

Réveillez-vous!

FÉVRIER 2014



COMMENT BIEN GÉRER SON TEMPS

Réveillez-vous![®]
DANS CE NUMÉRO :

JW
.ORG

À LIRE EN LIGNE
www.jw.org

EN COUVERTURE



Comment bien gérer son temps

PAGES 6-9

- 3 COUP D'ŒIL SUR LE MONDE
- 4 D'APRÈS LA BIBLE
Le spiritisme
- 10 INTERVIEW
Un biotechnologiste parle de sa foi
- 12 PORTRAITS DU PASSÉ
Constantin
- 14 DE L'AIDE POUR LES FAMILLES
Si votre adolescente est stressée
- 16 HASARD OU CONCEPTION ?
La lanterne d'une luciole Photuris

ADOLESCENTS



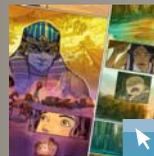
Tu trouveras la réponse biblique à des dizaines de questions que les jeunes se posent. Par exemple :

- « Est-ce que je fais une obsession de mon physique ? »
- « Qu'est-ce qu'un vrai ami ? »
- « Le sexting : que faut-il savoir ? »

Voir aussi sous « Ce qu'ils en pensent » la vidéo « Une bonne hygiène de vie ».

(À retrouver sous LA BIBLE ET VOUS > ADOLESCENTS.)

ENFANTS



Découvrez des bandes dessinées bibliques. Servez-vous des activités proposées pour aider votre enfant à améliorer sa connaissance des personnages et des principes de la Bible.

(À retrouver sous LA BIBLE ET VOUS > ENFANTS.)

Dépôt légal : 11/2013

Vol. 95, No. 2 / Monthly / FRENCH

Tirage de chaque numéro : 44 748 000 en 99 langues

Ce document ne peut être vendu. Sa diffusion s'inscrit dans le cadre d'une œuvre mondiale d'enseignement biblique rendue possible par des offrandes volontaires. Sauf indication contraire, les citations des Écritures sont tirées de la version en français moderne *Les Saintes Écritures. Traduction du monde nouveau* (avec notes et références).

Awake! (ISSN 1146-3872) is published monthly by Watchtower Bible and Tract Society of New York, Inc.; L. Weaver, Jr., President; G. F. Simons, Secretary-Treasurer; 25 Columbia Heights, Brooklyn, NY 11201-2483, U.S.A., and in the United Kingdom by Watch Tower Bible and Tract Society of Britain, The Ridgeway, London NW7 1RN (Registered in England as a Charity). © 2014 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania. Printed in United Kingdom.

« Éditions les Témoins de Jéhovah de France » (ass. 1901), 11, rue de Seine, 92100 Boulogne-Billancourt. Directeur de la publication : Jean-Marie Bocckaert. Imprimeur : Watch Tower Bible and Tract Society of Britain, The Ridgeway, London NW7 1RN, United Kingdom. (Organisme de bienfaisance enregistré en Angleterre.) Publié en Belgique par : Congrégation chrétienne des Témoins de Jéhovah (éditeur responsable : Marcel Gillet), rue d'Argile-Potaardestraat 60, B-1950 Kraainem, Belgique, PP-PB BRUXELLES X — BRUSSEL X N° 10/667.

Aimeriez-vous en savoir plus
ou bénéficier de cours bibliques gratuits ?

Rendez-vous sur www.jw.org
ou écrivez à l'une des adresses suivantes :

LES TÉMOINS DE JÉHOVAH : FRANCE : BP 625, F-27406 Louviers
Cedex. BELGIQUE : Rue d'Argile-Potaardestraat 60, B-1950
Kraainem. La liste complète des adresses est disponible sur
www.jw.org/fr/nous-contacter.



ÉTATS-UNIS

« Un fumeur coûte à un employeur du secteur privé [...] 5 816 \$ [4 249 €] de plus par an qu'un non-fumeur », rapporte le *New York Times*. D'après les données recueillies par des chercheurs de l'Université de l'Ohio, ce surcoût est dû aux pauses cigarette, aux dépenses de santé plus élevées et à l'absentéisme. Il est aussi dû à la perte de productivité, probablement causée par les symptômes de manque de nicotine.



ITALIE

« L'incohérence entre ce que disent les fidèles et les pasteurs, et ce qu'ils font, entre leur parole et leur façon de vivre mine la crédibilité de l'Église » (pape François).



MALAISIE

Les autorités ont découvert 24 tonnes d'ivoire de contrebande — soit plus de 1 000 défenses d'éléphant — cachées parmi du bois d'acajou dans deux conteneurs. Les écologistes disent qu'il s'agit d'une prise record. Le chargement provenait du Togo et avait pour destination la Chine.

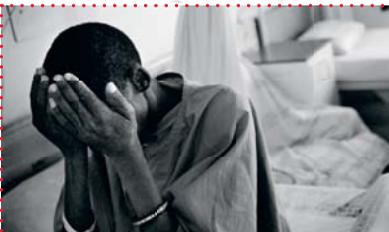
AUSTRALIE

Les applications simulant des jeux d'argent sur smartphones et autres appareils électroniques sont très populaires parmi les enfants. Certaines imitent de vrais jeux de casino, mais avec de plus grandes chances de gagner. Un rapport du gouvernement fait cette mise en garde : les enfants risquent de penser qu'il n'y a rien de mal à jouer de l'argent et « pourraient devenir des adultes dépendants ».



AFRIQUE

D'après un rapport de 2012 de l'Organisation mondiale de la santé, 63 % des décès enregistrés ces dernières années étaient causés par des maladies transmissibles, notamment le sida, des maladies diarrhéiques, le paludisme, la tuberculose et des maladies infantiles.





LE SPIRITISME

Est-il mal de chercher à communiquer avec les morts ?

« Ne vous adressez pas à ceux qui invoquent les esprits [...], de peur de vous rendre impurs par eux »
(Lévitique 19:31, Second 21).

CE QUE CERTAINS DISENT Certains voudraient être sûrs que leurs proches qui sont morts ne souffrent pas, et cela se comprend. Ils se disent : « Pourquoi ne pas essayer d'entrer en contact avec eux par un médium ? Peut-être qu'il m'aidera à tourner la page et à retrouver ma sérénité. »

CE QUE LA BIBLE DIT La Bible est claire au sujet des tentatives de communication avec les morts, une pratique courante dans les temps anciens. Par exemple, la Loi que Jéhovah Dieu avait donnée à la nation d'Israël précisait : « Il ne se trouvera chez toi personne qui [...] consulte un médium, ou quelqu'un qui [...] interroge les morts. Car tout homme qui fait ces choses est chose détestable pour Jéhovah » (Deutéronome 18:10-12). La Bible dit aussi que ceux qui pratiquent le spiritisme, sous quelque forme que ce soit, « n'hériteront pas du royaume de Dieu » (Galates 5:19-21).



Les morts peuvent-ils agir sur les vivants ?

CE QUE CERTAINS DISENT Beaucoup affirment que les morts continuent à vivre sous une forme ou une autre. C'est pourquoi ils essaient parfois de communiquer avec eux, peut-être dans l'espoir d'obtenir des renseignements ou de les apaiser pour qu'ils ne leur fassent pas de mal.

CE QUE LA BIBLE DIT « Les vivants savent qu'ils mourront ; mais les morts, eux, ne savent rien [...]. De plus, leur amour et leur haine et leur jalousie [tout ce qu'ils ressentent alors qu'ils vivaient] ont déjà péri » (Ecclésiaste 9:5, 6). La Bible enseigne donc que les morts sont tout simplement... morts ! Ils ne peuvent ni penser, ni agir, ni même adorer Dieu. « Ce ne sont pas les morts qui louent [Dieu], ni aucun de ceux qui descendent au silence », lit-on en Psaume 115:17.

« Les vivants savent qu'ils mourront ; mais les morts, eux, ne savent rien » (Ecclésiaste 9:5).

Les médiums ne fournissent-ils pas parfois des informations exactes ?

CE QUE CERTAINS DISENT Certains prétendent que les médiums peuvent révéler des informations que seuls les morts et leur famille ou leurs amis sont censés connaître.

CE QUE LA BIBLE DIT Le chapitre 28 du livre de 1 Samuel raconte qu'un jour, un roi infidèle du nom de Saül a désobéi à Dieu en allant consulter une médium. En apparence, elle a communiqué avec Samuel, un adorateur de Dieu qui était mort. Mais est-elle réellement entrée en contact avec lui ? Non. Elle a en fait communiqué avec un imposteur, quelqu'un qui se faisait passer pour Samuel.

« Doit-on s'adresser aux morts en faveur des vivants ? » (Isaïe 8:19).

Cet imposteur était un esprit méchant, un agent du « père du mensonge », Satan (Jean 8:44). Pourquoi les esprits méchants, ou démons, encouragent-ils la croyance en une vie après la mort ? Leur but est de discréditer Dieu et sa Parole écrite, la Bible (2 Timothée 3:16).

Tout cela veut-il dire qu'il n'y a pas d'espoir pour les morts ? Loin de là ! La Bible promet que ceux qui sont « endormis » dans la mort seront ressuscités* (Jean 11:11-13 ; Actes 24:15). En attendant, nous pouvons être sûrs que nos proches qui sont morts ne souffrent d'aucune façon. ■

* Le chapitre 7 du livre *Qu'enseigne réellement la Bible ?* développe le thème « Une espérance réelle pour vos proches qui sont morts ». Vous pouvez le lire en ligne sur www.jw.org.

« Si seulement j'avais plus de temps ! » Vous faites-vous souvent cette réflexion ? En un sens, le temps met tout le monde sur un pied d'égalité : le puissant et le riche n'en ont pas plus que le petit et le pauvre. Et ni le riche ni le pauvre ne peuvent en accumuler. Une fois perdu, le temps est perdu pour toujours. La meilleure chose à faire, c'est donc de bien employer son temps. Comment ? Examinons quatre principes très utiles pour bien gérer son temps.

COMMENT BIEN GÉRER SON TEMPS

1^{er} principe : **Soyez organisé**

Définissez les priorités. « Vérifi[ez] les choses les plus importantes », conseille la Bible (Philippiens 1:10). Faites la liste des tâches importantes et/ou urgentes à effectuer. Mais souvenez-vous que ce qui est important — comme faire des courses — n'est pas nécessairement urgent. À l'inverse, ce qui peut vous sembler urgent — comme ne pas manquer le début de votre émission préférée — n'est pas forcément important*.

* Voir « 20 façons de libérer du temps », dans notre numéro d'avril 2010.

Planifiez. On lit en Ecclésiaste 10:10 (*Parole de Vie*) : « Si le fer d'une hache ne coupe plus, et si on ne l'aigüise pas, il faut deux fois plus de force pour frapper. La sagesse a l'avantage de faire réussir les choses. » L'idée ? Aigüisez votre hache, c'est-à-dire organisez-vous à l'avance pour rentabiliser votre temps. Reportez, voire annulez, les tâches non essentielles, qui souvent ne font que manger du temps et de l'énergie. Si vous avez fini une tâche plus tôt que prévu, pourquoi ne pas en entamer une autre qui était programmée pour plus tard ? En planifiant, vous augmentez votre productivité, comme le bûcheron qui aigüise sa hache.

Simplifiez votre vie. Apprenez à dire non à ce qui est sans importance ou qui vous fait perdre du temps. Trop d'activités et de rendez-vous peut provoquer un stress inutile et jouer sur votre moral.



2^e principe : Méfiez-vous des voleurs de temps

La procrastination et l'indécision. « Qui observe le vent ne sèmera pas ; et qui regarde les nuages ne moissonnera pas » (Ecclésiaste 11:4). L'idée ? En remettant toujours au lendemain, on perd en temps et en productivité. Un cultivateur qui attend les conditions idéales risque de ne jamais semer ni moissonner. Pareillement, nous pourrions être indécis à cause des incertitudes de la vie. Ou nous pourrions penser qu'il faut attendre d'avoir tous les éléments en main pour prendre une décision. C'est sûr, il est nécessaire de se renseigner et de bien réfléchir avant toute décision importante : « L'homme réfléchi avance avec prudence », lit-on en Proverbes 14:15 (*Bible du Semeur*). Mais dans les faits, quand on prend une décision, il y a souvent une part d'incertitude (Ecclésiaste 11:6).

Le perfectionnisme. « La sagesse d'en haut [ou : de Dieu] est [...] raisonnable », dit Jacques 3:17. Évidemment, c'est excellent de vouloir bien faire les choses ! Mais parfois, on place la barre si haut que la déception, voire l'échec, est inévitable. Quelqu'un qui apprend une langue étrangère, par exemple, doit accepter de faire des fautes, sachant que cela l'aidera à progresser. Mais le perfectionniste tremble à l'idée de se tromper, ce qui ralentit ses progrès. Il vaut tellement mieux avoir des attentes

modestes ! « La sagesse est avec les modestes », affirme Proverbes 11:2. De plus, ceux qui sont humbles et modestes ne se prennent pas trop au sérieux et savent rire d'eux-mêmes.

« CE QUE LES CHOSES VOUS COÛTENT VRAIMENT, CE N'EST PAS DE L'ARGENT, C'EST DU TEMPS » (*Que faire entre la naissance et la mort ?* [angl.]).



DES CHIFFRES RÉVÉLATEURS...

50,2 HEURES

Temps que l'employé canadien moyen consacre à ses activités professionnelles chaque semaine (d'après une étude menée sur un échantillon de 25 000 employés).

3,8 HEURES

Temps moyen qu'un Français de plus de quatre ans a passé devant la télé chaque jour, en 2011.

8 MINUTES

Temps que les pères passent à discuter avec leurs enfants chaque jour en Inde. Les mères qui travaillent passent environ 11 minutes à parler avec leurs enfants, et les mères au foyer, pas plus de 30 minutes.

3^e principe : **Soyez équilibré et réaliste**

Trouvez l'équilibre entre travail et détente.

« Mieux vaut une poignée de repos qu'une double poignée de dur travail et de poursuite du vent » (Ecclésiaste 4:6). Les drogués du travail se privent souvent de la récompense de leur « double poignée de dur travail ». Ils n'ont plus ni le temps ni la force d'en profiter. Les paresseux, à l'inverse, s'accordent une « double poignée » de repos et gaspillent un temps précieux. La Bible recommande l'équilibre : travailler dur et en apprécier la récompense. « Cela est le don de Dieu » (Ecclésiaste 5:19).



Ne grignotez pas sur votre temps de sommeil.

Un rédacteur biblique a écrit : « En paix je veux me coucher et aussi dormir » (Psaume 4:8). Généralement, un adulte a besoin de huit heures de sommeil par nuit pour recharger ses batteries physiques, émotionnelles et intellectuelles. Le sommeil est un bon investissement en temps, car il améliore la concentration et la mémorisation, ce qui favorise l'apprentissage. Par contre, le manque de sommeil non seulement ralentit l'apprentissage, mais aussi est source d'accidents et d'erreurs, et rend irritable.

Ayez des objectifs réalistes. « Mieux vaut ce que voient les yeux que la divagation du désir » (Ecclésiaste 6:9, *Bible d'Osty*).

L'idée ? Une personne réfléchie ne permet pas à ses désirs de prendre le contrôle de sa vie, en particulier les désirs impossibles à satisfaire. Par exemple, elle ne se laisse pas séduire par une publicité accrocheuse ou par un crédit facile. Elle apprend plutôt à se contenter de ce qu'elle peut vraiment obtenir, de « ce que voient [ses] yeux ».

COMBIEN DE TEMPS ÇA COÛTE ?

Avant d'acheter quelque chose, convertissez sa valeur marchande en temps qu'il vous faut pour gagner cette somme « et voyez si cet achat vaut toujours le coup », conseille l'auteur et psychologue Charles Spezzano.

4^e principe : Adoptez les bonnes valeurs

Analysez vos valeurs. Ce sont vos valeurs qui déterminent ce que vous considérez comme bon, important et digne d'intérêt. Si votre vie était une flèche, ce seraient vos valeurs qui guideraient sa trajectoire. De bonnes valeurs vous permettent donc de vous fixer les bonnes priorités et d'utiliser au mieux votre temps, heure après heure, jour après jour. Où trouver ce genre de valeurs ? Beaucoup se tournent vers la Bible, car ils apprécient son immense sagesse (Proverbes 2:6, 7).

Faites de l'amour votre valeur la plus importante. L'amour « est un lien d'union parfait », dit Colossiens 3:14. On ne peut pas trouver le vrai bonheur et la sécurité affective sans amour, en particulier dans la famille. Ceux qui ne tiennent pas compte de cette vérité, peut-être parce qu'ils donnent la priorité à la richesse ou à leur carrière, investissent en réalité dans leur malheur. Ce n'est pas pour rien que la Bible présente l'amour comme la valeur la plus importante et la mentionne plusieurs centaines de fois ! (1 Corinthiens 13:1-3 ; 1 Jean 4:8).

Réservez-vous du temps pour apprendre à connaître Dieu. Geoff avait une femme attentionnée, deux enfants épanouis, des amis fidèles et un métier gratifiant : secouriste ambulancier. Mais dans son travail, il était souvent en contact avec la souffrance et la mort. Il se demandait : « Est-ce

vraiment tout ce qu'on peut attendre de la vie ? » Un jour, il a lu des publications bibliques des Témoins de Jéhovah et a trouvé des réponses satisfaisantes.

Geoff a parlé de ce qu'il apprenait à sa femme et à ses enfants ; cela les a intéressés. Toute la famille a commencé à étudier la Bible. Cette étude a enrichi leur vie et les a aidés à faire un bien meilleur usage de leur temps. Elle leur a aussi apporté l'espérance merveilleuse d'une vie éternelle sans souffrance et qui ait vraiment un sens (Révélation 21:3, 4).

L'histoire de Geoff illustre bien ces paroles de Jésus Christ : « Heureux ceux qui sont conscients de leur pauvreté spirituelle », c'est-à-dire de leur besoin de connaître Dieu (Matthieu 5:3). Êtes-vous prêt à vous réserver du temps pour combler ce besoin ? Soyez sûr qu'il n'existe pas de meilleure façon d'utiliser non seulement chacune de vos journées, mais aussi votre vie entière. ■

QU'EST-CE QUI COMPTE POUR VOUS ?

- | | |
|--|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> LA FAMILLE | <input type="checkbox"/> LE SOCIAL |
| <input type="checkbox"/> LE TRAVAIL | <input type="checkbox"/> LA RELIGION |
| <input type="checkbox"/> L'INSTRUCTION | <input type="checkbox"/> LES LOISIRS |
| <input type="checkbox"/> LES AMIS | <input type="checkbox"/> LA SANTÉ |





Un **biotechnologiste** parle de sa foi

En 1978, Hans Kristian Kotlar débutait en tant que chercheur à l'hôpital Radium, en Norvège, où il a étudié le cancer et le système immunitaire chez l'homme. À l'époque, il s'est aussi intéressé à l'origine de la vie. *Réveillez-vous !* l'a interrogé sur son domaine de recherche et sur sa foi.

Qu'avez-vous fait pour découvrir l'origine et le sens de la vie ?

Mon père était catholique et ma mère, protestante. Cela dit, la religion n'avait pas beaucoup d'importance pour eux. En ce qui me concerne, à l'adolescence, je me suis interrogé sur le sens de la vie, et j'ai lu des livres sur le bouddhisme, l'hindouisme et l'islam. J'ai même demandé à Dieu de me faire connaître la vérité.

Dans les années 1970, la biologie moléculaire a connu des avancées spectaculaires. Je me suis demandé si cette science

pourrait nous révéler comment la vie est apparue. Comme les mécanismes présents dans les cellules vivantes m'intriguaient, j'ai fait des études en biotechnologie. La plupart de mes professeurs disaient que la vie avait évolué grâce à des processus naturels, et je les croyais.

Pourquoi vous êtes-vous intéressé à la Bible ?

Un jour, deux Témoins de Jéhovah se sont présentés à ma porte. Bien qu'ils se soient montrés aimables, je leur ai répondu sèchement que je n'étais pas intéressé. Ma

femme, qui m'avait entendu, m'a dit : « Tu n'as pas été très sympa, Hans Kristian. En plus, tu t'es toujours intéressé au sens de la vie ! » Elle avait raison. J'ai eu honte... Du coup, j'ai couru après les Témoins. Au cours de la conversation, je leur ai expliqué que je voulais savoir si la Bible était en accord avec la science.

Que vous ont-ils répondu ?

Ils m'ont montré ce que la Bible dit au sujet de la Source de l'énergie manifeste dans l'univers. Ils m'ont lu un verset qui disait : « Levez bien haut vos yeux et voyez. Qui a créé ces choses ? [...] Par suite de l'abondance de l'énergie vive, car il est aussi vigoureux en force, pas une ne manque¹. » Ça a piqué ma curiosité. En même temps, il semblait logique que seule une Source intelligente

J'en suis arrivé à la conclusion que la vie est l'œuvre d'un Créateur intelligent.

d'énergie puisse être à l'origine de l'ordre dans l'univers.

Avez-vous changé d'avis sur l'évolution ?

J'ai progressivement compris que les différentes théories de l'évolution n'étaient pas fondées sur des preuves scientifiques solides. Au fond, ce sont des histoires inventées pour expliquer comment des mécanismes aussi remarquables que ceux qu'on trouve dans les êtres vivants, comme le système immunitaire, ont pu apparaître sans l'aide d'une intelligence. Plus j'étudiais le système immunitaire, plus je me rendais compte de sa complexité et de son efficacité. J'en suis arrivé à la conclusion que la vie est l'œuvre d'un Créateur intelligent.

Qu'est-ce que le système immunitaire a de si remarquable ?

En fait, le système immunitaire est un ensemble impressionnant de mécanismes conçus pour nous défendre contre quantité d'agents infectieux, comme les bactéries et les virus. Ces mécanismes peuvent eux-mêmes être groupés en deux systèmes complémentaires. Le premier déclenche une contre-attaque en quelques heures. Le second met plusieurs jours à passer à l'action, mais il cible les envahisseurs de ma-

nière bien spécifique. Il a aussi une excellente mémoire. Si un certain envahisseur se présente de nouveau quelques années plus tard, il sera rapidement neutralisé. Tout le système fonctionne si bien que, souvent, on ne se rend même pas compte qu'on a eu une infection et qu'on a été bien protégé. Ce qui est incroyable aussi, c'est la façon dont le système immunitaire fait la différence entre les éléments étrangers et les certaines de types de cellules qui composent notre corps.

Comment se déroule la contre-attaque ?

Les micro-organismes pénètrent par les voies respiratoires et digestives, par l'appareil génito-urinaire et par les lésions de la peau. Quand le système immunitaire détecte un intrus, il déclenche une série de réactions qui font appel à des dizaines de protéines bien spécifiques. Chaque réaction enclenche la suivante afin d'intensifier la contre-attaque. Ce processus est stupéfiant !

Doit-on en conclure que vos connaissances scientifiques ont renforcé votre foi en Dieu ?

Oui, tout à fait ! L'efficacité et la complexité de notre système immunitaire montrent qu'il existe un Créateur plein de sagesse et

d'amour. Mais la science a aussi renforcé ma foi dans la Bible ! Par exemple, Proverbes 17:22 dit qu'« un cœur qui est joyeux fait du bien au corps » (note). Les chercheurs ont découvert que le mental a une influence sur le système immunitaire. Le stress, par exemple, a tendance à l'affaiblir.

Beaucoup de scientifiques ne croient pas en Dieu. Pourquoi, d'après vous ?

Ça dépend. Certains — et c'était mon cas — acceptent simplement ce qu'on leur a enseigné. Ils partent peut-être du principe que l'évolution est scientifiquement prouvée. D'autres ne se préoccupent pas trop de savoir comment la vie est apparue. C'est dommage. Je trouve qu'ils devraient se poser plus de questions.

Pourquoi êtes-vous devenu Témoin de Jéhovah ?

J'ai été attiré par la gentillesse des Témoins et par leur foi dans l'avenir meilleur² que promet le Créateur. En plus, cette foi repose sur des preuves et des raisonnements logiques, pas sur des mythes ni des théories³. ■

1. Isaïe 40:26.

2. Révélation 21:3, 4.

3. Hébreux 11:1.



CONSTANTIN

Constantin est le premier empereur romain à s'être réclamé du christianisme. En adoptant cette religion auparavant persécutée, il a profondément influencé l'histoire du monde. En effet, il a favorisé la formation de la chrétienté, qui est devenue « l'instrument social et politique le plus puissant » ayant jamais influencé le cours de l'Histoire, observe l'*Encyclopædia Britannica*.

EN BREF

- ▶ Constantin est devenu empereur sur l'Empire romain d'Occident en 306 de notre ère, puis il a régné seul sur l'Orient et l'Occident de 324 à 337.
- ▶ Il a prétendu avoir eu dans un rêve, ou une vision, la garantie que le Dieu des chrétiens l'aiderait au combat.
- ▶ Attribuant à Dieu une certaine victoire militaire, il « a immédiatement ordonné » de mettre une lance en forme de croix dans une main de sa statue et de placer celle-ci « dans le lieu le plus fréquenté de Rome » (Paul Keresztes, historien).
- ▶ Il portait le titre païen de *Pontifex Maximus*, ou grand prêtre, et se considérait comme le souverain suprême de toutes les religions de son empire.

POURQUOI parler d'un empereur romain de l'Antiquité ? Si vous vous intéressez au christianisme, il est important que vous sachiez que les manœuvres politiques et religieuses de Constantin ont eu une influence sur les croyances et les pratiques de nombreuses Églises, et ce jusqu'à ce jour. Voyez plutôt.

LES ÉGLISES : RECONNUES PUIS EXPLOITÉES

En 313 de notre ère, Constantin régnait sur l'Empire romain d'Occident, tandis que Licinius et Maximin Daïa régnaient sur l'Orient. Constantin et Licinius ont accordé la liberté de culte à tous, y compris aux chrétiens. Constantin a protégé le christianisme, convaincu qu'il l'aiderait à unir son empire*.

Mais il a eu la désagréable surprise de constater que les Églises étaient divisées par des querelles. Souhaitant vivement les réunifier, il a cherché à établir, puis à imposer, la « vraie » doctrine. Pour obtenir son approbation, les évêques devaient faire des compromissions religieuses ; ils bénéficiaient alors de l'exemption d'impôts et d'un généreux soutien financier. « Celui qui adoptait la "bonne" version de la doctrine chrétienne avait accès non seulement au ciel, mais aussi à d'abondantes ressources sur terre », explique l'historien Charles Freeman. Les membres du clergé sont ainsi devenus des personnages influents dans

* La sincérité des convictions chrétiennes de Constantin a beaucoup fait débat, notamment à cause « des concessions évidentes qu'il a faites aux cultes païens, même à la fin de son règne » (Raymond Van Dam, historien).

« L'Église avait cru se trouver un ami haut placé ; elle s'était donné un maître » (Étienne Trocmé, historien).

les affaires de ce monde. « L'Église avait cru se trouver un ami haut placé ; elle s'était donné un maître* », écrit l'historien Étienne Trocmé.

QUEL GENRE DE CHRISTIANISME ?

L'alliance entre Constantin et les évêques a engendré une religion en partie chrétienne, en partie païenne. Il pouvait difficilement en être autrement, car l'objectif de l'empereur était le pluralisme religieux et non la poursuite de la vérité religieuse. D'ailleurs, n'était-il pas le chef d'un empire païen ? Pour plaire aux deux camps, il a adopté une position « volontairement ambiguë tant dans ses actes que dans sa politique en général », fait remarquer un historien.

Tout en affirmant défendre le christianisme, Constantin gardait un pied dans le paganisme. Il se livrait à l'astrologie et à la divination, des pratiques condamnées par la Bible (Deutéronome 18:10-12). Sur l'arc de Constantin à Rome, on le voit offrir des sacrifices à des divinités païennes. Il a continué d'honorer le dieu-soleil en le faisant figurer sur des pièces de monnaie et en favorisant son culte. Vers la fin de sa vie, il a même autorisé les habitants d'une petite ville d'Ombrie (Italie) à construire un temple en son honneur et en celui de sa famille, et à désigner des prêtres pour y officier.

Constantin a attendu d'être sur son lit de mort pour se faire baptiser « chrétien », en 337. De nombreux historiens pensent qu'il a agi ainsi pour conserver le soutien politique tant des chrétiens que des païens de son empire. La vie qu'il a menée et son baptême tardif suscitent des doutes sur la sincérité de sa foi en Christ. Mais une chose est sûre : l'Église qu'il a reconnue officiellement est devenue une entité politique et religieuse puissante, qui a tourné le dos au Christ et a ouvert les bras au monde. En effet, Jésus avait dit de ses disciples : « Ils ne font pas partie du monde, comme moi je ne fais pas partie du monde » (Jean 17:14). Cette Église, désormais bien impliquée dans les affaires du monde, a donné naissance à d'innombrables mouvements religieux.

La leçon ? N'acceptons pas aveuglément les enseignements des Églises, quelles qu'elles soient. Examinons-les plutôt à la lumière de la Bible (1 Jean 4:1). ■

* Dir. H.-C. Puech, *Histoire des religions*, Paris, Gallimard, vol. 1, t. II, 1999, p. 356.

L'arc de Constantin commémore une victoire militaire.



● « Un bon empereur — même s'il était aussi un bon chrétien — ne pouvait guère échapper au dilemme d'avoir à choisir entre perdre le pouvoir et perdre sa place au paradis. Comme il venait juste de monter sur le trône, Constantin était loin d'en avoir fini tant avec le pouvoir qu'avec les péchés qu'on est obligé de commettre pour le conserver* » (Richard Rubenstein, professeur de sciences politiques, spécialisé dans l'analyse des conflits religieux).

● « Que Constantin soit devenu chrétien au moins à la fin de sa vie, cela ne fait pas de doute, à condition de ne pas prendre en compte la qualité de son christianisme » (Paul Keresztes, historien).

* *Le jour où Jésus devint Dieu*, trad. M. Saint-Upéry, Paris, La Découverte, Poches sciences, 2004, p. 92, 93.



Si votre adolescente est stressée



LE DÉFI

Votre fille dit qu'elle est stressée. « À 13 ans ?! vous demandez-vous. C'est impossible ! Elle est trop jeune pour savoir ce que c'est, le stress ! » Mais avant de dire cela à votre fille, considérez quelques raisons pour lesquelles elle pourrait avoir le sentiment d'être dépassée par les événements.



POURQUOI C'EST COMPLIQUÉ

Les transformations physiques. La poussée de croissance qui accompagne la puberté peut causer beaucoup d'angoisse à une fille, surtout si elle est en avance, ou en retard, par rapport aux autres. « Parmi mes copines, j'étais une des premières à porter un soutien-gorge ; je me sentais vraiment mal à l'aise, confie Anna*, qui a aujourd'hui 20 ans. J'avais l'impression de ne pas être normale, d'être une mutante ! »

Les changements d'humeur. Karen, 17 ans, se rappelle : « C'était tellement énervant de ne pas savoir pourquoi la journée, je me sentais très bien et le soir, je pleurais sans pouvoir m'arrêter. Je ne comprenais pas ce qui m'arrivait. C'était comme si je ne pouvais pas contrôler mes émotions. »

Les premières règles. « Ma mère m'y avait préparée, mais ça m'a quand même fait très bizarre quand mes premières règles sont arrivées, dit une jeune femme du nom de Kathleen. Je prenais plusieurs douches par jour parce que je me sentais tout le temps sale. En plus, mes trois grands frères se moquaient de moi sans pitié. Ils avaient l'air de trouver ça drôle, que je sois autant perturbée. »

La pression du groupe. Marie, qui a aujourd'hui 18 ans, raconte : « Quand j'avais 12-14 ans, la pression du groupe était vraiment forte. Les jeunes de mon école étaient cruels avec ceux qui étaient différents. » Anita,

* Les prénoms ont été changés.



14 ans, explique : « À mon âge, c'est super important de faire partie d'un groupe d'amis. C'est horrible d'être mis de côté. »

CE QUE VOUS POUVEZ FAIRE

Encouragez votre fille à parler de ce qui la stresse. Au début, elle n'aura peut-être pas trop envie de se confier. Mais soyez patient et suivez le conseil biblique d'« être prompt à entendre, lent à parler » (Jacques 1:19).

Prenez ses difficultés au sérieux. Souvenez-vous qu'elle n'a pas votre expérience de la vie, donc pas le recul pour relativiser ses difficultés — et encore moins les aptitudes pour les gérer. (*Principe biblique : Romains 15:1.*)

Ne l'inscrivez pas à trop d'activités parascolaires.

Selon le livre *Enseignez bien vos enfants* (angl.), les jeunes qui ont des emplois du temps surchargés « montrent souvent des signes de stress, en particulier des signes physiques comme des maux de tête ou d'estomac ». (*Principe biblique : Philippiens 1:9, 10.*)

Veillez à ce qu'elle se repose suffisamment. Le sommeil est souvent la première chose que les adolescents négligent. Pourtant, le manque de sommeil affaiblit la capacité de raisonner et rend plus vulnérable au stress. (*Principe biblique : Ecclésiaste 4:6.*)

Aidez-la à évacuer son stress sainement. Pour certaines filles, faire de l'exercice réduit le stress. « L'exercice corporel est utile », reconnaît la Bible (1 Timothée 4:8). D'autres ont remarqué que tenir un journal les aide à prendre du recul sur leurs difficultés. « Quand j'étais plus jeune, se souvient Brittany, 22 ans, je mettais sur papier les problèmes que je n'arrivais pas à démêler. Ça m'aidait à y voir plus clair dans mes sentiments. Après, c'était plus facile soit de régler ces problèmes, soit de laisser tomber. »

Montrez l'exemple. Comment gérez-vous votre stress ? Acceptez-vous trop de choses à faire, si bien que vous paniquez quand il faut tout boucler ? Vous épuisez-vous au travail, sans réserver de temps aux choses les plus importantes ? « Que votre nature raisonnable soit connue », lit-on en Philippiens 4:5. N'oubliez pas que votre adolescente vous observe et apprend de vous... pour le meilleur et pour le pire. ■

VERSETS-CLÉS

« Nous les forts, nous devons porter les faiblesses de ceux qui ne sont pas forts » (Romains 15:1).

« Vérifi[ez] les choses les plus importantes » (Philippiens 1:9, 10).

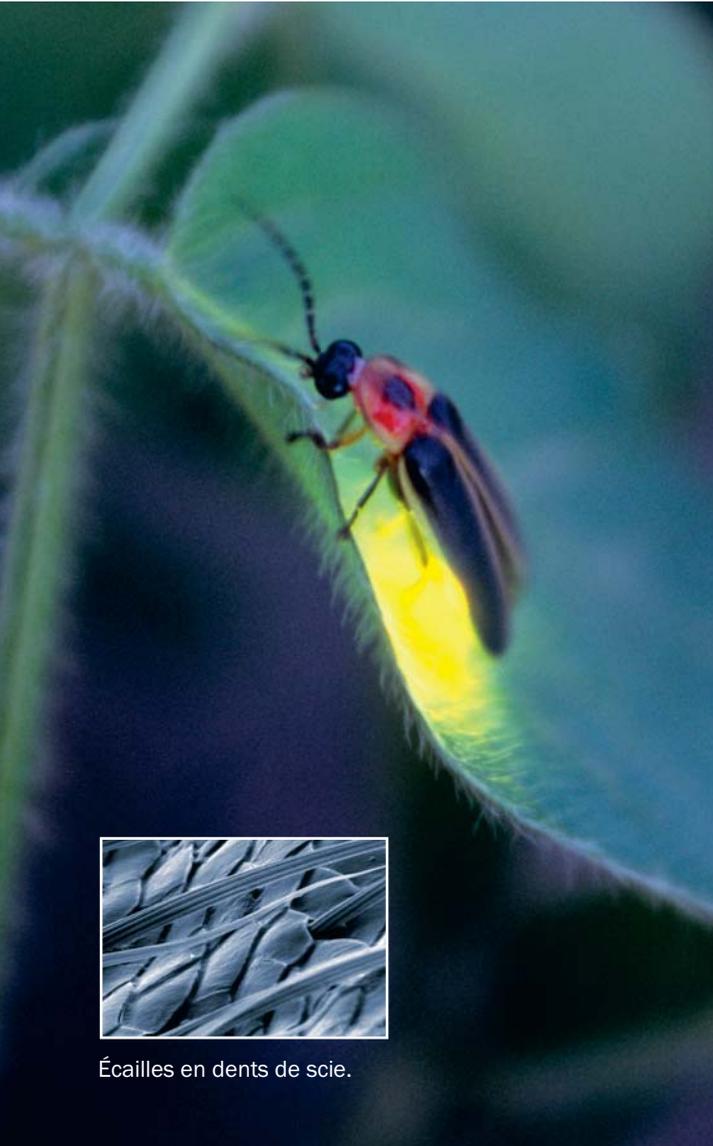
« Mieux vaut une poignée de repos qu'une double poignée de dur travail et de poursuite du vent » (Ecclésiaste 4:6).

L'EXEMPLE DES PARENTS

« Mon père est un homme très occupé, raconte Laura, 23 ans, mais il reste toujours positif. Quand un problème surgit, en général la première chose qu'il se demande, c'est "comment le régler ?" ou "quelle est la meilleure solution ?". Comme il le dit toujours, "la vie dépend à 10 % de ce qui t'arrive, et à 90 % de ta façon de réagir". Mon père n'est pas parfait ; il lui arrive d'être stressé. Mais il ne s'avoue jamais vaincu devant un problème. C'est un bon exemple pour moi dans sa façon de gérer le stress. »



La lanterne d'une luciole *Photuris*



Luciole : Gail Shumway/Photographer's Choice/Getty Images ; écailles : Optics Express

Écailles en dents de scie.

LA LANTERNE, ou organe lumineux, d'une luciole appartenant au genre *Photuris** est recouverte d'écailles en dents de scie qui augmentent considérablement l'intensité de la lumière produite par l'insecte.

Considérez ceci : Des chercheurs ont découvert que les minuscules écailles qui recouvrent la lanterne de certaines lucioles forment un revêtement en dents de scie, un peu comme des bardeaux ou des tuiles qui se chevauchent. Chaque écaille est surélevée à l'une de ses extrémités de seulement trois micromètres (soit moins d'un vingtième de l'épaisseur d'un cheveu). Pourtant, cette inclinaison microscopique permet à la lanterne d'émettre 50 % de lumière de plus que si les écailles formaient une surface plane !

Pourrait-on s'inspirer de ce principe pour améliorer le rendement lumineux des diodes électroluminescentes (LED), utilisées dans les appareils électroniques ? Pour le savoir, des scientifiques ont habillé des LED d'un revêtement en dents de scie semblable à celui qui entoure la lanterne de la luciole. Avec quel résultat ? L'émission de lumière a augmenté de 55 % ! La physicienne Annick Bay conclut : « L'aspect le plus important de ce travail est de montrer combien nous pouvons apprendre en observant attentivement la nature. »

Qu'en pensez-vous ? La lanterne de cette luciole *Photuris* est-elle le produit du hasard ? Ou d'une conception ? ■

* Les scientifiques n'ont pas encore étudié toutes les espèces de ce genre.

