

# Vos Décisions Déterminent votre Destinée : prenez l'habitude de prendre soin de votre corps !



“

**"Ne savez-vous pas que votre corps est le temple du Saint Esprit qui est en vous, que vous avez reçu de Dieu, et que vous ne vous appartenez point à vous-mêmes ? Car vous avez été rachetés à un grand prix. Glorifiez donc Dieu dans votre corps et dans votre esprit, qui appartiennent à Dieu." [1 Corinthiens 6.19-20](#)**

Aujourd'hui, je m'adresse en particulier aux adolescents et à vous, chers parents, pensez à leur partager ce texte !

Choisir une bonne hygiène de vie, c'est veiller à rester "maître de son destin", ne se laisser asservir par aucun lien qui toucherait le corps ou l'âme. C'est choisir un esprit sain dans un corps sain parce que nous sommes appelés à être saints dans toute notre conduite. ([1 Pierre 1.15](#))



# “Votre corps est devenu le "temple" de l'Esprit de Jésus.”

C'est à cet âge critique que se prennent beaucoup d'habitudes qui détermineront leur style de vie une fois adultes.

Un corps sain : votre corps, c'est vous. Ce n'est pas une quantité négligeable qui serait inférieure à l'âme, que l'on peut traiter n'importe comment, et faire n'importe quoi avec. Il est sacré. De plus, en tant que chrétien(ne), votre corps est devenu le "temple" de l'Esprit de Jésus et il est promis à un avenir glorieux, la résurrection.

Pour avoir élevé six enfants, j'ai touché du doigt pas mal de challenges que rencontrent nos jeunes aujourd'hui :

- La mal bouffe, avec la trilogie burger/pizza/kébab et les boissons sucrées et/ou énergétiques, de vrais poisons pour l'organisme.
- Les veilles également, sur l'ordi à jouer en ligne...

Ces jeunes dorment mal, pas assez, commencent à "sauter" les cours et se dirigent rapidement vers l'échec scolaire. Malheureusement petites addictions deviendront grandes... Et c'est l'escalade vers l'alcoolisation et les drogues. Que n'ai-je pleuré en voyant un de mes fils gâcher sa vie dans la drogue !

Mais j'ai vu aussi la gloire de Dieu ! Ce fils, un jour, a décidé de reconsacrer sa vie à Jésus et de changer de direction. Il est aujourd'hui marié, papa de deux merveilleuses petites filles et s'épanouit pleinement dans son travail. Lui, qui avait même échoué au Brevet des Collèges, s'est lancé dans un cursus extrascolaire et a atteint le niveau Bac + 5 !

Aujourd'hui, chacun peut choisir de revoir ses premiers choix.

## Une prière pour aujourd'hui

Merci Seigneur, car avec toi tout n'est pas fini tant que tu n'as pas dit que c'était fini ! Tu es plus puissant que toutes les mauvaises habitudes qui m'enchaînent. Sois le Seigneur dans tous les domaines de ma vie. Viens à mon aide car mon esprit est bien disposé mais ma chair est faible.

Catherine Gotte Avdjian [S'ABONNER](#)

**Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !**



1675 PARTAGES