

Le Liahona

Un guide pour nous mener à Jésus-Christ



LAISSEZ DIEU
PRÉVALOIR

LEÇONS TIRÉES DU LIVRE DE JOB

Faire confiance à Dieu dans
nos épreuves, p. 4, 48

RESPECT ET INTIMITÉ

Respecter le libre arbitre dans
nos relations, p. 12, 16



Laisser Dieu prévaloir face aux épreuves

Dans ce numéro, Dale G. Renlund, du Collège des douze apôtres, parle de Job et des difficultés traumatisantes qui ont changé sa vie, quand bien même il était une bonne personne. L'une des leçons clés du livre de Job est que sa confiance en Dieu l'a soutenu, jusqu'au jour où le Seigneur l'a guéri. Frère Renlund témoigne : « Jésus-Christ aime rétablir ce que nous ne pouvons pas rétablir, guérir les blessures que nous ne pouvons pas guérir, réparer ce qui est irrémédiablement brisé et compenser toutes les injustices que nous avons supportées » (page 7).

Parmi les personnes qui ont le plus besoin de l'aide promise, il y a les victimes d'agression sexuelle. Dans le cadre de notre travail avec les victimes qui suivent une thérapie, nous entendons souvent parler de situations malheureuses où des personnes ont souffert soit à cause de violences et de contraintes, soit à cause de fausses idées ou d'une mauvaise compréhension du libre arbitre, du respect et du consentement concernant les marques physiques d'affection et les relations sexuelles.

De même que le Sauveur guérit et redonne de l'espoir aux victimes, nous pouvons, nous aussi, offrir du soutien, des encouragements et de la compassion aux personnes qui ont été injustement victimes d'agression sexuelle. Dans ce numéro, deux articles vous y aideront :

- Page 12, nous rappelons les principes importants pour avoir des relations saines ancrées sur les fondements de l'Évangile.
- Page 16, nous répondons à des questions sur les agressions sexuelles et parlons d'espoir et d'aide aux victimes.

Parce que nous avons vu la douleur et le traumatisme provoqués par ce type d'agressions, nous prions pour que vienne le jour où personne ne sera plus exposé à des contacts sexuels indésirables, quels qu'ils soient. Cela se produira lorsque les enfants de Dieu laisseront sa volonté prévaloir dans leur vie et dans leurs relations.

Melissa K. Goates-Jones et Benjamin M. Ogles
Département de psychologie
Université Brigham Young

◀ *« Cependant, ce sont nos souffrances qu'il a portées, c'est de nos douleurs qu'il s'est chargé ; et nous l'avons considéré comme puni, frappé de Dieu, et humilié. Mais il était blessé pour nos péchés, brisé pour nos iniquités ; le châtement qui nous donne la paix est tombé sur lui, et c'est par ses meurtrissures que nous sommes guéris. »*

ÉSAÏE 53:4-5



« Parce qu'il avait confiance en Dieu, Job a déclaré : 'Et, [si Dieu] m'éprouvait, je sortirais pur comme l'or' (Job 23:10). »
—Dale G. Renlund, page 6

À NE PAS MANQUER !

Magazine officiel de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours

Août 2022
Vol. 23 n° 8
Le Liahona 18316 140

SOMMAIRE

4 Faites confiance à Dieu et laissez-le prévaloir

Par Dale G. Renlund

Quand nous reconnaissons nos bénédictions, même pendant les épreuves, notre confiance en Dieu grandit.

8 L'Église est aussi présente ici Lisbonne, Portugal

10 Le service en action Nous pouvons aider les autres à trouver la paix dans les moments difficiles

12 Respecter le libre arbitre dans les relations intimes

Par Benjamin M. Ogles et Melissa K. Goates-Jones

Quels enseignements de l'Évangile nous donne-t-il sur la notion du consentement dans les manifestations d'affection et d'intimité ?

16 Réponses aux questions concernant les agressions sexuelles

Par Melissa K. Goates-Jones et Benjamin M. Ogles

Suggestions pour aider les personnes qui ont été victimes d'une agression sexuelle.

20 Pour les parents Protéger son esprit et son corps

22 Principes de base de l'Évangile Qu'est-ce que la soirée au foyer ?

25 Récits de foi Tuhiti Wong Pao-Sing, Tahiti

32 Guérir d'un traumatisme relationnel

Par le personnel des services d'aide à la famille

36 Pas de retraite pour les fidèles Affronter un diagnostic inattendu

Par Douglas K. Lemon

COUVERTURE



Amongst Us [Parmi nous], tableau de Del Parson

Première Présidence : Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, Henry B. Eyring

Collège des douze apôtres : M. Russell Ballard, Jeffrey R. Holland, Dieter F. Uchtdorf, David A. Bednar, Quentin L. Cook, D. Todd Christofferson, Neil L. Andersen, Ronald A. Rasband, Gary E. Stevenson, Dale G. Renlund, Gerrit W. Gong, Ulisses Soares

Rédacteur : Randy D. Funk

Consultants : Sharon Eubank, Walter F. González, Jan E. Newman, Michael T. Ringwood

Directeur général : Richard I. Heaton

Directeur des magazines de l'Église : Aaron Johnston

Directeur commercial : Garff Cannon

Rédacteur en chef : Adam C. Olson

Rédacteurs en chef adjoints : Brittany Beattie, Ryan Carr, C. Matthew Flitton, Mindy Selu

Rédactrice adjointe : Nancy Sutton

Rédacteurs en chef adjoints : Garrett H. Garff,

Chakell Wardleigh Herbert, Michael R. Morris, Richard M. Romney, Margaret Willes

Rédacteurs stagiaires : Madison Neuner, Victoria Passey

Directeur artistique : Tadd R. Peterson

Équipe de maquettage : Fay P. Andrus, David Green, Colleen Hinckley, Eric P. Johnsen, Scott M. Mooy

Stagiaire de conception : Christopher White

Coordonnatrice de la propriété intellectuelle :

Priscilla Biehl Da Silva

Directeur de la production : Ammon Harris

Production : Ira Glen Adair, Julie Burdett, José Chavez, Bryan W. Gygi, MARRISSA M. SMITH

Directeur de l'impression : Steven T. Lewis

Directeur de la distribution : Nelson Gonzalez

Adresse postale : Liahona, Fl. 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, États-Unis.

Le Liahona (terme du Livre de Mormon désignant une « boussole » ou un « directeur ») est publié en albanais, allemand, anglais,

40 Les pierres de la préparation, de la planification et de la persévérance

Par Chi Hong (Sam) Wong

Le Seigneur peut vous guider dans les moments décisifs, sombres et de doute.

VIENS ET SUIS-MOI

44 Job et les Psaumes

Courts articles pour appuyer votre étude de l'Ancien Testament.

48 Trois leçons tirées de la vie de Job

Ce que l'expérience de Job et ses épreuves nous apprennent.

JEUNES ADULTES

26 Suivre l'exemple d'empathie et d'amour du Sauveur

Par Daniel Becerra

Lorsque nous cultivons l'empathie chrétienne, nous améliorons notre capacité d'aimer et de servir les autres.

30 Ce que j'ai appris sur l'amour de Dieu pendant le tournage des vidéos du Livre de Mormon

Par Gabriel Abello

En me mettant dans la peau d'un Néphite, j'ai acquis un témoignage plus fort et une plus grande compréhension.

ARTICLES NUMÉRIQUES

Dans le numéro de ce mois, vous aurez accès aux articles suivants dans la *Médiathèque de l'Évangile* :

- Vérités importantes à retenir en tant qu'enfants de Dieu
- Des moyens de trouver la paix dans les moments difficiles

Pour accéder à ces articles et d'autres, rendez-vous sur liahona.ChurchofJesusChrist.org ou dans l'application *Médiathèque de l'Évangile*.

JA HEBDO

Vous trouverez d'autres articles pour les jeunes adultes dans la section *JA hebdo* de la *Médiathèque de l'Évangile* : rubrique « Magazines » ou « Adultes » > « Jeunes adultes ».



RETROUVEZ-NOUS EN LIGNE !

Vous trouverez d'autres numéros du magazine sur la page liahona.ChurchofJesusChrist.org. Utilisez le lien qui se trouve à cette page pour poser des questions, faire des commentaires et raconter vos expériences.

Vous pouvez aussi nous joindre par courriel à liahona@ChurchofJesusChrist.org ou par courrier à l'adresse suivante :
Liahona, floor 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, Utah
84150-0023, États-Unis

arménien, bislama, bulgare, cambodgien, cebuano, chinois, chinois (simplifié), coréen, croate, danois, espagnol, estonien, fidjien, finnois, français, grec, hongrois, indonésien, islandais, italien, japonais, kiribati, letton, lituanien, malgache, marshallais, mongol, néerlandais, norvégien, ourdou, polonais, portugais, roumain, russe, samoan, slovène, suédois, swahili, tagalog, tahitien, tchèque, thaïlandais, tongien, ukrainien et vietnamien. (La fréquence de publication varie selon les langues.)

© 2022 Intellectual Reserve, Inc. Tous droits réservés. Imprimé aux États-Unis.

Information sur le copyright : Sauf indication contraire, les articles contenus dans *Le Liahona* peuvent être copiés à des fins personnelles (y compris dans le cadre d'un appel dans l'Église), mais non commerciales.

Ce droit peut être révoqué à tout moment. Toute reproduction des images est interdite si une restriction est indiquée dans la référence qui accompagne l'œuvre. Les questions portant sur les droits d'auteur doivent être adressées à Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Fl. 5, Salt Lake City, UT 84150, USA ; adresse électronique : cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

For Readers in the United States and Canada : August 2022 Vol. 23 No. 8. Le LIAHONA (USPS 311-480) English (ISSN 1080-9554) est publié mensuellement par l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, États-Unis. Le prix de l'abonnement annuel aux États-Unis est de 10 \$; au Canada, 12 \$ plus taxes applicables. Frais de port des périodiques payés à Salt Lake City (Utah). Tout changement d'adresse doit être signalé soixante

jours à l'avance. Veuillez joindre l'étiquette d'un magazine récent ainsi que l'ancienne et la nouvelle adresse. Les demandes d'abonnement pour les États-Unis et le Canada doivent être envoyées au centre de distribution de Salt Lake City à l'adresse ci-dessous. **Assistance pour les abonnements : 1-800-537-5971**. Les règlements par carte de crédit (American Express, Discover, MasterCard, Visa) peuvent être effectués par téléphone ou sur store.churchofjesuschrist.org. (Canada Post Information : Publication Agreement #40017431)

RECEVEUR DES POSTES : envoyez tout UAA au CFS (voir DMM 507.1.5.2). INSTALLATIONS NON POSTALES ET MILITAIRES : envoyez les changements d'adresse à Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, États-Unis.



Par Dale G.
Renlund

Du Collège des
douze apôtres

FAITES CONFIANCE À DIEU ET LAISSEZ-LE PRÉVALOIR

La leçon ultime du livre de Job est que chacun de nous peut choisir de mener sa vie en faisant confiance à Dieu et à son plan, quoi qu'il arrive.

Pourquoi arrive-t-il de mauvaises choses à de bonnes personnes ? Je suppose que même Adam et Ève se sont posé cette question. Il est certain que Job se l'est posée. De nombreux érudits, philosophes et théologiens ont essayé d'y apporter des réponses.

Le livre de Job traite de ce sujet mais ne répond jamais à la question « pourquoi ? » Job apprend que le meilleur moyen d'aborder les difficultés de la vie est de faire confiance à Dieu et de ne pas se reposer sur sa compréhension personnelle. Par ces enseignements, il nous incite à laisser Dieu prévaloir afin de rester optimistes et pleins d'espoir en dépit des difficultés.

Le péché et la souffrance

La compréhension du livre de Job est facilitée lorsque nous réfléchissons à cette maxime : « Tout péché cause de la souffrance, mais toute souffrance n'est pas causée par le péché. » Les actes pécheurs n'ayant pas tous des conséquences négatives immédiates pour le pécheur (voir Malachie 3:13-18), nous pouvons être trompés et croire à tort qu'il est possible de pécher délibérément et d'éviter les conséquences. Ce n'est pas le cas.

Bien que le repentir soit joyeux pour nous et apporte de la joie au Sauveur et à notre Père céleste, nos péchés ont fait souffrir le Sauveur, pourtant innocent. Il a payé le prix afin que nous n'ayons pas à supporter la souffrance requise comme châtement, si nous nous repentons. Mais ne vous y trompez pas : tous les péchés causent de la souffrance.

*Toute souffrance
« peut être
réparé[e] par
l'expiation de
Jésus-Christ ».*



LE CHRIST À GETISÉMANÉ. TABLEAU DE HEINRICH HOFMANN

Job et ses amis pensaient que toutes les souffrances étaient causées par le péché. Cela aussi est fondamentalement faux. Job était un homme bon qui a tout perdu et a souffert terriblement. Quand ses amis l'ont consolé, ils ont supposé que Job avait dû pécher gravement pour justifier de telles souffrances.

Job croyait aussi que seul le péché causait des souffrances et il voulait prouver à ses amis et à Dieu que son « châtiment » était disproportionné par rapport aux péchés qu'il avait commis. Ces preuves, pensait-il, mettraient fin à ses souffrances.

Finalement, Dieu a parlé à Job du milieu d'une tempête. Il ne s'est pas défendu, il n'a pas expliqué les souffrances de Job et n'a pas répondu aux déclarations d'innocence de Job. En revanche,

il a critiqué les longues discussions de Job et de ses amis, disant : « Qui est celui qui obscurcit mes desseins par des propos sans intelligence ? » (Job 38:2). Pour souligner leur ignorance, Dieu a posé au moins soixante-six questions, demandant à Job d'y répondre. Il n'a pas pu le faire (voir Job 38-42).

C'est comme si Dieu avait dit patiemment et gentiment à Job : « Si tu ne peux répondre à aucune de mes questions au sujet de la terre, que j'ai créée, est-il possible qu'il existe des lois éternelles que tu ne comprends pas ? As-tu fait des suppositions qui ne sont pas valides ? Comprends-tu mes motivations et comment mon plan du salut et de l'exaltation fonctionne ? Et peux-tu prévoir ta destinée future ? »

Dieu, dans sa sagesse, sait qu'une partie essentielle de notre expérience dans la condition mortelle est de ne pas tout savoir. Il y a quelque chose dans le fait de lui faire confiance qui nous permet de progresser pour devenir semblable à lui.

Au début, Job ne comprenait pas cela mais il n'est pas le seul. Dieu nous rappelle :

« Car mes pensées ne sont pas vos pensées, et vos voies ne sont pas mes voies, dit l'Éternel.

Autant les cieux sont élevés au-dessus de la terre, autant mes voies sont élevées au-dessus de vos voies, et mes pensées au-dessus de vos pensées » (Ésaïe 55:8-9).

Job a saisi le message de Dieu. Il a reconnu humblement qu'il n'avait pas compris et s'est repenti d'avoir attribué sa souffrance au péché (voir Job 42:3, 6). Il a reconnu que toute souffrance n'est pas un châtiment divin. Comme ses souffrances n'étaient pas



causées par le péché, la responsabilité de Job était de placer sa confiance en Dieu. Quoi qu'il arrive, bien qu'il « ne connais[se] pas la signification de tout », il devait se souvenir que Dieu « aime ses enfants » (1 Néphé 11:17).

Restez fidèles

Comme Job, nous devons nous confier en notre Père céleste et en Jésus-Christ et rester fidèles en toutes circonstances. Plus ils sont réels dans notre vie, plus nous leur faisons confiance. Plus nous le faisons, plus nous nous concentrons sur le plan du salut et de l'exaltation conçu par notre Père céleste. Plus nous nous concentrons sur cette perspective éternelle, plus il nous est facile de laisser Dieu prévaloir et moins les différentes situations de notre vie ont d'importance¹. Comme l'a déclaré Russell M. Nelson : « Grâce à une vision céleste, les épreuves qu'il est impossible de modifier peuvent être supportées². »

Avec cette perspective à l'esprit, le roi Benjamin nous a adressé cet encouragement : « Croyez en Dieu ; croyez qu'il est, et qu'il a tout créé, tant dans le ciel que sur la terre ; croyez qu'il a toute la sagesse et tout le pouvoir, tant dans le ciel

*« Et, [si Dieu]
m'éprouvait,
je sortirais
pur comme
l'or. »*

que sur la terre ; croyez que l'homme ne comprend pas tout ce que le Seigneur peut comprendre » (Mosiah 4:9).

Brigham Young (1801-1877) a magnifiquement enseigné que les différentes situations de notre vie ne déterminent pas notre façon de voir les choses. Il a dit : « Jetez un homme en prison et liez-le de chaînes, puis qu'il soit rempli du réconfort et de la gloire de l'éternité, et cette prison est un palais pour lui. Maintenant, qu'un homme soit assis sur un trône avec puissance et domination dans ce monde, régnant sur des millions de personnes, et sans cette paix qui émane du Seigneur des armées, sans cette satisfaction et cette joie qui viennent du ciel, son palais est une prison, sa vie est un fardeau pour lui ; il vit dans la crainte, la terreur et la tristesse. Mais quand une personne est remplie de la paix et du pouvoir de Dieu, alors tout va bien pour elle³. »

Parce qu'il avait confiance en Dieu, Job a appris que si Dieu l'éprouvait, il sortirait pur comme l'or (voir Job 23:10). Il serait raffiné par les expériences qu'il vivait. Léhi, qui savait que toutes les souffrances ne sont pas causées par le péché et que Dieu mérite notre confiance, a dit :

« Et maintenant, Jacob, [...] dans ton enfance, tu as souffert des afflictions et beaucoup de tristesse [...].

Néanmoins, [...] tu connais la grandeur de Dieu, et il consacrera tes afflictions à ton avantage » (2 Néphé 2:1-2).

Ne craignez point

Même lorsque nous souffrons, Dieu peut nous aider dans nos difficultés. Il nous a dit : « 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 » (Ésaïe 41:10). Il ne nous abandonnera pas



même face à des difficultés écrasantes. Il a promis :

« Si tu traverses les eaux, je serai avec toi ; et les fleuves, ils ne te submergeront point ; si tu marches dans le feu, tu ne te brûleras pas, et la flamme ne t'embrasera pas.

Car je suis l'Éternel, ton Dieu » (Ésaïe 43:2-3).

Si nous reconnaissons ces bénédictions, notre confiance en Dieu grandira. Nous prendrons conscience que toute souffrance « peut être réparé[e] par l'expiation de Jésus-Christ⁴ ». D'un autre côté, plus nous dégénérons dans l'incrédulité, nous éloignons de la voie droite et ne connaissons pas le Dieu en qui nous devrions avoir confiance (voir Mormon 9:20), plus les

Dieu ne nous abandonnera pas même face à des difficultés écrasantes.

Il a promis :

« Si tu traverses les eaux, je serai avec toi ».

circonstances de notre vie prennent de l'importance. Lorsque nous cessons de faire confiance à Dieu, nous sommes anxieux et cédon à la frustration et au désespoir.

Jésus-Christ a vaincu le monde. Grâce à lui, nous pouvons avoir la paix dans ce monde et prendre courage (voir Jean 16:33). Le témoignage de Job sur le Sauveur est inspirant des milliers d'années après qu'il l'a prononcé. Il a déclaré :

« Mais je sais que mon Rédempteur est vivant, et qu'il se lèvera le dernier sur la terre.

Quand ma peau sera détruite, quand je n'aurai plus de chair, je verrai Dieu » (Job 19:25-26).

Jésus-Christ aime rétablir ce que nous ne pouvons pas rétablir, guérir les blessures que nous ne pouvons pas guérir, réparer ce qui est irrémédiablement brisé⁵ et compenser toutes les injustices que nous avons supportées. En fait, si nous le laissons faire, il consacrera nos souffrances à notre avantage et sanctifiera pour nous notre détresse la plus profonde⁶. Il ne se contentera pas de nous consoler et de rétablir ce qui a été perdu (voir Job 42:10, 12-13), mais il utilisera nos épreuves pour notre profit.

Le Sauveur a le pouvoir de tout arranger et aspire à le faire. Il aime guérir définitivement même les cœurs brisés (voir Psaumes 147:3). La leçon suprême du livre de Job est que chacun de nous peut choisir de mener sa vie en faisant confiance à Dieu et à son plan, quoi qu'il arrive. ■

NOTES

1. Russell M. Nelson, « Joie et survie spirituelle », *Le Liahona*, novembre 2016, p. 82.
2. Russell M. Nelson, « Car rien n'est impossible à Dieu », *L'Étoile*, juillet 1988, p. 31.
3. Brigham Young, « Remarks », *Deseret News*, 15 juillet 1857, p. 148.
4. Voir *Prêchez mon Évangile : Guide du service missionnaire*, 2019, p. 53 ; voir aussi Ésaïe 61:2-3 ; Apocalypse 21:4.
5. Voir Boyd K. Packer, « Matin radieux de pardon », *L'Étoile*, janvier 1996, p. 21.
6. Voir « Quels fondements fermes », *Cantiques*, n° 42.





L'ÉGLISE EST AUSSI PRÉSENTE ICI

Lisbonne, Portugal

Les collines escarpées, les rues étroites et le tramway sont caractéristiques du centre-ville de la capitale du Portugal. En 1975, une branche de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours a été organisée à Lisbonne et le nombre de membres n'a cessé de grandir depuis. Dans ce pays, l'Église compte aujourd'hui :



45 600 membres (environ)



**7 pieux, 1 district, 59 paroisses
et branches, 1 mission**



**24 centres d'histoire familiale,
1 temple**

Nous édifions l'amour au foyer

À Vila Nova de Gaia, au sud de la ville de Porto, Reginaldo Cruz et sa famille se promènent en discutant ensemble. Reginaldo dit : « De la même manière que l'on construit un bâtiment brique après brique, on édifie l'amour au foyer, étape par étape. »



Nous pouvons aider les autres à trouver la paix dans les moments difficiles

Le Seigneur a réprimandé les amis de Job pour l'avoir jugé au lieu d'avoir pris soin de lui.



Dans les périodes d'épreuves, il peut être difficile de trouver la paix intérieure. La plupart d'entre nous vivons parfois des moments où il est difficile d'avoir l'esprit en paix. Nous pouvons nous soutenir et être une bénédiction les uns pour les autres en faisant preuve de compassion et de compréhension.

Mary (les noms ont été changés) pensait qu'elle vivrait un mariage heureux et réussi. Laissant sa vie ancienne derrière elle, elle s'est consacrée à sa nouvelle vie avec son mari. Mais, au bout d'un certain temps, il a fait des choix qui ont détruit leur union. Mary s'est sentie paniquée, mal préparée et

complètement perdue. Elle avait du mal à reconstruire une nouvelle vie pour elle et ses quatre enfants. Elle savait qu'elle devait laisser Dieu prévaloir et la guérir, mais ce n'était pas facile.

Le frère et la sœur de service pastoral de Mary, les Watson, l'ont abordée avec amour pour lui apporter de l'aide et du soutien. Au début, Mary s'obstinait à dire qu'elle n'en avait pas besoin. Mais les Watson et d'autres membres de sa paroisse ont continué d'offrir leur amour et leur amitié de manière simple et naturelle : en s'asseyant à côté de Mary et sa famille lors des réunions, en l'aidant dans

ses travaux de jardinage et en trouvant des manières simples mais personnelles de lui faire savoir qu'ils pensaient à elle et qu'ils voulaient vraiment l'aider. Elle a particulièrement apprécié les nombreuses bénédictions de la prêtrise que frère Watson lui a données et a donné à ses enfants, qui ont été une source de paix pour eux.

Mary savait qu'on avait demandé aux Watson de veiller sur elle, mais elle n'a jamais eu l'impression qu'ils agissaient par obligation. Elle ressentait leur sincérité et leur amour parce qu'ils la traitaient comme une sœur qu'ils aimaient. Ils sont devenus sa famille.

Laisser Dieu prévaloir

Dans l'Ancien Testament, le livre de Job raconte l'histoire bien connue d'un homme qui a connu de grandes épreuves et difficultés. Sa femme lui a demandé pourquoi il n'abandonnait tout simplement pas (voir Job 2:9). Ses amis qui, au départ, étaient venus pour l'aider (voir Job 2:11-13) ont fini par le juger et essayer de le convaincre que ses épreuves étaient une punition pour ses péchés (voir Job 22). Mais il est resté ferme dans sa détermination à laisser Dieu prévaloir dans sa vie (voir Job 13:15). Grâce à sa fidélité, il a reçu des bénédictions encore plus grandes qu'auparavant, notamment celle d'avoir appris à mieux connaître Dieu (voir Job 42:1-5).

En tant que frères et sœurs de service pastoral, notre amour et notre soutien peuvent aider des personnes en difficulté à se tourner vers le Seigneur et à être guéries (Doctrine et Alliances 112:13).



Que pouvons-nous faire ?

Si quelqu'un que vous servez traverse des épreuves et des difficultés, efforcez-vous d'offrir un amour et un soutien sincères et, contrairement aux amis de Job, abstenez-vous de tout jugement injuste. ■

Principes à méditer

Tandis que vous cherchez à aider les personnes que vous servez à trouver la paix, réfléchissez à ce qui suit :

- Le couple de service pastoral de Mary l'a aidée sans la juger (voir Job 42:7 ; Moroni 7:45-48).
- Le service pastoral est souvent plus efficace grâce à de petits actes simples (voir Alma 37:6).
- Si nous nous mettons à la place de nos amis et prions pour savoir ce qui les aiderait le plus, Dieu peut diriger nos actions (voir Matthieu 7:7-11).
- Les bénédictions de la prêtrise peuvent non seulement apporter la guérison physique mais aussi la paix et le réconfort dans les moments de stress ou de difficultés.
- Comme Job, si nous restons fidèles dans nos épreuves et laissons Dieu prévaloir dans notre vie, nous apprendrons à mieux le connaître et serons en paix (voir Job 22:21).



POUR ALLER PLUS LOIN

- Apprenez comment aimer les gens comme le Seigneur les aime. Lisez « Voir les autres tels qu'ils peuvent devenir », par Thomas S. Monson, *Le Liahona*, novembre 2012, p. 68-71.
- Apprenez comment surmonter la tendance à juger. Lisez « Les miséricordieux obtiennent miséricorde », par Dieter F. Uchtdorf, *Le Liahona*, mai 2012, p. 70, 75-77.
- Apprenez-en davantage sur Job grâce à l'article illustré qui se trouve à la page 48 de ce numéro.

A couple is jogging on a paved path during a golden sunset. The man is in the foreground, wearing a grey long-sleeved shirt and dark shorts, with his arm around the woman's shoulder. The woman is wearing a white patterned long-sleeved shirt and dark leggings. They are both wearing athletic shoes. The background shows a hazy landscape with trees and a bright sun low on the horizon, creating long shadows on the path.

RESPECTER LE

LIBRE ARBITRE

DANS LES RELATIONS INTIMES

Par Benjamin M. Ogles, psychologue et professeur à l'université Brigham Young, **et Melissa K. Goates-Jones**, psychologue et professeur adjoint à l'université Brigham Young

Note de la rédaction : Si le monde avait une compréhension claire des objectifs divins des relations sexuelles et du rôle essentiel du respect du libre arbitre pour les atteindre, le mariage et la famille seraient fortifiés et de nombreux problèmes, tels que les agressions sexuelles, pourraient être réduits, voire éliminés. Dans cet article, nous examinons le libre arbitre et la notion du consentement dans le cadre des marques physiques d'affection et des relations sexuelles, du point de vue de l'Évangile, pour mieux voir en quoi l'altruisme et le respect mutuel dans les relations physiques peuvent nous aider à atteindre notre potentiel divin.

Les aspects physiques de nos relations intimes doivent être guidés par notre engagement à obéir à la loi de chasteté, qui stipule que les relations sexuelles sont réservées à un mari et son épouse (voir Doctrine et Alliances 42:22-23), et à respecter le libre arbitre d'autrui.

Cet article met l'accent sur l'importance de respecter le libre arbitre dans le cadre des aspects physiques de nos relations, depuis les sorties en couple jusqu'au mariage, et ce afin d'avoir des relations saines et profondes, d'atteindre l'unité dans la joie que Dieu a promise aux maris et aux femmes, et d'éviter les conséquences tragiques des contacts sexuels non désirés.

La façon dont nous respectons le libre arbitre quand il est question de marques physiques d'affection et de relations sexuelles joue un rôle important pour nous préparer à ces rapports humains parmi les plus importants qui soient, et pour les renforcer.

Raison d'être des relations intimes

Quand un mari et sa femme se livrent volontairement, librement et avec amour à des relations sexuelles, cela peut être une expérience joyeuse qui les unit. Créer cette unité en rapprochant le cœur, l'esprit et le corps d'un mari et d'une femme est l'un des objectifs principaux pour lesquels Dieu a conçu les relations sexuelles¹.

Jeffrey R. Holland, du Collège des douze apôtres, a enseigné : « Les relations sexuelles sont réservées aux couples mariés parce qu'elles sont le symbole suprême de l'union totale, une union totale ordonnée et définie par Dieu. Dès le jardin d'Éden, le mariage a été conçu pour être la fusion complète de l'homme et de la femme : de leur cœur, de leur vie, de leur amour, de leur famille, de leur avenir, de tout. Adam dit à Ève qu'elle était os de ses os et chair de sa chair, et qu'ils devaient être 'une seule chair' dans leur vie commune [voir Genèse 2:23-24]. Il s'agit d'une union si

complète que nous employons le mot *sceller* pour indiquer la promesse éternelle qui l'accompagne². »

Le fait de garder cet objectif divin à l'esprit peut nous aider à comprendre pourquoi Dieu se soucie tant de la manière dont nous abordons les relations intimes (dans cet article les relations intimes comprennent les relations sexuelles ainsi que les marques physiques d'affection, comme se tenir la main ou se serrer dans les bras). (Vous trouverez d'autres définitions dans la section « Idées principales » ci-dessous.)

Le rôle du libre arbitre

La faculté et la bénédiction que Dieu nous donne de choisir et d'agir par nous-mêmes sont essentiels au plan du salut. Sans le libre arbitre, nous ne pourrions ni apprendre, ni progresser, ni choisir de suivre le Sauveur. Grâce au libre arbitre, et en apprenant à choisir entre le bien et le mal, nous pouvons devenir semblables à Dieu³.

Le libre arbitre est la capacité d'agir et non d'être contraint. Par conséquent, les marques physiques d'affection ou les relations sexuelles, quelles qu'elles soient, ne doivent pas seulement avoir cours conformément aux enseignements de Dieu et à la loi de chasteté, mais elle doivent aussi tenir compte de la décision volontaire des deux personnes concernées. Lorsque c'est le cas, les marques physiques d'affection conduisant au mariage, ainsi que les marques physiques d'affection et les relations sexuelles au sein du mariage, peuvent fortifier les relations et édifier l'unité.

Au contraire, lorsque le libre arbitre est utilisé pour forcer autrui, au mépris de son droit de choisir comment ou quand manifester des marques physiques d'affection ou avoir des relations sexuelles, ce genre de contacts devient une forme d'agression indiquant un manque de respect pour les principes de Dieu et le libre arbitre, les sentiments et les désirs de l'autre. Le fait d'entretenir de tels contacts physiques pour une satisfaction égoïste ou comme outil



pour assujettir et manipuler l'autre est un péché qui peut nuire durablement aux personnes et aux relations.

Respecter le libre arbitre dans le cadre des sorties en couple et des fréquentations

Quand une relation progresse, dans le cadre de sorties en couple et de fréquentations, une manière de respecter le libre arbitre de l'autre consiste à demander et à recevoir la permission *avant* d'initier une quelconque marque physique d'affection, comme se tenir la main, se serrer dans les bras ou s'embrasser.

Rechercher des marques physiques d'affection ou des rapports sexuels sans le consentement de l'autre, donné de plein gré, librement et clairement, est une atteinte à son libre arbitre. Dans de nombreux pays, les contacts sexuels non désirés sont aussi définis par la loi comme des agressions sexuelles. (Pour plus de renseignements sur le consentement et les agressions sexuelles, voir l'article intitulé « Réponses aux questions sur les agressions sexuelles ».)

De plus, la perspective de l'Évangile nous aide à voir que notre engagement à respecter la loi de chasteté et celui de respecter le libre arbitre en ayant recours au consentement sont essentiels pour avoir des relations fortes et éternelles. S'engager à l'un sans s'engager à l'autre n'est pas suffisant. Par exemple, si deux personnes respectent le libre arbitre de l'autre en consentant d'un commun accord à avoir des relations sexuelles en dehors du mariage, elles enfreignent néanmoins la loi de Dieu. De la même façon, même les contacts physiques non sexuels qui ne sont pas consentis constituent une violation du libre arbitre.

En progressant dans notre compréhension de l'Évangile de Jésus-Christ, nous voyons comment l'obéissance aux lois de Dieu *et* le respect mutuel du libre arbitre nous aident à progresser dans l'unité et l'amour, et nous préparent à une relation physique plus forte et plus joyeuse dans le mariage, nous permettant d'atteindre une plus grande unité ainsi que notre potentiel divin.

Tendresse et respect au sein du mariage

Le respect du libre arbitre continue d'être essentiel dans le mariage et représente un élément important pour magnifier les

relations sexuelles afin qu'elles répondent à l'objectif visé d'unir le mari et la femme.

On parvient à ce genre d'unité en donnant, pas en prenant. Par l'amour, non par la convoitise. En se souciant davantage du bien-être de l'autre, et moins du sien. « La tendresse, le respect et non l'égoïsme doivent guider [nos] rapports intimes⁴. »

Dale G. Renlund, du Collège des douze apôtres, et sa femme, Ruth Lybbert Renlund, ont enseigné : « Dans le mariage, les relations sexuelles doivent unir le couple dans la confiance, le dévouement et la considération mutuels. Les relations sexuelles au sein du mariage doivent respecter le libre arbitre des deux partenaires et ne doivent pas être employées pour contrôler ou dominer⁵. »

Le mariage est une relation sacrée qui exige que les conjoints s'efforcent d'être unis de diverses manières, notamment dans leurs relations sexuelles. Le mariage en lui-même n'exonère aucun des conjoints de la nécessité de communiquer clairement ses désirs ni de respecter le niveau de confort de l'autre concernant les relations sexuelles. Au contraire, ces conversations sont essentielles au début du mariage et restent importantes pour l'unité des conjoints tout au long de leur relation tandis qu'ils apprennent, progressent et que la situation évolue.

Malheureusement, nous entendons parfois qu'un conjoint estime qu'il a le droit de forcer ou d'insister pour avoir un rapport sexuel. Lorsque nous respectons nos alliances en tant que mari et femme, nous ne devons rien faire qui mette notre conjoint mal à l'aise ou qui offense l'Esprit. C'est en parlant, plutôt que par la force ou les pressions, que les conjoints résolvent les divergences concernant la fréquence de leurs rapports sexuels ou le type d'activités sexuelles pratiquées.

Lorsque nous nous livrons à des relations sexuelles dans les liens divins du mariage, avec gentillesse, respect et détermination à respecter le libre arbitre de l'autre, nous pouvons devenir plus semblables au Christ et plus unis en tant que conjoints, nous concentrant sur ce qui est le mieux pour l'autre et en harmonie avec la volonté de Dieu. ■

Pour aller plus loin

Vous trouverez de l'aide destinée aux victimes d'agression sexuelle, à leurs êtres chers et aux auteurs de sévices dans l'article « Réponses aux questions sur les agressions sexuelles » (pages 16 à 19 de ce numéro).

NOTES

1. Voir *Manuel général d'instructions : Servir dans l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours*, section 2.1.2, ChurchofJesusChrist.org.
2. Jeffrey R. Holland, « La pureté personnelle », *L'Étoile*, janvier 1999, p. 91.
3. Voir les sujets de l'Évangile, « Le libre arbitre », topics.ChurchofJesusChrist.org.
4. *Manuel général d'instructions*, section 2.1.2.
5. Dale G. et Ruth Lybbert Renlund, « Les objectifs divins des relations sexuelles », *Le Liahona*, août 2020, p. 13.
6. Sujets de l'Évangile, « Libre arbitre et responsabilité », topics.ChurchofJesusChrist.org.
7. Voir Kevin Keovongsa, « How to Set Boundaries for Well-Being » (en version numérique uniquement), *Ensign*, septembre 2020, ChurchofJesusChrist.org.
8. Adrienne Santos-Longhurst, « Your Guide to Sexual Consent », 12 février 2019, [Healthline, healthline.com/health/guide-to-consent#what-is-consent](https://www.healthline.com/health/guide-to-consent#what-is-consent).

IDÉES PRINCIPALES

Le **libre arbitre** est « la faculté et la bénédiction que Dieu nous donne de choisir et d'agir par nous-mêmes. Le libre arbitre est essentiel dans le plan du salut. Sans lui, nous ne pourrions ni apprendre, ni progresser, ni suivre le Sauveur⁶. »

Les **limites** sont personnelles et nous nous les fixons pour nous protéger spirituellement, physiquement, émotionnellement et mentalement⁷.

« Le **consentement** est un accord volontaire, enthousiaste et clair entre deux personnes pour se livrer à des activités sexuelles précises⁸. » Le besoin de consentement mutuel s'applique aussi à d'autres formes d'intimité physique, comme se tenir la main, se prendre dans les bras et s'embrasser.

Les **relations intimes** désignent l'utilisation du corps pour exprimer une proximité et une affection, notamment par les relations sexuelles et les marques physiques d'affection, comme se tenir la main, se prendre dans les bras ou s'embrasser. Dans cet article, nous avons utilisé les termes *relations sexuelles* et *marques physiques d'affection* pour faire la différence entre les contacts sexuels et les contacts non sexuels.

Respecter signifie avoir de la considération pour les sentiments, le libre arbitre, les actions et l'identité divine d'autrui.



RÉP

CONSEILS AUX QUESTIONS CONCERNANT LES AGRESSIONS SEXUELLES

L'espérance et la guérison sont possibles grâce à Jésus-Christ. Voici plusieurs façons d'aider des personnes qui ont été victimes d'une agression sexuelle sans les blesser.

Par **Melissa K. Goates-Jones**, psychologue et professeur adjoint à l'université Brigham Young, et **Benjamin M. Ogles**, psychologue et professeur à l'université Brigham Young

Les agressions sexuelles sont un problème répandu qui peut causer des torts dévastateurs aux enfants de Dieu. Il est difficile de trouver des statistiques mondiales exactes sur l'ampleur des agressions sexuelles subies par les hommes et les femmes¹, mais des estimations aux États-Unis indiquent que quarante-quatre pour cent des femmes et vingt-cinq pour cent des hommes sont victimes de violences sexuelles².

En en apprenant davantage sur les agressions sexuelles et en unissant nos efforts pour aider les victimes et promouvoir le respect envers autrui, nous contribuons à réduire la violence sexuelle à l'échelle mondiale.

Qu'est-ce qu'une agression sexuelle ?

On parle d'agression sexuelle lorsqu'une personne impose une activité sexuelle non désirée à une autre sans son autorisation ou son consentement. Une agression sexuelle est un péché grave³. En enfreignant la loi de chasteté et en traitant leurs victimes comme des objets pour satisfaire leurs désirs égoïstes, les auteurs de sévices se rebellent contre Dieu. Ils ignorent et violent le libre arbitre de leurs victimes, leur ôtant le droit d'agir sans être contraintes. Les personnes qui forcent quelqu'un ou font pression sur lui pour avoir un contact sexuel se livrent à l'une des formes de violence les plus personnelles et envahissantes.

Quand nous pensons à une agression sexuelle, nous imaginons souvent un inconnu tapi dans une allée sombre, prêt à attaquer. Cependant, la plupart des agressions sexuelles se produisent dans des relations existantes où un conjoint, un membre de la famille,

une personne que l'on fréquente, un ami ou une autre connaissance méprise le principe du consentement⁴.

Malheureusement, dans certaines cultures, le principe du consentement n'est pas couramment enseigné et, lorsque les médias parlent des relations intimes, ils ne tiennent pas compte du consentement ou le représentent comme quelque chose d'inutile ou d'indésirable. Ignorer le consentement n'est jamais acceptable aux yeux de Dieu.

Qu'est-ce que le consentement et à partir de quand est-il violé ?

Le *consentement* est un terme étroitement lié à celui de *libre arbitre*. Le libre arbitre est la faculté que Dieu nous donne d'agir par nous-mêmes et non d'être contraints (voir 2 Néphi 2:14, 16, 26 ; Moïse 7:32). On nous enseigne à respecter le libre arbitre d'autrui et à ne pas l'ignorer en utilisant la contrainte ou la force (voir Doctrine et Alliances 121:39-44 ; Moïse 4:3).

Le terme *consentement* est utilisé dans divers contextes, comme le domaine judiciaire, éthique, social et médical. Par exemple, un médecin ne fait pas d'opérations chirurgicales sans avoir clairement obtenu une autorisation de la personne concernée.

Dans le contexte des marques physiques d'affection et des relations sexuelles, le *consentement* signifie qu'une personne doit accepter volontairement, librement et clairement que vous la touchiez, l'embrassiez ou ayez n'importe quel autre rapport intime. Sinon, elle est sous la contrainte et n'a pas donné son consentement.

Il est important de comprendre qu'il ne peut pas y avoir de consentement quand :

1. Une personne est endormie, inconsciente ou sous l'influence de l'alcool, de drogues ou de médicaments.
2. La personne n'a pas la capacité intellectuelle de convenir d'un contact sexuel.
3. La personne est plus jeune que l'âge légal du consentement.
4. Quelqu'un piège, force ou contrôle l'autre personne.

Il est aussi important de comprendre que l'absence de résistance n'est pas une forme de consentement. Si une personne ne résiste pas à un contact physique ou cesse d'y résister, cela ne signifie pas qu'elle a donné son consentement. Les psychologues remarquent qu'être « figé » par la peur est une réaction courante face à un contact physique non désiré⁵.

De plus, le consentement doit être continu. Le fait de consentir une fois à un type d'intimité physique n'implique pas un consentement futur si la situation se renouvelle.

Quel effet une agression sexuelle a-t-elle sur les victimes ?

Quand quelqu'un viole les limites d'une autre personne par des contacts sexuels non désirés, la victime peut souffrir de nombreuses façons.

« Certains types de sévices peuvent causer des dommages physiques mais tous les sévices affectent le mental et l'esprit. Les victimes de sévices sont souvent en proie à des sentiments de confusion, de doute, de culpabilité, de honte, de méfiance et de crainte. Elles peuvent se sentir désarmées, impuissantes,



seules ou mises à l'écart. Elles peuvent même remettre en question l'amour de notre Père céleste et leur propre valeur divine⁶. »

Que faire si j'ai subi une agression ?

Sachez que vous n'êtes pas seul. Souvenez-vous que notre Père céleste vous aime. En plus de la possibilité de prier et de rechercher le réconfort et la révélation divine, il a aussi fourni de nombreuses autres manières de vous soutenir.

Tournez-vous vers les autres. Parlez à des amis de confiance, à des membres de votre famille, à des dirigeants de l'Église ou à d'autres personnes qui peuvent assurer votre sécurité et vous soutenir. Vous pourriez trouver la paix et la guérison plus rapidement en parlant de votre expérience avec des personnes de confiance qui partagent vos croyances et en leur demandant de vous soutenir pour aller de l'avant.

Sachez que vous n'êtes pas fautif. Vous pouvez vous sentir perdu, effrayé ou avoir honte, mais vous n'êtes pas responsable des actes de l'agresseur.

Demandez de l'aide. Votre guérison peut être facilitée grâce aux ressources suivantes :

- des soins médicaux appropriés ;
- l'accompagnement psychologique d'un professionnel ;
- des conseils juridiques provenant d'un professionnel ;
- la documentation de l'Église disponible sur [topics.ChurchofJesusChrist.org](https://www.ChurchofJesusChrist.org), à la rubrique « Sévices ».

Recherchez l'espérance et la guérison grâce à Jésus-Christ.

Richard G. Scott (1928-2015), du Collège des douze apôtres, a enseigné : « Notre Père [céleste] a fourni le moyen de guérir des conséquences d'actes qui, par la force, l'abus d'autorité ou la peur d'une autre personne, ont temporairement privé la victime de son libre arbitre. » Il a expliqué : « La foi en Jésus-Christ et en son pouvoir de guérison fournit à la victime le moyen de surmonter les conséquences terribles des actes mauvais d'une autre personne⁷. » Vous pourriez lire d'autres passages de la vie et des enseignements de Jésus-Christ pour comprendre comment il peut vous aider à guérir.

Trouver la paix et la guérison peut s'avérer être un processus long et difficile, mais c'est possible grâce à Jésus-Christ. Il a subi « des souffrances, et des afflictions, et des tentations de toute espèce » et a pris « sur lui [nos] infirmités, afin que ses entrailles soient remplies de miséricorde [...] afin qu'il sache [...] comment secourir son peuple selon ses infirmités » (Alma 7:11-12).

Comment aider une personne qui a été victime d'une agression sexuelle ?

L'expérience de chaque victime d'agression sexuelle est différente mais voici quelques suggestions pour aider.

Écoutez avec amour et compassion. Exprimez votre préoccupation et votre désir d'aider. Renseignez-vous pour savoir s'il y a un danger immédiat et aidez la personne à se mettre en sécurité et à trouver un lieu sûr.

Mettez-la en relation avec des personnes qui peuvent aider. Aidez-la à trouver des soins médicaux, un accompagnement psychologique professionnel ou des ressources disponibles dans la collectivité, comme les centres d'aide aux victimes de viol.

Encouragez-la. Encouragez-la à signaler les sévices aux autorités compétentes. Il se peut que dans votre pays vous soyez vous-même légalement tenu de signaler une agression ou des sévices, surtout si vous êtes dirigeant de l'Église. Dans certains pays, l'Église a mis en place une ligne confidentielle d'assistance téléphonique en cas de sévices pour aider les présidents de pieu et les évêques à signaler des agressions et à soutenir les victimes⁸.

Soutenez-la. Les victimes pensent parfois que les agressions ou sévices sont de leur faute. Parce qu'il arrive que les victimes croient qu'elles ont enfreint la loi de chasteté et doivent se repentir, il est important que les évêques, les parents, les instructeurs, les dirigeants des jeunes et d'autres personnes reconnaissent les signes d'une agression ou de sévices afin de pouvoir apporter leur soutien et favoriser la guérison.

N'oubliez pas qu'en raison de la violation de leur libre arbitre, les victimes n'ont pas à se repentir. Dans le *Manuel général d'instructions*, il est dit : « Parfois, les victimes ressentent de la honte ou de la culpabilité. Ces victimes ne sont coupables d'aucun péché. Les dirigeants ne font pas de reproches aux victimes. Ils les aident, elles et leur famille, à comprendre l'amour de Dieu et la guérison qui vient par Jésus-Christ et son expiation (voir Alma 15:8 ; 3 Néphi 17:9)⁹. »

Soyez sensible à ses besoins. Les victimes peuvent se sentir mal à l'aise lors d'un contact physique, comme lorsqu'on leur serre la main ou qu'on les serre dans les bras. Elles peuvent être gênées de se retrouver seules avec un dirigeant. Elles peuvent aussi se sentir prises au piège si la pièce est trop petite ou si vous êtes assis entre elles et la porte. Des marques simples d'attention peuvent changer les choses pour quelqu'un qui cherche à guérir d'une expérience traumatisante comme une agression sexuelle.

Quelles recommandations peut-on faire aux auteurs de sévices ?

Certaines personnes qui liront cet article reconnaîtront peut-être qu'elles ont violé le libre arbitre de quelqu'un. Il se peut qu'elles aient utilisé la force ou exercé des pressions, ignoré intentionnellement des limites ou présumé à tort que l'autre personne souhaitait un contact intime.

Si vous avez commis ce péché, il est essentiel que vous reconnaissiez votre responsabilité, voyiez votre évêque, vous repentiez, coopérez avec les autorités civiles lorsque c'est nécessaire et demandiez l'aide d'un professionnel. « En raison de la gravité de vos actes, vous devrez peut-être vous soumettre aux actions disciplinaires civiles ou de l'Église. Cependant, le repentir complet apportera le doux soulagement du pardon, la paix de la conscience et une vie nouvelle¹⁰. » ■

Pour aller plus loin

Vous trouverez de la documentation supplémentaire destinée aux victimes, aux parents et aux dirigeants, dans la section « Sévices » de la rubrique « Faire face aux défis de la vie », du site ChurchofJesusChrist.org.

Dirigeants : Vous trouverez de la documentation pour aider les victimes et les auteurs de sévices dans la section « Documentation pour servir et accompagner les personnes en difficulté » du site ChurchofJesusChrist.org.

Le fait d'apprendre comment « Respecter le libre arbitre dans les relations intimes » peut fortifier nos relations et nous aider à atteindre notre potentiel divin (voir les pages 12 à 15 de ce numéro).

NOTES

1. Voir Emily R. Dworkin et autres, « The Global Prevalence of Sexual Assault : A Systematic Review of International Research since 2010 », *Psychology of Violence*, vol. 11, n° 5, septembre 2021, p. 497-508.
2. Voir Sharon G. Smith et autres, *The National Intimate Partner and Sexual Violence Survey : 2015 Data Brief—Updated Release*, 2018, p. 2-3, cdc.gov.
3. Voir *Manuel général d'instructions : Servir dans l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours*, section 38.6.18, ChurchofJesusChrist.org.
4. Voir les sujets de l'Évangile, « Sévices », topics [.ChurchofJesusChrist.org](http://ChurchofJesusChrist.org).
5. Voir Rebecca Campbell, « The Neurobiology of Sexual Assault : Implications for Law Enforcement, Prosecution, and Victim Advocacy » (vidéo), 1^{er} décembre 2012, National Institute of Justice, nij.ojp.gov/media/video/24056.
6. Sujets de l'Évangile, « Sévices ».
7. Richard G. Scott, « Guérir les conséquences désastreuses des sévices », *Le Liahona*, mai 2008, p. 42, 40.
8. Voir le *Manuel général d'instructions*, section 38.6.2.1.
9. *Manuel général d'instructions*, section 38.6.18.2.
10. Richard G. Scott, « Guérir les conséquences désastreuses des sévices », p. 43.

POUR LES PARENTS



Protéger
son esprit et
son corps

Chers parents,

Le libre arbitre est une bénédiction dans notre vie. Nous pouvons l'utiliser à des fins égoïstes ou pour laisser Dieu prévaloir, comme l'enseigne Dale G. Renlund, à la page 4. Nos choix ont un effet direct sur nous mais aussi sur les personnes qui nous entourent. La documentation proposée ici vous aidera, vous et votre famille, à comprendre ce que sont les sévices, ainsi que la manière de les prévenir et d'aider les victimes à guérir.

DISCUSSIONS SUR L'ÉVANGILE

Respecter les limites

Notre Père céleste nous a donné notre corps et notre libre arbitre, mais parfois des gens profitent d'autres personnes et les blessent. Vous pouvez utiliser l'article à la page 12 pour discuter de ce qui est convenable en matière de relations intimes, et l'article à la page 16 pour discuter de l'importance de respecter les limites personnelles et de ce que les enfants doivent faire si quelqu'un les franchit.

Documentation de l'Église sur les sévices

Le Seigneur et son Église ont fermement déclaré que les sévices ne peuvent être tolérés (voir *Manuel général d'instructions : Servir dans l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours*, section 38.6.2, ChurchofJesusChrist.org). Nous sommes tous enfants de notre Père céleste et nous méritons tous d'être protégés, aimés et traités avec respect. Malheureusement, certaines personnes ont subi des sévices ou connaissent quelqu'un pour qui cela a été le cas. L'Église propose de la documentation numérique destinée aux personnes qui ont été victimes de sévices ou qui en ont fait subir à d'autres, ou qui connaissent une victime. De la documentation est également disponible pour aider les gens à reconnaître les signes de sévices.

Pour y accéder, cliquez sur **Faire face aux défis de la vie**, puis **Sévices** dans l'application *Médiathèque de l'Évangile*. Ou allez sur ChurchofJesusChrist.org, cliquez sur **Bibliothèques, Médiathèque de l'Évangile, Faire face aux défis de la vie**, puis sur **Sévices**.



Entamer une conversation sur la sécurité en ligne

Si vous ne savez pas comment aborder le thème de la sécurité en ligne avec vos enfants, vous pourriez leur poser des questions sur le modèle des suivantes (adaptées de « Scams and Safety », Federal Bureau of Investigation, fbi.gov) :

- J'ai entendu dire que des adultes faisaient pression sur des enfants, en ligne, pour qu'ils leur envoient des photos de leur corps. As-tu déjà entendu quelque chose comme cela ?
- Est-il déjà arrivé qu'une personne de ton école soit prise en photo et que sa photo soit envoyée à de nombreuses autres personnes ? Qu'arriverait-il à cette personne si l'image était gênante ?
- Quelqu'un que tu ne connais pas a-t-il déjà essayé de prendre contact avec toi ou de te parler en ligne ?
- À ton avis, pourquoi un adulte voudrait-il parler à un enfant en ligne ?

TIRÉ DU MAGAZINE L'AMI

Rester en sécurité

Votre enfant mérite de se sentir aimé, en paix et en sécurité, quoi qu'il arrive. Utilisez cette page pour enseigner à votre enfant comment éviter les sévices.

Parler des sévices à vos enfants

Dans cette documentation pour les parents, en version numérique uniquement, vous trouverez des conseils, des sujets de discussion et un ensemble de ressources pour vous aider à gérer les conversations sur les sévices avec votre enfant. Vous trouverez cette documentation dans la version numérique du magazine L'Ami d'août 2022, disponible dans la *Médiathèque de l'Évangile*.

TIRÉ DU MAGAZINE JEUNES, SOYEZ FORTS

Fixer des limites saines

Il est important d'apprendre à fixer des limites appropriées dans les relations qu'on entretient avec les autres, en particulier pour quelqu'un qui a subi des sévices dans le passé. Dans cet article, vous trouverez des principes permettant de fixer des limites qui aideront vos adolescents à rester en sécurité et en bonne santé.

VIENS ET SUIS-MOI ACTIVITÉ EN FAMILLE

« Mon Dieu, plus près de toi »

Psaumes

« Nous ressentons souvent très fort la puissance de l'Esprit quand nous chantons des louanges à Dieu » (Ronald A. Rasband, « Édifier une forteresse de spiritualité », *Le Liahona*, mai 2019, p. 108).

1. Affichez une image du Sauveur d'un côté de la pièce et demandez à tout le monde de s'asseoir en face.
2. Choisissez un cantique ou un chant de la Primaire sur Jésus-Christ à chanter ensemble.
3. Chaque fois que vous terminez un couplet, demandez à tout le monde de se rapprocher de l'image de Jésus.
4. Une fois que tout le monde est proche de l'image, témoignez du Sauveur et de ce qu'il signifie pour vous dans votre vie.

Discussion : Quels versets des Psaumes ou d'autres livres d'Écritures nous rappellent ce que Jésus-Christ a fait pour nous et nous aident à ressentir son pouvoir et son amour dans notre vie ?

Proposé par Mützi Schoneman

Qu'est-ce que la soirée au foyer ?



Préparation

Pensez à une activité que votre famille aime faire et à un sujet de l'Évangile que vous aimeriez aborder et étudier ensemble. Choisissez aussi un jour et une heure chaque semaine où votre famille peut se réunir, en partie ou en totalité. L'Église encourage les membres à tenir la soirée au foyer le lundi soir. Mais les familles peuvent se réunir quand cela leur convient le mieux.

La soirée au foyer est un moment réservé de la semaine pour que votre famille se réunisse. C'est un moment où vous pouvez « apprendre l'Évangile, fortifier le témoignage, édifier l'unité et profiter d'être ensemble » (*Manuel général d'instructions : Servir dans l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours*, section 2.2.4, ChurchofJesusChrist.org). La soirée au foyer est différente pour chaque famille. Mais l'objectif est d'utiliser ce moment pour se rapprocher les uns des autres et du Sauveur.

Si vous voulez obtenir de l'aide pour préparer une soirée au foyer, vous pouvez demander des idées à vos frères ou sœurs de service pastoral dans votre paroisse ou branche.



Prière

De nombreuses familles commencent et terminent la soirée au foyer par une prière. Cela favorise la présence du Saint-Esprit dans leur foyer. La soirée au foyer est le moment idéal pour que les enfants et les adultes apprennent à prier en petits groupes.



Musique

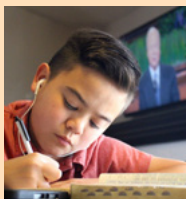
De nombreuses familles chantent aussi un cantique d'ouverture et de clôture. Elles les choisissent habituellement dans le livre de cantiques ou le recueil de chants de la Primaire. L'Église propose des enregistrements de l'accompagnement au piano des cantiques sur music.ChurchofJesusChrist.org. Vous pouvez aussi regarder des vidéos de The Tabernacle Choir at Temple Square. Le fait de chanter pendant la soirée au foyer aide à apprendre les cantiques que l'on chante à l'église.



Leçon

L'Église dispose de nombreuses ressources qui peuvent être utiles pour la soirée au foyer. Prenez quelques minutes pour lire un article du *Liahona*, de *L'Ami* ou de *Jeunes, soyez forts* et discutez-en. Cela peut aussi être un bon moment pour regarder des vidéos de l'Église et en discuter. Vous pouvez aussi lire un discours de la conférence générale, lire les Écritures ou discuter de la lecture de la semaine de *Viens et suis-moi*.

DOCUMENTATION



- Écritures
- Discours de conférence générale
- Idées d'étude en famille tirées de *Viens et suis-moi – Personnes et familles*



- Magazine *Le Liahona*
- Magazine *Jeunes, soyez forts*
- Magazine *L'Ami*



Impliquer la famille

Les enfants peuvent avoir des responsabilités dans la soirée au foyer. Ils peuvent aider à planifier des activités, prier ou choisir des chants et les diriger. Ils peuvent même enseigner des leçons. Avant la soirée au foyer, aidez votre enfant à lire une histoire dans le magazine *L'Ami* ou son histoire préférée dans les Écritures. L'enfant pourra ensuite la raconter à la famille pendant la leçon. Pendant la soirée au foyer, beaucoup d'enfants aiment aussi mettre en scène les histoires tirées des Écritures. Demandez aux enfants plus âgés de préparer la leçon ou de choisir le discours de conférence générale qu'ils aimeraient lire. Demandez-leur ensuite de diriger la discussion.



Activités

En général, les familles aiment faire des activités pendant la soirée au foyer. Les activités d'intérieur peuvent inclure des jeux, des travaux manuels ou la préparation de plats en famille.

Pour des activités de plein air, vous pouvez faire une promenade, une randonnée en famille ou pratiquer un sport ensemble. Trouvez une activité que tous les membres de la famille peuvent faire et amusez-vous ensemble. Évitez les moments de compétition qui risquent d'éloigner l'Esprit.



Service

La soirée au foyer est un excellent moment pour rendre service en famille. Par exemple, vous pourriez aider des voisins âgés, servir de la nourriture dans un refuge pour sans-abri, écrire aux missionnaires ou ramasser des déchets. JustServe.org regorge d'idées pour vous aider.

PHOTO D'ENFANTS EN TRAIN DE PRÉPARER DES BISCUITS, MICHELLE LOYNES; PHOTO D'UNE FEMME EN TRAIN DE JOUER DU PIANO, JAMES WHITNEY YOUNG



- Section Médiathèque de l'Évangile du site ChurchofJesusChrist.org



- *Chants pour les enfants*
- *Cantiques de l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours*



Tuhiti Wong Pao-Sing, Tahiti

Je n'ai jamais perdu le désir de devenir le meilleur surfer de dropknee à Tahiti, mais je devais faire un choix : continuer de surfer le dimanche ou remplir mes responsabilités de mari, de père et de membre de l'Église. Je sais que mon Père céleste est content du choix que j'ai fait.

Suite de l'histoire



Suivre l'exemple d'empathie et d'amour du Sauveur

Par Daniel Becerra

Professeur adjoint, spécialiste des Écritures anciennes, université Brigham Young

Le verset le plus court de toutes les Écritures contient deux mots : « Jésus pleura » (Jean 11:35). Ce n'est pas la seule fois que l'on fait mention de Jésus pleurant, dans les Écritures, mais dans Jean 11, il y a quelque chose de très important dans la raison pour laquelle il le fait, et il est facile de passer à côté.

L'histoire raconte que pendant que Jésus est absent, son ami, Lazare, tombe malade et meurt. Après quelques jours, Jésus se rend chez Lazare pour le ramener à la vie. Il est accueilli par Marthe et Marie qui pleurent la mort de leur frère. Marie tombe aux pieds de Jésus et dit : « Seigneur, si tu eusses été ici, mon frère ne serait pas mort » (Jean 11:32). Jean écrit ensuite : « Jésus, la voyant pleurer, elle et les Juifs qui étaient venus avec elle, frémit en son esprit, [...] fut tout ému » et « pleura » (Jean 11:33, 35).

Il ne semble pas que Jésus ait pleuré à cause de la disparition de Lazare. Après tout, il était au courant de la nouvelle depuis des jours et avait prévu de le ramener à la vie sous peu (voir Jean 11:4, 14-15, 17). Jésus pleurait plutôt à cause de la douleur que Marie, Marthe et d'autres éprouvaient. Il savait que cette souffrance allait disparaître dans les minutes suivantes mais elle était toujours bien réelle pour eux à ce moment-là.

Jésus pleurait, du moins en partie, par empathie.

L'empathie est la capacité de comprendre et de ressentir les émotions d'autres personnes, et parce que c'est l'une des vertus du Christ, nous devons tous nous efforcer de mieux la comprendre, la cultiver et la manifester. Les personnes qui ont de l'empathie ont une plus grande capacité d'aimer leur prochain et de répondre à ses besoins. Dans ce sens, cette caractéristique nous aide dans notre but d'imiter le Sauveur en nous « tournant vers les autres », et d'inspirer l'unité et un sentiment d'appartenance¹.

Que nous apprennent la vie et les enseignements de Jésus sur la manière de mieux compatir avec notre prochain et de nous aimer davantage les uns les autres ?



Que nous apprennent la vie et les enseignements de Jésus sur ce que nous devons faire pour avoir plus de compassion à l'égard de notre prochain et nous aimer davantage les uns les autres ?



JÉSUS PLEURE, TABLEAU DE JAMES TISSOT

1. Jésus s'est identifié aux personnes marginalisées

Tout au long de son ministère, Jésus a eu une relation spéciale avec les personnes qui étaient en marge de la société : les pauvres, les affligés, les étrangers et d'autres qui étaient souvent ignorés ou méprisés : « les plus petits », comme il les appelle dans l'Évangile selon Matthieu (Matthieu 25:40). Mais il ne s'est pas contenté d'aller vers ces personnes, *il s'est vu en elles*. Il a enseigné à ses disciples que chaque fois qu'ils leur faisaient du bien, c'est à lui qu'ils le faisaient.

Réfléchissez un moment à ce que cela veut dire. Le grand Créateur de l'univers, le Fils de Dieu et Rédempteur de l'humanité, la personne qui a toutes les raisons du monde de se considérer au-dessus de quiconque, s'est mis au niveau des personnes les plus humbles et les plus vulnérables².

Pourquoi ?

Outre le fait qu'il aime tout le monde, il est important de se souvenir que, dans la condition mortelle, Jésus a lui-même été marginalisé. De par sa naissance, il faisait partie d'une minorité ethnique au sein de l'empire romain et il était probablement pauvre. Enfant, il a été forcé de fuir et de se réfugier dans un autre pays pour échapper à une mort certaine (voir Matthieu 2:1-15). Une partie de son propre peuple l'a rejeté. Pour finir, il a été victime d'une oppression cautionnée par le gouvernement de l'époque (voir Marc 15:15 ; Jean 1:11). De sa naissance jusqu'au jour de sa mort, Jésus a été « l'un de ces plus petits » (Matthieu 25:40).

En s'identifiant aux marginaux, le Sauveur nous incite à réfléchir à notre propre relation avec les personnes qui sont aussi désavantagées, exilées ou étrangères aujourd'hui. Nous considérons-nous comme étant supérieurs à elles ? Ou les voyons-nous comme Jésus les voit, faisant partie de nous, comme des sœurs et des frères spirituels ? Nous posons-nous la question suivante : et si leur histoire était notre histoire³ ? Prions-nous dans le but de les comprendre et de les aimer ? Les services que nous leur rendons sont-ils une expression de notre amour à l'égard du Sauveur, dont le reflet est en eux ?



2. Jésus s'est pleinement investi

Avoir une véritable empathie pour les autres est plus facile à dire qu'à faire. Pour Jésus, l'empathie venait en grande partie de ce qu'il avait subi « des souffrances, des afflictions et des tentations », et pris sur lui « les maladies de son peuple, [...] afin qu'il sache [...] comment [le] secourir [...] selon ses infirmités » (Alma 7:11, 12). En d'autres termes, de nombreuses difficultés liées à sa vie et à son expiation lui ont permis de nous comprendre, nous et nos difficultés, afin de mieux savoir comment nous guérir.

Mais aussi, Jésus fréquentait librement de nombreuses personnes qu'il rencontrait. Il les écoutait, leur posait des questions et les traitait avec respect, même lorsqu'on le critiquait pour cela. Parce que notre époque est très éloignée de celle de Jésus, nous pouvons manquer de comprendre certaines manières dont il a défié les normes sociales de son époque dans le but de tendre la main aux autres.

Par exemple, il a touché des lépreux et d'autres malades, considérés comme rituellement impurs selon la loi de Moïse (voir Nombres 5:1-4 ; Matthieu 8:2-3). Il est aussi venu en aide à des personnes connues pour être des pécheurs,

des gens de mauvaise réputation et des païens, ce que certains considéraient comme tout aussi inconvenant (voir Marc 2:15-17 ; Jean 4:5-26). Jésus se consacrait à créer des liens, même dans les situations où ce n'était pas populaire.

Comme le Sauveur, nous pouvons, nous aussi, faire des efforts pour mieux connaître les gens. Par exemple :

- nous pouvons les écouter avec l'intention de comprendre plutôt que de juger ou de répondre ;
- nous pouvons éviter d'être méprisant, sur la défensive ou critique à l'égard des personnes avec lesquelles nous sommes en désaccord ;
- nous pouvons patiemment accepter les gens tels qu'ils sont dans leur parcours de progression plutôt que tels que nous aimerions qu'ils soient.

J'ai découvert qu'en devenant mieux informé de la perspective et des expériences des gens, je devenais plus compatissant, j'acquiesçais une compréhension plus mûre des problèmes complexes et j'étais mieux à même de servir et d'aimer. Il est difficile de ne pas aimer quelqu'un quand on connaît son histoire.

3. L'amour personnalisé de Jésus

Finalement, la vie de Jésus montre que l'empathie s'exprime le mieux lorsqu'on aime les gens tels qu'ils ont besoin d'être aimés. Comme Néphi l'a enseigné, le Sauveur « ne fait rien qui ne soit pour le profit du monde ; car il aime le monde » (2 Néphi 26:24).

Parfois, son amour a pris la forme d'une guérison physique, d'un encouragement, d'un châtement ou du pardon. D'autres fois, il a pleuré avec ceux qui pleuraient ou partagé la joie de ceux qui l'entouraient. En fin de compte, le Christ a donné sa vie pour nous « lorsque nous étions encore pécheurs » (Romains 5:8), prouvant que son amour parfait persiste même dans notre imperfection.

Nous pouvons voir notre service non comme un acte où nous nous baissions pour amener quelqu'un à notre niveau, mais où nous tendons les bras pour enlacer un enfant de Dieu.

Parfois, il est difficile d'aimer comme le Sauveur l'a fait. Alors, comment pouvons-nous aimer les gens comme ils ont besoin d'être aimés ?

Pouvons-nous juste choisir d'aimer comme s'il suffisait d'appuyer sur un interrupteur ?

Est-il vraiment possible d'aimer notre prochain ou un étranger autant qu'un membre de notre famille ou nous-mêmes ?

Qu'en est-il des personnes avec qui nous ne sommes pas d'accord, ne nous entendons pas, ou avons tendance à nous disputer ?

Dans les Écritures, l'amour chrétien est souvent décrit comme quelque chose dont on est « rempli » ; en d'autres termes, quelque chose que Dieu déverse en notre âme (voir Mosiah 2:4 ; 4:12 ; Alma 38:12 ; Moroni 7:48). Cela signifie que l'amour chrétien ne peut être cultivé sans l'aide de Dieu. C'est un don spirituel que nous recevons et qui grandit quand nous « [prions] le Père de toute l'énergie de [notre] cœur » (Moroni 7:48).

L'empathie favorise l'unité

Lorsque nous servons avec empathie et amour, notre capacité d'inspirer l'unité et un sentiment d'appartenance, et d'amener les gens au Christ s'améliore. C'est parce que nous commençons à voir les autres avec les yeux de Dieu et à ressentir avec son cœur. Nous en venons aussi à voir notre service non comme un acte où nous nous baissions pour amener quelqu'un à notre niveau, mais où nous tendons les bras pour enlacer un enfant de Dieu. Ce faisant, nous contribuons à accomplir la prière du Christ qui exhorte ses disciples à être un, comme le Père est en lui, et comme il est un avec le Père, afin qu'eux aussi soient un en eux (voir Jean 17:21). ■

NOTES

1. Voir David A. Bednar, « Une personnalité chrétienne », *Le Liahona*, octobre 2017, p. 50-53.
2. Cette idée est particulièrement présente dans Matthieu 25:31-46 et dans Philippiens 2:1-8.
3. Voir Linda K. Burton, « J'étais étranger », *Le Liahona*, mai 2016, p. 13-15.

ENVIE D'EN LIRE PLUS ?

Vous trouverez d'autres articles pour les jeunes adultes dans la section *JA hebdo* de la *Médiathèque de l'Évangile* : rubrique « Magazines » ou « Adultes » > « Jeunes adultes ».

Ce que j'ai appris sur l'amour de Dieu pendant le tournage des vidéos du Livre de Mormon

Par Gabriel Arbello

Pour la première fois, j'ai vraiment eu l'impression qu'il y avait un coin des cieux sur terre.

Ma mission en Inde a été une expérience spéciale ; en partie parce que ma mère est indienne. Il a fallu que je m'adapte beaucoup, mais en tous cas, pas à la culture : je savais que c'était en Inde que j'étais censé servir.

Même si je connaissais la culture du pays, le fait d'être témoin de la foi et des difficultés des membres de l'Église là-bas m'a ouvert les yeux. Leur culture repose énormément sur les traditions orales, et les gens ont une communication et un apprentissage essentiellement visuels, donc les vidéos du Livre de Mormon étaient la base de leur étude des Écritures. En les regardant, ils ressentaient la véracité des histoires qui leur étaient racontées.

En mission, j'ai été témoin de toute une série de petits miracles personnels qui m'ont témoigné que notre Père céleste connaît

et aime chacun de nous individuellement. Les vidéos du Livre de Mormon sont inspirées : elles sont un moyen pour que le message de notre Père céleste atteigne ses enfants qui ne peuvent pas le recevoir autrement.

Alors, quand ma sœur m'a envoyé un courriel, alors que j'étais encore en mission, me demandant si je voulais postuler pour être figurant dans de prochaines vidéos, j'ai su que ce serait une excellente occasion de mieux connaître ce projet qui avait aidé les personnes que j'avais instruites à acquérir un témoignage du Livre de Mormon.

Scènes sur le Sauveur

J'ai imaginé d'innombrables fois la visite du Christ aux Néphites, donc ce n'est pas surprenant que cette partie extraordinaire de 3 Néphi ait été mon moment préféré du tournage. L'acteur a incarné le Christ comme les Écritures le décrivent, allant vers le peuple



un à un jusqu'à ce qu'ils se soient tous avancés (voir 3 Néphi 11:15). Il les a relevés, il a essuyé leurs larmes et il a pris les petits enfants dans ses bras. Il a apporté à chacun ce dont il avait besoin à ce moment-là.

En participant à cette scène, j'ai mieux compris l'amour du Christ pour les Néphites. Je n'étais qu'un figurant mais j'ai essayé de jouer avec justesse ce que quelqu'un aurait pu ressentir en présence du Sauveur à l'époque. Les personnes mentionnées dans le Livre de Mormon étaient de vraies personnes avec de vraies difficultés. J'ai essayé d'imaginer ce qu'elles ont traversé, ce qu'elles ont perdu et comment ces miracles ont pu leur montrer que Dieu aime réellement tous ses enfants.

Ressentir l'amour de Dieu

Le fait de me mettre dans la peau d'un Néphite a renforcé mon témoignage et ma compréhension des histoires du Livre de Mormon. Mais ce qui a compté tout autant pour mon témoignage, c'est probablement ce que j'ai appris des autres acteurs. En tant que figurants venus de tous les horizons, nous avons découvert que nos chemins se croisaient miraculeusement par dessein divin. Cela m'a montré que Dieu nous connaît et nous aime.

J'ai senti son amour pour les Néphites tandis que j'en apprenais davantage sur eux et sur leur histoire. J'ai senti son amour pour ses enfants en Inde qui, selon sa prescience, avaient besoin d'un moyen de découvrir le Livre de Mormon. Et j'ai senti son amour pour nous tous, les acteurs, qui faisons de notre mieux pour rendre témoignage de ces vérités et leur donner vie.

L'Esprit et l'amour puissants qui régnaient sur le plateau m'ont donné un véritable aperçu de ce qu'est Sion (voir 4 Néphi 1:17). Il nous semblait réellement que les lieux étaient sur terre.

Le temps passé sur le tournage m'a appris que nous pouvons servir comme le Christ l'a fait, une personne à la fois. Comme l'a dit Russell M. Nelson : « La marque de l'Église vraie et vivante du Seigneur sera toujours un effort organisé et dirigé pour veiller sur tous les enfants de Dieu et leur famille¹. »

Si nous faisons ce qui est juste, sachant que nous sommes enfants de Dieu et que tout le monde mérite de ressentir son amour, nous

n'excluons personne en raison de son aspect ou de ses différences. Nous pouvons témoigner de ce que nous savons et être des instruments entre les mains du Seigneur en faisant part de son amour à tout le monde. ■

L'auteur vit en Utah (États-Unis).

NOTES

1. Russell M. Nelson, « Servir avec le pouvoir et l'autorité de Dieu », *Le Liahona*, mai 2018, p. 69.





GUÉRIR D'UN TRAUMATISME RELATIONNEL

Si nous avons vécu une relation dans laquelle nous avons été blessé, nous pouvons trouver la force de laisser Dieu prévaloir.

Par le personnel des services d'aide à la famille

Russell M. Nelson a enseigné : « L'esprit en chacun de nous aspire naturellement à un amour familial qui dure éternellement¹. » Le désir d'être lié éternellement à d'autres personnes est enraciné dans notre esprit mais parfois, à cause d'un traumatisme, nous craignons de ne jamais parvenir à forger ces relations, notamment le mariage céleste. Dans des relations saines, nous pouvons être ouverts et baisser notre garde. Cependant, nous vivons dans un monde déchu et les relations ne sont pas toujours saines. Les personnes qui ont vécu des relations dans lesquelles elles ont été profondément blessées, émotionnellement et spirituellement, même si c'était il y a longtemps, se demandent souvent si elles pourront jamais baisser leur garde et ouvrir à nouveau leur cœur à une autre personne.

C'est ce qu'a vécu Cassie après avoir fréquenté Brian pendant un an. Malheureusement, Brian était violent. Ce n'est qu'après l'avoir quitté que Cassie s'est rendu compte à quel point elle avait été affectée. Depuis, elle se sent déprimée. Elle n'a plus confiance dans son jugement et ne parvient pas à faire confiance à d'autres personnes pour l'aider. Elle utilise souvent des mécanismes de défense pour éviter d'être blessée de nouveau et pour gérer le sentiment qu'elle a que les gens sont en colère contre elle ou vont la quitter. Parfois, elle repousse inconsciemment les gens ou devient exigeante dans ses relations. Ces mécanismes de défense font qu'elle a du mal à aller vers les autres ou à se sentir proche d'eux. Après avoir parlé avec des proches et un psychothérapeute, Cassie s'est rendu compte de son traumatisme et de la nécessité de guérir. Elle a aussi pris conscience du fait que la guérison est possible avec le temps.

Si vous avez vécu une relation comme celle de Cassie ou une autre forme de traumatisme relationnel, sachez qu'il y a de l'espoir. Les étapes suivantes peuvent vous aider à guérir et à trouver la joie que l'on connaît quand on établit des relations de confiance avec autrui. Premièrement, reconnaissez le traumatisme que vous avez vécu. Deuxièmement, tournez-vous vers notre Père céleste et Jésus-Christ pour guérir. Troisièmement, apprenez à établir des relations saines avec vous-même et les autres, notamment en fixant des limites appropriées.

1. Reconnaître le traumatisme vécu

Quand nous avons été blessés au point de croire que nous ne pouvons plus avoir confiance en nous-mêmes ni accorder notre confiance à d'autres personnes, nous commençons à considérer les relations comme dangereuses plutôt que comme une occasion d'apprendre, de progresser et d'atteindre notre plein potentiel. Les sévices et les trahisons peuvent provoquer des blessures profondes.

On définit les *seévices* comme les mauvais traitements ou la négligence infligés à autrui. L'Église enseigne que « les sévices ne peuvent être tolérés sous quelque forme que ce soit² ». Souvent, une personne qui a été victime de sévices éprouve de la peur, se sent manipulée ou intimidée, et peut avoir l'impression de ne pas être maîtresse d'elle-même. Les sévices peuvent être de nature :

- émotionnelle : en manipulant les émotions ou sapant l'estime de soi ;
- financière : en exerçant une privation ou un contrôle de l'argent ;
- physique : en utilisant la force physique ou la menace ;
- sexuelle : en forçant quelqu'un à avoir des interactions sexuelles ;
- spirituelle : en exerçant un contrôle ou une domination sur les croyances spirituelles ou religieuses de l'autre (voir Doctrine et Alliances 121:36-37).

La *trahison* est un acte ou un comportement qui brise la confiance et qui peut pousser la victime à perdre confiance en

l'autre, en elle-même et en Dieu. Cela peut l'amener à se sentir abaissée, « vide », triste, en proie au désespoir, « pas assez bien » ou abîmée. La trahison peut inclure :

- l'abandon : par le rejet émotionnel ou physique ;
- des promesses rompues : par une succession de promesses non tenues, y compris des alliances ;
- le manque de loyauté : en dénigrant régulièrement son partenaire en privé ou en public ;
- le divorce : en mettant fin à l'alliance du mariage, ce qui entraîne souvent des rêves brisés et des crises d'identité, surtout quand un partenaire se sent impuissant ;
- l'infidélité : en ayant un lien émotionnel ou physique inapproprié avec un autre partenaire ;
- la malhonnêteté : en trompant systématiquement les autres, les amenant à ne plus savoir ce qui est vrai et ce qui ne l'est pas.

2. Se tourner vers notre Père céleste et Jésus-Christ pour guérir

Grâce au plan de notre Père céleste, Jésus-Christ a le pouvoir de guérir toutes les blessures, aussi profondes soient-elles. Le processus de guérison est difficile et peut prendre du temps. Lorsque nous sommes blessé, nous pouvons même éprouver de la colère envers notre Père céleste. Nous pouvons ne pas avoir envie de nous tourner vers lui mais il a envoyé son Fils, Jésus-Christ, le Maître-guérisseur. Grâce à l'expiation du Sauveur, nous pouvons guérir avec le temps.

Parfois, nous pensons avoir besoin d'un soulagement immédiat, mais la guérison est un processus. Elaine S. Marshall, doyenne de l'institut de formation en soins infirmiers de l'université Brigham Young, a dit : « La guérison implique la douleur. [...] Elle ne commence réellement que lorsque nous faisons face à la douleur dans toute sa violence, puis que nous progressons malgré elle avec toute la force de notre âme. Chaque récompense dans notre apprentissage et notre progression s'accompagne toujours d'un certain degré de douleur³. »

Lorsque nous guérissons par l'intermédiaire de Jésus-Christ, nous progressons, nous édifions des relations saines et nous recherchons le soutien d'autres personnes, notamment celui de professionnels.

Lorsque nous cherchons la guérison, nous avons besoin de notre Père céleste. Richard G. Scott (1928-2015), du Collège des douze apôtres, a enseigné : « La [manière la] plus directe et souvent la plus efficace [de recevoir l'aide du Sauveur], est la prière humble et confiante en notre Père céleste, qui est exaucée par le Saint-Esprit qui communique avec votre esprit⁴. »

Par la prière, nous pouvons exprimer honnêtement et humblement toute notre souffrance et l'impact qu'elle a eu sur nos pensées, nos sentiments et notre comportement. Lorsque vous priez, soyez attentif au pouvoir reconfortant et éclairant que notre Père céleste envoie par l'intermédiaire du Saint-Esprit. La souffrance ne disparaîtra peut-être pas mais vous pouvez vous sentir reconforté et fortifié.

3. Établir des relations saines

Gerrit W. Gong, du Collège des douze apôtres, a enseigné qu'un traumatisme peut limiter notre désir de nouer des relations mais « nous parcourons ensemble le chemin qui ramène à Dieu ». Il a aussi rappelé que « quand nous aidons les autres, nous nous aidons nous-mêmes⁵ ». En outre, le président Nelson a enseigné que « le mariage céleste apporte plus de possibilités de bonheur que toute autre relation⁶ ». Lorsque vous cherchez à nouer des relations importantes, les trois idées suivantes peuvent vous aider :

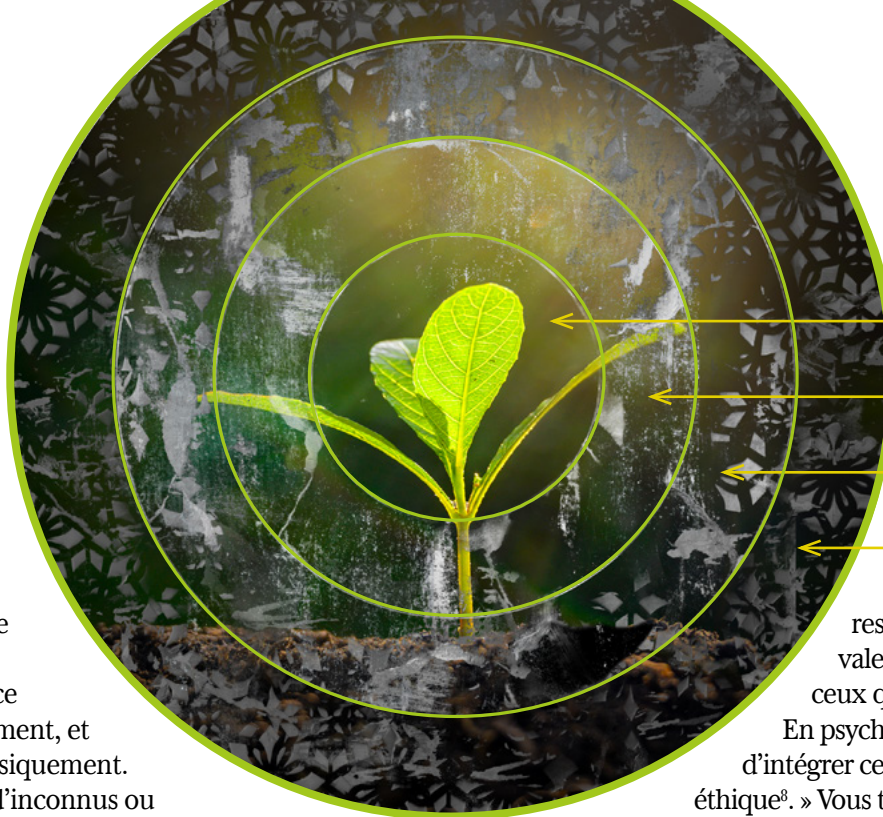
Commencez par vous-même

Commencez par apprendre à mieux vous connaître. Prenez le temps de méditer sur vos pensées et vos sentiments et d'apprendre à vous faire confiance. Si vous acquierrez plus d'assurance en vous-même, vous saurez reconnaître les personnes à qui vous pouvez vous ouvrir. Dieter F. Uchtdorf, du Collège des douze apôtres, a enseigné comment nous pouvons nous voir plus clairement : « Apprenez à vous voir comme notre Père céleste vous voit, une fille ou un fils précieux au potentiel divin⁷. »

Construisez au sein d'un cercle de confiance

Nous pouvons apprendre à guérir en cultivant la confiance dans nos relations en général. Lorsque nous trouvons des personnes qui respectent nos vulnérabilités et sont douces à l'égard de nos sentiments, nous pouvons apprendre à nouer petit à petit des relations saines. Lorsque nous avons l'impression qu'une personne nous fait du mal, nous pouvons fixer des limites convenables, notamment en la maintenant à distance si nécessaire et, lorsque nous sommes en sécurité, en lui disant que son comportement n'est pas approprié et nous fait du mal.

Tandis que nous cherchons à établir des relations saines, étape par étape, nous pouvons utiliser l'idée d'un cercle de confiance pour nous aider à reconnaître et à fixer des limites appropriées. Dans la zone la plus éloignée du centre du cercle, nous pouvons mettre les



LIMITES D'UNE RELATION SAINE

Intime

Proche

Sûre mais pas proche

Inconnue ou dangereuse

personnes que nous voulons tenir à distance émotionnellement, et peut-être physiquement. Il peut s'agir d'inconnus ou de personnes qui nous ont fait du mal. Ensuite, il y a les personnes à qui nous pouvons confier des renseignements qui ne nous rendent pas vulnérables, comme de simples faits. Dans les cercles plus intimes, nous pouvons choisir de communiquer davantage d'informations personnelles et nous pouvons nous montrer plus vulnérable.

En cherchant à cultiver la confiance dans nos relations, nous pouvons faire des choix délibérés concernant les personnes que nous souhaitons inclure, à un moment donné, dans notre cercle de vulnérabilité, ainsi que ce que nous sommes prêt à leur communiquer. Si quelqu'un nous fait du mal, nous pouvons l'éloigner du centre du cercle. Lorsque nous apprenons à faire confiance à une personne, nous pouvons la rapprocher du centre. Nos efforts conscients pour permettre, avec le temps, à davantage de personnes d'entrer dans notre cercle de confiance peuvent nous aider à progresser et à guérir.

Envisagez d'autres sources d'aide

N'oubliez pas qu'après une expérience ayant causé un traumatisme important, la guérison peut nécessiter l'aide d'un psychothérapeute qui respecte vos valeurs. « Les membres doivent choisir avec soin des psychothérapeutes reconnus et qui ont une autorisation d'exercer. Les thérapeutes doivent

respecter le libre arbitre, les valeurs et les croyances de ceux qui sollicitent leur aide.

En psychothérapie, il est approprié d'intégrer ces valeurs d'un point de vue éthique⁸. » Vous trouverez également des renseignements dans les documents suivants :

- Documentation pour servir et accompagner les personnes en difficulté, ChurchofJesusChrist.org.
- Faire face aux défis de la vie, ChurchofJesusChrist.org.
- David A. Bednar, « Supporter leurs fardeaux avec facilité », *Le Liahona*, mai 2014, p. 87-90.
- Richard G. Scott, « Comment guérir les cicatrices profondes des sévices », *L'Étoile*, juillet 1992, p. 35-37.
- James E. Faust, « Le pouvoir guérisseur du pardon », *Le Liahona*, mai 2007, p. 67-69.
- Carole M. Stephens, « Le maître-guérisseur », *Le Liahona*, novembre 2016, p. 9-12.
- « Suis-je capable d'établir des relations saines et sûres ? », ChurchofJesusChrist.org.
- Justin K. McPheters et Rebecca M. Taylor, « Is Therapy Right for Me ? » (en version numérique uniquement), *Ensign*, février 2020, ChurchofJesusChrist.org.
- Nanon Talley, « Reconnaître les sévices émotionnels » (en version numérique uniquement), *Le Liahona*, octobre 2020, ChurchofJesusChrist.org.
- Nanon Talley, « Un pont vers l'espoir et la guérison », *Le Liahona*, avril 2017, p. 22-27. ■

NOTES

1. Russell M. Nelson, « Viens et suis-moi », *Le Liahona*, mai 2019, p. 89.
2. *Manuel général d'instructions : Servir dans l'Église de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours*, section 38.6.2, ChurchofJesusChrist.org.
3. Elaine S. Marshall, « Lessons on Healing », *Ensign*, avril 2004, p. 57.
4. Richard G. Scott, « Pour être guéris », *L'Étoile*, juillet 1994, p. 8.
5. Gerrit W. Gong, « De la place dans l'hôtellerie », *Le Liahona*, mai 2021, p. 25, 26.
6. Russell M. Nelson, « Le mariage céleste », *Le Liahona*, novembre 2008, p. 93.
7. Dieter F. Uchtdorf, « Concernant les choses qui ont le plus d'importance », *Le Liahona*, novembre 2010, p. 22.
8. *Manuel général d'instructions*, section 31.2.6.

Affronter un diagnostic inattendu

Oui, je suis atteint d'une maladie progressive et irréversible. Mais cela ne signifie pas que ma vie est déjà terminée.

Par Douglas K. Lemon

Ma femme, Alice Mae, et moi faisons une mission en tant que couple d'âge mûr à Philadelphie (Pennsylvanie, États-Unis). C'est au cours de l'avant-dernier mois de notre mission que la dégradation de mes capacités motrices est devenue trop importante pour être ignorée. Suivant les conseils du médecin et de l'infirmière de la mission, je me suis rendu dans un hôpital local.

J'ai passé un électrocardiogramme et un scanner, puis une neurologue est venue me voir. Elle a posé plus de questions et a fait d'autres examens. Finalement, à ma grande surprise,

elle a dit : « Monsieur Lemon, vous avez la maladie de Parkinson. » Je ne m'attendais pas du tout à cela, et ce n'était certainement pas une bonne nouvelle. Mais que pouvais-je faire ?

Quatre phases

C'était il y a deux ans et cela a marqué le début d'un processus que j'ai depuis divisé en quatre phases. Je les présente ici dans l'espoir qu'elles seront utiles à d'autres personnes qui ont reçu un diagnostic indésirable. Voici quelques-unes des choses que j'ai apprises.

1. S'informer sur la maladie.

J'ai fait des recherches en ligne. J'ai acheté des livres. J'ai consulté un autre neurologue. Je voulais savoir quel impact la maladie de Parkinson aurait sur ma durée de vie et mes capacités motrices. J'ai recueilli des renseignements mais j'ai aussi prié pour être guidé. Je savais que notre Père céleste et Jésus-Christ m'aideraient à obtenir les renseignements et l'aide médicale dont j'avais besoin. J'ai appris que la maladie de Parkinson n'affecte généralement pas la durée de vie mais seulement ce que l'on peut faire.





Elle progresse différemment d'une personne à l'autre. Ses effets empirent avec le temps. Elle est incurable.

2. S'adapter et redéfinir ses attentes.

Une fois le choc du diagnostic initial passé, j'ai progressivement commencé à comprendre que la maladie n'allait pas disparaître. Ma femme et moi avons parlé de notre avenir et de ce que cela impliquerait si je perdais une partie de ma mobilité. Que se passerait-il si je ne pouvais ni conduire ni marcher ? Quand j'ai posé ces questions à ma femme, elle a répondu avec tendresse, simplement et sans hésitation : « Je prendrai soin de toi. »

Nous étions reconnaissants de ne pas avoir attendu pour servir le Seigneur en faisant une mission à plein temps et d'avoir pu le faire quand notre santé était encore bonne. Nous étions aussi reconnaissants d'avoir



2

emménagé dans une maison plus petite, sans escaliers au rez-de-chaussée, avec un plancher plutôt que de la moquette, et des barres d'appui près des toilettes et des douches. Nous avons ressenti que le Seigneur savait qu'un jour nous aurions besoin d'une maison comme celle-là et qu'il avait préparé un moyen pour qu'elle soit prête le moment venu.

3. Gérer le sentiment de perte et de chagrin.

Au cours des mois qui ont suivi, j'ai passé beaucoup de temps chez moi et j'ai eu de nombreuses occasions de réfléchir. J'ai fait le deuil de la personne que je m'étais imaginé devenir dans les dernières années de ma vie. J'ai pleuré l'avenir que ma femme et moi avions précédemment imaginé. J'ai connu des jours de découragement. J'ai beaucoup prié quand mes symptômes se sont aggravés. Mon besoin de trouver des manières positives de surmonter cette épreuve grandissait.

Puis le Seigneur a fourni une source inattendue de soutien. Ma femme et moi avons été appelés en tant que spécialistes de l'entraide et de l'autonomie de notre paroisse. Dans le cadre de notre appel, nous avons animé une réunion de groupe sur la résilience émotionnelle. Je n'avais pas imaginé avoir besoin personnellement de ce cours. Cependant, dès la fin de la première réunion, je me suis dit : « C'est extraordinaire ! C'est ce qu'il me faut ! » Nous avons parlé d'éviter les pensées négatives, d'être positifs et de contrôler nos émotions. Cela m'a donné des outils pratiques qui, avec le temps, nous ont aidés, ma femme et moi, à adopter une attitude saine vis-à-vis de la maladie.

4. Tirer les leçons de cette épreuve.

Je me rappelle m'être dit un jour : « Si je devais choisir une maladie pour moi, ce serait celle-ci. » À ce stade, elle ne raccourcit pas ma vie mais

elle me force à me soumettre à la volonté de Dieu. Je n'ai pas d'autre choix et c'est une bénédiction. Je suis plus calme et plus serein. J'avais vécu trop longtemps en me projetant dans l'avenir, préoccupé de savoir ce que serait le prochain chapitre de ma vie. La maladie de Parkinson m'a aidé à me contenter de vivre dans le présent, de faire le bien que je peux faire maintenant. Peu à peu, j'ai appris à soumettre ma volonté et mon avenir au Seigneur plus complètement et sans réserve.

J'ai étudié des passages scripturaires qui parlent de la progression grâce aux épreuves¹. J'ai relu les discours et articles de Neal A. Maxwell (1926-2004), du Collège des douze apôtres². Je me suis souvenu d'un discours dans lequel Richard G. Scott (1928-2015), du Collège des douze apôtres, nous a conseillé, dans les moments d'épreuve, de ne pas demander



3

pourquoi mais plutôt : « Quelles leçons est-ce que je dois tirer de cette expérience³ ? »

Tout au long de ce processus, j'ai découvert un degré de paix, de joie et de satisfaction qui m'avait précédemment échappé. J'en suis venu à considérer que la mort et le passage du voile ne sont qu'une « transition » de plus sur le chemin des alliances. Cela fait partie du plan du bonheur de Dieu.

Avec mon ordinateur, j'ai fait une petite pancarte et je l'ai accrochée au mur de mon bureau, à un endroit où je la vois tous les jours. Elle dit : « Sois bon. Fais le bien. Sois heureux. Détends-toi et fais confiance au Seigneur. »

Faire confiance au Seigneur

Aujourd'hui, au stade de la progression de la maladie où j'en suis, je mène une vie assez normale. Je peux toujours conduire ma voiture. Nous avons été récemment appelés en tant que servants des ordonnances du temple. Il y a des choses que je peux faire et d'autres que je ne peux pas faire. Je me déplace à l'aide d'une canne quand je sors de la maison. Je suis facilement ému par de petites choses mais je suis aussi devenu plus sensible aux besoins des autres. Je ne sais pas de quoi sera fait mon avenir mais j'ai l'assurance que quoi qu'il arrive, le Seigneur m'aidera à bien le supporter et à trouver la joie. Cela a été une bonne formation pour moi et je ne veux pas passer à côté de la leçon⁴. ■

L'auteur vit en Utah (États-Unis).

NOTES

1. Voir, par exemple, Proverbes 3:5-6 ; Hébreux 12:6-11 ; Alma 36:3.
2. Voir, par exemple, Neal A. Maxwell, « L'espérance par l'expiation de Jésus-Christ », *L'Étoile*, janvier 1999, p. 70-73 ; « Bien supporter », *L'Étoile*, avril 1999, p. 10-17.
3. Richard G. Scott, « Confiance au Seigneur », *L'Étoile*, janvier 1996, p. 18.
4. Voir Doctrine et Alliances 121:7-8.

VOTRE DIAGNOSTIC A UN EFFET SUR D'AUTRES PERSONNES

Le conjoint d'une personne qui reçoit un diagnostic indésirable peut avoir les mêmes réactions et sentiments que le malade. Souvenez-vous que sa vie change aussi. Alice Mae, la femme de Doug, a dit : « Cela a été une bénédiction pour nous de parler des changements à venir et de les accepter paisiblement. »

Quand un parent reçoit un diagnostic médical qui bouleverse sa vie, c'est également difficile pour ses enfants. Doug a déclaré : « Nous avons cinq fils dont nous sommes très proches. Ils ont dit que cela a été dur pour eux quand nous les avons mis au courant de ma situation. L'un d'eux a exprimé ce que tous ressentaient : 'On a toujours cru que tu étais Superman et que tu ne changerais jamais. Nous voyons maintenant que tu es vulnérable et que tu ne seras pas toujours en mesure de tout faire.' »

La plupart des gens ne savent tout simplement pas quoi dire ni comment exprimer leur empathie, alors soyez patients avec eux. Doug a déclaré : « Je remercie les personnes qui ont dit des choses simples comme : 'Je suis vraiment désolé. Cela doit être difficile pour toi.' »



LES PIERRES DE LA PRÉPARATION, DE LA PLANIFICATION ET DE LA PERSÉVÉRANCE

*Tandis que vous construisez votre avenir,
édifiez votre fondation sur la pierre la plus
importante : le Sauveur Jésus-Christ.*



Préparation

Vous connaissez probablement l'histoire de David et Goliath. Goliath était un grand guerrier qui combattait pour les Philistins ; David, un jeune berger qui défendait Israël. David savait que Dieu était à ses côtés. Il n'a pas eu peur de combattre Goliath car ce dernier défait les armées du Dieu vivant.

Pour se préparer à la bataille, David a choisi cinq pierres lisses dans un torrent, et les a mises dans son sac de berger. Il est ensuite allé au combat contre Goliath. Le combat n'a pas été long. David a tué Goliath d'une seule pierre. (Voir 1 Samuel 17:40-50.)

S'il savait que Dieu était à ses côtés et qu'une seule pierre suffisait, pourquoi David s'est-il donné la peine d'en choisir cinq ? D'après le récit scripturaire, il était confiant. Il a dit à Goliath : « La victoire appartient à l'Éternel. Et il vous livre entre nos mains » (1 Samuel 17:47). A-t-il perdu son temps à chercher cinq pierres ? N'avait-il pas assez de foi ?

La leçon que j'ai apprise de cette histoire est que nous devons nous préparer soigneusement pour notre avenir. Peut-être ne pouvons-nous pas changer ce qui nous attend mais nous pouvons choisir la manière dont nous nous préparons. Tandis que vous vous équipez pour une carrière future indéterminée, des difficultés imprévisibles et un avenir pour l'instant inconnu, vous pourriez n'utiliser qu'une pierre, ou vous pourriez en avoir besoin de cinq.

Faites confiance au Seigneur et préparez-vous soigneusement pour ce que vous affronterez à l'avenir.



**Par Chi Hong
(Sam) Wong**

Des soixante-dix

Planification

Le livre d'Éther contient le récit du voyage du frère de Jared, de sa famille et de ses amis tandis qu'ils se rendaient à la terre promise. Quand ils sont arrivés au bord de la mer, le frère de Jared et les personnes qui l'accompagnaient sont restés dans des tentes pendant quatre ans.

« Au bout de quatre années, [...] le Seigneur [est venu] de nouveau au frère de Jared, et [s'est tenu] dans une nuée, et [a parlé] avec lui. Et pendant trois heures, le Seigneur [a parlé] avec le frère de Jared et [l'a réprimandé], parce qu'il ne se souvenait pas d'invoquer le nom du Seigneur » (Éther 2:14).

Le frère de Jared s'est repenti du mal qu'il avait fait. Dieu lui a pardonné et lui a recommandé de ne plus pécher. Il lui a aussi promis qu'il emmènerait son peuple dans « un pays préférable à tous les autres pays » et le lui donnerait en héritage (Éther 2:15).

Puis le Seigneur a commandé au frère de Jared de construire des barques. Quand ce dernier a eu terminé, il a demandé de l'aide au Seigneur. Il voulait savoir comment faire pour que son peuple puisse respirer dans les barques (voir Éther 2:19).

Le Seigneur a été miséricordieux et a répondu : « Voici, tu vas faire un trou au sommet, et aussi au fond ; et lorsque tu souffriras du manque d'air, tu déboucheras le trou et recevras de l'air. Et s'il arrive que l'eau entre sur toi, voici, tu boucheras le trou, afin de ne pas périr dans le flot » (Éther 2:20).

C'était une solution simple.

Puis le frère de Jared a demandé : « Voici, ô Seigneur, souffriras-tu que nous traversions cette grande eau dans les ténèbres ? » (Éther 2:22).

Cette fois, le Seigneur a incité le frère de Jared à faire preuve d'autonomie pour trouver une solution. Il a demandé : « Que veux-tu que je fasse pour que vous ayez de la lumière dans vos bateaux ? Car voici, vous ne pouvez pas avoir de fenêtres, car elles voleraient en éclats ; vous ne prendrez pas non plus de feu avec vous » (Éther 2:23 ; voir aussi les versets 24 et 25).



Comprenant la situation, le frère de Jared a cherché la solution qui fonctionnerait le mieux compte tenu de la situation de son peuple pendant sa traversée du « grand abîme » (Éther 2:25).

Il a décidé de « [fondre] d'un rocher seize petites pierres ; et elles étaient blanches et claires comme du verre transparent ; et il les [a portées] dans ses mains jusqu'au sommet de la montagne, et [a élevé] de nouveau la voix vers le Seigneur » (Éther 3:1).

Il a demandé à Dieu de toucher les pierres de son doigt et de les préparer afin qu'elles « brillent dans les ténèbres ». Dieu a fait ce que le frère de Jared lui demandait. Le frère de Jared a mis les seize pierres dans huit barques, une à chaque extrémité, et « elles [ont donné] de la lumière aux bateaux ». (Voir Éther 3:4-6 ; 6:2.)

Comparez cette expérience à la planification de votre avenir. Chaque jour, vous apprenez et vous tracez votre avenir. Que cela implique des études, des décisions professionnelles ou des projets familiaux, le Seigneur peut vous guider. Le mariage pour l'éternité et le fait

de fonder une famille sont des étapes sur le chemin qui mène à la terre promise de l'exaltation. Le Seigneur s'intéresse particulièrement à l'itinéraire que vous prenez pour y arriver.

Tout comme le Seigneur a aidé les Jarédites en touchant les pierres, de même il peut vous donner de la lumière pour vous aider à voir dans les moments de décision, de ténèbres et de doute. Recevoir l'inspiration du Seigneur par l'intermédiaire de l'Esprit, c'est comme être touché par le doigt de Dieu et recevoir du pouvoir et de la lumière spirituelle pour guider votre famille vers la terre promise.

Persévérance

La dernière pierre importante que je veux mentionner est rapportée dans Doctrine et Alliances 50:44 : « C'est pourquoi, je suis au milieu de vous, et je suis le bon berger et la pierre d'Israël. Celui qui bâtit sur ce rocher ne tombera jamais. »

Matthieu 7 rapporte les enseignements de Jésus-Christ à ses disciples au sujet d'un homme prudent et d'un homme insensé. Chaque homme voulait donner à sa famille un foyer sûr et confortable, et chacun a rencontré la même difficulté : « La pluie, la grêle et le vent sont arrivés¹. »

Mais la différence est que l'homme prudent a bâti sa maison sur le roc et elle n'est pas tombée, alors que l'homme insensé a bâti sa maison sur le sable et elle s'est écroulée. En fin de compte, et éternellement, l'emplacement de notre fondation est primordial. Je prie avec l'espoir que nous trouverons tous le fondement sûr et y demeurerons pour édifier notre vie.

Dans Héliaman 5:12, il nous est rappelé ceci : « Et maintenant, mes fils, souvenez-vous, souvenez-vous que c'est sur le roc de notre Rédempteur, qui est le Christ, le Fils de Dieu, que vous devez bâtir votre fondation ; afin que lorsque le diable enverra ses vents puissants, oui, ses traits dans le tourbillon, oui, lorsque toute sa grêle et sa puissante tempête s'abattront sur vous, cela n'ait aucun pouvoir sur vous, pour vous entraîner en bas jusqu'au gouffre de misère et de malheur sans fin, à cause du roc

sur lequel vous êtes bâtis, qui est une fondation sûre, une fondation telle que si les hommes construisent sur elle, ils ne peuvent tomber. »

C'est une promesse de Dieu ! Si nous bâtissons notre fondation sur Jésus-Christ, nous ne tomberons pas !

Tandis que vous continuez de construire votre avenir, prêtez attention à ces vingt-deux pierres : les cinq pierres de la préparation, illustrées par l'histoire de David, les seize pierres de la planification, illustrées par l'histoire du frère de Jared, et la pierre la plus importante, celle de notre fondation : notre roc, le Sauveur, Jésus-Christ.

L'Évangile de Jésus-Christ doit remplir notre vie entière. Ce n'est pas l'Évangile qui fait partie de notre vie, c'est notre vie qui fait partie de l'Évangile de Jésus-Christ. Réfléchissez-y. Notre vie ici-bas fait partie du grand plan du salut et de l'exaltation.

Dieu est notre Père céleste. Il nous aime tous. Il connaît notre potentiel bien mieux que nous ne

nous connaissons nous-mêmes. « Non seulement il connaît les détails de notre vie, mais il connaît également les détails des détails des détails de notre existence². »

Je témoigne que Jésus-Christ reviendra, mais cette fois-ci il se révélera dans une grande gloire et une grande majesté. J'espère que nous serons prêts à le recevoir.

En attendant, « confie[z-vous] en l'Éternel de tout [votre] cœur, et ne [vous appuyez] pas sur [votre] sagesse. Reconnais[sez]-le dans toutes [vos] voies, et il aplanira [vos] sentiers » (Proverbes 3:5-6). ■

Tiré d'un discours intitulé « 22 Stones », prononcé le 27 avril 2021, lors d'une réunion spirituelle à l'université Brigham Young-Idaho.

NOTES

1. « Le sage et le fou », *Chants pour les enfants*, p. 132.
2. Chi Hong (Sam) Wong, « Ils ne vaincront pas, nous ne tomberons pas », *Le Liahona*, mai 2021, p. 98.





Job 38 ; 40 ; 42

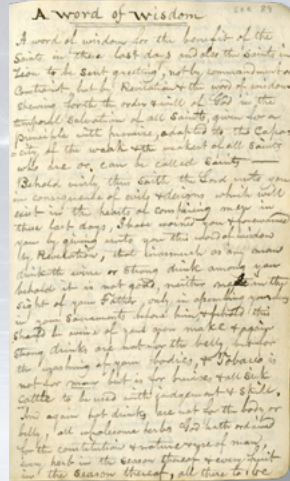
En quoi la perspective éternelle de Dieu est-elle une bénédiction pour nous ?



Après avoir acquis une meilleure compréhension du pouvoir de Dieu, Job a compris que sa vision était limitée. Il a dit : « Oui, j'ai parlé, sans [le] comprendre, [de ce] que je ne conçois pas » (Job 42:3). Comme Job, nous ne voyons peut-être pas toujours ce que Dieu prévoit pour nous. Ces trois exemples modernes montrent que le Seigneur connaît les épreuves que nous rencontrons et nous guide par l'intermédiaire de ses prophètes. À quelle occasion la vision du Seigneur s'est-elle avérée être une bénédiction pour vous ?

Pour en savoir plus

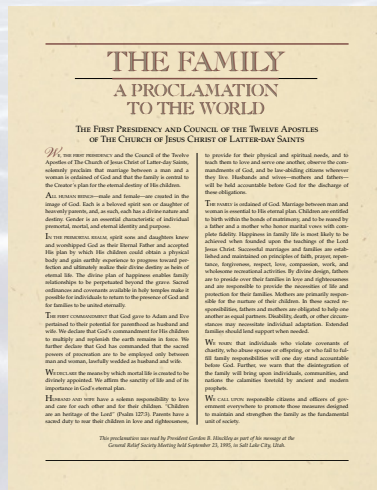
À la page 4 de ce numéro, Dale G. Renlund, du Collège des douze apôtres, cite l'exemple de Job et explique que lorsque nous avons une vision éternelle, il nous est plus facile de laisser Dieu prévaloir dans notre vie.



1833

Parole de Sagesse

En 1833, le Seigneur, par l'intermédiaire de Joseph Smith, a révélé la Parole de Sagesse pour nous aider à éviter les effets négatifs de la drogue, de l'alcool et d'autres substances nocives (voir Doctrine et Alliances 89).



1995

Déclaration sur la famille

En 1995, le Seigneur, connaissant les difficultés que les familles rencontreraient, a inspiré les prophètes et apôtres vivants à publier la déclaration sur la famille (voir « La famille : Déclaration au monde », ChurchofJesusChrist.org). Cette déclaration sert de référence à l'Église pour fortifier la famille.



2019

Viens et suis-moi

En 2019, le programme Viens et suis-moi, centré sur le foyer, a été mis en place pour toutes les catégories d'âge, soit environ un an avant que la pandémie de COVID-19 ne provoque une interruption temporaire des réunions de l'Église.





Quels sont les principaux messages des Psaumes ?

Écrits par sept auteurs différents, les psaumes, comme les cantiques aujourd'hui, sont des chants de louanges et de remerciements au Seigneur, qui rendent témoignage du Messie. Les psaumes expriment la confiance en l'Éternel et parlent de son pouvoir et de ses bénédictions. Vous pourriez étudier certains d'entre eux par sujet.

- **Bonté de Dieu :** Psaumes 36 ; 46 ; 67 ; 103 ; 104

- **Grandeur de Dieu :** Psaumes 18 ; 105 ; 136

- **Messie :** Psaumes 16 ; 40 ; 118 ; 132

- **Louanges :** Psaumes 9 ; 47 ; 67

*« Soyez calmes
et sachez que
je suis Dieu »
(Psaumes 46:11).*

*« Ta parole
est une lampe
à mes pieds »
(Psaumes 119:105).*

*« Heureux le
peuple dont
l'Éternel est
le Dieu »
(Psaumes 144:15).*

- **Repentir :** Psaumes 32 ; 38 ; 51

- **Confiance en l'Éternel :** Psaumes 11 ; 27 ; 62 ; 91

- **Sagesse :** Psaumes 1 ; 14 ; 15 ; 34 ; 37 ; 119

- **Sion :** Psaumes 48 ; 76 ; 84

11 auteurs du Nouveau Testament citent les Psaumes.

17 psaumes parlent de la venue du Christ.

44 psaumes parlent de tristesse et de détresse.

46 psaumes expriment la confiance en l'Éternel, des louanges et des remerciements.



Psaumes 23

Pour nous aider à comprendre le Seigneur, le Psaume 23 le décrit comme un berger. Dans son discours de conférence générale intitulé « Les vrais bergers », Thomas S. Monson (1927-2018) a décrit un berger qu'il a vu autrefois en Allemagne : « J'ai vu un berger, son bâton à la main, qui *conduisait* le troupeau de moutons. Ils le suivaient partout où il allait. S'il allait à gauche, ils le suivaient à gauche. S'il allait à droite, ils le suivaient dans cette direction¹. »

DISCUSSION

Chantez le cantique « L'Éternel est mon berger », puis discutez de ce que fait le Seigneur pour nous guider et nous protéger. En quoi le Seigneur est-il semblable à un berger pour nous ?

NOTES

1. Thomas S. Monson, « Les vrais bergers », *Le Liahona*, novembre 2013, p. 61.
2. Dieter F. Uchtdorf, « Vous pouvez le faire maintenant ! », *Le Liahona*, novembre 2013, p. 56.

L'Éternel est mon berger

Lisez Psaumes 23 pour trouver la réponse aux questions suivantes :

- Comment le Seigneur nous guide-t-il ?
- Comment le Seigneur assure-t-il notre sécurité ?
- Comment le Seigneur vous a-t-il réconforté lorsque vous aviez l'impression d'être dans « la vallée de l'ombre de la mort » ? (Psaumes 23:4.)

Aussi difficiles que nos épreuves puissent paraître, « nous avons un champion, un Sauveur, qui a traversé pour nous la vallée de l'ombre de la mort² ».





Qu'est-ce que Psaumes 51 nous enseigne sur le repentir ?

Qu'apprenons-nous sur le repentir en étudiant les supplications de David dans Psaumes 51 ? Il reconnaît qu'il a péché (versets 5-6). Il prie pour obtenir miséricorde (verset 3), être purifié (verset 4) et avoir « un esprit bien disposé » (verset 12). Il reconnaît l'importance d'avoir « un cœur brisé et contrit » (verset 19). Il désire enseigner les voies du Seigneur « à ceux qui les transgressent » (verset 15).

Réfléchissez à ces aspects importants du repentir :

LE PARDON

« Quand nous nous repentons, nous confessons et abandonnons nos péchés, le Seigneur dit qu'il ne s'en souvient plus [voir Doctrine et Alliances 58:42-43]. Ce n'est pas qu'il oublie mais il semble plutôt qu'il choisisse, de manière remarquable, de ne plus s'en souvenir, et nous devrions faire de même. »

Gerrit W. Gong, du Collège des douze apôtres, « Retrouver la confiance », *Le Liahona*, novembre 2021, p. 98.

La foi en notre Père céleste et Jésus-Christ



Le chagrin d'avoir péché



L'abandon du péché



La confession



La réparation



La poursuite d'une vie juste



DISCUSSION

Quel est le but du repentir ? (voir Psaumes 51:10-12 ; Sujets de l'Évangile, « Repentir », topics .ChurchofJesusChrist.org).



Trois leçons tirées de la vie de Job

Tout au long de ses épreuves, Job a montré avec patience qu'il avait confiance en Dieu, et le Seigneur l'a délivré. Le psalmiste a dit : « En toi se confiaient nos pères ; Ils se confiaient et tu les délivrais » (Psaumes 22:5). Le fait que Job place sa confiance en Dieu lui a apporté du soulagement dans la souffrance et a raffiné son âme.



SE REPENTIR POUR AVOIR UNE VISION PLUS ÉLEVÉE ET PLUS SAINTE

« Ensuite, Job se repent d'avoir traité Dieu d'injuste ; il lui est alors permis de voir ses épreuves de manière plus élevée et plus sainte. »

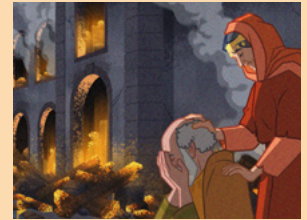
Henry B. Eyring, premier conseiller dans la Première Présidence, « La sainteté et le plan du bonheur », *Le Liahona*, novembre 2019, p. 102.



SE CONFIER EN DIEU AVEC FOI

« Avoir la foi signifie avoir confiance en Dieu dans les bons comme dans les mauvais moments, même si cela implique de souffrir jusqu'à ce que nous voyions son bras se révéler en notre faveur. »

Jeffrey R. Holland, du Collège des douze apôtres, « Se confier en l'Éternel », *Le Liahona*, novembre 2020, p. 116.



SUPPORTER LE CHÂTIMENT

« L'expérience même de supporter le châtiment peut nous raffiner et nous préparer à des bénédictions spirituelles supérieures. »

D. Todd Christofferson, du Collège des douze apôtres, « Je reprends et châtie tous ceux que j'aime », *Le Liahona*, mai 2011, p. 98.

Épreuves de Job

- Bétail volé ou tué
- Serviteurs tués
- Enfants tués
- Atteint d'ulcères de la tête aux pieds
- Sa femme l'incite à maudire le Seigneur

Avant les épreuves

- 7 fils et 3 filles
- 7 000 moutons
- 3 000 chameaux
- 500 bœufs
- 500 ânes

Après les épreuves

- 7 fils et 3 filles
- 14 000 moutons
- 6 000 chameaux
- 1 000 bœufs
- 1 000 ânes



Job recevant la visite de ses amis

« Ayant de loin porté les regards sur lui, [les amis de Job] ne le reconnurent pas, et ils élevèrent la voix et pleurèrent. Ils déchirèrent leurs manteaux, et ils jetèrent de la poussière en l'air au-dessus de leur tête.

Et ils se tinrent assis à terre auprès de lui sept jours et sept nuits, sans lui dire une parole, car ils voyaient combien sa douleur était grande. »

Job 2:12-13



JEUNES ADULTES

*Trois leçons sur l'amour,
tirées de la vie du Seigneur*

26



DES RELATIONS
DIFFICILES ?

**TROIS ÉTAPES
POUR GUÉRIR**

32

UNE MALADIE
ÉPROUVANTE

**QUATRE LEÇONS
QUE J'AI APPRISSES**

36

« 22 PIERRES »

**BÂTIR SUR DES
FONDATIONS SOLIDES**

40

