

Le plan de Dieu pour votre Bien-être

Semaine 7 : Le Bien-être professionnel

JOUR 43 : Vivre dans un but précis

Dès le moment où j'ai accepté Jésus, je me souviens d'avoir été rempli non seulement d'un immense sentiment d'amour, de joie et de paix, mais aussi de la conviction que j'étais né dans un but précis et pour un but précis. Non seulement cette conviction que Dieu a un plan d'ensemble pour moi s'est développée au cours de nombreuses années passées à le suivre, mais il en est de même de la clarté dont j'ai bénéficié concernant le but qu'il a fixé pour ma vie. Grâce à des années d'expérience, à l'aide du Saint-Esprit et à l'apport d'autres personnes, je peux dire avec confiance qui je suis appelé à être et ce que j'ai été spécifiquement appelé à faire. Cela me permet non seulement d'aller de l'avant, mais aussi de savoir à quoi dire "non", ce qui m'apporte un sentiment supplémentaire de concentration et de paix.

Les Japonais ont un mot pour cela : *ikigai*, traduit par "une raison d'être" ou "la raison pour laquelle vous vous réveillez le matin". La clarté de notre *ikigai*, ou objectif de vie, est cruciale pour notre bien-être. Des études ont montré que le fait de ne pas avoir de but augmente le risque de dépression, de pensées suicidaires, de mauvaises relations sociales et d'abus de drogues et d'alcool. A contrario, les personnes qui ont un sens aigu du but de leur vie ont tendance à agir de manière à accroître leur bien-être physique et mental.

Le concept d'appel, de vocation (du latin *vocare*, d'où vient le mot "vocation") est au cœur de notre objectif de vie. Alors, comment faire pour trouver et réaliser notre "appel" ? Tout d'abord, en reconnaissant que nous avons à la fois un objectif de vie général qui nous est commun et un chemin spécifique qui est propre à chacun d'entre nous.

Permettez-moi d'illustrer mon propos. Nous sommes aux Jeux olympiques d'Athènes en 2004, et le tireur à la carabine américain Matt Emmons n'est plus qu'à un coup de la médaille d'or. Il vise une cible à 50 mètres, respire profondément et tire. Il fait mouche ! Mais l'ordinateur n'enregistre rien. Il hausse les épaules, puis appelle les juges. Ceux-ci haussent également les épaules. L'arme ou l'ordinateur ont-ils mal fonctionné ?

Ni l'un ni l'autre. Emmons a atteint une cible, mais pas la bonne ! Il est passé de la première à la huitième place, d'une médaille d'or à aucune médaille. C'est une image très poignante de ce qui se passe si nous manquons notre appel dans la vie. Trouver notre but général, c'est comme toucher la bonne cible, et découvrir notre voie unique, c'est comme viser dans le mille. Aujourd'hui, pensons à la cible.

Pour trouver le but de notre vie, nous devons nous tourner vers celui qui nous a créés. C'est le cœur de ce qu'explore Rick Warren dans son best-seller « Une vie motivée par l'essentiel », dans lequel il dit ceci : "Si vous voulez savoir pourquoi vous avez été placé sur cette planète, vous devez commencer par Dieu. Vous êtes né par lui et pour lui... tant que vous n'aurez pas compris

cela, la vie n'aura aucun sens. Ce n'est qu'en Dieu que nous découvrons notre origine, notre identité, notre sens, notre but, notre signification et notre destinée. Tout autre chemin mène à une impasse".

Plusieurs tentatives ont été faites pour résumer ce que la Bible révèle au sujet de notre objectif général. La Confession de Westminster du XVII^e siècle a enseigné que "Le but principal de la vie de l'homme est de glorifier Dieu et de trouver en lui son bonheur éternel". John Piper a adapté la phrase en : " le but principal de l'homme est de glorifier Dieu **en trouvant** en lui son bonheur éternel." En d'autres termes, le but général de notre vie est étroitement lié aux questions de bien-être spirituel que nous avons explorées au cours de la quatrième semaine. D'autres ont simplement suggéré que notre but général "est de connaître Dieu et de le faire connaître".

Élie était quelqu'un qui vivait avec une conscience saine de ce but centré sur Dieu. Comme nous l'avons vu au Jour 2, chaque fois qu'il entendait son nom "Eli-yah", "l'Éternel est mon Dieu", il se rappelait qu'il devait toute son existence et son identité à l'Éternel. De même, dès les premiers mots qu'il prononce - "L'Éternel, le Dieu d'Israël, que je sers, est vivant..." (1 Rois 17:1) - il est évident qu'il savait que sa raison d'être découlait de sa relation avec Dieu et du fait qu'il le servait.

Ce n'est pas quelque chose d'unique à Élie. En fait, connaître le but que Dieu nous a donné et le vivre est le droit inné de chaque enfant de Dieu né de nouveau : "Car nous sommes l'ouvrage de Dieu, créés dans le Christ Jésus pour faire les bonnes œuvres que Dieu a préparées d'avance pour nous" (Éphésiens 2:10).

RÉFLÉCHIR, RÉAGIR, ÉCRIRE

Demandez-vous si votre cadran est au vert, au rouge ou à l'orange. Demandez-vous ensuite si votre orientation professionnelle est la bonne, car c'est peut-être l'une des principales raisons pour lesquelles vous ne ressentez pas de véritable bien-être professionnel. Réfléchissez à la manière dont vous pourriez apporter des changements pour vous remettre sur la bonne voie.

JOUR 44: Suivre sa voie

Hier, nous avons vu que notre vocation/notre appel se compose de deux éléments clés. Le premier consiste à découvrir et à vivre le but général de notre vie qui, dans son sens le plus simple, est de connaître Dieu et de le faire connaître. Le second, sur lequel nous nous concentrons aujourd'hui, consiste à découvrir et à suivre notre chemin de vie spécifique.

Eric Liddell, le personnage au centre du film « Chariots de feu », en est un excellent exemple. Athlète extrêmement doué et disciple de Jésus, il savait que son objectif principal était de vivre pour Dieu. Lorsque, aux Jeux olympiques de 1924, il s'est avéré que son épreuve favorite, le sprint de 100 mètres, devait avoir lieu un dimanche, il a courageusement suivi sa conviction personnelle de ne pas courir. Au lieu de cela, il a couru le 400 mètres, une épreuve qui se déroulait en semaine, et a remporté la médaille d'or. Malgré son incroyable talent et son potentiel olympique, il sentait que son appel ultime était de servir le Seigneur en tant que missionnaire en Chine. Après vingt ans, il est mort à l'âge de 43 ans dans un camp d'internement de civils japonais en 1945.

Un grand exemple biblique de quelqu'un qui a vécu sa vie avec l'objectif de servir le Seigneur et d'accomplir son appel spécifique est, bien sûr, le prophète Élie. Avant et après son burn-out dans 1 Rois 19, Élie a rempli son rôle de prophète national, appelé à déclarer hardiment la volonté de Dieu à une époque de déclin spirituel et moral. D'autres ont continué à servir Dieu, mais à leur manière comme le serviteur d'Élie, qui n'est pas nommé et qui était probablement appelé à soutenir le prophète. Il y a aussi un autre personnage intéressant dans l'histoire, un homme appelé Abdias. Il aimait également Dieu mais, contrairement à Élie, il est resté à la cour, travaillant très efficacement à l'intérieur du système en tant qu'administrateur du palais - et, ce faisant, il a réussi à cacher et à sauver une centaine d'autres prophètes des griffes meurtrières de Jézabel (voir 1 Rois 18:3-16). Le serviteur et Abdias ont tous deux joué des rôles différents, mais essentiels.

Chacun d'entre eux a répondu à son propre appel sans avoir besoin de devenir prophète. Cela illustre le fait qu'il n'y a pas de division entre sacré et séculier dans la Bible où les personnes impliquées dans le ministère chrétien "à plein temps" seraient d'une certaine manière plus importantes que celles qui remplissent leur appel de différentes manières - que ce soit au sein de la famille, du lieu de travail, de la communauté ou de l'église locale.

Cette image de la variété des dons et des appels spécifiques dans le cadre d'une église locale apparaît plus clairement dans le Nouveau Testament. Je me souviens avoir étudié, il y a de nombreuses années, divers passages du Nouveau Testament contenant des listes de dons de ministère (notamment Romains 12:3-6 ; 1 Corinthiens 12:28 ; Éphésiens 4:11-12) et j'ai été frappé par le fait que les rôles les plus visibles d'apôtres, de prophètes, d'évangélistes, de pasteurs et d'enseignants étaient célébrés dans de nombreux cercles ecclésiastiques contemporains, tandis que les rôles en coulisses, tels que les aides, les serveurs et les administrateurs, étaient sous-évalués. Lorsque j'ai commencé à enseigner et à célébrer ce don "des aides" dans le contexte de l'église locale, un couple s'est soudain senti responsabilisé et libéré en reconnaissant que ce merveilleux appel était le leur.

La découverte de notre appel unique peut être un processus de toute une vie et au fil des ans, j'ai cherché auprès de Dieu la clarté et la confirmation de ma voie spécifique. Mais il existe également un certain nombre d'outils de profils de personnalité qui peuvent vous être très utiles, tels que DISC, Myers-Briggs, Belbin ou Strength-Finder. L'important est de penser aussi largement que possible.

Alors que vous commencez à réfléchir à votre objectif de vie spécifique, voici quelques réflexions finales :

- Sachez que vous êtes "une créature merveilleuse" (Psaume 139:14), et que vous avez un chemin de vie qui vous est propre. Une fois encore, permettez-moi de vous encourager à ne pas tomber dans le piège de la comparaison. Ne vous évaluez pas à l'aune de ce que vous pouvez considérer comme les appels apparemment plus prestigieux ou plus importants d'autres personnes. Votre appel est le meilleur pour vous !
- Adoptez une approche holistique qui englobe votre travail, vos études, votre vie de famille et votre responsabilité plus large au service de votre église ou de votre communauté.
- Reconnaissez que la recherche du but de sa vie est presque toujours un voyage de découverte qui comprend l'auto-évaluation, l'expérimentation, la consultation d'autres personnes et la révélation de Dieu.
- Comprenez que, comme Eric Liddell, vous remplissez peut-être votre appel aujourd'hui - mais comme il l'a découvert, vous pouvez avoir un appel différent ou même ultime qui se trouve quelque part ailleurs dans l'avenir.

RÉFLÉCHIR, RÉAGIR, ÉCRIRE

Alors que vous commencez à réfléchir à votre parcours unique, pourquoi ne pas commencer par vous poser ces trois questions :

- Que puis-je faire de bien ? (Auto-évaluation et expérimentation)
- Que voient les autres en moi ? (Consultation)
- Y a-t-il un appel ultime que je n'ai pas encore rempli ? (Révélation)

JOUR 45 : Etre "dans le flux"

Lorsque la recherche de l'accomplissement de notre objectif de vie et de notre chemin de vie spécifique se rejoignent, c'est comme si nous atteignons la bonne cible, en plein dans le mille ! Nous finissons par nous sentir vivants et par penser que nous sommes nés pour cela. Eric Liddell, dont nous avons évoqué l'histoire hier, a parlé de la joie qu'il ressentait lorsqu'il courait : « Dieu m'a fait rapide. Et quand je cours, je ressens son plaisir ». Personnellement, plus j'ai cherché à apprécier et à satisfaire Dieu en toutes choses, et à découvrir les dons et le rôle uniques qu'il m'a donnés, plus je me suis senti épanoui, ce qui m'a permis de donner le meilleur de moi-même pour le bien d'autrui. Je crois que c'est ce que Dieu veut pour chacun d'entre nous.

De nombreux psychologues insistent sur l'importance d'exploiter nos points forts. Nous avons beaucoup plus de chances de nous épanouir lorsque nous agissons en fonction de nos points forts et lorsque nous faisons ce que nous faisons le mieux. Cela ne veut pas dire que nous vivons dans un monde parfait où nous pouvons passer tout notre temps à agir uniquement dans nos domaines de compétence. Néanmoins, tout au long de notre vie, nous pouvons chercher des moyens, par le biais d'un travail rémunéré et/ou d'autres moyens de service, de consacrer davantage de temps et d'attention aux domaines dans lesquels nous sommes les plus forts.

En étudiant le ministère d'Élie, en particulier le point culminant de 1 Rois 18, j'ai été frappé à de nombreuses reprises par la façon dont il a pu accomplir des choses remarquables avec une apparente facilité. L'assurance avec laquelle il a affronté et vaincu les prophètes de Baal, prié pour la pluie et distancé le char du roi est une merveilleuse image de quelqu'un qui vit selon les forces que Dieu lui a données.

Le fait de gagner en clarté et en confiance quant à nos forces spécifiques - et de s'épanouir dans celles-ci - nous aide dans un domaine clé du bien-être, à savoir le sentiment d'être "engagé". L'engagement est lié à ce que les psychologues appellent le "flux" (en anglais "le flow") c'est-à-dire le fait de se sentir au mieux de sa forme et d'être le plus performant possible en étant totalement concentré. Apparemment, l'expérience du "flux" provoque une cascade de substances neurochimiques - adrénaline, dopamine, endorphines, anandamide et ocytocine – qui se libèrent dans notre cerveau, ce qui provoque un état d'euphorie naturelle. En outre, ces expériences améliorent les performances : "Il a été démontré que la créativité augmente de 500 à 700 % dans un état de flux... Il existe une corrélation documentée entre le flux et les performances élevées dans les domaines de la créativité artistique et scientifique, de l'enseignement, de l'apprentissage et du sport... Il a été associé à la persistance et à la réussite... tout en contribuant à réduire l'anxiété lors de diverses activités et à augmenter l'estime de soi".

Si nous voulons augmenter le temps que nous passons dans le flux, nous devons réfléchir à la manière dont nous gérons notre énergie (voir le jour 8). Étant donné que nous ne disposons chaque jour que d'une quantité limitée d'énergie - non seulement physique, mais aussi émotionnelle et créative - il est important de bien la gérer. Vu que nous avons tous diverses responsabilités à assumer chaque jour, nous devons reconnaître que nous sommes plus performants à certains moments pour certaines tâches. La clé d'une performance optimale est

d'identifier ces moments et ces tâches, puis de donner le meilleur de notre énergie aux choses qui comptent le plus. Par exemple, c'est le matin que je suis le plus alerte physiquement et le plus créatif intellectuellement. En fait, très tôt le matin ! Ainsi, pour les tâches qui requièrent le plus d'énergie et de créativité, comme l'écriture de ce livre, je constate que j'obtiens beaucoup plus de résultats si je me lève et me concentre tôt. Dans la mesure du possible, j'essaie de remettre à plus tard les autres tâches, comme les réunions et les courriels (qui, pour moi, demandent souvent moins d'énergie créative). Je suis conscient que vous êtes peut-être dans une période de votre vie où vous avez moins de flexibilité et où vous devez peut-être vous concentrer sur ce que les autres attendent de vous. Toutefois, compte tenu de la marge de manœuvre réduite dont vous disposez, il est d'autant plus important d'utiliser le peu de temps et de flexibilité dont vous disposez à bon escient.

La dernière question que je souhaite aborder aujourd'hui est celle, très pratique, des pauses. Notre corps, et en particulier notre cerveau, n'a pas été conçu pour fonctionner constamment de manière optimale, mais pour fonctionner au mieux dans une série de "poussées d'énergie" suivies d'un temps de repos et de récupération. L'utilisation efficace des pauses est un autre moyen d'améliorer nos performances et notre sentiment de bien-être. Essayez de les considérer comme de petits cadeaux pour vous ressourcer. J'essaie généralement de faire un peu d'exercice pendant ces pauses - même si ce n'est que quelques minutes - et j'inclus presque toujours un bref moment de prière où je demande une sagesse et une force renouvelée. Je reviens ensuite au projet ou à la réunion en me sentant revigoré physiquement, émotionnellement et spirituellement, prêt à donner le meilleur de moi-même. Cela signifie également que je peux mieux me concentrer, ce qui a un impact extrêmement positif sur mon sentiment de bien-être professionnel.

RÉFLÉCHIR, RÉAGIR, ÉCRIRE

Pensez aux moments où vous avez été dans le flux - comment était-ce ? Le temps s'est-il arrêté pour vous ? Étiez-vous complètement absorbé par votre tâche ? Réfléchissez à la manière dont vous pourriez réorganiser votre emploi du temps quotidien et hebdomadaire afin de consacrer le meilleur de votre temps et de votre énergie aux activités les plus importantes.

JOUR 46 : Le besoin de persévérance

Même si nous avons découvert quel est le but de notre vie ainsi que notre voie unique, et que nous avons fait l'expérience de ce que signifie être "dans le flux", il est toujours possible que nous égarions. Je suis sûr que nous avons tous connu des moments où nous avons perdu notre motivation, notre concentration et notre créativité. Parfois, nous avons tout simplement envie d'abandonner. Nous avons donc également besoin de persévérance pour renouveler et maintenir notre bien-être professionnel ! Le lien entre l'objectif et la persévérance est évident. Lorsque nous sommes passionnés par quelque chose qui correspond à notre objectif, nous sommes plus enclins à persévérer, à faire des sacrifices et à maintenir le cap en cas de problème.

Abraham Lincoln est l'un des plus grands exemples de persévérance professionnelle. Né dans la pauvreté, Lincoln a été confronté à l'adversité tout au long de sa vie. Il a perdu huit élections, a échoué deux fois en affaires et a souffert d'une dépression nerveuse. Il aurait pu abandonner à de nombreuses reprises, mais il ne l'a pas fait, et c'est parce qu'il n'a pas abandonné qu'il est aujourd'hui considéré comme l'un des plus grands présidents de l'histoire des États-Unis d'Amérique.

Parfois, nous nous sentons tellement abattus et découragés que nous avons besoin d'aide pour nous relever. Nous avons déjà vu comment Élie a fait preuve d'une ténacité et d'une persévérance remarquables au cours de ses premières années de ministère. Nous avons également noté qu'il en est venu à vouloir abandonner. Dans la version en langage courant de la Bible, il aurait dit : "Ça suffit, DIEU ! Prends ma vie" (1 Rois 19:4). C'est un discours de démission assez complet ! Mais si Élie n'en pouvait plus, ce n'était pas le cas de Dieu. Au contraire, après avoir commencé à le ranimer physiquement, émotionnellement et spirituellement, le Seigneur a réaffirmé l'appel d'Élie par ces mots simples mais puissants : "Retourne d'où tu es venu" (1 Rois 19:15). Il se peut que cet appel à reprendre le chemin du retour ne soit pas seulement une référence au fait d'emprunter la même route géographique, mais qu'il s'agisse d'un encouragement à revenir à sa vocation d'origine. Ayant été ressourcé et avoir retrouvé la présence de Dieu, il était prêt à reprendre l'appel prophétique qu'il avait failli abandonner. Il se peut que, comme Élie, vous songiez à abandonner. Il se peut que vous ayez besoin de réfléchir et de reconsidérer la question de savoir si vous avez simplement besoin de "retourner d'où vous êtes venus".

Cependant, si notre appel reste le même, la manière dont nous le vivons peut changer. Comme nous l'avons déjà vu (et nous le verrons à nouveau demain), Élie est reparti comme il était venu, mais avec une nouvelle mission. Tout d'abord, Dieu lui a demandé d'aller oindre deux nouveaux rois, ce que, malheureusement, le prophète, habituellement obéissant, n'a pas fait. Heureusement, il avait une deuxième mission, qui consistait à nommer Elisée pour lui succéder en tant que prophète. Il l'a fait fidèlement. Ainsi, au lieu d'abandonner de façon prématurée, Élie s'est levé, est retourné sur ses pas et a persévéré pendant dix ans.

Je ne sais pas ce qu'il en est pour vous, mais il m'est arrivé d'avoir envie d'abandonner. La plus importante de ces périodes a été celle où nous avons commencé à fonder l'Église de KingsGate. Nous étions sous pression sur tous les fronts - physiquement, émotionnellement, spirituellement,

relationnellement et financièrement. Je me sentais très sollicité : j'occupais un nouveau poste d'enseignant à temps plein dans l'enseignement secondaire, j'aidais Karen autant que possible à s'occuper de notre jeune famille, je terminais une thèse de doctorat et, plus difficile encore, j'essayais d'implanter une église. Au bout de 18 mois, l'église est passée de neuf à quinze personnes, mais nous avons eu un "réveil inversé" et nous nous sommes retrouvés à six personnes, dont trois membres de notre famille. J'étais prêt à démissionner et j'ai remis ma démission au Seigneur à plusieurs reprises. Je me souviens lui avoir dit : "Je ne peux pas construire cette église" et, sentant le Seigneur sourire, je l'ai entendu dire en retour : "Bien, je suis heureux que nous ayons réglé cela !" (Jésus a dit : "Je bâtirai mon église" - Matthieu 16:18). J'ai donc commencé à me recentrer pendant cette saison, avec une conscience croissante que si quelque chose devait arriver, ce serait avec le Seigneur travaillant en moi et à travers moi, et non pas en essayant de faire les choses par mes propres forces. J'ai également commencé à apprendre le pouvoir de la persévérance.

Où que vous en soyez aujourd'hui, surtout si vous êtes dans la zone rouge dans votre appel ou si vous vous y dirigez et que vous envisagez d'abandonner, je vous encourage : n'abandonnez pas. Ne vous arrêtez pas à une fausse ligne, continuez jusqu'au bout.

RÉFLÉCHIR, RÉAGIR, ÉCRIRE

Peut-être luttez-vous contre une perte de motivation, de créativité ou d'énergie, ou peut-être avez-vous envie d'abandonner. Peut-être avez-vous simplement besoin d'une plus grande clarté et d'une plus grande confiance en votre appel. Où que vous en soyez, prenez le temps de réfléchir. Y a-t-il des mesures à prendre pour raviver votre sens d'appel et de destinée ? Reprenez conscience de votre objectif et décidez de persévérer - jusqu'à la fin !

JOUR 47 : Seul ou avec d'autres personnes

Nous pouvons essayer de répondre à notre appel de deux manières : seul ou avec d'autres personnes. Comme nous l'avons vu au cours de la cinquième semaine, avoir des amis et fonctionner en communauté est vital pour notre bien-être relationnel. Cela nous fournit des nutriments vitaux qui nous renforcent et nous protègent, nous et ceux avec qui nous sommes en relation. Aujourd'hui, nous allons nous concentrer sur les énormes avantages professionnels qu'apporte le travail avec d'autres personnes.

Un auteur résume la situation de la manière suivante : "La réalité indéniable est que votre réussite dans la vie et dans les affaires dépend non seulement de ce que vous faites et de la manière dont vous le faites, de vos aptitudes et de vos compétences, mais aussi de la personne qui le fait avec vous ou pour vous.... Lorsque vous avez la force de l'autre de votre côté, vous pouvez dépasser toutes les limites que vous rencontrez actuellement ou que vous rencontrerez à l'avenir". En d'autres termes, lorsque d'autres personnes sont à nos côtés, nous ne sommes plus limités à nos seuls dons, mais nous bénéficions des avantages cumulés d'un partenariat et d'un travail d'équipe avec des personnes dotées de dons différents. En outre, le fait de travailler avec des personnes d'âges différents signifie que notre influence est multipliée et accessible à différentes générations.

Pendant la première partie de son ministère, Élie a fonctionné en grande partie comme un électron libre, un modèle qui l'a laissé isolé et très vulnérable. Cela signifiait également que s'il était mort dans le désert comme il l'avait demandé, son ministère prophétique serait mort avec lui. Heureusement, sa rencontre avec le Seigneur sur le mont Horeb a marqué un tournant. Alors qu'il entamait la phase finale de son ministère, il n'était plus un prophète solitaire, mais un jeune ami, qui serait son successeur, travaillait à ses côtés. En fait, il semble qu'il ait passé les dix années suivantes à encadrer Élisée. Il n'est pas question de dire qu'Élie était parfait - nous savons qu'il ne l'était pas - mais sa vie a eu un tel impact sur Élisée que la dernière demande du jeune homme avant qu'ils ne se séparent a été "une double part de ton esprit" (2 Rois 2:9).

Cet appel à travailler avec d'autres personnes et à les encadrer n'est pas unique à Elie. Jésus en a été le modèle suprême en passant la majeure partie de trois ans et demi avec ses douze disciples. Puis, avant de quitter la terre pour aller au ciel, il leur a donné, ainsi qu'à l'Église naissante, le grand mandat : "Allez et faites des disciples" (Matthieu 28:19). L'apôtre Paul reprend ce thème avec un jeune homme, Timothée : Toi donc, mon fils, fortifie-toi dans la grâce qui est dans le Christ Jésus. Et ce que tu m'as entendu dire en présence de nombreux témoins, confie-le à des personnes dignes de confiance, qui seront aussi capables de l'enseigner à d'autres" (2 Timothée 2:1-2).

L'accent mis sur la discipline de vie à vie et la longévité de ces relations - dix ans pour Élie et Élisée, un peu plus de trois ans pour Jésus et ses disciples - soulignent que l'engagement est nécessaire de la part des deux parties. Il est clair que la personne qui encadre doit investir du temps et que celle qui est encadrée doit être déterminée à suivre son mentor d'aussi près que possible.

Je voudrais conclure sur un principe plus large, qui concerne le pouvoir du travail d'équipe. Pour citer une phrase un peu ringarde mais largement vraie : "Le rêve est possible grâce au travail d'équipe". (C'est un jeu de mots en anglais: teamwork makes the dream work.) Personnellement, j'ai constaté que plus j'ai découvert qui j'étais, plus j'ai découvert qui je n'étais pas. Plus je me rends compte de ce que je sais faire, plus je me rends compte de ce que je ne sais pas faire. J'apprécie énormément le fait de faire partie d'équipes formidables composées d'hommes et de femmes doués différemment et je suis très consciente de la synergie et de l'effet multiplicateur du travail avec les autres.

RÉFLÉCHIR, RÉAGIR, ÉCRIRE

En prenant du recul et en réfléchissant, prenez le temps de vous demander si vous devez modifier votre mode de fonctionnement, que ce soit dans le cadre de votre travail ou d'un service plus large. Fonctionnez-vous comme un électron libre ou travaillez-vous déjà avec d'autres ? Dans un cas comme dans l'autre, réfléchissez à la manière dont vous pouvez accroître votre investissement dans les autres et améliorer votre fonctionnement dans le contexte d'une équipe.

JOUR 48 : La puissance de l'Esprit

En tant que responsable d'église, une partie de mon travail consiste à enseigner le dimanche à KingsGate Peterborough - un auditorium qui peut accueillir 1 500 personnes. Si j'essayais de parler dans cet espace relativement grand en utilisant uniquement la force de ma propre voix, j'aurais du mal à me faire entendre de tous. En revanche, avec un bon amplificateur, je peux communiquer clairement et avec beaucoup moins d'effort. Aujourd'hui, nous allons voir comment Dieu nous a donné quelque chose (ou plus précisément quelqu'un) qui agit comme un amplificateur de nos dons : le Saint-Esprit.

Tout au long de la Bible, nous voyons le Saint-Esprit remplir des personnes afin d'amplifier leurs dons et de les rendre capables d'accomplir le but que Dieu leur a donné : comme Bézalel pour le travail artistique (Exode 31:2-5), ou Gédéon pour le leadership (Juges 6:15,34), ou Samson pour la force (Juges 15:14). C'est le même Saint-Esprit qui était à l'origine du ministère d'Élie. Cela permet de répondre à la question de savoir comment quelqu'un qui était "un être humain comme nous" (Jacques 5:17) a pu prononcer les paroles révélatrices et accomplir les puissants miracles qu'il a fait. Ce n'est pas seulement parce qu'il était un grand homme de foi et de prière, mais aussi parce que la puissance de l'Esprit agissait avec lui et à travers lui.

L'œuvre de l'Esprit dans la vie d'Élie est évidente : implicite tout au long de ses premières années de ministère, elle est ensuite spécifiquement mentionnée en 1 Rois 18:46, lorsque "la puissance de l'Éternel vint sur Élie" et qu'il devança le char du roi. Plus tard, juste avant qu'il ne soit enlevé au ciel, nous voyons la puissance de l'Esprit à travers l'image du manteau d'Élie. Élie et Élisée se trouvaient au bord du Jourdain lorsque "Élie prit son manteau, le roula et en frappa l'eau. L'eau se divisa à droite et à gauche, et tous deux traversèrent à pied sec" (2 Rois 2:8). Il s'agit manifestement de bien plus que de l'acte physique d'un morceau de tissu séparant la rivière ! Il s'agit plutôt d'un don prophétique qui ne vient pas de lui, mais du Saint-Esprit. Immédiatement après, Élisée fait une dernière demande : "Qu'il y ait sur mon une double part de ton esprit" (2 Rois 2:9). En d'autres termes, Élisée reconnaît qu'Élie agit non seulement avec une force naturelle, mais aussi avec une puissance spirituelle. Après qu'Élisée a vu Élie monter au ciel, nous lisons dans ceci dans 2 Rois 2:13-15 :

Elisée ramassa le manteau d'Elie qui lui était tombé dessus, retourna sur ses pas et se tint sur la rive du Jourdain. Il prit le manteau tombé d'Élie et en frappa l'eau. "Il demanda : "Où est l'Éternel, le Dieu d'Élie ? Quand il frappa l'eau, elle se divisa à droite et à gauche, et il traversa le Jourdain. La troupe des prophètes de Jéricho, qui regardait, dit : "L'esprit d'Élie repose sur Élisée'.

Le manteau symbolisait la puissance de l'Esprit de Dieu, qui avait été sur la vie d'Élie. Élisée savait que c'était la clé, et il a donc demandé une double part de cette puissance. Il a demandé, il a reçu, et il a continué à faire des miracles encore plus grands que son maître.

Comment tout cela s'applique-t-il à nous ? Dans un superbe passage parallèle du Nouveau Testament, Luc raconte comment Jésus - semblable à Élie mais bien plus grand que lui - se préparait à monter au ciel. Avant de partir, il a préparé ses disciples, semblables à Élisée, et leur a

promis que le même Saint-Esprit qui l'avait oint serait répandu sur eux : Vous êtes témoins de ces choses. Je vais vous envoyer ce que mon Père a promis ; mais restez dans la ville jusqu'à ce que vous ayez été revêtus de la puissance d'en haut" (Luc 24:48-49). Le parallèle avec Élie et Élisée est frappant. Jésus disait quelque chose d'extrêmement important. L'Église est appelée à poursuivre son objectif global de le connaître et de le faire connaître et pour cela nous devons être revêtus du même Esprit Saint que Jésus. Cette puissance a été déversée sur les disciples qui attendaient le jour de la Pentecôte et est toujours disponible pour l'Église aujourd'hui (voir Luc 11:13 ; Actes 2:1-4 ; 2:38-39).

Tout comme Élie a reçu l'onction pour être prophète, nous pouvons également recevoir l'onction pour notre appel, que ce soit au sein de notre famille, de notre lieu de travail, de notre église locale ou de la communauté.

RÉFLÉCHIR, RÉAGIR, ÉCRIRE

En réfléchissant à la merveilleuse promesse du Saint-Esprit, demandez-vous si vous avez reçu ce super don. Si ce n'est pas le cas, pourquoi ne pas demander à Dieu de vous remplir de sa puissance afin de vous aider à être plus efficace dans votre appel professionnel ou votre appel de vie spécifique ?

JOUR 49 : Promesse de récompenses

Que faites-vous lorsque le travail vous semble pénible ? Vous travaillez peut-être dans une situation qui n'est pas idéale et vous avez l'impression que c'est tout simplement difficile. Vous vous demandez si ce que vous faites en vaut la peine ? Même si vous êtes actuellement reconnaissants du temps que vous passez à vivre et à travailler dans votre domaine professionnel ou votre appel de prédilection, cela ne signifie pas que ce que vous faites ne vous semblera pas parfois difficile, voire ennuyeux ! Alors, comment continuer - comment maintenir la motivation lorsque nous ne nous sentons pas particulièrement motivés ?

Pour ceux d'entre nous qui sont chrétiens, la réponse consiste à vivre toute notre vie dans la reconnaissance envers le Dieu qui nous a appelés, sachant qu'en fin de compte, il nous récompensera. Paul le résume ainsi : "Tout ce que vous ferez, en paroles ou en œuvres, faites-le au nom du Seigneur Jésus, en rendant par lui des actions de grâces à Dieu le Père" (Colossiens 3:17). Le "quoi que vous fassiez" est délibérément placé dans le contexte plus large d'un passage qui parle de la vie et des relations au sein de l'Église, et est immédiatement suivi d'une section qui se concentre sur les relations dans la famille, au travail et dans la communauté. En d'autres termes, le but global de notre vie est de connaître Dieu et de le faire connaître dans tous les domaines de notre vie - que nous travaillions à plein temps, que nous fassions des études, que nous nous occupions d'enfants ou de parents âgés, que nous soyons à la retraite ou que nous fassions du bénévolat. Paul nous donne ensuite une motivation ultime pour vivre de cette manière. Quelques versets plus loin, il répète la même phrase, en insistant cette fois sur la question des récompenses : "Quoi que vous fassiez, travaillez-y de tout votre cœur... car vous savez que vous recevrez du Seigneur un héritage en récompense. C'est le Seigneur Christ que vous servez" (Colossiens 3:23-24). La vérité simple mais profonde est que pour chacun d'entre nous, dans quel que domaine que ce soit, tout ce que nous faisons doit être pour le Seigneur. Nous vivons et travaillons dans une perspective éternelle : puisque cette vie n'est pas la fin et qu'il y a une vie après la vie, quand Jésus revient il y aura des récompenses dans l'ère à venir.

Nous ne savons pas quelle récompense recevra Élie lorsque Christ reviendra, mais il semble que Dieu ait été satisfait de son service fidèle (bien qu'imparfait). Tout d'abord, il a eu droit à un départ en fanfare ! Au lieu de mourir, il a été accompagné au ciel par un char de feu dans un tourbillon. Deuxièmement, il a reçu un héritage qui a duré plus longtemps que sa vie. Des siècles plus tard, sa vie était célébrée dans la littérature juive intertestamentaire, notamment dans le livre de l'Ecclésiastique (qui ne figure pas dans la Bible chrétienne) : *Alors se leva Élie, prophète de feu, et sa parole brûlait comme une torche... Comme tu as été glorieux, Élie, par tes actions merveilleuses ! Tu es destiné à ramener les cœurs des parents vers leurs enfants et à restaurer les tribus de Jacob*" (Ecclésiastique 48:1-10, NRSV). Troisièmement, Élie accompagné de Moïse est réapparu sur terre, cette fois à l'un des moments forts du ministère de Jésus, sur la montagne de la Transfiguration (voir Matthieu 17:1-4). Nous ne savons pas de quoi ils ont parlé, mais Jeff Lucas a suggéré ce qui suit :

"Est-il possible que, alors que Jésus est confronté à la dernière grande étape de l'obéissance, Élie, qui a fait des merveilles mais qui n'a pas été à la hauteur de la volonté de Dieu, encourage son

Seigneur à aller jusqu'au bout, à payer le prix final, à être l'ultime radical ? Peut-être le saurons-nous un jour. Ce que nous savons, c'est que cet homme ordinaire, qui était "comme nous", a eu droit à un rappel d'honneur lors des moments de transfiguration."

Bien qu'aucun d'entre nous ne connaisse un rappel comme celui d'Élie, si nous plaçons notre confiance en Dieu, nous avons la promesse que nous recevrons une récompense pour notre service fidèle (même s'il est parfois hésitant). Nous n'obtenons pas tout ce que nous désirons dans cette vie, et notre travail peut être difficile dans ce monde imparfait. Cependant, si nous vivons bien et restons fidèles à l'appel que Dieu nous a donné, nous accumulons de grandes récompenses dans les temps à venir. Alors, avec Élie et des multitudes d'autres, nous entendrons la voix du Seigneur lui-même qui nous dira : "C'est bien, venez jouir pour toujours de mon shalom complet et parfait".

RÉFLÉCHIR, RÉAGIR, ÉCRIRE

Pensez à l'impact que vous aimeriez avoir et à l'héritage que vous aimeriez laisser. Pensez ensuite à la promesse de récompenses éternelles. Réfléchissez à la manière dont vous pourriez vouloir changer votre approche de la vie, du ministère et du travail. Recevez une force et une motivation nouvelles dans "tout ce que vous faites".

Le plan de Dieu pour votre Bien-être

REGARDER VERS L'AVENIR

JOUR 50 : Un bien-être toujours plus grand

Le message de ce livre est que Dieu a vraiment un plan pour vous permettre de jouir d'un bien-être dans tous les domaines de votre vie - physique, émotionnel, spirituel, relationnel, financier et professionnel. Alors que nous arrivons à ce dernier jour, j'espère que vous ne verrez pas cela comme la fin d'un guide de 50 jours, mais comme une invitation à un voyage de toute une vie vers un bien-être toujours plus grand !

Dans un passage biblique classique de Noël qui a fortement influencé le Messie de Haendel, Dieu a révélé son plan établi de longue date pour notre bien-être croissant, centré sur la venue du Messie : Car un enfant nous est né, un fils nous est donné ; le gouvernement reposera sur son épaule, et on l'appellera Admirable conseiller, Dieu puissant, Père éternel, Prince de la paix [shalom]. Il n'y aura pas de fin à l'accroissement de son gouvernement et de sa paix [shalom]" (Ésaïe 9:6-7, ESV). Cela s'est accompli lorsque Jésus est venu non seulement pour apporter la paix et le bien-être, mais encore plus comme la source même de notre paix et de notre bien-être. Ainsi, Dieu n'a pas seulement un plan, mais par Jésus et par son Saint-Esprit, il est venu personnellement pour que vous et moi puissions faire l'expérience d'un plus grand bien-être.

Cependant, si nous voulons profiter des avantages de ce bien-être toujours croissant, nous devons être prêts à faire une partie du travail - et nous assurer que nous introduisons des rythmes qui s'alignent sur le plan parfait de Dieu.

Nous commençons par **nous soumettre à son plan pour notre vie**. Avant de pouvoir expérimenter une augmentation de sa paix, nous avons besoin d'une augmentation de son gouvernement ou de sa domination dans nos vies. Si tu n'as pas encore fait de Jésus le Seigneur de ta vie, je t'encourage vivement à le faire ! Ce sera la meilleure décision de votre vie. Si vous êtes déjà un disciple du Christ, prenez un nouvel engagement pour le faire passer en premier.

Ensuite, nous devons **continuer à renouveler notre intelligence conformément à sa vérité**. Comme nous l'avons vu au cours de la première semaine, si nous voulons faire l'expérience d'un bien-être croissant, nous devons commencer par développer un état d'esprit de bien-être.

Pour continuer à aller de l'avant, nous devons continuer à **faire preuve d'intentionnalité dans nos prochains pas**. J'espère que vous avez déjà fait des progrès et des avancées significatives au cours des 50 derniers jours. Ce qui est important, c'est que vous ne vous arrêtiez pas maintenant ! Je vous encourage à réexaminer chacun des six domaines de votre vie. Essayez de prendre le temps de passer en revue les différentes sections et les notes que vous avez prises et pour chaque section réfléchissez à la chose qui aura le plus d'impact pour vous à mesure que vous avancerez. Veillez à être aussi précis que possible. (Par exemple, si, dans le domaine physique, vous voulez perdre du poids et être en meilleure forme, fixez-vous des objectifs précis et

décidez d'habitudes régulières). Il ne s'agit pas seulement d'avoir de nobles aspirations, mais aussi des étapes suivantes réalisables.

Ensuite, il est important **d'être vulnérable et transparent** devant au moins une autre personne. Cela peut sembler un peu inconfortable au début, mais nous sommes beaucoup plus susceptibles de continuer à progresser si nous mettons sur papier nos prochaines étapes, si nous les partageons avec d'autres personnes et si nous les invitons à nous demander régulièrement comment nous nous en sortons. Célébrons les petites victoires ! Et quoi qu'il arrive, continuons à avancer. Ne vous découragez pas si vous ne voyez pas de résultats immédiats. C'est rarement le cas. Mais si vous continuez, vous remarquerez peu à peu une différence.

Enfin, **donner ce que l'on a reçu**. Le but ultime de votre bien-être n'est pas seulement pour vous, mais aussi pour les autres. Dieu se préoccupe de notre bien-être, mais il est également passionné par le bien-être des communautés, des villes et des nations dont nous faisons partie. Dans une lettre convaincante envoyée par Jérémie aux exilés de Babylone, le Seigneur exhorte son peuple : "Recherchez la paix et le bien-être pour la ville où je vous ai envoyés en exil, et priez l'Éternel en sa faveur, car c'est dans sa paix (son bien-être) que vous aurez la paix" (Jérémie 29:7, AMP).

Ma prière est que chacun d'entre nous jouisse d'un bien-être accru dans sa vie, qui débordera sur tous ceux qui l'entourent, au nom de Jésus, le Prince du bien-être !