

Dossier Vivre n° 28

MAKARIOS

ou

En route
vers le bonheur

Manfred Engeli

LES DOSSIERS DE VIVRE

2 parutions par an

Précédemment LES DOSSIERS de SEMAILLES & MOISSON

- N° 1 (1993): *Histoire en marche et prophétie biblique* (Collectif)
N° 2 (1993): *Les Assemblées Évangéliques de Suisse Romande sous la loupe* (M. Lüthi) (2^e éd.)
N° 5 (1995): *Échec et foi* (Collectif)
N° 8 (1996): *Église ouvre-toi* (Congrès AEPF, 1996) (2^e éd.)
N° 9 (1997): *La foi chrétienne à l'épreuve de la crise* (F. de Coninck)
N° 10 (1997): *Conversion oblige!* (B. Bolay)
N° 13 (1999): *Qui suis-je? La dynamique de mon identité* (collectif)
N° 15 (2000): *Utiles, les conflits?* (collectif)
N° 16 (2000): *Dire Dieu dans la tempête* (Madeline Heiniger)
N° 17 (2001): *La centième brebis* (Alain Glibert)
N° 18 (2001): *Les Mille Cris* (Danielle Robertson)
N° 19 (2002): *La solitude, ça n'existerait pas?* (collectif)
N° 20 (2002): *L'Evangile au pays du million d'éléphants* (Silvain Dupertuis)
numéro spécial – 100 ans de mission au Laos (FS 13.—, € 8.50)
N° hors-série (2003): *Aux sources historiques des Eglises Évangéliques*
(M. Lüthi) (FS 24.—, € 16.—)
N° 21 (2004): *Dépendance et codépendance* (collectif)
N° 22 (2004): *Pour une éthique biblique* (Congrès AEPF 2004)
N° 23 (2005): *Jésus-Christ: Dieu avec nous* (Jacques Blandenier)
N° 25 (2006): *Les secrets de famille* (Collectif, Rencontres de Lavigny)
N° 28 (2007): *MAKARIOS ou En route vers le bonheur* (Manfred Engeli)

(Les numéros 3, 4, 6, 7, 11, 12, 14, 24, 26, 27 sont épuisés)

Prix: *L'exemplaire:* FS 11.—, € 7.—

Abonnement annuel: FS 17.—, € 12.— (France), € 13.— (Europe)

Commandes et abonnements:

Suisse: Association l'Eau Vive – 4, Carrefour du Bouchet
CH-1209 Genève – Tél. + Fax: +41 (0)22 733 99 23

France et Excelsis, Diffusion, BP 11, 26450 Cléon d'Andran

Belgique: Tél.: +33 (0)4 75 91 81 81; Fax: +33 (0)4 75 90 43 18

Vivre Mensuel de la Fédération Romande d'Eglises
Évangéliques (FREE)

Z. I. En Glapin 8, CH-1162 St-Prex – vivre@bluewin.ch

MAKARIOS ou En route vers le bonheur – (Manfred Engeli)

Dossier VIVRE n°28, © Éditions Je Sème, Genève 2007

ISBN 2-940330-08-5

Traduction: Sylvie et Serge Carrel

Les citations bibliques sont tirées en général de la version TOB,
sauf autre mention

Pour lire ou écouter d'autres contributions de ou sur Manfred Engeli:
www.lafree.ch

Table des matières

7	• <i>Avant-propos</i>
	• <i>Chapitre 1</i>
11	Dieu veut notre bonheur
12	Dieu nous appelle à devenir ses fils et ses filles
13	Notre contribution
	• <i>Chapitre 2</i>
15	Apprendre de Jésus-Christ
16	Les dispositions intérieures de Jésus-Christ
19	Comment apprendre de Jésus ?
	• <i>Chapitre 3</i>
23	Aimer Dieu
23	L'homme, un être relationnel
25	L'amour, notre plus grand besoin et notre plus grande mission
26	Notre image de Dieu
29	Aimer Dieu
	• <i>Chapitre 4</i>
33	... et son prochain comme soi-même !
34	Qu'est-ce que l'amour ?
36	Comment arriver à aimer ?
38	Surmonter les obstacles

- *Chapitre 5*

43	Des schémas pour nos relations
44	Le triangle relationnel
45	Donner à Dieu la place qui lui revient
47	La communication
48	La responsabilité personnelle
51	Apprendre à digérer
53	Démêler nos relations
56	La « formule relationnelle »

- *Chapitre 6*

59	La liberté
60	La liberté par le don de soi
63	Veiller sur soi-même
65	Gérer ses émotions et ses pensées
68	Tenir sa langue en bride

- *Chapitre 7*

73	Découvrir notre structure intérieure
74	Le combat intérieur
78	La structure intérieure procure la paix
80	Ma volonté : qui sert-elle ?

- *Chapitre 8*

83	Vivre réconcilié
84	Notre réconciliation avec Dieu
87	Se réconcilier avec soi-même et avec son prochain
90	Se réconcilier avec la vie
92	Se réconcilier avec son passé
94	Vivre réconcilié dans l'aujourd'hui

- *Chapitre 9*

97	Le style de vie des fils et des filles de Dieu
98	Le style de vie de Jésus
101	L'hygiène psychospirituelle et la prophylaxie

- *Chapitre 10*

109	Le quotidien
110	Etre conduit par le Saint-Esprit
113	Avec Dieu dans notre travail
114	Commencer sa journée
115	Marcher dans les oeuvres préparées d'avance
118	Se laisser conseiller par Dieu
120	La nuit, lieu de bénédiction

- *Chapitre 11*

123	Louange à la grâce
124	Dieu nous accompagne jusqu'au but
126	La grâce de Dieu
128	Demeurer dans la grâce
130	La sanctification
134	Chant de louange à la grâce de Dieu

- *Appendice*

137	Définition des termes
139	L'art des petits pas



Avant-propos

Paul Watzlawick a publié un livre au titre provocateur : «Faites vous-même votre malheur»¹. C'est un art que nous maîtrisons sans nécessité d'introduction ! De plus, nous nous le transmettons de génération en génération. Dieu mène le combat contre les racines du malheur : il veut nous enseigner l'art d'être heureux au travers de notre relation avec lui. Le bonheur qu'il nous réserve, est exprimé dans le Nouveau Testament par le terme grec «*makarios*». Ce qui signifie «heureux»² et qui est traduit parfois par «bienheureux».

Aujourd'hui, je peux dire que je suis «*makarios*». Cela n'a pas toujours été le cas ! Mes expériences et notre chemin avec Dieu, en tant que couple et en famille, ont été marqués pendant de nombreuses années par un vécu heureux et de réelles bénédictions. Puis, nous sommes tombés dans la «fornaise de la souffrance». Notre fils David avait trente ans. Il exerçait un ministère pastoral en France. C'était son premier poste. Il est tombé malade et a

¹ Paul Watzlawick, *Faites vous-même votre malheur*, Paris, Seuil, 1990.

² Voir l'explication dans l'appendice.

été emporté par un cancer. Un peu plus d'une année après, on diagnostique chez moi un cancer avancé, extrêmement agressif, et, médicalement parlant, sans aucune chance de guérison. Chez moi, Dieu est intervenu et ma vie se poursuit ! Ce qui s'est passé là, au travers de ce double chemin de souffrance, est, pour nous et nos enfants, d'un point de vue humain, illogique et inexplicable. La détresse et la souffrance ne nous ont toutefois pas séparés de l'amour de Dieu, mais sa bonté, sa miséricorde et sa grâce nous sont devenues profondément concrètes et nous sommes aujourd'hui plus « *makarios* » qu'autrefois.

Ce livre propose un parcours avec Dieu. Il est aussi le fruit de plus de vingt ans de pratique psychothérapeutique basée sur la foi chrétienne³. Pour moi, la Bible est bien la Vérité. Elle est la Parole de Dieu, elle est digne de confiance, et elle forme une unité dans ses affirmations. La Bible est la source véritable de la Connaissance. Par elle, Dieu nous fait découvrir « *les trésors de sagesse et de connaissance, qui sont cachés en Christ* »⁴. Dans ma vie personnelle et dans ma pratique de la relation d'aide, j'ai fait l'expérience que la Parole de Dieu est une force qui transforme, et « *je n'ai donc pas honte de l'Evangile* »⁵. En lisant la Bible, ce qui m'interpelle fait écho à mes expériences vécues, à mes connaissances de psychologue et à mes expériences en relation d'aide. Mon regard sur la Bible est marqué par la découverte de son importance fondamentale pour notre vie humaine.

Alors pourquoi écrire ce livre ? Ce n'est pas uniquement pour partager mes découvertes avec vous, mais surtout

³ Comme j'ai exercé mon travail de psychothérapeute dans la dépendance de Dieu, je parlerai par la suite de relation d'aide.

⁴ Colossiens 2,3.

⁵ Paul dans l'épître aux Romains 1,16.

à cause de cette déclaration de Jésus : *« Jusqu'à présent, mon Père ne cesse d'agir »*⁶. Car je sais que cela est encore valable aujourd'hui. Si, en lisant ce livre, vous donnez une chance à Dieu, vous ferez vous aussi l'expérience de son action. Certains textes bibliques, certaines paroles ou une image, peuvent toucher votre cœur. Dieu veut parler à notre cœur. Si vous vous rendez compte que cela se passe, prenez le temps de vous arrêter et de vous occuper de ce qui vous touche, de ce qui se passe en vous. Peut-être en ressortira-t-il une demande à adresser à Dieu, ou un pas à faire dans la prière. Il peut être utile de prendre note de ces expériences intérieures ou de leurs conséquences dans votre vie quotidienne. Pour cela, un journal de bord pourrait vous être utile. De toute façon, vous trouverez bien vous-même une solution pour ne pas oublier ce que cette lecture aura déclenché en vous !⁷

Ma prière est que Dieu vous bénisse au travers de la lecture de ce livre ! Qu'il vous fasse don d'une perception intérieure de plus en plus claire de ce qu'il veut produire de nouveau en vous !

*« Ne vous souvenez pas des premiers événements,
Et ne considérez plus ce qui est ancien.
Voici que je fais une chose nouvelle,
Elle est maintenant en germe,
Ne la reconnaissez-vous pas ?
Je mettrai un chemin dans le désert
Et des fleuves dans la terre aride⁸. »*

⁶ Jean 5, 17.

⁷ Voir Psaume 103,2.

⁸ Es 43, 18-19 (BS).



Dieu veut notre bonheur

« Je serai heureux de leur faire du bien »¹.

Si mon père m'avait dit cela, je l'aurais pris au sérieux. Devant certains de ses actes ou de ses choix, je me serais peut-être posé la question de ce qu'il entendait par « faire du bien ». J'aurais peut-être secoué la tête sans comprendre, mais je n'aurais pas douté qu'il pensait vraiment ce qu'il disait ! Au travers de ce texte, c'est notre « Père céleste » qui parle, lui qui nous aime et qui ne peut pas nous mentir.

Est-ce vraiment ce que nous vivons ? Est-ce que cela correspond à notre expérience ? Notre Dieu est-il vraiment un Père aimant qui a de la joie à nous faire de bons cadeaux ? Cette relation aimante avec un Dieu qui serait notre Père et une aspiration au bonheur sont profondément inscrites dans notre cœur. Au fond de nous-mêmes, nous avons la conviction que c'est bien là que réside notre véritable « vocation ». Mais la réalité de notre vie est souvent très loin de cela. Pourquoi ? Que pouvons-nous faire ?

¹ Jérémie 32,41 (BJ).

Dieu nous appelle à devenir ses fils et ses filles

Jésus-Christ joue un rôle central dans la découverte de notre véritable identité. Il dit de lui-même :

*« Je suis le chemin, la vérité et la vie.
Personne ne vient au Père autrement que par moi »².*

Dieu a envoyé sur la terre son Fils bien-aimé, afin de réconcilier les êtres humains avec lui et de les libérer de la puissance du Mal. A tous ceux qui l'acceptent dans leur vie *« il donne le pouvoir de devenir enfants de Dieu »³*, et de découvrir en Dieu un Père qui leur permet de vivre en fils et filles de Dieu. A travers la mort et la résurrection de Jésus, Dieu triomphe des conséquences destructrices de la Chute et inaugure une « nouvelle création ».

*« Car c'est lui qui nous a faits ;
nous avons été créés en Jésus-Christ
pour les œuvres bonnes,
que Dieu a préparées d'avance,
afin que nous nous y engagions »⁴.*

Je suis impressionné de voir comment le Père veut faciliter la vie de ses enfants. Non seulement il fait d'eux de « nouvelles créatures » et par là les rend capables d'aimer et de faire le bien, mais bien plus, il prépare tout devant eux de façon à ce qu'il ne leur reste plus qu'à entrer dans des œuvres qu'il a déjà préparées pour eux. Par cette nouvelle création, l'Esprit du Seigneur vient habiter en eux, remplit

² Jean 14,6.

³ Jean 1,12.

⁴ Ephésiens 2,10 (voir à ce sujet le chapitre « Le style de vie des fils et des filles »).

leur cœur de paix⁵ et les introduit dans « *la liberté glorieuse des enfants de Dieu* »⁶. Nous reconnaissons que le Père veut vraiment faire du bien à « ses fils et à ses filles ». Il veut les rendre heureux, les rendre « *makarios* »⁷ !

Comme son offre est extraordinaire, quand nous la mesurons à la réalité de notre vie quotidienne ! Pour nous, la vie est souvent un combat fatigant, nos relations peuvent être orageuses, nous nous sentons harcelés par les attentes d'autrui, par des obligations ou par les circonstances. Nous sommes souvent déchirés par des conflits intérieurs entre ce que nous aimerions faire et ce que nous faisons réellement. Nous sommes conscients de nos manques d'amour. Et dans combien de domaines, notre cœur est-il insatisfait et se débat-il ? Il est bloqué par les peurs, l'inquiétude et les soucis. Que signifie alors, très concrètement, le fait que Jésus est le chemin vers le Père ? Que signifie pour nous le fait qu'il est le chemin vers une vie nouvelle, une vie de paix et de liberté ?

Notre contribution

Notre premier pas est de nous décider pour ce chemin. C'est ce que nous faisons quand nous acceptons l'offre extraordinaire de Dieu en recevant Jésus comme Sauveur et Seigneur⁸. Ainsi, nous devenons « enfants de Dieu ». Nous entrons dans la « nouvelle création » et nous nous ouvrons à toute la richesse des bénédictions divines que Dieu a en réserve pour nous⁹.

⁵ Voir à ce sujet ce que Jésus dit en Jean 14, 26-27.

⁶ Romains 8,21 (SR).

⁷ Voir l'appendice.

⁸ Voir Jean 1,12.

⁹ Voir par exemple Ephésiens 1,3.

Mais Jésus nous invite à faire encore un pas de plus. Il aimerait que nous marchions avec lui et que nous portions son « joug » :

*« Venez à moi, vous tous qui peinez sous le poids du fardeau, et je vous donnerai le repos. Prenez sur vous mon joug et mettez-vous à mon école, car je suis doux et humble de cœur, et vous trouverez le repos de vos âmes.
Oui, mon joug est facile à porter et mon fardeau léger »¹⁰.*

Jésus nous encourage à laisser de côté les nombreux « jougs » qui lestent notre vie et à n'en porter qu'un seul, le sien. Son joug, facile à porter : c'est son bras aimant, sous lequel il nous invite, pour trouver avec lui la paix et le repos. Sous son bras, nous pouvons discuter de tout, le questionner, observer sa manière de vivre, le suivre là où il va. Il s'offre à nous comme modèle. Ainsi nous pouvons apprendre à vivre comme des fils et des filles de Dieu, et devenir « makarios » !

¹⁰ Matthieu 11, 28-30.