

Rosemarie Dingeldey

# Du temps en cadeau

ÉCHANTILLON  
DE LECTURE

Petites histoires  
et impulsions  
pour stimuler notre  
vie quotidienne  
avec Dieu

EDITION WORTSCHATZ





Rosemarie Dingeldey

# Du temps en cadeau

*Petites histoires et  
impulsions pour  
stimuler notre vie  
quotidienne avec Dieu*

Traduit de l'allemand par  
Françoise Mailland-Kulikowski



EDITION WORTSCHATZ

*Traduit de l'allemand par Françoise Mailland-Kulikowski*

Titre original : *Ich schenk dir etwas Zeit. Geschichten und Impulse für den Alltag mit Gott.* Francke-Buch GmbH, Marburg, Allemagne, 2021, ISBN 978-3-963-231-1, [www.francke-buch.de](http://www.francke-buch.de)

À propos de l'auteure : Rosemarie Dingeldey est née à Weinheim. Aujourd'hui, elle vit avec son mari à Michelstadt dans l'Odenwald.

Autres livres de l'auteure : *Es war, als würde ich fallen ... Leben mit einer psychischen Erkrankung*, Neufeld Verlag 2011, 3e édition 2020, ISBN 978-3-86256-018-9. Édition en français : *C'était comme si je tombais ... Vivre avec une maladie psychique*, Edition Wortschatz 2020, ISBN 978-3-943362-60-2

*La Bibliothèque Allemande recense cette publication dans la Bibliographie Nationale Allemande. Des données détaillées bibliographiques sont accessibles sur internet : [www.d-nb.de](http://www.d-nb.de).*

*Textes bibliques de la Bible Segond 21  
Copyright © 2007 Société Biblique de Genève  
Reproduit avec aimable autorisation. Tous droits réservés.*

*Conception de la couverture : spoon design, Olaf Johansson  
Illustration de la couverture : © iStock.com  
Composition et fabrication : Edition Wortschatz*

© 2025 Rosemarie Dingeldey

Edition Wortschatz, D-Neudorf bei Luhe  
ISBN 978-3-910955-21-9, numéro de commande 588 921

Reproduction ou copie intégrale ou partielle  
soumise au consentement de l'auteure

Si vous avez des questions sur la **sécurité des produits**, veuillez contacter le fabricant: Edition Wortschatz chez Neufeld Verlag, Schlagäcker 18, D-92706 Luhe-Wildenau, Allemagne, téléphone 00 49/96 07/9 22 72 00, e-mail [info@edition-wortschatz.de](mailto:info@edition-wortschatz.de)  
[www.edition-wortschatz.de](http://www.edition-wortschatz.de)

EDITION WORTSCHATZ



## *Table des matières*

Recommandation .....	9
Préface.....	11
Une histoire de pression.....	15
La gaité de la dame des toilettes .....	17
Se décharger de ses fautes .....	19
Limites .....	21
Arbres.....	23
Lunettes .....	27
Sans importance .....	30
Objets trouvés .....	32
Entre dans ta chambre.....	35
Du temps en cadeau.....	37
Appelle-moi ! .....	40
Je ne manquerai de rien.....	43
L'amour passe par les oreilles .....	47
Vieillir .....	50
Autrui est autre.....	53
Le cerisier.....	56

Faire des erreurs .....	58
Feu d'artifice.....	61
Des pieds.....	64
Dire merci pour tout.....	67
Un silence perturbé.....	70
La santé avant tout - vraiment ? .....	72
Se sentir heureux .....	75
Un bon sens de l'orientation.....	78
Rire est bon pour la santé.....	81
Réactions et attentes.....	84
La voie est libre .....	87
Chercher .....	89
Chapeau.....	92
Farfouiller.....	94
Réjouis-toi avec moi ! .....	97
Voici le jour que l'Éternel a fait.....	100
Bien lisible .....	103
Sous la dent .....	106
Printemps .....	109
Prends de nouveaux chemins !.....	112
Nos cheveux sont comptés.....	114
La main droite de Dieu.....	117
Je peux comme j'aime ! .....	119
Comme un oiseau .....	122
N'aie pas peur ! .....	124
De l'ordre.....	126
Changer de décor .....	128

Noël.....	130
Paul Gerhardt.....	133
Mon mari et moi .....	136
La vie, rien que la vie.....	138
Lente à la détente.....	140
Les personnes âgées .....	144
Être seul. ....	148
Un bon conseil vaut de l'or.....	150
Tenir son journal intime .....	153



## *Recommandation*

C'est avec joie et intérêt que j'ai découvert, au fil des pages, la personnalité attachante de Rosemarie qui nous livre ici, comme des perles qu'on enfilerait sur un collier, de petites anecdotes vécues au quotidien, des réflexions personnelles, ainsi que des questions sur la vie. On y trouve aussi des conseils pratiques pleins de bon sens, le fruit de plusieurs décennies d'expérience...

J'ai apprécié la variété de ses récits, qui sont autant de méditations, parfois graves et profondes, et j'aime beaucoup l'humour de l'auteure, qui ne fait jamais défaut !

J'ai été touchée par la simplicité et la franchise avec laquelle elle parle de sa vie et de ses difficultés, ses peines, ses joies, de questions auxquelles elle est confrontée, parfois de ses doutes et surtout, de son

indéfectible attachement à son Seigneur et Sauveur,  
Jésus-Christ.

Chacune de ces méditations se termine par une citation appropriée, le plus souvent un verset biblique, un poème ou un chant.

52 méditations ! Une par semaine... J'avoue que je n'ai pas attendu aussi longtemps...

Un livre distrayant, édifiant, et surtout encourageant, à savourer sans modération !

*Danièle G.*

## Préface

Quelquefois, j'ai envie de prendre une part de biscuit « Forêt Noire ». Pour garder la ligne, je devrais plutôt y renoncer mais cela fait du bien à mon âme. En tout cas, la vie ne nous offre pas que de bonnes choses, et encore moins tous les jours de la pâtisserie.

Dès l'enfance, j'ai remis ma vie à Dieu. Depuis, le temps a passé, mais le lien avec Jésus est demeuré. Je me suis accrochée à lui, corps et âme ; il est le grand amour de ma vie.

Entre temps, mes cheveux ont grisonné, et certains moments de ma vie étaient gris foncé, terribles. Dans la mosaïque de ma vie, les zones de gris semblaient dominer. Une maladie psychique jeta aussi des ombres sur les couleurs claires et joyeuses. J'ai appris à faire confiance à Dieu. Même quand mes pensées se perdaient, je ne perdais pas Dieu. Il m'a donné des épreuves mais il y eut aussi dans ma vie des couleurs

scintillantes et magnifiques, des moments de joie et de bonheur.

Lorsque je demandai à Dieu quelle était ma mission dans la vie, la réponse s'imposa rapidement, beaucoup plus rapidement que ce à quoi il m'avait habituée. Encourage les autres ! Ceci me plut. C'était une mission qui m'était adaptée. Je m'y connaissais en perte de courage et je savais ce qui pouvait donner du courage, à moi et aux autres : Écouter au lieu de dire « ça ira mieux », donner à d'autres des conseils pour trouver la source de la force. Et si le poids demeure malgré tout, je peux leur rappeler qu'il existe quelqu'un qui vous épaula et qui aide à porter le fardeau. Ce quelqu'un, c'est Jésus.

Ma vie est multicolore. J'aime à décrire ce que j'ai vécu jusqu'à présent. Mes souffrances ont fait place à un chant de reconnaissance. Une rime pour deux mots bien différents ! La meilleure chose à faire, c'est de commencer à chanter sa reconnaissance quand la souffrance n'a pas tout à fait disparu. C'est la « foi malgré tout ». Elle s'oppose aux idées noires.

J'ai quelquefois la tête remplie de pensées. Comment en faire le tri ? Les bonnes me rendent joyeuse et les moins jolies me font plonger. Ce qui m'aide beaucoup dans ces moments-là, c'est de fixer mes pensées en les

écrivait. Je les retiens pour mieux m'en libérer, ou bien je continue à y songer et je peux relire ensuite ce qui me passe par la tête.

Mon quotidien est fait de plein de petites choses, insignifiantes et magnifiques, réjouissantes et moins belles. Mes pensées ont toujours joué un rôle important dans ma vie. En effet, j'ai vécu quelque chose de particulier : mes pensées sont devenues malades. Elles me venaient en désordre, à tel point que je ne les contrôlais plus. Terrible ! Des médecins, des infirmières et des thérapeutes furent appelés à la rescousse. Ma vie était assombrie et la peur ressemblait à une deuxième peau, ou à un vêtement dont j'aurais bien voulu me défaire. Il fallut beaucoup de temps avant que je ne retrouve mon équilibre.

En même temps, je développai un regard pour les petites choses de la vie. Dieu se cache dans les détails, pourrait-on dire. Il s'occupe des cheveux sur nos têtes, des larmes que nous versons et des étoiles au firmament. Rien n'est trop petit et rien n'est trop grand pour lui. Je m'enthousiasme pour ce Dieu depuis mon enfance. Je considère que ma mission est d'encourager les autres. Il y a tant de gens qui baissent les bras, qui ne voient plus de sens à la vie. Avec ce livre, j'aimerais donner à mes semblables un petit élan pour regarder dans l'autre direction, faire confiance à Jésus, ne pas

abandonner et se laisser encourager. La vie est colorée. Notre quotidien est fait de couleurs claires et sombres, vives et ternes. Les couleurs sombres soulignent notamment le rayonnement des couleurs claires. J'espère que mes brèves impulsions et mes petites tranches de vie sauront vous accompagner dans votre quotidien et vous dévoiler la grandeur de Jésus.

*Rosemarie Dingeldey en février 2021*



## *Une histoire de pression*

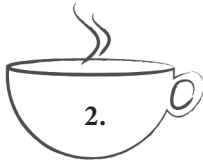
Une voisine veut me rendre visite. Mais le linge à repasser s'entasse, il faut faire les vitres, je devrais m'occuper de ma santé, une amie attend mon coup de téléphone depuis un bon moment. Je suis sous pression et n'arrive pas à répondre à toutes les attentes. Je ne remplis pas les objectifs que je me suis fixés. Ça me rend nerveuse et je ne suis pas tranquille. Mon œil interne me représente toutes ces attentes comme des mains avides tendues vers moi. Avant même de réaliser une tâche, d'appeler mon amie, je me sens déjà fatiguée et à bout. « Je n'en peux plus », me dis-je sans arrêt, alors même que je n'ai encore rien fait.

Aujourd'hui, ma lecture biblique porte sur le psaume 42. L'auteur gémit sous son fardeau. Un verset me saute alors aux yeux : « Pourquoi dois-je marcher dans la tristesse, sous l'oppression de l'ennemi ? » En fait, c'est l'ennemi qui me met la pression. « Exactement », me dis-je tout haut. Dieu ne me met pas la pression. C'est l'adversaire qui veut me voler ma sérénité. Dieu n'est pas un esclavagiste, il n'exige aucune chose sans nous donner la force de l'accomplir.

L'ennemi, ça peut être aussi ma recherche de la perfection, mes propres exigences, ou l'impression de devoir satisfaire tout le monde. Je sais pourtant bien que ça ne marche pas. Alors que je me plonge dans le psaume, je sens que Jésus me donne la paix et la sécurité, et je peux puiser de cette force pour faire face à la journée, ... pour aujourd'hui seulement. Pour cette journée, il me donne l'énergie et l'endurance, et aussi la lucidité de voir ce qui est important aujourd'hui. Cette journée est ma chance.

*« Pourquoi être abattue, mon âme, et gémir  
en moi ? Espère en Dieu, car je le louerai  
encore ! Il est mon salut et mon Dieu. »*

(Psaume 42,6)



## *La gaité de la dame des toilettes*

Plongée dans mes pensées, je me lave les mains et voilà qu'arrive une jeune femme équipée d'un seau et d'un balai brosse. Visiblement elle veut nettoyer les toilettes. Nous nous trouvons dans un établissement thermal. La dame est de nationalité étrangère, de petite taille et de très bonne humeur. Nous échangeons quelques propos, je lui demande si elle doit travailler encore longtemps. Elle m'indique un horaire et je la plains un peu. « J'aime bien faire ça », me dit-elle, et je suis bien étonnée qu'on puisse y trouver du plaisir ! Sa gaité me convainc. Peut-être que l'important n'est pas ce qu'on fait mais qu'on y mette de la bonne volonté. Toute la différence réside dans la disposition d'esprit face au

travail. Et dans ce cas, on peut éprouver du plaisir à faire ce qu'en réalité on n'aime pas trop faire. Et alors, peu importe que la tâche confiée soit plus ou moins exigeante.

*« Un cœur joyeux est un bon remède,  
mais un esprit abattu dessèche les os. »*

(Proverbes 17,22)



## *Se décharger de ses fautes*

Mon mari et moi faisons une balade à Eberbach, une jolie petite ville sur le Neckar. C'est l'été, il fait beau et les boutiques ont mis leurs marchandises à l'extérieur. Je remarque de petites cartes d'un jaune vif agrémentées de belles formules. Mon regard en accroche une et je dois la relire pour la comprendre. « Défense de se décharger de ses fautes ». Bizarre, me dis-je, qui peut bien vouloir se délester de ses fautes, et sur qui ?

« Comme c'est bon de savoir qu'il existe un lieu où je peux me décharger de mes fautes », me dis-je alors : La croix sur le mont Golgotha. Je peux déposer chaque petit méfait et chaque grosse faute au pied de la croix. A cet endroit, on me délivre de mes fautes car Jésus

est mort pour mes péchés. Il m'a affranchie et je suis sauvée. On ne peut pas se décharger de ses fautes chez les autres. On peut le faire de façon « transitoire » lors d'une confession, lorsqu'il nous faut une personne qui nous aide à faire le tri dans nos pensées.

Mais Jésus, lui, peut nous délivrer de nos fautes. Même si nous réitérons les mêmes erreurs, nous pouvons sans cesse revenir vers Jésus et les lui apporter. Il peut nous aider si nous lui demandons de ne pas retomber dans les mêmes travers. Il nous aide à emprunter de nouvelles voies. Auprès de lui, il n'est pas défendu de se décharger de ses fautes !

*« Soyez bons et pleins de compassion les uns envers les autres ; pardonnez-vous réciproquement comme Dieu nous a pardonné en Christ. »*

(Ephésiens 4,32)