

LA VIE EST PLUS QUE LA NOURRITURE

COMMENT ÊTRE DÉLIVRÉ DES HABITUDES
ALIMENTAIRES DESTRUCTRICES ?

Elyse Fitzpatrick

AVANT-PROPOS

IL Y A DE L'ESPOIR POUR VOUS

Pour la première fois de ma vie, je pense être enfin libérée de la tyrannie de la nourriture. Fini les journées à penser à ce que j'ai mangé, à ce que je vais manger ou à mon poids! J'apprends à remplacer ces pensées par la préoccupation de plaire à Dieu et d'employer mes habitudes alimentaires ainsi que mon corps à le glorifier. J'ai appris que, même si mon poids reflète, à certains égards, ce qui se passe dans mon cœur, ce n'est pas ce qui prime dans ma vie. Aimer Dieu est ce qui importe par-dessus tout. Je suis tellement reconnaissante que le Seigneur m'ait transformée! J'ai le sentiment d'avoir été libérée d'une obscure prison de désespoir, de peur et d'asservissement.

En écoutant le témoignage de Jenny, j'ai compris que la grâce de Dieu avait accompli une œuvre merveilleuse dans sa vie. Elle marchait désormais dans la vérité des paroles de Jésus: « La vie est plus que la nourriture » (Lu 12.23). Ce livre s'adresse aux femmes qui comprennent ce que Jenny veut dire lorsqu'elle parle de la tyrannie de la nourriture et du poids.

Il a été écrit pour vous encourager à nourrir l'espoir, car vous pouvez changer... Toutefois, ce changement ne se produira pas

seulement grâce à la lecture de ce livre. Cet espoir de changement se fonde sur quelque chose de bien plus merveilleux et génial que cet ouvrage. Cet espoir repose sur Dieu ; lui seul connaît les cœurs. Pensez-y... Il vous connaît vraiment ! Il vous connaît si bien qu'il peut vous transformer en profondeur.

Les principes énoncés ici reposent sur la confiance véritable en la puissance de la Parole de Dieu. L'auteur de l'épître aux Hébreux la décrit ainsi : « La Parole de Dieu est vivante et efficace, plus tranchante qu'une épée quelconque à deux tranchants, pénétrante jusqu'à partager âme et esprit, jointures et moelles ; elle juge les sentiments et les pensées du cœur » (Hé 4.12). Le Saint-Esprit utilise la Parole de Dieu dans votre vie pour vous enseigner, vous convaincre, vous corriger et vous instruire dans la justice. Vous pouvez avoir de l'espoir, parce que la Parole de Dieu est vraie, puissante et éternelle.

Outre la merveilleuse ressource qu'est la Parole de Dieu, vous avez l'assurance que le Dieu qui a inspiré cette Parole lui est fidèle. Le prophète Ésaïe en était convaincu lorsqu'il a déclaré : « Ainsi en est-il de ma parole, qui sort de ma bouche : elle ne retourne point à moi sans effet, sans avoir exécuté ma volonté et accompli mes desseins » (És 55.11). Dieu, dans son immuabilité, s'est lui-même engagé à être fidèle à sa Parole. Il a également déclaré qu'il vous serait fidèle, en particulier dans votre lutte contre le péché et la tentation.

Bien que cela soit largement suffisant, vous pouvez aussi vous reposer sur le fait que votre Sauveur, Jésus-Christ, vous a ouvert la voie pour vous affranchir entièrement de vos péchés. Il a payé le châtement que méritaient vos actes et a tracé un chemin pour vous permettre de vivre joyeusement en le servant dans la sainteté. Alors que vous étiez autrefois asservie au monde, à la chair et au diable, vous pouvez désormais vous réjouir de votre nouvelle vie de liberté. Le Saint-Esprit, qui réside en vous, vous a été donné pour vous enseigner ces choses ; il peut appliquer la vérité de la Parole de Dieu à votre cœur, il peut vous transformer et vous sanctifier.

Ces vérités concernant Dieu, sa nature et sa Parole m'autorisent à vous dire: «Nourrissez l'espoir!» Même si, au fil des ans, j'ai acquis de l'expérience auprès de femmes atteintes de troubles alimentaires et reçu une formation en counseling biblique, je ne vous demande pas de placer votre confiance en moi ou en mes idées. Et même si j'ai eu à affronter personnellement ces problèmes et que j'en ai été affranchie, je sais que je peux faillir. Voici la seule source d'espoir véritable, la seule personne entièrement digne de confiance: votre Père aimant, fidèle, saint et puissant. Il vous a promis la joie de sa glorieuse présence. Il est juste là, à vos côtés. Il vous a amenée jusqu'à cette étape de votre vie pour vous enseigner ce qu'est sa force dans votre faiblesse. Je peux certainement comprendre en grande partie les difficultés qui sont devant vous aujourd'hui. J'espère que Dieu m'utilisera pour vous aider à grandir et à voir, qu'en fin de compte, il est la source de votre croissance et de votre métamorphose. Placez votre confiance en lui! Il vous aime et désire ardemment vous venir en aide.

Cet ouvrage *ne porte pas sur les régimes alimentaires* ; vous n'y trouverez aucune liste vous disant ce que vous pouvez manger ou pas, vous ne trouverez pas de recette en appendice. Si vous êtes comme moi, vous avez lu de nombreux livres sur les *diètes*, et d'autres prétendant ne pas en parler (mais qui, en fait, en parlaient). J'ai lu beaucoup de livres sur l'alimentation et j'ai essayé de suivre les conseils prodigués: «Ne mangez pas de glucides!» «Ne mangez pas de gras!» «Ne mangez pas de sucre!» «Attention aux calories!» Cependant, je n'ai jamais découvert dans ces livres la vérité à propos de la manière de manger qui plaît à Dieu... Je me suis retrouvée à acheter un nouveau livre par an, ou presque, parce que le précédent n'était tout simplement pas convaincant. J'ai cherché et cherché encore, espérant trouver la réponse magique à mon problème. J'ai découvert que je ne cherchais pas le bon remède. Je n'avais même pas réussi à définir mon problème correctement; j'aspirais à un changement extérieur alors que Dieu voulait me changer de l'intérieur.

Je sais qu'il serait plus facile pour vous que je vous donne simplement un ensemble de règles à suivre. *Dis-moi juste ce que je peux et ne peux pas manger, et je le ferai*, pensez-vous peut-être. Je vais résister à la tentation d'agir ainsi. En revanche, je vais faire quelque chose de plus difficile, et pourtant bien plus bénéfique et profitable pour vous. Je vais essayer de vous montrer comment, selon moi, Dieu veut que vous pensiez à la nourriture et à vos habitudes alimentaires. Je vais également vous donner une *grille de discernement*, peut-être une toute nouvelle façon de penser à la nourriture, afin que vous sachiez comment manger quelle que soit la situation dans laquelle vous vous trouvez. C'est là mon objectif, car j'aimerais vous épargner l'achat d'un nouveau livre sur les régimes alimentaires dans six mois. Je vise quelque chose de mieux pour vous. Je vous demande donc d'être patiente. Je ne vise pas une solution rapide. Non, je vise un changement de cœur, et je crois que Dieu peut changer *votre* cœur parce qu'il vous aime et veut vous transformer bien plus que vous ne le pensez. Lisez donc ce livre avec anticipation et patience ; attendez-vous à être transformée de l'intérieur... Oui, cela peut vous arriver à vous aussi.

PREMIÈRE PARTIE

UN REGAIN D'INTÉRÊT

CHAPITRE 1

DE L’AFFLICTION À UNE RAISON D’ÊTRE

« Soit donc que vous mangiez, soit que vous buviez, soit que vous fassiez quelque autre chose, faites tout pour la gloire de Dieu. »

1 Corinthiens 10.31

Je veux que vous sachiez qui je suis et pourquoi ce sujet m’intéresse autant. Je veux que vous compreniez mon parcours (je parie que nous ne sommes pas très différentes). Ma vie a été continuellement jalonnée de troubles alimentaires, de régimes, et même de périodes de boulimie et de purge. Aussi loin que je me souviens, mon poids m’a causé des problèmes. Je me souviens de l’embarras que je ressentais, enfant, de devoir acheter des vêtements pour « rondelettes » au magasin, de ne jamais pouvoir m’habiller comme les autres filles, de ne pas leur ressembler (« Ce n’est pas un style qui t’avantagerait, ma chère », disait la vendeuse), d’être la cible de plaisanteries sur les gros (mon oncle me demandait si j’allais me subdiviser tant j’étais corpulente), ainsi que de l’humiliation de savoir que d’autres surveillaient les proportions

de mes repas. Le comble, c'est que j'ai grandi près de la plage, dans le sud de la Californie, où toutes mes amies portaient des bikinis l'été. Je me souviens d'avoir économisé de l'argent et de m'en être acheté un, en troisième année, convaincue que je perdrais suffisamment de poids pour le porter l'été suivant. Cela n'est jamais arrivé.

Je connais le chagrin et les ravages liés au fait d'être toujours en surpoids. Cela ne m'a pas affectée seulement durant l'enfance. Même une fois adulte, après ma conversion, je priais soir après soir pour que Dieu m'aide à perdre du poids. J'imaginai à quel point ma vie serait merveilleuse si je pouvais me réveiller mince le lendemain matin. Je lisais des articles sur la liposuction et rêvais du jour où je pourrais en bénéficier, ou me retrouver instantanément « normale » en prenant une pilule. Je suivais des régimes alimentaires avec succès pendant un certain temps avant de me retrouver à nouveau piégée. Après avoir donné naissance à mes trois enfants, le problème s'est aggravé davantage. Comment était-il possible que je pèse autant ? Comment pourrais-je un jour changer ? Je déprimais et, vous l'avez deviné, je me réfugiais dans la nourriture pour tenter de trouver un peu de réconfort.

Ce n'est qu'au moment où j'ai commencé à comprendre que Dieu avait quelque chose de plus important à l'esprit que le simple fait de me donner une belle apparence que j'ai changé et que je suis devenue reconnaissante. Dieu a transformé cette lutte en bénédiction ; il l'a utilisée pour ébranler les forteresses de complaisance, d'inquiétude, de peur et d'orgueil dans mon cœur, et il a produit des fruits qui réconfortent et encouragent les autres. Grâce à cette perspective, je suis désormais capable de me réjouir de la bonté de Dieu.

J'ai écrit ce livre parce que je connais l'accablement du désespoir. Je sais ce que c'est que de commencer un régime et de dérailler après avoir tenu un jour ou deux seulement. Je connais la honte d'être jalouse en regardant d'autres femmes porter du 28. Mais je connais aussi la joie de triompher de ce problème et d'aider des centaines de femmes à faire de même. Je sais que vous

pensez peut-être : *Oui, mais je suis différente*. J'ai toujours ressenti cela. Si j'ai confiance en vous disant que vous pouvez changer, ce n'est pas parce que je pense avoir toutes les réponses, c'est uniquement parce que je connais quelqu'un qui les a. En lisant ce livre, vous allez faire la connaissance d'autres femmes qui luttent comme vous, et vous découvrirez qu'il y a un Dieu vraiment fidèle pour nous affranchir et nous transformer. Vous pouvez y croire !

L'HISTOIRE DE MARSHA

Marsha était boulimique depuis l'école secondaire¹. Elle avait été troublée par sa prise de poids constante au cours de son secondaire 3 et 4². Quand bien même elle essayait de se mettre à la diète, elle ne pouvait résister à ses plats préférés. Elle ne voulait pas quitter ses amies lorsqu'elles allaient s'acheter des frites après la classe, mais elle savait qu'elle ne pourrait y résister. Alors, elle a commencé à se faire vomir chaque fois qu'elle ingurgitait quelque chose qu'elle n'aurait pas dû, selon elle. Les années ont passé et Marsha a continué de recourir aux vomissements (ainsi qu'aux laxatifs et aux diurétiques) pour essayer de contrôler son poids. Sachant qu'elle pouvait toujours « s'en débarrasser », Marsha faisait parfois une crise de boulimie et avalait des quantités incroyables de nourriture en un rien de temps.

Cadette de trois filles, Marsha était motivée à rester aussi mince que ses sœurs. Ainsi, même après le mariage et l'accouchement, elle a continué ses pratiques. Au début, elle pensait que ces comportements n'étaient « pas graves », mais son corps a finalement commencé à exprimer les effets néfastes de ses habitudes. Ses glandes salivaires étaient enflées en raison de l'irritation constante due aux vomissements et ses dents étaient abîmées par l'exposition aux acides gastriques. En tant que chrétienne, elle savait que ce qu'elle faisait n'était pas bien, mais elle ignorait comment y mettre un terme. Elle avait essayé d'arrêter des dizaines de fois, mais se retrouvait toujours au-dessus de l'évier de la cuisine, honteuse et désemparée, espérant que personne ne découvre ce

qu'elle venait de faire. Elle aussi sentait l'accablement du désespoir. Il lui semblait que sa vie était hors de contrôle. Pourquoi était-elle incapable de s'arrêter? Son comportement la dégoûtait. Chaque fois qu'elle vomissait, la honte et la colère l'envahissaient. Pourquoi ne parvenait-elle pas à surmonter cela? Où était Dieu?

L'HISTOIRE D'ANGELA

Angela avait toujours été une fille bien rangée et une élève douée. Même si elle se querellait occasionnellement avec sa mère, elle n'était pas rebelle. Elle semblait aimer et respecter son père, pasteur d'une grande Église évangélique. En apparence, ils formaient une famille parfaite.

Un jour, pourtant, la mère d'Angela est passée devant sa chambre et a remarqué l'amaigrissement de son corps, qui avait apparemment été dissimulé par ses vêtements. Terrifiée par cette vision, elle a pris rendez-vous chez le médecin de famille. « Anorexie!? Comment pourrait-elle être anorexique!? » ont demandé ses parents quand le médecin a diagnostiqué le problème. Angela a avoué sa conduite secrète et déloyale, savamment élaborée. Elle avait demandé que l'on respecte sa vie privée et qu'on lui laisse prendre la plupart de ses repas dans sa chambre en vue de dissimuler ses pratiques anorexiques. Ses parents avaient mis cela sur le compte de l'adolescence. Ils savaient qu'elle était excessivement préoccupée par ce que tout le monde mangeait et qu'elle passait énormément de temps à la salle de sport. Cela dit, jamais ils n'auraient imaginé que leur petite fille était aux prises avec un comportement aussi terrifiant. Pourquoi était-elle asservie à ce désir de prétendue « perfection »? Lors d'une conversation familiale, Angela a admis qu'elle savait que sa conduite était mauvaise, mais qu'elle était incapable de s'arrêter. Pourquoi ne pouvait-elle pas être comme les autres filles? À quel moment avait-elle bifurqué?

DIFFÉRENTES, MAIS SIMILAIRES

Les histoires de Marsha, d'Angela et de moi-même semblent très différentes les unes des autres, n'est-ce pas ? Nous avons toutes des problèmes très variés en apparence, nous nous trouvons toutes à des niveaux de maturité physique et spirituelle distincts. J'étais chrétienne, mais j'avais pris l'habitude de trop manger. Marsha adorait elle aussi le Seigneur mais était asservie à des périodes de boulimie, suivies de purges et d'un grand désarroi. Fille de pasteur, Angela avait toujours été engagée envers Dieu, mais elle se débattait avec un désir insatiable d'éviter le moindre risque de prise de poids. Elle devait contrôler la moindre bouchée de nourriture et chaque gramme de son poids. Au regard de nos habitudes alimentaires, nous étions toutes très différentes, mais toutes totalement consumées par la tyrannie de la nourriture et du grignotage.

Si vous luttez avec l'un des problèmes mentionnés, vous savez ce que je veux dire par « tyrannie de la nourriture et du grignotage ». *Tyrannie* est le mot juste pour bon nombre d'entre nous quand on parle de nourriture, de régimes amaigrissants et de poids. La tyrannie est une oppression, un asservissement. C'est se retrouver dominé par des pensées et des habitudes qui nous tourmentent et nous asservissent. « Que vais-je manger ensuite ? » « Combien je pèse aujourd'hui ? » « Qu'est-ce que les autres pensent de moi ? » « Pourquoi je n'arrive pas à me libérer de ça ? » « Pourquoi ne puis-je pas être comme les autres ? » Les mêmes questions saturent constamment nos pensées, tandis que nous angoissons, jour après jour, à la recherche de réponses. Tantôt on redouble d'efforts, tantôt on baisse les bras, submergée par la frustration et le découragement. En outre, nous sommes constamment confuses au sujet du lien éventuel entre nos habitudes alimentaires et notre foi chrétienne. On s'interroge alors sur le rôle de Dieu dans notre vie et notre attitude envers lui. Où est-il ? Quelles sont ses solutions ? Ne devrait-il pas être en mesure

de nous apporter son soutien ? Pourquoi nos prières restent-elles sans réponse ? Pourquoi nos difficultés persistent-elles ?

Au cours des dix dernières années, ces questions m'ont torturé l'esprit. J'ai aussi écouté des centaines de femmes incapables de trouver des réponses aux mêmes questions. En cherchant à aider ces femmes, j'ai découvert que le Seigneur propose de magnifiques solutions aux problèmes d'hyperphagie, de boulimie et d'anorexie. J'ai écrit ce livre pour partager avec vous ce que j'ai appris au cours de mon cheminement de la tyrannie à la liberté. J'espère que vous le trouverez utile.

Dans les dix premiers chapitres de ce livre, nous nous pencherons sur les thèmes récurrents dans chacun de ces comportements et découvrirons des directives pratiques pour grandir dans la sainteté en ce qui concerne notre alimentation. Dans le chapitre 11, nous étudierons les domaines propres à chaque comportement : anorexie, boulimie et hyperphagie. Le chapitre 12 dispense des encouragements utiles, et finalement, le guide d'étude qui se situe à la fin de ce livre comprend des informations pour une application personnelle ainsi que des questions en vue d'une étude plus approfondie.

UNE ÉTAPE NÉCESSAIRE

Avant de commencer à appliquer les principes énoncés dans ce livre, vous devriez consulter votre médecin pour un bilan de santé complet. Cela vous permettra d'être certaine que les problèmes que vous rencontrez ne sont pas d'origine physiologique. Parfois, certains troubles liés à l'alimentation, à la perte ou au gain de poids, sont d'origine physique. Ces problèmes peuvent nécessiter une attention médicale. Ne présumez pas que votre problème est seulement émotionnel ou spirituel. Avant de choisir un régime alimentaire ou un plan d'entraînement, vous devriez avoir le consentement de votre médecin. En outre, si vous souffrez actuellement de maladies physiques liées à l'obésité, à la boulimie ou à l'anorexie, vous devez rechercher et suivre les conseils de

votre médecin. Ce livre n'a pas pour vocation de se substituer à des soins médicaux pouvant s'avérer nécessaires, mais plutôt de les compléter en apportant des conseils spirituels et pratiques.

UNE RAISON D'ÊTRE

Marsha s'est mise à croître dans sa relation avec Dieu quand elle a essayé de répondre aux questions: «Qu'est-ce que je fais ici? Quel est le but de ma vie, en fin de compte?» Elle a pris conscience, en quelque sorte, que ses épisodes de boulimie et de vomissements ne correspondaient pas à ce que la vie était censée être.

Qu'en est-il de vous? Croyez-vous que votre vie soit le fruit d'un dessein intelligent et qu'elle ait un sens, ou avez-vous l'impression de n'être qu'une combinaison évoluée de molécules tourbillonnant sans but à travers un univers chaotique? Par exemple, est-ce seulement une coïncidence que vous soyez en train de lire ce livre? Si vous êtes chrétienne, vous pouvez avoir la certitude que Dieu a un but pour votre vie et que son plan est bon. (Si vous n'êtes pas sûre d'être chrétienne, veuillez prendre le temps maintenant de lire «Comment savoir si vous êtes chrétienne» à la fin de cet ouvrage.)

Les questions de Marsha ne sont pas nouvelles. En effet, au XVII^e siècle, en Angleterre, un groupe de chrétiens écrivant sur leur foi ont commencé par poser la question suivante: «Qu'est la fin principale de l'homme?» C'était leur façon de se demander: «Quel est notre objectif principal dans la vie? Pourquoi sommes-nous ici?» Ils ont répondu en écrivant: «La fin principale de l'homme est de glorifier Dieu et de faire de lui ses délices pour toujours³.» Faites une pause et relisez cette déclaration. Pensez-y. C'est l'une des vérités les plus importantes à retenir. Selon eux, le but principal de la vie était double: tout d'abord, vous et moi avons été placés ici principalement pour *rendre gloire* à Dieu. Je sais que c'est une pensée singulière, mais n'est-ce pas en réalité le but de toute la création de Dieu? Les montagnes, les étoiles... La Bible dit que même les arbres «battent des mains» pour rendre

gloire à Dieu. On peut lire à ce sujet dans l'Ancien Testament, dans Ésaïe 55.12. Dans le Nouveau Testament, l'apôtre Paul exprime cette pensée de la façon suivante : « Soit donc que vous mangiez, soit que vous buviez, soit que vous fassiez quelque autre chose, faites tout pour la gloire de Dieu » (1 Co 10.31).

Bien, pensez-vous peut-être, tout est censé glorifier Dieu, mais qu'est-ce que cela signifie ? Cela signifie que tout ce que nous faisons (manger, boire, lire le journal ou conduire notre voiture) doit se faire avec une attitude qui pousse notre entourage à dire : « Quel grand Dieu ! N'est-il pas merveilleux ! ? N'est-il pas génial de le connaître par son Fils ! ? »

N'est-ce pas une pensée surprenante ? Vous et moi pouvons rendre gloire à Dieu. Ce n'est pas que Dieu ait besoin de nous pour montrer aux autres sa grandeur ; ce sont sa grâce abondante et sa miséricorde qui nous permettent d'être impliquées dans son plan et son dessein grandiose.

Marsha a été surprise de comprendre que Dieu voulait utiliser sa vie, y compris ses mauvaises habitudes alimentaires, pour montrer aux autres qu'il est réel et peut également transformer leur vie. Des membres de ma famille non chrétiens ont vu combien Dieu est fort et bon parce qu'ils ont observé ma transformation. J'espère qu'ils chercheront à en savoir plus sur Dieu grâce au changement qu'ils ont constaté dans ma vie. C'est une façon pour moi de « glorifier » Dieu.

La première étape dans l'apprentissage d'une vie qui glorifie Dieu est de prendre conscience que *chaque* aspect de notre existence se déroule *sous son regard*. On pourrait penser que Dieu veut qu'on le glorifie exclusivement dans les domaines de notre vie que l'on qualifierait de « religieux » – aller à l'église, prier ou lire sa Parole – ou que sa glorification est réservée aux personnes vraiment spirituelles, comme Billy Graham, les dirigeants ou les pasteurs. Or, glorifier Dieu n'est pas réservé aux chrétiens matures ni aux domaines spirituels. La Bible dit que l'on peut considérer *toute* notre vie comme lui appartenant et comme un moyen par lequel nous avons la possibilité de lui rendre grâce.

N'oubliez pas... Paul dit que l'on peut glorifier Dieu en mangeant, en buvant, ou dans *tout* ce que l'on fait. Pour Marsha, cela voulait dire qu'elle pouvait commencer à réfléchir aux moyens de plaire à Dieu et de témoigner aux autres de sa gloire dans chaque domaine de sa vie. Dieu se soucie-t-il réellement de la quantité de nourriture que l'on ingère ? Se soucie-t-il vraiment que l'on se fasse vomir ou pas ? Oui, Dieu s'en soucie certainement. Il se préoccupe de cela car il nous aime et nous a créées pour faire rayonner et briller sa lumière aux yeux des autres.

Revenons à la question : « Pourquoi sommes-nous ici ? » Les chrétiens, en Angleterre, ont donné une réponse en deux points. Ils ont compris que l'on existe, non seulement pour glorifier Dieu, mais aussi « pour prendre plaisir en lui pour toujours ». C'est le plan de Dieu que vous *preniez plaisir en* lui. Le même Dieu qui a créé l'univers, qui le soutient par sa puissance et qui n'est pas limité par le temps ou l'espace, veut aussi que vous ayez une relation si étroite avec lui que vous puissiez dire : « J'aime Dieu. Il comble mon cœur. » Le psalmiste l'a exprimé ainsi : « Quel autre ai-je au ciel que toi ? Et sur la terre je ne prends plaisir qu'en toi. Ma chair et mon cœur peuvent se consumer : Dieu sera toujours le rocher de mon cœur et mon partage » (Ps 73.25,26). Quand vous commencez à percevoir la douceur, la pureté et la beauté du Seigneur, vous vous rendez compte que ce que le monde a à offrir est insignifiant en comparaison.

Pensez-vous à Dieu de cette manière ? Prenez-vous plaisir à l'adorer, à passer du temps avec lui, à penser à lui ? Voulez-vous que votre vie entière soit un chant de louange et d'adoration à son égard ? Est-il la source de votre joie ?

Angela n'avait jamais pensé à Dieu comme à une personne en qui prendre plaisir. Elle savait qu'elle devait lui obéir, mais elle ignorait tout des délices de sa nature. Pour elle, Dieu n'était qu'un ensemble de lois et de règles. Elle n'avait pas saisi le grand miracle de son amour, ni la pure joie que cela représente de passer du temps avec lui. En commençant à intégrer dans sa vie la vérité qu'elle pouvait glorifier Dieu et faire de lui ses délices, elle a

découvert que sa préoccupation tyrannique à propos de son apparence s'estompait. Imaginez que vous êtes face à face avec Jésus. Imaginez sa voix aimable, qui dit toujours la vérité, parce qu'il vous aime plus que vous ne l'imaginez. En effet, Dieu aime ses enfants, et grâce à cela vous pouvez avoir la paix et la joie éternelles.

Aujourd'hui, Dieu vous invite à le glorifier et à faire de lui votre sujet de joie. N'est-il pas complètement irrésistible? J'espère que ce que j'ai partagé avec vous contribuera à vous donner une bonne image de Dieu. Il veut utiliser votre vie pour se glorifier et vous apporter beaucoup de joie. Cela est possible même pour vous. Je le sais par expérience : cela est possible pour chacun de ses enfants, y compris Marsha, Angela et moi-même.

Asseyez-vous, ôtez vos chaussures et dites : « Ouf ! Dieu m'aime, et grâce à sa puissance, je peux changer. » Accepteriez-vous de vous joindre à moi pour recevoir ces vérités dans votre cœur aujourd'hui ?

CHAPITRE 2

LE CHANGEMENT QUE DIEU DÉSIRE

« Bien-aimés, nous sommes maintenant enfants de Dieu, et ce que nous serons n'a pas encore été manifesté ; mais nous savons que, lorsqu'il paraîtra, nous serons semblables à lui, parce que nous le verrons tel qu'il est. »

1 Jean 3.2

J' imagine que vous n'auriez pas acquis ce livre à moins d'être intéressée par une sorte de changement dans votre vie. Les femmes cherchent souvent des moyens d'améliorer et de modifier leur existence. Mais en tant que chrétienne, quels types de changements devriez-vous chercher ?

Cela me rappelle une amie, Margaret, qui était aux prises avec la même question. « Elyse, je sais que c'est absurde d'avoir passé ma vie à penser à mon poids et à ce que je mange. Maintenant que je suis chrétienne, je vois que Dieu veut autre chose pour moi, mais je ne saisis pas ce qu'il veut que je fasse, ni comment je devrais le faire. Dieu se soucie-t-il de mon poids ? Que veut-il faire dans ma vie ? »

La confusion de Margaret est compréhensible et commune. En tant que nouvelle chrétienne, son cœur avait changé, et elle souhaitait désormais plaire à Dieu et l'aimer. Or, ses vieilles habitudes de trop manger puis de se faire vomir continuaient à la contrôler. Les questions de Margaret sont typiques; la confusion sur la perception de Dieu à l'égard de l'alimentation et des régimes amaigrissants est répandue chez bien des femmes chrétiennes.

Dieu se soucie-t-il vraiment de notre poids ou de notre apparence? Veut-il nous voir porter une certaine taille de vêtements? Se préoccupe-t-il de telles choses? Le fait de lui plaire signifie-t-il de lui permettre de changer notre image actuelle en quelque chose de différent?

TROUVER LA RÉPONSE DE DIEU

J'ai eu du mal à trouver les réponses à ces questions. Je sais que certains chrétiens enseignent que Dieu ne se soucie guère du poids, alors que d'autres disent que le désir de bien paraître est une ambition donnée par Dieu, et qu'il doit donc s'en soucier. Comment puis-je faire la distinction entre les préoccupations de Dieu et celles qui relèvent uniquement de notre société? Une partie de celle-ci (Hollywood, les médias, la publicité) proclame subtilement que la beauté est capitale, tandis qu'une autre (principalement le mouvement féministe) enseigne que la beauté extérieure est totalement insignifiante. L'Église est tout aussi déroutée. Les femmes chrétiennes devraient-elles s'efforcer de devenir des « supers femmes » en se teignant les cheveux et en s'habillant de manière à obtenir le succès? Ou devraient-elles au contraire rejeter le maquillage et les coiffures contemporaines comme s'ils étaient des pièges du monde? Ces questions concernent-elles seulement nos opinions ou celles d'une autorité supérieure?

Je crois qu'il est possible de découvrir les pensées de Dieu sur tous les sujets en lisant sa Parole, la Bible. Voici ce qu'on peut lire dans l'Ancien Testament: « Prenez à cœur toutes les paroles que je vous conjure aujourd'hui de recommander à vos enfants,

afin qu'ils observent et mettent en pratique toutes les paroles de cette loi. Car ce n'est pas une chose sans importance pour vous ; c'est votre vie » (De 32.46,47a). « Ta parole est une lampe à mes pieds et une lumière sur mon sentier » (Ps 119.105). Il y a aussi quelques versets dans le Nouveau Testament qui nous enseignent le dessein de Dieu concernant la Bible : « Mais ces choses ont été écrites afin que vous croyiez que Jésus est le Christ, le Fils de Dieu, et qu'en croyant *vous ayez la vie en son nom* » (Jn 20.31, italiques de l'auteure pour souligner) et « celles-ci nous assurent de sa part les plus grandes et les plus précieuses promesses, *afin que par elles vous deveniez participants de la nature divine*, en fuyant la corruption qui existe dans le monde par la convoitise » (2 Pi 1.4, italiques de l'auteure pour souligner). Enfin, lisons ce que Paul écrit à Timothée à propos du but et de la puissance de la Bible :

Toute Écriture est inspirée de Dieu, et utile pour enseigner, pour convaincre, pour corriger, pour instruire dans la justice, afin que l'homme de Dieu soit accompli et propre à toute bonne œuvre (2 Ti 3.16,17).

La Bible même enseigne qu'elle est la seule norme susceptible de nous aider à savoir qui est Dieu et ce qu'il veut de nous, en dépit de ce que tout le monde pense ou dit et de ce qui me semble juste et bon. Ce qui importe, c'est ce qu'il a dit.

Voyons ce que Dieu pense au sujet de l'alimentation, des régimes et du désir de changer.

LE REFLET DE JÉSUS EN MOI

Dans un premier temps, je crois que la Bible enseigne que Dieu est impliqué dans la transformation de ses enfants. Mais en quoi consiste ce changement ? S'agit-il principalement d'une transformation extérieure, ou est-ce plus profond et plus complet que le simple fait de perdre (ou de gagner) quelques tailles de vêtements ? Le changement que Dieu veut accomplir en vous est quelque

chose de beaucoup plus significatif, pénétrant et permanent que cela. *Il veut changer votre cœur afin que vous ressembliez davantage à son Fils, Jésus.* C'est ce que Paul a écrit à l'Église de Rome :

Nous savons, du reste, que toutes choses concourent au bien de ceux qui aiment Dieu, de ceux qui sont appelés selon son dessein. Car ceux qu'il a connus d'avance, il les a aussi prédestinés à être semblables à l'image de son Fils, afin que son Fils soit le premier-né de beaucoup de frères (Ro 8.28,29, italiques pour souligner).

Vous savez, Dieu fait une déclaration étonnante et très encourageante à propos de son plan pour vous ici. Commençons par le début de ce verset et réfléchissons à ce qu'il nous dit. Que veut dire Dieu quand il déclare qu'il fait en sorte « que toutes choses concourent au bien de ceux qui aiment Dieu » ? Pendant de nombreuses années, j'ai pensé que ce verset était juste un pansement à utiliser lorsque ma machine à laver avait débordé ou que mon enfant était rentré de l'école avec un bulletin décevant. Dans mon cœur, je me disais : *Eh bien, je ne vois rien de bon dans cette situation, mais Dieu dit que ça contribuera à mon bien, donc je suppose que ça va aller.* Je ne dis pas cela pour banaliser les épreuves quotidiennes que vous traversez peut-être, mais je sais désormais que ces versets sont beaucoup plus précieux et profonds que je le croyais. Lisez-les à nouveau. Il fait en sorte que *tout* ce qui vous arrive (*oui, tout*) concoure au but qu'il a pour vous. Quel but ? « Être semblables à l'image de son Fils » ; *il veut que vous ressembliez à son Fils, Jésus-Christ.* Toutes les circonstances difficiles que vous rencontrez, y compris vos problèmes de nourriture et de poids, sont des outils dans la main du Maître Sculpteur. Il les utilise pour vous façonner et vous modeler. Chaque épreuve, chaque difficulté, chaque joie, chaque lutte et chaque tragédie est un précieux instrument de son amour. Bien que le fait d'être ciselé et martelé de tous les côtés ne soit pas confortable, de sa main aimante et habile, il fait de vous un splendide reflet de lui-même. Il vous façonne, vous transforme, vous remplit d'une sainteté et

d'une grâce nouvelles. Il veut que vous soyez comme un miroir reflétant la beauté de son Fils.

Dans l'immédiat, vous devriez reconnaître que ce changement n'est pas premièrement extérieur; c'est essentiellement un changement de cœur. La transformation que Dieu veut opérer en vous n'est pas juste la perte de 50 kg ou la mise en place de bonnes habitudes alimentaires. Non, cette transformation est beaucoup plus profonde que cela. *Il veut que vous ressembliez à Jésus.* C'est si prodigieux! Pensez-y... Dieu est si confiant dans sa puissance inouïe qu'alors qu'il dirige souverainement dans votre vie, il *sait* qu'il accomplira l'incroyable tâche de vous transformer à l'image de Christ.

Il veut que vous ayez confiance en lui. Il veut que vous saisissiez la vérité selon laquelle qu'il accomplira son dessein en vous. Ceci est important, car vous êtes impliquée dans une bataille opposant la foi à l'incrédulité. Quand je considère ma vie et les difficultés que je rencontre encore avec le péché, je me demande si je changerai vraiment un jour. Je me demande si je serai transformée à son image au plus profond de moi. Si je devais considérer uniquement mon piteux combat, je serais moi aussi remplie d'incrédulité. Comment est-il possible qu'il me transforme? Or, j'ai autre chose que ma propre vie à considérer; j'ai Jésus-Christ, j'ai sa Parole. Il me dit qu'il est à l'œuvre afin d'atteindre l'objectif fixé pour ma vie, et même si tout en moi est porté à rire de sa promesse (comme Sara dans l'Ancien Testament), je me réfugie en lui par la foi et m'abandonne à son étonnant pouvoir de me transformer. Dieu veut que l'on ait confiance en lui, car sans cela on sombre dans le désespoir et le découragement. Sa Parole est fiable.

Face à la réalité de vos habitudes alimentaires actuelles, face au désespoir et à la lassitude de ne jamais voir le moindre changement durable, prenez courage! Si vous êtes son enfant, vous pouvez vous reposer en sachant qu'il « agit comme il lui plaît avec l'armée des cieux et avec les habitants de la terre, et il n'y a *personne [même pas vous !]* qui résiste à sa main » (Da 4.35, italiques

de l'auteure pour souligner). Il accomplira tous ses plans pour vous. Paul a écrit :

Pour nous, frères bien-aimés du Seigneur, nous devons à votre sujet rendre continuellement grâces à Dieu, parce que *Dieu vous a choisis dès le commencement pour le salut, par la sanctification [changement continu]* de l'Esprit et par la foi en la vérité (2Th 2.13, italiques pour souligner).

Il est impliqué dans la transformation de chacun, vous y compris.

CE QUE DIEU APPELLE « BIEN »

Au fait, que veut dire Paul quand il écrit que Dieu fait « concourir toutes choses *au bien* de ceux qui aiment Dieu » ? Veut-il dire que Dieu permet uniquement des choses agréables dans nos vies ? On sait par expérience que ce n'est pas le cas. La machine à laver déborde et les enfants reviennent avec des bulletins scolaires décevants. On échoue. Dans ce contexte, ne doit-on pas se demander : « Comment Dieu définit-il le "bien" ? » Je crois que Romains 8.29 nous montre que Dieu qualifie de « bien » ce qui nous amène à « être semblables à l'image de son Fils », à savoir ce qui accomplit ses desseins dans notre vie. Cette définition du bien est assurément une merveilleuse bénédiction quand on prend le temps d'y réfléchir. Du point de vue de Dieu, il voit que ce changement en nous est « bon », parce qu'il nous amène à être davantage comme lui, l'être le plus merveilleux et génial de toute la Création. De notre point de vue, ce changement est « bon », car il en résulte une profusion de joie débordante et de paix.

Dieu veut-il vous changer ? Oui, bien sûr qu'il le veut. Ne vous contentez pas de quelques changements temporaires extérieurs. Reposez-vous et réjouissez-vous dans sa promesse à votre égard. Dieu a quelque chose de meilleur pour ses enfants, et la transformation qu'il opère est éternelle.

DÉVELOPPER UNE CONFIANCE JOYEUSE

Ginny sanglotait en demandant de prier pour elle dans le cadre de notre groupe d'étude biblique. «Je suis si fatiguée de cette "formation du caractère"... Je me sens juste effrayée et dépassée. Je n'arrive pas à comprendre ce que Dieu est en train de faire. Je veux me soumettre à l'œuvre de Dieu dans ma vie, mais c'est tellement difficile... À quoi rime tout cela ? Est-ce vraiment nécessaire ? »

Vous souvenez-vous de ce que l'on a découvert dans le chapitre précédent sur les desseins de Dieu à notre égard ? On a découvert qu'il désire changer notre vie pour que l'on puisse « le glorifier et faire de lui nos délices pour toujours ». Vous savez, il veut nous transformer de sorte que l'on ressemble à Jésus pour la même raison. Il sait que, plus on ressemble à Jésus, plus on le glorifiera, et plus on profitera de sa présence. Par exemple, je sais qu'il est impossible d'apprécier à juste titre la présence d'un Dieu saint si ma vie est remplie d'anxiété, de peur ou de complaisance. Dieu veut m'affranchir de ces choses et désire la même chose pour vous. Il veut vous libérer de la confiance que vous avez placée en vous-même ; il souhaite vous donner la paix et la joie que l'on obtient seulement en plaçant notre confiance en lui. Considérez les paroles du prophète Jérémie :

Béni soit l'homme qui se confie dans l'Éternel, et dont l'Éternel est l'espérance ! Il est comme un arbre planté près des eaux, et qui étend ses racines vers le courant ; il n'aperçoit point la chaleur quand elle vient, et son feuillage reste vert ; dans l'année de la sécheresse, il n'a point de crainte, et il ne cesse de porter du fruit (Jé 17.7,8).

N'est-ce pas délicieux ? Il y a un lac près de chez moi et j'aime beaucoup me promener sur ses rives. À un certain endroit, coule un ruisseau qui descend des collines environnantes, court entre les rochers, et dont l'eau est fraîche, limpide et propre. Ses rives sont bordées de beaux saules dont les racines s'enfoncent profondément dans le sol pour se nourrir. Le chemin me conduisant vers

ce charmant havre de paix est fréquemment brûlant et poussiéreux sous le soleil du sud de la Californie. Quel heureux répit ce petit ruisseau ombragé m'apporte après ce passage sec et stérile!

Relisez à présent Jérémie 17.7,8 en vous imaginant dans ces versets. Si vous vous confiez en lui, *vous* êtes cet arbre luxuriant dont les racines s'étendent près du ruisseau de la grâce et de la miséricorde de Dieu. Même si le soleil frappe, même si vous avez l'impression de traverser une « année de sécheresse », vous pouvez avoir l'assurance que vous n'allez pas dépérir. Nul besoin de chercher anxieusement de l'aide dans vos propres ressources. Vous êtes solidement enracinée en lui, et vous continuerez à porter le fruit qu'il a préparé pour vous (Ép 2.10).

AVOIR CONFIANCE EN CHRIST SEUL

La seule façon d'avoir une vie semblable à un arbre luxuriant près d'un cours d'eau, c'est d'avoir confiance en Dieu. Il me semble que mon plus grand combat est d'apprendre à faire lui confiance. Non que je ne lui fasse pas confiance pour certaines choses, comme ma demeure éternelle avec lui, seulement j'agis souvent dans mon quotidien comme si je pouvais gérer les situations difficiles mieux que lui. Il semble que je m'estime plus perspicace ou plus puissante que lui. Je me retrouve à manigancer et à me plaindre, car je pense qu'il ne fait pas ce qu'il devrait faire pour moi. Quand je place ainsi ma confiance en moi-même, je ne vois rien d'autre que la sécheresse et la difficulté.

Permettez-moi de vous encourager à placer en lui toute votre confiance dès aujourd'hui. Il veut façonner votre cœur pour que vous le glorifiez et fassiez de lui vos délices pour toujours. Il veut vous guérir et vous sanctifier. Il veut déverser sa paix et sa joie dans votre cœur tandis que vous lui faites confiance.

Faire confiance signifie davantage que simplement « croire ». Cela veut dire mettre sa confiance en lui, compter entièrement sur lui. En langage familier, on pourrait dire « mettre tous ses œufs dans le même panier », le sien. Je pourrais dire que je crois

que telle ou telle chose se produira dans le futur, mais ce n'est pas le genre de confiance dont je veux parler ici. La foi à laquelle je fais référence, c'est la croyance inébranlable en la fiabilité de Dieu. Je dois apprendre ce qu'il dit à propos de lui-même (qui il dit être), puis embrasser cette vérité à son sujet. Je peux compter sur lui parce que je connais sa nature ; il est digne de confiance.

Avez-vous éprouvé des difficultés à faire confiance à Dieu ? Prenons un moment pour considérer certains de ses attributs ; nous pourrions alors être rassurés au sujet de celui en qui nous mettons notre confiance. Dieu dit qu'il est :

Éternel

Dieu n'a ni commencement ni fin. « Dans son existence, il ne peut y avoir de succession de pensées, de sentiments ou de desseins. Il ne peut y avoir d'accroissement à sa connaissance, de changement à son dessein¹. » Le Psaume 33.11 dit : « Les desseins de l'Éternel subsistent à toujours et les projets de son cœur, de génération en génération. » Le Psaume 90.2 nous dit : « Avant que les montagnes soient nées, et que tu aies créé la terre et le monde, d'éternité en éternité tu es Dieu. »

On peut se reposer dans la vérité selon laquelle Dieu est présent en tout temps. Il n'y a jamais eu d'époque où il n'était pas Dieu, et nous ne devons jamais porter le deuil à la suite de son décès. Il est le Dieu *vivant*. C'est un concept difficile à saisir, car tout ce que nous connaissons dans nos vies éphémères a un début et une fin. Rappelez-vous simplement que, pour Dieu, il n'y a ni commencement ni fin.

Immense

Dieu remplit tout l'espace. Il « est simultanément présent à chaque moment dans le temps et dans chaque point de l'espace² ». « Quelqu'un se tiendra-t-il dans un lieu caché, sans que je le voie ? dit l'Éternel. Ne remplis-je pas, moi, les cieux et la terre ? dit l'Éternel » (Jé 23.24). Dans 1 Rois 8.27, il nous est demandé :

« Mais quoi ! Dieu habiterait-il véritablement sur la terre ? Voici, les cieux et les cieux des cieux ne peuvent te contenir. » Vous pouvez compter sur Dieu, car vous ne serez jamais hors de la portée de sa puissance et de sa présence (Ps 139.7-12).

Parfait en sainteté

La sainteté est « d'une part, l'affranchissement total du mal moral, et de l'autre, la perfection morale absolue³ ». Chez notre Dieu, on ne trouve pas de motif malveillant, de manœuvre égoïste, d'action injuste. Pensez à 1 Samuel 2.2 : « Nul n'est saint comme l'Éternel ; il n'y a point d'autre Dieu que toi ; il n'y a point de rocher comme notre Dieu. » Exode 15.11 demande : « Qui est comme toi parmi les dieux, ô Éternel ? Qui est comme toi magnifique en sainteté, digne de louanges, opérant des prodiges ? » Dieu n'est pas saint parce qu'il s'est soumis à « quelque loi ou norme d'excellence morale extérieure à lui-même, mais [plutôt] parce que toute loi morale et toute perfection ont leur fondement éternel et immuable dans sa nature⁴ ». Dieu est parfaitement saint, complet, intègre, sans faille et pur. Vous pouvez compter sur lui, car il est saint.

Parfait en sagesse et en connaissance

Dieu est infini dans son intelligence. Ceci inclut son omniscience (il sait tout) et sa sagesse absolument parfaite. « Ô profondeur de la richesse, de la sagesse et de la science de Dieu ! Que ses jugements sont insondables et ses voies incompréhensibles ! Car qui a connu la pensée du Seigneur ou qui a été son conseiller ? » (Ro 11.33,34.) Non seulement Dieu est partout simultanément, mais il sait aussi tout parfaitement. Notre perception est erronée ; la sienne est parfaite. Contrairement à vous et moi, il comprend toutes choses telles qu'elles sont vraiment. Il ne se trompe jamais. En outre, sa sagesse est parfaite. Il décide aussi bien des moyens que de la fin pour mener à bien tous ses desseins parfaits. On peut lui faire confiance, car notre Père *sait vraiment* ce qui est le mieux pour nous.

Plein de bonté

Cette bonté comprend la bienveillance de Dieu, son amour, sa miséricorde et sa grâce. Sa bonté est démontrée dans sa disposition à promouvoir le bonheur de ses enfants indignes, faibles et misérables. « Toute grâce excellente et tout don parfait descendent d'en haut, du Père des lumières, chez lequel il n'y a ni changement ni ombre de variation » (Ja1.17). Voyez comment Exode 34.6,7 décrit Dieu : « Et l'Éternel passa devant lui, et s'écria : L'Éternel, l'Éternel, Dieu miséricordieux et compatissant, lent à la colère, riche en bonté et en fidélité, qui conserve son amour jusqu'à mille générations, qui pardonne l'iniquité, la rébellion et le péché... »

Si vous êtes une enfant de Dieu, ne doutez jamais de sa bonté envers vous. Il veut assurer votre bonheur éternel. Quand je dis que Dieu « veut assurer votre bonheur éternel », vous devez comprendre ce que je veux dire par là : il veut vous enseigner que le bonheur éternel se trouvera *seulement* en lui, parce que lui seul est la source de la vraie joie. Lorsque votre cœur est centré sur lui, qu'il se réjouit de son caractère et de sa bonté, vous êtes vraiment heureuse. C'est parce qu'il est bon et qu'il sait que votre bonheur ne peut être complet qu'en lui qu'il vous enseigne à centrer votre vie sur lui. C'est pourquoi Paul a écrit : « Si donc vous êtes ressuscités avec Christ, cherchez les choses d'en haut, où Christ est assis à la droite de Dieu » (Col 3.1). De nature, nos cœurs prennent plus de plaisir dans la création (ce que nous expérimentons avec nos sens) que dans le Créateur, et Dieu utilise sa Parole et les circonstances pour nous libérer de notre amour du monde. C'est à cause de cet amour mondain que votre bonheur éternel et votre bonheur temporel sont souvent en désaccord. Puisque Dieu est bon, votre bonheur temporel n'est pas son but. Il sait que, si vous voulez être éternellement heureuse, votre bonheur terrestre devra peut-être être sacrifié pour un temps, peut-être même pour toute une vie. N'oubliez pas que l'objectif de Dieu est d'être glorifié. Ceci est accompli d'une part en vous remplissant de joie et de louange en lui, et d'autre part en vous transformant à son image.

En revanche, lorsque votre situation est difficile, ce n'est pas que Dieu cherche à vous rendre malheureuse, c'est simplement qu'il sait ce qui vous rendra heureuse en fin de compte, et c'est vers ce but qu'il œuvre continuellement⁵. Il est vraiment plein de bonté. Il vous rend digne des cieux et de sa présence. « La plupart des hommes espèrent aller au ciel quand ils mourront, mais très peu d'hommes prennent la peine de considérer s'ils apprécieraient le ciel à leur arrivée... Pour être réellement heureux au ciel, il est clair que nous devons être un tant soit peu formés et préparés pour le ciel pendant que nous sommes sur terre⁶. » C'est ce que Dieu fait dans sa bonté ; il vous prépare pour le ciel et remplit votre cœur de louanges pour lui dès maintenant.

Rempli de vérité

On vit dans une époque au sein de laquelle on a l'impression d'avoir perdu la notion de vérité. La vérité de Dieu est *toujours* vraie. Elle n'est pas juste vraie aujourd'hui pour moi ou quelques personnes. Certains disent : « Eh bien, si vous avez trouvé votre propre vérité, c'est super... Je ne pense pas que ce soit la vérité pour moi. » Pourtant, ce que Dieu nous communique est toujours réel, exact, valable et crédible.

Avez-vous déjà été dupé par quelqu'un ou quelque chose ? N'oubliez pas que Dieu ne peut, ni se tromper, ni tromper. « Car ta bonté atteint jusqu'aux cieux et ta fidélité jusqu'aux nues » (Ps 57.11). « Mais toi, Seigneur, tu es un Dieu miséricordieux et compatissant, lent à la colère, riche en bonté et en fidélité » (Ps 86.15). Vous pouvez faire confiance à Dieu, parce qu'il ne ment jamais : « Dieu n'est point un homme pour mentir, ni fils d'un homme pour se repentir. Ce qu'il a dit, ne le fera-t-il pas ? Ce qu'il a déclaré, ne l'exécutera-t-il pas ? » (No 23.19.)

Vous souvenez-vous de l'autocollant chrétien qui circulait il y a quelques années et qui disait : « Dieu l'a dit, je le crois, l'affaire est réglée » ? Je peux comprendre l'intention de l'auteur de l'autocollant, mais il faudrait plutôt dire : « Dieu l'a dit ; l'affaire est

réglée.» La vérité de Dieu ne change pas en fonction de ma capacité ou de ma disposition à croire ; elle demeure la vérité. Vous pouvez faire confiance à Dieu, car sa Parole est toujours vraie.

Regardez encore la courte liste des caractéristiques de Dieu. Quelles sont les plus significatives pour vous ? les plus difficiles à comprendre ? Pourquoi ne pas demander au Seigneur d'ouvrir votre compréhension à sa nature extraordinaire de façon que vous développiez votre confiance en lui ? N'oubliez pas l'image de l'arbre luxuriant au bord de la rivière. Vous êtes l'objet de ses soins. Il vous aidera à grandir et vous transformera en un arbre magnifique, florissant et reflétant sa gloire. Mettez toute votre confiance en lui dès aujourd'hui. On parlera plus tard de ce que signifie lui faire confiance, mais disons simplement que cela implique de se reposer en lui, de croire ce qu'il dit et de suivre ses indications dans chaque domaine de notre vie.

L'AVANTAGE DU CHANGEMENT

Vous avez appris que Dieu veut vous transformer pour que vous reflétiez constamment son caractère dans le monde. Un des avantages d'être transformé à son image est la joie issue de la communion régulière avec lui. Considérez ce verset : « Tu me feras connaître le sentier de la vie ; il y a d'abondantes joies devant ta face, des délices éternelles à ta droite » (Ps 16.11). Joie et bonheur se trouvent dans la présence de Dieu. Plus on lui ressemble, plus on aime célébrer la communion qu'il a avec nous.

Revenons à la question posée... Dieu veut-il vous transformer ? Bien sûr que oui. Toutefois, ce changement est premièrement intérieur. Je ne dis pas que vous ne devriez pas penser à perdre du poids si vous êtes en surpoids ou à en prendre si vous êtes trop mince. Je dis seulement que ce n'est pas la bonne chose à cibler. Votre priorité devrait être de plaire à votre Père céleste avec un cœur qui lui fait pleinement confiance, qui se repose entièrement sur lui et qui se réjouit pleinement dans son amour.