

## Résister à la tentation sexuelle

L'immoralité sexuelle n'est pas un petit problème. Ce serait une erreur grave que de se dire: «Tout le monde commet la fornication. Dieu comprendra. Que ce soit bien ou pas, les hommes sont faits comme ça. Ce que je fais est naturel.»

Il y a des gens qui raisonnent de cette façon. Je suis persuadé, par contre, qu'il y a de nombreux croyants qui veulent bien se garder sexuellement purs. Ils acceptent le principe que les rapports sexuels sont réservés au mariage; ils ne contestent pas cet enseignement et voudraient s'y conformer. Mais la faiblesse humaine est bien là. On cède à la tentation, et on a très honte. Qui n'a pas de luttes dans ce domaine? Il n'y a pas de recette miracle pour combattre le péché sexuel, mais des conseils bibliques peuvent nous aider à lutter contre la tentation et rester purs.

**1. La Prière.** Quand le moment approchait où Jésus serait arrêté et conduit à la mort, il a donné ce conseil à ses apôtres, qui seraient bientôt mis à l'épreuve: «*Veillez et priez, afin que vous ne tombiez pas dans la tentation; l'esprit est bien disposé, mais la chair est faible*» (Matthieu 26.41). Il y a des situations où l'on a plus besoin de prière que de sommeil, parce qu'on manque de force spirituelle plus que de force physique. On est généralement moins fort qu'on ne le pense; il ne faut donc pas compter sur ses propres forces. Le Christ dit bien: «*Car vous ne pouvez rien faire sans moi*» (Jean 15.5). Paul dit, par contre, «*je puis tout par celui qui me rend fort*» (Philippiens 4.13). Nous avons besoin de l'aide du Seigneur, et nous devons la demander. «*Déchargez-vous sur lui de tous vos soucis, car lui-même prend soin de vous*» (1 Pierre 5.7). Si le péché sexuel est pour vous un fardeau, un souci permanent, confiez cela au Seigneur par la prière associée au jeûne. Le jeûne exprime votre tristesse face à vos défaites et l'urgence de la demande que vous adressez

à Dieu.

En parlant de la prière, il est vrai que nous devons prier en tout temps pour que Dieu nous aide par rapport à nos faiblesses. Mais il est aussi vrai que la prière est très utile au moment même où l'on sent la tentation. Quand les pensées impures se présentent à notre esprit, nous devons demander tout de suite à Dieu, et cela avec ferveur, de nous aider à les repousser. Soulignons aussi qu'il faut vouloir sincèrement ce qu'on demande. Quelqu'un a raconté à C.S. Lewis « qu'adolescent il priaît constamment pour rester chaste. Cependant, il prit conscience des années plus tard que lorsque ses lèvres murmuraient : “O Seigneur, rends-moi chaste”, son cœur secrètement ajoutait: “mais je t'en prie, pas tout de suite” ».

### 2. Les précautions (garde-fous).

Quand nous avons du mal à éviter un péché, nous avons besoin d'examiner honnêtement notre vie et nos habitudes pour savoir dans quelles situations nous sommes aptes à commettre ce péché. (Il serait utile aussi de constater dans quelles conditions les autres cèdent à ce genre de tentation. Même si nous ne nous sommes pas encore rendu coupables dans une situation pareille, il est probable que le danger nous guette aussi.) Ayant identifié ces situations, nous devons prendre les précautions nécessaires pour les éviter, quand bien même ces précautions nous coûteraient très cher. C'est là essentiellement le conseil que Jésus donne d'une manière figurée en Matthieu 5.28- 29: «*Mais moi, je vous dis que quiconque regarde une femme pour la convoiter a déjà commis un adultère avec elle dans son cœur. Si ton œil droit est pour toi une occasion de chute, arrache-le et jette-le loin de toi; car il est avantageux pour toi qu'un seul de tes membres périclite, et que ton corps entier ne soit pas jeté dans la géhenne.*». Mais quelles sortes de situation pourraient être si dangereuses? Cela dépend des personnes. Pour certains, «l'œil droit» pourrait représenter une personne: une femme

avec qui vous avez des rapports ou habitez en concubinage. Si vous ne pouvez pas l'épouser, il est mieux de rompre complètement avec elle. Ou bien, s'agit-il peut-être d'un ami ou un cousin qui vous entraîne souvent avec lui dans des activités immorales. Votre amitié avec cette personne est de longue date et vous l'aimez bien, mais l'association avec elle vous mène à la ruine spirituelle. Il faut avoir le courage de refuser ses invitations de sortir ensemble, même si vous perdez ainsi son amitié. D'autres personnes participent à des loisirs qui les rendent moins capables de résister à la tentation sexuelle. La consommation d'alcool est un piège de ce genre. Ce n'est pas un hasard que l'on trouve très souvent des bars et des hôtels côte à côte dans des quartiers qui sont très «animés» la nuit. On s'enivre un peu, et voilà qu'on est plus ouvert à l'idée de commettre la fornication. La danse est un autre loisir qui s'avère dangereux. Les soirées dansantes préparent souvent le terrain au péché sexuel. L'habillement, la musique, et les mouvements des corps sont généralement choisis pour éveiller les désirs charnels. Il y a des endroits où certaines personnes ne peuvent en aucun cas se rendre si elles veulent se garder pures. Tout chrétien ferait bien de ne pas aller dans une boîte de nuit ou s'arrêter devant un stand de revues pornographiques. Mais certains ne devraient pas aller dans un cybercafé non plus, parce qu'ils n'arrivent pas à résister à la tentation de visiter des sites pornographiques. (Certains chrétiens ont les moyens d'avoir à domicile un ordinateur avec connexion à l'internet, mais pour la raison déjà évoquée il pourrait leur être nécessaire de s'en passer.) Bien sûr, il y a des chrétiens qui ne sont pas attirés par ce mauvais côté de l'internet, et ils peuvent naviguer sans que cela soit pour eux une occasion de chute. Mais il faut se connaître et avoir le courage d'«arracher son œil droit» si cela est nécessaire pour sa vie spirituelle. Donnez-vous des règles. Que ces règles soient nécessaires pour les autres ou pas, ce seront pour vous des garde-fous qui vous aideront à ne pas dévier du droit chemin.

Sachez, néanmoins, que la bataille sera remportée ou perdue au niveau de l'esprit. Après tout, je suis généralement capable de démonter les garde-fous que j'ai moi-même mis en place.

### **3. Les pensées.**

Il serait impossible de surestimer l'importance de notre pensée dans cette lutte contre le péché, et cela pour au moins deux raisons: (1) On peut pécher sans «passer à l'acte» – la simple pensée de mon cœur peut être un péché grave devant Dieu (Actes 8.22); mais en plus, (2) les mauvais actes que je commets commencent par des pensées et des intentions. Jésus dit en Marc 7.21-23: *«Car c'est du dedans, c'est du cœur des hommes, que sortent les mauvaises pensées, les meurtres, les vols, les cupidités, les méchancetés, la fraude, le dérèglement, le regard envieux, la calomnie, l'orgueil, la folie. Toutes ces choses mauvaises sortent du dedans, et souillent l'homme»*. La Bible en Français Courant dit: *«Du cœur de l'homme viennent les mauvaises pensées qui le poussent à agir de façon immorale, à voler, etc.»* Voilà pourquoi Proverbes 4.23 nous conseille: *«Prends garde à ce que tu penses au fond de toi-même: c'est plus important que tout, car ta vie en dépend»* (FC). En Romains chapitre 8 l'apôtre Paul décrit deux manières de vivre: selon la chair et selon l'Esprit. La première manière, celle du monde, reconduirait le chrétien à la mort spirituelle dont il s'est échappé lors de sa conversion; la deuxième manière, celle qui est selon l'Esprit, conduira le chrétien à la vie. Paul dit à partir du verset 5, *«ceux, en effet, qui vivent selon la chair, s'affectionnent aux choses de la chair, tandis que ceux qui vivent selon l'esprit s'affectionnent aux choses de l'esprit »* (Romains 8.5). Pour comprendre ce passage très important, il faut connaître le sens de «s'affectionner à» quelque chose. Il s'agit de s'attacher à, de se préoccuper de, ou de mettre sa pensée sur la chose en question. La chair dans ce passage n'est pas synonyme de «corps»; le corps lui-même est une merveilleuse création de Dieu, et il n'est pas

présenté dans l'Écriture comme étant mauvais. La chair désigne ici la pensée et les désirs de l'homme qui s'est éloigné de la volonté de Dieu; c'est notre penchant vers le péché; c'est ce qui est faible ou pervers en nous, ce qui est indigne. Une attitude charnelle peut s'exprimer dans la jalousie et les disputes (1 Corinthiens 3.3), ainsi que dans l'égoïsme et l'amour de la richesse. Mais «la chair» se réfère souvent d'une manière particulière aux appétits corporels, aux désirs sensuels qui finissent par contrôler notre vie. L'apôtre Paul poursuit aux versets 6-8: *«Et l'affection de la chair, c'est la mort, tandis que l'affection de l'esprit, c'est la vie et la paix; car l'affection de la chair est inimitié contre Dieu, parce qu'elle ne se soumet pas à la loi de Dieu, et qu'elle ne le peut même pas. Or ceux qui vivent selon la chair ne sauraient plaire à Dieu.»* Vivre avec la pensée fixée sur la chair et ses désirs nous rend ennemis de Dieu. On ne peut pas vivre avec de telles pensées et se soumettre à Dieu. C'est impossible. En Romains 13.14 Paul nous dit: *«N'ayez pas soin de la chair pour en satisfaire les convoitises»*. Ne pas avoir soin de la chair, c'est ne pas permettre à notre pensée d'être fixée sur nos mauvais désirs. Quand nous nous préoccupons trop des envies de notre corps et de notre nature pécheresse, nous penserons bientôt aux moyens de les satisfaire. Plus on y pense, plus les convoitises deviennent fortes et plus on a du mal à ne pas y céder. Il faut absolument lutter contre l'impureté dans le cœur si on veut l'éliminer des actions. Il faut tuer le serpent dans l'oeuf en repoussant les pensées et les intentions impures dès qu'elles se présentent à notre esprit. Si l'on n'essaie pas de supprimer ces idées tout de suite, les chances de céder à la tentation augmentent énormément. Un humoriste a remarqué: «Le moyen le plus sûr de faire disparaître la tentation est d'y céder». Quand on a très envie de manger de la banane, cette envie disparaît quand on finit d'en manger. Parfois, étant dans la tentation, on se dit: Je le ferai juste cette fois-ci (ou seulement jusqu'à tel moment), et après je me repentirai. Je ne le ferai plus. Et juste après

l'acte on peut être pris d'un remords réel, de sorte qu'on croie sincèrement qu'on ne répétera pas la faute. Mais l'appétit sexuel, comme tous les autres, s'accroît si l'on s'y abandonne. Les affamés pensent sans doute beaucoup à la nourriture, mais les gloutons aussi. Admettons qu'il est souvent difficile à celui qui est privé de rapports sexuels de ne pas y penser, mais les chercheurs nous disent que plus on fait l'amour, plus on a envie de le faire. Plus on est exposé aux stimulations sexuelles, plus le désir sexuel grandit. Encore, il vaut mieux tuer le serpent dans l'oeuf; il est quand même plus facile de lutter contre des pensées seulement, plutôt que des pensées plus des habitudes enracinées.

Comment, alors, pouvons-nous conserver pure notre pensée? Premièrement, nous devons refuser de fixer notre attention sur les plaisirs immoraux. Mon cœur ne peut pas méditer ce qui est pur, si je le nourris de l'impureté. Je ne peux pas éviter les fantaisies charnelles (qui risquent de mener tôt ou tard aux actes charnels) si je me permet de contempler les clips vidéos qui passent à longueur de journée sur certaines chaînes de télévision et dans lesquels de beaux hommes et de jolies femmes font étalage de leurs corps de manière à exciter les désirs de tous ceux qui regardent. Je ne peux pas éviter les pensées impures si je me permet de lire des romans ou des revues qui aiguisent mon appétit sexuel, de regarder des films érotiques, ou de jeter des regards de convoitise sur les filles qui passent dans la rue habillées de la manière la plus séduisante. Je dois aussi m'abstenir de visiter des sites internet qui présentent de quoi m'exciter sexuellement. Voilà pourquoi nous trouvons des versets comme Job 31.1: *«J'avais fait un pacte avec mes yeux, et je n'aurais pas arrêté mes yeux sur une vierge»*, et Psaume 119.37: *«Détourne mes yeux de la vue des choses vaines. Fais-moi vivre dans ta voie!»* Nous devons apprendre à détourner nos yeux de ce qui ne peut que nous entraîner dans l'impureté.

Mais il ne suffit pas de dire: «Ne pensez pas à telle chose». Supposez que

vous voulez renoncer à consommer du chocolat. Si je vous dis: «Ne pensez pas au chocolat. N' imaginez pas le goût d'un bonbon au chocolat, d'une truffe ou bien d'un éclair au chocolat», c'est un bon conseil. C'est bien ce que vous devez faire si vous allez cesser de manger du chocolat. Mais je vous aiderais peut-être davantage si, au lieu de vous dire constamment de ne pas penser au chocolat, j'arrivais à vous distraire par autre chose qui n'a rien à voir avec le chocolat. Ainsi, la Bible nous dit non seulement de ne pas exciter nos propres désirs charnels, mais elle nous conseille de remplir notre pensée de ce qui est positif et en harmonie avec la sainteté: «*Je dis donc: Marchez selon l'Esprit, et vous n'accomplirez pas les désirs de la chair*» (Galates 5.16); «*Au reste, frères, que tout ce qui est vrai, tout ce qui est honorable, tout ce qui est juste, tout ce qui est pur, tout ce qui est aimable, tout ce qui mérite l'approbation, ce qui est vertueux et digne de louange, soit l'objet de vos pensées*» (Philippiens 4.8). Remplissez votre esprit de la parole de Dieu, l'apprenant par cœur. Remplissez vos heures libres de prière, de service au nom de Christ et de moments de communion fraternelle avec le peuple de Dieu. Remplissez vos yeux de la beauté de la nature, la création de Dieu. Remplissez votre bouche d'actions de grâce et de bonnes paroles d'encouragement. Laissez le moins de place possible dans votre vie où pourrait s'introduire ce qui est charnel et mondain.

#### **4. La persévérance.**

La lutte contre le péché sexuel demande une vigilance éternelle. On peut surmonter la tentation pendant plusieurs jours ou bien trouver que pendant un certain temps on n'est même pas tenté de commettre un péché sexuel. Mais la parole de Dieu et la vie elle-même nous apprennent à ne jamais baisser notre garde. Rappelez-vous ce que Luc 4.13 nous dit au sujet de la tentation que subit Jésus au désert: «*Après l'avoir tenté de toutes ces manières, le diable s'éloigna de lui jusqu'à un moment favorable.*» Tant que nous serons dans ce monde, Satan

reviendra pour tester nos défenses spirituelles. Il sait attendre un moment de faiblesse. L'avertissement de l'apôtre Pierre est tout à fait à propos: «*Soyez sobres, veillez. Votre adversaire, le diable, rôde comme un lion rugissant, cherchant qui il dévorera* » (1 Pierre 5.8). Il rôde autour de nous. Il cherche une occasion. Il veut nous surprendre. N'ayons pas une confiance excessive en nous-mêmes. Tout comme l'alcoolique qui arrête de boire mais ne peut plus jamais consommer de l'alcool sans danger de retomber dans l'ivrognerie, nous devons toujours prier, laisser nos «garde-fous» en place et veiller sur nos pensées. Quand il nous arrive de céder à la tentation sexuelle, il y a des choses à ne pas faire pour aggraver la situation. D'un côté, **nous ne devons pas minimiser la gravité de notre faute. Chaque échec risque de nous enfoncer davantage** dans notre problème, de nous soumettre à l'esclavage moral et spirituel. Le péché est une sorte d'addiction; il nous rend esclaves. Pierre dit au sujet de certains faux docteurs qui égaraient des chrétiens à l'époque: «*Ils leur promettent la liberté, quand ils sont eux-mêmes esclaves de la corruption, car chacun est esclave de ce qui a triomphé de lui*» (2 Pierre 2.19). Paul dit à certains chrétiens à Corinthe qui justifiaient leur immoralité: «*Alors tout m'est permis, dites-vous. Certes, mais tout n'est pas bon pour moi. Je puis tout me permettre, c'est vrai, excepté de me placer sous un esclavage quelconque. J'entends, moi, ne me laisser dominer ou asservir par rien*» (1 Corinthiens 6.12, version *Parole Vivante*). Ecoutez l'avertissement urgent de l'auteur de l'Épître aux Hébreux: «*Prenez garde, frères, que quelqu'un de vous n'ait un cœur mauvais et incrédule, au point de se détourner du Dieu vivant. Mais exhortez-vous les uns les autres chaque jour, aussi longtemps qu'on peut dire: Aujourd'hui! afin qu'aucun de vous ne s'endurcisse par la séduction du péché.*» Le péché nous séduit, et plus nous commettons un péché, plus notre cœur tend à s'endurcir, à ne plus ressentir de la peine face à notre culpabilité, à ne plus avoir le

désir ardent de surmonter ce péché dans notre vie. Ne minimisons pas donc le mal que nous avons commis, et le mal que nous faisons contre nous-mêmes.

Mais de l'autre côté, **nous ne devons pas désespérer face à nos échecs**. Certes, il est difficile de rester pur, mais «difficile» n'est pas la même chose qu'«impossible». Nous savons, en effet, que Dieu ne demande jamais l'impossible. «*Aucune tentation ne vous est survenue qui n'ait été humaine, et Dieu, qui est fidèle, ne permettra pas que vous soyez tentés au-delà de vos forces; mais avec la tentation il préparera aussi le moyen d'en sortir, afin que vous puissiez la supporter* » (1 Corinthiens 10.13). Il est vrai que ce verset ne me console pas quand je viens de céder à la tentation, car il me rappelle que je suis quand même inexcusable: j'aurais pu résister. Mais il m'encourage si je veux bien reprendre la lutte. Il m'assure que je ne serai jamais sans choix, obligé de pécher malgré ma volonté de rester pur. Avec Dieu la victoire est bien possible. Et en plus, Dieu veut que je réussisse, malgré toutes les fois où je l'ai déçu. Il veut qu'au lieu de baisser les bras je me remette sur les pieds pour essayer de mieux faire la prochaine fois. Il me dit: «*Rejetez loin de vous toutes les transgressions par lesquelles vous avez péché; faites-vous un coeur nouveau et un esprit nouveau. Pourquoi mourriez-vous maison d'Israël. Car je ne désire pas la mort de celui qui meurt, dit le Seigneur, l'Eternel. Convertissez-vous donc, et vivez*» (Ezéchiel 20.31,32). «*Si Dieu est pour nous, qui sera contre nous?*» (Romains 8.31). Tant que je suis prêt à me détourner sincèrement du mal et renouveler ma décision de lutter de toutes mes forces contre le péché dans ma vie, je suis assuré que Dieu m'acceptera de nouveau et sera là pour m'aider.

Gloire à Dieu pour sa grâce en Jésus-Christ! Elle nous donne le courage de reprendre la lutte contre les mauvais désirs en nous. Mais attention! Certains, selon Jude 4, «*changent la grâce de Dieu en débauche*», c'est-

à-dire ils traitent la grâce et la patience de Dieu comme un permis, un laissez-passer ou une autorisation qui permettrait de vivre dans le péché sans conséquence. Ils vivent selon leurs convoitises, comptant sur la grâce de Dieu et ne faisant pas de vrais efforts pour combattre le péché. Or, le pardon que Dieu nous offre devrait avoir l'effet contraire sur nous. Tite 2.11,12 dit: «*Car la grâce de Dieu, source de salut pour tous les hommes, a été manifestée. Elle nous enseigne à renoncer à l'impiété et aux convoitises mondaines, et à vivre dans le siècle présent selon la sagesse, la justice et la piété*». A cause de la grâce de Dieu, je peux avoir de l'espérance, l'espérance de la vie éternelle avec mon Seigneur Jésus dans la gloire. Or, comme 1 Jean 3.3 le dit: «*Quiconque a cette espérance en lui se purifie, comme lui-même est pur.*»

### **Comment obtenir la purification du péché**

Pour jouir de cette espérance, il faut bien lutter contre le péché dans sa vie. Mais il faut aussi recevoir la purification des péchés qu'on a déjà commis. Ce n'est pas le simple passage du temps qui les fait disparaître. De même, on ne peut pas faire assez de bonnes oeuvres pour neutraliser son passé. Une seule chose peut effacer les péchés que vous avez commis, que ce soit des péchés sexuels ou d'autres sortes de péchés: le seul remède est le sang de Jésus-Christ.

Pour que ce sang vous purifie, il faut croire en Jésus-Christ, vous repentir de vos péchés, déclarer votre foi devant les autres, et vous faire immerger (baptiser) pour le pardon de vos péchés (Romains 3.25; Actes 17.30; Matthieu 10.32,33; Actes 2.38). «*Maintenant, que tardes-tu? Lève-toi, sois baptisé, et lavé de tes péchés, en invoquant le nom du Seigneur*» (Actes 22.16).

B.B.