

# RÉFLEXIONS *en bref*

novembre-décembre 2015

QUELLE VIE  
merveilleuse!



# Table des matières

4 Quelle vie merveilleuse !

5 Regardez-le ! Un bel emballage

8 La bataille de Béthel

11 Au cœur du foyer

14 Une vie changée

17 Bon pour la vie : rendez votre vie merveilleuse

19 J'aurais aimé savoir : votre dernière année

21 Moments tranquilles : reconnaître Jésus

23 Parlons : le dilemme du temps des fêtes

25 Conseils financiers : la vie sans dette



# Novembre - Décembre 2015

**Nous sommes toujours à la recherche des écrivaines, traductrices et graphistes !**

**Coordonnateur de projet :**  
Traducteurs du Roi  
([www.TraducteursduRoi.com](http://www.TraducteursduRoi.com))

**Traduction :** Gisèle Kalonji,  
Della Mae Kennedy, Sharon Ritchie

**Révision :** Sophie Omari, Lylas de  
Souza, Liane Grant

**Mise en page :** Liane Grant

Ce numéro comprend la traduction française de certains articles du magazine *Reflections* publié par le Ministère des femmes de l'Église Pentecôtiste Unie Internationale ([www.ladiesministries.org](http://www.ladiesministries.org)), avec la permission du rédacteur.

Rédacteur en chef : Robin Johnston  
Rédacteur adjoint : P. Daniel Buford  
Présidente du Ministère des femmes :  
Gwyn Oakes  
Rédactrice : Melody Reeve  
Graphiste : Laura Merchant

---

## Réflexions en bref

Revue électronique publiée tous les deux mois, pour les femmes de l'Église Pentecôtiste Unie Internationale

**Pour vous abonner, envoyez un courriel à [LianeGrant@outlook.com](mailto:LianeGrant@outlook.com)**

Faites-le savoir à vos amies !

Nous acceptons également des articles écrits en français pour la revue.

Les textes bibliques sont tirés de la version Louis Segond, Nouvelle Édition de Genève 1979.



# ÉPUI

### Énoncé de mission

Évangéliser les femmes de tout âge, améliorer leur vie et les encourager.

### Doctrine fondamentale

La doctrine fondamentale de cette organisation est basée sur la Bible avec la plénitude du salut qui est : la repentance, le baptême par immersion au nom du Seigneur Jésus-Christ pour la rémission des péchés et le baptême du Saint-Esprit avec le signe initial du parler en d'autres langues, selon que l'Esprit donne de s'exprimer. Nous nous efforcerons de garder l'unité de l'Esprit, jusqu'à ce que nous atteignons l'unité de la foi. En même temps, nous avertissons tous les frères de ne pas contester leurs différentes opinions, et de ce fait désunir le Corps.



Note de la Rédactrice  
Melody Reeve

# Quelle vie merveilleuse !

Nous sommes un peuple béni ! Très peu de personnes parmi nous savent ce que signifie réellement « avoir faim », ou « être sans abri ». Nous ne devons pas nous inquiéter de ce que sera notre prochain repas, ou comment trouver un manteau qui nous protégera contre le grand froid d'un hiver glacial. Beaucoup de personnes parmi nous ont plus de nourriture et de vêtements que nécessaire ! En plus de ces bénédictions abondantes concernant les choses vitales dont nous bénéficions sur cette terre, nous avons reçu le plan biblique du salut et les principes de vie qui nous apportent une vie merveilleuse et joyeuse.

Pourquoi, alors, quelques-uns permettent-ils à un esprit mécontent et ingrat d'accéder à leurs pensées et de modifier leurs attitudes ? Peut-être est-ce à cause de la vitesse frénétique à laquelle nous vivons. C'est facile de penser aux tracas de la vie quotidienne : comment gagner de l'argent, payer les factures, garder l'unité de la famille – au point d'en oublier d'apprécier nos bénédictions.

Si nous ne faisons pas attention, nous pouvons tomber dans le piège des plaintes et des doléances. « J'en ai assez de me lever tôt tous les matins

pour aller au travail ! » « Je ne peux pas croire que nous payons autant d'argent pour l'électricité ! » « Les frais d'entretien d'une voiture sont fous ! »

Il faut que nous nous rendions compte que sans notre travail, nous n'aurions peut-être pas de toit, que sans l'électricité, nous n'aurions ni chauffage durant l'hiver ni eau chaude pour nous baigner. Et que sans voiture, nous serions peut-être obligés de marcher pour nous rendre au travail.

Dieu nous a bénies abondamment – non seulement avec les biens, mais aussi avec le salut et l'espérance. Il est avec nous tous les jours, dans toutes les circonstances. Nous ne sommes pas seules. Quelle vie merveilleuse !

Durant cette saison festive : « Que le Dieu de l'espérance vous remplisse de toute joie et de toute paix dans la foi, pour que vous abondiez en espérance, par la puissance du Saint-Esprit ! » (Romains 15 : 13)

*Cet article, y compris les images, a été publié pour la première fois dans le magazine *Reflections* du numéro de novembre-décembre 2015.*

## Un bel emballage



Rachel Smelser,  
St. Charles, Missouri

Ne sous-estimez jamais l'importance d'un cadeau ! Récemment, ma famille a visité une bibliothèque présidentielle, et nous avons vu des cadeaux incroyables qui avaient été donnés à notre président et à la première dame. Ces trésors étaient gardés avec soin dans les vitrines fermées afin que le public puisse venir les voir.

Peut-être les cadeaux que nous donnons ne seront jamais mis en exposition, mais ils sont donnés après beaucoup de contemplation et de temps. Parfois ils représentent des célébrations, des occasions importantes, mais parfois ils n'expriment qu'un simple moment de gentillesse – et ils sont donnés du cœur.

Un cadeau peut changer votre jour, votre semaine, ou votre année, et encore davantage quand il est élégamment emballé. Un cadeau joliment emballé peut ajouter à toute occasion une sensation de joie, de contentement, et d'enthousiasme. Voici quelques propositions à ajouter à votre liste d'idées :

## Papier

- ☑ Papier à rayures – Tournez le papier à un angle afin de créer avec les rayures un motif frappant.
- ☑ Motifs vifs – Utilisez un ruban transparent afin de complimenter le motif sans le couvrir.



- ☑ Les cartes anciennes, la première page du journal (prenez soin d'utiliser le numéro sorti le jour de l'anniversaire), la page sur les actions ou les sports, et les bandes dessinées de dimanche, sont toutes excellentes pour emballer les cadeaux.

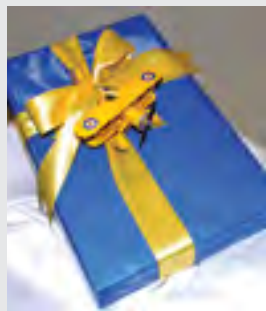


## Accessoires

- ☑ « Bénédiction » - Dans un magasin, j'ai trouvé le mot « Bénédiction » parmi les rubans, et je l'ai pris pour pendre sur un sac d'emballage pour ma fille. Elle l'aimait et l'a pendu de

son rétroviseur. À un certain moment elle croyait l'avoir perdu, et elle paniquait. Finalement, nous l'avons retrouvé, mais cela nous a fait réaliser la valeur de petites choses.

- ☑ Petites chaussures – Ma fille a une amie qui utilise les sacs d'emballage pour ses nièces, et elle pend toujours de l'emballage une paire de petites sandales. Ainsi, ses nièces connaissent tout de suite qui offre le cadeau. Il y a beaucoup de choses qu'on puisse utiliser de la même manière, telle que les claquettes, les verres de soleil, les barrettes, les figurines, les petites voitures, ou les peluches.



## Nœuds

- ☑ Deux rubans – Utilisez deux couleurs contrastées : noir et blanc ; rouge et noir ; rose et bleu, etc. L'un devrait être plus large que l'autre afin de les empiler. Aussi, utilisez les deux couleurs pour faire le nœud.
- ☑ Trois rubans – Prenez trois couleurs qui vont bien ensemble, laissant un pouce entre chacun. Coupez trois brins de ruban d'une longueur de douze pouces, utilisant les trois couleurs. Faites venir ensemble les brins et créez



un nœud simple au centre du cadeau. N'utilisez pas une boucle, mais étendez simplement les rubans. Cette méthode marche bien pour donner l'air masculin. Elle est aussi utile si vous voulez attacher un accessoire quelconque.

- ☑ Choisissez une couleur de contraste pour l'arrière-plan, le ruban, et le nœud.



- ☑ Nœuds – Faites une petite boucle avec le ruban, puis entortillez le ruban avant de faire une plus grande boucle. Pour chaque boucle, vous entortillerez encore le ruban. Un nombre

impair de boucles fait un plus beau nœud. Utilisez un cure-pipe ou une agrafeuse pour l'attacher au milieu, puis l'attachez au cadeau.

## Emballage

- ☑ Grande surface plate – J'ai déjà eu besoin d'emballer un cadeau dans un petit coin quelque part, et malheureusement, cela se voyait !
- ☑ Mètre – Essayez de trouver du papier d'emballage qui est quadrillé dessous, mais si vous ne l'avez pas, utilisez un mètre pour mesurer le cadeau, puis un crayon pour faire les lignes en dessous du papier comme guide avant de le couper.
- ☑ Ruban adhésif – Le ruban adhésif double face est sans égal ! Mais ne vous inquiétez pas ; le type normal peut aussi faire l'affaire.
- ☑

- ☑ Plier les coins – Coupez du papier excès afin que le cadeau ne soit pas trop volumineux. Soyez sûr de laisser assez pour couvrir les bouts du cadeau. Utilisez un mètre ou un outil de collimage pour que les plis aient l'air professionnel. Lissez le papier vers le bout du cadeau, et mettez et fixez-le avec du ruban adhésif avant de plier les bouts vers le centre. Attachez fermement sur tous les côtés. Juste avant de l'attacher, faites un petit pli et mettez du scotch double face tout le long du papier. Attachez bien le centre du pli et lissez-le.

Les cadeaux apportés par les mages à la crèche à Jérusalem étaient magnifiques, et le monde est toujours émerveillé par ces dons extraordinaires. Ce Noël, vous aurez l'occasion d'impressionner votre famille et vos amis par vos cadeaux et par leurs emballages habilement faits.

Que toutes vos journées soient joyeuses et lumineuses, et que tous vos cadeaux soient élégamment emballés !

Rachel Smelser habite à St-Charles au Missouri, avec son mari, le révérend John Smelser et son beau chat curieux, Sasha. Elle et son mari prennent plaisir de la retraite après 34 années de service à World Evangelism Center. Rachel a relevé le défi de marcher 160 kilomètres (100 milles) en 100 jours !

*Cet article, y compris les images, a été publié pour la première fois dans le magazine Réflexions du numéro de novembre-décembre 2015.*



Caroline Wickett et son mari, Fred, habitent à Zealand au Nouveau-Brunswick au Canada. Elle est la mère de deux fils et Grand-Maman à quatre petits-fils et une petite-fille.

# La bataille de Béthel

Susan King

**J**acob a rencontré Dieu dans un rêve (Genèse 28). Il s'est réveillé en parlant à voix haute. Lorsqu'on est craintif, on peut parfois dire des choses inattendues à haute voix, sans réfléchir. Ce jour-là, Jacob a fait une déclaration, mais elle provenait de sa crainte.

J'ai vécu une expérience semblable à celle de Jacob lors de la naissance de ma première fille. J'étais dans l'armée en Allemagne. Lorsque ma fille est née, il y a eu de graves complications, et elle a dû être admise d'urgence aux soins intensifs. Les premières vingt-quatre heures étaient critiques. Totalement, accablée, je me suis dirigée vers les toilettes où j'ai fermé la porte, et, en m'appuyant contre le mur, j'ai pleuré de toutes mes forces, au point d'être épuisée.

Alors que je me trouvais à terre, je me suis entendu dire : « Dieu, si tu sauves la vie de mon bébé, je vivrai pour toi. » Ces paroles étaient une réaction à la crainte. Je n'avais jamais entendu ces mots, et je n'avais pas non plus eu le sentiment que je marchandais avec le Seigneur. En retournant dans ma chambre, j'ai reçu des nouvelles de ma fille : elle répondait bien au traitement. Elle a passé huit jours aux soins intensifs ; elle n'a jamais eu d'autres problèmes.



Six ans plus tard, chez moi en Illinois, j'ai commencé à ressentir une soif pour Dieu. Je me suis rendue dans une petite église évangélique, la seule église que je connaissais. Une femme missionnaire a parlé de l'alliance qu'elle avait faite avec Dieu. Elle nous a demandé de prendre une feuille de papier, d'y écrire notre nom en bas, puis de permettre à Dieu de remplir les termes de notre alliance. Je l'ai fait. Dieu m'a rencontré dans cette petite église, et le jour suivant, ma sœur m'a invitée à l'Église Pentecôtiste Unie de Rantoul.

« Il donna à ce lieu le nom de Béthel. » (Genèse 28 : 19) Béthel veut dire « la maison de Dieu ». Jacob a eu une expérience dans la maison de Dieu, et Dieu a mis en action un plan pour sa vie – tout comme il l'a fait pour moi ce jour-là.

Depuis le jour où j'ai crié à Dieu en Allemagne jusqu'au jour où je suis entrée dans une église pentecôtiste, je n'avais pas la moindre idée que Dieu était en train de diriger ma vie. Maintenant, quand je regarde en arrière, je vois que la main de Dieu remplissait les termes de mon alliance avec lui. Quand notre mission a pris fin en Allemagne, mon mari et moi sommes retournés à Rantoul dans l'Illinois, aux États-Unis. Dieu venait d'appeler la sœur Law et son mari, en tant

que pasteurs à Rantoul pour lancer une église. L'appartement qu'ils avaient loué était à côté de celui de ma sœur, et ils l'avaient invitée à venir aux réunions avec ses enfants.

J'étais en route vers Béthel. C'était à l'Église Pentecôtiste Unie de Rantoul que j'ai trouvé le salut. Lors de ma première visite, pendant l'appel à l'autel, ils ont chanté « Me voici, Seigneur », et cette chorale a prononcé les mots que j'avais dits au Seigneur, lorsque j'étais par terre dans les toilettes, quelques années auparavant. Je savais que le moment était venu pour moi de vivre ce que j'avais promis à Dieu. Il y a eu des jours où il me fallait revisiter Béthel, tout comme Jacob.

Après la première rencontre de Jacob avec Dieu, il est arrivé un autre moment où « il bâtit là un autel, et il appela ce lieu El Béthel ; car c'est là que Dieu s'était révélé à lui » (Genèse 35 :7). El Béthel veut dire « le Dieu de la maison ». Dieu désire que nous fassions plus que venir dans sa maison ; il veut que nous ayons une relation avec « El Béthel », le Dieu de la maison.

Jacob était un homme qui aimait combattre. Il a lutté avec son frère, son père, et ses beaux-frères. Il a lutté pour que ses femmes ne luttent pas entre elles. Puis, Dieu l'a fait retourner chez lui, ce qui a causé encore une lutte. Son beau-père l'a accusé d'avoir dérobé ses affaires ; son frère l'attendait pour le tuer ; et ses femmes luttèrent toujours !

Jacob avait peur pour sa famille. Lassé de tous ces combats, Jacob a traversé un petit ruisseau afin d'être seul avec ses pensées, et c'était alors que Dieu est venu vers lui. Dieu n'était pas là pour lui donner du réconfort. Comme à chaque épreuve dans sa vie, Dieu était là pour combattre à ses côtés. Dieu savait

que Jacob n'était pas un bon coureur ; il n'avait pas besoin de le chasser. Jacob n'était pas non plus quelqu'un qui abandonnait facilement, donc il n'avait pas besoin de recevoir de la force ou du courage. Il était un homme de combat. Dieu avait donc lutté avec lui, car il savait que Jacob n'allait pas céder.

Quand j'ai trouvé le salut, j'ai été changée en un seul instant. Cela a conduit à une lutte avec ma famille, mon employeur, et mon mari. Dans l'armée, on m'avait appris à combattre. J'étais bien disposée à me battre avec tout le monde pour avoir Jésus ! La persécution est venue de tous les côtés, mais Jésus a écrit les termes de mon alliance, et il faisait le combat pour moi.

J'ai tenu fortement, tout en permettant à Dieu de me guider à travers ces batailles. Cinq ans plus tard, mon mari est venu à l'église et a été sauvé. Deux années après cela, il est devenu pasteur adjoint. En 2000, la congrégation l'a élu en tant que pasteur de l'assemblée, et aujourd'hui il sert toujours dans ce rôle. J'ai trois grandes filles qui servent chacune le Seigneur. Je n'ai jamais regretté la bataille que j'ai vécue à Béthel !



Susan King est ministre, femme de pasteur, mère de trois enfants, amie de nombreuses personnes, et disciple de Jésus-Christ. Elle habite avec sa famille, à Rantoul dans l'Illinois, où son mari, Christopher King est pasteur de l'Église Pentecôtiste Unie de Rantoul.

*Cet article, y compris les images, a été publié pour la première fois dans le magazine *Reflections* du numéro de novembre-décembre 2015.*



Joignez-vous aux milliers de femmes qui  
**prient pour nos enfants.**



Nous nous engageons à la préservation spirituelle de cette génération ainsi que de celles à venir, et à la restauration des générations antérieures.

Inscrivez-vous au bulletin électronique :  
envoyez un courriel à  
[LianeGrant@outlook.com](mailto:LianeGrant@outlook.com).

**Aidez-nous à diffuser ce bulletin !**  
*Transmettez-le à vos amies ou demandez-leur de s'inscrire.*

---

Lily, Olivia, and Juliet Cron  
The Honey Nest Photography



# L'hommage à mon amie

Elle n'était qu'une petite fille lorsque son père a été tragiquement retiré à la famille, laissant sa mère avec cinq enfants encore jeunes, et un autre sur le point de naître. Ils vivaient dans une ferme dans l'est du Canada, une région connue pour ses rudes hivers, ce qui rendait l'exploitation agricole bien difficile. Cependant, sa mère avait une foi forte en Dieu, et grâce au dur travail et aux prières, elle a réussi à garder la famille unie.

Finalement, ils ont vendu la ferme et ils se sont installés dans une petite maison dans un village. C'était là que j'ai fait sa connaissance, et nous sommes devenues de bonnes amies. L'aide sociale était quasiment inexistante pour elle et sa famille. Je suppose qu'ils étaient pauvres, mais je n'en étais pas consciente – elle non plus ! Nous avons mangé du pain et de la confiture faite maison, beaucoup de légumes et de soupes délicieuses, et nous avons passé de très bons moments ensemble. Nous sortions parfois légèrement de la fenêtre d'en haut pour nous asseoir sur le toit afin de regarder ce qui se

passait en ville, comme elle était petite. Nous avons rêvé d'une vie merveilleuse, grâce aux livres et aux histoires que nous avons lues et entendues. Il y avait un monde à l'extérieur, et nous voulions le voir, l'expérimenter.

Il y a eu une séparation douloureuse quand mon père a pris un autre pastorat, et mon amie est allée en Californie pour étudier au collège. Pendant une période, nous avons perdu le contact. Quelques années plus tard, elle a rencontré un homme beau et haut qui l'a adoré dès le premier regard. Entre parenthèses, elle était aussi complètement éprise de lui. Ils se sont mariés et ils ont commencé une bonne vie de ministère – et elle et moi, nous avons repris contact, car nous vivions, à ce moment-là, toutes les deux sur la côte ouest. Mais, il y a eu plus tard une autre séparation, lorsqu'ils étaient appelés en tant que missionnaires et ont alors commencé à voyager partout en Amérique. Ensuite, ils se sont éloignés pendant dix ans, lorsqu'ils étaient sur le champ missionnaire.

Bien qu'un mariage soit né au ciel, il est vécu sur la terre où la pluie touche les justes et les injustes (Matthieu 5 :45), et où la teigne et la rouille détruisent (Matthieu 6 :19). La vie arrive. Mon amie et ses enfants ont dû faire face à des épreuves très difficiles au niveau de la santé, mais elle n'a pas été pas détruite par ces choses. Au contraire, les difficultés n'ont fait qu'intensifier ses prières.

Cela fait maintenant plus de cinquante ans. Mon amie sert toujours dans le ministère à temps plein, et elle se réjouit dans les fruits de la fidélité, car ses enfants travaillent également pour Dieu, et ses petits-enfants la suivent dans ce grand héritage.

Je donne hommage à Fayette Holt, ma chère amie que je connais depuis l'enfance, qui m'a inspirée plus que les mots ne peuvent le dire ! Je chéris les souvenirs et remercie Dieu qui nous a accordé « une vie merveilleuse ». Avec le temps, nous avons appris qu'une vie merveilleuse ne consiste ni en une position, ni en une renommée, ou encore en la fortune. Elle vient plutôt de la fidélité à Dieu, lorsqu'on lui permet de diriger nos pas.



## Conseils pour le mariage

### **Vous avez des difficultés à vous faire comprendre par M. Merveilleux ? Voici certaines choses à essayer lors des problèmes de communication avec votre chéri :**

- 1) Mettez-le à l'écart des responsabilités et des pressions de sa vie « normale ». Dînez au restaurant, buvez un café dans un endroit tranquille, ou dans un milieu spécial qui vous plaît tous les deux. Profitez ensemble d'un bon repas. Ne vous lancez pas dans une conversation sérieuse lorsqu'il est fatigué et qu'il a faim !
- 2) Ne l'attaquez pas ! Une attaque provoque une défense, et cela ne marche pas pour la communication. Il est l'amour de votre vie, et il se sent fortement responsable de votre bien-être (et celle des enfants, s'il y a lieu). Abordez calmement le sujet des soucis ; ne critiquez pas, ne grondez pas, ne suppliez pas, ne vous plaignez pas, ne l'accusez pas.
- 3) Votre comportement doit être chaleureux et plein d'un amour qui le soutient. Vous voulez communiquer vos besoins et non pas ses défauts. Souvenez-vous des instructions de Paul : « Soyez bons les uns envers les autres, compatissants, vous pardonnant réciproquement » (Éphésiens 4 :32). Cela s'applique aussi bien à la relation avec notre mari !



# Pour la mère célibataire

Encore des jours fériés ! Les mémoires douloureuses ! Mais, on doit rendre cette période intéressante pour les enfants – sans argent. Si vous avez des enfants, assurez que ces jours spéciaux les laisseront de bons souvenirs. Commencez cette année. Établissez quelques nouvelles traditions. Appelez une assemblée familiale et demandez quelques idées de la part des enfants. Planifiez. L'expression « Les attentes sont meilleures que les réalisations » est surtout vraie au niveau des enfants. Donnez-leur quelque chose à laquelle s'attendre : une sortie ; des gâteaux ou des biscuits faits ensemble, ou les décorations. Créez une nouvelle tradition cette année.

« Un mariage sans un sens de l'humour est comme un wagon sans ressorts - on est secoué par chaque petit caillou sur la route. »

-Henry Ward Beecher



Linda Gleason et son mari Gary vivent à Oregon City en Oregon. Ils ont quatre enfants. Linda a une passion pour sa famille ; elle croit que les enfants sont notre héritage qui vient du Seigneur. Linda est aussi la secrétaire du Ministère des femmes de l'EPUI. *Cet article, y compris les images, a été publié pour la première fois dans le magazine Reflections du numéro de novembre-décembre 2015.*



Télécharger des ressources apostoliques sans frais :

[CooperativedeLitteratureFrancaise.com](http://CooperativedeLitteratureFrancaise.com)



Cori LeMere

# Une vie changée

Rédiger mon témoignage a été une expérience humiliante pour moi. Je suis honorée de servir un Dieu qui est aimable et qui pardonne. Par sa miséricorde et sa grâce, je suis une survivante. Il a brisé les chaînes mentales, spirituelles, émotionnelles, physiques et financières. Il a restauré ma famille et la vie s'améliore, devenant plus agréable chaque jour.

Si je vous donnais tous les détails dégoûtants de mon enfance, vous sauriez que ma vie n'avait pas bien commencé. Il y avait beaucoup de choses contre moi : ma mère, une accro des drogues, d'alcool et d'hommes; et mon père, un accro de cocaïne et de travail. Heureusement, ma mère envoyait mon frère, ma sœur et moi-même à l'église

pour qu'elle ait du repos. C'était là que l'idée d'un Dieu aimable a été plantée.

À partir de l'âge de quatre ans, j'ai été sexuellement agressée par un des membres de ma famille. Vous pouvez imaginer ma douleur et ma confusion. Ce n'était pas seulement l'abus qui m'a formée pendant mon enfance, mais les drogues aussi étaient fortement présentes. Ma mère fumait le cannabis dans la voiture, le partageant avec tout le monde.

À douze ans j'ai assisté à un rassemblement de jeunes à l'église où on nous a encouragés de faire un vœu de chasteté jusqu'au mariage. Même après l'abus dont j'ai souffert, j'ai déclaré ce serment devant Dieu. Après tout, Dieu était tout ce que j'avais.

Un jour, ma mère a tout simplement disparu, abandonnant ma sœur, mon frère et moi. Il faisait froid et il n'y avait plus de combustible de chauffage à la maison. Les tuyaux étaient congelés et le loyer était tombé en échéance. Donc, à l'âge de dix-sept ans, j'ai quitté mon domicile toute seule pendant que mon frère et ma sœur étaient pris en charge par les services de protection des enfants.

Une soirée, je passais du temps avec des amis en qui j'avais confiance. Une bouteille de Jack Daniels se faisait passer entre nous, dont j'ai bu plusieurs fois. Peu après, je me suis retrouvée saoul et cette soirée même mon vœu de célibat jusqu'au mariage avait été arraché de moi par la force. Pendant des années, j'aurais à combattre cette douleur et trahison.

J'aimerais pouvoir vous dire que j'ai commencé à prendre de bonnes décisions après cela, mais sans le soutien et la direction, je suis tombée même plus bas dans ma vie. J'ai rencontré celui qui deviendrait le père de mes trois enfants et j'ai enduré onze ans longs et difficiles. Je n'avais pas connu le Seigneur dans la puissance du Saint-Esprit, mais j'ai continué à tenir à ma relation avec lui, même faible que c'était. En 2008, j'ai commencé à prier pour que le Seigneur m'ouvre les yeux de ce qui m'aveuglait, d'ouvrir mes oreilles, de fermer ma bouche et me donner la force pour tenir le coup à n'importe quelle situation qui arrivait. Il m'a entendu. J'ai découvert que mon amant était accro à la cocaïne et à la méthamphétamine en cristaux. J'avais été très confiante et crédule... aveugle.

J'ai alors pris quelques vêtements et mes enfants, et je suis partie. Mon

cœur était froid et j'étais en colère. Je suis tombée en mode survie. J'ai loué un petit appartement et j'ai commencé à travailler la nuit. Tout s'est bien passé pour un bout de temps. Ensuite, je suis rentrée dans une nouvelle relation, remplie de violence. J'ai eu un autre enfant. J'étais battue, étranglée, menacée d'un pistolet et violée. J'avais l'impression d'être paralysée. Mes enfants étaient malheureux, en danger et vivaient une vie remplie de crainte et d'abus. Je voulais mourir.

J'ai enfin quitté cette relation, et avec mes enfants j'ai vécu dans un abri pour les femmes abattues. Des sentiments de vide et de désespoir me consumaient. J'ai succombé à n'importe quoi pour pourvoir à ma famille. J'ai vendu de la cocaïne et de la méthamphétamine en cristaux. Je vendais mon corps aux hommes. Il n'y avait absolument plus d'émotion en moi. J'étais morte à l'intérieur. À un moment donné, pendant que j'étais droguée avec du cannabis, je suis passée devant une église qui a attiré mon attention. J'ai mentionné à l'homme qui me conduisait que j'avais besoin de visiter cette église. En blaguant, il a offert de s'arrêter, sachant ma condition.

Pendant ce temps, j'ai rencontré des gens qui m'ont promis que je pouvais récolter beaucoup d'argent. Je les ai laissés m'utiliser comme un pion et on a en fait gagné beaucoup d'argent. C'était facile de justifier mes actions, parce que je me disais que je pourvoyais à mes enfants. Une nuit, je conduisais dans un convoi de trois voitures quand la première voiture s'est fait arrêter par la police. Les criminels dans la deuxième voiture refusaient de s'arrêter et c'est alors devenu une poursuite policière.

Je conduisais la troisième auto et je me suis retirée à la maison pendant que les autres voitures se faisaient poursuivre. Quand je suis arrivée à la maison, j'ai embrassé mes enfants et des larmes ont commencé à couler. Je savais au fond de mon cœur froid que j'étais perdue.

J'étais enfin arrivé à bout. J'ai fait quelque chose que je n'avais pas fait pendant un grand temps. J'ai prié. J'ai demandé à Dieu de m'aider à sortir du désordre dans lequel je m'étais retrouvée. Je lui ai demandé de faire en sorte que je ne m'aïlle pas en prison; je voulais être avec mes enfants.

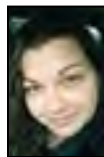
Le 20 septembre 2013, j'ai été arrêtée par la police et emprisonnée. Une nuit pendant que je lisais la Bible, je me suis endormie et j'ai rêvé de l'église que j'avais vue pendant ma stupeur induite de drogues. Quand je me suis réveillée, je savais que je devais aller à cette église. Dix-sept jours après mon arrestation, je suis sortie de la prison avec une sentence provisoire. Je suis partie à l'église, mais c'était le jeudi soir et il n'y avait personne là. J'ai décidé d'y retourner le dimanche. J'y suis retournée dimanche matin et j'ai senti la présence de Dieu comme je ne l'avais jamais senti auparavant dans ma vie. Cette soirée, j'ai été remplie du Saint-Esprit et baptisée au nom merveilleux de Jésus-Christ. Pour la première fois dans ma vie, j'ai commencé à me soumettre à Dieu. Cette femme indépendante et indisciplinée était en train d'être transformée, et cela continue à ce jour même !

Quelques mois plus tard, j'étais accusée d'un crime dont j'aurais pu purger une peine de trente ans en prison. Mais, nous servons un Dieu miséricordieux. J'étais condamné à trente jours d'incarcération et 210 jours de résidence

surveillée. Les dix-sept jours que j'avais été en prison ont été comptés contre les trente jours de ma sentence, puis le juge, en accord avec le procureur de district, m'avez retenu pendant une heure pour satisfaire au restant des trente jours. Je n'arrive toujours pas à comprendre cela. Tout ce que je sais, c'est ce qui aurait pu être trente ans loin de mes enfants est devenu presque aucun temps sans eux.

Aujourd'hui, Dieu m'a bénie avec un nouveau travail, de nouveaux vêtements et une nouvelle voiture pour aller avec notre nouvelle vie en famille. Mes enfants sont heureux et je suis enfin véritablement heureuse. Nous guérissons ensemble. Bien que Dieu continue à m'aider à surmonter les problèmes dans ma vie, je suis arrivée si loin d'où je m'étais retrouvée, il y a seulement quelques années. Les choses ne sont pas parfaites, mais avec Dieu maintenant en contrôle de ma vie, je sais que tout ira bien.

Ma prière et pour ceux qui souffrent de l'esclavage des dépendances et des chaînes du péché. Si Dieu m'a aimée et m'a sauvée, je sais qu'il aime et il peut atteindre n'importe qui. Je remercie Dieu parce qu'il m'a atteinte avant qu'il soit trop tard.



Cori LeMere est mère de quatre enfants et fait partie de l'église Greater Apostolic Tabernacle à Balch Springs au Texas, dont le pasteur est Andrew K. Elms. *Cet article, y compris les images, a été publié pour la première fois dans le magazine Reflections du numéro de novembre-décembre 2015.*



# Rendez votre vie merveilleuse !

Le meilleur chemin est simple : le chemin de Dieu. Vous pouvez profiter d'une vie merveilleuse en maintenant force et santé, tout au long de votre vie. C'est un bon style de vie, en mangeant sainement et en étant conscient de ce qui entre et de ce qui est à l'extérieur du corps. C'est trouver votre rythme et de l'ordre dans la vie.

Certaines de nos vies sont comme une chemise qui a été mal boutonnée : en inversant les boutons. Peu importe le dilemme dans lequel nous nous trouvons, prendre des petites mesures peut faire la différence. Commencez maintenant et rendez votre vie merveilleuse ! Une vie remarquable et la santé se produiront alors que nous nous alignons dans le bon ordre. Remplacez les mauvaises habitudes par de bonnes. Nous pouvons débiter petit à petit ; nos actions tiennent la clé de la puissance. C'est en « faisant » quelque chose que le changement prend place.

Jésus marchait pour se déplacer. Il n'était pas un membre du Club Fitness et ne travaillait pas non plus assis à

un bureau. Il marchait au moins vingt minutes par jour et travaillait intensivement comme charpentier : un travail physique, il bougeait et était actif.

Bouger et rester actif est la clé pour la santé. Prendre son poids comme indice de santé n'est pas la meilleure des mesures. Des études scientifiques ont démontré que les gens qui sont en forme et actifs sont en meilleure santé, peu importe leur corpulence. Être « mince » n'est pas le facteur qui définit notre santé. Le fait de marcher ne serait-ce que vingt minutes par jour, cela aide le sang à pomper et à évacuer ce qui n'est pas bon : le gras et les toxines. En fait, marcher réchauffe le corps, élimine les germes et les virus en les pasteurisant et en favorisant le système immunitaire, autant que réguler la tension et le stress de l'esprit et du corps.

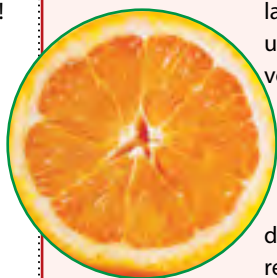
La façon la plus simple, c'est celle de Dieu. Ce que vous pouvez faire pour vous-même, généralement Dieu ne le fera pas. Exemple : prendre soin de votre corps, « son temple », vous pouvez prendre le contrôle de votre santé. Peut-être

# Des trucs pour les repas santé

Durant les mois intenses, préparez des soupes consistantes et congelez-les en petites portions. Servez-les avec une salade, du pain au blé entier et des fromages crus. C'est rapide, facile et satisfaisant les jours où vous êtes occupées avec les fêtes.



Congelez des tranches d'orange et des canneberges pour les repas et fêtes pendant la saison de Noël, c'est une bonne idée. De plus, vous pouvez ajouter les tranches d'orange aux verres d'eau ! Cela ajoute des couleurs festives à votre table et de la saveur à l'eau (cela remplace aussi le besoin de glace).



que vous voudriez perdre quelques livres ou prendre davantage conscience de votre santé. C'est simple ! Vous pouvez avoir des bénéfices à la place de prendre du poids : en préparant vous-même de la bonne nourriture.

Si vous voulez vraiment perdre du poids, il n'y a pas de manière plus rapide pour enlever du poids de votre corps (et des dollars sur votre facture de nourriture) que de préparer votre nourriture à la maison. Malheureusement, au lieu d'avoir une vaisselle belle et d'entendre des « passe-moi la sauce », la norme est devenue des sacs de papier froissés et des « qui a pris les frites ? » Et cela signifie que nous ne sommes pas au contrôle de notre nourriture ou de notre corps ! C'est pourquoi nous devons retourner au cœur de la maison : la cuisine.

Heureusement que les seuls outils dont nous aurons besoin sont à la maison, dans le confort de la cuisine, où vous pouvez être au contrôle. Manger à la maison apporte de la modération, de la communion et une meilleure santé. La modération est la clé !

- Manger de bonnes protéines
- Ajouter de bonnes graisses à vos repas
- Limiter les glucides pour perdre du poids
- Éliminer le sucre
- Manger des légumes frais et des salades
- Continuer à bouger

Commencez maintenant et rendez votre vie merveilleuse !



Gayla Foster et son mari Tom habitent à Dallas au Texas. Gayla est une étudiante avide de la santé et de la nutrition, et elle a écrit deux livrets sur la santé, *Your Body, His Temple* et *The Book of Life*. Pour plus d'information, contactez [gfooster@dallasfirstchurch.com](mailto:gfooster@dallasfirstchurch.com). *Cet article, y compris les images, a été publié pour la première fois dans le magazine Reflections du numéro de novembre-décembre 2015.*

Nota bene : Le contenu de cet article a pour l'intention d'informer le lecteur et ne devrait pas être interprété comme étant un avis médical.



## Votre dernière année

En décembre 2014, j'ai été touchée par cette pensée : vivre l'année suivante comme si c'était votre dernière année. Il y aura sûrement, une année qui sera la dernière.

Pour une optimiste comme moi (nous nous réveillons dans un nouveau monde chaque jour), c'était une pensée révolutionnaire. Cela m'a obligée à bien planifier. Cela a demandé un changement mental et comportemental, en regardant à travers les yeux de l'avenir, et pas seulement du présent.

-J'ai profité pleinement des moments avec mes enfants que j'aurais pu manquer à cause de l'envoi des textos ou en regardant des choses insignifiantes sur Facebook et Pinterest.

-J'ai lu de plus longues histoires pour faire dormir mes enfants.

-J'ai pardonné plus rapidement.

-J'ai établi la règle des « appareils électroniques interdits » pour les enfants lorsque nous étions en voiture. Nous avons passé du temps à discuter, au lieu de regarder ou écouter les iPod, les iPad, les téléphones cellulaires et les écrans. C'était incroyable, les conversations que nous aurions manquées.

-J'ai choisi de remplir mon cœur en lisant davantage la Bible, la mettant en premier avant toute autre poursuite.

J'ai commencé à me demander : « Ce jour-là, de quoi est-ce que j'aimerais me souvenir, et quel souvenir aimerais-je laisser ? » En faisant cela, j'étais capable de me concentrer sur ce qui comptait vraiment.

-Pas le bol renversé ni brisé, mais les sentiments de l'enfant.

-Pas le chien (grrrrr) qui m'irrite, mais le mari qui aime le chien.

-Pas le bruit, mais les enfants qui s’amusent.

-Pas le ménage redouté, mais là maison qui nous abrite.

Ce que j’ai appris, c’était que les moments précieux et les souvenirs sont souvent manqués parce que nous ne sommes pas attentifs. Avec les distractions électroniques, le fait d’être enveloppés par nos propres sentiments et de se faire avoir par notre train de vie, on oublie de simplement « être ». Les bénédictions du moment ne sont pas toujours simplement pour le présent, mais pour l’avenir.

Pendant que vous vous préparez pour cette saison festive, rappelez-vous que l’une des fêtes de Noël sera un jour la dernière, que vous passerez avec quelqu’un que vous aimez. Ce sera celle dont vous allez regarder en arrière et dire ; « Oh, c’était notre dernier Noël avec \_\_\_\_\_ », et vous ressentirez soit de la gratitude soit un regret, de la manière dont vous l’avez passé. Et un jour, ce sera le dernier que votre famille passera avec vous.

Vivez aujourd’hui comme si c’était un jour de souvenir, car un jour cela le sera.

Vivez comme si  
c’était votre dernière  
année, car un jour  
cela le sera.

Les bénédictions du  
moment ne sont pas  
toujours simplement  
pour le présent...

Vivez aujourd’hui  
comme si c’était un  
jour de souvenir, car  
un jour cela le sera.



Rachel est mariée à Brent Coltharp, pasteur de First Apostolic Church à Aurora en Illinois. Elle est mère de quatre enfants et peut parler quatre langues : « l’enfantine », le « langage des tous petits », le « jargon adolescent » et le « langage du mari ». Rachel est une écrivaine et une conférencière qui partage son expérience personnelle, ses erreurs et ses deuxièmes chances. Elle se passionne pour Jésus-Christ et elle est une disciple avide de la doctrine apostolique. Visitez son site web [www.rachelcoltharp.blogspot.com](http://www.rachelcoltharp.blogspot.com).

*Cet article, y compris les images, a été publié pour la première fois dans le magazine Reflexions du numéro de novembre-décembre 2015.*



## Moments tranquilles pour les femmes occupées

# Reconnaître Jésus

*Alors leurs yeux s'ouvrirent, et ils le reconnurent »  
(Luc 24:31)*

J'ai entendu des gens dire combien ils auraient aimé vivre au temps de Jésus pour le voir, le suivre, et écouter son enseignement. Quelle expérience extraordinaire ! Or, je me demande, l'aurais-je reconnu ? Aurais-je cru en lui ? Aurais-je été indifférente ? Moqueuse ? J'espère que je l'aurais reconnu et accepté comme Messie, mais beaucoup à son époque ne l'ont pas fait.

« Et au sujet des prophéties ? », nous pouvons nous poser la question. Jésus a accompli toutes les prophéties de l'Ancien Testament. N'avaient-ils pas vu cela ? N'avaient-ils pas compris ce fait ? Nous regardons en arrière, mettant tous les morceaux du casse-tête ensemble et voyant toute l'image. Ils n'ont pas reconnu celui qui prenait place au milieu d'eux, avec toutes leurs idées préconçues de comment ces prophéties se seraient accomplies.

Sans aucun doute, il y avait d'autres garçons nés à Bethléem en même temps que Jésus. Des circonstances inhabituelles ? Oui, mais c'était des temps inhabituels. Oh, il y avait des histoires sur les bergers qui voyaient des anges et des étrangers arrivant de l'Est qui parlaient d'une étoile brillante, mais les choses étaient si chaotiques avec la foule et les taxes. Qui savait ? Puis, un jour la famille avait simplement disparue. Personne ne savait où elle se trouvait. Les gens ont rapidement oublié ce couple et leur bébé.

Non seulement Jésus était le seul rabbi (enseignant) qui marchait sur les routes poussiéreuses de la Palestine, enseignant ceux qui voulaient le suivre. D'autres se sont proclamés Messie et sans aucun doute, d'autres l'ont fait plus tard. Comme les gens de Nazareth qui disaient : « N'est-ce pas le fils de Joseph ? » (Luc 4:22) Et dans leur esprit, ils ajoutaient probablement : « N'était-il pas question de sa mère et d'un mariage précipité ? »

# Nous vivons dans un monde où beaucoup de gens ne reconnaissent pas toujours Jésus.

Considérez le nombre de fois où les disciples de Jésus ne l'ont même pas reconnu :

- Il marchait sur l'eau vers eux, et ils avaient peur (Matthieu 14:25-27).
- Marie de Magdala l'a vu au tombeau et pensait que c'était le jardinier (Jean 20:14-16).
- Deux disciples ont marché avec lui sur la route de Jérusalem à Emmaüs, environ 11 kilomètres, et ne se sont pas rendu compte que c'était Jésus (Luc 24:13-35).

Nous vivons dans un monde où beaucoup de gens ne reconnaissent toujours pas Jésus. Ils ne regardent pas avec les yeux de la foi, comme certains à Nazareth qui pensaient que c'était juste le « fils de Joseph ». Mais, ce ne sont pas seulement les non-chrétiens qui ne reconnaissent pas Jésus. Nous pouvons aussi être coupables de

le négliger dans les situations de notre vie.

Peut-être l'une des raisons pour lesquelles nous ne voyons pas Jésus dans nos circonstances, c'est parce que nous avons des idées fixes sur comment il doit agir. Le fait de le mettre dans une boîte limite notre vision de lui et de sa puissance dans nos vies.

Jésus attend que nous le voyions pour ce qu'il est. Il veut bouger hors des limites que nous avons placées autour de notre perception de lui. Nous devons ouvrir nos yeux. Dieu est à l'œuvre.

*Cet article, y compris les images, a été publié pour la première fois dans le magazine Reflections du numéro de novembre-décembre 2015.*

## Faites-en votre affaire

- Avez-vous déjà vu quelqu'un hors de sa « place habituelle » (comme un bibliothécaire à l'épicerie) et vous ne l'avez pas reconnu ? Pourquoi cela se produit-il ?
- Y avait-il une période où Dieu agissait dans votre vie et vous ne l'avez compris que plus tard ?
- De quelles façons inattendues le Seigneur est-il venu vers vous ?
- Comment pouvez-vous aider les autres à reconnaître Jésus ?



Mary Loudermilk pense que le chocolat et la crème glacée constituent des groupes d'aliments de base, qui doivent être appréciés et partagés avec des amis. Elle passe son temps à étudier, enseigner et écrire sur la Parole de Dieu.



# Le dilemme du temps des fêtes

Au sujet du temps des fêtes, j'ai reçu deux questions qui portaient sur le même problème, mais d'un point de vue différent. J'ai pensé donc qu'il serait approprié de partager les deux approches de ce dilemme des vacances.

**Question :** Comment balance-t-on la famille qui habite en-dehors de la ville et celle qui réside en ville, lorsqu'il s'agit de la célébration des fêtes ? Il semblerait que la famille qui vit à l'extérieur de la ville dicte quand nous célébrons les fêtes, alors que les membres de la famille qui vivent en ville ont également des emplois du temps à gérer ! Cependant, l'importance de la famille qui vit en ville semble avoir moins d'importance quand il s'agit d'accommoder ceux qui vivent en dehors. Quelle est la façon la plus équitable de résoudre ce problème ?

**Question :** Je vis à une certaine distance de ma famille étendue. Pour que mon mari, mes enfants et moi partagions Noël (ou d'autres congés) avec ma famille, cela nécessite une grosse dépense, un jour de congé au travail, et l'épuisement du voyage avec de jeunes enfants. Or, cela en vaut la peine la plupart du temps. Mais dernièrement, ma famille semblait peu flexible quant aux jours et aux temps de célébrations. Tout l'évènement a été planifié à leur convenance. Ne pourraient-ils pas être flexibles ? Je mets plus d'efforts, de temps et d'argent pour être avec ma famille que n'importe qui parmi eux. Suis-je irréaliste de penser qu'ils devraient donner autant de flexibilité ? Veulent-ils vraiment que je vienne pour le temps des fêtes ?

**Réponse :** Les vacances nous mettent dans une situation qui mène souvent au stress et à la déception. Nous anticipons l'évènement des mois ou des semaines à l'avance. Nous dépensons nos ressources limitées de temps et d'argent pour que ce soit chaleureux et mémorable. Arrivent ensuite, la saison et l'évènement en particulier et nous sommes fatigués, stressés et dépassés. Quand cela ne se passe pas comme prévu, ou que cela ne nous rend pas aussi heureux que nous l'avions envisagé, il est possible que nous soyons contrariés par l'investissement et nous cherchons quelqu'un à blâmer. Pour toutes celles qui font des efforts pour plaire aux autres et qui se sentent frustrées lorsque personne n'est content ou juste quelques personnes le sont, nous devons reconnaître que cela est lié aux émotions et aux attentes plus qu'avec la logistique. En réalité, nous mettons tout en place un mécanisme intérieur pour de futures déceptions quand nous nous attachons émotionnellement à un plan ou une idée spécifique sur la façon dont les fêtes doivent être célébrées. Les familles grandissent, les transitions de vie se produisent, les gens déménagent : certaines traditions ont besoin d'être remaniées pour s'accommoder au changement.

Il serait important d'abandonner les idées de vacances joyeuses, mais peu réalistes ; qui sont basées sur des traditions ou des plans spécifiques. Plus la famille s'agrandit, plus la flexibilité sera nécessaire. Pour la famille qui accueille et pour celle qui voyage, les deux côtés ont besoin de faire des plans qui ne laisseront pas un ressentiment à l'autre.

Les choses pratiques à considérer : qui accueillera les invités ? Quels sont les besoins de cette famille ? Il semble que la famille hôte devrait avoir un mot à dire sur l'endroit et l'heure pour recevoir la famille sans stress ou pression.

Les célébrations ne devraient pas être limitées à un jour ou une heure spécifique. Si vous ne pouvez pas y être pour la célébration traditionnelle alors peut-être que la famille a besoin d'un Plan B. L'amour de la famille et beaucoup de créativité devraient faire en sorte que le Plan B soit amusant et non laborieux. Le Plan B peut signifier que si vous ne pouvez pas être chez grand-mère pour le dîner de l'Action de Grâce, vous pourriez être là pour un café et un dessert avec de la citrouille, un samedi soir. Cela peut être amusant et une façon relaxante de vous rassembler et de célébrer sans refaire un dîner d'Action de Grâce.

Peu importe les plans que les membres de la famille font auxquels vous souhaitez participer, faites-le avec un bon esprit et une attitude gracieuse.



Cindy Miller est la femme de Stan et son partenaire dans le ministère. Ils vivent à Columbus dans le New Jersey. Cindy a un doctorat dans le service pastorale et le counselling et sert en tant que professeure adjointe de la théologie pratique dans Urshan Graduate School of Theology. Cet article, y compris les images, a été publié pour la première fois dans le magazine Reflections du numéro de novembre-décembre 2015.



# La vie sans dette

Imaginez être totalement sans dette. De nos jours, beaucoup peuvent penser que c'est impossible. Pourtant, c'est possible ! Cependant, cela nécessite de la planification et beaucoup de discipline.

Toutes les dettes ne sont pas pareilles. C'est très commun et souvent nécessaire de s'endetter pour financer des études supérieures et pour acheter une maison. Toutefois, même quand les dettes semblent nécessaires, souvenez-vous qu'il est important de penser aux implications à long terme de mettre votre nom sur les lignes pointillées de quelqu'un d'autre. Les deux meilleures façons de minimiser une dette (à part de l'éviter complètement), c'est de prendre le plus petit prêt que vous pouvez et de le payer le plus rapidement possible. Si vous contractez une dette, vous devriez avoir une stratégie pour la rembourser.

L'un des pires types de dettes que vous pouvez amasser est la dette de carte de crédit. Si vous avez présentement une carte de crédit, je vous suggère de la rembourser le plus rapidement possible. Voici quelques idées pour le faire.

**Arrêtez d'utiliser des cartes de crédit !**  
Sans doute, vous avez entendu que si vous êtes dans un trou et voulez en sortir, il faut arrêter de creuser. Si vous avez une solde sur le compte de crédit que vous ne pouvez pas payer entièrement, la première chose dont vous avez besoin est d'arrêter d'augmenter la dette. Adopter des mesures radicales si nécessaire : coupez la carte, mettez-la dans un container d'eau et congelez-la, ou donnez la carte à une amie de confiance qui va la cacher de vous.

Faites un plan. Vous avez déjà passé l'étape la plus difficile, celui de décider de changer d'image financière et de prendre action en vous débarrassant de vos cartes de crédit. Cette deuxième étape est tout aussi critique. Vous devez voir de quoi ont l'air les choses maintenant, et faire un plan pour les changer. Faites une liste à partir de vos récents relevés. Mettez la liste en ordre du plus gros montant au plus petit. Faites un effort de changer vos habitudes de dépenses ou vendez certaines choses, et commencez à payer autant que possible sur les plus petites dettes jusqu'à ce qu'elles soient réglées. (Vous gagnez de la motivation en atteignant un but en réglant une dette, c'est pourquoi je vous suggère de payer vos plus petits montants au début.) Ensuite, attaquez-vous à la prochaine dette la plus petite jusqu'à ce que ce soit réglé. Cela prendra de la discipline, mais vous serez récompensée. N'oubliez pas que Proverbes 22:7 nous dit que celui qui emprunte est l'esclave de celui qui prête. Vous ne devriez pas être un esclave de quelqu'un d'autre que Jésus-Christ.

Ne lâchez pas! Tapez-vous dans le dos, car vous avez arrêté de dépenser de l'argent que vous n'aviez pas, et avez fait un plan pour vous sortir de la dette. La meilleure chose que vous pouvez faire maintenant, c'est de persévérer jusqu'à ce que vous soyez libre de dettes de carte de crédit ! Cela peut sembler être comme

une grande tâche, mais prenez un pas à la fois, un jour à la fois.

Avoir des buts financiers et se discipliner pour les atteindre est très gratifiant. Être libre de dettes vous donne la capacité de donner généreusement aux besoins et aux ministères, atteignant bien au-delà de vous-même et aider ceux dans le besoin et d'étendre l'évangile. Vous serez contentes de l'avoir fait !



## Pensez-y ...

Saviez-vous que de payer seulement le minimum sur la dette de carte de crédit, ainsi encourant des frais d'intérêt, peut vous conduire à payer le double du montant d'un objet originellement acheté ?

Saviez-vous que de payer le minimum par mois sur votre carte de crédit peut avoir une incidence sur votre cote de crédit ?

Saviez-vous que si votre cote de crédit n'est pas bonne, cela peut augmenter vos obligations mensuelles, comme le coût de l'assurance, le loyer ou l'hypothèque ?



Ashley Reeve réside à Saint-Louis au Missouri et sert au collège Urshan College et à l'école de théologie Urshan Graduate School of Theology comme office en chef des finances. Cet article, y compris les images, a été publié pour la première fois dans le magazine Reflections du numéro de novembre-décembre 2015.