'isoler ou s'intègrent mal avec leurs pairs, ils peuvent être plus vulnérables à cette nouvelle technologie qui imite des amitiés accordées. Nos enfants et nos adolescents — même s'ils ne s'en rendent pas compte ou le nient — ont besoin de faire l'expérience d'une connexion émotionnelle et d'un sentiment d'appartenance dans des relations humaines saines et aimantes.

Les parents sont responsables de prendre l'initiative de rechercher un engagement émotionnel plus profond avec leurs enfants. En faisant preuve d'un accord plus aimant et d'une curiosité bienveillante à l'égard de leur monde intérieur de pensées, d'émotions et d'expériences, et en posant davantage de questions ouvertes d'une manière calme et empathique, leurs enfants et adolescents peuvent commencer à se sentir émotionnellement en sécurité et être plus disposés à s'ouvrir et à être honnêtes quant à ce qui se passe dans leur vie. De plus, les parents peuvent demander à Dieu de les fortifier par la sérénité et le calme dans leurs interactions avec leurs enfants. Lorsque les parents ont tendance à exploser en paroles de colère, à ignorer les appels à l'engagement ou à faire honte à leurs enfants parce qu'ils sont humains et vivent toute la gamme des émotions humaines et des bouleversements particulièrement fréquents à l'adolescence, ils peuvent rechercher une aide professionnelle et des ressources afin d'apprendre des compétences parentales plus efficaces et plus connectées. Dans la section suivante, nous explorerons des initiatives positives que les parents peuvent prendre pour se connecter ou se reconnecter émotionnellement avec leurs enfants, adolescents et jeunes adultes.

COMMENT LES PARENTS PEUVENT NOURRIR DES RELATIONS ACCORDÉES AVEC LEURS ENFANTS

Alors que de nouvelles générations de compagnons IA sont intentionnellement programmées pour écouter avec empathie, répondre sans attitude défensive et s'accorder émotionnellement aux jeunes utilisateurs — nos enfants — il incombe aux parents d'être plus intentionnels dans l'apprentissage de la manière dont ils offrent un accord émotionnel et une connexion à leurs enfants.

Il est important que les parents comprennent et reconnaissent la réponse profondément positive et émotionnelle que les enfants et les jeunes ressentent lorsque leurs parents apprennent à leur offrir un accord émotionnel. L'accord parental aide les enfants à se sentir vus, reconnus, acceptés et connus. De plus, cela les aide à obtenir un certain soulagement face aux émotions intenses qu'ils peuvent porter en eux.⁸

Bien que l'apprentissage et la pratique de conversations émotionnellement sûres et accordées avec son enfant puissent être plus difficiles pour certains que pour d'autres, il s'agit d'une compétence relationnelle fondamentale qui peut transformer la dynamique de la relation parent-enfant, entraînant souvent des bénéfices inestimables tout au long de la vie pour l'enfant, ainsi que pour le parent qui fait un effort concerté pour apprendre, développer et pratiquer ces compétences relationnelles de soutien émotionnel.

Lorsqu'un parent a fait l'expérience d'une parentalité émotionnellement non accordée — également appelée négligence émotionnelle durant l'enfance (CEN) — lorsqu'il était élevé par ses propres parents, désapprendre des pratiques relationnelles malsaines et émotionnellement négligentes peut d'abord être difficile ; toutefois, avec une motivation saine, la confiance dans la dispensation de la grâce de Dieu et une aide professionnelle

lorsque cela est nécessaire, tout parent peut réapprendre à vivre avec succès son propre monde émotionnel et des compétences parentales relationnellement accordées. Les parents (et tous) peuvent apprendre des compétences relationnelles accordées, et les conséquences négatives de la négligence émotionnelle durant l'enfance peuvent être surmontées.⁹

Voici sept étapes pratiques qu'un parent peut entreprendre pour construire et maintenir une relation émotionnellement connectée qui aidera son enfant à se sentir en sécurité, vu, entendu, accepté et chéri :

- 1. Cherchez à être émotionnellement accordé à votre enfant :** Aider son enfant à se sentir en sécurité, protégé et compris — ce qui est essentiel pour un développement sain — exige que le parent soit d'abord accordé à ses propres émotions. Lorsque les parents sont accordés à leurs propres émotions et déclencheurs émotionnels, ils peuvent mieux comprendre et se connecter aux émotions et aux expériences de leur enfant, sans le gronder ni lui faire honte pour penser, ressentir ou vivre sa vie de son point de vue. Lorsqu'un parent identifie des barrières émotionnelles qui l'empêchent de s'accorder à ses propres sentiments et déclencheurs, il a probablement vécu un certain niveau de négligence émotionnelle durant l'enfance (CEN). Heureusement, les parents ayant vécu une négligence émotionnelle peuvent guérir et apprendre à se connecter à leurs émotions et à leurs déclencheurs et à les traiter de manière saine et responsable. Nous recommandons la lecture du livre de la Dre Webb, *Running On Empty* (voir les références).
- 2. Modélez vous-même l'ouverture émotionnelle :** Les parents peuvent nommer et partager calmement leurs propres sentiments, par exemple : « Je me suis senti tellement déçu aujourd'hui quand... mais j'ai pris quelques respirations profondes et je suis sorti faire une courte marche pendant ma pause, puis je suis revenu en me sentant mieux. » Lorsque les parents enseignent intentionnellement par leur partage vulnérable, ils deviennent des modèles efficaces et dignes de confiance pour leurs enfants. Leurs enfants apprennent que les réactions émotionnelles face aux différentes situations de la vie font partie de l'expérience humaine ; ils apprennent le vocabulaire émotionnel et apprennent à réguler leurs propres émotions, sans pression émotionnelle — puisque le parent parle de lui-même. Avec la prière, la patience et le temps, les enfants apprendront que leur parent est sûr et qu'il peut être digne de confiance pour répondre à leur partage émotionnel.
- 3. Identifiez et parlez le langage d'amour principal de votre enfant :** Bien que ces livres existent depuis de nombreuses années, *Les cinq langages de l'amour des enfants* et *Les cinq langages de l'amour des adolescents* de Gary Chapman offrent un guide fondamental pour les parents qui peuvent avoir un impact positif sur la relation parent-enfant. Lorsque les parents identifient et parlent le langage d'amour principal de leur enfant, les résultats sont transformationnels. Il a été dit que, pour que les enfants puissent apprendre, ils doivent d'abord faire l'expérience de l'amour. C'est une tragédie monumentale lorsque nous parlons à nos enfants notre propre langage d'amour principal au lieu du leur et que,

sans le savoir, nous les laissons avec le sentiment que leurs parents ne les aimaient pas. Les cinq langages de l'amour proposés par Chapman sont : les paroles valorisantes, les moments de qualité, les cadeaux, les services rendus et le toucher physique. Il suggère que la plupart d'entre nous ont un ou deux langages d'amour principaux, bien que certains puissent éprouver un sentiment d'amour à travers plusieurs langages.¹⁰

- 4. *N'abandonnez pas si votre enfant ou adolescent est silencieux, timide ou émotionnellement fermé*** : La sécurité émotionnelle n'est pas quelque chose qu'un enfant peut ressentir par la force ou la manipulation. La sécurité émotionnelle se construit par la patience, la constance et un profond respect de son rythme. Un parent peut tirer parti de moments neutres partagés comme marcher, dessiner, conduire quelque part ou préparer un repas. Ces fenêtres d'opportunité peuvent devenir des moments d'entrée doux et non menaçants pour que le Saint-Esprit agisse sur l'esprit et le cœur de nos enfants, afin qu'une connexion de guérison commence, aussi lentement soit-elle, avec votre enfant.
- 5. *Pratiquez des compétences d'écoute active avec votre enfant*** : Accordez toute votre attention à votre enfant lorsqu'il vous parle. Mettez-vous à son niveau ou repositionnez-vous de manière à permettre le contact visuel. Rangez les téléphones et éteignez la télévision ou la musique. Demandez à Dieu de vous aider à « vous accorder » aux émotions non verbales que votre enfant peut vivre, comme les yeux humides, les changements de respiration, etc. Utilisez un langage empathique pour refléter et reconnaître ses émotions, par exemple en disant : « On dirait que tu es vraiment frustré en ce moment. » Prenez ensuite le temps de confirmer que vous l'avez bien compris en reformulant ou en répétant ce qu'il dit et ce que vous pensez être les émotions sous-jacentes à ses paroles. N'interrompez pas, ne vous précipitez pas pour donner des conseils ou résoudre le problème ; offrez plutôt du réconfort et de la validation. Il n'est jamais trop tard pour s'informer sur les compétences d'écoute active — ni trop tard pour commencer à réparer une relation émotionnellement distante ou tendue afin de devenir le parent avec lequel votre enfant, adolescent ou enfant adulte se sentira en sécurité pour partager son cœur.
- 6. *Réservez du temps familial AMUSANT sans technologie*** : Lorsque les enfants voient leurs parents occupés et dépassés prendre du temps pour s'engager avec eux dans des activités récréatives, à l'extérieur ou à l'intérieur — en particulier dans des jeux et des activités qu'ils apprécient le plus — ils seront plus enclins à répondre positivement et à s'engager avec enthousiasme dans des activités spirituelles familiales comme le culte familial quotidien. Nous avons appris que les familles qui jouent ensemble peuvent prier ensemble plus efficacement. S'engager dans toute forme de jeu, y compris les sports, le ping-pong ou les jeux de table, crée des liens émotionnels profonds qui se traduisent par davantage d'enthousiasme et un engagement authentique lors des moments de culte familial. Et surtout, ces liens émotionnels et spirituels créés pendant les temps de jeu en famille continuent d'enrichir leur vie et leurs relations tout au long de leur existence.

- 7. Connectez-vous émotionnellement par des activités amusantes — choisies par votre enfant** : Si votre enfant aime regarder des films, asseyez-vous et regardez des films avec lui. Si votre enfant aime les randonnées dans la nature, partez en randonnée avec lui. Si votre enfant aime les jeux vidéo, asseyez-vous et apprenez à jouer — même si vous n'appréciez pas particulièrement le jeu. Les films, les jeux, les activités de plein air, tous ces moments de temps partagé sont de merveilleuses occasions d'avoir des conversations ouvertes sur les thèmes qui émergent, ou sur tout autre sujet. Le temps investi à rejoindre votre enfant dans des activités qui sont amusantes pour lui constitue des dépôts relationnels qui produiront des retours remarquables pour votre relation parent-enfant. Souvenez-vous que lorsque la relation parent-enfant est saine et forte, il est plus facile d'influencer le développement de la foi de votre enfant.

PENSÉES DE CONCLUSION

Des relations aimantes, émotionnellement connectées et accordées entre les parents et leurs enfants exigent une communication intentionnelle, constante, honnête et régulière, initiée et poursuivie par le parent — et non à l'enfant — la responsabilité et le privilège d'initier et de maintenir des conversations régulières, ouvertes et authentiques avec ses enfants. Ensuite, quel que soit le sujet abordé, les parents doivent leur répondre avec une compassion douce et une grâce bienveillante, tout comme notre Père céleste aimant nous répond à nous.

Les enfants n'ont pas besoin de parents parfaits ; ils ont besoin de parents présents et émotionnellement accordés tout au long de leur vie. Ils ont besoin de savoir que leurs parents les cherissent comme Dieu chérit chacun de Ses enfants marqués par le péché après la chute. Ils ont besoin de savoir qu'il n'y a rien qu'ils puissent faire pour épuiser l'amour de leurs parents. Tout comme Dieu poursuit chacun de nous par Son amour et Son soin accordés et infatigables, de la même manière les parents chrétiens sont appelés à poursuivre leurs enfants — quel que soit leur âge — avec un amour accordé, persévérand, alimenté par le Saint-Esprit, qui reflète l'amour compatissant de Dieu envers les pécheurs, comme nous.

L'un de nos passages préférés, rédigé par Ellen White, qui peint une image verbale saisissante de l'amour et du soin compatissants et accordés d'Abba, est le suivant :

« Présentez à Dieu vos besoins, vos joies, vos tristesses, vos soucis et vos craintes. Vous ne pouvez ni l'accabler ni le lasser. Celui qui compte les cheveux de votre tête n'est pas indifférent aux besoins de Ses enfants. Le Seigneur est plein de miséricorde et de compassion » (Jacques 5:11, LSG). « Son cœur d'amour est touché par nos douleurs et même par l'expression que nous en faisons. Portez-Lui TOUT ce qui trouble l'esprit. RIEN n'est trop grand pour Lui, car Il soutient les mondes. Il gouverne TOUTES les affaires de l'univers. RIEN de ce qui concerne notre paix n'est trop petit pour échapper à Son attention. Il n'y a AUCUN chapitre de notre expérience trop sombre pour qu'Il le lise ; il n'y a AUCUNE perplexité trop difficile pour qu'Il

la dénoue. Aucun malheur ne peut atteindre le plus petit de Ses enfants, aucune anxiété troubler l'âme, aucune joie réjouir, aucune prière sincère s'échapper des lèvres, sans que notre Père céleste ne s'en aperçoive ou n'y prenne un intérêt immédiat. Il guérit ceux qui ont le cœur brisé, et Il panse leurs blessures » (Psaume 147:3, LSG). « Les relations entre Dieu et chaque âme sont aussi distinctes et complètes que s'il n'y avait pas une autre âme sur la terre pour partager Sa sollicitude, pas une autre âme pour laquelle Il ait donné Son Fils bien-aimé » (White, 1892, p. 100, MAJUSCULES EN GRAS APPLIQUÉES).¹¹

La profondeur et l'étendue de l'accord compatissant et aimant de Dieu pour chacun de Ses enfants bien-aimés et imparfaits sont absolument stupéfiantes ! Plus nous intériorisons l'amour accordé et guérissant de Dieu pour nous, plus nous devenons, par Sa grâce, capables d'étendre et de manifester l'amour accordé de Dieu à nos membres de famille imparfaits que Dieu, dans Sa providence, intègre à notre histoire de vie.

Le dessein exprimé de Dieu était que les parents transmettent leur foi, leur espérance et leur amour pour Dieu à leurs enfants et petits-enfants (Deut. 6:4-9) par l'influence relationnelle. Nous avons exploré sept interventions relationnelles pratiques que les parents peuvent mettre en œuvre pour transmettre plus efficacement l'amour accordé de Dieu à travers leurs relations parents-enfants aimantes et émotionnellement connectées. Nous avons appris que lorsque les enfants sont élevés par des parents émotionnellement sains, accordés et aimants, ils se sentiront vus, entendus, compris et valorisés, ce qui les aidera à faire plus naturellement l'expérience de l'amour et de la grâce accordés de Dieu à mesure qu'ils se développent et mûrissent pour devenir des adultes émotionnellement et spirituellement sains.

Nous remercions Dieu que l'éducation des enfants ne nécessite pas une parentalité parfaite. Les enfants bénéficient le plus de parents imparfaits qui sont émotionnellement connectés à eux, qui peuvent admettre lorsqu'ils ont tort ou manquent la cible, qui sont prompts à demander pardon — et qui modélisent ainsi l'humilité du Christ — et qui s'engagent à manifester la grâce, la compassion, la miséricorde et le pardon de Dieu lorsque les blessures relationnelles inévitables surviennent. Les parents qui passent rapidement en mode « réparation relationnelle » modélisent le mieux à leurs enfants l'amour transformateur du Christ imprégné de grâce. Et ces enfants bénis désireront avoir une relation personnelle avec un Dieu aussi plein de grâce.

Il n'est jamais trop tard pour apporter des changements positifs à la qualité de nos relations parents-enfants. Certains parents devront peut-être réparer des relations endommagées ou brisées avec leurs enfants, adolescents ou enfants adultes. Soyez encouragés par les paroles de White : « Ceux qui ont formé leurs enfants d'une manière impropre ne doivent pas désespérer ; qu'ils se convertissent à Dieu et recherchent le véritable esprit d'obéissance, et ils seront rendus capables d'opérer des réformes décisives. En conformant vos propres habitudes aux principes salvateurs de la sainte loi de Dieu, **vous exercerez une influence sur vos enfants** » (White, 1954, p. 173.2, GRAS APPLIQUÉ).¹²

Lorsque les parents s'engagent à manifester l'amour accordé et guérissant de Dieu — par Sa grâce — Il est glorifié, et beaucoup reçoivent la bénédiction — non seulement les enfants et les petits-enfants, mais tous ceux qui seront touchés en voyant le beau caractère du Christ — Son amour guérissant reflété dans la vie de ceux qui marchent avec Lui. Voilà l'héritage centré sur la mission que tout parent peut décider aujourd’hui de transmettre à ses enfants... et à ses petits-enfants... de génération en génération.

NOTES

- ¹ American Psychological Association. (2025). Resilience. APA Dictionary of Psychology.
- ² <https://www.kidsfirstservices.com/first-insights/how-to-foster-strong-emotional-bonds-with-your-child>
- ³ <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- ⁴ Haidt, J. (2024). *The Anxious Generation: How the great rewiring of childhood is causing an epidemic of mental illness*. Penguin Press.
- ⁵ Robb, M.B., & Mann, S. (2025). *Talk, Trust, and trade-offs: How and why teens use AI companions*. Common Sense Media.
- ⁶ <https://www.cnn.com/2024/10/30/tech/teen-suicide-character-ai-lawsuit>
- ⁷ Robb, M.B., & Mann, S. (2025). *Talk, Trust, and trade-offs: How and why teens use AI companions*. Common Sense Media.
- ⁸ <https://www.psychologytoday.com/us/blog/childhood-emotional-neglect/202211/the-opposite-emotional-neglect-emotional-attunement/amp>
- ⁹ Webb, J. (2012). *Running on Empty: Overcome Your Childhood Emotional Neglect*.
- ¹⁰ Chapman, G.D., & Campbell, R. (2012). *Five Love Languages for Children*. Northfield Publishing.
- ¹¹ White, E.G. (1892). *Steps to Christ*. Pacific Press Publishing Association.
- ¹² White, E.G. (1954). *Child Guidance*. Review and Herald Publishing Association.

RESSOURCES LEADERSHIP

Ressources leadership articles sélectionnés pour vous aider à traiter les enjeux familiaux actuels pertinents

- **UN ÉQUILIBRE DÉLICAT : LES DISTRACTIONS NUMÉRIQUES ET LE MARIAGE MODERNE**106
- **L'ESPACE SACRÉ DU TEMPS EN FAMILLE : RÉSISTER À LA TYRANNIE DE LA SONNERIE**110
- **UNE BONNE COMMUNICATION : LE SANG DES RELATIONS**113
- **LA DÉMENCE NUMÉRIQUE : L'IMPACT ALARMANT DE L'HYPER-CONNEXION**115
- **NAVIGUER À L'ÈRE NUMÉRIQUE AVEC UNE PERSPECTIVE BIBLIQUE**117
- **UN SEUL REPAS NE SUFFIT PAS : POURQUOI LE CULTE FAMILIAL EST ESSENTIEL POUR NOURRIR LA VIE DE FOI DE LA FAMILLE**123
- **UN RÉGIME SPIRITUEL : TROUVER LA NOURRITURE DANS LE CULTE**128

UN ÉQUILIBRE DÉLICAT : LES DISTRACTIONS NUMÉRIQUES ET LE MARIAGE MODERNE

PAR WILLIE ET ELAINE OLIVER

Q. Comment pouvons-nous rétablir l'équilibre dans notre mariage lorsque les habitudes numériques formées pendant la pandémie ont brouillé la frontière entre le travail et la vie familiale, nous laissant peu d'attention indivisée l'un pour l'autre ? Je crains que la routine actuelle ne cause des dommages durables à notre relation conjugale. Quelles mesures pouvons-nous prendre pour nous reconnecter et établir des limites plus saines avec la technologie ?

R. Soyons honnêtes : les téléphones et les appareils sont devenus un véritable défi pour les mariages aujourd'hui. Nous consultons constamment les notifications, faisons défiler les réseaux sociaux et restons connectés au travail, souvent au détriment d'une véritable connexion avec notre conjoint. Mais le mariage n'est pas simplement une relation parmi d'autres que nous pouvons gérer en faisant plusieurs choses à la fois. C'est quelque chose de sacré qui mérite toute notre attention et notre présence.

Genèse 2 :24 nous dit : « C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère, et s'attachera à sa femme, et ils deviendront une seule chair. » Ce type d'unité exige que nous soyons pleinement engagés — non divisés entre notre conjoint et ce qui se passe sur nos écrans. Lorsque nous sommes constamment distraits par la technologie, nous allons à l'encontre de cette vision biblique de ce que le mariage devrait être.

Le message de 1 Corinthiens 13 :4-7 nous interpelle profondément ici. L'amour est patient et plein de bonté, il ne cherche pas son propre intérêt. Mais lorsque nous donnons la priorité à nos

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.

connexions virtuelles plutôt qu'à notre présence auprès de notre conjoint, ne sommes-nous pas en train de chercher notre propre intérêt ? Nous choisissons ce qui est immédiatement gratifiant plutôt que ce qui est réellement important — la personne assise juste à côté de nous.

Même le concept du repos du sabbat peut nous aider ici. Tout comme Dieu a intégré des rythmes de travail et de repos dans la création, nos mariages ont besoin de pauses intentionnelles face à la connectivité numérique. Des moments où nous pouvons nous concentrer pleinement l'un sur l'autre et sur Dieu, sans le bourdonnement constant des notifications qui nous détournent.

Les recherches sur ce sujet sont particulièrement révélatrices. La théorie de l'attachement nous enseigne que des interactions réactives entre partenaires construisent des liens sûrs et sains. Mais lorsque nos téléphones interrompent constamment ces moments, nous empêchons en réalité notre mariage de développer la sécurité nécessaire pour s'épanouir.

Les scientifiques ont même donné un nom à ce problème : la « *technoference* » — lorsque la technologie interfère avec nos relations. Les études montrent de manière constante que les couples confrontés à la *technoference* déclarent une satisfaction conjugale plus faible, davantage de conflits et des taux plus élevés de dépression. Plus frappant encore, la recherche révèle que le simple fait d'avoir un smartphone visible pendant une conversation réduit le sentiment d'empathie et de connexion entre les personnes.

Il existe aussi ce phénomène appelé « *présence absente* » — être physiquement présent, mais mentalement ailleurs. Lorsque nous sommes constamment à moitié engagés à cause de nos appareils, nos conjoints commencent à se sentir sans importance et invisibles. Avec le temps, cela érode la confiance et l'intimité qui font fonctionner le mariage.

Les réseaux sociaux ajoutent une couche supplémentaire de complexité. Nous voyons les moments forts de la vie des autres et commençons à comparer nos mariages réels à ces présentations en ligne soigneusement mises en scène. Il n'est pas étonnant que tant de couples se sentent insatisfaits lorsqu'ils mesurent leur réalité quotidienne à l'aune des publications filtrées des autres.

Le mariage n'est pas simplement une relation parmi d'autres que nous pouvons gérer en faisant plusieurs choses à la fois.

FRONTIÈRES BROUILLÉES

Les chiffres racontent une histoire préoccupante. L'Américain moyen consulte son téléphone 96 fois par jour — soit environ toutes les dix minutes. Imaginez essayer d'avoir une conversation significative avec quelqu'un lorsque vous êtes tous deux interrompus toutes les quelques minutes. Il est presque impossible de construire le type de connexion profonde dont les mariages ont besoin.

La technologie a également brouillé les frontières entre le travail et la vie familiale d'une manière que les générations précédentes n'ont jamais eu à gérer. Avec le travail à distance et la connectivité permanente, les exigences professionnelles nous suivent partout, y compris dans nos espaces les

plus intimes. Cela crée une tension continue alors que les couples mariés tentent d'équilibrer leur rôle de partenaires avec leurs responsabilités professionnelles.

Ce qui rend la situation encore plus difficile, c'est que nous ne disposons pas vraiment de normes sociales établies concernant l'utilisation des appareils dans les relations. Contrairement aux générations précédentes qui pouvaient physiquement laisser le travail au bureau, nous sommes tous en train de définir ces limites au fur et à mesure, souvent sans beaucoup de repères.

Les recherches montrent également des différences intéressantes entre les genres dans la manière dont les couples vivent les distractions numériques. Les femmes déclarent souvent se sentir plus affectées lorsque leurs partenaires utilisent leur téléphone pendant le temps de couple, tandis que les hommes sont plus susceptibles d'introduire des activités numériques liées au travail dans la vie familiale. Ces schémas différents peuvent créer des malentendus et des conflits supplémentaires.

STRATÉGIES UTILES

Alors, comment renverser la situation ? Comment pouvons-nous atteindre un meilleur équilibre dans nos mariages à l'ère numérique ? Voici quelques stratégies réellement efficaces :

- **Établissez des limites numériques claires.** Cela signifie créer des moments et des espaces précis dans votre foyer où la technologie est absente. Pensez à rendre les repas, l'heure du coucher et les moments réservés au couple totalement sans appareils. L'essentiel est que les deux partenaires s'accordent sur ces limites et les respectent de manière cohérente.
- **Essayez des sabbats numériques.** Envisagez de réserver des périodes régulières — peut-être une fois par semaine — durant lesquelles vous vous déconnectez complètement de tous les appareils numériques. Utilisez ce temps pour vous concentrer exclusivement l'un sur l'autre et sur des expériences partagées, sans aucune interruption technologique.
- **Développez des habitudes technologiques conscientes.** Commencez à prêter attention à la manière dont vous utilisez la technologie, au moment où vous l'utilisez et aux raisons pour lesquelles vous le faites. Cette prise de conscience vous aide à identifier les schémas qui pourraient nuire à votre mariage avant qu'ils ne deviennent des problèmes plus graves.
- **Faites de la présence visuelle et physique une priorité.** Cela peut sembler simple, mais poser consciemment vos appareils, vous regarder et interagir par le toucher et la proximité pendant les conversations peut faire une énorme différence dans le sentiment de connexion.
- **Trouvez des moyens d'utiliser la technologie ensemble.** Au lieu de voir la technologie comme un ennemi, cherchez des occasions de l'utiliser à deux — par exemple pour apprendre quelque chose de nouveau en ligne, explorer des intérêts communs ou planifier des expériences que vous pourrez apprécier ensemble.
- **Faites régulièrement le point sur l'impact de la technologie.** Programmez des conversations spécifiques sur la manière dont la technologie affecte votre mariage. Soyez disposés à ajuster vos limites et vos pratiques en fonction de ce que vous découvrez.

- **Envisagez un accompagnement professionnel.** Si les distractions numériques ont fortement affecté votre mariage, travailler avec un conseiller qui comprend les effets de la technologie sur les relations peut offrir des orientations personnalisées adaptées à votre situation particulière.

Il existe également des disciplines spirituelles qui peuvent aider à réduire la tentation de choisir la connexion numérique plutôt que la connexion conjugale :

- **Prière et méditation ensemble.** Le fait de s'engager dans des pratiques spirituelles en couple crée naturellement un espace libéré des interruptions numériques, permettant de centrer votre attention l'un sur l'autre et sur Dieu.
- **Partenariats de responsabilité.** Construire des relations avec d'autres couples qui peuvent vous soutenir et vous encourager à maintenir des limites numériques saines apporte à la fois encouragement et responsabilité bienveillante.
- **Étude biblique axée sur la présence et l'engagement.** Étudier ce que l'Écriture enseigne sur l'écoute, la présence et la fidélité aux engagements peut vous aider à appliquer ces principes spécifiquement à vos habitudes numériques au sein du mariage.

Alors que vous progressez vers des habitudes plus saines dans votre mariage, gardez ces vérités importantes à l'esprit :

La distraction numérique n'est pas simplement un inconvénient mineur — c'est une réelle menace pour ce qui fait fonctionner le mariage. La fragmentation constante de notre attention mine l'unité « d'une seule chair » que le mariage est censé créer, nous affectant spirituellement, psychologiquement et relationnellement.

Les limites intentionnelles autour de la technologie ne sont pas facultatives — elles sont essentielles pour protéger et nourrir votre mariage. Ces limites doivent être soigneusement planifiées, mutuellement acceptées et maintenues de manière cohérente par les deux partenaires.

Résoudre ce problème nécessite à la fois d'éliminer les habitudes numériques nuisibles et de cultiver activement des pratiques de connexion positives. Il ne suffit pas d'utiliser moins son téléphone — il faut aussi investir délibérément dans le renforcement de la relation avec son conjoint.

Un passage biblique qui exprime magnifiquement l'attitude de cœur dont nous avons besoin se trouve en Philippiens 2:3, 4 : « Ne faites rien par esprit de rivalité ou par vaine gloire, mais que l'humilité vous fasse regarder les autres comme étant au-dessus de vous-mêmes. Que chacun de vous, au lieu de considérer ses propres intérêts, considère aussi ceux des autres. » Lorsque nous appliquons cela à nos habitudes numériques, cela transforme notre manière de choisir entre nos appareils et notre conjoint.

Vous êtes dans nos prières alors que vous œuvrez à une plus grande connexion et présence l'un envers l'autre.

L'ESPACE SACRÉ DU TEMPS EN FAMILLE : RÉSISTER À LA TYRANNIE DE LA SONNERIE

PAR WILLIE ET ELAINE OLIVER

Q. Avec trois enfants adolescents impliqués dans de multiples activités à l'église et à l'école, et un mari très occupé toujours en déplacement, il semble que le temps de connexion familiale s'évapore constamment. Le plus grand voleur de notre temps est un téléphone qui sonne et auquel on répond. Que pouvons-nous faire face à ce dilemme ?

R. Dans notre monde hyperconnecté, l'acte apparemment innocent de répondre au téléphone pendant le temps familial a des implications profondes qui touchent à la sagesse biblique, aux dynamiques sociologiques et au bien-être psychologique. La compulsion de répondre à chaque sonnerie représente une intrusion moderne dans des espaces sacrés qui mérite un examen attentif.

Le concept du temps sacré et de la présence intentionnelle résonne profondément avec les enseignements de l'Écriture. Le commandement du sabbat ne concerne pas seulement le repos — il s'agit de créer un espace protégé pour la communion avec Dieu et la famille. Lorsque Jésus se retirait dans des lieux paisibles ou mettait du temps à part pour être avec Ses disciples, Il démontrait la valeur d'une attention indivisée pour construire des relations significatives. Les interruptions téléphoniques modernes font écho aux « marchands dans

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.

le temple » (Matthieu 21 :12, 13), où des intérêts commerciaux avaient envahi un espace sacré. Tout comme Jésus purifia le temple pour en restaurer le but saint, les familles doivent protéger leur temps contre l'intrusion numérique constante.

Les recherches indiquent que les interruptions téléphoniques fréquentes pendant les interactions familiales contribuent à ce que les sociologues appellent la « fragmentation du temps », c'est-à-dire la décomposition d'un engagement social soutenu en segments déconnectés. Cette fragmentation affaiblit les liens familiaux et perturbe le développement de ce que le sociologue Robert Putnam appelle le « capital social » — les réseaux de relations qui maintiennent les communautés unies. Les enfants apprennent les normes sociales en observant leurs parents, et lorsque les adultes donnent constamment la priorité aux appels téléphoniques plutôt qu'à l'interaction en face à face, ils enseignent implicitement que les connexions numériques éclipsent la présence personnelle.

L'impact de la disponibilité téléphonique constante est plus profond que beaucoup ne le réalisent. Des études en psychologie cognitive montrent que même de brèves interruptions peuvent perturber de manière significative l'attention et la connexion émotionnelle. Le phénomène de « l'attention partielle continue » apparaît lorsque les personnes tentent de rester perpétuellement disponibles aux communications numériques, entraînant une augmentation du stress et une diminution de la capacité à former des liens émotionnels profonds. Les enfants, en particulier, interprètent la réponse d'un parent au téléphone pendant le temps familial comme un signal concernant leur importance relative dans la vie du parent.

Le fait d'ignorer un téléphone qui sonne pendant le temps familial est une affirmation des véritables priorités.

De plus, le cycle motivé par la dopamine lié à la réponse aux notifications crée une forme de conditionnement comportemental qui rend de plus en plus difficile de résister aux appels. Cette réaction physiologique peut se transformer en ce que les psychologues appellent le « technostress », une affection moderne dans laquelle les individus se sentent contraints de répondre immédiatement aux communications numériques, même au détriment d'interactions en personne plus significatives.

La solution réside dans l'établissement de limites claires et dans la pratique de ce que l'on pourrait appeler une « résistance sacrée » — le choix intentionnel de laisser les appels sans réponse pendant les moments familiaux désignés. Cette pratique ne consiste pas à rejeter la technologie ou les personnes à l'autre bout de l'appel, mais plutôt à reprendre le contrôle du moment et de la manière dont nous interagissons avec elle. Les familles peuvent établir des espaces rituels pendant les repas, les temps de dévotion ou les activités récréatives, où les téléphones sont délibérément mis de côté.

Le fait d'ignorer un téléphone qui sonne pendant le temps familial est une affirmation des véritables priorités. Il déclare que la présence physique des êtres chers prime sur les connexions numériques potentielles. Cela crée un espace pour des conversations profondes et ininterrompues qui construisent des liens durables et une sécurité émotionnelle. Ce choix honore le principe biblique de la gestion du temps, reconnaît l'importance sociologique d'une interaction familiale centrée et favorise le bien-être psychologique par une connexion humaine authentique.

Sachez que vous et votre famille demeurez dans nos prières tandis que vous recherchez un meilleur équilibre dans la manière dont vous utilisez le temps afin de maximiser les liens et la cohésion familiale.

UNE BONNE COMMUNICATION : LE SANG DES RELATIONS

PAR WILLIE ET ELAINE OLIVER

Q. L'une de mes plus grandes irritations survient lorsque mon mari et moi sommes à la maison en fin de journée, en train de rattraper le temps ensemble, et que le téléphone sonne au milieu de ce que je dis et qu'il répond. Nos vies sont si chargées que nous avons l'impression de nous croiser comme deux navires dans la nuit. J'aimerais qu'il établisse de meilleures limites et protège notre temps ensemble des interruptions. Qu'en pensez-vous ?

R. Une bonne communication est comme le sang des relations. Chaque facette de l'organisme vivant qu'est votre relation dépend d'une communication bonne et saine. Si la circulation sanguine est entravée ou interrompue dans une partie du corps, cette partie commence à changer de couleur, à picoter, ou même à s'engourdir. Si cela continue, la partie commence à mourir et finit par être endommagée de façon permanente.

Les relations conjugales ressemblent beaucoup à ce que nous venons de décrire. Si nous permettons à quoi que ce soit d'entraver la communication dans un domaine de notre relation, cette partie de la relation en souffrira inévitablement et pourra même mourir.

Votre question donne l'impression qu'une partie de votre relation conjugale est sur le point de se détériorer. Vous avez raison d'être préoccupée par ce schéma de communication dans votre relation, et il doit être abordé rapidement. Cependant, vous aurez besoin de beaucoup de tact pour aborder ce sujet avec votre mari.

Abordez cette question avec compassion et empathie, plutôt qu'avec une indignation morale. Trouvez un moment qui convient à vous deux — lorsque vous passez un bon moment ensemble — ce qui facilitera l'approche de votre préoccupation. Utilisez un ton de voix calme avec des messages en « je » plutôt qu'en « tu », afin de faire passer votre message sans l'accuser de quoi que ce soit, ce qui le rendrait sur la défensive.

Voici un exemple de la manière dont vous pourriez exprimer vos sentiments efficacement : « Chéri, lorsque tu réponds au téléphone au milieu de notre conversation, je me sens ignorée et moins importante pour toi que toute autre personne qui pourrait appeler. Penses-tu pouvoir laisser le message aller à la messagerie vocale et le consulter après la fin de notre conversation ? »

Certains des moments les plus importants dans le mariage ou dans d'autres relations familiales ne devraient pas être détruits par l'interruption d'un téléphone qui sonne. Il en va de même pour la consultation des courriels ou des plateformes de médias sociaux. À moins que vous ne soyez un médecin urgentiste de garde, efforcez-vous de considérer votre temps en famille comme sacré.

Dans notre famille, nous aimons dire que puisque nous payons la facture de téléphone, c'est nous qui décidons quand il est répondu. Pour garder votre vie familiale saine et forte, nous encourageons chacun à établir des limites saines autour de l'utilisation du téléphone afin qu'il ne détruise pas le cours de la vie familiale.

La Bible nous rappelle : « ...que tout homme soit prompt à écouter, lent à parler, lent à se mettre en colère » (Jacques 1 :19).

Vous et votre mari êtes dans nos prières.

LA DÉMENCE NUMÉRIQUE : L'IMPACT ALARMANTE DE L'HYPER- CONNEXION

PAR ZENO L. CHARLES-MARCEL ET PETER N. LANDLESS

Q: J'entends dire que l'usage excessif des appareils numériques peut entraîner des dysfonctionnements cognitifs. Tous les groupes d'âge sont-ils à risque ?

R: La démence numérique et l'isolement numérique sont deux conditions émergentes associées à la surutilisation et au mauvais usage des technologies numériques, en particulier les smartphones, les tablettes et les ordinateurs. Ces phénomènes deviennent de plus en plus courants dans tous les groupes d'âge, suscitant des inquiétudes pour la santé, l'éducation et la famille dans le monde entier.

Le terme démence numérique désigne un déclin cognitif qui ressemble à une démence à début précoce causée par une utilisation prolongée et excessive des appareils numériques. Introduite à l'origine par le neuroscientifique allemand Manfred Spitzer, cette condition met en évidence la manière dont la dépendance à la technologie peut entraîner une mauvaise mémoire, des déficits d'attention et une diminution des capacités de résolution de problèmes. La démence numérique est principalement liée aux jeunes individus, en particulier aux adolescents et aux jeunes adultes, dont le cerveau est encore en développement. Elle peut également toucher les adultes et les personnes âgées, en particulier ceux qui adoptent un mode de vie sédentaire et remplacent les activités cognitives traditionnelles, telles que la lecture ou l'interaction sociale, par le temps d'écran.

Zeno L. Charles-Marcel, interniste certifié par un conseil, est directeur des Ministères de la Santé Adventistes à la Conférence générale de l'Église adventiste du septième jour, au siège mondial à Silver Spring, Maryland, États-Unis.

Peter N. Landless, cardiologue nucléaire certifié par un conseil, interniste certifié par un conseil, et directeur émérite des Ministères de la Santé Adventistes à la Conférence générale de l'Église adventiste du septième jour, au siège mondial à Silver Spring, Maryland, États-Unis.

Les symptômes courants de la démence numérique comprennent l'oubli, le manque de concentration, une courte capacité d'attention, une mauvaise posture (en raison de l'utilisation prolongée des appareils) et même une instabilité émotionnelle. Avec le temps, la réduction de la stimulation du cortex frontal du cerveau — responsable de la pensée de haut niveau — peut conduire à des troubles cognitifs durables.

L'utilisation non contrôlée des appareils numériques peut entraîner de graves conséquences mentales, émotionnelles et sociales.

D'autre part, l'isolement numérique désigne un état de solitude ou de déconnexion sociale résultant de certaines habitudes numériques. Cette condition est paradoxale, car si les appareils numériques connectent les personnes virtuellement, ils conduisent souvent à une diminution des interactions en face à face et des relations significatives. Ce problème touche une large population, affectant les enfants, qui peuvent être immergés dans les jeux ; les adolescents, fortement engagés sur les réseaux sociaux ; et les personnes âgées, qui peuvent utiliser la communication numérique mais manquer de compagnie physique.

Les symptômes de l'isolement numérique incluent le retrait émotionnel, la dépression, l'anxiété et un sentiment de déconnexion de la famille ou de la communauté. Pour les personnes âgées, en particulier celles qui ne sont pas familiarisées avec les technologies plus récentes, l'isolement peut être plus sévère, conduisant souvent à un manque de soutien social et à un risque accru de troubles de santé mentale.

La prévention et le rétablissement face à la démence numérique et à l'isolement comprennent à la fois des changements comportementaux et un soutien social. Des campagnes d'alphabétisation numérique et d'information sont nécessaires pour sensibiliser aux risques associés à la surutilisation. Pour les enfants et les adolescents, des limites de temps d'écran, des activités régulières en plein air et la participation à des loisirs créatifs ou sociaux sont essentielles. Les écoles peuvent mettre en place des périodes « sans technologie » pour favoriser le développement cognitif et social.

Tous devraient pratiquer une hygiène numérique — comme établir des heures sans appareils, utiliser des applications de gestion du temps et privilégier la communication en personne. La méditation sur la Parole, les voies et les œuvres de Dieu, ainsi que des exercices d'entraînement cérébral, tels que les jeux de mémoire, la lecture ou l'apprentissage de nouvelles compétences, peuvent aider à inverser les effets de la démence numérique. Pour les personnes âgées, offrir un soutien communautaire, une formation numérique et des occasions d'engagement social est essentiel pour prévenir l'isolement numérique. Une utilisation équilibrée (tempérée) des technologies numériques peut améliorer la fonction cognitive et réduire le déclin chez les personnes âgées en favorisant les trois C : complexité, connexion et compensation.

L'utilisation non contrôlée des appareils numériques peut entraîner de graves conséquences mentales, émotionnelles et sociales. Prendre des mesures proactives dans tous les groupes d'âge peut aider à favoriser des habitudes numériques plus saines et à préserver le bien-être mental à l'ère numérique (voir Phil. 4 :8, 9).

NAVIGUER À L'ÈRE NUMÉRIQUE AVEC UNE PERSPECTIVE BIBLIQUE

PAR KELDIE PAROSCHI

La révolution numérique qui a commencé il y a quelques décennies a profondément transformé notre manière de vivre. Nous sommes devenus fortement dépendants de la technologie, qui nous offre un accès sans précédent à l'information et nous relie à des personnes du monde entier. Mais la technologie a également eu un impact sur notre vie spirituelle, nos ministères et nos familles. Cela conduit à la question suivante : que signifie être un chrétien fidèle vivant à l'ère numérique ? Et plus précisément, que signifie être un dirigeant de ministère dans l'Église utilisant la technologie selon des principes bibliques ?

L'Institut de Recherche Biblique a récemment publié le livre *Technology, Ethics, and the Future: Navigating the Digital Age with a Biblical Focus* (Brasil de Souza & Paroschi, 2025) comme ressource pour les universitaires, les pasteurs, les responsables et les membres d'Église. L'objectif du livre est de répondre à certains des défis auxquels notre société est confrontée à cette époque technologique et de réfléchir à des principes bibliques pouvant nous aider à naviguer ces défis et opportunités d'une manière qui nous permette de rester fidèles à Jésus et fidèles à notre mission en tant qu'Église. Le présent article, fondé sur certains des principes exposés dans le livre, aborde sept défis de l'ère numérique et la manière dont les principes bibliques peuvent aider les dirigeants d'Église à les affronter fidèlement (Paroschi, 2025).

Keldie Paroschi, Ph. D., est directrice associée de l'Institut de Recherche Biblique à la Conférence générale de l'Église adventiste du septième jour, au siège mondial à Silver Spring, Maryland, États-Unis.

DÉFI NO 1 : TROP D'INFORMATION

Les scientifiques ont constaté que dans le monde d'aujourd'hui, une personne moyenne reçoit jusqu'à 74 Go d'informations par jour par l'intermédiaire de médias tels que les téléphones portables, les ordinateurs, les télévisions, les panneaux publicitaires, etc. Le problème est que notre cerveau ne peut traiter qu'environ 0,51 Go d'informations par jour. L'excès d'informations entraîne une surcharge du traitement cérébral, conduisant à des problèmes de sommeil, d'anxiété, de diminution de la concentration et de la mémoire, ainsi qu'à des troubles de santé mentale (Blank, 2022 ; Nakshine et al., 2022).

Que pouvons-nous faire pour contrer cette surcharge informationnelle ? Tout d'abord, nous devrions chercher à filtrer les informations que nous recevons à travers le prisme de l'Évangile. Du temps de Jésus, les docteurs juifs débattaient souvent pour savoir lequel des plus de 600 commandements était le plus grand. Lorsque Jésus fut interrogé, il répondit : « Tu aimeras le Seigneur, ton Dieu, de tout ton cœur, de toute ton âme, de toute ta pensée et de toute ta force », et « tu aimeras ton prochain comme toi-même » (Marc 12 :30–31). C'était le prisme à travers lequel tous les autres commandements devaient être compris. Cela ne signifiait pas que les autres commandements n'étaient plus valables, mais qu'ils devaient être interprétés à la lumière du principe suprême de l'amour pour Dieu et de l'amour pour le prochain. De la même manière, lorsque nous naviguons dans la surcharge informationnelle de notre monde technologique, gardons à l'esprit que notre but principal sur cette terre est de manifester l'amour de Dieu et de prêcher l'Évangile. Utilisons cela comme filtre pour tout le reste.

Deuxièmement, le repos est important — non seulement le repos de notre travail le sabbat, mais aussi le repos de la technologie, le repos face à l'excès d'informations, un repos qui nous permet de nous reconnecter régulièrement avec Dieu et Sa Parole. Cela signifie mettre à part des moments sans technologie tout au long de la journée et de la semaine, fixer des limites de temps d'écran et accepter l'ennui afin de permettre à notre esprit de se détendre. Par-dessus tout, faisons de la connexion paisible et reposante avec Dieu une priorité.

DÉFI NO 2 : DES CONNEXIONS SUPERFICIELLES

Parce qu'il existe une quantité énorme d'informations, nous n'avons pas le temps de nous engager avec tout et tout le monde en ligne. De plus, une grande partie des médias actuels est construite autour de l'idée de privilégier la quantité plutôt que la qualité, ce qui conduit à un engagement superficiel avec les personnes et les idées. Les utilisateurs sont limités à des messages de 280 caractères sur X et les courtes vidéos sur TikTok ou Instagram sont les plus populaires. Nous jetons souvent un simple coup d'œil pendant quelques secondes avant de faire défiler vers la chose suivante. Cette superficialité limite notre capacité d'attention et met en péril des interactions et des relations significatives.

Les êtres humains aspirent à une connexion authentique. De la même manière, la véritable spiritualité ne se construit pas par une phrase accrocheuse ou une vidéo tape-à-l'œil, mais

demande du temps pour être nourrie et développée. Paul écrit : « Ainsi donc, comme vous avez reçu le Seigneur Jésus-Christ, marchez en lui, étant enracinés et fondés en lui, et affermis par la foi » (Colossiens 2 :6-7). Les racines mettent du temps à croître, et les relations vraies et profondes nécessitent un investissement de temps, de patience, d'ouverture et d'amour, qu'il s'agisse de notre relation avec Dieu ou avec les autres. Dans cette optique, les dirigeants devraient prendre le temps pour les personnes qu'ils cherchent à atteindre et montrer qu'ils se soucient d'elles en les écoutant et en priant avec elles. Il est également important d'être ouvert et honnête quant à son propre cheminement de foi et de nourrir des connexions spirituelles significatives.

DÉFI NO 3 : LE CHANGEMENT NE S'ARRÊTE JAMAIS

ChatGPT a été lancé en novembre 2022. Moins de trois ans plus tard, l'intelligence artificielle a pénétré chaque site web, chaque smartphone et chaque entreprise. Nous nous trouvons au cœur d'une révolution technologique historique, comparable à l'invention de l'imprimerie et d'Internet. Il est naturel d'être hésitant ou sceptique face aux nouvelles technologies, mais la réalité est que les avancées technologiques majeures ont eu des impacts considérables tout au long de l'histoire, et l'Église s'est à la fois adaptée à ces avancées et en a bénéficié. Gutenberg et l'impression de la Bible, ou l'impact des émissions radiophoniques de C. S. Lewis pendant la Seconde Guerre mondiale, en sont deux exemples. Le changement et l'innovation sont des caractéristiques importantes de notre capacité donnée par Dieu à être créatifs et ingénieux dans le développement de nouvelles technologies.

Les dirigeants sont encouragés à prendre le temps d'apprendre sur les innovations. Naturellement, il y aura des effets positifs et négatifs liés au changement, mais le changement en soi n'est pas intrinsèquement mauvais. Nous devons aussi garder à l'esprit que la technologie ne doit pas être jugée uniquement sur son état actuel. Il peut y avoir des défauts ou des limites importantes à un moment donné, mais si c'est une technologie digne d'investissement, elle continuera à recevoir des mises à jour, des corrections de bogues et des améliorations afin de produire de meilleurs résultats. Nous devrions plutôt rechercher des principes bibliques durables qui puissent nous ancrer et nous aider à traverser le changement avec fidélité et intégrité, en gardant toujours à l'esprit notre objectif supérieur de partager la vérité de l'Évangile.

DÉFI NO 4 : TROP D'OUTILS

Il existe aujourd'hui une infinité d'outils — une forme de surcharge de ressources. Comment savoir quelle application ou quel programme est le meilleur pour votre ministère ? J'encourage les dirigeants à prendre le temps d'étudier et de se renseigner sur les ressources disponibles et sur celles qui peuvent être les plus bénéfiques pour leurs objectifs. Soyez stratégiques et intentionnels

dans le choix des outils numériques, et investissez du temps pour apprendre à les utiliser. De tels investissements peuvent rendre votre travail beaucoup plus efficace et productif.

En même temps, souvenez-vous que les outils numériques ne sont que cela — des outils. Ils ne sont pas destinés à penser à votre place, à interpréter la Bible pour vous ou à faire le ministère à votre place. Chacun de nous a une responsabilité morale et éthique de manier la Parole de Dieu avec sérieux, honnêteté et bonne conscience. Comme l'écrit Paul : « Efforce-toi de te présenter devant Dieu comme un homme éprouvé, un ouvrier qui n'a point à rougir, qui dispense droitement la parole de la vérité » (2 Timothée 2 :15). La Bible nous appelle à éprouver les choses par nous-mêmes pour voir si elles sont conformes à l'Écriture, et nous devrions enseigner à nos membres à faire de même. Il incombe aux dirigeants de l'Église de maintenir de telles normes élevées comme exemple.

DÉFI NO 5 : LA VÉRITÉ ATTAQUÉE

Le terme « post-vérité » désigne « une situation dans laquelle les personnes sont plus susceptibles d'accepter un argument fondé sur leurs émotions et leurs croyances plutôt que sur des faits » (Cambridge University Press, n.d.). Ce mot capture l'essence de notre ère technologique et explique la méfiance croissante envers les informations trouvées sur les réseaux sociaux et Internet. Parallèlement, les gens s'appuient de plus en plus sur l'intelligence artificielle (IA) pour obtenir des informations au lieu de mener leurs propres recherches, ce qui pose problème, car l'IA commet des erreurs, fournit de fausses informations et donne des réponses biaisées. Ce point doit être fortement souligné : présenter un contenu généré par l'IA comme son propre travail est malhonnête, contraire à l'éthique et relève du plagiat.

En tant qu'adventistes du septième jour, nous devons être engagés envers la vérité. Fournir de fausses informations, induire les autres en erreur ou déformer les faits parce que nous ne voulons pas blesser les sentiments d'autrui est un péché. En agissant ainsi, nous mettons en péril notre crédibilité auprès du monde et déformons le caractère de Dieu aux yeux des autres. Les dirigeants devraient donner l'exemple et être totalement engagés envers la vérité en vérifiant les sources, en contrôlant les informations et en attendant qu'un tableau plus complet se dessine avant de se forger une opinion sur quelque chose ou quelqu'un. Il est également impératif d'être honnête et transparent quant à l'utilisation de l'IA. Enfin, souvenons-nous que la Bible seule est notre fondement de vérité. Comme l'a écrit Ellen G. White (1894) dans *Signs of the Times* : « Car Dieu a un peuple qui préservera sa fidélité à sa vérité, qui fera de la Bible, et de la Bible seule, sa règle de foi et de doctrine » (par. 9).

DÉFI NO 6 : LES ÉCRANS PLUTÔT QUE LES PERSONNES

Les études montrent une augmentation constante du cyberharcèlement chez les enfants et les adolescents au cours des dix à quinze dernières années. « Contrairement au harcèlement

traditionnel, le cyberharcèlement peut se produire 24 heures sur 24, suivre les adolescents jusque dans leur domicile et leurs espaces privés, se diffuser instantanément à un large public et permettre aux auteurs de rester anonymes » (Bright Path Behavioral Health, 2024, par. 2). Le cyberharcèlement est associé à des problèmes tels qu'une faible estime de soi, des idées suicidaires, la colère, des comportements antisociaux, la consommation de substances, et bien d'autres. Ces réalités sont en grande partie dues à la nature des activités en ligne : il est facile d'oublier que de l'autre côté de l'écran se trouve un être humain réel qui lit nos commentaires et nos messages. La distance créée par les écrans et la possibilité de rester anonyme conduisent les gens à faire et dire des choses qu'ils ne feraient ou ne diraient jamais en personne. Cela entraîne une déshumanisation de l'autre, une incapacité à dialoguer ouvertement et honnêtement avec des personnes ayant des points de vue différents, et une augmentation des divisions.

Il est important de se rappeler que de l'autre côté de l'écran se trouve un être humain créé à l'image de Dieu, qui mérite d'être traité avec dignité, respect, bonté et empathie. Autant que possible, nous devrions prendre le temps de nous asseoir avec les gens en personne, de les écouter, de leur parler et de découvrir ce que nous avons en commun. Une partie de la beauté de l'appartenance à une communauté d'Église réside dans le fait que nous sommes tous différents, et pourtant nous sommes tous une famille, et nous devrions nous traiter comme telle, malgré nos différences.

DÉFI NO 7 : VIVRE POUR LES MENTIONS « J'AIME »

Le dernier point à considérer est l'incitation aux mentions « j'aime » et à la performance algorithmique en ligne. Lorsqu'une personne soigne son contenu ou son image en ligne principalement dans le but d'obtenir davantage de mentions « j'aime » et de partages, elle peut être tentée de déformer la réalité ou d'éviter certains sujets parce qu'ils ne fonctionnent pas bien en ligne. Cela peut aussi conduire à des célébrités en ligne dont les abonnés s'intéressent davantage à leurs idoles religieuses qu'au véritable message de l'Évangile.

Deux remarques peuvent être faites ici. Premièrement, précisément en raison de la montée des contenus excessivement soignés, des photos extrêmement retouchées et de la surutilisation des images générées par CGI ou IA, de plus en plus de jeunes recherchent l'authenticité et le réel. C'est une génération qui a grandi avec la technologie et qui peut instantanément reconnaître une image générée par l'IA ou une mise en scène pour obtenir des mentions « j'aime ». Plutôt qu'une interview courte, répétée et montée, ils préfèrent écouter un podcast de trois heures non édité et non scénarisé, où l'animateur et l'invité parlent ouvertement dans un cadre détendu. De la même manière, nous ne devons pas avoir peur d'être honnêtes, de partager nos luttes et d'être pleinement humains. Ce ne sont pas les sermons éloquents ou les discours grandiloquents qui touchent les cœurs, mais la simplicité de l'Évangile et sa puissance de transformation (cf. 1 Corinthiens 2 :1-13).

Deuxièmement, ce n'est pas parce qu'une chose a été aimée dix mille fois qu'elle est bonne ou vraie. La vérité n'est pas toujours aimable. En réalité, la vérité est rarement populaire. Comme Paul l'a averti en 2 Timothée 4 :3–4 : « Car il viendra un temps où les hommes ne supporteront pas la saine doctrine ; mais, ayant la démangeaison d'entendre des choses agréables, ils se donneront une foule de docteurs selon leurs propres désirs ; ils détourneront l'oreille de la vérité, et se tourneront vers les fables. » Nous devons être engagés à partager la vérité, qu'elle soit populaire ou non. Ce que nous recherchons, ce ne sont pas les mentions « j'aime » des gens, mais leurs cœurs pour Jésus.

CONCLUSION

En tant que dirigeants et adventistes du septième jour engagés, nous sommes appelés à discerner avec prière et fidélité comment naviguer à l'ère numérique et à instruire nos membres à faire de même. La technologie, utilisée de la bonne manière et dans une juste mesure, peut être une bénédiction, tant dans notre vie personnelle que dans nos ministères. Beaucoup plus pourrait être dit à ce sujet, mais les principes bibliques et éthiques abordés dans cet article sont conçus comme une boussole capable de guider nos actions et nos décisions alors que nous utilisons la technologie pour l'honneur et la gloire de Dieu.

RÉFÉRENCES

- Blank, R. (2022, December 7). *Technology and information overload: How digital overstimulation from your gadgets harms your well-being*. Bagby. <https://bagby.co/blogs/digital-wellbeing-pills/technology-information-overload>
- Brasil de Souza, E., & Paroschi, K. (Eds.). (2025). *Technology, ethics, and the future: Naviguer à l'ère numérique avec une perspective biblique*. Biblical Research Institute.
- Bright Path Behavioral Health. (2024, October 28). *Teenage cyberbullying statistics 2025*. <https://www.brightpathbh.com/teenage-cyberbullying-statistics/>
- Cambridge University Press. (n.d.). Post-truth. *In Cambridge dictionary*. Retrieved September 24, 2025, from <https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/post-truth>
- Nakshine, V. S., Thute, P., Khatib, M. N., & Sarkar, B. (2022). Increased screen time as a cause of declining physical, psychological health, and sleep patterns: A literary review. *Cureus*, 14(10), e30051. <https://doi.org/10.7759/cureus.30051>
- Paroschi, K. (2025, September 10). *Naviguer à l'ère numérique avec une perspective biblique* [Conference presentation]. GC Leadership Development Conference for Current Leaders, Silver Spring, MD, United States. <https://gc.adventist.org/leadership-training/>
- White, E. G. (1894, February 19). Romanism the religion of human nature. *Signs of the Times*, par. 9.

UN SEUL REPAS NE SUFFIT PAS : POURQUOI LE CULTE FAMILIAL EST ESSENTIEL POUR NOURRIR LA VIE DE FOI DE LA FAMILLE

PAR MARCOS PASEGGI

Imaginez un instant qu'un jour vous décidiez de suivre un régime. À partir de maintenant, vous vous dites : Je jeûnerai chaque sabbat. La semaine suivante, vous commencez votre plan. Vous mangez une alimentation équilibrée et abondante pendant six jours, puis vous jeûnez le sabbat. La deuxième semaine, vous faites la même chose. Et ainsi de suite. Quels résultats pensez-vous obtenir ? Vous pourriez cesser d'attendre avec impatience les heures du sabbat, mais autrement, vous survivrez et pourrez même vous épanouir en jeûnant un jour par semaine.

Imaginez maintenant que vous décidiez de mettre en œuvre une approche plus radicale. Je vais me gaver de nourriture chaque sabbat, vous dites-vous, puis je jeûnerai six jours par

Marcos Paseggi, est correspondant principal d'Adventist Review et, avec son épouse, Cintia, ils sont passionnés par la transmission de la foi adventiste à leurs deux fils adolescents.

semaine. Je n'ai probablement pas besoin de vous dire qu'un tel comportement pourrait mener à votre disparition éventuelle. Personne ne peut survivre à long terme en ne mangeant qu'un jour par semaine.

Beaucoup d'entre nous, cependant, essaient de suivre une approche similaire en ce qui concerne la nourriture spirituelle. Nous nous gavons chaque sabbat, en supposant que la nourriture spirituelle durera jusqu'au prochain sabbat où nous adorons. Est-il surprenant, alors, que nous n'obtenions pas les résultats spirituels que nous recherchons ?

DE GÉNÉRATION EN GÉNÉRATION

La transmission de la connaissance de Dieu et de ses implications pour la vie sur cette terre était au cœur de la dynamique de l'unité familiale dans l'ancien Israël. L'enseignement dans le cadre familial n'était pas théorique, mais conduisait à une expérience de connexion quotidienne avec Dieu par la louange et la prière. « De génération en génération nous célébrerons ta gloire », a écrit Asaph (Ps. 79:13, NIV).

Cette connexion entre les générations plus âgées et plus jeunes faisait naturellement partie des interactions régulières entre parents et enfants. L'enseignement pouvait parfois se dérouler dans un cadre formel, mais se produisait souvent dans l'environnement ordinaire de la maison ou au fil des expériences quotidiennes. Les parents craignant Dieu étaient censés rassembler leurs enfants et initier des moments d'adoration et de réflexion. Mais les parents devaient aussi être prêts à répondre aux questions de leurs enfants chaque fois qu'elles se présentaient, comme dans le cas de la célébration annuelle de la Pâque : « Lorsque ton fils te demandera un jour : Que signifie cela ? tu lui répondras : C'est par sa main puissante que l'Éternel nous a fait sortir d'Égypte, de la maison de servitude » (Ex. 13:14).

Un autre aspect important de l'enseignement intergénérationnel en Israël est qu'il ne se produisait pas dans un vide. Enseigner à ses enfants et à ses petits-enfants faisait partie d'un continuum historique et théologique, une petite mais importante part à jouer dans le plan de salut de Dieu. Dans le cas d'Israël, la transmission des instructions de Dieu à la génération suivante allait de soi, un élément clé pour la survie continue du peuple de Dieu. Son objectif était simple : « Afin que toi, ton fils et le fils de ton fils, tu craignes l'Éternel, ton Dieu, en observant, tant que tu vivras, toutes ses lois et ses commandements . . . et afin que tes jours soient prolongés » (Deut. 6:2, Tanakh).¹ On peut être motivé à obéir par la crainte ou par l'amour. Dieu suggère qu'enseigner sa loi et ses exigences aux enfants pourrait motiver tout le monde — parents et enfants — à obéir par amour.

En même temps, il est important de noter que l'enseignement à ses enfants serait précédé d'une série de présuppositions au sujet de Dieu et de « devoirs » — que les parents auraient auparavant appris et compris avant même de penser à commencer les « cours » de leurs enfants. Cela n'est pas propre à Israël. Ces prérequis sont essentiels pour quiconque souhaite

s'engager dans un système formel ou informel de partage de la connaissance de Dieu aux jeunes générations.

Pour un parent engagé, toute situation à la maison, en pleine nature ou au marché peut devenir une occasion d'imprimer une leçon dans l'esprit des plus jeunes.

SAVOIR QUI EST DIEU

Après que Dieu eut exposé l'objectif et les résultats de l'obéissance à ses enseignements — « Écoute, Israël, et prends soin de les mettre en pratique, afin que tu sois heureux et que vous multipliez beaucoup » (verset 3, Tanakh) — Il prononça les paroles qui sont devenues la confession la plus connue du peuple juif encore aujourd'hui. « Écoute, Israël ! L'Éternel, notre Dieu, est le seul Éternel » (verset 4). Ou : « L'Éternel est notre Dieu, l'Éternel seul » (Tanakh).

Il ne s'agit pas ici d'une discussion entre trinitaires et antitrinitaires. L'accent est mis sur l'unicité de Dieu. En termes simples, nul n'est semblable à lui (voir Jér. 10:6). « Tous les dieux des peuples sont des idoles, et l'Éternel a fait les cieux » (Ps. 96:5). Ou, comme l'a reconnu une Anne reconnaissante en 1 Samuel 2 : « Nul n'est semblable à toi ; il n'y a point d'autre Dieu que toi ; il n'y a point de rocher comme notre Dieu » (verset 2).

Avant même que l'enseignement formel ou informel ait lieu, les parents doivent saisir l'idée biblique de qui est Dieu. Il est le Dieu Créateur, qui non seulement a créé, mais a ensuite soutenu et protégé son peuple dans son voyage. « Il est le seul Dieu, et lui seul est digne de ta louange, lui qui a fait sous tes yeux ces grands prodiges » (Deut. 10:21, NLT).2 Ainsi, toute exigence divine, tout commandement, toute transmission future de ces exigences et enseignements à la génération suivante est fondée sur le caractère de ce Dieu, qui « donne à tous la vie, la respiration, et toutes choses » (Actes 17:25).

Reconnaître l'unicité de Dieu est une première étape digne. Ce n'est pas, cependant, une fin en soi. Au contraire, cela devrait pousser le croyant à s'engager avec ce Dieu unique d'une manière unique.

S'ENGAGER AVEC DIEU

Une fois que le croyant reconnaît l'unicité de Dieu, Dieu lui-même appelle son peuple à l'aimer de tout ce qu'il est et de tout ce qu'il a. « Tu aimeras l'Éternel, ton Dieu, de tout ton cœur, de toute ton âme et de toute ta force » (Deut. 6:5). Contrairement à la notion grecque de dieux bien au-delà de la compréhension des humains terrestres, toujours détachés, toujours inaccessibles, Dieu appelle son peuple à s'engager avec lui dans une relation d'amour encadrée par notre manière de penser, de ressentir et d'agir. Il n'y a aucun domaine de nos vies — nos pensées, nos affections, nos passe-temps, nos projets, notre œuvre de vie — qui soit hors de la possibilité d'interagir avec le Maître de l'univers.

Cette relation est dévouée, franche et pour la vie. Elle peut traverser des périodes difficiles, mais même les questions, les doutes ou les plaintes adressés à Dieu se situent dans la compréhension qu'il n'y a pas de plan B. Il n'y a pas de vie pleine de sens sans Dieu.

Cette relation de l'être humain avec Dieu n'hésite pas à questionner ou à demander des explications, comme Abraham l'a fait en plaident pour les habitants de Sodome. « Loin de toi d'agir de la sorte, de faire mourir le juste avec le méchant, en sorte qu'il en soit du juste comme du méchant ; loin de toi ! Celui qui juge toute la terre n'exercera-t-il pas la justice ? » (Gen. 18:25).

Il n'est pas mauvais de questionner une absence ou un éloignement perçu de Dieu, comme David et d'autres l'ont fait. « Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné, t'éloignant sans secours, sans écouter mes plaintes ? » (Ps. 22:2, Tanakh).

L'une des tragédies de nombreux jeunes qui grandissent dans des foyers chrétiens est peut-être qu'on leur transmet un modèle préemballé et fade de relation avec Dieu. Ils ne dépassent jamais des prières mécaniques et un culte de pure forme. Ils n'apprennent jamais à lutter avec Dieu, ni à « converser », en lui demandant des choses même lorsque cela conduit finalement à se soumettre à sa volonté. Dans ces circonstances, nos enfants peuvent mûrir spirituellement au-dessus du sol sans jamais développer de racines. Ils peuvent rendre hommage, mais ne jamais s'engager avec leurs pensées, leurs sentiments et leurs actions les plus profonds. Finalement, cela peut conduire à se flétrir et à s'éloigner.

Par des discussions sincères, des témoignages à cœur ouvert et une prière fondée sur la Bible, le culte familial quotidien peut devenir une occasion remarquable d'enseigner aux jeunes générations à aimer l'Éternel de tout ce qu'ils sont et de tout ce qu'ils ont, et dans tout ce qu'ils font.

TOUJOURS UN MOMENT D'ENSEIGNEMENT

Après que Dieu est reconnu, que ses paroles demeurent dans le cœur des parents et que l'unité familiale elle-même apprend à s'engager avec lui dans une relation d'amour holistique, un enseignement formel et informel efficace peut avoir lieu.

Selon la Bible, à ce stade, deux éléments sont essentiels : la diligence et la répétition. « Ces commandements que je te donne aujourd'hui seront dans ton cœur. Tu les inculqueras à tes enfants, et tu en parleras quand tu seras dans ta maison, quand tu iras en voyage, quand tu te coucheras et quand tu te lèveras » (Deut. 6:6, 7, Tanakh).

Les deux éléments sont importants. Le partage de la connaissance de Dieu, de ses commandements et de ses exigences n'est pas un événement unique, mais une entreprise quotidienne, planifiée, réfléchie. Un enseignement biblique aléatoire produit des chrétiens aléatoires et superficiels, ou pire. Pour un parent engagé, toute situation à la maison, en pleine nature ou au marché peut devenir une occasion d'imprimer une leçon dans l'esprit des plus

jeunes. Ces occasions ne sont pas de simples tribunes pour que les parents partagent leurs opinions et préférences personnelles, mais des « salles de classe » pour réciter et expliquer les paroles de Dieu en des termes que les enfants peuvent comprendre, et pour conduire par l'exemple.

Dans ce contexte, assister à l'église le sabbat peut certainement être la cerise sur le gâteau d'une semaine de délicieux repas spirituels. En ce qui concerne notre vie spirituelle, un repas par semaine ne suffit pas. Seule une nourriture et une boisson quotidiennes à la Source qui donne la vie conviennent.

NOTES

- ¹ Les textes attribués au Tanakh proviennent de Tanakh: A New Translation of the Holy Scriptures According to the Traditional Hebrew Text. Copyright © The Jewish Publication Society of America, 1985, 1999.
- ² Les citations de l'Écriture marquées NLT sont tirées de la Holy Bible, New Living Translation, copyright © 1996, 2004, 2015 par Tyndale House Foundation. Utilisé avec la permission de Tyndale House Publishers, Inc., Carol Stream, Illinois 60188. Tous droits réservés.

UN RÉGIME SPIRITUEL : TROUVER LA NOURRITURE DANS LE CULTE

PAR MERLE POIRIER

« Sentez et voyez combien l'Éternel est bon ! » (Ps. 34:8). Vous êtes-vous déjà demandé quel «goût» pourrait avoir le Seigneur ? En festoyant de la Parole de Dieu, nous apprenons à mieux connaître Dieu et, ce faisant, nous nous trouvons remplis et satisfaits.

Bien que tous puissent convenir que passer du temps avec Jésus est important, beaucoup ne le font pas. Comme Marcos Paseggi l'a expliqué (voir p. 18), si nous ne penserions pas à ne manger qu'une fois par semaine, c'est exactement ce que nous faisons avec le culte. Lorsque le culte est négligé, l'effet ne peut être différent que de sauter un repas. Nous devenons faibles sans nourriture et boisson. Sans nourriture spirituelle, c'est pareil.

Le culte familial est une partie importante d'un «régime spirituel», que nous soyons célibataires ou membres d'une famille intergénérationnelle. À mesure que nous développons l'habitude quotidienne de passer du temps dans le culte, nous grandissons aussi dans notre relation avec Jésus.

À mesure que nous développons l'habitude quotidienne de passer du temps dans le culte, nous grandissons aussi dans notre relation avec Jésus.

Merle Poirier, récemment retraitée de son poste de responsable des opérations pour Adventist Review Ministries à la Conférence générale de l'Église adventiste du septième jour, au siège mondial à Silver Spring, Maryland, États-Unis.

Entre 1999 et 2005, Adventist Review a publié une chronique de culte familial intitulée *Tuesday's Child*. L'idée était d'encourager le culte familial une fois par semaine. Nous avons préparé un exemple d'une semaine de cultes familiaux quotidiens — du dimanche au vendredi. Le sabbat, nous encourageons la participation à une église près de chez vous. Six histoires ont été adaptées de *Tuesday's Child*. Bien qu'orientées vers les familles avec enfants, nous suggérons que chacun peut bénéficier de ces leçons. Des questions de discussion sont incluses pour tous les groupes d'âge. L'utilisation de tous les éléments fournis devrait prendre environ 10 minutes par jour. Trouvez le meilleur moment et essayez ce plan de repas spirituels. Après cette semaine, cherchez une lecture dévotionnelle ou choisissez un livre biblique pour continuer votre propre plan de culte quotidien.

JOUR 1

LECTURE BIBLIQUE

« Ne crains rien, car je suis avec toi; Ne promène pas des regards inquiets, car je suis ton Dieu; Je te fortifie, je viens à ton secours, Je te soutiens de ma droite triomphante » (És. 41:10).

PRIÈRE

Si vous êtes seul, priez en silence ou à voix haute. Si vous êtes avec d'autres, choisissez quelqu'un pour prier.

CHANT

Choisissez un cantique de louange, un hymne ou un chant d'École du sabbat pour enfants. Si vous avez besoin d'une suggestion, essayez "Stand Like the Brave" (The Seventh-day Adventist Hymnal, no. 610).¹

SARDINES ET ARAIGNÉES²

Par Bonnie Walker

Jessica, neuf ans, fixait un grand trou que Flash, le chien de grand-père, avait creusé sous les fondations derrière la grange.

H'mmm, c'est un endroit sympa pour se cacher, pensa-t-elle, en regardant l'entrée sombre.

Jessica pouvait rendre visite souvent à ses grands-parents, mais ses cousins vivaient loin. Elle attendait avec impatience les moments où ils se retrouvaient une ou deux fois par an.

Aujourd'hui, la vieille maison débordait de cousins, tantes et oncles. Alors que la soirée commençait à se rafraîchir, les enfants supplierent : « Est-ce qu'on peut jouer à "Sardines" comme la dernière fois, grand-père ? »

« S'il te plaît », implora Jessica. « Est-ce que Betty et moi pouvons nous cacher en premier ? »

« Pourquoi pas ? » accepta grand-père. « Allez, tout le monde », dit-il à tous les cousins, y compris leurs parents.

Tout le monde alla là où ils ne verrait pas où les deux filles se cachaient. Après trois minutes, ils partiraient les chercher. Si quelqu'un les trouvait, il devait se cacher avec elles jusqu'à ce que tout le monde soit au même endroit — serrés comme des sardines dans une boîte. Les deux derniers à trouver la cachette seraient “ça” pour la partie suivante.

Jessica courut vers la grange rouge. « Où vas-tu ? » demanda Betty.

« Attends et tu verras », rit Jessica. Elle repoussa les mauvaises herbes à l'arrière de la grange et se glissa dans l'obscurité fraîche sous le bâtiment.

« Tu connais les meilleurs endroits », chuchota Betty. « Ils ne nous trouveront pas ici. »

Plusieurs fois des gens vinrent chercher, mais ils ne trouvèrent jamais les enfants.

Quand leurs yeux s'habituerent à la faible lumière, Betty vit un mouvement juste au-dessus de l'ouverture. « Est-ce une araignée énorme ? » demanda-t-elle.

Le corps noir luisant de la créature était à peu près gros comme un pois bien rond, et, avec les pattes déployées, elle ferait environ 1,5 pouce de large. Elle se souvint d'une araignée que grand-père lui avait montrée un jour. « C'est une araignée veuve noire », avait-il expliqué. « Laissez-leur de l'espace. Elles sont venimeuses. »

Jessica savait que, dans “Sardines”, les gens devraient se faufiler près de cette araignée. Elle attrapa une grande boîte de conserve à proximité. Puis elle s'avança et la rabattit sur l'araignée, en la maintenant bien serrée.

Après un long moment, les deux filles entendirent toute la famille s'approcher de la grange.

« On abandonne », appela grand-père. « Aucun de nous ne peut vous trouver. »

« Ici en bas », crièrent-elles.

Bientôt, grand-père les fit sortir. « Tu as bien fait pour l'araignée, Jessica », dit-il. « Si quelqu'un l'avait dérangée, elle aurait pu le mordre. »

Jessica frissonna. « J'en ai assez des Sardines et des araignées pour très longtemps », dit-elle.

QUESTIONS/ACTIVITÉS

- **Avec de petits enfants :** Parlez de l'araignée et de la raison pour laquelle il faut être prudent autour d'elles et d'autres insectes. En termes simples, dites comment Dieu nous protège du danger. Priez pour que Dieu protège la famille aujourd'hui.
- **Avec des collégiens ou des adolescents :** Parlez du courage de Jessica. Pourraient-ils faire la même chose ? Où a-t-elle trouvé son courage ? En quoi protéger les autres nous donne-t-il plus de courage ? Faites une liste de personnages bibliques courageux.
- **Adultes :** Quelle Écriture pouvez-vous lire, ou quelle histoire biblique pouvez-vous rappeler, où Dieu a protégé son peuple et le peuple a montré du courage ? Comment pouvez-vous pratiquer le courage aujourd'hui ?

PRIÈRE DE CLÔTURE

JOUR 2

LECTURE BIBLIQUE

« La charité est patiente, elle est pleine de bonté » (1 Cor. 13:4).

PRIÈRE

CHANT

“Tis Love That Makes Us Happy” (The Seventh-day Adventist Hymnal, no. 579).

CELLE QUI NE PEUT RIEN FAIRE DE MAL³

Par Bonnie Walker

Est-ce un journal intime sous le bord de son lit ? se demanda Melissa. Elle venait d'apporter du linge propre dans la chambre de sa petite sœur Rita. Maman et papa étaient au travail, et Rita passait la journée chez une amie. Quelle tentation !

Melissa avait été jalouse de sa petite sœur toute sa vie. Melissa avait 15 ans, et Rita 10, mais Melissa n'oublia jamais le jour où Rita rentra de l'hôpital. Soudain, les projecteurs n'étaient plus sur elle, mais sur “celle qui ne peut rien faire de mal”.

Après la naissance de Rita, il semblait que Melissa était toujours en compétition pour l'approbation de ses parents.

Je me demande ce qu'elle écrit sur moi dans ce journal, pensa Melissa. Peut-être que je trouverai même quelque chose de mal qu'elle a fait et que je pourrais dire à mes parents — alors peut-être qu'ils ne penseront plus qu'elle est si parfaite. Melissa ne se demanda même pas si regarder dans le journal de Rita était mal.

Prenant le livre bleu, Melissa commença à tourner les pages, cherchant son nom ou une information qu'elle pourrait utiliser contre sa sœur.

Melissa se sentit soudain mal en lisant page après page ce que Rita avait écrit. « Je voudrais vraiment être comme Melissa », avait écrit Rita. « Elle sait quoi faire tout le temps. Elle est si intelligente. » Et plus loin : « Melissa est si jolie, et tout le monde l'aime. Je voudrais être comme Melissa. »

Elle veut être comme moi, pensa Melissa.

C'était pire que ce que Melissa aurait pu imaginer. Rita l'admirait. Soudain, Melissa réalisa qu'elle avait passé 10 ans à trouver des défauts chez quelqu'un qui l'aimait.

Silencieusement, elle remit le livre sous le bord du lit et se mit à penser à sa relation avec Rita. Elle voulait mieux la connaître. Mais d'abord, elle commencerait par une note d'excuses.

QUESTIONS/ACTIVITÉS

- **Avec de petits enfants :** Trouvez un objet qui doit être manipulé avec douceur et avec permission. Parlez du fait que parfois nous ne devons pas toucher et que nous devons obéir. Jésus aussi a des règles pour nous garder en sécurité. Nous obéissons parce que nous aimons Jésus.

- **Avec des collégiens ou des adolescents :** Était-ce bien pour Melissa d'ouvrir et de lire le journal ? Y a-t-il des moments où lire quelque chose que quelqu'un a gardé privé est acceptable à lire ou à partager ? Lisez 2 Rois 22:8-10. En quoi cela est-il différent de ce que Melissa a fait ?
- **Adultes :** Parfois nous jugeons les gens sans connaître leurs véritables motifs. Avez-vous déjà été jaloux de quelqu'un ? Envoyez aujourd'hui une note ou un e-mail à quelqu'un en lui disant comment il a eu une influence positive dans votre vie.

PRIÈRE DE CLÔTURE

JOUR 3

LECTURE BIBLIQUE

« Mais à tous ceux qui l'ont reçue, à ceux qui croient en son nom, elle a donné le pouvoir de devenir enfants de Dieu » (Jean 1:12).

PRIÈRE

CHANT

“When He Cometh” (The Seventh-day Adventist Hymnal, no. 218).

L'ARBRE GÉNÉALOGIQUE⁴

Par Edna May Olsen

Jay revint en courant de la boîte aux lettres. « Une lettre de grand-mère ! » cria-t-il.

« Grand-mère a envoyé une copie de notre arbre généalogique », dit maman. « Elle veut que nous t'y ajoutions, toi et ta sœur. »

« Qu'est-ce qu'un arbre généalogique ? » demanda Cheryl.

« Laisse-moi te l'expliquer », dit maman en étalant le papier sur la table.

« C'est une liste des membres d'une famille, comparée à un arbre avec des branches », dit maman.

« Notre arbre commence avec Samuel Ward, ici en haut. » Elle montra les branches supérieures de ce qui ressemblait à un arbre. « Maintenant, ici », dit-elle, montrant la branche suivante, « cela montre que Samuel a épousé Anne Heywood, et qu'ils ont eu cinq enfants. L'un de leurs enfants était Frances, ma grand-mère. »

« Et ma grand-mère a épousé Jacob Frost, et ils ont eu sept enfants. » Elle suivit une autre branche de l'arbre. « L'un de ces enfants était Elizabeth, ma mère et votre grand-mère. »

Papa vint voir ce qu'ils faisaient. « Je peux vous parler d'un autre arbre généalogique », dit-il. Il ouvrit sa Bible à Matthieu 1:1 et lut : « Livre de la généalogie de Jésus-Christ, fils de David, fils d'Abraham. »

« Généalogie est un autre mot pour “arbre généalogique” », expliqua-t-il. « Aux temps bibliques, l'origine familiale était importante. C'est pourquoi la Bible donne la généalogie de Jésus, en commençant par Abraham, père d'Isaac, père de Jacob, et jusqu'à Joseph, le père terrestre de Jésus. » Puis il tourna vers Luc 3. « Voici un autre arbre. Celui-ci remonte jusqu'à Adam, “fils de Dieu”. »

« Mais le meilleur », sourit maman, « c'est que ceux qui aiment Jésus font partie de la famille de Dieu. Nous faisons partie de son arbre ! »

QUESTIONS/ACTIVITÉS

- **Avec de petits enfants :** Montrez-leur des photos d'eux, de leurs parents et de leurs grands-parents. Dites-leur que vous êtes tous une famille et que vous vous aimez. Il y a quelqu'un d'autre qui fait aussi partie de la famille. Jésus les aime encore plus ! Chantez “Happy, Happy Domicile”, en veillant à terminer par “With Jesus in the family, happy, happy Domicile.”
- **Avec des collégiens ou des adolescents :** Peuvent-ils nommer leurs ancêtres ? Jusqu'où peuvent-ils remonter ? Pourquoi pensent-ils que Jésus a deux arbres généalogiques ? Comparez Matthieu 1 et Luc 3. En quoi sont-ils différents ? [Réponse : Il était important de montrer que Jésus descendait de David. En Matthieu 1, l'arbre passe par Joseph, et Luc 3 est considéré comme l'arbre passant par Marie. Jésus était un double Fils de David !]
- **Adultes :** Étudiez les arbres de Matthieu 1 et Luc 3. Où sont les différences ? Que signifie pour vous faire partie de la famille de Dieu ? Que ferez-vous aujourd'hui pour rendre votre Père fier ?

PRIÈRE DE CLÔTURE

JOUR 4

LECTURE BIBLIQUE

« L'Éternel Dieu prit l'homme, et le plaça dans le jardin d'Éden pour le cultiver et pour le garder » (Gen. 2:15).

PRIÈRE

CHANT

“This Is My Father’s World” (The Seventh-day Adventist Hymnal, no. 92).

PHARAON⁵

Par Bonnie Walker

« Maman pense toujours qu'elle sait mieux », grommela Sierra en poussant la porte du garage. « Pharaon », appela-t-elle. Pourquoi doit-on toujours enfermer ce chien quand on va à l'école ? Il ne se perd jamais.

« Pharaon », appela-t-elle encore. Mais aucun chien ne vint en courant. « Bon, je vais le laisser tranquille. Je ne peux pas courir dans le quartier à la recherche de ce chien », dit Sierra. Elle referma la porte et courut prendre son sac d'école. « Au revoir, maman », cria-t-elle.

La journée d'école passa vite, et bientôt Sierra était à la maison. H'mmm, Pharaon aboie d'habitude. Où peut-il être ? se demanda-t-elle en regardant dans le garage.

Un mot de maman expliquait qu'elle était rentrée et avait constaté que Pharaon n'était pas dans le garage, là où elle pensait que Sierra l'avait mis. Elle avait pris la voiture et roulait dans le quartier.

« J'ai roulé partout, et je n'ai vu aucun signe de lui », dit maman. « Nous devrons peut-être appeler la fourrière. »

Le lendemain, maman téléphona à la fourrière. « Nous cherchons notre berger allemand. Il a disparu depuis hier. »

« Nous avons un berger ici. Celui-ci a l'air si triste, et il a pleuré toute la nuit. »

Bientôt, elles prirent la route vers la fourrière. Elles furent accueillies par les aboiements joyeux de Pharaon. Pharaon sauta sur le siège avant à côté de maman. Tout le trajet, il geignit et se plaignit. Par moments, il posa son museau sur l'épaule de maman.

Sierra s'assit à l'arrière en se sentant coupable. Tant de dépenses et d'inquiétude pour tout le monde. Même pour Pharaon. Penser qu'un chien pouvait montrer autant de sentiments ! Elle savait que c'était aussi sa faute. Se penchant en avant, Sierra caressa la tête de Pharaon. « Je suis désolée, mon grand », dit-elle.

QUESTIONS/ACTIVITÉS

- **Avec de petits enfants :** Si vous avez un animal, entraînez-vous à le tenir ou à le caresser. Si vous n'en avez pas, essayez une peluche. Parlez de Jésus, qui a fait les animaux, et de la manière dont nous devons être gentils.
- **Avec des collégiens ou des adolescents :** Quelle fin différente et plus triste aurait pu arriver à Pharaon ? Pourquoi est-il important d'être gentil avec les animaux ? Lisez l'histoire de Balaam et de l'ânesse (Nomb. 22:22-35).
- **Adultes :** Que pouvez-vous faire pour aider la création de Dieu ? Cela peut être soutenir l'environnement, mettre de l'eau pour les abeilles, des cacahuètes pour les écureuils, ou ramasser des déchets au bord de la route.

PRIÈRE DE CLÔTURE

JOUR 5

LECTURE BIBLIQUE

« L'Éternel rétablit Job dans son premier état, quand Job eut prié pour ses amis » (Job 42:10).

PRIÈRE

CHANT

“I Need the Prayers” (The Seventh-day Adventist Hymnal, no. 505).

ET MOI ?⁶

Par Bonnie Walker

C'était le sabbat matin, et la famille de Ben se dépêchait pour se préparer à aller à l'église.

« Nous sommes invités à déjeuner chez les Clark », dit maman. « Le pasteur et Mme Lennox seront aussi là. Je veux que tu apportes des vêtements de jeu pour l'après-midi. »

À ce moment-là, papa entra dans le salon. Il n'allait pas toujours à l'église, mais aujourd'hui il était tout habillé.

Après l'église, le frère de Ben lui attrapa le bras. « Souviens-toi de tes manières chez les Clark », lui rappela-t-il.

Il pleuvait après le déjeuner, alors ils allèrent dans le salon. Le pasteur Lennox raconta des histoires de l'époque où il était jeune pasteur. Ses histoires étaient passionnantes. Puis le père de Ben commença à raconter la sienne, y compris sa lutte pour arrêter de fumer.

« Pasteur Lennox, voulez-vous prier pour moi ? » demanda papa.

Le pasteur Lennox lut Philippiens 4:13, une promesse que nous pouvons tout faire par Christ qui nous fortifie. Puis le groupe s'agenouilla en cercle et se tint par la main. Le pasteur Lennox commença à prier comme s'il parlait à son meilleur ami. Il demanda à Dieu d'être avec la famille de Ben et de donner au père de Ben la force de vaincre.

Pendant que le pasteur priait, Ben se rappela qu'il se mettait parfois en colère. Ben voulait que Dieu le bénisse aussi. Pendant la prière, Ben jeta un coup d'œil au pasteur Lennox. Il avait l'air si heureux et si sûr que Dieu aiderait son père. « Et moi ? » dit Ben à voix haute. Sa sœur le piqua parce qu'il était impoli.

L'ancien Lennox s'arrêta et ouvrit les yeux. Il regarda Ben droit dans les yeux et sourit. Fermant les yeux, il continua à prier. Puis il pria pour Ben par son nom. Ben n'oublia jamais ce moment. C'était comme si Ben avait été élevé jusqu'au trône de Dieu et que Dieu lui souriait.

QUESTIONS/ACTIVITÉS

- **Avec de petits enfants :** Comparez parler à Jésus et parler à nos amis et à notre famille. Peut-être appelez quelqu'un et parlez avec lui au téléphone. Puis apprenez-leur à parler à Jésus de la même manière. Aidez-les à s'agenouiller, joindre les mains et fermer les yeux. Guidez-les dans une prière simple.

- **Avec des collégiens ou des adolescents** : Que signifie prier pour les autres ? Pourquoi Ben s'est-il senti bien que le pasteur prie pour lui ? Faites une liste de personnes pour lesquelles prier. Incluez ces noms dans la prière de clôture.
- **Adultes** : La prière d'intercession est importante. Faites une liste d'autres personnes pour lesquelles prier jusqu'à la fin de la semaine. Que ressentez-vous quand quelqu'un prie pour vous ?

PRIÈRE DE CLÔTURE

JOUR 6

LECTURE BIBLIQUE

« Il arrêta la tempête, ramena le calme, Et les ondes se turent » (Ps. 107:29).

PRIÈRE

CHANT

“A Shelter in the Time of Storm” (The Seventh-day Adventist Hymnal, no. 528).

AU MILIEU D'UNE TEMPÊTE⁷

Par Bonnie Walker

C'était un chaud après-midi de juillet en Alberta, Canada. Laurene voyait son père clouer des bardeaux sur la nouvelle remise pour leurs vaches.

Laurene était contente d'avoir fini de cueillir des baies. En aidant sa mère à poser la dernière caisse de fraises sur le camion, elle eut une idée. « Maman », supplia Laurene, « est-ce qu'on peut faire une soirée pyjama ce soir et inviter Helen et Esther ? »

« S'il te plaît », ajoutèrent ses sœurs, Ruthi et Evie.

« Je suppose », dit maman, souriant aux trois visages pleins d'attente. « Vous avez toutes beaucoup aidé. »

Après le souper, l'oncle Art amena ses deux cousines. Elles s'amusèrent à installer la remorque. Sur la remorque se trouvait une structure semblable à une tente. Des poteaux soutenaient le toit, et les côtés se dépliaient pour former de étroits lits de chaque côté.

Enfin, les cinq filles et le chien de Laurene grimpèrent par l'ouverture de la tente. « Evie, tu dors par terre avec Mitzie », dit Laurene. « Helen peut dormir avec moi de ce côté, et Ruthi et Esther peuvent dormir de l'autre côté. »

Splat, splatter, splat ! « La pluie ! » s'exclama Ruthi. Les filles rirent et racontèrent des histoires jusqu'à ce que le vent et la pluie les bercent.

Soudain, le vent devint violent, faisant monter et descendre les côtés de la tente. Laurene rêva qu'elle volait au-dessus de la route. Le vent réveilla papa, qui se dépêcha dehors pour rapprocher le gros camion de grain de la remorque afin de la protéger du vent.

Soudain, une rafale puissante souleva les côtés du campeur. Les deux côtés se replièrent, renversant les quatre plus grandes filles sur Evie et Mitzie. « Au secours ! » crièrent les filles.

Laurene sut qu'elle devait ouvrir la fermeture. Elle chercha la glissière. Mitzie trouva le bas de la fermeture et sortit en se faufilant, les filles juste derrière. « Baissez-vous », cria papa. « Courez vers la cabine du camion. »

Quand les six personnes et le chien furent en sécurité dans le camion, ils virent des éclairs illuminer le ciel. Une grande feuille de contreplaqué vola dans l'air et entailla le côté du garage comme si elle tranchait du fromage. Des bardaues et d'autres plaques de bois passèrent en tourbillonnant. Enfin, la tempête s'apaisa assez pour que la famille courre vers la maison.

« Jésus a envoyé les anges pour nous aider », dit Ruthi.

QUESTIONS/ACTIVITÉS

- **Avec de petits enfants :** Allez dans une pièce sombre et allumez la lumière. Parlez de la sécurité que l'on ressent quand on peut voir. Puis éteignez la lumière. Laissez l'obscurité faire son effet, puis rallumez. Expliquez que Jésus est comme la lumière. Il est avec nous même quand il fait sombre, et il nous garde en sécurité.
- **Avec des collégiens ou des adolescents :** Pourquoi les tempêtes font-elles peur ? Comparez une tempête à la vie et au péché entré dans le monde. Lisez comment Jésus apaise la tempête (Luc 8:23-25). Qu'est-ce qui nous garde en sécurité pendant les tempêtes de la vie ?
- **Adultes :** Quelles tempêtes avez-vous rencontrées ? Comparez les tempêtes météo à nos problèmes. Que pouvons-nous apprendre en affrontant une tempête qui nous permet de nous sentir en paix quand la vie nous assaille ?

PRIÈRE DE CLÔTURE

NOTES

- ¹ Visitez sdahymnals.com pour la musique et les paroles. Même de jeunes enfants peuvent apprendre les refrains de certains hymnes.
- ² *Adventist Review*, October 2003, p. 10.
- ³ *Adventist Review*, July 17, 2003, p. 29.
- ⁴ *Adventist Review*, July 10, 2003, p. 16.
- ⁵ *Adventist Review*, November 2002, p. 106.
- ⁶ *Adventist Review*, Aug. 21, 2003, p. 17.
- ⁷ *Adventist Review*, Aug. 15, 2002, p. 17.

OUTILS POUR LES MINISTÈRES DE LA FAMILLE

• 2025 SEMAINE DE PRIÈRE POUR LE RASSEMBLEMENT FAMILIAL DIEU PRÉCIEUX DONS	139
• 2024 SEMAINE DE PRIÈRE POUR LE RASSEMBLEMENT FAMILIAL CULTIVER DES CŒURS ACCUEILLANTS: COMPRENDRE LES FAMILLES DIVERSIFIÉES	140
• 2023 SEMAINE DE PRIÈRE POUR LE RASSEMBLEMENT FAMILIAL CLEFS VERS ESPRITS SAINS: FAMILLES FLEURISSANTES.....	141
• 2022 SEMAINE DE PRIÈRE POUR LE RASSEMBLEMENT FAMILIAL RECONSTRUIRE L'AUTEL FAMILIAL.....	142
• 2021 SEMAINE DE PRIÈRE POUR LE RASSEMBLEMENT FAMILIAL VIVRE UN AMOUR QUI PORTE DES FRUITS.....	143
• CONNECTÉS : LECTURES DÉVOTIONNELLES POUR UN MARIAGE INTIME.....	144
• BIBLE POUR LES COUPLES	145
• PROGRAMME DE CERTIFICATION EN LEADERSHIP 2.0	146
• REAL FAMILY TALK AVEC WILLIE ET ELAINE OLIVER	147
• REAL FAMILY TALK : CHRONIQUE EN LIGNE DE L'ADVENTIST REVIEW	148
• ESPOIR POUR LES FAMILLES D'AUJOURD'HUI	149
• LE MARIAGE : ASPECTS BIBLIQUES ET THÉOLOGIQUES, VOL. 1	150
• LA SEXUALITÉ : QUESTIONS CONTEMPORAINES D'UNE PERSPECTIVE BIBLIQUE, VOL. 2.....	151
• LA FAMILLE : AVEC DES QUESTIONS CONTEMPORAINES SUR LE MARIAGE ET LA PARENTALITÉ, VOL. 3.....	152
• L'ARMURE DE DIEU	153
• HUMANSEXUALITY.ORG	154

2025 SEMAINE DE PRIÈRE POUR LE RASSEMBLEMENT FAMILIAL

DIEU PRÉCIEUX DONS

WILLIE ET ELAINE OLIVER, EDITORS
KAREN HOLFORD ; CONTRIBUTRICE PRINCIPALE

Review and Herald® Publishing Association
septembre, 2025, 50 pages

Au commencement,
le cœur de Dieu débordait
d'amour, et cet amour
trouva son expression
ultime en trois dons
magnifiques qui
couronneraient Son œuvre
de création: le mariage, la famille, et sabbat.

Tandis que les six jours de la semaine de création
révèlent la puissance et l'art de Dieu en formant le monde,
ce sont trois institutions divines qui révèlent le cœur de Son caractère et Ses désirs pour
l'humanité.

Mariage, Famille et sabbat, ces trois dons—mariage, famille, et sabbat—sont actes
culminants de création de Dieu car ils répondent aux besoins profonds de l'humanité:
compagnie, appartenance, et communion avec Créateur.

Ensemble, ils forment une trinité d'institutions divines qui continuent de nous
bénir et soutenir aujourd'hui, nous rappelant que nous sommes faits avec crainte et
merveilleusement bien aimés par notre Créateur (Psaume 139:14).

Téléchargement numérique sur family.adventist.org/familyworship



2024 SEMAINE DE PRIÈRE POUR LE RASSEMBLEMENT FAMILIAL

CULTIVER DES CŒURS ACCUEILLANTS: COMPRENDRE LES FAMILLES DIVERSIFIÉES

WILLIE ET ELAINE OLIVER, ÉDITEURS
KAREN HOLFORD ; CONTRIBUTRICE PRINCIPALE

Review and Herald® Publishing Association
septembre, 2024, 70 pages

Dans les cultures du monde entier, il existe des familles confrontées à des défis uniques qui les rendent différentes de ce qui peut être considéré comme la norme, en particulier à une époque où la migration de masse pour diverses raisons—guerre, violence des gangs, répression politique et religieuse, manque d'opportunités et pauvreté—est en cours dans de nombreuses régions de notre planète aujourd'hui. Il existe également des familles dont certains membres vivent la neurodiversité, ainsi qu'une multitude d'autres défis physiques, émotionnels et psychosociaux, en plus des différences raciales, ethniques, de nationalité et de langue. En tant que chrétiens, il est essentiel d'aborder cette réalité avec amour, compassion et compréhension, guidés par les enseignements de Jésus-Christ.

Téléchargement numérique sur family.adventist.org/familyworship



2023 SEMAINE DE PRIÈRE POUR LE RASSEMBLEMENT FAMILIAL

CLEFS VERS ESPRITS SAINS: FAMILLES FLEURISSANTES

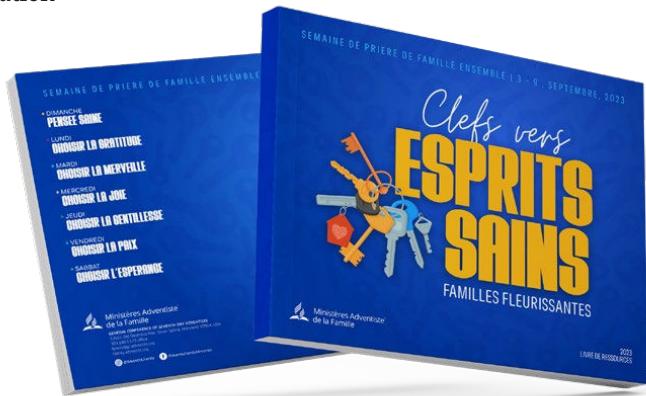
WILLIE ET ELAINE OLIVER, EDITORS
KAREN HOLFORD ; CONTRIBUTRICE PRINCIPALE

Review and Herald® Publishing Association
juillet, 2023, 36 pages

Le livret de ressources de la Semaine de prière pour la famille 2023: Clés pour un esprit sain: Des familles épanouies, partage des concepts pour aider les familles et les individus à s'épanouir dans leur santé émotionnelle. Notre prière est que cela devienne une réalité que nous puissions tous vivre en permettant à la paix, à la joie, à l'espérance et à la guérison de Dieu de demeurer dans nos cœurs.

Disponible en 12 langues: anglais, français, italien, letton, polonais, portugais, roumain, russe, cinghalais, espagnol, tamoul et ukrainien

Téléchargement numérique sur family.adventist.org/familyworship



2022 SEMAINE DE PRIÈRE POUR LE RASSEMBLEMENT FAMILIAL

RECONSTRUIRE L'AUTEL FAMILIAL

WILLIE ET ELAINE OLIVER

Review and Herald® Publishing Association
juillet, 2022, 42 pages

Pendant la Semaine de prière pour la famille 2022, notre désir est que les familles construisent ou reconstruisent l'autel du culte familial dans leurs foyers. Le culte familial offre à chaque famille l'occasion de reconstruire quotidiennement l'autel de Dieu.

Reconstruire l'autel familial signifie établir une habitude régulière de mettre du temps à part pour adorer Dieu en famille. La chose la plus importante est de prendre l'engagement de faire quelque chose qui oriente intentionnellement votre famille vers Dieu chaque jour. Invitez Dieu dans vos grands et petits moments!

Téléchargement numérique sur family.adventist.org/familyworship



2021 SEMAINE DE PRIÈRE POUR LE RASSEMBLEMENT FAMILIAL

VIVRE UN AMOUR QUI PORTE DES FRUITS

WILLIE ET ELAINE OLIVER

Review and Herald® Publishing Association
juillet, 2021, 26 pages

La Bible parle d'un autre genre de fruit qui n'est ni acheté au marché ni cultivé dans un verger ou à la ferme. Dans le livre de Galates, l'apôtre Paul utilise le fruit pour montrer ce qui nous arrivera lorsque nous choisissons d'être remplis de l'Esprit de Jésus. Le fruit de l'Esprit—l'amour, la joie, la paix, la patience, la bonté, la bienveillance, la fidélité, la douceur et la maîtrise de soi—sont des vertus qui sont cultivées lorsque nous sommes remplis de l'Esprit de Jésus dans nos cœurs. C'est le résultat d'une relation avec Jésus et du fait de permettre à Son Esprit de couler en nous et à travers nous.

Téléchargement numérique sur family.adventist.org/familyworship



CONNECTÉS : LECTURES DÉVOTIONNELLES POUR UN MARIAGE INTIME

WILLIE ET ELAINE OLIVER

The Stanborough Press Ltd., 2020
162 pages



Imaginez si vous pouviez faire passer votre mariage au niveau supérieur. Et s'il était possible de passer d'une relation qui survit à une relation qui s'épanouit? Et s'il existait un moyen de renforcer votre engagement l'un envers l'autre? Et si une meilleure communication pouvait créer une plus grande confiance? Et, surtout, si la grâce pouvait vous aider à voir le meilleur chez votre conjoint?

Dans *Connected: lectures dévotionnelles*

pour un mariage intime, Willie et Elaine Oliver partagent plus de 35 années d'expérience de mariage, de croissance commune, d'apprentissage mutuel et d'éducation des enfants. Ils savent comment faire des « et si » une réalité.

Avec 52 réflexions dévotionnelles, il y a une pensée pour chaque semaine de l'année, spécialement conçue pour aider les couples à faire une pause (réfléchir aux idées partagées), prier (au sujet des idées partagées et de la façon dont elles se rapportent à leur expérience), puis choisir (décider de vivre le changement ensemble).

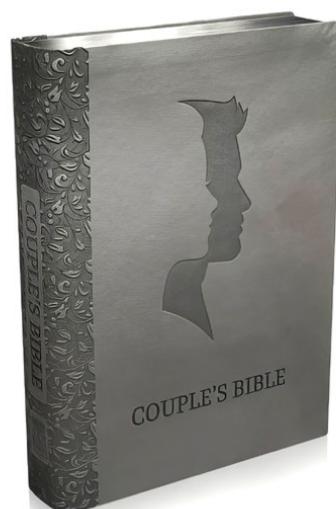
Disponible sur adventistbookcenter.com

BIBLE POUR LES COUPLES

Safeliz, 2019
1 500 pages

La Bible du couple est conçue pour aider à construire et à nourrir les relations. Elle comprend plus de 170 thèmes répartis en cinq sections qui mettent l'accent sur la manière de renforcer le mariage et les relations parents-enfants, ainsi que sur la façon de surmonter les défis auxquels les couples sont confrontés. Les caractéristiques spéciales incluent:

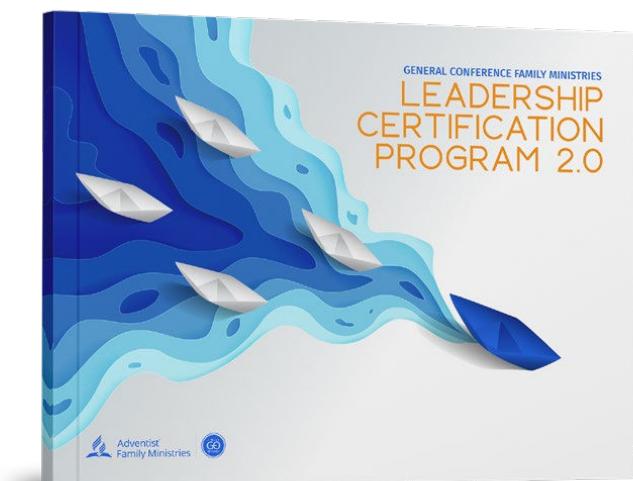
- Le mariage dans la Bible, la théologie biblique de la famille, les piliers soutenant les ministères de la famille, des textes spéciaux pour les couples et plus encore
- Un cours biblique spécial sur le foyer et la famille
- 101 idées pour l'évangélisation familiale
- Dictionnaire du vocabulaire du mariage et cartes
- Et bien plus encore...



La Bible est disponible en plusieurs langues, dont l'anglais, l'espagnol et le français, et peut être commandée dans les centres de librairies adventistes du monde entier ou en visitant: www.safelizbibles.com

PROGRAMME DE CERTIFICATION EN LEADERSHIP 2.0

CONFÉRENCE GÉNÉRALE MINISTÈRES FAMILIAUX ADVENTISTES



Le programme de certification leadership des Ministères Famille 2.0 offre une formation transformative 50-heures conçue pour cultiver une nouvelle génération d'éducateurs de vie familiale mondiale.

Ce programme complet répond au besoin urgent de facilitateurs qualifiés capables d'aborder enjeux pressants auxquels font face les familles aujourd'hui.

Avec taux mariage déclin mondial et enjeux comme naissances hors-mariage, divorces élevés, et modes vie alternatifs en hausse, cette formation leadership vise renforcer l'unité familiale, qui demeure pierre-angulaire santé et bien-être sociétal et stabilité communautaire durable mondiale actuelle essentielle.

Veuillez contacter le département des Ministères Adventistes de la Famille courriel à family@gc.adventist.org pour information

REAL FAMILY TALK

AVEC WILLIE ET ELAINE OLIVER



Grâce à des discussions engageantes, informatives et spirituelles sur les enjeux auxquels sont confrontées les familles d'aujourd'hui, Real Family Talk cherche à renforcer les familles et à inspirer l'espérance. Dans chaque édition, les Oliver s'appuient sur leur expérience pastorale, éducative et de counseling pour orienter les discussions sur la vie familiale, abordant chaque sujet avec des solutions pratiques et des principes bibliques solides.

Regardez maintenant sur youtube.com/@realfamilytalkTV, et www.hopetv.org/realfamilytalk.

REAL FAMILY TALK: CHRONIQUE EN LIGNE DE L'ADVENTIST REVIEW

WILLIE ET ELAINE OLIVER



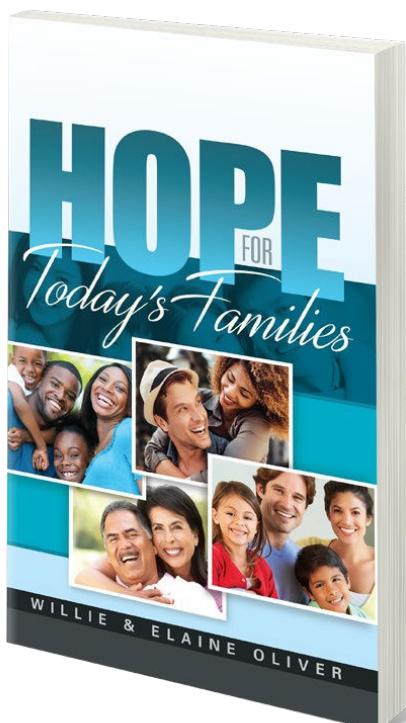
Cette chronique mensuelle dans Adventist Review (adventistreview.org) offre des perspectives précieuses et des conseils pratiques sur les questions de famille et de relations, rédigée par Willie et Elaine Oliver, directeurs des Ministères Adventistes de la Famille au siège mondial de l'Église adventiste du septième jour. S'appuyant sur leur vaste expérience en théologie, sociologie de la famille et thérapie conjugale et familiale, les Oliver proposent des orientations bibliquement enracinées adaptées pour répondre à un large éventail de préoccupations rencontrées par les lecteurs. Depuis 2017, ils ont contribué des dizaines de chroniques, offrant des réponses réfléchies aux questions concernant le mariage, la parentalité et les défis relationnels.

Les sujets abordés comprennent « Dieu aime le mot “impossible” », « Ne vous couchez pas en colère? », « Quand est le bon moment? » et « Gérer le stress de la préparation du mariage »; chaque chronique est conçue pour éclairer des enjeux de la vie réelle et offrir des conseils utilisables fondés sur des principes bibliques.

ESPOIR POUR LES FAMILLES D'AUJOURD'HUI

WILLIE ET ELAINE OLIVER

Review and Herald Publishing Association, 2018
94 pages



Le livre missionnaire mondial de l'année 2019 demeure pertinent pour aider à fortifier les mariages et les familles en tout temps. Il offre de l'espoir pour les familles d'aujourd'hui en utilisant des principes éprouvés par le temps qui faciliteront une vie significative et heureuse.

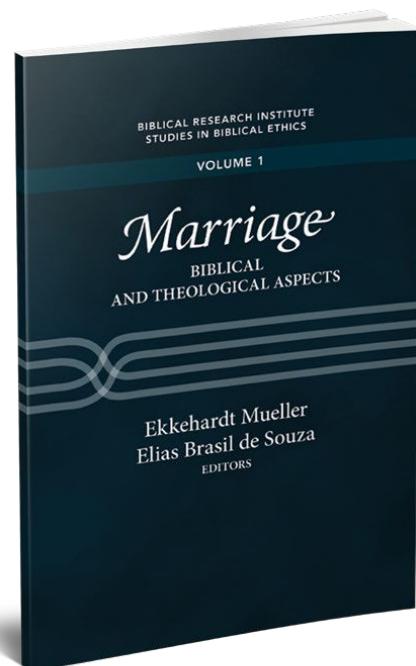
Disponible en plusieurs langues dans les centres de librairies adventistes du monde entier ou par l'intermédiaire de votre maison d'édition locale.

LE MARIAGE : ASPECTS BIBLIQUES ET THÉOLOGIQUES, VOL. 1

EKKEHARDT MUELLER ET ELIAS BRASIL DE SOUZA, ÉDITEURS

Institut de recherche biblique. Review and Herald Publishing, 2015
304 pages

Ce livre propose des études réfléchies et détaillées sur plusieurs domaines de préoccupation pour les pasteurs, les responsables d'église et les membres. Après avoir présenté la beauté du mariage et la pertinence de l'Écriture pour une compréhension saine du mariage et de la sexualité, ce volume aborde des sujets cruciaux tels que le célibat, le genre et les rôles dans le mariage, la sexualité, les mariages religieusement mixtes, ainsi que le divorce et le remariage.

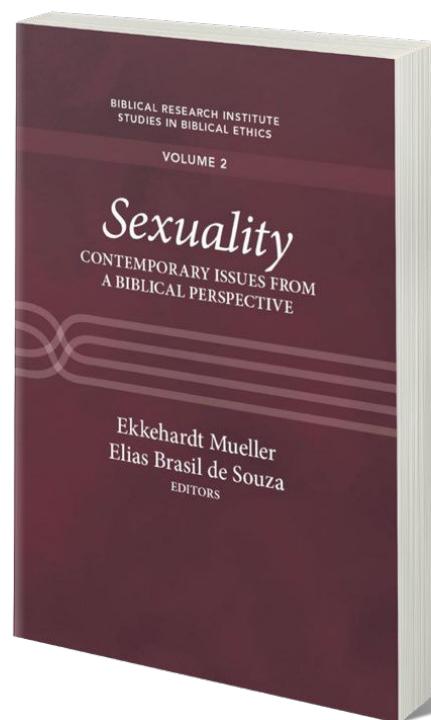


LA SEXUALITÉ : QUESTIONS CONTEMPORAINES D'UNE PERSPECTIVE BIBLIQUE, VOL. 2

EKKEHARDT MUELLER ET ELIAS BRASIL DE SOUZA, ÉDITEURS

Institut de recherche biblique, 2022
643 pages

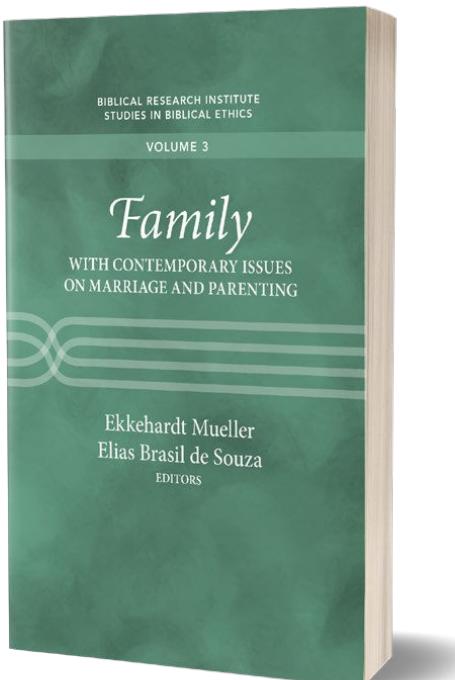
Sexualité: Enjeux contemporains d'une perspective biblique est la suite de *Mariage: Aspects bibliques et théologiques*. Axé sur la sexualité, ce volume aborde plusieurs sujets d'actualité pertinents pour les chrétiens individuels et les communautés ecclésiales du monde entier. Il traite de questions directement ou indirectement liées au mariage, telles que la cohabitation et la polygamie. Il examine également des sujets non nécessairement liés au mariage, tels que l'addiction sexuelle, le cybersex, le sexe robotique, le viol, la mutilation génitale féminine, les abus sexuels sur enfants, ainsi que la théologie et les pratiques queer.



LA FAMILLE : AVEC DES QUESTIONS CONTEMPORAINES SUR LE MARIAGE ET LA PARENTALITÉ, VOL. 3

EKKEHARDT MUELLER ET ELIAS BRASIL DE SOUZA, ÉDITEURS

Institut de recherche biblique. Review and Herald Publishing, 2023
689 pages



Famille: Enjeux contemporains du mariage et de la parentalité conclut la série en trois volumes sur le mariage et la sexualité publiée par l'Institut de recherche biblique. Ce volume aborde des thèmes et des questions pertinents pour la famille du point de vue d'une théologie biblique du mariage telle qu'établie à la création. Un objectif majeur de ce volume est d'apporter une clarté biblique aux sujets difficiles abordés par ses auteurs et d'aider ainsi les lecteurs à faire face aux défis liés à la famille et à la sexualité sur la base de l'autorité de la Parole de Dieu.

L'ARMURE DE DIEU

CONFÉRENCE GÉNÉRALE MINISTÈRES DES ENFANTS



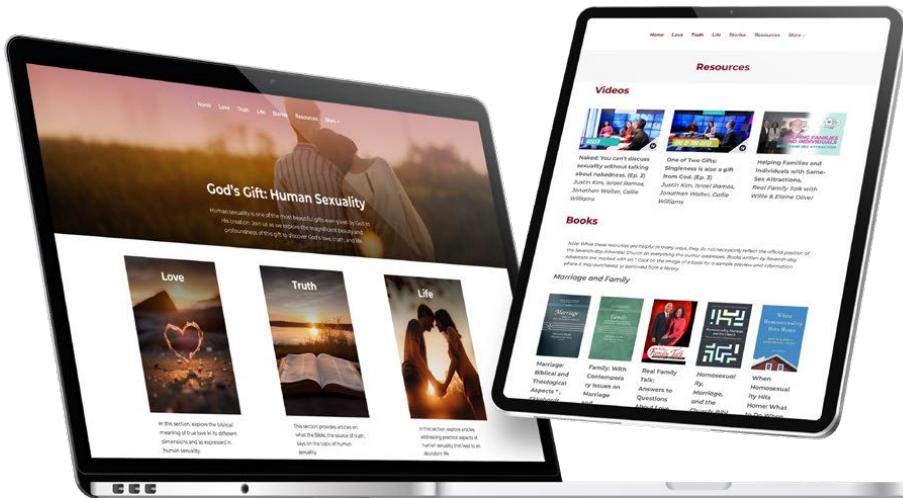
Préparez-vous à vous équiper! L'Armure de Dieu est une application interactive pour enfants qui les aide à apprendre les principes enseignés dans Éphésiens 6:10-20.

Dans une région où l'apôtre Paul aurait possiblement écrit le livre des Éphésiens, les jumeaux Anya et Aiden commencent une aventure avec leurs parents. C'est là qu'ils apprennent que l'Armure de Dieu n'est pas un commandement militaire mais un appel à être principiels et justes. Chaque pièce de l'armure a une histoire. Avec chaque histoire se déverrouillent des jeux axés sur le principe de chaque pièce de l'armure.

Recherchez **Armor of God Kids App** sur l'Apple App Store ou Google Play Store

HUMAN SEXUALITY.ORG

CONFÉRENCE GÉNÉRALE DES ADVENTISTES DU SEPTIÈME JOUR



La sexualité humaine est l'un des plus beaux dons jamais accordés par Dieu à Sa création. Joignez-vous à nous alors que nous explorons la beauté magnifique et la profondeur de ce don afin de découvrir l'amour, la vérité et la vie de Dieu.

Un site officiel de l'Église adventiste du septième jour offrant des articles, des récits, des vidéos et bien plus encore, pratiques et fondés sur la Bible.

Visitez www.humansexuality.org

ANNEXE A : MISE EN ŒUVRE DES MINISTÈRES DE LA FAMILLE

Remarque: Certaines des recommandations énumérées dans ces formulaires peuvent devoir être adaptées et modifiées aux besoins spécifiques et aux lois de l'endroit où vous vivez.

• UNE DÉCLARATION DE POLITIQUE ET D'OBJECTIF DES MINISTÈRES DE LA FAMILLE.....	156
• LE RESPONSABLE DES MINISTÈRES DE LA FAMILLE.....	158
• QU'EST-CE QU'UNE FAMILLE ?	160
• DIRECTIVES POUR LE COMITÉ ET LA PLANIFICATION	162
• UNE BONNE PRÉSENTATION FERA QUATRE CHOSES	164
• LES DIX COMMANDEMENTS DES PRÉSENTATIONS	165
• ENQUÊTE DE PROFIL DE LA VIE FAMILIALE	166
• PROFIL DE LA VIE FAMILIALE.....	168
• ENQUÊTE D'INTÉRÊT DES MINISTÈRES DE LA FAMILLE	169
• ENQUÊTE D'ÉDUCATION COMMUNAUTAIRE À LA VIE FAMILIALE ...	170
• EXEMPLE D'ÉVALUATION	171

Matériels téléchargeables

Pour télécharger les sondages et formulaires Annexe A veuillez visiter notre site: family.adventist.org/2026RB

UNE DÉCLARATION DE POLITIQUE ET D'OBJECTIF DES MINISTÈRES DE LA FAMILLE

La congrégation et le personnel de l' :

Église s'engagent à offrir un environnement sécuritaire afin d'aider les enfants à apprendre à aimer et à suivre Jésus-Christ. Le but de cette congrégation est de prévenir toute forme de maltraitance envers les enfants, physique, émotionnelle ou sexuelle, et de protéger les enfants ainsi que ceux qui travaillent avec eux.

Les églises offrant des programmes pour enfants ne sont pas à l'abri de personnes abusives ; par conséquent, cette congrégation croit qu'il est d'une importance vitale de prendre des mesures décisives afin de garantir que l'église et ses programmes soient sécuritaires, offrant une expérience joyeuse aux enfants et aux jeunes. Les politiques suivantes ont été établies et reflètent notre engagement à assurer une protection adéquate de tous les enfants lorsqu'ils participent à toute activité parrainée par l'église.

- Les bénévoles qui travaillent avec les enfants et les jeunes doivent être membres actifs de cette congrégation depuis au moins six mois et doivent être approuvés par le personnel approprié de l'église avant de commencer à travailler directement avec les enfants, à moins qu'une autorisation documentée préalable n'existe.
- Tous les employés de la NAD et tous les bénévoles de la NAD qui travaillent régulièrement avec des enfants doivent remplir un formulaire de demande (voir le site du ministère des Enfants de la NAD : <https://www.childmin.org/childrens-safety>). Des références doivent être obtenues auprès des bénévoles potentiels. Le personnel ou les responsables appropriés doivent vérifier ces références. Les autres divisions sont encouragées à suivre cette procédure.

- Tous les intervenants auprès des enfants doivent observer la règle des « deux personnes », ce qui signifie que les intervenants doivent éviter, dans la mesure du possible, les situations en tête-à-tête avec les enfants.
- Les adultes survivants d'abus physiques ou sexuels durant l'enfance ont besoin de l'amour et de l'acceptation de la famille de l'église. Les personnes ayant un tel vécu doivent discuter de leur désir de travailler avec les enfants et les jeunes avec un membre du personnel lors d'un entretien confidentiel avant de recevoir l'autorisation de travailler dans ces domaines.
- Les personnes ayant commis des abus physiques ou sexuels, qu'elles aient été condamnées ou non, ne peuvent pas travailler dans des activités ou programmes parrainés par l'église pour les enfants ou les jeunes.
- Des occasions de formation à la prévention et à la reconnaissance de la maltraitance envers les enfants seront offertes par l'église. Les intervenants devront participer à ces formations.
- Les intervenants doivent signaler immédiatement au pasteur ou à l'administration tout comportement ou autre incident semblant abusif ou inapproprié. Après notification, des mesures appropriées seront prises et des rapports seront faits conformément aux procédures opérationnelles de ces politiques.
- Des directives pour les bénévoles qui travaillent avec les enfants et les jeunes seront fournies à chaque bénévole.
- Les enfants ne doivent pas être autorisés à circuler dans l'église sans la supervision d'un adulte. Les parents sont responsables de la supervision de leurs enfants avant et après l'École du sabbat.
- Aucun enfant ne doit être autorisé à aller aux toilettes sans être accompagné d'un parent ou d'un frère ou d'une sœur plus âgé(e).
- Un adulte responsable doit être désigné pour circuler dans et autour de l'église, y compris dans les aires de stationnement, afin d'assurer la sécurité. Ceci est essentiel lorsque seulement un adulte est présent à certaines activités pour mineurs, telles qu'une division de l'École du sabbat.
- Toute discipline doit avoir lieu sous le regard d'un autre adulte. Toute forme de châtiment corporel est strictement interdite.
- Toutes les réunions pour enfants ou jeunes doivent recevoir l'approbation du pasteur et/ou du conseil d'église, en particulier les activités avec nuitée. Les mineurs doivent avoir une autorisation parentale signée pour chaque déplacement, y compris une autorisation de traitement médical d'urgence.
- S'il y a un délinquant sexuel connu fréquentant une église, un diacre ou un autre adulte responsable doit être désigné pour surveiller cette personne lorsqu'elle se trouve sur les lieux ou lors d'une activité de l'église à l'extérieur. Le délinquant doit être informé de la procédure. Si un délinquant sexuel est transféré vers une autre église ou la fréquente, les responsables de cette église doivent en être informés.

LE RESPONSABLE DES MINISTÈRES DE LA FAMILLE

Le responsable des ministères de la famille conçoit un ministère auprès des familles qui répondra aux besoins spécifiques de la congrégation et de la communauté. Cette section fournit un soutien à la planification pour les responsables des ministères de la famille. La planification est essentielle pour le ministère auprès des personnes et des familles de la congrégation. Les ministères de la famille constituent également un excellent moyen d'atteindre les familles de la communauté. Le responsable des ministères de la famille est membre du conseil d'église local et intègre les activités des ministères de la famille à l'ensemble du programme de l'église. Les responsabilités et activités sont énumérées ci-dessous.

1. Développer et présider un petit comité des ministères de la famille qui reflète la spécificité de la congrégation. Il peut inclure un parent seul, de jeunes couples mariés, des familles d'âge mûr, des personnes retraitées, veuves ou divorcées. Les personnes qui servent dans ce comité doivent être soigneusement choisies comme des personnes visionnaires reflétant la grâce de Dieu.
2. Être un défenseur de la famille. Les ministères de la famille ne sont pas simplement axés sur des programmes, mais doivent considérer l'ensemble du programme de l'église avec sensibilité quant à son impact sur les familles. Dans certaines situations, le responsable des ministères de la famille peut devoir plaider en faveur du temps familial. Autrement dit, il peut y avoir tellement de programmes dans une congrégation que les personnes ont peu de temps pour vivre leur propre vie familiale.

3. Évaluer les besoins et les intérêts des familles dans la congrégation. Le sondage d'évaluation des besoins et la fiche de profil familial peuvent être utilisés pour aider à déterminer les besoins de la congrégation.
4. Planifier des programmes et des activités pour l'année pouvant inclure des présentations vidéo, des retraites ou des conférenciers spéciaux présentant des ateliers et des séminaires. Les plans devraient également inclure des activités simples pouvant être suggérées aux familles par le bulletin ou la lettre d'information de l'église.
5. Travailler avec le pasteur et le conseil d'église afin de s'assurer que les plans sont inclus dans le budget de l'église locale.
6. Utiliser les ressources disponibles auprès du département des ministères de la famille de la fédération. Celles-ci peuvent faire gagner du temps, de l'énergie et contribuer à réduire les coûts pour la congrégation locale. Lors de la planification de présentations spéciales, le directeur des ministères de la famille de la fédération peut aider à trouver des intervenants intéressants et qualifiés.
7. Communiquer avec la congrégation. Les ministères de la famille ne devraient pas être perçus simplement comme un événement annuel. Maintenez l'importance de bonnes compétences familiales vivante par l'utilisation d'affiches, du bulletin et/ou de la lettre d'information de l'église tout au long de l'année.
8. Partager vos plans avec le directeur des ministères de la famille de la fédération.

QU'EST-CE QU'UNE FAMILLE ?

L'une des tâches d'un responsable des ministères de la famille est de définir les familles auprès desquelles il exerce son ministère au sein de sa congrégation. Un ministère destiné uniquement aux couples mariés avec enfants, par exemple, ne profitera qu'à un faible pourcentage des personnes de l'église. Les familles de toutes sortes peuvent avoir besoin d'accompagnement alors qu'elles progressent vers des relations saines. Le travail consistant à faire face aux tâches quotidiennes du partage d'un foyer et à la gestion des conflits n'est jamais facile lorsque des personnes partagent un espace et des ressources ou proviennent de foyers aux valeurs différentes. Voici quelques-unes des formes que prennent aujourd'hui les familles.

- Les familles sont nucléaires – avec maman, papa et des enfants nés de cette maman et de ce papa.
- Les familles sont recomposées – parfois appelées familles mixtes. Les familles recomposées se forment lorsque des parents divorcent ou deviennent veufs et se remarient. Certaines deviennent recomposées lorsqu'un parent non marié épouse une personne qui n'est pas le père ou la mère de son enfant.
- Les familles sont monopersonnelles – parfois seulement moi et le chat – vivant seules. Elles peuvent être divorcées, veuves ou n'avoir jamais été mariées, mais le foyer constitue une entité distincte. Certaines personnes seules peuvent vivre avec d'autres personnes seules dans un même foyer.
- Les familles sont monoparentales – Cela peut se produire lorsqu'un parent est divorcé ou veuf et ne s'est pas remarié, ou lorsqu'il s'agit d'un parent qui n'a jamais été marié.

- Les familles sont des nids vides – maman et papa lorsque les enfants quittent le foyer.
- Les familles sont réattachées – lorsque des enfants adultes reviennent vivre avec maman et papa – généralement une situation temporaire. Une famille est réattachée lorsqu'un parent âgé vit avec la famille d'un fils, d'une fille ou d'un petit-enfant.
- Les familles font partie de la famille de Dieu. Beaucoup considèrent les membres de leur congrégation comme leur famille et peuvent ressentir des liens plus étroits avec eux qu'avec ceux liés par la naissance ou le mariage.

Au-delà des données démographiques familiales habituelles, on peut aussi amener les personnes à réfléchir à leurs relations importantes, y compris celles au sein de la famille de l'église, en posant des questions telles que celles-ci :

- Si un tremblement de terre détruisait votre ville, qui chercheriez-vous désespérément à localiser pour vous assurer qu'il ou elle va bien ?
- Si vous déménagiez à mille kilomètres, qui déménagerait avec vous ?
- Quelles seraient les personnes avec lesquelles vous resteriez en contact, aussi difficile que cela puisse être ?
- Si vous développiez une maladie de longue durée, sur qui pourriez-vous compter pour prendre soin de vous ?
- Qui sera votre famille à partir de maintenant jusqu'à ce que vous ou eux mouriez ?
- À qui pourriez-vous emprunter de l'argent sans avoir l'impression de devoir le rembourser immédiatement ?

DIRECTIVES POUR LE COMITÉ ET LA PLANIFICATION

Les responsables des ministères de la famille qui sont nouveaux dans cette fonction ou qui n'ont jamais servi comme responsables se demandent souvent par où commencer ! Cette section vise à aider un responsable à se lancer. Il est souvent utile de choisir un petit comité avec lequel on peut bien travailler – des personnes bien orientées vers la grâce du Christ et qui n'ont pas de rancunes à régler. Un comité des ministères de la famille, plus que tout autre, devrait chercher à modéliser la famille. Ce qui suit présente quelques moyens d'y parvenir. Bien que ces idées ne soient pas les seules façons de travailler, elles peuvent aider un groupe à collaborer de manière plus harmonieuse. (Elles peuvent également être utiles à d'autres comités.)

- Sélectionnez un petit nombre de personnes ayant des préoccupations similaires pour les familles. Elles devraient représenter la diversité des familles présentes dans la congrégation. Ce comité peut comprendre un parent seul, un couple marié, des personnes divorcées, retraitées ou veuves, et refléter le profil de genre et ethnique de l'église.
- Le comité ne devrait pas être trop grand – cinq à sept personnes sont idéales. Des personnes peuvent représenter plus d'une catégorie familiale.
- Surtout pour la première réunion, rassemblez-vous dans un cadre informel – peut-être chez quelqu'un ou dans une salle confortable de l'église. Commencez par une prière pour demander la bénédiction de Dieu.
- Offrez de légers rafraîchissements comprenant de l'eau ou des boissons chaudes ou froides, quelque chose de léger à grignoter comme des fruits frais, des biscuits ou des noix. Rendez cela attrayant, mais sans complication ni effort excessif.

- Pour la première réunion, prenez le temps de vous raconter vos histoires. Il ne s'agit pas d'une séance de thérapie ; indiquez donc aux participants qu'ils ne doivent partager que ce avec quoi ils sont à l'aise. Quelques lignes directrices seront utiles : la confidentialité doit être respectée et considérée comme un don les uns envers les autres. Il peut être bon que le responsable commence – en débutant par des phrases telles que : « Je suis né à..., j'ai grandi dans un foyer (méthodiste, adventiste du septième jour, catholique ou autre). » Incluez d'autres éléments comme l'endroit où vous avez fait vos études, les prénoms de vos enfants ou d'autres informations pertinentes. Mentionnez comment vous êtes devenu chrétien ou adventiste du septième jour, ou racontez une histoire agréable ou amusante de votre enfance. Cela peut sembler une perte de temps. Mais vous pourriez être surpris d'entendre l'histoire de quelqu'un que vous pensiez connaître depuis longtemps. Le partage de nos histoires est la manière dont nous nous connectons et créons des liens les uns avec les autres. Cela rendra votre travail commun plus harmonieux. Cela facilitera également la sensibilité des membres du comité aux besoins les uns des autres.
- Pour toutes les réunions suivantes, consacrez une partie du temps – peut-être 10 ou 20 minutes – à renouer avec les membres du comité. L'un peut se réjouir d'un événement important. Un autre peut avoir besoin de soutien face à un besoin particulier. Voici quelques questions que vous pourriez poser pour commencer vos réunions :
 - Qui sont les personnes que vous considérez comme votre famille proche ?
 - Comment vivez-vous votre foi ensemble en tant que famille ?
 - Que pensez-vous que l'église pourrait faire pour aider votre famille ?
 - Qu'aimez-vous le plus dans votre famille ?

Passez ensuite à l'ordre du jour. Rappelez-vous que vous modélez la famille.

- Examinez les résultats du sondage d'intérêts.
- Parlez des objectifs. Que souhaitez-vous accomplir ? Cela répondra-t-il à un besoin ? Qui cherchez-vous à atteindre ? Comment pouvez-vous atteindre vos objectifs ?
- Priez pour la bénédiction de Dieu, planifiez avec sagesse afin que les personnes ne s'épuisent pas et que le ministère soit rapidement mis en œuvre.

Une ressource importante pour les responsables des ministères de la famille est le Family Ministries Planbook. Une nouvelle édition de ce livre de ressources est publiée chaque année et comprend des programmes, des plans de sermons, des séminaires et bien plus encore pouvant être utilisés dans le cadre de votre programme annuel.

UNE BONNE PRÉSENTATION FERA QUATRE CHOSES

- 1. INFORMER** – Les personnes devraient apprendre quelque chose qu'elles ne savaient pas avant d'assister à votre présentation.
- 2. DIVERTIR** – Les personnes méritent de ne pas s'ennuyer !!!
- 3. TOUCHER LES ÉMOTIONS** – Une information qui n'instruit que la tête ne provoque jamais un changement d'attitude ou de comportement.
- 4. PASSER À L'ACTION** – Si les participants quittent votre présentation sans le désir de FAIRE quelque chose de différent, vous avez perdu votre temps et le leur !

DOCUMENTS REMIS

- Distribuez-les uniquement lorsqu'ils sont pertinents pour la présentation.
- Parfois, il est préférable de ne pas distribuer les documents avant la fin de la réunion :
- l'auditoire ne devrait pas manipuler des papiers pendant que vous parlez.
- Votre auditoire ne devrait pas lire à l'avance et cesser de vous écouter.
- Ne vous contentez pas de copier la présentation de quelqu'un d'autre pour vos documents.

INTRODUCTION

- Renseignez-vous sur la personne qui vous présentera.
- Rédigez votre propre introduction.
- Contactez cette personne au moins deux jours à l'avance et donnez-lui l'introduction.
- Prononcez correctement les mots inhabituels – vérifiez l'exactitude de toutes les informations.
- Ne faites pas d'affirmations qui ne sont pas vraies.

LES DIX COMMANDEMENTS DES PRÉSENTATIONS

- Connais-toi toi-même** – Le langage corporel et le ton de la voix représentent 93 % de votre crédibilité. Seriez-vous intéressé par vous-même ?
- Soyez préparé** – Connaissez votre présentation, votre équipement et soyez prêt à faire face aux imprévus. Les projecteurs grillent toujours des ampoules au milieu de présentations importantes ; gardez donc une ampoule de rechange et sachez comment la changer.
- Examinez votre discours** – Utilisez des expressions directes et ne cherchez pas à impressionner – vous êtes là pour communiquer.
- Arrivez tôt** – Vos invités pourraient attendre. Soyez sur place au moins une demi-heure avant la présentation afin de vous assurer que tout est installé comme vous le souhaitez.
- Dites-leur à quoi s'attendre** – Dites clairement aux participants ce qu'ils apprendront au cours de la réunion et comment ils pourront appliquer leurs nouvelles connaissances. Des objectifs clairs aident les participants à rester concentrés sur leurs propres responsabilités en tant que participants actifs.
- Moins, c'est plus** – Votre auditoire ne peut absorber qu'une certaine quantité d'informations ; limitez donc vos points principaux. Sept points principaux constituent approximativement le maximum que votre auditoire peut assimiler et retenir pleinement.
- Maintenez le contact visuel** – Utilisez des fiches plutôt qu'un discours entièrement rédigé afin de pouvoir lever les yeux et maintenir le contact visuel avec votre auditoire. Évitez la tentation de LIRE une présentation. La réaction de votre auditoire sera une récompense suffisante pour avoir pris le risque.
- Soyez dramatique** – Utilisez des mots percutants et des statistiques inhabituelles. Votre présentation devrait être remplie d'énoncés simples et percutants pour maintenir l'intérêt de votre auditoire. Le rire ne fait jamais de mal non plus !
- Motivez** – Terminez votre présentation par un appel à l'action. Dites à votre auditoire exactement ce qu'il peut faire en réponse à votre présentation.
- Respirez profondément et détendez-vous !** – Ne vous penchez pas sur le pupitre. Si vous êtes derrière un pupitre, tenez-vous droit. Déplacez-vous. Utilisez des gestes pour souligner vos propos. Rappelez-vous que la façon dont vous dites quelque chose est aussi importante que ce que vous avez à dire.

ENQUÊTE DE PROFIL DE LA VIE FAMILIALE

Nom Date de naissance

Groupe d'âge : 18-30 31-40 41-50 51-60 61-70 71+

Sexe : M F

Adresse

Téléphone (Domicile) (Travail)

Baptisé(e) Adventiste du septième jour Oui Non

Si oui, appartenance à l'église locale

Si non, quel est votre arrière-plan religieux/affiliation actuelle ?

État civil :

Célibataire, jamais marié(e)

Célibataire, divorcé(e)

Célibataire, veuf/veuve

Marié(e) – Nom du conjoint Date de naissance

Le conjoint est adventiste du septième jour – Appartenance à l'église locale

Le conjoint n'est pas adventiste du septième jour – Affiliation religieuse actuelle

Enfants dont la résidence principale est avec vous :

Nom Date de naissance

Classe à l'école École fréquentée

Baptisé(e) adventiste du septième jour ? Appartenance à l'église locale

Nom Date de naissance

Classe à l'école École fréquentée

Baptisé(e) adventiste du septième jour ? Appartenance à l'église locale

Enfants dont la résidence principale est ailleurs :

Nom Date de naissance

Baptisé(e) adventiste du septième jour ? Appartenance à l'église locale

Nom Date de naissance

Baptisé(e) adventiste du septième jour ? Appartenance à l'église locale

Autres membres de la famille vivant avec vous :

Nom Date de naissance

Baptisé(e) adventiste du septième jour ? Appartenance à l'église locale

Family Relationship

Nom Date de naissance

Baptisé(e) adventiste du septième jour ? Appartenance à l'église locale

Family Relationship

Quelle est la chose la plus importante que le comité des ministères de la famille pourrait faire cette année pour répondre aux intérêts/besoins de votre famille ?

.....
.....

Je m'intéresse aux ministères de la famille et je suis disposé(e) à aider en :

- Téléphonant au besoin
- Participant aux séances de planification
- Fournissant du transport
- Préparant des événements
- Aidant pour les repas/rafraîchissements
- Gardiennage d'enfants
- Publicité
- Autre
- Présentant des conférences/cours/séminaires/ateliers ou d'autres présentations

Vos domaines d'intérêt

.....

PROFIL DE LA VIE FAMILIALE

Église

Date

CATÉGORIE FAMILIALE

Membres actifs

- Avec enfants de moins de 18
- Sans enfants de moins de 18

Marié(e) – Le conjoint est membre

- Âges 18-30
- Âges 31-50
- Âges 51-60
- Âges 61-70
- Âges 71 +

Célibataire – Jamais marié(e)

- Âges 18-30
- Âges 31-50
- Âges 51-60
- Âges 61-70
- Âges 71 +

Membres inactifs

- Avec enfants de moins de 18
- Sans enfants de moins de 18

Marié(e) – Le conjoint n'est pas membre

- Âges 18-30
- Âges 31-50
- Âges 51-60
- Âges 61-70
- Âges 71 +

Célibataire – Divorcé(e)

- Âges 18-30
- Âges 31-50
- Âges 51-60
- Âges 61-70
- Âges 71 +

ENQUÊTE D'INTÉRÊT DES MINISTÈRES DE LA FAMILLE

Votre groupe d'âge : 18-30 31-40 41-50 51-60 61-70 71+

Sexe : M F

Parmi les sujets ci-dessous, veuillez sélectionner les cinq qui vous intéressent le plus.
Placez une coche devant chacun de ceux que vous sélectionnez :

- | | |
|---|--|
| <input type="radio"/> Préparation au mariage | <input type="radio"/> Culte et vie dévotionnelle |
| <input type="radio"/> Finances familiales | <input type="radio"/> Communication |
| <input type="radio"/> Discipline au domicile | <input type="radio"/> Vie d'adulte célibataire |
| <input type="radio"/> Éducation des adolescents | <input type="radio"/> Amélioration de l'estime de soi |
| <input type="radio"/> Préparation à l'accouchement | <input type="radio"/> Gestion de la colère et des conflits |
| <input type="radio"/> Rétablissement après un divorce | <input type="radio"/> Télévision et médias |
| <input type="radio"/> Parentalité monoparentale | <input type="radio"/> Préparation à la retraite |
| <input type="radio"/> Sexualité | <input type="radio"/> Problèmes de dépendance chimique |
| <input type="radio"/> Enrichir votre mariage | <input type="radio"/> Familles recomposées |
| <input type="radio"/> Rétablissement après un deuil | <input type="radio"/> Mort et fin de vie |
| <input type="radio"/> Comprendre les tempéraments | <input type="radio"/> Faire face au veuvage |
| <input type="radio"/> Autre (Veuillez préciser) : | |

Conférenciers/présentateurs suggérés :

Nom

Adresse Téléphone

Domaine(s) de spécialité

À quel moment de la journée et quel jour de la semaine vous convient le mieux pour assister à un programme de 1 h 30 à 2 h sur l'un des sujets ci-dessus ? (Cochez les périodes appropriées.)

	Dim.	Lun.	Mar.	Mer.	Jeu.	Ven.	Sam.
Matin	<input type="radio"/>						
Après-midi	<input type="radio"/>						
Soir	<input type="radio"/>						

ENQUÊTE D'ÉDUCATION COMMUNAUTAIRE À LA VIE FAMILIALE

1. Quel est, selon vous, le principal problème auquel les familles de cette communauté sont confrontées en ce moment ?

2. Envisageriez-vous de participer à l'un de ces séminaires de vie familiale s'ils étaient offerts dans cette région ? (Sélectionnez autant de réponses que vous le souhaitez.)

- | | |
|--|--|
| <input type="radio"/> Comment gérer les conflits | <input type="radio"/> Rétablissement après un divorce |
| <input type="radio"/> Communication dans le mariage | <input type="radio"/> Gestion du stress |
| <input type="radio"/> Enrichissement du mariage ou rencontre | <input type="radio"/> Week-end pour surmonter la solitude |
| <input type="radio"/> Comprendre les enfants | <input type="radio"/> Finances familiales |
| <input type="radio"/> Estime de soi | <input type="radio"/> Rétablissement après un deuil |
| <input type="radio"/> Compétences parentales | <input type="radio"/> Gestion du temps et priorités de vie |
| <input type="radio"/> Faire face aux adolescents | <input type="radio"/> Planification de la retraite |
| <input type="radio"/> Cours de préparation à l'accouchement | |
| <input type="radio"/> Autre (Veuillez préciser) | |

3. À quel moment de la journée et quel jour de la semaine vous convient le mieux pour assister à un programme de 1 h 30 à 2 h sur l'un des sujets ci-dessus ? (Cochez les périodes appropriées.)

	Sun.	Lun.	Mar.	Mer.	Jeu.	Ven.	Sam.
Matin	<input type="radio"/>						
Après-midi	<input type="radio"/>						
Soir	<input type="radio"/>						

4. Ce sondage sera renforcé si nous pouvions obtenir les renseignements suivants à votre sujet :

Sexe: M F

Âge : (Veuillez entourer le groupe approprié.)

- 17 ans ou moins 19-30 31-40 41-50 51-60 61-70 71+

Avez-vous des enfants de moins de 18 ans dans votre domicile? Oui Non

Êtes-vous :

- | | |
|---------------------------------------|--|
| <input type="radio"/> Jamais marié(e) | <input type="radio"/> Marié(e) |
| <input type="radio"/> Séparé(e) | <input type="radio"/> Divorcé(e) |
| <input type="radio"/> Veuf/veuve | <input type="radio"/> Remarié(e) après divorce |

EXEMPLE D'ÉVALUATION

1. Qu'est-ce qui vous a le plus inspiré dans cet atelier ?

2. Qu'avez-vous appris que vous ne saviez pas auparavant ?

3. Les concepts présentés dans cet atelier étaient-ils clairs ?

4. Quelle activité/quelle section a eu le moins de valeur pour vous ?

5. Comment cet atelier pourrait-il être amélioré ?

6. Sur une échelle de 1 à 5, où 1 signifie généralement insatisfait et 5 très satisfait, comment évalueriez-vous cet atelier ? Entourez un chiffre.

<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
Généralement insatisfait(e)	Plutôt insatisfait(e)	Plutôt satisfait(e)	Généralement satisfait(e)	Très satisfait(e)

7. Qui a rempli cette évaluation ?

Votre groupe d'âge : 18-30 31-40 41-50 51-60 61-70 71+

Sexe : M F

État civil :

<input type="radio"/> Jamais marié(e)	<input type="radio"/> Marié(e)
<input type="radio"/> Séparé(e)	<input type="radio"/> Divorcé(e)
<input type="radio"/> Veuf/veuve	

Depuis combien de temps êtes-vous marié(e), divorcé(e), séparé(e) ou veuf/veuve ?
..... années mois

Merci pour vos commentaires honnêtes, ils nous aideront à planifier de futurs ateliers !

ANNEXE B : DÉCLARATIONS VOTÉES

Les déclarations suivantes votées sont des positions officielles de l'Église adventiste septième-jour.

• AFFIRMATION DU MARIAGE	173
• UNE AFFIRMATION DU DON DE LA SEXUALITÉ ACCORDÉ PAR DIEU	175
• CROYANCE FONDAMENTALE SUR LE MARIAGE ET LA FAMILLE	178
• DIRECTIVES POUR L'ÉGLISE ADVENTISTE DU SEPTIÈME JOUR EN RÉPONSE AUX ATTITUDES CULTURELLES CHANGEANTES CONCERNANT L'HOMOSEXUALITÉ ET D'AUTRES PRATIQUES SEXUELLES ALTERNATIVES	179
• DÉCLARATION SUR LES ABUS SEXUELS ENVERS LES ENFANTS	187
• DÉCLARATION SUR LA VIOLENCE FAMILIALE	190
• DÉCLARATION SUR LE FOYER ET LA FAMILLE	193
• DÉCLARATION SUR L'HOMOSEXUALITÉ	194
• DÉCLARATION SUR LES RELATIONS HUMAINES	195
• DÉCLARATION SUR LE RACISME	196
• DÉCLARATION SUR LE COMPORTEMENT SEXUE	198
• DÉCLARATION SUR LA VISION BIBLIQUE DE LA VIE À NAÎTRE ET SES IMPLICATIONS POUR L'AVORTEMEN	200
• DÉCLARATION SUR L'ÉDUCATION ET LA PROTECTION DES ENFANTS	205
• DÉCLARATION SUR LE TRANSGENDÉRISME	208

AFFIRMATION DU MARIAGE

Les questions liées au mariage ne peuvent être vues dans leur véritable lumière que lorsqu'elles sont envisagées sur le fondement de l'idéal divin du mariage. Le mariage a été divinement établi en Éden et confirmé par Jésus-Christ comme étant à la fois monogame et hétérosexuel, une union à vie de compagnie aimante entre un homme et une femme. Dans l'aboutissement de Son activité créatrice, Dieu façonna l'humanité comme homme et femme à Son image; et Il institua le mariage, une union fondée sur l'alliance des deux genres physiquement, émotionnellement et spirituellement, désignée dans l'Écriture comme « une seule chair ».

Issue de la diversité des deux genres humains, l'unité du mariage reflète d'une manière unique l'unité dans la diversité de la Divinité. Dans toute l'Écriture, l'union hétérosexuelle dans le mariage est élevée comme symbole du lien entre la Divinité et l'humanité. Elle est un témoignage humain de l'amour désintéressé de Dieu et de Son alliance avec Son peuple. L'association harmonieuse d'un homme et d'une femme dans le mariage fournit un microcosme d'unité sociale qui est honoré depuis longtemps comme un élément essentiel des sociétés stables. De plus, le Créateur a voulu que la sexualité conjugale serve non seulement un but unificateur, mais qu'elle pourvoie à la propagation et à la perpétuation de la famille humaine. Dans le dessein divin, la procréation jaillit du même processus auquel elle est liée, par lequel le mari et la femme peuvent trouver joie, plaisir et plénitude physique. C'est à un mari et une femme dont l'amour leur a permis de se connaître dans un lien sexuel profond qu'un enfant peut être confié. Leur enfant est une incarnation vivante de leur unité. L'enfant qui grandit s'épanouit dans l'atmosphère d'amour et d'unité conjugales dans laquelle il ou elle a été conçu et bénéficie d'une relation avec chacun des parents naturels.

L'union monogame dans le mariage d'un homme et d'une femme est affirmée comme le fondement divinement ordonné de la famille et de la vie sociale et comme le seul lieu moralement approprié de l'expression sexuelle génitale ou intime connexe. Toutefois, l'état du mariage n'est pas le seul plan de Dieu pour répondre aux besoins relationnels humains ou pour connaître l'expérience de la famille. Le célibat et l'amitié des célibataires relèvent également du dessein divin. La compagnie et le soutien des amis occupent une place importante dans les deux testaments bibliques. La communion de l'Église, la maison de Dieu, est accessible à tous, indépendamment de leur état matrimonial. L'Écriture, cependant, établit une démarcation sociale et sexuelle claire entre de telles relations d'amitié et le mariage.

À cette vision biblique du mariage, l'Église adventiste du septième jour adhère sans réserve, croyant que tout abaissement de cette haute conception constitue dans la même mesure un abaissement de l'idéal céleste. Parce que le mariage a été corrompu par le péché, la pureté et la beauté du mariage tel qu'il a été conçu par Dieu doivent être restaurées. Par l'appréciation de l'œuvre rédemptrice du Christ et de l'œuvre de Son Esprit dans les cœurs humains, le dessein originel du mariage peut être retrouvé et l'expérience délicieuse et saine du mariage réalisée par un homme et une femme qui unissent leurs vies dans l'alliance matrimoniale.

Cette déclaration a été approuvée et votée par le Comité administratif de la Conférence générale des adventistes du septième jour (ADCOM) le 23 avril 1996.

UNE AFFIRMATION DU DON DE LA SEXUALITÉ ACCORDÉ PAR DIEU

Les êtres humains sont créés à l'image d'un Dieu relationnel et conçus pour jouir d'une relation intime avec leur Créateur et les uns avec les autres (Gen. 1:26, 27; Matt. 22:37-39; Jean 17:3; 1 Jean 4:11, 12). Dès le commencement, Dieu façonna l'humanité en deux genres, masculin et féminin (Gen. 1:27). Magnifiques expressions de Son génie créateur, l'homme et la femme susciteront Sa plus profonde satisfaction et Son acclamation passionnée. Tous deux étaient des êtres sexuels par leur nature même, et Dieu voulait qu'ils se réjouissent de leur masculinité ou de leur féminité. Son œuvre créatrice était « très bonne » (Gen. 1:31) ! Il n'y avait rien d'incomplet ou de honteux dans ce qu'Il avait fait. La masculinité et la féminité offrent une base première permettant aux êtres humains de définir leur identité personnelle et leurs relations avec Dieu et les uns avec les autres (Ps. 8:3-6; 100:3; És. 43:1, 3, 4; Jér. 1:5; 1 Jean 4:7, 8).

Dieu créa l'homme et la femme pour qu'ils se complètent mutuellement (Gen. 2:18, 20-22). En Éden, ils partageaient également l'image et la bénédiction de Dieu. Ensemble, ils reçurent la responsabilité de dominer la terre et d'en prendre soin, ainsi que de procréer (Gen. 1:26-28). Ils furent créés avec un désir et un attrait intrinsèques l'un pour l'autre, physiquement, sexuellement, émotionnellement, psychologiquement et spirituellement (Gen. 2:23-25; Prov. 5:18, 19; Cant. 2:16, 17; 4:9). Avec la création des sexes, chacun en vint à comprendre soi-même et l'autre (Gen. 2:23). Au moment où ils se rencontrèrent pour la première fois, l'ardent désir du cœur et de l'âme d'Adam pour un partenariat et une communion intime éclata en

une joyeuse acclamation : « Voici maintenant l'os de mes os et la chair de ma chair » (Gen. 2:23). Aussitôt, ils se reconnaissent comme compagnons, contreparties, personnes capables de répondre aux besoins l'un de l'autre. Chacun voyait l'autre comme correspondant à son être, égal mais différent, quelqu'un à aimer qui aimerait en retour (Gen. 2:18, 20b-23).

La Bible présente une vision holistique des êtres humains sans dichotomie entre le corps et l'esprit (Gen. 2:27; Ps. 63:1; 84:1, 2; 1 Thess. 5:23). Dans l'Ancien comme dans le Nouveau Testament, la sexualité est clairement considérée comme un don précieux de Dieu, à recevoir avec reconnaissance et à apprécier librement dans le cadre de la relation conjugale (Gen. 1:24, 25; Prov. 5:15-19; Cant. 2:16; 4:16-5:1; 1 Cor. 7:1-5). L'expression sexuelle au sein du mariage est décrite comme saine et honorable (Ps. 139:13-16; Cant. 4:10-16; 7:1-9; 1 Cor. 6:19). L'attitude positive de l'Écriture envers la sexualité humaine est encore confirmée par l'usage de l'imagerie de l'intimité conjugale pour décrire la relation de Dieu avec Son peuple (És. 54:5; 62:4, 5; Jér. 3:14; Éz. 16:8; Os. 2:19, 20; Apoc. 19:6-9).

Dans le mariage, Dieu voulait qu'un homme et une femme soient unis pour la vie par une promesse d'alliance (Gen. 2:24, 25; Cant. 2:16; Mal. 2:13, 14; Matt. 19:4-6). Cette relation conjugale est décrite comme une seule chair (Gen. 2:24; Matt. 19:5) et suppose une union sexuelle (1 Cor. 7:1-6). L'Écriture affirme le plaisir sexuel entre mari et femme pour ses objectifs d'unité, indépendamment de la procréation. Dieu veut que la relation sexuelle lie le mari et la femme lorsqu'ils se donnent mutuellement compagnie, soutien émotionnel, épanouissement spirituel, joie et plaisir sexuel (Gen. 2:24, 25; Prov. 5:15-19; Eccl. 9:9; Cant. 4:16-5:1; Eph. 5:21-33). Un mariage aimant et une union sexuelle étaient également le cadre choisi par Dieu pour la procréation (Gen. 1:28; 4:1). Une telle relation offre l'environnement le plus sûr pour le soin et l'éducation des enfants (Éph. 6:4).

L'intimité sexuelle trouve son sens le plus profond dans les relations mari-femme caractérisées par l'amour, la proximité, la réciprocité et l'engagement. Dans le dessein de Dieu, la relation sexuelle est marquée par le respect, le désir mutuel et le consentement, ainsi que par la satisfaction aimante des besoins de l'un et de l'autre (Prov. 5:15-23; Cant. 2:16-17; 4:16-5:1; 7:8-10; Mal. 2:15; 1 Cor. 7:3-5). Dans le cadre de leur engagement envers le Christ et l'un envers l'autre, les couples prennent ensemble des décisions concernant leur expérience sexuelle. Les principes bibliques de soumission mutuelle (Éph. 5:21) et d'attention réfléchie aux besoins et désirs de l'autre (Phil. 2:4) aident les couples à parvenir à des décisions satisfaisantes pour le mari et la femme. Toute pratique sexuelle qui nuit ou menace la santé et le bien-être physiques, émotionnels ou spirituels de l'un ou des deux partenaires viole la vision élevée de l'Écriture concernant la personne humaine et son appel à prendre soin du corps comme de l'ouvrage de Dieu et de Son lieu de demeure (Gen. 2:25; Ps. 63:1; 139:13-16; 1 Cor. 3:16-17).

Lorsque Dieu examina Sa création, Il observa : « Il n'est pas bon que l'homme soit seul. Je lui ferai une aide semblable à lui » (Gen. 2:18). Bien que le récit de la création établisse le mariage comme la réponse principale de Dieu à la solitude (Gen. 2:24), au sens plus large,

la solitude est dissipée par la relation avec Dieu et avec les autres êtres humains dans des relations mutuellement satisfaisantes (Rom. 14:7). Tous les êtres humains ont été créés pour vivre en communauté, où des personnes que leurs différences sépareraient autrement sont unies comme un seul corps en Jésus-Christ (Rom. 12:4-5; 1 Cor. 12:12, 13; Gal. 3:28; Eph. 2:14-22; 4:1-6). Certains, par choix ou par circonstance, sont célibataires ; ils peuvent vivre la plénitude en tant qu'individus, se relier aux autres par la famille et les amis, et glorifier Dieu comme hommes et femmes célibataires (Matt. 19:12; 1 Cor. 7:7, 8). L'intimité sexuelle est réservée à un mari et une femme dont la relation est protégée par une promesse d'alliance (Prov. 5:15-19; Cant. 2:6, 7; 3:5; 8:3, 4; 4:12; 8:8-10; Os. 3:3).

À la suite du péché, la sexualité a été dévalorisée et, dans de nombreux cas, séparée de l'intimité, de l'amour et de la relation d'alliance. Parce que la sexualité est un moyen si puissant de relation, et parce qu'elle fait partie intégrante de la nature holistique de l'être humain, chaque fois qu'elle est endommagée, avilie, maltraitée, détournée ou contrefaite, les répercussions ont un impact considérable sur les personnes et leurs relations. L'Écriture s'élève contre une telle déformation. Elle appelle les chrétiens à fuir l'immoralité sexuelle et, par la grâce de Dieu, à tendre vers la pleine restauration de Son dessein originel pour la sexualité (Prov. 5:15-20; Os. 2:2; 6:1-3; 1 Cor. 6:15-20; Gal. 5:16-26; Eph. 5:3-10; 21-33; Col. 3:1-19; 1 Thess. 5:23, 24).

Tout en condamnant comme péché nos échecs égoïstes à refléter les normes divines concernant la sexualité, l'Écriture démontre la disposition de Jésus à pardonner à ceux qui se repentent de leurs péchés sexuels. La puissance et l'amour régénérateurs de Dieu ont permis à beaucoup de faire l'expérience d'une transformation, passant de la brisure sexuelle à la guérison, à la plénitude et à la paix (Luc 7:36-50; Jean 4:4-28; 8:1-11).

CROYANCE FONDAMENTALE SUR LE MARIAGE ET LA FAMILLE

Le mariage a été divinement établi en Éden et confirmé par Jésus comme étant une union à vie entre un homme et une femme dans une compagnie aimante. Pour le chrétien, l'engagement du mariage est envers Dieu autant qu'envers le conjoint, et ne doit être contracté qu'entre un homme et une femme qui partagent une foi commune. L'amour mutuel, l'honneur, le respect et la responsabilité constituent la trame de cette relation, laquelle doit refléter l'amour, la sainteté, la proximité et la permanence de la relation entre le Christ et Son Église. Concernant le divorce, Jésus a enseigné que celui qui répudie son conjoint, sauf pour cause d'infidélité, et en épouse un autre, commet un adultère. Bien que certaines relations familiales puissent être en deçà de l'idéal, un homme et une femme qui s'engagent pleinement l'un envers l'autre en Christ par le mariage peuvent parvenir à une unité aimante grâce à la direction de l'Esprit et au soutien de l'Église. Dieu bénit la famille et veut que ses membres s'aident mutuellement à parvenir à une pleine maturité. Le resserrement croissant des liens familiaux est l'une des caractéristiques du message évangélique final. Les parents doivent élever leurs enfants afin qu'ils aiment et obéissent au Seigneur. Par leur exemple et par leurs paroles, ils doivent leur enseigner que le Christ est un guide aimant, tendre et attentionné, qui veut qu'ils deviennent membres de Son corps, la famille de Dieu, laquelle englobe aussi bien les personnes célibataires que mariées. (Gen 2:18-25; Exod 20:12; Deut 6:5-9; Prov 22:6; Mal 4:5, 6; Matt 5:31, 32; 19:3-9, 12; Marc 10:11, 12; Jean 2:1-11; 1 Cor 7:7, 10, 11; 2 Cor 6:14; Éph 5:21-33; 6:1-4.)

DIRECTIVES POUR L'ÉGLISE ADVENTISTE DU SEPTIÈME JOUR EN RÉPONSE AUX ATTITUDES CULTURELLES CHANGEANTES CONCERNANT L'HOMOSEXUALITÉ ET D'AUTRES PRATIQUES SEXUELLES ALTERNATIVES

L'IDÉAL DIVIN DE LA SEXUALITÉ ET DU MARIAGE

Les questions liées à la sexualité humaine et au mariage peuvent être vues dans leur véritable lumière lorsqu'elles sont envisagées sur le fondement de l'idéal divin pour l'humanité. L'activité créatrice de Dieu a culminé en façonnant l'humanité à Son image comme homme et femme et en instituant le mariage. Le mariage, merveilleux don divin à l'humanité, est une union fondée sur l'alliance des deux genres, physiquement, émotionnellement et spirituellement, désignée dans l'Écriture comme « une seule chair ». Jésus-Christ a affirmé

que le mariage est à la fois monogame et hétérosexuel, une union à vie de compagnie aimante entre un homme et une femme. De plus, dans toute l'Écriture, une telle union hétérosexuelle dans le mariage est élevée comme symbole du lien entre la Divinité et l'humanité.

La relation harmonieuse d'un homme et d'une femme dans le mariage offre un microcosme d'unité sociale reconnu depuis longtemps comme un élément essentiel des sociétés stables. Le Créateur voulait que la sexualité conjugale serve non seulement un but unificateur, mais qu'elle procure aussi joie, plaisir et plénitude physique. En même temps, c'est à un mari et une femme dont l'amour leur a permis de se connaître dans un lien sexuel profond qu'un enfant peut être confié. Leur enfant, incarnation vivante de leur unité, s'épanouit dans l'atmosphère d'amour et d'unité conjugales et bénéficie d'une relation avec chacun des parents naturels.

Alors que l'union monogame dans le mariage d'un homme et d'une femme est affirmée comme le fondement divinement ordonné de la famille et de la vie sociale et comme le seul cadre moralement approprié de l'expression sexuelle intime,¹ le célibat et l'amitié entre célibataires relèvent également du dessein divin. L'Écriture établit cependant une distinction entre la conduite acceptable dans les relations d'amitié et la conduite sexuelle dans le mariage.

Malheureusement, la sexualité humaine et le mariage ont été corrompus par le péché. Par conséquent, l'Écriture ne se concentre pas uniquement sur les aspects positifs de la sexualité humaine, mais aussi sur les expressions erronées de la sexualité et leur impact négatif sur les personnes et la société. Elle avertit les êtres humains contre des comportements sexuels destructeurs tels que la fornication, l'adultére, les relations homosexuelles, l'inceste et la polygamie (par ex., Matt 19:1-12; 1 Cor 5:1-13; 6:9-20; 7:10-16, 39; Héb 13:4; Apoc 22:14, 15) et les appelle à faire ce qui est bon, sain et bénéfique.

L'Église adventiste du septième jour adhère sans réserve à l'idéal divin de relations sexuelles pures, honorables et empreintes d'amour au sein du mariage hétérosexuel, croyant que tout abaissement de cette haute conception est préjudiciable à l'humanité. Elle croit également que les idéaux de pureté et de beauté du mariage tel que conçu par Dieu doivent être mis en valeur. Par l'œuvre rédemptrice du Christ, le dessein originel du mariage peut être retrouvé, et l'expérience délicieuse et saine du mariage peut être réalisée par un homme et une femme qui unissent leurs vies dans une alliance matrimoniale à vie.

L'ÉGLISE ET LA SOCIÉTÉ

L'Église adventiste du septième jour croit avoir été appelée à l'existence par Dieu pour proclamer l'Évangile éternel au monde entier et inviter partout les personnes à se préparer pour la seconde venue de Jésus. L'Église poursuit la mission de Dieu à travers le globe, enseignant, prêchant, prenant soin et servant actuellement dans plus de deux cents nations. L'Église adventiste du septième jour n'a pas de credo : elle croit que ses enseignements reposent uniquement sur l'autorité de la Bible. Elle résume cependant ces croyances dans une Déclaration de croyances fondamentales, actuellement au nombre de vingt-huit. Au cœur de

la compréhension par l'Église du plan de Dieu pour l'organisation de la société humaine se trouve son enseignement sur le « Mariage et la famille ».²

Parce que les adventistes du septième jour vivent, travaillent et exercent leur ministère dans toutes les régions du monde, les adventistes du septième jour individuellement et les institutions par lesquelles l'Église poursuit la mission de Dieu sont en relation et interagissent avec tous les niveaux de gouvernement humain. La Bible enseigne aux chrétiens à obéir aux lois promulguées par le gouvernement civil, et, dans la mesure du possible sur le plan moral, les membres adventistes du septième jour et les organisations de l'Église chercheront à se soumettre aux autorités dirigeantes, tout en recherchant des conseils sur la manière de réagir lorsque les exigences du gouvernement entrent en conflit avec les vérités de la Bible et les croyances fondamentales de l'Église.

LA RELATION DE L'ÉGLISE AVEC LA LÉGISLATION CIVILE CONCERNANT L'HOMOSEXUALITÉ ET LES COMPORTEMENTS SEXUELS ALTERNATIFS

La Parole de Dieu abonde en instructions et en illustrations concernant la relation du croyant avec l'autorité et la juridiction du gouvernement civil. Parce que l'Église adventiste du septième jour valorise l'intégralité de la Parole de Dieu comme son autorité ultime pour la vérité, la doctrine et le mode de vie, elle cherche toujours à refléter dans son enseignement et sa pratique le message complet de l'Écriture concernant une interaction appropriée avec le gouvernement civil. À cette fin, l'Église offre périodiquement des conseils aux individus, aux dirigeants et aux institutions ecclésiales lorsque les exigences du gouvernement civil et les enseignements de la Bible semblent entrer en conflit. Le présent document se concentre sur le fossé croissant entre les dispositions de certains gouvernements civils et les croyances de l'Église adventiste du septième jour concernant les comportements sexuels acceptables.

Les principes suivants, bien que non exhaustifs, sous-tendent l'application cohérente par l'Église des vérités bibliques aux sociétés et cultures dans lesquelles elle opère et aux gouvernements auxquels elle répond. Ces principes seront particulièrement importants pour encadrer, pour un ministère ou une organisation de l'Église, une réponse appropriée à tout niveau de gouvernement civil qui tenterait d'imposer à l'Église ses perceptions de pratiques sexuelles légalement et moralement acceptables.

1. Tous les gouvernements humains existent par la disposition et la permission de Dieu. L'apôtre Paul instruit clairement tant les chrétiens individuellement que l'Église de se soumettre volontairement aux gouvernements humains ordonnés par Dieu pour préserver les libertés données par Dieu, promouvoir la justice, maintenir l'ordre social et prendre soin des défavorisés (voir Rom 13:1-3). Dans la mesure où ils agissent en accord avec les valeurs et principes exprimés dans la Parole de Dieu, les gouvernements civils méritent le respect et l'obéissance des croyants individuels et de l'Église en tant que corps.

Dans la mesure du possible, les adventistes du septième jour individuellement et les organisations de l'Église dans un État ou une nation chercheront, par leur comportement et leurs déclarations, à être perçus comme des citoyens loyaux, participant aux droits et responsabilités de la citoyenneté. En outre, les croyants sont exhortés à prier pour ceux qui exercent l'autorité civile (1 Tim 2:1, 2) afin qu'ils puissent pratiquer les vertus du royaume de Dieu.

- 2. Bien que l'autorité du gouvernement humain dérive de l'autorité de Dieu, les revendications et juridictions des gouvernements humains ne sont jamais ultimement définitives ni pour les croyants individuels ni pour l'Église.** Les croyants individuels comme l'Église doivent une allégeance suprême à Dieu Lui-même. Lorsque les exigences du gouvernement civil entrent directement en conflit avec et contredisent l'enseignement de la Parole de Dieu tel qu'il est compris par l'Église adventiste du septième jour, l'Église et ses membres sont tenus par cette même Parole de Dieu d'obéir à Ses préceptes plutôt qu'à ceux du gouvernement humain (Actes 5:29). Cette expression d'une allégeance supérieure est spécifique uniquement à l'exigence du gouvernement qui est en contradiction avec la Parole de Dieu et ne diminue ni ne supprime autrement l'obligation de l'Église ou des croyants individuels de vivre dans la soumission à l'autorité civile sur d'autres questions.
- 3. Parce que les croyants individuels et l'Église organisée jouissent des droits et libertés accordés par Dieu et ratifiés par le gouvernement civil, ils peuvent participer pleinement aux processus par lesquels les sociétés organisent la vie sociale, assurent l'ordre public et électoral, et structurent les relations civiles.** Cela peut inclure une articulation claire des croyances de l'Église concernant, entre autres : (1) la préservation de la liberté de conscience ; (2) la protection des faibles et des défavorisés ; (3) la responsabilité de l'État de promouvoir la justice et les droits humains ; (4) l'état du mariage divinement ordonné entre un homme et une femme et la famille issue de cette union ; et (5) les valeurs des principes et pratiques de santé donnés par Dieu pour édifier le bien-être social et économique de l'État. Ni les adventistes du septième jour individuellement ni les congrégations, institutions et entités par lesquelles ils accomplissent leur mission donnée par Dieu ne doivent renoncer à leurs priviléges et droits en raison de l'opposition à leur allégeance à l'enseignement biblique. Forte de sa longue histoire de défense de la liberté religieuse et de la liberté de culte dans le monde entier, l'Église adventiste du septième jour défend les droits de toutes les personnes, de quelque foi que ce soit, à suivre les dictées de leur conscience et à pratiquer la religion à laquelle cette foi les constraint.
- 4. Parce que l'Église adventiste du septième jour croit et pratique une compréhension holistique de l'Évangile de Jésus-Christ, ses organisations évangéliques, éducatives, éditoriales, médicales et autres sont des expressions intégrales et indivisibles de l'accomplissement de la mission confiée par Jésus : « Allez, faites de toutes les nations**

des disciples, les baptisant au nom du Père, du Fils et du Saint-Esprit, et enseignez-leur à observer tout ce que je vous ai prescrit » (Matt 28:19, 20, ESV). Bien que les congrégations adventistes du septième jour, les ministères d'édition et de médias, les établissements d'enseignement, les hôpitaux et centres médicaux et les organisations ministérielles puissent sembler partager certaines similitudes avec d'autres institutions sociales et culturelles, ils ont historiquement été organisés et continuent de l'être sur une base de foi et de mission. Ils existent dans le but exprès de communiquer la connaissance salvatrice de Jésus-Christ par leurs méthodes et initiatives multiples, et de faire progresser la mission de l'Église adventiste du septième jour, et devraient jouir de tous les priviléges et libertés accordés à l'organisation religieuse dont ils sont des parties essentielles. L'Église adventiste du septième jour affirme et défend vigoureusement la non-séparabilité de ses diverses formes de mission et exhorte tous les gouvernements civils à accorder à chacune de ses organisations et entités les droits de conscience et la liberté de pratique religieuse affirmés dans la Déclaration universelle des droits de l'homme des Nations Unies et garantis par les constitutions de la plupart des États du monde.

- 5. Dans leur interaction avec les gouvernements civils et les sociétés, l'Église et les adventistes du septième jour individuellement doivent se conduire comme des représentants du royaume du Christ, manifestant Ses caractéristiques d'amour, d'humilité, d'honnêteté, de réconciliation et d'engagement envers les vérités de la Parole de Dieu.** Chaque être humain, quel que soit son genre, sa race, sa nationalité, sa classe sociale, sa foi ou son orientation sexuelle, mérite d'être traité avec respect et dignité par l'Église adventiste du septième jour et par les entités et organisations par lesquelles elle poursuit la mission de Dieu. Parce qu'elle se définit comme le corps du Christ, qui « est mort pour nous » « lorsque nous étions encore pécheurs » (Rom 5:8), l'Église s'impose les normes les plus élevées de parole et de conduite envers tous les êtres humains. Reconnaissant que Dieu est le Juge ultime de toutes les personnes, l'Église croit à la possibilité pour tous d'être inclus dans le royaume des cieux lorsqu'ils reconnaissent et abandonnent leur péché, confessent Christ comme Seigneur, acceptent Sa justice à la place de la leur, cherchent à obéir à Ses commandements et vivent Sa vie de service. L'Église affirme son droit de qualifier certains comportements, modes de vie et les organisations qui les promeuvent de contraires à la Parole de Dieu. Elle est toutefois également responsable de distinguer clairement entre sa critique de ces croyances et comportements et le respect des personnes qui les expriment. L'Église ne cautionne pas et ne permettra pas que ses déclarations publiques sur des questions sociales soient caractérisées par le mépris ou l'humiliation verbale de ceux avec lesquels elle est en désaccord. Dans l'exercice de ses libertés, la parole publique de l'Église doit manifester la grâce toujours observée en Jésus. Toutes les entités et organisations adventistes du septième jour, ainsi que les membres individuels de l'Église, sont exhortés à exprimer leur respect envers les personnes ou groupes de personnes dont ils sont amenés à

désapprouver les comportements et opinions en raison de leur allégeance à la Parole de Dieu. L'Église acquiert la crédibilité nécessaire pour participer à des questions sociales et nationales difficiles par son identification claire comme entité rédemptrice.

À la lumière des principes ci-dessus tirés de la Parole de Dieu, l'Église adventiste du septième jour cherche à offrir des conseils aux congrégations, aux organisations et entités de l'Église, et à ceux qui dirigent ces organisations et entités. Les questions complexes entourant les réponses des gouvernements civils à la réalité de l'homosexualité et des pratiques sexuelles alternatives dans la société contemporaine soulignent l'importance de ces conseils.

LES DÉFIS DE LA LÉGISLATION DE L'ÉTAT

Dans un nombre croissant de nations, les gouvernements adoptent des protections législatives ou judiciaires spéciales afin de prévenir ce qu'ils considèrent comme des comportements discriminatoires. Ces protections semblent parfois porter atteinte aux droits à la liberté religieuse des pasteurs, dirigeants et organisations adventistes du septième jour d'employer du personnel, de célébrer des mariages, d'offrir des avantages liés à l'emploi, de publier du matériel missionnaire, de faire des déclarations publiques et de fournir une éducation ou un logement éducatif sur la base de l'enseignement adventiste du septième jour concernant le caractère pécheur des comportements sexuels interdits par l'Écriture.

À l'inverse, dans un certain nombre de nations, les pratiques homosexuelles ou sexuelles alternatives entraînent de lourdes sanctions imposées par la loi. Bien que les institutions et membres adventistes du septième jour puissent légitimement plaider en faveur de la préservation de l'institution unique et donnée par Dieu du mariage hétérosexuel dans leurs sociétés et leurs codes juridiques, la position de l'Église est de traiter ceux qui pratiquent des comportements homosexuels ou sexuels alternatifs avec l'amour rédempteur enseigné et vécu par Jésus.

LES LIBERTÉS MORALES ET RELIGIEUSES DE L'ÉGLISE

L'Église adventiste du septième jour encouragera toutes ses congrégations, ses employés, ses dirigeants ministériels, ses organisations et ses entités à maintenir les enseignements de l'Église et les pratiques fondées sur la foi en matière d'adhésion à l'Église, d'emploi, d'éducation et de cérémonies de mariage, y compris l'officiation de mariages. Ces enseignements et pratiques fondées sur la foi, construits sur les instructions bibliques concernant la sexualité humaine, s'appliquent également aux relations hétérosexuelles et homosexuelles. Il est incompatible avec la compréhension de l'enseignement scripturaire par l'Église d'admettre dans la communion ou de maintenir dans l'adhésion des personnes pratiquant des comportements sexuels incompatibles avec l'enseignement biblique. Il n'est pas non plus acceptable que des pasteurs ou des Églises adventistes fournissent des services ou des installations de mariage à des couples de même sexe.

En maintenant ces normes scripturaires, l'Église s'appuie sur les exemptions fondées sur la foi généralement et habituellement accordées par les gouvernements civils aux organisations religieuses et à leurs ministères affiliés pour s'organiser selon leur compréhension de la vérité morale. L'Église cherchera également à fournir des conseils juridiques et des ressources aux dirigeants, organisations et entités de l'Église afin qu'ils opèrent en harmonie avec sa compréhension biblique de la sexualité humaine.

Les dirigeants de congrégations, les employés de l'Église, les responsables de ministères et les institutions sont invités à examiner attentivement les politiques existantes de l'Église concernant l'adhésion, l'emploi et l'éducation afin de s'assurer que les pratiques locales sont en harmonie avec les enseignements exprimés par l'Église concernant le comportement sexuel. L'expression et l'application cohérentes des politiques et enseignements organisationnels concernant de tels comportements seront un élément clé du maintien des exemptions fondées sur la foi habituellement accordées par les gouvernements civils.

LA PRISE DE DÉCISION FONDÉE SUR LA FOI EN MATIÈRE D'EMPLOI ET D'INSCRIPTION

L'Église adventiste du septième jour affirme et se réserve le droit pour ses entités d'employer des personnes conformément à l'enseignement de l'Église concernant les comportements sexuels compatibles avec l'enseignement de l'Écriture tel qu'il est compris par l'Église adventiste du septième jour. Bien que chaque institution et ministère opère dans son propre contexte social et juridique, chacun exprime également le système de croyances et les enseignements mondiaux de l'Église universelle. L'Église maintient le droit de ces ministères et institutions de prendre des décisions fondées sur l'enseignement de l'Écriture et fournira un examen juridique des lois et ordonnances pertinentes.

Dans la mesure du possible et du réalisable, l'Église continuera de plaider, tant sur le plan législatif que devant les tribunaux, en faveur de pratiques préférentielles d'embauche et d'inscription fondées sur la foi pour elle-même et pour ses ministères.

L'ÉGLISE ET LA PAROLE PUBLIQUE

L'Église affirme le droit d'exprimer son engagement envers la vérité biblique par la communication qu'elle met à la disposition de ses membres et de divers publics, ainsi que de défendre les droits à la liberté d'expression de ses employés pour exprimer l'enseignement de l'Église sur le comportement sexuel dans des environnements publics, y compris les services de culte, les réunions évangéliques, les salles de classe éducatives et les forums publics. Les dirigeants de l'Église acceptent la responsabilité de se tenir informés, ainsi que les employés de l'Église, des réglementations gouvernementales concernant la parole acceptable et d'inviter périodiquement un examen juridique de la manière dont ces réglementations devraient

affecter la mission de l'Église. Ceux qui sont responsables de la communication officielle de l'Église et ceux qui prêchent et enseignent doivent souligner l'importance de soumettre tout comportement, y compris le comportement sexuel, à la puissance transformatrice de Jésus-Christ. La norme tant pour le matériel publié que pour les déclarations publiques concernant les comportements sexuels doit être qu'ils soient largement compris comme à la fois « clairs et respectueux », exprimant la vérité biblique avec la bonté de Jésus Lui-même.

L'ÉGLISE ET LA PAROLE PUBLIQUE

Afin d'assurer une application cohérente de la norme « claire et respectueuse » dans ses ministères, l'Église exhorte tous ses ministères, y compris les ministères pastoraux et évangéliques, les ministères éducatifs, les ministères d'édition et de médias, et les ministères de la santé et médicaux, entre autres, à offrir périodiquement une formation et des conseils aux employés qui interagissent avec le public par les médias et les présentations publiques. Cette formation devrait inclure un examen des lois nationales ou communautaires en vigueur concernant la parole publique sur les comportements sexuels, ainsi que des exemples de manières appropriées de communiquer les croyances et enseignements de l'Église.

NOTES

- ¹ Voir les déclarations officielles de l'Église adventiste du septième jour concernant les « Unions de même sexe » et « l'Homosexualité ».
- ² Croyances fondamentales des adventistes du septième jour, « Mariage et famille », no 23.

DÉCLARATION SUR LES ABUS SEXUELS ENVERS LES ENFANTS

L'abus sexuel d'un enfant se produit lorsqu'une personne plus âgée ou plus forte que l'enfant utilise son pouvoir, son autorité ou sa position de confiance pour impliquer un enfant dans un comportement ou une activité sexuelle. L'inceste, une forme spécifique d'abus sexuel d'un enfant, est défini comme toute activité sexuelle entre un enfant et un parent, un frère ou une sœur, un membre de la famille élargie, ou un beau-parent/parent de substitution.

Les agresseurs sexuels peuvent être des hommes ou des femmes et peuvent être de tout âge, de toute nationalité ou de tout milieu socio-économique. Ce sont souvent des hommes mariés avec des enfants, qui ont des emplois respectables, et peuvent être des pratiquants réguliers d'église. Il est courant que les auteurs nient fortement leur comportement abusif, refusent de voir leurs actes comme un problème, et rationalisent leur comportement ou rejettent la faute sur quelque chose ou quelqu'un d'autre. S'il est vrai que de nombreux agresseurs manifestent des insécurités profondément enracinées et une faible estime de soi, ces problèmes ne doivent jamais être acceptés comme une excuse pour abuser sexuellement d'un enfant. La plupart des autorités conviennent que le véritable enjeu dans l'abus sexuel d'un enfant est davantage lié à un désir de pouvoir et de contrôle qu'au sexe.

Lorsque Dieu a créé la famille humaine, Il a commencé par un mariage entre un homme et une femme fondé sur l'amour et la confiance mutuels. Cette relation est toujours destinée à fournir le fondement d'une famille stable et heureuse dans laquelle la dignité, la valeur et l'intégrité de chaque membre de la famille sont protégées et honorées. Chaque enfant, qu'il soit

garçon ou fille, doit être affirmé comme un don de Dieu. Les parents reçoivent le privilège et la responsabilité d'assurer l'éducation, la protection et les soins physiques des enfants qui leur sont confiés par Dieu. Les enfants devraient pouvoir honorer, respecter et faire confiance à leurs parents et aux autres membres de la famille sans risque d'abus.

La Bible condamne l'abus sexuel d'un enfant avec les termes les plus forts possibles. Elle considère toute tentative de confondre, d'estomper ou de dénigrer les frontières personnelles, générationnelles ou liées au genre par un comportement sexuellement abusif comme un acte de trahison et une grave violation de la personne. Elle condamne ouvertement les abus de pouvoir, d'autorité et de responsabilité parce qu'ils frappent au cœur même des sentiments les plus profonds des victimes à propos d'elles-mêmes, des autres et de Dieu, et brisent leur capacité d'aimer et de faire confiance. Jésus a employé un langage fort pour condamner les actes de quiconque, par ses paroles ou ses actions, fait trébucher un enfant.

La communauté chrétienne adventiste n'est pas à l'abri de l'abus sexuel d'un enfant. Nous croyons que les principes de la foi adventiste du septième jour nous obligent à être activement engagés dans sa prévention. Nous nous engageons également à aider spirituellement les personnes abusées et abusives ainsi que leurs familles dans leur processus de guérison et de rétablissement, et à tenir les professionnels de l'Église et les responsables laïcs de l'Église responsables du maintien de leur comportement personnel comme il convient à des personnes occupant des positions de direction spirituelle et de confiance.

En tant qu'Église, nous croyons que notre foi nous appelle à :

1. Soutenir les principes du Christ pour des relations familiales dans lesquelles le respect de soi, la dignité et la pureté des enfants sont reconnus comme des droits divinement prescrits.
2. Offrir une atmosphère où les enfants qui ont été abusés peuvent se sentir en sécurité lorsqu'ils signalent un abus sexuel et peuvent sentir que quelqu'un les écoutera.
3. Devenir pleinement informés sur l'abus sexuel et son impact au sein de notre propre communauté d'église.
4. Aider les pasteurs et les responsables laïcs à reconnaître les signes avant-coureurs de l'abus sexuel d'un enfant et à savoir comment répondre de manière appropriée lorsqu'un abus est soupçonné ou lorsqu'un enfant rapporte avoir été abusé sexuellement.
5. Établir des relations d'orientation avec des conseillers professionnels et des organismes locaux d'aide aux victimes d'agression sexuelle qui peuvent, grâce à leurs compétences professionnelles, aider les victimes d'abus et leurs familles.
6. Créer des lignes directrices/politiques aux niveaux appropriés pour aider les responsables d'église à :
 - S'efforcer de traiter avec équité les personnes accusées d'avoir abusé sexuellement d'enfants,
 - Tenir les agresseurs responsables de leurs actes et administrer une discipline appropriée.

- 7.** Soutenir l'éducation et l'enrichissement des familles et des membres de la famille en :
 - Dissipant les croyances religieuses et culturelles couramment répandues qui peuvent être utilisées pour justifier ou dissimuler l'abus sexuel d'un enfant.
 - Développant chez chaque enfant un sain sentiment de valeur personnelle qui lui permet de se respecter et de respecter les autres.
 - Favorisant des relations à l'image du Christ entre les hommes et les femmes dans le foyer et dans l'église.
- 8.** Fournir un soutien attentionné et un ministère rédempteur fondé sur la foi au sein de la communauté d'église pour les survivants d'abus et les agresseurs, tout en leur permettant d'accéder au réseau de ressources professionnelles disponibles dans la communauté.
- 9.** Encourager la formation de davantage de professionnels de la famille afin de faciliter le processus de guérison et de rétablissement des victimes et des auteurs d'abus.

(La déclaration ci-dessus s'appuie sur des principes exprimés dans les passages scripturaires suivants : Gen 1:26-28; 2:18-25; Lev 18:20; 2 Sam 13:1-22; Matt 18:6-9; 1 Cor 5:1-5; Eph 6:1-4; Col 3:18-21; 1 Tim 5:5-8.)

DÉCLARATION SUR LA VIOLENCE FAMILIALE

La violence familiale implique une agression de toute nature — verbale, physique, émotionnelle, sexuelle, ou une négligence active ou passive — commise par une personne ou des personnes contre une autre au sein d'une famille, qu'elles soient mariées, apparentées, vivant ensemble ou séparément, ou divorcées. Les recherches internationales actuelles indiquent que la violence familiale est un problème mondial. Elle se produit entre des personnes de tous âges et de toutes nationalités, à tous les niveaux socio-économiques, et dans des familles issues de tous types de milieux religieux ou non religieux. Le taux global d'incidence s'est révélé similaire dans les communautés urbaines, suburbaines et rurales.

La violence familiale se manifeste de diverses manières. Par exemple, elle peut prendre la forme d'une agression physique contre son conjoint. Les agressions émotionnelles telles que les menaces verbales, les accès de colère, la dévalorisation de la personne et des exigences irréalistes de perfection constituent également des abus. Elle peut se présenter sous la forme de coercition physique et de violence dans la relation sexuelle conjugale, ou de menaces de violence par l'usage de comportements verbaux ou non verbaux intimidants. Elle inclut des comportements tels que l'inceste et la maltraitance ou la négligence d'enfants mineurs par un parent ou un autre tuteur, entraînant des blessures ou des préjudices. La violence envers les personnes âgées peut se manifester par des abus ou des négligences physiques, psychologiques, sexuels, verbaux, matériels et médicaux.

La Bible indique clairement que la marque distinctive des croyants chrétiens est la qualité de leurs relations humaines dans l'Église et dans la famille. L'esprit du Christ est d'aimer et d'accepter, de chercher à affirmer et à édifier les autres, plutôt que d'abuser ou de détruire. Il n'y a pas de place parmi les disciples du Christ pour un contrôle tyrannique et l'abus de pouvoir ou d'autorité. Motivés par leur amour pour le Christ, Ses disciples sont appelés à manifester du respect et un souci du bien-être d'autrui, à accepter les hommes et les femmes comme égaux, et à reconnaître que chaque personne a droit au respect et à la dignité. Ne pas

se comporter ainsi envers les autres viole leur personnalité et dévalorise des êtres humains créés et rachetés par Dieu.

L'apôtre Paul se réfère à l'Église comme à « la famille de la foi », qui fonctionne comme une famille élargie, offrant acceptation, compréhension et réconfort à tous, en particulier à ceux qui souffrent ou sont défavorisés. L'Écriture présente l'Église comme une famille dans laquelle une croissance personnelle et spirituelle peut se produire lorsque les sentiments de trahison, de rejet et de chagrin cèdent la place aux sentiments de pardon, de confiance et de plénitude. La Bible parle également de la responsabilité personnelle du chrétien de protéger le temple de son corps contre toute profanation, parce qu'il est la demeure de Dieu.

Malheureusement, la violence familiale existe dans de nombreux foyers chrétiens. Elle ne peut jamais être tolérée. Elle affecte gravement la vie de toutes les personnes concernées et entraîne souvent des perceptions déformées à long terme de Dieu, de soi-même et des autres.

Nous croyons que l'Église a la responsabilité de :

1. Prendre soin des personnes impliquées dans la violence familiale et répondre à leurs besoins en :

- Écoutant et acceptant ceux qui souffrent d'abus, les aimant et les affirmant comme des personnes de valeur et de dignité.
- Mettant en lumière les injustices de l'abus et s'exprimant en défense des victimes, tant au sein de la communauté de foi que dans la société.
- Offrant un ministère attentionné et de soutien aux familles touchées par la violence et les abus, cherchant à permettre tant aux victimes qu'aux auteurs d'accéder à des services de counseling auprès de professionnels adventistes du septième jour lorsque cela est possible, ou à d'autres ressources professionnelles dans la communauté.
- Encourageant la formation et la mise à disposition de services professionnels adventistes du septième jour agréés, tant pour les membres de l'Église que pour les communautés environnantes.
- Offrant un ministère de réconciliation lorsque la repentance de l'auteur rend possible d'envisager le pardon et la restauration des relations. La repentance inclut toujours l'acceptation de l'entièvre responsabilité des torts commis, la volonté de réparer dans toute la mesure du possible, et des changements de comportement visant à éliminer l'abus.
- Orientant la lumière de l'Évangile sur la nature des relations mari-femme, parent-enfant et autres relations étroites, et donnant aux individus et aux familles les moyens de progresser vers les idéaux de Dieu dans leur vie commune.
- Veillant à prévenir l'ostracisme tant des victimes que des auteurs au sein de la famille ou de la communauté d'église, tout en tenant fermement les auteurs responsables de leurs actes.

2. Renforcer la vie familiale en :

- Offrant une éducation à la vie familiale orientée vers la grâce et incluant une compréhension biblique de la réciprocité, de l'égalité et du respect indispensables aux relations chrétiennes.
- Augmentant la compréhension des facteurs qui contribuent à la violence familiale.
- Développant des moyens de prévenir les abus et la violence ainsi que le cycle récurrent souvent observé au sein des familles et à travers les générations.
- Corrigeant les croyances religieuses et culturelles couramment répandues qui peuvent être utilisées pour justifier ou dissimuler la violence familiale. Par exemple, bien que les parents soient instruits par Dieu de corriger leurs enfants de manière rédemptrice, cette responsabilité ne donne pas licence à l'usage de mesures disciplinaires dures et punitives.

3. Assumer notre responsabilité morale d'être vigilants et réactifs face aux abus au sein des familles de nos congrégations et de nos communautés, et déclarer que de tels comportements abusifs constituent une violation des normes chrétiennes adventistes du septième jour. Toute indication ou tout signalement d'abus ne doit pas être minimisé, mais pris au sérieux. Pour les membres de l'Église, demeurer indifférents et passifs revient à tolérer, perpétuer et éventuellement étendre la violence familiale.

Si nous voulons vivre comme des enfants de la lumière, nous devons éclairer les ténèbres là où la violence familiale se produit parmi nous. Nous devons prendre soin les uns des autres, même lorsque rester à l'écart serait plus facile.

(La déclaration ci-dessus s'appuie sur des principes exprimés dans les passages scripturaires suivants : Ex 20:12; Matt 7:12; 20:25-28; Marc 9:33-45; Jean 13:34; Rom 12:10, 13; 1 Cor 6:19; Gal 3:28; Éph 5:2, 3, 21-27; 6:1-4; Col 3:12-14; 1 Thess 5:11; 1 Tim 5:5-8.)

DÉCLARATION SUR LE FOYER ET LA FAMILLE

La santé et la prospérité de la société sont directement liées au bien-être de ses composantes — l'unité familiale. Aujourd'hui, probablement comme jamais auparavant, la famille est en difficulté. Des commentateurs sociaux déplorent la désintégration de la vie familiale moderne. Le concept chrétien traditionnel du mariage entre un homme et une femme est attaqué. L'Église adventiste du septième jour, en ce temps de crise familiale, encourage chaque membre de la famille à renforcer sa dimension spirituelle et sa relation familiale par l'amour mutuel, l'honneur, le respect et la responsabilité.

La Croyance fondamentale no 22 de l'Église, fondée sur la Bible, affirme que la relation conjugale « doit refléter l'amour, la sainteté, la proximité et la permanence de la relation entre le Christ et Son Église. ... Bien que certaines relations familiales puissent être en deçà de l'idéal, les conjoints qui s'engagent pleinement l'un envers l'autre en Christ peuvent parvenir à une unité aimante grâce à la direction de l'Esprit et au soutien de l'Église. Dieu bénit la famille et veut que ses membres s'aident mutuellement à parvenir à une pleine maturité. Les parents doivent élever leurs enfants afin qu'ils aiment et obéissent au Seigneur. Par leur exemple et par leurs paroles, ils doivent leur enseigner que le Christ est un disciplinarian aimant, toujours tendre et attentionné, qui veut qu'ils deviennent membres de Son corps, la famille de Dieu. »

Ellen G. White, l'une des fondatrices de l'Église, a déclaré : « La restauration et le relèvement de l'humanité commencent par la famille, c'est-à-dire par l'œuvre des parents. La société est composée de familles, et sera ce que la font les chefs de ces dernières. C'est du cœur que procèdent "les sources de la vie" (Proverbes 4:23), et le cœur de la société, de l'Église ou de la nation, c'est la famille. Le bien-être de la société, les progrès de l'Église, la prospérité de l'Etat dépendent des influences familiales » — Le Ministère de la Guérison, p. 295.

Cette déclaration publique a été publiée par le président de la Conférence générale, Neal C. Wilson, après consultation avec les seize vice-présidents mondiaux des adventistes du septième jour, le 27 juin 1985, lors de la session de la Conférence générale à La Nouvelle-Orléans, Louisiane.

DÉCLARATION SUR L'HOMOSEXUALITÉ

L'Église adventiste du septième jour reconnaît que chaque être humain a une grande valeur aux yeux de Dieu, et nous cherchons à exercer notre ministère envers tous les hommes et toutes les femmes dans l'esprit de Jésus. Nous croyons également que, par la grâce de Dieu et grâce à l'encouragement de la communauté de foi, une personne peut vivre en harmonie avec les principes de la Parole de Dieu.

Les adventistes du septième jour croient que l'intimité sexuelle appartient uniquement à la relation conjugale d'un homme et d'une femme. Tel était le dessein établi par Dieu à la création. Les Écritures déclarent : « C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère, et s'attachera à sa femme, et ils deviendront une seule chair » (Gen 2:24, LSG). Tout au long de l'Écriture, ce modèle hétérosexuel est confirmé. La Bible ne prévoit aucune place pour les actes ou les relations homosexuels. Les actes sexuels en dehors du cadre du mariage hétérosexuel sont interdits (Lev 18:5-23, 26 ; Lev 20:7-21 ; Rom 1:24-27 ; 1 Cor 6:9-11). Jésus-Christ a réaffirmé l'intention divine de la création : « N'avez-vous pas lu que le Créateur, au commencement, fit l'homme et la femme, et qu'il dit : C'est pourquoi l'homme quittera son père et sa mère, et s'attachera à sa femme, et les deux deviendront une seule chair ? Ainsi ils ne sont plus deux, mais une seule chair » (Matt 19:5, LSG). Pour ces raisons, les adventistes du septième jour s'opposent aux pratiques et aux relations homosexuelles.

Jésus a affirmé la dignité de tous les êtres humains et s'est approché avec compassion des personnes et des familles souffrant des conséquences du péché. Il a offert un ministère empreint de sollicitude et des paroles de réconfort aux personnes en difficulté, tout en distinguant Son amour pour les pécheurs de Son enseignement clair concernant les pratiques pécheresses. En tant que Ses disciples, les adventistes du septième jour s'efforcent de suivre l'instruction et l'exemple du Seigneur, vivant une vie de compassion et de fidélité à l'image du Christ.

Cette déclaration a été votée lors du Conseil annuel du Comité exécutif de la Conférence générale, le dimanche 3 octobre 1999, à Silver Spring, Maryland. Révisée par le Comité exécutif de la Conférence générale, le 17 octobre 2012.

DÉCLARATION SUR LES RELATIONS HUMAINES

Les adventistes du septième jour déplorent et cherchent à combattre toutes les formes de discrimination fondées sur la race, la tribu, la nationalité, la couleur ou le sexe. Nous croyons que chaque personne a été créée à l'image de Dieu, qui a fait toutes les nations d'un seul sang (Actes 17:26). Nous nous efforçons de poursuivre le ministère de réconciliation de Jésus-Christ, qui est mort pour le monde entier afin qu'en Lui « il n'y ait ni Juif ni Grec » (Gal. 3:28). Toute forme de racisme ronge le cœur même de l'Évangile chrétien.

L'un des aspects les plus troublants de notre époque est la manifestation du racisme et du tribalisme dans de nombreuses sociétés, parfois avec violence, toujours avec la dégradation des hommes et des femmes. En tant que corps mondial présent dans plus de deux cents nations, les adventistes du septième jour cherchent à manifester l'acceptation, l'amour et le respect envers tous, et à diffuser ce message de guérison dans toute la société.

L'égalité de toutes les personnes est l'un des principes de notre Église. Notre Croyance fondamentale no 13 déclare : « En Christ, nous sommes une nouvelle création ; les distinctions de race, de culture, de savoir et de nationalité, et les différences entre grands et petits, riches et pauvres, hommes et femmes, ne doivent pas être sources de division parmi nous. Nous sommes tous égaux en Christ, qui, par un seul Esprit, nous a unis en une même communion avec Lui et les uns avec les autres ; nous devons servir et être servis sans partialité ni réserve. »

Cette déclaration a été approuvée et votée par le Comité administratif de la Conférence générale des adventistes du septième jour (ADCOM) et a été publiée par le Bureau du président, Robert S. Folkenberg, lors de la session de la Conférence générale à Utrecht, aux Pays-Bas, du 29 juin au 8 juillet 1995.

DÉCLARATION SUR LE RACISME

L'un des maux odieux de notre époque est le racisme, la croyance ou la pratique qui considère ou traite certains groupes raciaux comme inférieurs et donc comme des objets justifiables de domination, de discrimination et de ségrégation.

Bien que le péché du racisme soit un phénomène ancien fondé sur l'ignorance, la peur, l'aliénation et l'orgueil trompeur, certaines de ses manifestations les plus laides ont eu lieu à notre époque. Le racisme et les préjugés irrationnels fonctionnent dans un cercle vicieux. Le racisme figure parmi les pires préjugés enracinés qui caractérisent les êtres humains pécheurs. Ses conséquences sont généralement plus dévastatrices parce que le racisme devient facilement institutionnalisé et légalisé de façon permanente et, dans ses manifestations extrêmes, peut conduire à des persécutions systématiques et même au génocide.

L'Église adventiste du septième jour déplore toutes les formes de racisme, y compris la politique de l'apartheid avec sa ségrégation imposée et sa discrimination légalisée.

Les adventistes du septième jour désirent être fidèles au ministère de réconciliation confié à l'Église chrétienne. En tant que communauté mondiale de foi, l'Église adventiste du septième jour souhaite rendre témoignage et manifester dans ses propres rangs l'unité et l'amour qui transcendent les différences raciales et surmontent l'aliénation passée entre les races.

L'Écriture enseigne clairement que chaque personne a été créée à l'image de Dieu, qui « a fait tous les hommes issus d'un seul sang, pour habiter sur toute la surface de la terre » (Actes

17:26). La discrimination raciale est une offense envers nos semblables, qui ont été créés à l'image de Dieu. En Christ, « il n'y a ni Juif ni Grec » (Gal. 3:28). Par conséquent, le racisme est en réalité une hérésie et, dans son essence, une forme d'idolâtrie, car il limite la paternité de Dieu en niant la fraternité de toute l'humanité et en exaltant la supériorité de sa propre race.

La norme pour les chrétiens adventistes du septième jour est reconnue dans la Croyance fondamentale no 13 de l'Église, « L'unité dans le corps de Christ ». Il y est précisé : « En Christ, nous sommes une nouvelle création ; les distinctions de race, de culture, d'instruction et de nationalité, et les différences entre grands et petits, riches et pauvres, hommes et femmes, ne doivent pas être des facteurs de division parmi nous. Nous sommes tous égaux en Christ, qui, par un seul Esprit, nous a unis en une même communion avec Lui et les uns avec les autres ; nous devons servir et être servis sans partialité ni réserve. »

Toute autre approche détruit le cœur même de l'Évangile chrétien.

DÉCLARATION SUR LE COMPORTEMENT SEXUE

Dans Son amour et Sa sagesse infinis, Dieu créa l'humanité, homme et femme, et, ce faisant, fonda la société humaine sur la base solide de foyers et de familles empreints d'amour.

Le but de Satan, cependant, est de pervertir toute chose bonne ; et la perversion de ce qu'il y a de meilleur conduit inévitablement à ce qu'il y a de pire. Sous l'influence de la passion non maîtrisée par des principes moraux et religieux, les relations entre les sexes ont, à un degré profondément troublant, dégénéré en licence et en abus qui aboutissent à l'esclavage. À l'aide de nombreux films, émissions de télévision, vidéos, programmes radiophoniques et documents imprimés, le monde est entraîné vers de nouveaux abîmes de honte et de dépravation. Non seulement la structure fondamentale de la société est gravement endommagée, mais la désintégration de la famille favorise également d'autres maux grossiers. Les résultats, visibles dans les vies déformées des enfants et des jeunes, sont affligeants et suscitent notre compassion, et leurs effets ne sont pas seulement désastreux, mais aussi cumulatifs.

Ces maux sont devenus plus manifestes et constituent une menace sérieuse et croissante pour les idéaux et les objectifs du foyer chrétien. Les pratiques sexuelles contraires à la volonté clairement exprimée de Dieu sont l'adultère et les relations sexuelles avant le mariage, ainsi que les comportements sexuels obsessionnels. Les abus sexuels envers le conjoint, les abus sexuels envers les enfants, l'inceste, les pratiques homosexuelles (gays et lesbiennes) et la bestialité figurent parmi les perversions évidentes du plan originel de Dieu. Lorsque l'intention de passages clairs de l'Écriture (voir Ex 20:14 ; Lev 18:22, 23, 29 et 20:13 ; Matt 5:27, 28 ; 1 Cor 6:9 ; 1 Tim 1:10 ; Rom 1:20-32) est niée et que leurs avertissements sont rejetés au profit d'opinions humaines, une grande incertitude et une profonde confusion prévalent. C'est

ce que Satan désire. Il a toujours cherché à amener les êtres humains à oublier que lorsque Dieu, en tant que Créateur, fit Adam, Il créa aussi Ève pour être la compagne féminine d'Adam (« il les créa homme et femme » Gen 1:27, LSG). Malgré les normes morales claires établies dans la Parole de Dieu pour les relations entre l'homme et la femme, le monde d'aujourd'hui est témoin d'une résurgence des perversions et de la dépravation qui marquaient les civilisations anciennes.

Les résultats dégradants de l'obsession de notre époque pour le sexe et de la recherche du plaisir sensuel sont clairement décrits dans la Parole de Dieu. Mais Christ est venu pour détruire les œuvres du diable et rétablir les relations justes des êtres humains entre eux et avec leur Créateur. Ainsi, bien que déchus en Adam et captifs du péché, ceux qui se tournent vers Christ dans la repentance reçoivent un pardon complet et choisissent la meilleure voie, la voie de la restauration totale. Par le moyen de la croix, par la puissance du Saint-Esprit dans « l'homme intérieur », et par le ministère nourricier de l'Église, tous peuvent être délivrés de l'emprise des perversions et des pratiques pécheresses.

L'acceptation de la grâce gratuite de Dieu conduit inévitablement le croyant individuel à un genre de vie et de conduite qui « fait honorer en tout la doctrine de Dieu notre Sauveur » (Tite 2:10, LSG). Elle conduit également l'Église en tant que corps à exercer une discipline ferme et empreinte d'amour envers le membre dont la conduite dénature le Sauveur et fausse et abaisse les véritables normes de la vie et du comportement chrétiens.

L'Église reconnaît la vérité pénétrante et la force de motivation des paroles de Paul à Tite : « Car la grâce de Dieu, source de salut pour tous les hommes, a été manifestée. Elle nous enseigne à renoncer à l'impiété et aux convoitises mondaines, et à vivre dans le siècle présent selon la sagesse, la justice et la piété, en attendant la bienheureuse espérance, et la manifestation de la gloire de notre grand Dieu et Sauveur Jésus-Christ, qui s'est donné lui-même pour nous, afin de nous racheter de toute iniquité, et de se faire un peuple qui lui appartienne, purifié par lui et zélé pour les bonnes œuvres » — Tite 2:11-14, LSG. (Voir aussi 2 Pierre 3:11-14.)

DÉCLARATION SUR LA VISION BIBLIQUE DE LA VIE À NAÎTRE ET SES IMPLICATIONS POUR L'AVORTEMEN

Les êtres humains sont créés à l'image de Dieu. Une partie du don que Dieu nous a accordé en tant qu'êtres humains est la procréation, la capacité de participer à la création avec l'Auteur de la vie. Ce don sacré doit toujours être valorisé et chéri. Dans le plan originel de Dieu, chaque grossesse devrait être le résultat de l'expression de l'amour entre un homme et une femme engagés l'un envers l'autre par le mariage. Une grossesse devrait être désirée, et chaque bébé devrait être aimé, estimé et nourri, même avant la naissance. Malheureusement, depuis l'entrée du péché, Satan a déployé des efforts intentionnels pour ternir l'image de Dieu en défigurant tous les dons de Dieu — y compris le don de la procréation. En conséquence, des personnes sont parfois confrontées à des dilemmes et à des décisions difficiles concernant une grossesse.

L'Église adventiste du septième jour est attachée aux enseignements et aux principes des Saintes Écritures qui expriment les valeurs de Dieu concernant la vie et fournissent des orientations aux futurs pères et mères, au personnel médical, aux Églises et à tous les croyants en matière de foi, de doctrine, de comportement éthique et de mode de vie. L'Église, tout en n'étant pas la conscience des croyants individuels, a le devoir de transmettre les principes et les enseignements de la Parole de Dieu.

Cette déclaration affirme la sainteté de la vie et présente des principes bibliques relatifs à l'avortement. Tel qu'il est utilisé dans cette déclaration, l'avortement est défini comme toute action visant à l'interruption d'une grossesse et n'inclut pas l'interruption spontanée d'une grossesse, également appelée fausse couche.

PRINCIPES ET ENSEIGNEMENTS BIBLIQUES RELATIFS À L'AVORTEMENT

Comme la pratique de l'avortement doit être examinée à la lumière de l'Écriture, les principes et enseignements bibliques suivants offrent des orientations à la communauté de foi et aux personnes concernées par de tels choix difficiles :

1. Dieu soutient la valeur et le caractère sacré de la vie humaine. La vie humaine a la plus grande valeur aux yeux de Dieu. Ayant créé l'humanité à Son image (Genèse 1:27 ; 2:7), Dieu porte un intérêt personnel aux êtres humains. Dieu les aime et communique avec eux, et ils peuvent à leur tour L'aimer et communiquer avec Lui.

La vie est un don de Dieu, et Dieu est le Donateur de la vie. En Jésus est la vie (Jean 1:4). Il a la vie en Lui-même (Jean 5:26). Il est la résurrection et la vie (Jean 11:25 ; 14:6). Il donne la vie en abondance (Jean 10:10). Celui qui a le Fils a la vie (1 Jean 5:12). Il est aussi le Soutien de la vie (Actes 17:25-28 ; Colossiens 1:17 ; Hébreux 1:1-3), et le Saint-Esprit est décrit comme l'Esprit de vie (Romains 8:2). Dieu prend profondément soin de Sa création et tout particulièrement de l'humanité.

De plus, l'importance de la vie humaine est clairement démontrée par le fait qu'après la Chute (Genèse 3), Dieu « a tant aimé le monde qu'il a donné son Fils unique, afin que quiconque croit en lui ne périsse point, mais qu'il ait la vie éternelle » (Jean 3:16, LSG). Alors que Dieu aurait pu abandonner et faire disparaître l'humanité pécheresse, Il a choisi la vie. Par conséquent, les disciples du Christ ressusciteront d'entre les morts et vivront en communion face à face avec Dieu (Jean 11:25-26 ; 1 Thessaloniciens 4:15-16 ; Apocalypse 21:3). Ainsi, la vie humaine a une valeur inestimable. Cela est vrai pour toutes les étapes de la vie humaine : l'enfant à naître, les enfants de tous âges, les adolescents, les adultes et les personnes âgées — indépendamment de leurs capacités physiques, mentales et émotionnelles. Cela est également vrai pour tous les êtres humains, quels que soient leur sexe, leur origine ethnique, leur statut social, leur religion ou toute autre distinction. Une telle compréhension du caractère sacré de la vie confère une valeur inviolable et égale à chaque vie humaine et exige qu'elle soit traitée avec le plus grand respect et soin.

2. Dieu considère l'enfant à naître comme une vie humaine. La vie prénatale est précieuse aux yeux de Dieu, et la Bible décrit la connaissance que Dieu a des personnes avant même leur conception. « Quand je n'étais qu'une masse informe, tes yeux me voyaient ; et sur ton livre étaient tous inscrits les jours qui m'étaient destinés, avant qu'aucun d'eux existât » (Psaume 139:16, LSG). Dans certains cas, Dieu a directement dirigé la vie prénatale. Samson devait « être consacré à Dieu dès le ventre de sa mère » (Juges 13:5). Le serviteur de Dieu est « appelé dès le sein maternel » (Ésaïe 49:1, 5). Jérémie avait déjà été choisi comme prophète avant sa naissance (Jérémie 1:5), tout comme Paul (Galates 1:15), et Jean-Baptiste devait « être rempli du Saint-Esprit dès le ventre de sa mère »

» (Luc 1:15). À propos de Jésus, l'ange Gabriel expliqua à Marie : « c'est pourquoi le saint enfant qui naîtra de toi sera appelé Fils de Dieu » (Luc 1:35, LSG). Dans Son incarnation, Jésus Lui-même a vécu la période prénatale humaine et a été reconnu comme le Messie et le Fils de Dieu peu après Sa conception (Luc 1:40-45). La Bible attribue déjà à l'enfant à naître la joie (Luc 1:44) et même la rivalité (Genèse 25:21-23). Ceux qui ne sont pas encore nés ont une place assurée auprès de Dieu (Job 10:8-12 ; 31:13-15). La loi biblique montre un profond respect pour la protection de la vie humaine et considère comme une question grave le préjudice ou la perte d'un enfant ou de la mère à la suite d'un acte violent (Exode 21:22-23).

3. La volonté de Dieu concernant la vie humaine est exprimée dans les Dix Commandements et expliquée par Jésus dans le Sermon sur la montagne. Le Décalogue a été donné au peuple de l'alliance de Dieu et au monde pour guider leur vie et les protéger. Ses commandements sont des vérités immuables qui doivent être chérries, respectées et observées. Le psalmiste loue la loi de Dieu (par ex. Psaume 119), et Paul la qualifie de sainte, juste et bonne (Romains 7:12). Le sixième commandement déclare : « Tu ne tueras point » (Exode 20:13, LSG), appelant à la préservation de la vie humaine. Le principe de préservation de la vie inscrit dans le sixième commandement inclut l'avortement dans son champ d'application. Jésus a renforcé le commandement de ne pas tuer dans Matthieu 5:21-22. La vie est protégée par Dieu. Elle n'est pas mesurée par les capacités des individus ni par leur utilité, mais par la valeur que la création et l'amour sacrificiel de Dieu lui ont conférée. La personnalité, la valeur humaine et le salut ne sont ni gagnés ni mérités, mais accordés par la grâce de Dieu.

4. Dieu est le Propriétaire de la vie, et les êtres humains en sont les intendants. L'Écriture enseigne que Dieu est le propriétaire de toute chose (Psaume 50:10-12). Dieu revendique un double droit sur les êtres humains. Ils Lui appartiennent parce qu'Il est leur Créateur et qu'Il les possède en tant que tels (Psaume 139:13-16). Ils Lui appartiennent aussi parce qu'Il est leur Rédempteur et qu'Il les a rachetés au prix le plus élevé possible — Sa propre vie (1 Corinthiens 6:19-20). Cela signifie que tous les êtres humains sont intendants de tout ce que Dieu leur a confié, y compris leur propre vie, la vie de leurs enfants et celle des enfants à naître.

L'intendance de la vie inclut également l'acceptation de responsabilités qui, d'une certaine manière, limitent les choix personnels (1 Corinthiens 9:19-22). Puisque Dieu est le Donateur et le Propriétaire de la vie, les êtres humains n'ont pas le contrôle ultime sur eux-mêmes et doivent chercher à préserver la vie chaque fois que cela est possible. Le principe de l'intendance de la vie oblige la communauté des croyants à guider, soutenir, prendre soin et aimer ceux qui sont confrontés à des décisions concernant une grossesse.

- 5. La Bible enseigne le soin des faibles et des vulnérables.** Dieu Lui-même prend soin des personnes défavorisées et opprimées et les protège. Il « ne fait point acceptation de personnes et ne reçoit point de présent ; il fait droit à l'orphelin et à la veuve, et il aime l'étranger et lui donne de la nourriture et des vêtements » (Deutéronome 10:17-18, LSG ; cf. Psaume 82:3-4 ; Jacques 1:27). Il ne tient pas les enfants responsables des péchés de leurs pères (Ézéchiel 18:20). Dieu attend la même chose de Ses enfants. Ils sont appelés à aider les personnes vulnérables et à alléger leur fardeau (Psaume 41:1 ; 82:3-4 ; Actes 20:35). Jésus parle des plus petits de Ses frères (Matthieu 25:40), dont Ses disciples sont responsables, et des petits qui ne doivent ni être méprisés ni perdus (Matthieu 18:10-14). Les plus jeunes de tous, à savoir les enfants à naître, doivent être comptés parmi eux.
- 6. La grâce de Dieu promeut la vie dans un monde marqué par le péché et la mort.** La nature même de Dieu est de protéger, préserver et soutenir la vie. En plus de la providence de Dieu sur Sa création (Psaume 103:19 ; Colossiens 1:17 ; Hébreux 1:3), la Bible reconnaît les effets étendus, dévastateurs et dégradants du péché sur la création, y compris sur le corps humain. Dans Romains 8:20-24, Paul décrit l'impact de la Chute comme ayant soumis la création à la vanité. Par conséquent, dans des cas rares et extrêmes, la conception humaine peut entraîner des grossesses au pronostic fatal et/ou des anomalies congénitales graves et mettant la vie en danger, confrontant des individus et des couples à des dilemmes exceptionnels. Les décisions dans de tels cas peuvent être laissées à la conscience des personnes concernées et de leurs familles. Ces décisions doivent être éclairées et guidées par le Saint-Esprit et par la vision biblique de la vie exposée ci-dessus. La grâce de Dieu promeut et protège la vie. Les personnes confrontées à ces situations éprouvantes peuvent s'approcher de Lui avec sincérité et trouver en l'Éternel direction, réconfort et paix.

IMPLICATIONS

L'Église adventiste du septième jour considère l'avortement comme étant en désaccord avec le plan de Dieu pour la vie humaine. Il affecte l'enfant à naître, la mère, le père, les membres de la famille proche et élargie, la famille d'Église et la société, avec des conséquences à long terme pour tous. Les croyants cherchent à faire confiance à Dieu et à suivre Sa volonté pour eux, sachant qu'Il a leurs meilleurs intérêts à cœur.

Sans approuver l'avortement, l'Église et ses membres sont appelés à suivre l'exemple de Jésus, étant « pleins de grâce et de vérité » (Jean 1:14, LSG), afin de : (1) créer une atmosphère d'amour véritable et offrir des soins pastoraux bibliques empreints de grâce et un soutien affectueux à ceux qui sont confrontés à des décisions difficiles concernant l'avortement ; (2) mobiliser l'aide de familles bien établies et engagées et les former afin qu'elles puissent prendre soin de personnes, de couples et de familles en difficulté ; (3) encourager les membres

de l'Église à ouvrir leurs foyers à ceux qui sont dans le besoin, y compris les parents seuls, les enfants sans parents et les enfants adoptifs ou placés en famille d'accueil ; (4) prendre soin avec compassion et soutenir de diverses manières les femmes enceintes qui choisissent de garder leur enfant à naître ; et (5) offrir un soutien émotionnel et spirituel à ceux qui ont avorté pour diverses raisons ou qui ont été contraints d'avorter et qui peuvent souffrir physiquement, émotionnellement et/ou spirituellement.

La question de l'avortement présente d'énormes défis, mais elle offre aussi aux individus et à l'Église l'occasion d'être ce à quoi ils aspirent : la communion de frères et de sœurs, la communauté des croyants, la famille de Dieu, révélant Son amour immense et infaillible.

DÉCLARATION SUR L'ÉDUCATION ET LA PROTECTION DES ENFANTS

Les adventistes du septième jour accordent une grande valeur aux enfants. À la lumière de la Bible, ils sont considérés comme des dons précieux de Dieu, confiés aux soins des parents, de la famille, de la communauté de foi et de la société dans son ensemble. Les enfants possèdent un potentiel immense pour apporter des contributions positives à l'Église et à la société. L'attention portée à leurs soins, à leur protection et à leur développement est d'une importance capitale.

L'Église adventiste du septième jour réaffirme et renforce ses efforts de longue date pour nourrir et protéger les enfants et les jeunes contre des personnes — connues ou inconnues — dont les actes perpètrent toute forme d'abus et de violence à leur encontre et/ou les exploitent sexuellement. Jésus a donné l'exemple du respect, de l'attention et de la protection que les enfants devraient pouvoir attendre des adultes à qui leur garde est confiée. Certaines de Ses paroles de reproche les plus sévères étaient adressées à ceux qui leur feraient du mal. En raison de la nature confiante des enfants et de leur dépendance envers des adultes plus âgés et plus sages, ainsi que des conséquences déterminantes lorsque cette confiance est trahie, les enfants nécessitent une protection vigilante.

CORRECTION RÉDEMPTRICE

L'Église adventiste du septième jour accorde une priorité à l'éducation parentale dispensée par l'Église, afin d'aider les parents à développer les compétences nécessaires à une approche

rédemptrice de la correction. De nombreux enfants subissent des punitions sévères au nom d'une approche biblique de la discipline. Une correction caractérisée par un contrôle sévère, punitif et dictatorial conduit souvent au ressentiment et à la rébellion. Une discipline aussi dure est également associée à un risque accru de préjudices physiques et psychologiques pour les enfants, ainsi qu'à une probabilité plus élevée que les jeunes aient recours à la coercition et à la violence pour résoudre leurs différends avec autrui. Par contraste, les exemples tirés de l'Écriture, ainsi qu'un vaste ensemble de recherches, confirment l'efficacité de formes de discipline plus douces, qui permettent aux enfants d'apprendre par le raisonnement et par l'expérience des conséquences de leurs choix. Il a été démontré que de telles mesures plus modérées augmentent la probabilité que les enfants fassent des choix favorables à la vie et adoptent les valeurs parentales en mûrissant.

FAIRE DE L'ÉGLISE UN LIEU SÛR POUR LES ENFANTS

L'Église prend également très au sérieux sa responsabilité de réduire au minimum les risques d'abus sexuels envers les enfants et de violence à leur encontre dans le cadre de la congrégation. Avant tout, les dirigeants et les membres de l'Église doivent eux-mêmes vivre selon un code d'éthique strict qui exclut même l'apparence du mal en ce qui concerne l'exploitation des mineurs pour la satisfaction des désirs des adultes. D'autres mesures pratiques visant à faire de l'Église un lieu sûr pour les enfants comprennent l'attention portée à la sécurité des installations de l'Église et de leurs abords, ainsi que la supervision et la surveillance attentives des enfants et de leur environnement lors de toutes les activités liées à l'Église. L'éducation concernant ce qui constitue des interactions appropriées ou inappropriées entre adultes et enfants, les signes avant-coureurs d'abus et de violence, ainsi que les démarches précises à suivre lorsqu'un comportement inapproprié est signalé ou suspecté, est d'une importance vitale. Les pasteurs et les dirigeants d'Église visibles et accessibles jouent un rôle important tant dans la prévention que dans la réponse adéquate aux besoins des enfants dont la sécurité a pu être compromise. Des mises à jour régulières sont nécessaires concernant leur responsabilité morale et légale de signaler les abus envers les enfants aux autorités civiles compétentes. La désignation de personnel formé et de protocoles spécifiques à des niveaux plus larges de l'organisation de l'Église contribuera à garantir des mesures appropriées et un suivi adéquat lorsque des abus sont signalés dans le cadre ecclésial.

En raison de la nature complexe du problème des abus sexuels envers les enfants et de la violence à leur encontre, l'intervention et le traitement des auteurs nécessitent des ressources dépassant le cadre du ministère offert par l'Église locale. Toutefois, la présence d'un auteur connu au sein d'une congrégation appelle aux plus hauts niveaux de vigilance. Bien que les auteurs doivent être tenus pleinement responsables de leur propre comportement, la supervision des personnes ayant des antécédents de comportements inappropriés est

nécessaire afin de s'assurer qu'elles maintiennent une distance appropriée et s'abstiennent de tout contact avec les enfants lors des activités liées à l'Église. La mise en place d'opportunités alternatives permettant aux auteurs de croître spirituellement dans des contextes où les enfants ne sont pas présents renforce considérablement la protection des enfants.

FAVORISER LA GUÉRISON ÉMOTIONNELLE ET SPIRITUELLE

Les enfants qui ont été personnellement victimes ou qui ont été témoins d'événements troublants ont besoin des soins d'adultes qui les traitent avec sensibilité et compréhension. Un soutien pratique aidant les enfants et les familles à maintenir une stabilité au milieu du bouleversement donne de la force aux victimes et à leurs familles et favorise la guérison. L'engagement de l'Église à briser le silence fréquemment associé aux abus sexuels envers les enfants et à la violence, ses efforts en faveur de la défense et de la justice pour toutes les victimes, ainsi que des actions délibérées visant à protéger les enfants contre toutes les formes d'abus et de violence contribueront largement au rétablissement émotionnel et spirituel de toutes les personnes concernées. L'Église considère l'éducation et la protection des enfants comme une responsabilité sacrée.

(La présente déclaration s'appuie sur les principes exprimés dans les passages bibliques suivants : Lev. 18:6 ; 2 Sam. 13:1-11 ; 1 Rois 17:17-23 ; Ps. 9:9, 12, 16-18 ; 11:5-7 ; 22:24 ; 34:18 ; 127:3-5 ; 128:3-4 ; Prov. 31:8-9 ; És. 1:16-17 ; Jér. 22:3 ; Matt. 18:1-6 ; 21:9, 15-16 ; Marc 9:37 ; 10:13-16 ; Éph. 6:4 ; Col. 3:21 ; 1 Tim. 5:8 ; Héb. 13:3.)

DÉCLARATION SUR LE TRANSGENDÉRISME

La prise de conscience croissante des besoins et des défis que vivent les hommes et les femmes transgenres, ainsi que la montée des questions transgenres au premier plan social dans le monde, soulèvent d'importantes questions non seulement pour les personnes touchées par le phénomène transgenre, mais aussi pour l'Église adventiste du septième jour. Bien que les luttes et les défis de ceux qui s'identifient comme personnes transgenres aient certains éléments en commun avec les luttes de tous les êtres humains, nous reconnaissons le caractère unique de leur situation et la limitation de nos connaissances dans des cas précis. Pourtant, nous croyons que l'Écriture fournit des principes d'orientation et de conseil aux personnes transgenres et à l'Église, transcendant les conventions humaines et la culture.

LE PHÉNOMÈNE TRANSGENRE

Dans la société moderne, l'identité de genre désigne généralement « le rôle vécu public (et habituellement reconnu légalement) en tant que garçon ou fille, homme ou femme », tandis que le sexe renvoie « aux indicateurs biologiques du mâle et de la femelle ».¹ L'identification de genre s'aligne habituellement sur le sexe biologique d'une personne à la naissance. Toutefois, un décalage peut se produire aux niveaux physique et/ou mental-émotionnel.

Au niveau physique, une ambiguïté des organes génitaux peut résulter d'anomalies anatomiques et physiologiques, de sorte qu'il ne peut être clairement établi si un enfant est mâle ou femelle. Cette ambiguïté de la différenciation sexuelle anatomique est souvent

appelée hermaphrodisme ou intersexualisme.²

Au niveau mental-émotionnel, le décalage se produit chez des personnes transgenres dont l'anatomie sexuelle est clairement mâle ou femelle, mais qui s'identifient au genre opposé à leur sexe biologique. Elles peuvent se décrire comme étant prisonnières d'un mauvais corps. Le transgenrisme, autrefois diagnostiqué cliniquement comme « trouble de l'identité de genre » et désormais appelé « dysphorie de genre », peut être compris comme un terme général décrivant la variété des manières dont des personnes interprètent et expriment leur identité de genre différemment de ceux qui déterminent le genre sur la base du sexe biologique.³ « La dysphorie de genre se manifeste de diverses manières, notamment par un fort désir d'être traité comme l'autre genre ou de se débarrasser de ses caractéristiques sexuelles, ou par la forte conviction d'avoir des sentiments et des réactions typiques de l'autre genre. »⁴

En raison des tendances contemporaines à rejeter la binarité biblique du genre (mâle et femelle) et à la remplacer par un spectre croissant de types de genre, certains choix déclenchés par la condition transgenre en sont venus à être considérés comme normaux et acceptés dans la culture contemporaine. Cependant, le désir de changer de genre ou de vivre comme une personne d'un autre genre peut conduire à des choix de mode de vie bibliquement inappropriés. La dysphorie de genre peut, par exemple, entraîner le travestissement,⁵ la chirurgie de réassignation sexuelle, et le désir d'avoir une relation conjugale avec une personne du même sexe biologique. D'un autre côté, des personnes transgenres peuvent souffrir en silence, menant une vie de célibat ou étant mariées à un conjoint du sexe opposé.

PRINCIPES BIBLIQUES RELATIFS À LA SEXUALITÉ ET AU PHÉNOMÈNE TRANSGENRE

Puisque le phénomène transgenre doit être évalué à la lumière de l'Écriture, les principes et enseignements bibliques suivants peuvent aider la communauté de foi à se rapporter aux personnes affectées par la dysphorie de genre d'une manière biblique et semblable à celle du Christ :

1. Dieu a créé l'humanité comme deux personnes identifiées respectivement comme mâle et femelle en termes de genre. La Bible lie indissolublement le genre au sexe biologique (Gen 1:27 ; 2:22-24) et ne fait pas de distinction entre les deux. La Parole de Dieu affirme la complémentarité ainsi que des distinctions claires entre le mâle et la femelle dans la création. Le récit de la création dans la Genèse est fondamental pour toutes les questions de sexualité humaine.
2. D'un point de vue biblique, l'être humain est une unité psychosomatique. Par exemple, l'Écriture appelle à plusieurs reprises l'être humain tout entier une âme (Gen 2:7 ; Jer 13:17 ; 52:28-30 ; Ezek 18:4 ; Actes 2:41 ; 1 Cor 15:45), un corps (Éph 5:28 ; Rom 12:1-2 ; Apoc 18:13), une chair (1 Pi 1:24), et un esprit (2 Tim 4:22 ; 1 Jean 4:1-3). Ainsi, la Bible n'approuve pas le dualisme au sens d'une séparation entre le corps et le sens de la

sexualité. En outre, l'Écriture n'envisage pas une partie immortelle de l'être humain, car Dieu seul possède l'immortalité (1 Tim 6:14-16) et la donnera à ceux qui croient en Lui lors de la première résurrection (1 Cor 15:51-54). Ainsi, l'être humain est aussi destiné à être une entité sexuelle indivise, et l'identité sexuelle ne peut être indépendante du corps. Selon l'Écriture, notre identité de genre, telle que conçue par Dieu, est déterminée par notre sexe biologique à la naissance (Gen 1:27 ; 5:1-2 ; Ps 139:13-14 ; Marc 10:6).

- 3.** L'Écriture reconnaît toutefois qu'à cause de la Chute (Gen 3:6-19) l'être humain tout entier — c'est-à-dire nos facultés mentales, physiques et spirituelles — est affecté par le péché (Jer 17:9 ; Rom 3:9 ; 7:14-23 ; 8:20-23 ; Gal 5:17) et doit être renouvelé par Dieu (Rom 12:2). Nos émotions, nos sentiments et nos perceptions ne sont pas des indicateurs pleinement fiables des desseins, des idéaux et de la vérité de Dieu (Prov 14:12 ; 16:25). Nous avons besoin de la direction de Dieu par l'Écriture pour déterminer ce qui est dans notre meilleur intérêt et vivre selon Sa volonté (2 Tim 3:16).
- 4.** Le fait que certaines personnes revendiquent une identité de genre incompatible avec leur sexe biologique révèle une dichotomie grave. Cette brisure ou cette détresse, ressentie ou non, est une expression des effets dommageables du péché sur l'être humain et peut avoir diverses causes. Bien que la dysphorie de genre ne soit pas intrinsèquement pécheresse, elle peut conduire à des choix pécheurs. Elle est un autre indicateur que, sur le plan personnel, les êtres humains sont engagés dans le grand conflit.
- 5.** Tant que des personnes transgenres s'engagent à ordonner leur vie selon les enseignements bibliques sur la sexualité et le mariage, elles peuvent être membres de l'Église adventiste du septième jour. La Bible identifie clairement et de manière cohérente comme péché toute activité sexuelle en dehors du mariage hétérosexuel (Matt 5:28, 31-32 ; 1 Tim 1:8-11 ; Héb 13:4). Les modes de vie sexuels alternatifs sont des déformations pécheresses du bon don de la sexualité accordé par Dieu (Rom 1:21-28 ; 1 Cor 6:9-10).
- 6.** Parce que la Bible considère l'être humain comme une entité holistique et ne distingue pas entre le sexe biologique et l'identité de genre, l'Église met fortement en garde les personnes transgenres contre la chirurgie de réassignation sexuelle et contre le mariage si elles ont subi une telle procédure. Du point de vue holistique biblique de la nature humaine, une transition complète d'un genre à un autre et l'obtention d'une identité sexuelle intégrée ne peuvent être attendues dans le cas d'une chirurgie de réassignation sexuelle.
- 7.** La Bible ordonne aux disciples du Christ d'aimer tout le monde. Crées à l'image de Dieu, ils doivent être traités avec dignité et respect. Cela inclut les personnes transgenres. Les actes de moquerie, d'abus ou d'intimidation envers des personnes transgenres sont incompatibles avec le commandement biblique : « Tu aimeras ton prochain comme toi-même » (Marc 12:31, LSG).
- 8.** L'Église, en tant que communauté de Jésus-Christ, est destinée à être un refuge et un lieu d'espérance, de soins et de compréhension pour tous ceux qui sont perplexes, qui

souffrent, qui luttent et qui sont seuls, car « il ne brisera point le roseau cassé, et il n'éteindra point le lumignon qui fume » (Matt 12:20, LSG). Tous sont invités à assister à l'Église adventiste du septième jour et à jouir de la communion de ses croyants. Ceux qui en sont membres peuvent participer pleinement à la vie de l'Église tant qu'ils adhèrent au message, à la mission et aux valeurs de l'Église.

- 9.** La Bible proclame la bonne nouvelle que les péchés sexuels commis par des hétérosexuels, des homosexuels, des personnes transgenres ou d'autres peuvent être pardonnés, et que des vies peuvent être transformées par la foi en Jésus-Christ (1 Cor 6:9-11).
- 10.** Ceux qui éprouvent une incongruité entre leur sexe biologique et leur identité de genre sont encouragés à suivre des principes bibliques pour faire face à leur détresse. Ils sont invités à réfléchir au plan originel de Dieu de pureté et de fidélité sexuelle. Appartenant à Dieu, tous sont appelés à L'honorer par leur corps et leurs choix de mode de vie (1 Cor 6:19). Avec tous les croyants, les personnes transgenres sont encouragées à attendre Dieu et se voient offrir la plénitude de la compassion, de la paix et de la grâce divines dans l'attente du retour prochain du Christ, lorsque tous les véritables disciples du Christ seront pleinement restaurés à l'idéal de Dieu.

NOTES

- ¹ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5e éd. (DSM-5™), édité par l'American Psychiatric Association (Washington, DC : American Psychiatric Publishing, 2013), 451.
- ² Les personnes nées avec des organes génitaux ambigus peuvent ou non bénéficier d'un traitement chirurgical correctif.
- ³ Voir DSM-5™, 451-459.
- ⁴ Cette phrase fait partie d'un résumé succinct de la dysphorie de genre fourni pour introduire le DSM-5™ et publié en 2013 (consulté le 11 avril 2017).
- ⁵ Le travestissement, également appelé comportement transvestite, est interdit dans Deutéronome 22:5.



Cette ressource comprend aussi des présentations gratuites des
SÉMINAIRES et documents. Pour les télécharger veuillez visiter:
family.adventist.org/2026RB

FAMILLE, FOI ET FOCUS À L'ÈRE NUMÉRIQUE

est conçu pour équiper des pasteurs et des responsables de ministère dans leur travail avec les familles de l'église locale et de la communauté. Notre espoir est que les ressources de ce volume contribuent à édifier des mariages, familles et églises plus fortes et saines, capables de partager avec joie et puissance la bonne nouvelle du salut et ainsi aider à hâter la venue de Jésus-Christ.

Visitez **FAMILY.ADVENTIST.ORG/RESOURCE-BOOK**

pour explorer cette édition numérique. Cette ressource est disponible en plusieurs langues en ligne pour aider à partager votre message et à toucher les familles de votre région. Vous pouvez aussi télécharger des ressources complémentaires, y compris présentations, sondages et ressources d'édition numérique.



**Adventist
Family Ministries**

GENERAL CONFERENCE OF SEVENTH-DAY ADVENTISTS
12501 Old Columbia Pike, Silver Spring, Maryland 20904, USA
301.680.6175 office
family@gc.adventist.org
family.adventist.org



9 780812 705874

Review&Herald®
PUBLISHING ASSOCIATION



@Adventist.Family



/AdventistFamilyMinistries