

« Les céréales, les fruits, les noix et les légumes constituent le régime alimentaire choisi pour nous par notre Créateur. Ces aliments, préparés de la manière aussi simple et naturelle que possible, sont les plus sains et les plus nourrissants » (Conseils sur la Nutrition et les Aliments, p.81).

« Les céréales, les fruits, les légumes et les noix contiennent tous les éléments alimentaires dont nous avons besoin. Si nous venons au Seigneur avec simplicité d'esprit, il nous apprendra à préparer des aliments sains, exempts de la saveur de la viande » (Conseils sur la Nutrition et les Aliments, p. 310).



Ceux qui craignent qu'un régime végétarien ne manque de nutriments essentiels à une véritable vitalité devraient prendre l'exemple de Daniel, qui

souhaitait éviter la nourriture riche de la table du roi et demanda un essai de 10 jours avec un régime plus simple composé de légumes et d'eau. Le fonctionnaire a accepté. « Au bout de dix jours, ils avaient un meilleur visage et plus d'embonpoint que tous les jeunes gens qui mangeaient les mets du roi. » (Daniel 1 : 15). Une fois leur éducation terminée, le roi examina Daniel et ses amis. « Sur tous les objets qui réclamaient de la sagesse et de l'intelligence, et sur lesquels le roi les interrogeait, il les trouvait dix fois supérieurs à tous les magiciens et astrologues qui étaient dans tout son royaume» (Daniel 1 : 20).

LE DÉFI

Si vous êtes déjà végétarien, n'arrêtez pas de parler et de dialoguer avec vos proches ou d'autres personnes que vous rencontrez à la salle de sport, au magasin et sur votre lieu de travail au sujet d'un régime alimentaire à base de plantes. Parlez de la simplicité et de la simplicité de préparer des repas végétariens. Si la viande fait régulièrement partie de votre alimentation, réduisez votre consommation et faites-en un repas occasionnel. Vous pouvez entraîner vos papilles gustatives à profiter d'un régime simple à base de plantes. Soyons de bons gestionnaires de notre corps. Vivons la vie abondante que Jésus veut que nous ayons.

Aubrey, A. (31 août 2022). Le régime alimentaire américain est mortel. Voici 7 idées pour inciter les Américains à manger plus sainement. Extrait de [www.npr.org](https://www.npr.org/sections/health-shots/2022/08/31/1120004717/the-u-s-diet-is-deadly-here-are-7-ideas-) : <https://www.npr.org/sections/health-shots/2022/08/31/1120004717/the-u-s-diet-is-deadly-here-are-7-ideas-> pour que les Américains mangent plus sainement.



À propos de l'auteur

Dr Roland Hill est originaire de Durham, en Caroline du Nord. Il a pris sa retraite après plus de quatre décennies de ministère à temps plein en tant que pasteur, professeur et directeur de gestion chrétienne et du développement.

PRODUIT ET
DISTRIBUÉ PAR :
MINISTÈRES DE
L'INTENDANCE, DIVISION DE
L'AMÉRIQUE DU NORD

TRADUIT PAR :
DR. HERODE THOMAS

LE RAGOÛTPOT

DES IDÉES PRATIQUES POUR VOUS AIDER À DEVENIR UN MEILLEURS ÉCONOMES

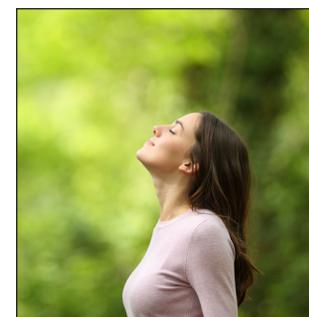
Mayo/Junio 2024 • Volume 1 • Numéro 3

Respirer

repenser la gestion chrétienne de la vie comme un chemin vers la sanctification

Par Dr. Roland Hill

Dans l'agitation de notre vie quotidienne, le murmure divin « Respirer » nous appelle à faire une pause, à réfléchir profondément et à repenser l'essence de la gestion chrétienne de la vie dans notre voyage spirituel. C'est le moment de faire taire le bruit, d'apaiser nos cœurs et d'envisager la gestion chrétienne de la vie non pas comme une obligation transactionnelle, mais comme une expérience transformatrice. Cette refonte de la gestion chrétienne de la vie nous éloigne de la considérer simplement comme un moyen de financer la mission de l'Église. Au lieu de cela, il positionne la gestion chrétienne de la vie comme le fruit de la mission de l'Église, une expression tangible de notre sanctification.



La sanctification, le processus continu visant à devenir davantage semblable au Christ, est marquée par les changements intérieurs opérés par le Saint-Esprit. Dans cette optique, la gestion chrétienne de la vie devient une preuve extérieure de cette transformation intérieure. C'est le reflet d'une vie sous une nouvelle direction : Jésus-Christ. Lorsque nous acceptons la gestion chrétienne de la vie comme une forme de sanctification, nous reconnaissons que chaque décision, chaque acte de don et chaque ressource que nous gérons est une opportunité de manifester l'œuvre que Dieu accomplit en nous.

GÉRANCE TRANSFORMATRICE : AU-DELÀ DE LA TRANSACTION

La gestion chrétienne de la vie transactionnelle se concentre sur l'acte de donner comme un devoir, une contribution nécessaire pour soutenir les activités opérationnelles et missionnaires de l'Église. Même si cette perspective n'est pas dénuée de mérite, elle limite étroitement la gestion chrétienne de la vie aux

L'INTENDANCE, C'EST LA GÉNÉROSITÉ RÉVOLUTIONNAIRE. IL IMPLIQUE LES 7 T :
LE TEMPS, LE TEMPLE, LE TALENT, LE TRÉSOR, LA CONFIANCE EN DIEU, LA THÉOLOGIE ET
LE TÉMOIGNAGE.

transactions financières, sans tenir compte des implications plus larges et plus profondes de l'économat chrétien dans nos vies.

Cependant, la gestion chrétienne de la vie transformatrice considère chaque acte de don, de service et de gestion de ressources comme une discipline spirituelle, un acte d'adoration qui reflète notre engagement envers le royaume de Dieu. C'est une reconnaissance que tout ce que nous avons ne nous appartient pas, mais que Dieu nous a confié la gestion de la vie pour sa gloire. Ce changement de paradigme transforme notre don d'un devoir en un plaisir, d'une obligation en une joyeuse expression de gratitude pour ce que Dieu a fait en nous.

LA GESTION CHRÉTIENNE COMME FRUIT DE LA MISSION

Lorsque nous comprenons la gestion chrétienne de la vie comme le fruit de la mission de l'Église, il devient clair qu'elle ne consiste pas seulement à soutenir financièrement la mission de l'Église. Il s'agit de participer activement à cette mission. À mesure que nous grandissons dans notre foi et nous nous rapprochons du cœur de Dieu, notre désir de donner,

de servir et de gérer nos ressources conformément aux desseins de Dieu découle naturellement de la transformation qui se produit en nous.

Cette perspective nous met au défi de regarder au-delà des aspects financiers de la gestion chrétienne pour voir les implications plus larges de la façon dont nous utilisons notre temps, nos talents et nos trésors pour faire progresser le royaume de Dieu. Il s'agit d'une approche holistique qui englobe tous les domaines

de notre vie, démontrant que le gouvernement et le règne de Jésus s'étendent à chaque décision que nous prenons et à chaque action que nous entreprenons.

GESTION CHRÉTIENNE DE LA VIE : UNE PREUVE EXTÉRIEURE D'UN CHANGEMENT INTÉRIEUR

La véritable mesure de la gestion chrétienne ne réside pas dans le montant que nous donnons, mais dans la posture de notre cœur. Un cœur transformé par l'Évangile est un cœur généreux, un cœur qui reflète la générosité de Dieu lui-même. La gestion chrétienne devient alors une preuve extérieure du changement intérieur qui s'est produit en nous grâce à l'œuvre du Christ. C'est un signe visible que Jésus est le Seigneur et le gestionnaire de nos vies, un témoignage de l'œuvre sanctifiante du Saint-Esprit en nous.

Tandis que nous « respirons » et réfléchissons à la profondeur et à l'étendue de la gestion chrétienne, embrassons-la comme un aspect vital de notre sanctification. Célébrons la gestion chrétienne comme un voyage transformateur qui non seulement a un impact sur l'Église et le monde, mais qui façonne aussi profondément nos propres cœurs et nos vies. Ce faisant, nous témoignons de la puissance de l'Évangile et de l'œuvre transformatrice de Dieu en nous, témoignant du royaume de Dieu ici sur terre.



Gestion de votre corps

By Rudy Salazar

3 Jean 2 dit : « Cher ami, je prie pour que tout aille bien pour toi et que tu jouisses d'une bonne santé de la même manière que tu prospères spirituellement » (CEB).

Une bonne santé est quelque chose que nous souhaitons tous. Une vie chrétienne heureuse ne consiste pas seulement à prospérer spirituellement, mais aussi à jouir d'une bonne santé. Jésus a dit : « Je suis venu afin qu'ils aient la vie, et qu'ils l'aient en abondance » (Jean 10 : 10). Mais malheureusement, le régime alimentaire américain rend cette vie moins abondante.

« Les données sont criantes : le régime alimentaire américain typique raccourcit la vie de nombreux Américains. Les décès liés à l'alimentation dépassent les décès dus au tabagisme, et environ la moitié des décès dus aux maladies cardiaques aux États-Unis – près de 900 décès par jour – sont liés à une mauvaise alimentation. (Aubrey, 2022)

Aïe ! Cela signifie que même si le tabagisme a diminué au cours du demi-siècle dernier, notre alimentation nous tue.

LE COUPABLE

L'un des principaux responsables du régime alimentaire occidental est la consommation de viande. Les fast-foods axés sur la viande prolifèrent non seulement dans les grandes villes mais même dans les petites villes. Il semble que ce qui était autrefois un repas spécial pour un barbecue dominical dans la cour arrière soit devenu le régime quotidien de nombreux Américains. La consommation de viande ne faisait pas partie du plan originel de Dieu concernant l'alimentation humaine.

Un régime à base de plantes est le régime original et le meilleur pour les humains. « Et Dieu dit : Voici, je vous donne toute herbe portant de la semence et qui est à la surface de toute la terre, et tout arbre ayant en lui du fruit d'arbre et portant de la semence: ce sera votre nourriture. » (Genèse 1 : 29).

En tant que chrétiens croyant à la Bible, nous devons croire que ce que Dieu dit est vrai. En tant qu'adventistes du septième jour, nous avons reçu encore plus de lumière sur la meilleure alimentation nourrissante.

