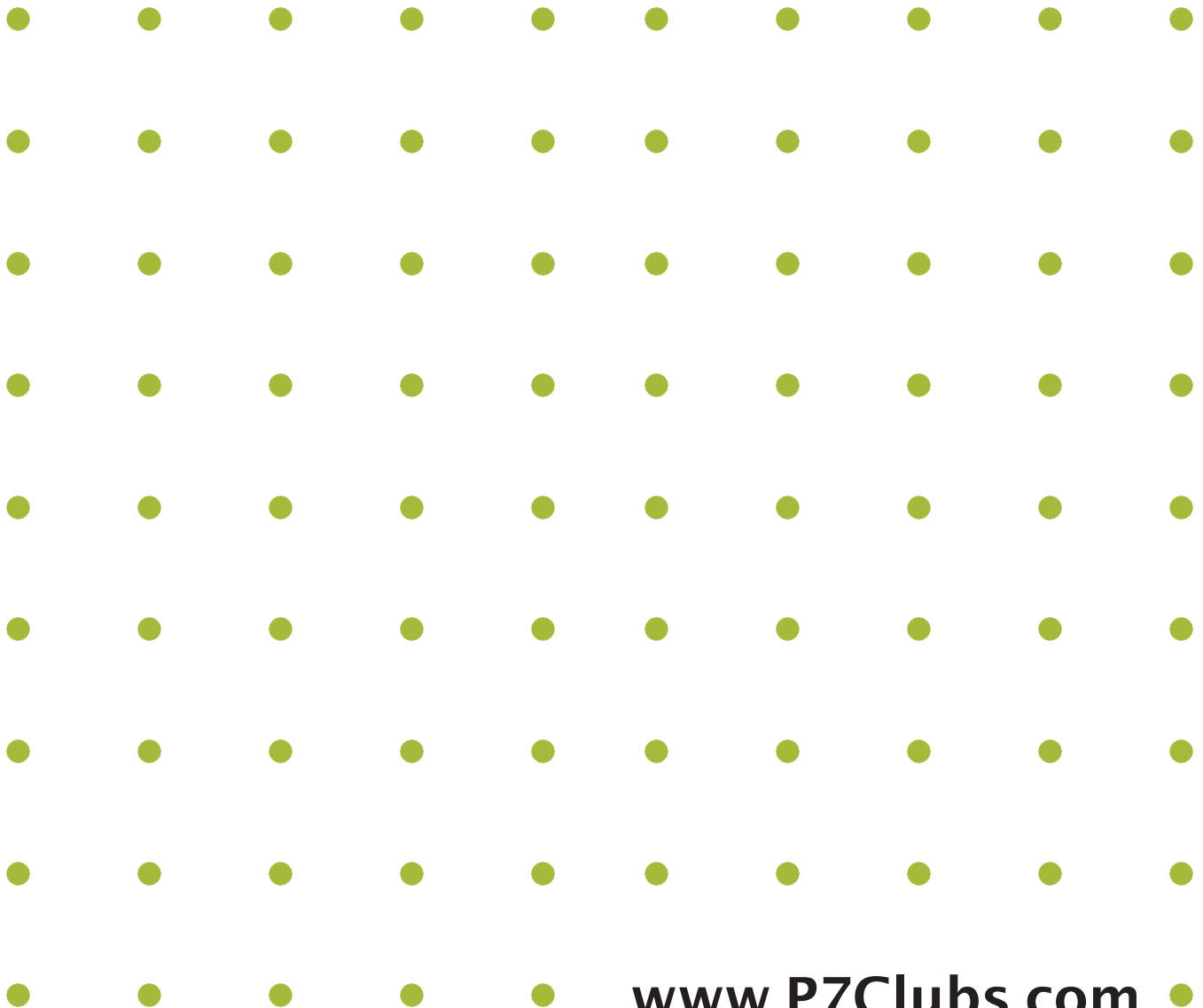




# Clubs P7

## Compilation de leçons

Volume 5



[www.P7Clubs.com](http://www.P7Clubs.com)

# Table des matières

3. Utilisez vos paroles 1 : Créez des contacts — Seth Boyte
5. Utilisez vos paroles 2 : Ne ragotez pas — Seth Boyte
7. Utilisez vos paroles 3 : Tout sur la prière — Seth Boyte
9. Calibrer nos vies pour une nouvelle année — Clinton Curtis
11. Quatre vérités sur les habitudes — Kyle Thayer
13. Les cycles du péché — Kyle Thayer
15. Le harcèlement s'arrête avec moi — Clinton Curtis
17. Que vos paroles apportent la vie — Kyle Thayer
19. Gardez votre cœur sur les réseaux sociaux — Sam Weyer
21. Comment élever Christ sur les réseaux sociaux — Sam Weyer
23. Lent à parler — Seth Boyte
25. Apprendre de ses échecs — Clinton Curtis
27. Les filtres *Instagram* et la Bible — Sam Weyer
29. Une bonne perspective — Seth Boyte
31. Comment s'y prendre avec les personnes difficiles — Sam Weyer
33. Gérer le stress — Sam Weyer
35. Faire confiance au temps propice de Dieu — Clinton Curtis
37. Dompter la langue — Clinton Curtis
39. Accomplir des choses difficiles — Clinton Curtis
41. Écraser la peur — Clinton Curtis

Cet ouvrage est la traduction française du livre *P7 Clubs Lesson Bundle, Volume 5* de *Youth Ministries* de l'Église Pentecôtiste Unie Internationale. Tous droits réservés. 36 Research Park Court, Weldon Spring, Missouri, É.-U. 63304 [www.upciyouth.com](http://www.upciyouth.com)

**Traduction** : Elisabetta Long en 2019 pour les Traducteurs du Roi ; **Révision** : Liane R. Grant

*Sauf indication contraire, les textes bibliques sont tirés de la version Louis Segond, Nouvelle Édition de Genève 1979.*

# Utilisez vos paroles 1 : Créez des contacts

## PRÉLIMINAIRES

Dieu nous a créés pour être en contact avec d'autres gens et avec lui. Nous pouvons entrer en contact avec lui quand nous lui parlons dans la prière, et nous pouvons mettre les autres en contact avec Dieu en utilisant des paroles inspirant la bonté. Proverbes 18 : 21 dit ceci : « La mort et la vie sont au pouvoir de la langue ; Quiconque l'aime en mangera les fruits. »

## PRÉPARATION à la louange

Encourager les autres doit être une démarche intentionnelle de notre part. Quand nous utilisons nos paroles pour créer des liens avec ceux qui nous entourent, nous les mettons en contact avec la grâce.

À ce point-ci, encouragez les commentaires : partagez une expérience personnelle où quelqu'un vous a aidé par ses paroles. Pourquoi ne pas partager le jour où quelqu'un vous a fait un compliment qui a mis un rayon de soleil dans votre journée ?

## PARABOLE

Avez-vous récemment entendu un personnage public qui a laissé échapper des paroles qu'elle a par la suite regrettées ? Que s'est-il passé après qu'elle les ait dites ? Pensez-vous que cette personne changerait ce qu'elle a dit en voyant le mal que ses paroles ont causé ?

Prenez quatre grands tubes de dentifrice et quatre assiettes en carton. Demandez quatre volontaires. Donnez aux volontaires soixante secondes pour que chacun presse son tube et fasse sortir autant de dentifrice possible sur l'assiette. Une fois les soixante secondes écoulées, demandez à chaque volontaire de remettre autant de dentifrice possible dans le tube, en soixante secondes.

Quand ces soixante dernières secondes se sont écoulées, expliquez que l'on peut comparer nos mots au dentifrice. Il est très facile de les faire échapper, mais beaucoup plus difficile — voire impossible — de les rattraper. En tant que membres du corps de Christ, quand nous communiquons les uns avec les autres, nous devons intentionnellement utiliser des paroles qui glorifient Dieu.

## À PRÉSENT

Relisez Proverbes 18 : 21. Dieu a utilisé des paroles pour précipiter Lucifer hors du Ciel.

Dieu a séparé la lumière d'avec les ténèbres et il a créé la vie avec des paroles. Joseph et Marie ont été réconfortés avec des paroles ; ils allaient être les parents terrestres du Sauveur.

Jésus a guéri des malades, fait des miracles et pardonné des péchés en utilisant des paroles. Les disciples de Jésus ont évangélisé une grande partie de la planète avec des paroles.

Les paroles — bonnes ou mauvaises — ont du pouvoir. Les paroles sont le moyen de faire passer un message :

« Votre bébé est en bonne santé et très beau. »

« J'ai bien peur qu'on doive vous renvoyer. »

« On dirait que le cancer s'est propagé. »

« J'aimerais vous offrir une promotion. »

Lisez Jacques 3 : 1-8. Ces versets nous exhortent à prêter attention au pouvoir de la langue — on ne devrait pas tout de suite vouloir monopoliser une conversation.

Le corps tout entier d'un cheval, aussi fort soit-il, est dirigé par un petit mors dans sa bouche. Les navires, que poussent des vents impétueux, sont dirigés par un petit gouvernail. Les grands incendies sont souvent déclenchés par une toute petite étincelle. Jacques va même jusqu'à dire que la langue, « aucun homme ne peut la dompter » (Jacques 3 : 8).

En fin de compte, nos paroles devraient permettre aux gens d'entrer en contact avec la grâce. « Que votre parole soit toujours accompagnée de grâce, assaisonnée de sel, afin que vous sachiez comment il faut répondre à chacun. » (Colossiens 4 : 6.)

a) Quand les gens sont dans le besoin, mettez-les en contact avec la grâce. Quand les gens sont bouleversés, mettez-les en contact avec la grâce. Quand les gens souffrent, mettez-les en contact avec la grâce.

b) Dans un monde plein de mauvaises nouvelles, nous pouvons être la lumière pour quelqu'un, pour l'encourager et lui offrir l'espoir en Jésus.

c) Nous pouvons mettre le sourire aux lèvres de quelqu'un qui croule sous le poids des soucis de la vie. Comment ? En mettant cette personne en contact avec la grâce.

On peut définir la grâce comme « une faveur imméritée ». Quand nous communiquons avec des gens dans notre église, nos paroles devraient refléter la grâce que nous avons reçue. « Mais ils ne le méritent pas. » Nous non plus ! « Mais ils ne m'ont pas parlé gentiment. » Nous sommes quand même appelés à les mettre en contact avec la grâce.

Matthieu 12 : 34 nous dit que ce qui sort de la bouche d'une personne vient du cœur. Donc, pour parler avec grâce, il faut que nous ayons de la grâce dans le cœur.

Une personne qui dit des choses méchantes a un cœur méchant ; une personne qui dit des choses négatives a un cœur négatif, et vice versa.

## Mise en PRATIQUE

En fonction du temps disponible, vous pouvez soit lire chacun des versets ci-dessous, soit en faire un survol rapide :

1. Obtenez des points de sagesse simplement en vous taisant.

- a) Lisez Proverbes 17 : 28.
- b) En fonction de la situation, il vaut mieux vous taire que dire la première chose qui vous passe à l'esprit.

2. Dites les paroles à haute voix, et demandez-vous si ce que vous dites est gentil.

- c) Lisez Proverbes 15 : 1.
- d) Si vous avez du mal à savoir comment répondre à quelqu'un, demandez à un ami d'écouter ce que vous avez envie de dire et qu'il vous donne honnêtement son avis.

3. Priez pour que vos paroles soient agréables à Dieu.

- e) Lisez Psaume 19 : 14.
- f) Posez-vous souvent cette question qui suscite la réflexion : « Ces paroles te sont-elles agréables, Seigneur ? »

4. Priez que Dieu garde votre bouche.

- g) Lisez Psaume 141 : 3.
- h) Si avez besoin que Dieu vous donne la sagesse pour bien choisir vos mots, demandez-la-lui.

5. Écoutez avant de répondre.

- i) Lisez Proverbes 18 : 13.
- j) N'avez-vous jamais eu l'impression en parlant avec quelqu'un que cette personne était impatiente de vous répondre avant même que vous ayez fini de parler ? Cela est frustrant et ne met pas les autres en contact avec la grâce. Il vaut beaucoup mieux écouter gracieusement.

6. Parlez avec grâce au nom de Jésus.

- k) Lisez Colossiens 3 : 17.
- l) Il est difficile de crier après quelqu'un ou de dire des choses méchantes à quelqu'un au nom de Jésus. Pour parler au nom de Jésus, il nous faut de la grâce dans le cœur.

## PRIÈRE

Seigneur, aide-moi à réaliser la puissance de mes paroles, et à rester silencieux quand il le faut. Quand je parle, que je le fasse avec douceur et sagesse. Je veux que mes paroles reflètent qui tu es, donc que ma façon de parler te soit agréable. Aide-moi à contrôler ma langue quand je suis fâché, contrarié ou frustré. Aide-moi à être prêt à écouter, et à parler avec grâce.

## Un peu PLUS

Défi de la semaine :

1. Envoyez des textos à d'autres jeunes de votre Club P7 (ou à d'autres jeunes dans votre école) pour leur dire que vous priez pour eux, que vous croyez en eux, etc. (toute parole qui pourra les encourager et les rapprocher de la grâce).
2. Écrivez à d'autres une petite note à la main pour leur faire savoir que vous les soutenez et que vous pouvez remarquer ce que Dieu fait dans leur vie.

# Utilisez vos paroles 2 : Ne ragotez pas

## PRÉLIMINAIRES

Nous pouvons présumer que chacun d'entre nous a observé, à un moment ou un autre, les effets causés par les ragots — les blessures, les douleurs et la destruction. Pourtant, on y prend quand même part. Il est parfois difficile d'arrêter le train du ragot, à cause de sa vitesse, de son conducteur, et de l'information qu'il transporte. La conclusion est cependant simple : Dieu hait que nous utilisions nos paroles pour ruiner la vie des autres.

## PRÉPARATION à la louange

Lisez Jacques 1 : 26 (BDS) :

« Mais si quelqu'un croit être religieux, alors qu'il ne sait pas tenir sa langue en bride, il s'illusionne lui-même : sa religion ne vaut rien. »

## PARABOLE

Un ancien proverbe relate l'histoire d'un homme que l'on appellera Démas. Celui-ci rapportait des ragots au sujet de son voisin. La rumeur s'est vite propagée dans tout le village. Quelque temps plus tard, Démas s'est rendu compte que la rumeur était fausse et s'est senti coupable. Il est alors allé chercher conseil chez un ancien du village qui était connu pour sa grande sagesse. L'ancien a dit à Démas : « Rentre chez toi, prend un coussin de plumes. Ensuite, sors, éventre le coussin et éparpille ses plumes. Fais cela et reviens me voir demain. » Démas a fait tout ce que l'ancien lui avait conseillé. Le lendemain, il est retourné voir le sage qui lui a dit : « Va, ramasse les plumes que tu as éparpillées hier et ramène-les-moi. » Démas est rentré chez lui, a cherché les plumes, mais le vent les avait toutes emportées.

Il est retourné voir l'ancien et lui a avoué : « Je n'ai pu trouver aucune des plumes que j'ai éparpillées hier. » « Tu vois, lui a dit l'ancien, c'est facile de disperser les plumes, mais c'est impossible de les rattraper. » Il en va de même des ragots ; il ne faut pas longtemps pour propager des paroles médisantes, mais une fois que cela est fait, il n'est jamais tout à fait possible de réparer les dégâts.

## À PRÉSENT

Le Larousse définit le ragot ainsi : « commérage malveillant et sans fondement ». On peut dire que c'est le fait de propager, faire connaître partout des bruits sur quelqu'un, typiquement des détails, qui n'ont pas été confirmés et qui se révèlent souvent être faux.

Que l'information soit 100 % vraie, 100 % fausse ou quelque part entre les deux, évaluez honnêtement si cela est important d'en faire part aux autres.

Socrate utilisait son fameux « test des trois passoires » pour évaluer une information rapportée.

- Le test de la vérité : Êtes-vous absolument sûr que cette information est vraie ?
- Le test de la bonté : Ce que vous voulez rapporter, est-ce quelque chose de bien ?
- Le test de l'utilité : L'information que vous voulez rapporter est-elle utile ?

Proverbes 16 : 28 dit ceci : « Et le rapporteur divise les amis. » Avez-vous déjà eu un ami qui parlait derrière votre dos ? Encore plus frustrant, l'information qu'il divulguait était-elle fausse ? Ce type de conversation peut mettre en péril des amitiés de longue date. Ceci est particulièrement vrai, car Proverbes 11 : 13 (BDS) dit : « Le médisant divulgue les secrets ».

Dieu nous a fait des êtres sociaux. « Il n'est pas bon que l'homme soit seul » (Genèse 2 : 18). Cependant, le péché a corrompu ce désir d'être en relation avec d'autres. Au lieu d'établir des relations saines, on se met à parler sur quelqu'un d'autre tout simplement pour être accepté. Dans la plupart des cas, le ragot est essentiellement une trahison de confiance. Beaucoup de gens ont très difficile à faire confiance. Celle-ci est l'élément fondamental de toute relation importante. Sans la confiance, beaucoup d'entre nous ne confieraient jamais rien de personnel à personne.

Écrivez quelques points clés, sur nos paroles, tirés de Proverbes 6 et partagez-les avec le groupe.

Proverbes 6 utilise quelques mots forts : on y lit que Dieu hait celui qui excite des querelles entre frères. Ce sont des paroles dures. Je ne pense pas que cela soit exagéré de dire que le commérage excite des conflits.

Non seulement Dieu hait le commérage, mais il l'a inclus dans les « dix commandements » : « Tu ne porteras point de faux témoignage contre ton prochain » (Exode 20 : 16).

Lisez Romains 1 : 28-32 au groupe. Ce passage est peut-être un des messages bibliques les plus directs sur le sujet. Il décrit les choses qui excitent la colère de Dieu. Voulez-vous deviner ce qui se trouve tout en haut de la liste ?

Les rapporteurs et les médisants — dans la même liste que les meurtriers et les ennemis de Dieu ! Dieu hait que l'on fasse du mal aux autres par nos paroles.

## Mise en PRATIQUE

Peu importe la vitesse à laquelle voyage le train des commérages, il faut l'arrêter si nous voulons ressembler à Dieu.

### *Empêchez le ragot*

1. Ne partagez pas des informations qui ne vous regardent pas. C'est un des moyens les plus simples de ne pas se laisser prendre au jeu des commérages.
2. Demandez à Dieu de vous révéler les conversations qui ne l'honorent pas.

### *Ignorez les commérages*

1. Ne vous mêlez pas de conversations sur d'autres personnes à moins que ce soit des remarques positives concernant ces personnes.
2. Prenez une résolution personnelle que le train du commérage s'arrête avec vous. Si on vous fait part de quelque chose, vous n'êtes pas obligés de le transmettre à quelqu'un d'autre.
3. Même si quelqu'un fait courir des rumeurs à votre sujet, vous n'avez pas le droit de lui rendre la pareille. « Ne rendez pas le mal pour le mal » (1 Pierre 3 : 9).

### *Affrontez les commérages*

De toutes les méthodes pour empêcher les ragots, celle-ci pourrait être la plus difficile. Cependant, si elle est accompagnée d'une bonne dose d'amour, elle peut être très enrichissante.

1. Si vous avez un problème avec quelqu'un, n'en parlez pas à d'autres ; allez directement vers la personne

concernée. Il faut beaucoup plus de courage pour faire face à cette personne qu'il n'en faut pour l'ignorer ou parler derrière son dos.

2. Si quelqu'un essaie de vous rapporter quelque chose sur quelqu'un d'autre, sentez-vous libres de lui dire que vous ne souhaitez pas l'entendre. Petite mise en garde : la conversation peut toutefois tourner très vite au vinaigre si vous le lui dites avec arrogance. Dites-le avec amour et grâce ! (Proverbes 12 : 18, BDS)
3. Récompense : si vous arrêtez assez souvent le train des commérages, les autres vont finir par arrêter de vous faire part des ragots.

## PRIÈRE

Seigneur, merci pour l'occasion que nous avons de vivre pour toi.

Nous te demandons de nous donner la force, le courage, et l'audace de ne pas parler en mal des gens pour le salut desquels tu es mort. Nous comprenons que nous te reflétons, donc si on nous connaît comme des colporteurs de ragots, cela porte atteinte à l'Évangile que nous sommes appelés à représenter. Aide-nous à être une source d'honnêteté et de vérité pour que nous puissions continuellement encourager les autres et non pas les abattre. Que nous disions toujours la vérité avec amour et que nous arrêtions tous commérages qui arrivent à nos oreilles. Nous prions au nom de Jésus, amen !

## Un peu PLUS

Le défi d'aujourd'hui :

Demandez aux étudiants d'écrire sur un bout de papier un ragot qu'ils ont entendu pendant la semaine. En l'écrivant, ils seront à l'avenir plus conscients de ce type de conversation. Une fois qu'ils ont écrit le ragot, amusez-vous avec le bout de papier. Qu'ils le plient, qu'ils le tiennent haut dans les airs, et qu'ils disent tous ensemble : « Jésus, nous te donnons ces conversations. Aide-nous à ne plus le faire. »

Encouragez-les à permettre à la grâce de Dieu d'éliminer, à l'avenir, ces conversations et de les aider à délibérément s'en débarrasser. (Ramassez les bouts de papier et jetez-les à la poubelle.)

# Utilisez vos paroles 3 : Tout sur la prière

## PRÉLIMINAIRES

La prière : parfois, on a l'impression que prier est quelque chose de « super spirituel », réservé aux personnes les plus importantes. Cependant, nous pouvons tous prier et nous devrions le faire. La prière est tout simplement se mettre en contact avec Dieu comme avec un ami.

## PRÉPARATION à la louange

Lisez I Jean 5 : 14 : « Nous avons auprès de lui cette assurance que si nous demandons quelque chose selon sa volonté, il nous écoute. »

## PARABOLE

Pour commencer, essayez ce jeu :

1. Avant que la soirée ne débute, choisissez un volontaire pour vous aider. Assurez-vous qu'il est venu au Club P7 avec quelqu'un qu'il connaît très bien (frère ou sœur ou un ami proche).
2. Dites au volontaire de se tenir debout au centre de la pièce. Bandez-lui les yeux, puis créez un sentier qu'il doit emprunter sur lequel vous placerez une série d'obstacles (des chaises ou autres). Tout le monde doit lui donner de mauvaises instructions pour le diriger sur le sentier sauf la personne avec qui il est venu et qu'il connaît bien. Le but est que le volontaire écoute son ami et suive ses instructions.
3. Expliquez que [le nom du volontaire] connaît la voix de son ami parce qu'elle lui est familière. Il faut qu'on ait des conversations avec Dieu tous les jours pour qu'on s'habitue à sa voix.

## À PRÉSENT

Ce que la prière est *La prière est la création de liens.*

1. Si vous aimez parler à vos amis, pensez à avoir le même dévouement quant à votre relation avec Dieu.
2. Parfois, quand vous ne voyez pas vos camarades d'école pendant tout l'été, il faut quelques jours pour renouer ces amitiés.
3. La même chose peut arriver avec Dieu, si on ne reste pas en contact avec lui.

*La prière exprime notre besoin de Jésus.*

1. La maladie, la tentation, les désirs, les péchés, les joies, l'adoration — on peut tout dire à Jésus.
2. Nous dépendons de Jésus pour tout — jusqu'à la vie elle-même. Ce contact rétablit notre compréhension de ce fait.

*La prière, c'est entendre la voix de Dieu.*

1. Pour établir des liens avec nos amis, on ne fait pas que parler — il faut aussi savoir les écouter. Le même principe s'applique avec Dieu.
2. Jean 10 : 27 dit que les brebis de Dieu connaissent sa voix.
3. Proverbes 2 : 1–5 nous enseigne à recevoir les paroles et les commandements de Dieu comme des trésors, et de désirer la sagesse de Dieu comme de l'argent et de l'or.
4. En général, Dieu ne va pas se faire entendre par une voix forte et résonante, mais par sa Parole, à travers votre pasteur, ou par un petit coup doux du Saint-Esprit.

*Ce que la prière n'est pas :*

1. La prière n'est pas un procédé mystique par lequel nous en appelons à une certaine « force ».
2. La prière n'est pas une « puissance » pour créer des choses ou pour les faire apparaître, en donnant des ordres à Dieu comme à un serviteur.
3. La prière n'est pas la répétition de phrases vides de sens pour attirer l'attention. Jésus dénonce ce comportement dans Matthieu 6 : 7 quand il dit : « En priant, ne multipliez pas de vaines paroles, comme les païens, qui s'imaginent qu'à force de paroles ils seront exaucés. »

Pourquoi devrait-on prier ? Parce que Jésus nous a dit de le faire. Lisez Luc 18 : 1. Jésus s'est assuré de nous faire remarquer que la prière est importante. Lui-même priait. Il n'y a vraiment pas de meilleure raison pour prier que celle-là.

*La prière nous protège dans les moments de tentation.*

1. Matthieu 26 : 41 nous donne une information clé (si on ne le savait pas encore). Notre chair est faible.
2. La prière nous aide à dire « Non » dès que la tentation se présente.

Pour qu'on puisse recevoir.

1. Si vous ne connaissez pas la volonté de Dieu, c'est peut-être parce que vous n'avez pas demandé (Jacques 4 : 2).
2. Dieu veut que nous recevions la réponse à nos prières (le salut de nos bien-aimés, la guérison, la providence, etc.), mais nous devons demander.

## Mise en PRATIQUE

La Bible identifie de multiples façons et types de prières que nous pouvons adresser à Dieu. Un des modèles que vous pouvez suivre comme guide utilise l'acronyme ACAS. Chaque lettre représente un aspect spécifique de la prière en suivant un ordre naturel.

### A—Adoration

1. Dans Matthieu 6 : 9, qui est le début du Notre Père, Jésus nous enseigne à commencer chaque prière en mettant les choses en perspective. Quand nous voyons la grandeur de Dieu, nous comprenons immédiatement que nos problèmes sont petits entre ses mains.
2. Par conséquent, nos problèmes et nos besoins sont remis à leur juste place.

### C—Confession (de péchés spécifiques)

1. Plus nous nous rapprochons de Dieu, plus nous devenons conscients de nos propres péchés. Ésaïe s'est exclamé : « Malheur à moi ! je suis perdu », lorsqu'il est entré dans la présence de Dieu (Ésaïe 6 : 5). Quand nous confessons nos péchés, nous tirons les choses au clair, et nous enlevons toutes barrières qui empêcheraient Dieu d'entendre nos prières.
2. I Jean 1 : 9 dit : « Si nous confessons nos péchés, il est fidèle et juste pour nous les pardonner, et pour nous purifier de toute iniquité. »

### A—Action de grâce (reconnaissance)

1. Une fois que nous avons confessé nos péchés et que nous nous sommes repentis, notre réaction immédiate devrait être de remercier Dieu. Il est fidèle et pardonnera un cœur qui se repent.
2. Nous devrions être reconnaissants que Dieu veut nous pardonner et nous purifier de toute injustice. Dans le Psaume 32 : 1, David déclare : « Heureux celui à qui la transgression est remise ». Nous sommes bel et bien heureux.

### S—Supplication (requêtes spécifiques)

1. Trop souvent, nous commençons nos prières avec des requêtes au lieu de passer du temps dans la louange, la reconnaissance et la purification de notre cœur. Cependant, Dieu désire entendre nos besoins et nos requêtes. Philippiens 4 : 6 nous enseigne ceci : « faites connaître vos besoins à Dieu ».
2. Dans Philippiens 4 : 19 nous avons cette promesse : « Et mon Dieu pourvoira à tous vos besoins selon sa richesse, avec gloire, en Jésus-Christ. »

Si on vous disait exactement ce que vous devez dire à quelqu'un et quand vous devez le dire, la conversation serait maladroite. Une véritable amitié se développe quand on ouvre son cœur, on partage ses sentiments, et on a une vraie conversation avec l'autre personne. Bien que prier selon l'acronyme ACAS soit une méthode qui peut vous aider à structurer vos prières au lieu de radoter, il n'y a aucune méthode qui marche parfaitement pour tout le monde et qui devrait être répétée exactement de la même façon à chaque fois. Continuez à parler avec Dieu, à écouter sa voix en lisant sa Parole, et à créer des liens à des niveaux plus profonds.

## PRIÈRE

Dans la prière pour clôturer la réunion, concentrez-vous sur ces trois points :

1. Que Dieu nous aide à délibérément passer du temps, chaque jour, avec lui.
2. Que chaque fois que nous prions, nous sommes honnêtes avec Dieu et avons un vrai dialogue ; que ce ne soit pas simplement une prière récitée qui n'a aucun sens pour nous.
3. Que Dieu nous donne la juste perspective des choses grâce au temps passé avec lui.

## Un peu PLUS

Le défi d'aujourd'hui :

Encouragez les personnes de votre Club P7 à écrire des prières à Dieu dans un journal intime, dans un bloc-notes ou sur une feuille de papier. Ensuite, demandez-leur d'écrire comment ils ont l'intention de s'y prendre pour passer plus de temps avec Dieu. Profitez de ce temps pour repenser aux derniers jours ou aux dernières semaines, et pour réfléchir aux domaines de votre vie qui ont besoin d'être améliorés. Quelles choses pouvez-vous éliminer pour vous permettre d'avoir plus de temps avec Dieu ?

# Calibrer nos vies pour une nouvelle année

## PRÉLIMINAIRES

Que l'on ait vécu pour Dieu de façon délibérée ou que l'on ait laissé aller certaines choses, on a besoin, de temps en temps, de calibrer nos vies. Même les meilleures voitures ont besoin d'entretien, de temps à autre. On va parfois chez le médecin parce qu'on sait qu'on est malade ; mais parfois, on y va juste pour un contrôle de routine. Assurons-nous d'aborder l'avenir avec les bonnes priorités et la bonne attitude !

## PRÉPARATION à la louange

Nous remercions Dieu parce qu'il nous guide toujours et éclaire nos sentiers. Il nous a fait connaître ses voies, et il nous a donné des indications claires sur la façon de mener nos vies. « L'Éternel affermit les pas de l'homme de bien », et si nous menons nos vies de façon à glorifier Dieu, il marche avec nous et nous montre où aller. Quand on se compare à sa Parole et à son exemple parfaits, nous avons une perception plus claire de nous-mêmes et nous pouvons dès lors devenir plus semblables à lui.

## PARABOLE

Vous êtes-vous déjà trouvé sur le siège passager et vous voyez soudain que le conducteur tourne la tête pour regarder quelque chose sur le côté de la route ? Inévitablement, la voiture commence à dériver. Ce n'est pas que le conducteur veuille aller dans la direction qu'il fixe ; cela arrive tout naturellement.

C'est la même chose pour nous. Si nous ne gardons pas les yeux fixés sur Jésus, nous allons commencer à dériver vers les choses de la vie qui n'ont pas vraiment d'importance. Dériver ne veut pas nécessairement dire que nous quittons l'Église ou que nous participons à tous les péchés du monde. En revanche, il se peut que l'on se contente de moins que ce que Dieu a pour nous. Si nous perdons de vue ce qui importe le plus, avant qu'on ne s'en rende compte, nous pourrions suivre une direction que nous n'avons jamais eu l'intention de suivre.

Vous est-il déjà arrivé d'examiner votre vie et de vous poser la question : « Comment en suis-je arrivé ici ? » Prenez un moment pour écrire (ou discuter) certains domaines de votre vie dans lesquels vous savez que vous pourriez faire mieux. Quels sont certains aspects de votre marche avec Dieu qui ont besoin d'être, à nouveau, calibrés ?

## À PRÉSENT

Si nous voulons rester sur la bonne voie, nous devons nous souvenir de notre premier amour. Nous ne vivons pas pour Dieu par obligation ou par crainte. Nous vivons pour lui parce que nous l'aimons — et l'amour est le seul facteur motivant qui, de façon consistante, nous gardera sur la bonne voie. Si notre amour pour Dieu commence à diminuer, notre marche avec lui va finir par ralentir. Dans Apocalypse 2, Jésus avait beaucoup de choses positives à dire aux membres de l'église d'Éphèse, mais il leur a reproché leur manque d'amour. « J'ai cependant un reproche à te faire : tu as abandonné l'amour que tu avais au début. » (Apocalypse 2 : 4, BDS.)

Même si les Éphésiens accomplissaient une grande œuvre pour Dieu, celui-ci savait que s'ils ne remettaient pas au point leurs vies dans le domaine de l'amour, ils allaient s'écarter du droit chemin. Il en est de même pour nous ; ne soyons pas tellement occupés avec les choses de la vie que nous oublions la raison ultime de notre existence.

Une fois que notre attention est recentrée sur Dieu, nous sommes bien placés pour nous attaquer à d'autres domaines potentiels de dérive dans nos vies. Sommes-nous fidèles à la mission de Jésus ? Vivons-nous dans le but de « chercher et sauver ce qui était perdu » (Luc 19 : 10) ? Nous mettons-nous à part pour accomplir le plan de Dieu, et menons-nous une vie de sainteté (Romains 12 : 1) ? Passons-nous du temps avec Dieu dans la prière et dans la lecture de la Bible ? Le représentons-nous bien dans chaque domaine de notre vie ?

« Ainsi, que vous mangiez, que vous buviez, bref, quoi que ce soit que vous fassiez, faites tout pour la gloire de Dieu. » (I Corinthiens 10 : 31, BDS.)

Nous devons nous souvenir que tout ce que nous faisons, nous devons le faire d'une façon qui donne gloire à Dieu. Chacune de nos actions et chacune de nos décisions reflètent le Dieu que nous servons. Et il ne s'agit pas seulement des choses « spirituelles ». Quand on ne fait pas de son mieux (au travail, à l'école, à la maison, etc.), cela reflète notre Dieu (Romains 12 : 11). Quand nous nous concentrons sur le négatif, et nous portons très vite notre attention sur ce qui ne va pas, cela reflète sur notre Dieu (Philippiens 4 : 8). Toutefois, si nous réalisons que tout ce que nous faisons cultive en nous le terrain pour notre croissance spirituelle et pour celle de ceux qui nous entourent, nous aurons l'occasion d'avoir un impact plus grand et durable sur notre monde.

## Un peu PLUS

Discutez des questions suivantes :

1. Comment tout ce que nous faisons reflète-t-il Jésus (même les choses « non spirituelles ») ?
2. Est-ce qu'une mauvaise attitude ou de la paresse à l'école ou au travail pourrait rendre les gens moins réceptifs à vouloir nous écouter quand nous leur parlons de Jésus ?
3. Comment pouvons-nous parvenir à être responsables les uns aux autres vis-à-vis de notre dévotion et de notre marche journalière avec Dieu ?

## Mise en PRATIQUE

1. Faites de votre dévotion à Dieu une priorité ; retombez amoureux de Jésus ! Consacrez-lui du temps dans la lecture de la Bible, la prière, le jeûne et la fréquentation de l'église.
2. Engagez-vous dans la mission de Jésus et partagez l'Évangile avec quelqu'un de votre entourage.
3. Assurez-vous de ne négliger aucun domaine de votre vie. Glorifiez-vous Dieu par votre travail et votre comportement à l'école ?
4. Chaque jour et chaque semaine, réfléchissez à l'orientation de votre vie. Accordez-vous la priorité aux bonnes choses ? Votre attention est-elle tournée sur Jésus ou avez-vous commencé à dériver ?

## PRIÈRE

Seigneur, aide-nous à garder notre attention sur les choses qui ont vraiment de l'importance. Aide-nous à avoir une image claire de nous-mêmes à travers ta Parole, et aide-nous à calibrer à nouveau nos vies pour que nous puissions marcher avec confiance sur le chemin que tu as tracé pour nous. Nous te prions que notre amour pour toi ne faiblisse jamais, et que nous soyons des exemples puissants de ta grâce et de ta gloire. Aide-nous à bien te représenter dans tout ce que nous faisons.

# Quatre vérités sur les habitudes

## PRÉLIMINAIRES

Vous ne pensez probablement pas intentionnellement aux habitudes que vous avez. Il se peut même que vous ne soyez pas conscients que vous en ayez. Mais, en réalité, nous avons tous beaucoup d'habitudes. Par exemple, pensez à la routine matinale : on a tous une certaine façon de s'habiller, de se brosser les cheveux et les dents, etc. Même notre façon de manger peut révéler certaines habitudes.

## PRÉPARATION à la louange

Essayez de vous croiser les bras. Quel bras s'est retrouvé au-dessus de l'autre ? Avez-vous réfléchi avant de les placer de cette manière ? Probablement pas. C'est tout simplement une habitude que vous avez acquise, et maintenant vous le faites inconsciemment. Même quelque chose d'aussi simple que la façon dont vous mangez des biscuits fourrés à la crème est une habitude. Et que pensez-vous de celle-ci ? Une gardienne racontait que les deux enfants de qui elle s'occupait mangeaient leurs sandwiches de la même façon. Ils enlevaient la tranche du dessus, retiraient avec leurs doigts ce qu'il y avait au milieu, et le mangeaient ; ensuite ils terminaient par manger les deux tranches de pain. Qui sait pourquoi ?

## PARABOLE

Un jour, un professeur et son élève faisaient une randonnée dans les bois. Ils se sont retrouvés devant une jeune pousse d'arbre à peine sortie du sol. Le maître a suggéré à son élève d'essayer de l'arracher. Très facilement, l'élève s'est penché et a déraciné la jeune pousse. Ils ont continué leur randonnée jusqu'à ce qu'ils arrivent devant un jeune arbre d'environ un mètre. De nouveau, le professeur a demandé à l'élève d'essayer de déraciner ce jeune arbre. L'élève a obéi, mais cette fois-ci, cela lui a demandé un peu plus d'effort. Le professeur l'a ensuite conduit à un arbre adulte, beaucoup plus vieux et établi que les deux premiers. Encore une fois, le professeur a lancé à son élève le même défi : « Essaie d'arracher cet arbre du sol. » L'élève l'a regardé d'un air confus et lui a répondu : « Mais c'est tout à fait impossible ! »

Morale de l'histoire : Les nouvelles habitudes sont plus faciles à changer, à arrêter, ou à déraciner que les habitudes qui existent depuis longtemps.

## À PRÉSENT

*Vérité 1 : Les mauvaises habitudes sont difficiles à perdre.*

Tout comme nous l'avons vu dans cette parabole, les habitudes peuvent être difficiles à briser, surtout si ce sont de vieilles mauvaises habitudes qui sont bien ancrées dans notre vie. Pourquoi sont-elles si difficiles à briser ?

Avec le temps, elles sont devenues une partie de qui nous sommes, et on les répète sans y penser. Vous pouvez peut-être vous demander : « Alors comment est-ce que je brise une vieille habitude ? » Cela demande de l'effort, mais si vous êtes motivés et vous décidez de le faire, vous pouvez briser toute mauvaise habitude. Ne négligez pas le fait que Dieu peut vous aider. Demandez-lui de vous donner la force et la sagesse dont vous avez besoin pour briser toute mauvaise habitude. Souvenez-vous de la morale de la parabole de l'arbre : vous devez déraciner les mauvaises habitudes pendant qu'elles sont au stade de pousses. Vous vous éviterez beaucoup d'effort, de découragement et de peine.

*Vérité 2 : Acquérir de nouvelles habitudes demande des efforts.*

On aimerait tous que les bonnes habitudes apparaissent tout simplement comme un lapin qui bondit hors du chapeau d'un magicien. Mais à vrai dire, développer de bonnes habitudes demande de l'effort. La chargée de recherche Philippa Lally et son équipe de chercheurs au *Economic & Social Research Council* [Conseil de recherche économique et sociale] ont découvert qu'il faut à une personne soixante-six jours, en moyenne, pour qu'elle forme une nouvelle habitude.

*Vérité 3 : Les habitudes mènent quelque part.*

Tout dépend des habitudes que nous avons, elles peuvent nous enrichir ou nous ruiner. « Nous sommes ce que nous faisons à répétition. » — Aristote (repris par Sean Covey<sup>1</sup>)

Certains se ruinent la vie par les sottises qu'ils font, et ensuite ils en veulent à Dieu. (Voir Proverbes 19 : 3, BDS.)

Jouez-vous d'un instrument de musique ou pratiquez-vous un certain sport ? Qu'avez-vous dû faire pour devenir bon ? Vous exercez ! Si vous faites du football, vous mettez vos muscles en condition en faisant des presses, des ischiojambiers, des soulevés de terre, des squats, etc. Si vous faites de la musique, vous exercez vos doigts et vos poignets en faisant des gammes et des études. L'exercice crée des habitudes qui vont se voir lors des finales ou lorsque vous jouerez un chef-d'œuvre. Si vous voulez exceller dans ce que vous faites, vous devez former les habitudes dont vous avez besoin pour réussir. C'est pourquoi il est important de développer de bonnes habitudes pendant que vous êtes jeunes.

Quand vous êtes plus âgés, les mauvaises habitudes sont plus difficiles à briser et elles vont nuire à vos efforts d'arriver à votre destination souhaitée.

*Vérité 4 : Les habitudes vous aident à passer du rêve à la réalité.*

Quels sont vos rêves ? Vos habitudes peuvent vous permettre de réaliser vos rêves ou elles peuvent vous en empêcher. Peut-être un de vos rêves est d'être bon en *quiz* biblique. Pensez-vous que vous allez le devenir si vous n'avez pas l'habitude de lire votre Bible et de mémoriser les versets requis ? Si cela est votre rêve, commencez à vous entraîner !

Peut-être voulez-vous devenir un artiste. Pensez-vous qu'en donnant quelques coups de pinceau sur une toile environ tous les six mois, vous deviendrez un artiste ? Non, cela va demander de grands efforts, et il va falloir créer des habitudes qui vous aideront à accomplir votre but.

## Mise en PRATIQUE

Nous devons développer des habitudes qui s'alignent sur la vérité biblique, et briser celles qui ne nous rapprochent pas de Christ. Chaque jour, nous devons décider si nous allons faire un pas vers le Seigneur, faire du surplace, ou nous éloigner d'un pas de Jésus. Nos habitudes journalières contribuent énormément à notre marche quotidienne avec Christ.

## PRIÈRE

Notre Dieu, donne-nous la sagesse pour choisir les bonnes habitudes qui nous guideront dans la voie que tu veux que nous suivions. Donne-nous la force de briser les mauvaises habitudes que nous avons créées, et la détermination d'en adopter de bonnes, même s'il faudra plus de soixante-six jours pour les acquérir.

## Un peu PLUS

Cliquez sur le lien ci-dessous pour avoir une grille de 66 jours où vous pourrez y indiquer jusqu'à dix nouvelles habitudes. Bien sûr, vous pouvez n'en marquer qu'une ou deux ; on en a mis dix pour être sûr que vous ayez assez de place pour toute nouvelle habitude que vous aimeriez former.

<http://bit.ly/P7HabitTracker>

<sup>1</sup> N.d.T. Auteur de livres, entre autres, *Les 7 habitudes des ados bien dans leur peau*.

# Les cycles du péché

## PRÉLIMINAIRES

Vous êtes-vous déjà dit : « Je pensais avoir eu la victoire sur ceci l'année dernière ! Pourquoi cela continue-t-il à m'ennuyer ? Pourquoi ne puis-je pas m'en débarrasser ? » Un des meilleurs stratagèmes du diable est de vous faire croire que vous êtes bloqués dans un cycle de péché et que vous n'en sortirez jamais.

Pendant la Première Guerre mondiale, l'armée menait une guerre de tranchées. Au commandement d'un officier, les troupes fourmillaient par-dessus la tranchée, avec les baïonnettes fixées sur leurs fusils, et lançaient le cri d'attaque. Malheureusement, ils faisaient souvent face à un intense barrage de mitrailleuses et d'autres explosifs, et les pertes de vies étaient élevées. Les hommes étaient souvent bloqués dans les tranchées, parfois jusqu'à dix-huit mois d'affilée, sous un bombardement presque constant. De nombreux soldats ont été atteints de la névrose des tranchées (à présent connue sous le nom de « syndrome de stress post-traumatique », SSPT). Ils vivaient dans des conditions insalubres, et les maladies se propageaient : la fièvre typhoïde, le choléra, et même un type d'infection des gencives appelé la « bouche des tranchées ». On peut dire qu'ils étaient comme des rats coincés dans un labyrinthe rempli de tours et de détours, et le seul moyen d'en sortir était d'affronter les tirs de l'ennemi. Par conséquent, pour de nombreux soldats, la tranchée était leur tombe.

## PRÉPARATION à la louange

Lisez Romains 8 : 31-39 et résumez le passage pour les étudiants. « Si Dieu est pour nous, qui sera contre nous ? » Les problèmes, les épreuves, la persécution, la famine, la nudité, le danger... ? Rien sur cette liste ne peut nous vaincre parce que Christ nous a rendus plus que vainqueurs. À cette liste, nous pourrions ajouter une chose : nous pouvons avoir la victoire sur nous-mêmes. Nous pouvons sortir du cycle du péché. Nous pouvons sortir de notre tranchée (ornière) et vaincre l'ennemi avec l'aide de Jésus-Christ notre Seigneur.

## PARABOLE

Savez-vous ce qu'est une ornière ? C'est une tombe de laquelle on a enlevé les deux bouts. Si on ne fait pas attention, on peut spirituellement mourir dans la tranchée — c'est un cycle de péché que nous ne pouvons pas briser.

## À PRÉSENT

Le plus grand plaisir de Satan est de vous garder coincés dans la tranchée.

Il aime tirer profit de vos faiblesses, de vos tendances et de vos actions ; et chaque fois que vous entrez dans un cycle, il est encore plus difficile de le rompre. Comment Satan connaît-il nos faiblesses ? Simple. Il observe et il attend, comme un lion qui guette sa proie. Cela fait très, très longtemps qu'il étudie l'humanité — depuis Adam et Ève — et il connaît non seulement les faiblesses humaines communes, mais il connaît aussi vos faiblesses personnelles. Il vous étudie d'arrache-pied tout comme quelqu'un étudie avant un examen. Il prend son travail au sérieux ; il veut marquer des buts.

La chanson « *Cycles* » par Jonathan McReynolds dit ceci : « Le diable tire des leçons de tes erreurs, même si toi tu ne le fais pas. » Quelle vérité simple et pourtant profonde !

Satan a observé et attendu si longtemps qu'il sait quand vous « le » ferez à nouveau, et il en profite. Mais il ne faut pas qu'il en soit ainsi ; selon II Corinthiens 2 : 11, nous pouvons aussi observer et attendre. Nous pouvons tirer des leçons de nos erreurs, « afin de ne pas laisser à Satan l'avantage sur nous, car nous n'ignorons pas ses desseins » (II Corinthiens 2 : 11).

C'est une tactique de guerre fondamentale d'étudier l'ennemi. Vous pouvez découvrir les ruses de Satan en étudiant le manuel de guerre — la Parole de Dieu. Si vous connaissez les tactiques de Satan, vous pouvez les anticiper et consolider vos défenses.

Revenez à Romains 8 : 37. Comment les gens peuvent-ils s'abstenir de certaines choses ? Comment peuvent-ils éviter de faire les mêmes erreurs encore et encore ?

Outre le plan de bataille qui se trouve dans la Parole de Dieu, vous pouvez obtenir de la force pour le combat spirituel grâce à l'Esprit de Dieu. Son Esprit peut vous rendre assez fort pour vaincre l'ennemi et briser le cycle du péché.

Le champ de bataille principal est votre esprit. Cela veut dire que vous devez apprendre à contrôler vos pensées parce que quand vous ruminez des pensées, celles-ci deviennent des actions, et lorsque ces pensées sont mauvaises, les actions le seront aussi. C'est pourquoi vous devez vous assurer de constamment mettre Jésus en premier en toute chose, et de chasser de votre esprit et de votre cœur les choses qui ne devraient pas y être. Une façon pratique d'adresser les cycles du péché est de le faire quand vous êtes dans un état d'esprit sobre. Cela peut être le matin suivant le péché, ou quand vous êtes plus bas que terre et vous ne savez plus où vous tourner. Dans de tels moments, vous savez clairement que vous avez mal agi. Cela devrait être un moment de repentance et de consolidation de vos défenses. Cela devrait être un moment où vous revêtez l'armure que Dieu pourvoit, et vous passez du temps avec lui pour recevoir des forces spirituelles. Ensuite, quand vous serez de nouveau tentés (ce qui arrivera certainement), vous serez prêts à affronter et à vaincre la tentation. L'utilisation de ces tactiques vous aidera à rompre le cycle du péché.

## Mise en PRATIQUE

« Deux valent mieux qu'un, parce qu'ils retirent un bon salaire de leur travail » (Ecclésiaste 4 : 9).

« Comme le fer aiguise le fer, ainsi l'homme aiguise la face de son ami » (Proverbes 27 : 17, Bible Martin 1744).

Vous devriez savoir, à présent, que vous ne pouvez pas avoir la victoire sur les cycles du péché tout seuls. Tout comme un véhicule ne peut se sortir d'un fossé sans aide, vous avez besoin d'un ami pour vous aider à sortir de la tranchée dans laquelle vous vous trouvez et vous empêcher de retomber dans une autre. Vous pouvez appeler cet individu un « partenaire redevable » ; il vous aidera à rester sur le sentier droit et resserré. N'essayez pas de faire ce voyage seuls — vous serez mieux si vous êtes unis à quelqu'un !

Cependant, choisissez sagement votre partenaire redevable. Il faut qu'il soit spirituellement fort et digne de votre confiance, car il vous confrontera à vos propres erreurs. Si vous respectez et faites confiance à votre partenaire, vous l'écouteriez volontiers. Et si votre partenaire est fiable, il ne révélera à personne les choses que vous lui confierez.

## PRIÈRE

Seigneur, donne-nous la force de briser les cycles du péché et la sagesse pour éviter les pièges que le diable met devant nous. Donne-nous l'audace de demander de l'aide quand nous en avons le plus besoin, et par-dessus tout, que nous diminuions pour que tu puisses croître en nous.

## Un peu PLUS

Écoutez la chanson « *Cycles* » de Jonathan McReynolds.

# Le harcèlement s'arrête avec moi

## PRÉLIMINAIRES

Personne ne pense être un harceleur. Et si arrêter le harcèlement n'avait rien à voir avec les autres, mais tout à voir avec moi ? Comment puis-je transformer ma vie pour que je fasse partie de la solution et pas du problème ?

## PRÉPARATION à la louange

Nous remercions le Seigneur parce qu'il est mort pour tous. Il nous a montré que nous sommes tous dignes d'amour et de grâce. Personne n'est si mauvais que Jésus ne l'aime pas. Personne n'est allé si loin que l'espoir et le salut ne leur sont plus disponibles. Et vous, alors ? Dieu ne se soucie pas du montant d'argent que vous avez ou de la marque de vos vêtements. Cela lui importe peu si vous avez toujours de très bonnes notes en classe ou si vous avez du mal à obtenir la mention « satisfaisant ». Dieu vous aime énormément. Jésus vous a vu dans votre pire état, mais il a quand même choisi la croix du Calvaire. Vous avez de la valeur. Vous comptez pour lui.

« Mais Dieu prouve son amour envers nous, en ce que, lorsque nous étions encore des pécheurs, Christ est mort pour nous » (Romains 5 : 8).

## PARABOLE

Avez-vous déjà vu quelqu'un se faire harceler en personne ou en ligne ? Avez-vous été victime de harcèlement ? Comment avez-vous réagi à la situation ? Quelle était la réaction des autres ?

Voici une question plus difficile : avez-vous déjà été un harceleur ? En général, on n'aime pas s'imaginer dans ce rôle-là, et peut-être, beaucoup d'entre nous diraient que nous ne l'avons jamais été. Pourtant, en réfléchissant bien, nous pourrions certainement nous rappeler avoir ri aux dépens de quelqu'un d'autre ou avoir exclu quelqu'un sans aucune bonne raison. Sommes-nous restés silencieux, tout en sachant la bonne chose à faire, et par conséquent, avons-nous laissé quelqu'un d'autre se faire harceler ?

Nous avons tous la capacité de faire ce qui est bien et ce qui est mal, et quand il s'agit du harcèlement, nous devons décider de nous faire entendre. « Pour que le mal triomphe, seule suffit l'inaction des hommes de bien. » Nous ne pouvons pas nous permettre de rester silencieux. Nous devons montrer au monde l'amour de Dieu !

## À PRÉSENT

Si nous voulons ressembler à Jésus, nous devons arrêter de suivre la foule. La foule comprenait rarement ce que Jésus faisait. Jésus aimait les gens de façon inconditionnelle ; il aimait même ceux qui ne le méritaient pas. Jésus se liait toujours d'amitié avec les gens que la société haïssait, ridiculisait ou rejetait. La foule voulait lapider la femme qui avait été surprise en flagrant délit d'adultère, mais Jésus l'a sauvée (Jean 8 : 7). La foule s'est moquée de Marie quand elle a oint Jésus d'huile, mais Jésus a accepté son sacrifice (Jean 12 : 7-8). N'oubliez jamais que c'était la foule qui a décidé de faire relâcher Barabbas, le meurtrier, et de faire crucifier Jésus. Si vous marchez vraiment avec Jésus, vous allez rarement vous fondre dans la masse.

Si nous voulons arrêter le harcèlement et propager l'amour de Jésus dans le monde, nous devons arrêter de vouloir nous intégrer. Nous devons délibérément choisir de vivre selon son appel et de ne pas céder à la pression des autres. Quand nous nous prononçons en faveur de ceux qui sont dans le besoin, la foule ne nous acceptera pas, mais elle n'a pas non plus accepté Jésus. Quand nous nous lions d'amitié avec ceux qui n'ont pas d'amis et aimons ceux qui sont « indignes » de l'être, la foule va nous critiquer et se moquer de nous, mais nous ne vivons pas pour plaire à la foule. Nous vivons pour l'approbation de Dieu ! Nous avons la responsabilité d'aimer ceux qui ont besoin d'amour. Jésus ne nous a pas fait monter au ciel pour qu'on soit sauvés ; il est descendu vers nous. Nous devons suivre son exemple.

Nous devons aussi arrêter de dire des choses négatives au sujet des autres. Sous le prétexte que « ce n'était qu'une blague », beaucoup de personnes se sont fait harceler. Si nous rions aux dépens d'un autre, et nous faisons remarquer les choses négatives à son sujet (en public ou en privé), nous devons arrêter (Proverbes 6 : 19). Si c'est ce que nous faisons, nous faisons partie du problème.

Rappelons-nous que Dieu connaît toutes les choses négatives à notre sujet, mais il choisit de nous donner sa grâce. Si nous devons ressembler à Jésus, nous devons choisir d'agir avec grâce, même quand les gens ne le méritent pas. Utilisez vos paroles pour encourager et édifier les autres. La foule met souvent l'accent sur le négatif, mais le chrétien recherche des occasions d'encourager les autres.

Enfin, nous devons délibérément nous faire de nouveaux amis — sincèrement nous lier d'amitié avec de nouvelles personnes. Faites des efforts pour inclure d'autres à votre groupe et à les inviter à se joindre à vous. Rencontrez autant de personnes possibles ; assurez-vous que ces gens sachent que vous êtes quelqu'un vers qui ils peuvent se tourner, à qui ils peuvent parler, sur qui ils peuvent compter. Montrez l'amour de Dieu à tous ceux que vous rencontrez.

## **Mise en PRATIQUE**

Dressez la liste des gens avec lesquels vous avez des contacts (peut-être les gens avec qui vous avez un cours), mais que vous ne connaissez pas très bien. Priez au sujet de cette liste et demandez à Dieu de vous guider et de vous aider à montrer son amour à ces personnes. Ensuite, faites des efforts intentionnels de devenir leur ami et de mieux les connaître.

## **PRIÈRE**

Merci, Seigneur, de nous aimer de façon inconditionnelle malgré nos fautes et nos échecs. Aide-nous à devenir plus semblables à toi, et à faire preuve d'amour envers ceux qui nous entourent. Donne-nous des occasions de défendre ceux qui sont dans le besoin, et donne-nous l'audace de suivre ton appel et pas la foule.

## **Un peu PLUS**

Y a-t-il des personnes qui ont l'habitude d'être au Club P7, mais qui sont absentes aujourd'hui ? Est-ce la première fois qu'elles manquent ou sont-elles en train de s'isoler ? Allez vers elles et soyez un véritable ami. Faites-leur savoir qu'elles vous manquent et qu'elles sont appréciées !

# Que vos paroles apportent la vie

## PRÉLIMINAIRES

Vous avez peut-être entendu parler de tout le battage médiatique autour d'une étude menée par l'Université du Maryland qui indiquait que les femmes parlent trois fois plus que les hommes. On en a parlé partout sur Internet, dans des émissions à la radio et à la télévision, dans des revues et autres publications scientifiques pendant des années. Ce phénomène a été mentionné des centaines de fois : les femmes prononcent en moyenne 20 000 mots par jour, tandis que les hommes en prononcent seulement 7 000.

Les chercheurs de l'Université du Maryland ont tiré cette conclusion après avoir réuni et testé un groupe de dix enfants âgés de 3 à 5 ans pour déterminer les taux de FOXP2, cette protéine dans le cerveau qui est associée au langage. Ils ont découvert que les filles avaient 30 pour cent plus de FOXP2 que les garçons. Cependant, de nombreux scientifiques ont répliqué qu'il valait mieux ne pas prendre cette étude au pied de la lettre étant donné sa portée très limitée.

D'autre part, de nombreuses études de cas réels des différences entre les sexes dans l'usage de la langue indiquent que les hommes parlent autant que les femmes. Une étude récente a testé six groupes d'étudiants universitaires et a découvert que tant les hommes que les femmes prononçaient environ 16 000 mots par jour. Mais qu'importe !

## PRÉPARATION à la louange

Quelle étude pensez-vous est correcte ? Avez-vous une idée de combien de mots vous prononcez en moyenne par jour ? Pouvez-vous vous souvenir de toutes les conversations que vous avez eues aujourd'hui ? Quelqu'un vous a-t-il déjà dit que vous parlez trop ? (Encouragez la discussion.)

## PARABOLE

C'est si facile de déverser des paroles. C'est un peu comme quand quelqu'un ramasse une grande poignée de sable sec. Qu'arrive-t-il ? Une certaine quantité va se déverser, et il n'y a pas moyen de récupérer les mêmes

grains de sable. La même chose peut se produire avec nos paroles. On en prononce des tonnes chaque jour, et si on ne fait pas attention certaines vont faire mal à quelqu'un.

« La mort et la vie sont au pouvoir de la langue »  
(Proverbes 18 : 21).

Les paroles peuvent être une question de vie et de mort. Comme on l'a mentionné ci-dessus, nous prononçons, en moyenne, 16 000 mots par jour. Réfléchissez-y un peu, quel pourcentage des paroles que vous avez prononcées, disons hier, apportait la vie. En d'autres termes, ces paroles ont-elles encouragé ou édifié quelqu'un d'autre ? Vos paroles donnaient-elles du courage ou de la force ? Une telle conversation a la faveur de Dieu. Il aime quand nos paroles ravivent quelqu'un. Non seulement vous bénissez la personne à qui vous parlez, mais vous êtes aussi bénis.

D'autre part, certaines paroles tuent — autant celui qui les prononce que celui qui les entend. Ces paroles incluent ces conversations inutiles et néfastes, qui ne sont pas édifiantes, mais destructives. C'est une perte de temps scandaleuse. Dans le contexte de Matthieu 12, l'adjectif « vaine » mentionné au verset 36 pour qualifier « parole » signifie « blessante », « fausse », ou même « malveillante ». En fait, Jésus était en train de dire : « Les gens qui aiment parler, que ce soit en bien ou en mal, vont un jour en récolter le fruit ; ils vont tirer soit les profits soit les inconvénients des paroles dites. » (Voir aussi Proverbes 18 : 21.) Utilisez votre langue pour le bien et pas pour le mal, parce qu'un jour, vous devrez manger vos mots !

## À PRÉSENT

Il faut quatre mots — peut-être même moins — pour entraîner la mort. Vous savez peut-être ce que c'est d'être la cible de mots « mortels ». Peut-être tout au long de votre enfance, vos parents vous ont dit des paroles humiliantes, décourageantes ou même abaissantes (ils vous donnaient le sentiment que vous ne valiez rien). Ou peut-être quelqu'un a ruiné votre journée en faisant un commentaire désobligeant. On dit qu'il faut quatre ou cinq affirmations positives pour neutraliser une affirmation négative. Oui, quelques paroles seulement peuvent vous raviver ou vous abattre.

## Mise en PRATIQUE

Ce que Jésus a dit dans Matthieu 12 : 36-37 devrait nous faire bien réfléchir. Les paroles que nous prononçons auront pour conséquence, entre autres, de révéler qui nous sommes vraiment et ce qui se trouve dans nos cœurs. Nos paroles ont de la puissance, et il faut qu'elles soient prises au sérieux.

Un exemple qui révèle la puissance des paroles se trouve dans l'histoire de la Création, dans le livre de la Genèse.

Dans Genèse 1, Dieu a utilisé la puissance de la parole prononcée pour créer l'univers. Ensuite, dans Genèse 3, le serpent a parlé à la femme et l'a conduite au péché lorsqu'elle a mangé le fruit de l'arbre interdit. Cette courte conversation entre le serpent et la femme était si puissante qu'elle a changé l'humanité pour toujours.

De plus, il est intéressant de remarquer que les paroles du serpent n'étaient pas vraies, pourtant elles ont eu un résultat d'une portée considérable, apportant la mort à chaque être humain. Cela nous montre que, peu importe si les paroles sont vraies ou fausses, une fois qu'on les croit, elles peuvent devenir réalité.

Nous trouvons un autre exemple de l'importance des paroles dans Jean 1 : 1-5 : « Au commencement était la Parole, et la Parole était avec Dieu, et la Parole était Dieu. Elle était au commencement avec Dieu. Toutes choses ont été faites par elle, et rien de ce qui a été fait n'a été fait sans elle. En elle était la vie, et la vie était la lumière des hommes. La lumière luit dans les ténèbres, et les ténèbres ne l'ont point reçue. » C'est incroyable, n'est-ce pas ? Dans Genèse, Dieu a prononcé une parole pour créer l'univers, et maintenant, dans son Évangile, Jean présente Jésus comme étant la Parole.

Vos paroles importent plus que vous ne le croyez. Alors qu'elles apportent la vie, aujourd'hui !

## PRIÈRE

Avez-vous déjà eu un ami qui aimait vous entendre parler ? Si votre réponse est « non », laissez-moi vous dire que vous en avez un. Cantique des Cantiques 2 : 14 dit ceci : « Fais-moi entendre ta voix ; car ta voix est douce ». Dieu est ton ami, et il aime t'entendre lui parler. Faisons-le à présent.

Seigneur, je te prie que nous réalisons la puissance et le poids de chaque parole que nous prononçons. Que chaque parole qui sort de notre bouche apporte la vie aux autres. Je prie que nos mots te reflètent.

## Un peu PLUS

Essayez de compter le nombre de mots que vous dites en un jour et faites-nous connaître votre réponse sur les réseaux sociaux. Il y a une raison pour laquelle Dieu nous a donné deux oreilles et une seule bouche. « Écoutez bien pour que puissiez parler avec finalité. » — Joshua Carson

# Gardez votre cœur sur les réseaux sociaux

## PRÉLIMINAIRES

Ce que nous permettons à nos yeux de regarder est directement lié à ce qui sort de nos cœurs. Les réseaux sociaux peuvent être un outil très utile pour glorifier Dieu, mais ils peuvent aussi devenir des forteresses malsaines et nuisibles dans nos vies.

## PRÉPARATION à la louange

Encouragez chacun à partager avec le groupe un moment dans leur vie où Dieu les a gardés d'un mal.

## PARABOLE

On est tous passé par là : on est en train de consulter nos réseaux sociaux quand, tout d'un coup, on voit quelque chose que nous savons ne plaît pas à Dieu. Cela peut apparaître dans une publicité ou dans ce que vos amis ont publié. Dans notre culture qui recherche frénétiquement de satisfaire les désirs charnels, on peut trouver cela très difficile à garder nos cœurs et nos yeux. Tout seuls, il est quasiment impossible de vaincre, mais avec Dieu à nos côtés, nous pouvons être vainqueurs.

## À PRÉSENT

La Bible le dit en termes simples dans Proverbes 4 : 23 (BDS) : « Par-dessus tout, veille soigneusement sur ton cœur, car il est à la source de tout ce qui fait ta vie. » Nous avons ici un commandement direct de la Parole de Dieu. Tout ce qui vient de nous, que ce soit des actions ou des paroles, vient de notre cœur. Notre culture nous dit de suivre notre cœur. Cependant, la Bible nous éclaire de façon significative au sujet de nos cœurs. Jérémie 17 : 9 dit ceci : « Le cœur est tortueux par-dessus tout » et Marc 7 : 21-22 déclare : « Car c'est du dedans, c'est du cœur des hommes, que sortent les mauvaises pensées, les adultères, les débauches, les meurtres, les vols, les cupidités, les méchancetés, la fraude, le dérèglement, le regard envieux, la calomnie, l'orgueil, la folie. »

Pensez-vous vraiment que nous devrions suivre notre cœur ? Tandis que notre culture nous dit que nous le devrions, Dieu veut que nous lui donnions nos cœurs. Psaume 51 : 12 est une prière qui dit ceci : « Ô Dieu ! crée en moi un cœur pur ».

Si nous voulons que Dieu nous donne un cœur pur, nous devons nous assurer de le garder de toutes choses qui ne sont pas de Dieu. Cela comprend les choses publiées sur les réseaux qui ont le potentiel de devenir un piège dans notre marche avec Dieu.

Si nous visitons un site qui nous rapproche de nos amis, mais dont les publicités montrent des hommes ou des femmes impudiques, nous devons arrêter d'aller sur ce site. Si suivre le compte de quelqu'un qui a beaucoup de biens matériels nous rend extrêmement jaloux, nous devons arrêter de le suivre. Nos âmes ont beaucoup plus d'importance pour Dieu que le nombre de gens qui suivent notre compte.

Matthieu 5 : 29–30 (BDS) dit ceci : « Par conséquent, si ton œil droit te fait tomber dans le péché, arrache-le et jette-le au loin, car il vaut mieux pour toi perdre un de tes organes que de voir ton corps entier précipité en enfer. Si ta main droite cause ta chute, coupe-la et jette-la au loin. Il vaut mieux pour toi perdre un de tes membres que de voir tout ton corps jeté en enfer. »

Cela a l'air très sérieux, mais laissez-moi placer ces versets dans un contexte moderne. Si votre fil d'actualité *Instagram* vous fait trébucher, effacez-le ; il vaut mieux avoir moins de personnes qui vous suivent que de continuer à convoiter ce que possèdent les autres.

La lutte pour notre cœur est sérieuse, et si on ne le garde pas sérieusement sur les réseaux sociaux, on pourrait bien perdre le combat. Si nous partons seuls à ce combat, nous échouerons presque certainement. Cependant, si nous permettons à Dieu de garder notre cœur entre ses mains, il combattra pour nous. N'oubliez jamais Psaume 19 : 14 : « Reçois favorablement les paroles de ma bouche et les sentiments de mon cœur, ô Éternel, mon rocher et mon rédempteur ! » Dieu nous a donné un moyen de gagner le combat pour la sauvegarde de notre cœur : abandonner notre vie à ses pieds.

## **Mise en PRATIQUE**

Mesurez tout ce que vous suivez sur les réseaux sociaux par le test qui se trouve dans Philippiens 4 : 8 :

« 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. »

Si, sur les réseaux sociaux, nous suivons des choses qui sont nobles et pures, il sera difficile de penser à des choses qui ne le sont pas.

Nous devons faire attention de ne pas placer délibérément des pierres d'achoppement dans notre vie.

## **PRIÈRE**

Seigneur, aide-moi à garder mon cœur dans toutes les facettes de ma vie. Crée en moi un cœur pur qui t'est agréable. Merci, Seigneur, de m'avoir donné un moyen de combattre le péché au-dedans de mon cœur. Merci d'avoir donné ta vie, afin que j'aie la liberté dans ce combat.

## **Un peu PLUS**

Encouragez tout le monde à utiliser le test de Philippiens 4 : 8 pour mesurer toutes choses dans leurs vies. Essayez de revenir là-dessus dans les prochaines leçons pour renforcer le message.

# Comment élever Christ sur les réseaux sociaux

## PRÉLIMINAIRES

Les réseaux sociaux sont incontournables dans la culture actuelle. Levez la main si vous avez un compte sur un des réseaux sociaux (*Facebook, Twitter, Instagram, etc.*). Cette technologie nous donne la capacité de nous rapprocher des personnes que nous connaissons ou même de certaines que nous ne rencontrerons peut-être jamais. Si nous l'utilisons pour élever Christ, cette avancée technologique peut devenir un des plus grands atouts de notre ère moderne.

## PRÉPARATION à la louange

Faites le tour du groupe et demandez à chacun de donner un moyen par lequel ils peuvent louer Dieu sur les réseaux sociaux.

## PARABOLE

Dans les temps bibliques, les routes que les Romains avaient construites étaient considérées comme une avancée en infrastructure. Grâce à ces routes, l'Évangile a pu être propagé plus vite que jamais. Saul s'est converti pendant qu'il voyageait sur une de ces routes, et son nom est devenu Paul (Actes 9 : 1-17). Tout comme la route de Damas l'était à l'époque, les réseaux sociaux sont des routes actuelles qui permettent à l'Évangile d'être propagé beaucoup plus rapidement qu'avant. Ce serait dommage de ne pas utiliser cet outil précieux pour le Royaume de Dieu. Voyons quelques façons pratiques de faire usage de cet instrument pour le Seigneur, en utilisant la déclaration de mission du Projet 7 : « Relâchez la foi, libérez la vérité, élevez Christ, servez les autres. »

## À PRÉSENT

*Relâcher la foi* : Le témoignage est un très bon moyen de stimuler la foi chez les autres. En voyant combien Dieu a été bon envers une personne, certains auront peut-être envie de donner à Dieu l'occasion de l'être aussi pour eux, ce qu'ils n'auraient peut-être pas fait avant. Si vous utilisez les réseaux sociaux pour souligner ces témoignages, vous

avez le potentiel d'atteindre d'innombrables étudiants dans votre école. N'ayez pas honte de ce que Dieu a fait dans votre vie ; partagez-le avec les autres !

Libérez la vérité : un contenu de qualité fondé sur la vérité biblique est un moyen génial de faire passer votre message au monde numérique.

Vous pouvez libérer la vérité à travers les réseaux sociaux ! En publiant, sur votre fil d'actualité, un simple verset biblique ou une expérience édifiante, Dieu peut avoir un impact au-delà de la salle de classe et toucher directement la vie des personnes qui les liront.

*Élever Christ* : En tant que chrétiens, nous devons chercher à élever Christ dans tout ce que nous faisons, y compris quand nous sommes sur les réseaux sociaux ! Je ne dis pas que chaque *selfie* [autoportrait] doit avoir un verset dans sa légende, mais tout ce que nous publions devrait honorer Dieu. Aucune de nos publications ne devrait éloigner de Dieu les fans de notre compte. Avant de publier quelque chose, faites-lui passer le « test de Philippiens 4 : 8 ». Ce verset dit : « 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. » Une autre version biblique (la BDS) dit : « nourrissez vos pensées de tout ce qui est vrai, noble, juste... ». Élevez Christ en publiant des choses qui sont vraies, qui sont honorables, qui sont pures.

Ce principe va dans les deux sens ; ce que vous publiez compte, mais ce que vous suivez compte aussi. Si les choses que vous suivez ne sont pas pures, ne sont pas vraies, ne sont pas honorables, il est peut-être temps de cliquer sur le bouton qui vous permet de « retirer quelqu'un de votre liste d'amis » ou de « ne plus suivre » un certain compte. Votre relation avec Dieu est beaucoup plus importante que vos relations personnelles. Si quelqu'un ou quelque chose que vous suivez vous éloigne de Dieu, il est temps de les éloigner de votre vie.

*Servir les autres* : Servir les autres est un très bon moyen de démontrer l'amour de Christ à ceux qui nous entourent. De nombreux Clubs P7 aux États-Unis ont donné de leur temps pour aider les gens de leur communauté. Quand nous utilisons les réseaux sociaux pour montrer ces

gestes de bienveillance, nous avons une occasion de toucher d'autres personnes en dehors de la salle de classe. Je ne dis pas qu'il faut qu'on se vante de nos bonnes œuvres, ce qui ne serait pas biblique. Cependant, si l'on publie quelque chose ou si l'on crée une histoire qui montre le temps que nous avons passé à la soupe populaire, on peut inspirer d'autres personnes (même d'autres Clubs P7) à en faire autant.

## **Mise en PRATIQUE**

Nous avons un outil exceptionnel que les générations qui nous ont précédées n'avaient pas. Au départ, l'Évangile s'est propagé à pied, mais de nos jours, il peut l'être en cliquant simplement sur un bouton. Ce serait dommage de ne pas utiliser les dons actuels que Dieu nous a faits ! Les réseaux sociaux sont nos routes romaines.

## **PRIÈRE**

Seigneur, aide-moi à utiliser au maximum les potentialités des outils que tu me donnes. Aide-moi à ne pas avoir honte de ton nom, que ce soit dans la salle de classe ou sur mon profil. Que ta gloire soit manifeste dans ma vie, et aide-moi à avoir un impact sur les gens autour de moi.

## **Un peu PLUS**

Encouragez tout le monde à se joindre à vous pour une photo de groupe et ensuite, à la publier sur leurs comptes. Cela peut être un bon moyen de faire connaître votre club et d'inciter d'autres personnes à s'y joindre.

# Lent à parler

## PRÉLIMINAIRES

Cette leçon nous apprend comment être lents à parler et prêts à écouter, et les avantages que l'on en tire si on obéit à cette instruction biblique.

## PRÉPARATION à la louange

Parlez au groupe des moments dans votre vie où vous étiez reconnaissants que Dieu vous a écouté. Vous est-il déjà arrivé de vous mettre les pieds dans le plat parce que vous avez parlé trop vite ?

## PARABOLE

Imaginez combien de conflits pourraient être évités si on s'efforçait d'écouter et de comprendre les inquiétudes ou les plaintes de la personne qui nous les adresse. Qu'arriverait-il si nous attendions d'avoir prié, ou d'avoir demandé des clarifications ou d'avoir réfléchi aux critiques formulées avant de réagir ? Que se passerait-il si, quand on répondait, on le faisait avec patience, grâce, honnêteté et clarté ?

À notre époque où l'information est instantanée, on a un accès rapide aux nouvelles. On ne doit plus attendre la parution du journal ; on peut aller sur *Twitter* ou sur d'autres sites. On peut obtenir des informations à jour en quelques minutes ou quelques secondes ou même en temps réel. C'est pourquoi il est parfois difficile de ralentir et d'écouter la voix de Dieu.

Jacques 1 : 19 nous dit ceci : « Ainsi, que tout homme soit prompt à écouter, lent à parler, lent à se mettre en colère ».

## À PRÉSENT

Jacques nous dit que nous devrions être prompts à écouter, mais nous devrions aussi être lents à parler et lents à nous mettre en colère. Combien de fois avez-vous laissé échapper quelque chose et l'avez-vous regretté aussitôt ? Jésus a dit ceci : « Je vous le dis : au jour du jugement, les hommes rendront compte de toute parole vaine qu'ils auront proférée. Car par tes paroles tu seras justifié, et par tes paroles tu seras condamné » (Matthieu 12 : 36-37). Il nous est facile de justifier nos accès de colère dans notre raisonnement impur. Mais Proverbes 29 : 11 (PDV2017) dit ceci : « Le sot montre toute sa colère, mais le sage la retient et la calme. »

Dans un monde où les personnes publient leur colère sur les réseaux sociaux, on ne prend pas beaucoup de temps pour réfléchir ; on ne fait que réagir. J'aimerais vous encourager à réfléchir deux fois avant de riposter, que ce soit sur les réseaux sociaux ou en personne. Dans les moments où vous êtes frustrés ou tendus, je vous encourage à faire ces trois choses : écouter, attendre, réagir.

### *Écouter*

Un des signes d'humilité est notre empressement à écouter les autres. On est prêt à écouter quand on respecte la personne qui nous parle et on la considère mieux que nous-mêmes. Quand on a du respect pour quelqu'un, on est prêt à écouter ce qu'il a à nous dire. Philippiens 2 : 3 dit que quand nous faisons preuve d'humilité, nous considérons les autres comme étant au-dessus de nous-mêmes. Le fait d'écouter pour essayer de comprendre avant de répondre est un signe que nous n'essayons pas d'être « sages à [nos] propres yeux », mais plutôt que nous essayons de grandir dans la grâce. Proverbes 3 : 5 nous encourage à ne pas nous appuyer sur notre propre sagesse, mais à chercher de comprendre les autres.

### *Attendre*

Paul, dans I Corinthiens 13 : 4, nous enseigne que le véritable amour est patient. Attendre avant de répondre à un problème ou à une plainte (et être lent à parler) est souvent une façon par laquelle Dieu nous appelle à aimer les autres — même s'ils ne s'y attendent pas ou ne le veulent pas.

Souvent, notre réaction initiale est mauvaise, surtout si la critique nous concerne. Nous n'aimons pas nous sentir attaqués, jugés ou contestés. Cependant, si nous suivons le conseil qui nous est donné dans Proverbes 10 : 19, nous allons nous retenir. Ce verset nous enseigne qu'il est prudent de retenir nos lèvres. Être prudent veut dire agir avec précaution ou montrer qu'on se préoccupe de l'avenir. Quand on est frustré, on devrait penser à notre relation future avec la personne en question plutôt qu'au sentiment initial du moment. Cette préoccupation pour l'avenir peut diriger nos conversations présentes.

### *Réagir*

Nous trouvons une très belle comparaison liée aux mots aimables dans Proverbes 16 : 24 (BDS) :  
« D'aimables paroles sont comme un rayon de miel : douces pour l'âme et bienfaitantes pour le corps. »

Quand nous ouvrons la bouche, il est important que nos paroles encouragent ceux qui nous entourent et apportent la vie. Éphésiens 4 : 29 nous dit que nos paroles peuvent communiquer une grâce à ceux qui les entendent. Faut-il en déduire par là que parler aimablement veut dire qu'on ne sera jamais en conflit avec quelqu'un ? Pas du tout. Proverbes 27 : 6 dit ceci :  
« Les blessures d'un ami prouvent sa fidélité, Mais les baisers d'un ennemi sont trompeurs. » Il y a des moments où nous devons être sincères avec ceux de notre entourage ; il faut que l'on dise aimablement la vérité à nos amis. Cependant, nos réactions devraient toujours être mesurées, claires, honnêtes, et destinées à restaurer la relation et l'harmonie.

## **Mise en PRATIQUE**

Révisons. Nous sommes appelés à être lents à parler, lents à la colère, et prêts à écouter. Cela demande de l'entraînement. On peut s'entraîner en nous rappelant les trois actions mentionnées ci-dessus : « écouter, attendre, réagir » — et dans cet ordre-là ! Écouter est un signe d'humilité. Attendre nous donne le temps de rassembler les faits et de demander des clarifications. Réagir avec grâce nous permet de mettre de l'eau sur le feu (et pas de l'essence).

Quand vous vous trouvez dans un conflit avec quelqu'un et vous désirez sincèrement le résoudre, essayez d'employer la phrase « aide-moi à y voir plus clair ». Quand vous demandez aimablement à quelqu'un de vous aider à comprendre pourquoi il est frustré, vous pouvez découvrir ce qui se passe vraiment.

Partagez un exemple réel où vous pourriez appliquer ce que vous venez de dire. Quelles autres phrases du genre « aide-moi à y voir plus clair » pourrait-on utiliser pour dénouer les tensions ?

## **PRIÈRE**

Seigneur, coûte que coûte, rends-moi humble pour être prêt à écouter les autres. Je veux mûrir jusqu'à ce que je sois capable de véritablement comprendre ceux de mon entourage. Fais ce qu'il faut pour m'enseigner à aimer, afin que je sois lent à parler dans un moment de tension ou de frustration. Aide-moi à répondre de façon aimable. Plus que tout, je veux te ressembler, Jésus. Aide-moi à être prompt à écouter et lent à parler, selon ta Parole. Je demande ces choses au nom de Jésus. Amen.

## **Un peu PLUS**

Souvenez-vous cette semaine d'être prêts à écouter et lents à parler !

Quand vous êtes sur les réseaux sociaux et quelqu'un dit du mal de vous, donnez-vous 24 heures avant de réagir. Si une réponse est nécessaire, écoutez (ou lisez), attendez, et ensuite réagissez ! Vous y arriverez !

# Apprendre de ses échecs

## PRÉLIMINAIRES

L'échec est une partie indésirable, mais inévitable de la vie. Tôt ou tard, nous connaissons tous l'échec. Comment pouvons-nous tirer le meilleur profit de nos échecs ? Est-il possible que nos difficultés servent à nous mener plus loin ? Comment Dieu peut-il utiliser toutes circonstances dans nos vies, même nos échecs, pour faire de nous les personnes que nous devons être ?

## PRÉPARATION à la louange

Nous rendons honneur à un Dieu qui est parfait ! Il n'a jamais commis d'erreur, mais il comprend nos problèmes ; il a été tenté comme nous en toute chose. Il ne cherche pas à trouver le pire en nous. Au contraire, il veut nous amener à donner le meilleur de nous-mêmes. Il nous guide à travers nos réussites et nos échecs et, envers et contre tout, il nous aide à grandir !

## PARABOLE

Avez-vous déjà essayé quelque chose qui a abouti à un échec hilarant ? Peut-être était-ce une recette que vous aviez vue sur Internet, ou un bricolage qui n'a pas tout à fait bien tourné ?

(Vous pouvez rechercher des échecs sur *Pinterest*, par exemple, mais assurez-vous que le contenu est acceptable.)

Nous faisons tous face à l'échec. Sans doute, quand vous avez commencé à apprendre à faire du vélo, vous êtes tombés plus d'une fois. Si vous faites de la musique ou du sport, vous avez eu votre part de notes ou de tirs manqués, ou de travaux non remis.

Cependant, si vous voulez apprendre et atteindre votre potentiel, vous devez accepter que l'échec soit une possibilité. Peu de gens aiment la salle de musculation ou d'entraînement, mais la résistance développe votre force musculaire. Si nous ne devons jamais faire face à l'adversité et si nous ne devons jamais résister, nous ne deviendrons jamais les personnes que nous devrions être. De la même façon, nous devons nous rappeler que les échecs dans le domaine spirituel ne sont pas irrémédiables ; nos difficultés ne sont que temporaires.

Si notre attitude reste positive, nos échecs vont nous propulser dans une relation plus riche avec Jésus.

(Dans cette section, vous pouvez demander aux gens de partager certains de leurs échecs les plus comiques ou des choses difficiles qu'ils auraient apprises non sans difficulté et un certain nombre d'échecs.)

## À PRÉSENT

Échouer ne veut pas dire qu'on est un échec. Si c'était le cas, tous les habitants de la planète seraient perdus. À un moment donné, nous avons tous vécu au-dessous du niveau que nous savions être le juste. La différence entre subir un échec et être un échec est notre capacité à nous relever et à recommencer. Parfois, en nous relevant, on se rend compte qu'il faut qu'on change de direction. À d'autres moments, on réalise peut-être qu'il faut simplement que l'on fasse plus d'efforts et que l'on persévère. On ne peut pas changer le fait que les chutes et les échecs font partie de la vie, mais on peut s'assurer de garder la bonne attitude envers ceux-ci !

« Vous, nos ennemis, ne vous réjouissez pas à cause de nous. Si nous sommes tombés, nous nous relèverons. Si nous sommes dans la nuit, le Seigneur est notre lumière » (Michée 7 : 8, PDV2017). Toutefois, la persistance et une bonne attitude ne sont pas toujours suffisantes. Nous avons besoin de quelque chose qui nous empêche de retomber dans les mêmes péchés ou les mêmes erreurs de façon répétée. La Bible déclare que la grâce de Dieu nous enseigne à renoncer à l'impiété et aux convoitises mondaines (Tite 2 : 11-12). Si on s'enveloppe de l'amour de Dieu et de son sacrifice pour nous, notre désir pour les choses mauvaises va disparaître. Quand nous portons notre attention au prix que Jésus a payé, nous laissons la grâce de Dieu nous enseigner la manière de vivre.

Il est important de remarquer que tous nos problèmes ne sont pas causés par nos propres erreurs. Par exemple, l'apôtre Paul faisait face à des difficultés personnelles, et à trois reprises, il a prié que Dieu le libère de celles-ci. Dieu lui a répondu d'une façon à laquelle la plupart d'entre nous ne s'attendraient pas : « et il m'a dit : Ma grâce te suffit, car ma puissance s'accomplit dans la faiblesse. Je me glorifierai donc bien plus volontiers de mes faiblesses, afin que la puissance de Christ repose sur moi » (II Corinthiens 12 : 9).

Nos épreuves et nos défaillances nous apprennent à nous confier en Jésus. Si nous pouvions faire tout ce que Dieu nous a appelés à faire sans son aide, ce ne serait pas vraiment un appel. Si nous n'avions pas besoin de lui, il n'y aurait aucun miracle ni aucune délivrance.

Souvent, on ne permet pas à Dieu de réellement faire sa volonté dans notre vie, jusqu'au moment où on se rend compte que son plan est bien plus vaste que nos propres capacités. Est-ce possible qu'à travers nos difficultés, Dieu prépare le terrain pour accomplir une de ses œuvres les plus merveilleuses en nous et à travers nous ?

## **Mise en PRATIQUE**

Pensez à certaines erreurs que vous avez commises dans le passé ou certains échecs que vous avez subis. Écrivez les choses que vous avez apprises à travers ces situations. Vous êtes-vous « relevés » ou avez-vous laissé l'échec avoir le dessus ? Avez-vous déjà abordé le problème ? Parfois nous devons persévérer dans la même direction, mais parfois il faut changer de cap. Avez-vous échoué parce que vous vous êtes détournés du sentier que Dieu avait tracé pour vous, ou l'épreuve que vous avez traversée était-elle due à des circonstances de la vie ?

Lorsque nous faisons face à des difficultés ou que nous subissons un échec, il faut que l'on réfléchisse à ce que l'on pourrait faire différemment. Quand on fait cela, l'échec cesse d'être définitif. Il devient au contraire un pas considérable vers la réussite !

## **PRIÈRE**

Seigneur, aide-nous à avoir la bonne attitude vis-à-vis de l'échec. Nous savons que tu nous aimes malgré nos erreurs, nos défauts, nos défaillances et nos insécurités. Nous te demandons la force de persévérer dans les moments difficiles. Aide-nous à toujours nous souvenir de la grâce que tu nous as accordée. Nous savons que seule ta grâce peut nous enseigner à vivre d'une manière qui te glorifie. Quand nous faisons face à nos propres incapacités, aide-nous à voir comment ta puissance s'accomplit dans notre faiblesse.

## **Un peu PLUS**

Discutez de façons de vous aider les uns les autres quand vous traversez des difficultés. En tant que membres du corps de Christ, nous sommes appelés à nous édifier les uns les autres. Personne n'a été fait pour mener sa vie seul. Comment votre Club P7 peut-il aider les gens à surmonter leurs échecs grâce à des amitiés chrétiennes, à une communauté et à l'Esprit de Dieu ?

# Les filtres *Instagram* et la Bible

## PRÉLIMINAIRES

Si vous êtes comme moi, vous vérifiez *Instagram* environ cinq cent fois par jour (j'exagère peut-être un peu). On fait défiler ce qui s'est passé dans la vie de nos amis, on note ce que l'on aime et on ignore le reste. Dans la plupart des cas, ces photos sont des petits « clichés » de ce à quoi ressemble la vie des gens. On va faire le tour du groupe et chacun va donner un petit « cliché » de ce à quoi ressemble votre semaine jusqu'ici.

(Encouragez tout le monde à participer.)

## PRÉPARATION à la louange

Invitez chacun à partager avec les autres quelque chose de positif qui leur est arrivé cette semaine, et faites-en le lien avec la façon dont les bénédictions de Dieu sont évidentes tout au long de notre vie.

## PARABOLE

Une des fonctionnalités les plus populaires sur *Instagram* est la possibilité d'appliquer des filtres préétablis aux photos que nous publions. Ces filtres changent l'apparence de nos photos. Bien que la photo que l'on voit est en noir et blanc, l'image en dessous est toujours la même. Explorons un peu plus ce concept et apprenons comment nous pouvons l'utiliser pour voir les choses avec le regard de Dieu.

## À PRÉSENT

Les différents filtres disponibles sur *Instagram* peuvent être comparés à certains des filtres que Dieu a placés dans nos vies. Examinons certains de ces filtres :

*L'attitude* : La Bible nous dit, dans Philippiens 2 : 14 (BDS) : « Faites tout sans vous plaindre et sans discuter ». C'est plus facile de dire qu'on ne devrait pas se plaindre que de le faire vraiment. Cependant, nous devons appliquer le filtre de Dieu sur notre attitude. Quand on est fâché envers un camarade de classe, on doit se souvenir que nous devons être la lumière du monde, et que si nous perdons notre sang-froid pour quelque chose d'insignifiant nous ne serons pas une lumière, au contraire. Nous choisissons notre attitude, et

nous devons choisir de la considérer à travers le filtre que Dieu nous a donné dans sa Parole.

*La perspective* : Parfois, on a du mal à mettre les choses en perspective. Quand on ne réussit pas une évaluation en math ou quand un ami nous blesse, on peut avoir l'impression que le monde s'écroule autour de nous. Mais la Bible nous dit dans Ésaïe 41 : 10 : « Ne crains rien, car je suis avec toi ; Ne promène pas des regards inquiets, car je suis ton Dieu ; Je te fortifie, je viens à ton secours ». Le Dieu qui a suspendu les étoiles dans le ciel est toujours avec nous, chaque saison de la vie. Quand nous regardons notre situation à travers le filtre de la perspective que Dieu nous a donné, nous pouvons être certains qu'il sera toujours avec nous. Quand tout s'effondre autour de nous, Dieu est le rocher qui ne bougera jamais.

*L'avenir* : Pour certains d'entre nous, penser à l'avenir peut être une chose effrayante. On s'inquiète peut-être de trouver la bonne université ou de trouver un bon emploi, ou encore de trouver l'âme sœur. Toutefois, nous pouvons appliquer, ici aussi, un filtre. Dans Proverbes 3 : 5-6, il nous est dit ceci : « Confie-toi en l'Éternel de tout ton cœur, et ne t'appuie pas sur ta sagesse ; Reconnais-le dans toutes tes voies, et il aplanira tes sentiers. » Si nous appliquons ce filtre à nos vies, nous aurons la paix dans nos cœurs, sachant que Dieu est celui qui dirige nos pas. Dans chaque saison de notre vie, que nous fassions le saut vers le lycée ou vers l'université, Dieu dirige nos sentiers. Notre avenir est façonné par les mains de Dieu.

## Mise en PRATIQUE

Révisons à présent les trois filtres que nous avons appris.

1. *L'attitude* : si nous laissons Dieu prendre le contrôle de notre attitude, nous serons des lumières encore plus brillantes dans son Royaume.
2. *La perspective* : si nous prenons du recul par rapport à notre situation et laissons Dieu prendre le contrôle de notre vie, nous pouvons être rassurés par le fait qu'il est toujours avec nous.
3. *L'avenir* : si nous laissons Dieu diriger notre avenir, nous laissons sa parfaite volonté s'accomplir dans notre vie.

N'oublions pas de considérer notre vie à travers les filtres que Dieu y a placés. Voulez-vous savoir où vous pouvez tous les trouver ? Lisez votre Bible ! Dieu n'essaie pas de vous cacher ces filtres. En fait, il vous a donné le manuel qui vous montre la manière de mener votre vie pour exploiter pleinement votre potentiel.

## **PRIÈRE**

Seigneur, aide-moi à regarder ma vie à travers les filtres que tu y as placés. Je te prie que je puisse devenir le jeune que tu désires que je sois. Je te donne ma vie et je la place entre tes mains. Aide-moi à te faire confiance dans chaque saison de ma vie, les bonnes et les mauvaises. Merci pour ta Parole et pour le soutien que tu m'accordes.

## **Un peu PLUS**

Encouragez tout le monde à trouver des moyens pratiques d'appliquer ces filtres dans la vie de tous les jours.

# Une bonne perspective

## PRÉLIMINAIRES

Vous êtes-vous déjà attendu à ce qu'un cours soit vraiment monotone et, en fin de compte, il était plutôt intéressant ? Ou avez-vous déjà rencontré quelqu'un qui était plus sympathique que sa réputation vous portait à croire ? Ou encore, avez-vous déjà lu un chapitre de la Bible et vous en avez tiré quelque chose de tout à fait nouveau et passionnant ? Chacun de ces exemples est le résultat d'un changement de perspective. Si vous arrivez à changer votre perspective, vous changerez votre vision ou perception des choses.

## PRÉPARATION à la louange

Même si nous ne comprenons pas tout ce qui se passe dans notre vie, Dieu nous offre sa perspective dans sa Parole. Romains 8 : 28 dit ceci : « Nous savons, du reste, que toutes choses concourent au bien de ceux qui aiment Dieu, de ceux qui sont appelés selon son dessein. » Toutes choses — quelle perspective !

## PARABOLE

La Bible nous parle d'un homme qui s'appelait Paul et qui était un apôtre. Un de ses buts ultimes était de prêcher la bonne nouvelle de Jésus-Christ à Rome. Il a fini par y aller, mais il y est arrivé en tant que prisonnier, après avoir été arrêté en Palestine. Des chefs religieux juifs avaient provoqué contre Paul des agitations violentes parmi le peuple, en raison de sa position que Jésus avait été ressuscité des morts. Les Romains ont arrêté Paul, même s'ils pensaient qu'il n'avait rien fait de mal. Ils ne voulaient simplement pas que les Juifs agacés le tuent.

Après plusieurs années d'emprisonnement en Palestine, Paul n'était pas plus proche de la libération, donc il en a appelé à César, et il a été embarqué pour l'Italie, confié à la garde d'un centenier. Une fois à Rome, il lui a été permis de vivre dans une maison louée, mais sous surveillance constante, et possiblement même enchaîné à un garde. Il aurait pu penser : « Mon Dieu, je t'avais demandé d'ouvrir une porte pour que je puisse prêcher l'Évangile à Rome, mais je ne pensais pas que cela allait finir ainsi. Comment puis-je propager l'Évangile alors que je suis

en détention surveillée ? » J'imagine que la plupart d'entre nous auraient été frustrés.

Cependant, Paul avait une tout autre perspective de la chose. Nous le savons grâce à ce qu'il a écrit à l'une des églises : « Je tiens à ce que vous le sachiez, frères et sœurs : ce qui m'est arrivé a plutôt servi la cause de l'Évangile. En effet, toute la garde prétorienne et tous les autres savent que c'est parce que je sers Christ que je suis en prison. » (Philippiens 1 : 12-13, BDS.) Attendez une seconde ! Comment pouvait-il avancer l'Évangile en tant que prisonnier ? Voici comment : les gens du dehors venaient le trouver pour savoir pourquoi il était emprisonné — et il leur disait que c'était pour l'Évangile de Christ qu'il était en prison.

Au lieu de broyer du noir et de pleurer toute la journée, Paul partageait son témoignage avec ses gardes. Son but était de partager l'Évangile avec certains des dirigeants les plus haut placés de Rome, et Dieu lui a donné l'occasion de faire exactement cela. L'Évangile a même pénétré la maison de César : les esclaves, les libres, et la garde du palais (Philippiens 4 : 22).

Paul n'était pas nécessairement capable de changer ses circonstances, c'est pourquoi il a changé sa perspective. Il était certain que Dieu travaillait dans les coulisses. Il avait confiance que toutes choses allaient concourir à son bien parce qu'il aimait Dieu et il avait été appelé conformément à son plan (Romains 8 : 28).

## À PRÉSENT

Paul était enchaîné à un garde romain. À quoi êtes-vous enchaînés ? Quelle situation se trouve en dehors de votre contrôle ? Est-ce une situation familiale comme un divorce, ou est-ce une maladie ? Peut-être ce sont des difficultés relationnelles. Quand vous traversez des périodes difficiles dans la vie, demandez à Dieu de vous donner une nouvelle perspective pour que vous puissiez porter du fruit dans son Royaume. Une fois que les difficultés seront passées, vous jetterez un regard sur le passé et vous verrez comment Dieu vous a équipés, vous a fait grandir et vous a utilisés.

Rappelons-nous quelques petites choses :

Recherchez des raisons de louer Dieu : « Que tout mon être bénisse l'Éternel, sans oublier aucun de ses bienfaits.

Car c'est lui qui pardonne tous tes péchés, c'est lui qui te guérit de toute maladie, qui t'arrache à la tombe. C'est lui qui te couronne d'amour, de compassion et qui te comble de bonheur tout au long de ton existence »

Psaume 103 : 2-5, BDS).

Dieu a de grands plans pour vous : « Car je connais les projets que j'ai formés sur vous, dit l'Éternel, projets de paix et non de malheur, afin de vous donner un avenir et de l'espérance. » (Jérémie 29 : 11)

## Mise en PRATIQUE

- Qu'est-ce que Dieu vous enseigne dans cette saison de votre vie ?
- Pour quelles situations ou personnes avez-vous besoin d'une nouvelle perspective, avec l'aide de Dieu ?
- Pouvez-vous identifier une situation pour laquelle vous avez eu un changement de perspective ?
- Comment pouvez-vous encourager quelqu'un qui traverse des moments difficiles ?

## PRIÈRE

Seigneur, nous te remercions parce que ta Parole nous dit que toutes choses concourent au bien de ceux qui t'aiment et qui sont appelés selon ton plan. Nous savons que beaucoup de choses dans notre vie ne vont pas bien, mais nous faisons confiance en ta promesse que quelque chose de positif en ressortira. Nous te demandons, aujourd'hui, de nous aider à avoir la bonne perspective des choses, pour que nous puissions les voir comme tu les vois. Aide-nous à te faire totalement confiance pour les choses que nous ne pouvons pas comprendre. Nous demandons ces choses au nom de Jésus. Amen.

## Un peu PLUS

[Note : l'exercice suivant est aussi proposé dans la leçon « Gérer le stress. »]

Voici un exercice particulier que j'aimerais que vous essayiez. Divisez un bout de papier en deux. Sur le côté gauche de la page, écrivez des raisons pour lesquelles vous êtes stressés. Sur le côté droit, notez les raisons pour lesquelles vous êtes bénis. Vous devez être honnêtes pour que cet exercice soit efficace. Le but est de vous aider à changer de perspective.

# Comment s'y prendre avec les personnes difficiles ?

## PRÉLIMINAIRES

Combien d'entre vous ont déjà eu affaire à une personne difficile ? Toutes les mains devraient être levées y compris la mienne. Que ce soit la personne qui prend trop de temps pour commander son café ou le garçon qui rappelle au professeur qu'on avait un devoir à rendre, il y aura toujours des personnes qui vont mettre nos nerfs à rude épreuve. Toutefois, notre façon de traiter ces personnes pourra soit favoriser soit détruire toute occasion que nous aurons de leur témoigner du Seigneur.

## PRÉPARATION à la louange

Le but principal de cette leçon est d'apprendre comment traiter les personnes de façon aimable.

Chacun à son tour, dites ce que signifie pour vous l'amour de Jésus.

## PARABOLE

Avec 7,4 milliards d'habitants sur Terre, nous allons sans doute avoir des désaccords avec au moins une personne. Vous allez, très probablement, vous trouver dans des situations où vous aurez affaire à des personnes difficiles, que ce soit dans une salle de classe, au travail, ou dans votre propre famille. Juste entre nous : c'est normal.

En tant que chrétiens dans ce monde, nous allons rencontrer des personnes qui ne partagent pas nos opinions. (Au cas où vous ne le saviez pas : Jésus a eu affaire à de pareils individus aussi.) Voyons comment nous pouvons utiliser l'exemple de Jésus pour apprendre la façon de s'y prendre quand un conflit survient.

## À PRÉSENT

Voici quelques éléments qui pourraient vous aider quand vous avez affaire à des personnes difficiles. Prenons Jésus en exemple.

1. Jésus aimait tout le monde. Romains 5 : 8 nous dit ceci : « Mais Dieu prouve son amour envers nous, en ce que, lorsque nous étions encore des pécheurs, Christ est mort pour nous. » Au fond, ce verset nous dit que quand Jésus était sur la croix, il était entièrement conscient que chaque personne pour laquelle il mourait était un pécheur. Ce verset démontre que l'amour que Jésus a pour nous n'est pas limité par notre péché. Cet automobiliste qui vous a fait une queue de poisson ? Jésus est mort pour lui. Cette étudiante qui peut-être vous terrorise ? Jésus est mort pour elle. La personne que vous voyez dans le miroir tous les matins ? Oui, lui aussi.

C'est dur de mal traiter une personne difficile quand nous réalisons que Jésus les aime tout autant que nous. Chaque personne, difficile ou non, a de la valeur à ajouter au Royaume de Dieu.

2. Jésus ne s'isolait pas des gens difficiles. Jésus mangeait avec les pécheurs et les percepteurs d'impôts. Ces gens étaient des menteurs, des fraudeurs, des escrocs, et autres. Et pourtant, Jésus et ses disciples s'asseyaient et mangeaient avec eux. Quand les autres personnes voyaient cela, elles étaient perplexes et elles se demandaient comment un homme d'un tel calibre pouvait manger avec des gens aussi méprisables. Jésus leur a répondu en disant : « Ce ne sont pas ceux qui se portent bien qui ont besoin de médecin, mais les malades. Je ne suis pas venu appeler des justes, mais des pécheurs » (Marc 2 : 17).

Bon, je ne dis pas qu'on doit tout faire, à la cantine, pour être assis à la même table que la personne difficile, mais je veux dire qu'il faut tout faire pour rester accessible. Ce serait dommage que leur accès à l'Évangile soit coupé simplement parce qu'ils ne partagent pas notre opinion. En tant que chrétiens, nous ne pouvons pas nous isoler des personnes difficiles. Il faut que l'on prenne exemple sur Jésus pour savoir comment traiter les personnes difficiles dans notre vie.

3. Jésus réagissait avec amour. Jésus nous a donné des directives plutôt claires sur la manière de traiter nos ennemis. Dans Matthieu 5 : 43-44, Jésus a dit : « Vous avez appris qu'il a été dit : Tu aimeras ton prochain, et tu haïras ton ennemi. Mais moi, je vous dis : Aimez vos ennemis, bénissez ceux qui vous maudissent, faites du bien à ceux qui vous haïssent, et priez pour ceux qui vous

maltraitent et qui vous persécutent ». C'est franc et honnête. Jésus n'a pas laissé de place pour les alternatives dans ce verset ; il nous a donné un moyen précis de nous y prendre avec les personnes difficiles : les traiter avec amour. Y a-t-il des personnes difficiles dans votre vie ? Aimez-les. Priez pour elles. Jésus était adoré par beaucoup et haï de non moins nombreuses personnes. Il était perçu comme une menace et il avait de nombreux ennemis. Si quelqu'un avait le droit d'être méchant envers les personnes difficiles dans sa vie, c'était Jésus. Pourtant, quand il enseignait sur ce sujet même, il le faisait avec amour. Quand quelqu'un commence à vous mettre à bout, je vous encourage de retourner à l'enseignement de Jésus qui a aimé parfaitement.

## Un peu PLUS

Encouragez chacun à commencer de prier pour ceux avec qui ils ont des désaccords. Encouragez-les à réagir de façon aimable.

## Mise en PRATIQUE

Faisons une petite révision.

1. Jésus aimait tout le monde. Il n'y a pas une seule personne sur Terre qui a vécu, qui vit ou qui vivra pour laquelle Jésus n'est pas mort. Jésus est mort tout autant pour les pécheurs que pour les saints. Quand nous commençons à saisir ce concept, nous avons moins de mal à traiter les gens difficiles de façon positive.
2. Jésus ne s'isolait pas. Jésus ainsi que son amour et sa miséricorde sont accessibles à chacun. Jésus ne laissait pas seulement les croyants l'approcher. Pareillement, nous ne pouvons pas nous isoler des gens qui ne sont pas d'accord avec nous. Quand nous sommes convaincus de quelque chose, nous ne pouvons en priver personne. L'Évangile mérite d'être partagé avec tous.
3. Jésus réagissait avec amour. Notre crédibilité en tant que chrétiens dépend de notre façon de réagir face aux difficultés. Jésus enseignait au peuple qu'ils devaient traiter leurs ennemis avec amour et prier pour eux. Nous devons en faire autant.

## PRIÈRE

Seigneur, aide-moi à répandre ton amour tout autour de moi. Quand j'ai affaire à une personne difficile, aide-moi à m'y prendre avec amour. Tu connais les intentions du cœur de chacun ; que mes intentions soient d'aimer ceux qui peut-être me haïssent. Aide-moi à m'améliorer chaque jour dans ce domaine.

# Gérer le stress

## PRÉLIMINAIRES

Nous vivons dans un monde qui bouge à toute allure. Il y a sans cesse une pile de devoirs à faire, des relations amicales ou familiales compliquées, des problèmes au travail, et j'en passe. On peut facilement laisser ces facteurs nous dépasser et devenir une source de stress dans nos vies, mais quand on prend du recul pour constater la bonté de Dieu, nous pouvons y voir beaucoup plus de raisons de se sentir bénis que de sentir stressés.

## PRÉPARATION à la louange

Invitez chacun à donner un exemple de comment Dieu les a bénis.

## PARABOLE

La Bible nous donne un exemple parlant d'une femme stressée, dans Luc 10 : 40-42. Alors que Jésus entrait dans le village de Béthanie, une femme nommée Marthe est venue à sa rencontre, et l'a invité chez elle pour manger et se reposer. Marthe avait une sœur du nom de Marie qui désirait tellement entendre les enseignements de Jésus qu'elle était assise à ses pieds, négligeant ses responsabilités d'aider sa sœur en tant qu'hôtesse. Ce qui veut dire que Marthe devait faire tout le travail et s'occuper de servir seule Jésus et ses disciples. Se sentant surmenée, Marthe a finalement exclamé : « Seigneur, cela ne te fait-il rien que ma sœur me laisse seule pour servir ? Dis-lui donc de m'aider » (v. 40).

Marthe était visiblement stressée ; le Seigneur et ses disciples étaient dans sa maison, et elle devait s'assurer de préparer des plats et des boissons et de les servir à environ vingt personnes. Cependant, Jésus lui a répondu : « Marthe, Marthe, tu t'inquiètes et tu t'agites pour beaucoup de choses. Une seule chose est nécessaire. Marie a choisi la bonne part, qui ne lui sera point ôtée » (v. 41-42). Marthe était dans tous ses états, tandis que Marie était calme. Qu'est-ce qui faisait la différence ? Quelle sœur profitait le plus de la présence de Jésus ? Comment cet exemple peut-il nous servir, nous en tant qu'adolescents du vingt et unième siècle ? La réponse consiste, en partie, à connaître la meilleure façon de gérer le stress.

## À PRÉSENT

Le stress fait partie de la vie. Il y a des choses qui perturbent certaines personnes tandis qu'elles ne troublent aucunement d'autres. En d'autres termes, nous avons tous nos propres facteurs de stress que nous essayons de gérer à notre façon, bonne ou mauvaise. Certains individus deviennent des mangeurs compulsifs, font des dépenses compulsives ou abusent de drogues, tandis que d'autres laissent le stress s'accumuler dans leur vie jusqu'au point où ils s'en prennent avec violence à quelqu'un. Celles-ci sont toutes des façons malsaines de gérer le stress. Quelle est la façon la plus saine de s'y prendre ? La réponse se trouve dans la Bible.

I Pierre 5 : 6-7 nous dit : « Humiliez-vous donc sous la puissante main de Dieu, afin qu'il vous élève au temps convenable ; et déchargez-vous sur lui de tous vos soucis, car lui-même prend soin de vous. »

Nous sommes appelés, dans ce verset, à décharger tous nos soucis sur le Seigneur parce qu'il prend soin de nous.

Philippiens 4 : 6 dit : « Ne vous inquiétez de rien ; mais en toute chose faites connaître vos besoins à Dieu par des prières et des supplications, avec des actions de grâces. »

Ce verset nous enseigne que nous pouvons faire savoir à Dieu que nous nous sentons stressés. En fait, il nous encourage à le lui dire ! Quand nous nous déchargeons sur le Seigneur de nos soucis et nous lui apportons nos requêtes, notre anxiété diminue en sachant que le Créateur de toutes choses peut se charger de notre problème.

Jésus a dit dans Jean 14 : 27 : « Je vous laisse la paix, je vous donne ma paix. Je ne vous donne pas comme le monde donne. Que votre cœur ne se trouble point, et ne s'alarme point. »

Jésus est le Prince de la paix, et il nous donne la paix comme nul autre ne peut le faire. C'est ainsi que nous savons que les stratégies malsaines d'adaptation au stress ne viennent pas de Dieu. Jésus nous dit de ne pas être troublés ou alarmés, et on peut y arriver en faisant confiance au Seigneur de tout notre cœur, sachant qu'il est toujours avec nous, et qu'il continuera à bénir chaque

saison de notre vie. Si on confie toute notre vie à ses soins, il se chargera aussi des moments stressants.

Le Seigneur ne sera pas choqué que nous lui confessions notre stress. Il sait bien que celui-ci est une condition humaine courante. C'est pourquoi Jésus a inclus des enseignements à ce sujet dans sa Parole.

Dans la Bible, nous trouvons la structure pour la manière de gérer notre stress : essentiellement, nous sommes appelés à le donner entièrement à Dieu. En lui soumettant notre stress, nous plaçons la situation entre ses mains. Aucune autre personne ne pourrait mieux se charger du travail que notre Créateur.

## **Mise en PRATIQUE**

Une bonne manière de soulager votre stress est de prendre une feuille de papier, et de la diviser en deux parties. Sur un côté, mettez comme titre « les raisons pour lesquelles je me sens stressé ». Ne vous gênez pas, écrivez tout ce qui vous stresse. Sur l'autre côté, mettez comme titre « les raisons pour lesquelles je me sens béni ». Ne vous retenez pas non plus, et indiquez des choses telles qu'avoir une maison, de la nourriture, des vêtements, pouvoir aller à l'école, avoir du souffle dans les poumons, des yeux pour voir, etc. Quand vous allez comparer les deux listes, vous commencerez à vous rendre compte qu'il y a beaucoup de choses pour lesquelles vous pouvez être reconnaissants. Vous êtes peut-être temporairement stressés, mais vous êtes tellement bénis que vos situations stressantes sont éclipsées par la bonté de Dieu.

## **PRIÈRE**

Seigneur, je te donne tous mes doutes, toutes mes inquiétudes et mes craintes. Je place ma vie dans tes mains compétentes et j'ai confiance que tu te chargeras de mes anxiétés. Je te remercie pour les nombreuses bénédictions qui comblent ma vie, et je prie que je puisse me tourner vers toi quand je me sentirai stressé. Merci pour tout ce que tu fais dans ma vie.

## **Un peu PLUS**

Cette semaine, chaque fois que vous vous sentez stressés, asseyez-vous et dites une petite prière pour donner votre stress au Seigneur. Pensez à vos nombreuses bénédictions et encouragez les autres autour de vous à en faire autant.

# Faire confiance au temps propice de Dieu

## PRÉLIMINAIRES

On peut se sentir frustrés quand on veut que quelque chose se produise, et cela n'arrive pas quand on le veut. Cela peut être tout aussi frustrant de savoir que l'on fait tout ce que l'on peut, et malgré tout on a l'impression d'être bloqué sur un circuit d'attente. Comment pouvons-nous apprendre à faire confiance au temps propice de Dieu ? Comment pouvons-nous apprendre à « [courir] avec persévérance », et à permettre à celui « qui suscite la foi et la mène à la perfection » d'écrire notre histoire ?

## PRÉPARATION à la louange

Je te loue, Seigneur, parce que ton temps est parfait. Bien qu'on ne comprenne pas toujours pourquoi quelque chose arrive au moment où cela arrive, on sait que tu vas faire en sorte que toutes choses concourent à notre bien. Tu ne permettras pas que nous soyons dans une situation qui nous dépasse, et tu ne nous abandonneras jamais. Nous savons que si nous restons fidèles et humbles, tu nous élèveras au bon moment.

## PARABOLE

Qui parmi vous est déjà allé en vacances ou fait un voyage scolaire, et la route vous semblait si monotone que vous étiez impatients d'arriver à votre destination ? Avez-vous déjà pris un bus scolaire dont les sièges étaient tellement inconfortables que vous étiez impatients que le bus arrive à votre arrêt ?

Avez-vous déjà planté une fleur ou un jardin ? Vous plantez la semence, et ensuite vous travaillez, arrosez et attendez (l'accent étant sur l'attente) pendant des semaines — ou même des mois parfois — avant d'en récolter le résultat. Il est facile de devenir frustré par la lenteur à laquelle poussent les plantes du jardin.

Peut-être vous avez dû faire de l'entraînement hors saison et vous savez ce que c'est de vous préparer pendant des mois d'affilée sans aucune compétition en vue.

Demandez à chacun d'écrire et de discuter avec les autres des fois où ils ont dû attendre. Qu'ont-ils ressenti ? Qu'ont-ils fait pendant qu'ils attendaient ?

## À PRÉSENT

Il y a une bonne nouvelle et une mauvaise. La mauvaise nouvelle est que l'attente fera toujours partie de votre vie. Dès que vous aurez atteint le but que vous visez pour l'instant (la fin de vos études, votre premier emploi ou simplement le prochain week-end), vous le remplacerez par un autre. C'est un fait bien réel ; tout le monde est constamment en train d'attendre quelque chose.

Cependant, la bonne nouvelle est celle-ci : si vous avez l'impression d'attendre que Dieu agisse, vous n'êtes pas le seul ! Joseph a attendu treize ans et David quinze ans. Abraham a attendu vingt-cinq ans et Moïse quarante ans ! Cette attente ne veut pas dire que Dieu vous désapprouve. Bien au contraire. Si vous acceptez volontiers cette attente, vous vivrez probablement une saison merveilleuse de croissance personnelle.

Attendre le moment propice du Seigneur n'est pas la même chose que d'attendre son tour à la caisse du supermarché ; et rechercher la volonté de Dieu n'est pas aussi simple que de mettre une pièce dans le distributeur pour obtenir votre boisson gazeuse. En fait, Paul compare le fait d'attendre au fait de se préparer pour une moisson.

« Faisons le bien sans nous laisser gagner par le découragement. Car si nous ne relâchons pas nos efforts, nous récolterons au bon moment. » (Galates 6 : 9, BDS.)

Nous devons nous assurer de ne pas laisser ce que nous percevons comme un manque de résultats nous décourager, au point d'abandonner nos efforts. Si nous continuons à semer des semences de dévotion et de fidélité envers Dieu, nous recueillerons un jour une moisson. Quand l'agriculteur plante ses graines, il ne s'attend pas à voir des résultats le lendemain ou la semaine d'après. Pareillement, nous devons être patients, constants et fidèles, parce que nous croissons en Dieu à la vitesse de la récolte.

Même quand nous ne voyons pas de résultats, nous devons continuer à semer, à travailler et à nous préparer pour que Dieu puisse nous utiliser quand l'occasion se présentera. En sports, les équipes continuent à s'entraîner et à se fortifier hors saison quand il n'y a pas de matchs à jouer. Ceci est peut-être votre basse saison spirituelle, mais assurez-vous de faire de votre mieux pour être prêts, le jour de la compétition !

Ensuite, nous devons être humbles et faire confiance à Dieu, en étant sûrs de ne pas forcer des portes que Dieu a fermées. Si nous nous promovons nous-mêmes et nous essayons de créer des occasions spirituelles pour nous-mêmes, Dieu va nous laisser faire tout seuls. Mais si nous nous soumettons humblement devant Dieu, il ouvrira les bonnes portes pour nous au bon moment (I Pierre 5 : 6).

Enfin, nous devons nous souvenir que Dieu veut notre bien. Il a un plan pour notre vie, et bien qu'il puisse ne pas se réaliser quand nous nous y attendons, une fois qu'il se réalisera, il sera encore plus merveilleux qu'on l'avait imaginé (Jérémie 29 : 11 ; Ésaïe 40 : 31). Il ne nous a pas oubliés ; il nous prépare pour ce qu'il a déjà planifié pour nous !

## **Mise en PRATIQUE**

Quelles sont les choses que vous pouvez faire aujourd'hui pour vous préparer à réaliser les rêves et les objectifs que Dieu a mis dans vos cœurs ? Comment pouvez-vous, aujourd'hui, mettre des semences dans le sol qui produiront une moisson dans votre vie en temps voulu ? Comment pouvez-vous vous entraîner au cours de cette basse saison de votre vie ?

Discutez de mesures concrètes que nous pouvons tous prendre pour nous préparer aux choses que Dieu a planifiées pour nous dans l'avenir.

## **PRIÈRE**

Seigneur, merci pour ta Parole qui nous guide et nous aide dans chaque saison de notre vie. Que nous puissions être conscients de la valeur de chaque saison que nous traversons. Donne-nous la sagesse de planter quand c'est le moment de le faire, et de récolter au moment de la moisson. Aide-nous à être patients et à nous confier en ton temps propice. Nous demandons que tu nous gardes de nous lasser de faire le bien, et que tu nous aides à attendre fidèlement et vivement ton temps propice.

## **Un peu PLUS**

Par moments, nous devons aider quelqu'un d'autre à réaliser les rêves que Dieu lui a donnés, avant de réaliser nos propres rêves. David a servi le roi Saül. Élisée a servi Élie fidèlement.

Les disciples ont suivi Jésus et lui étaient soumis. Nous humilier devant Dieu revient souvent à servir nos dirigeants spirituels.

Discutez de certaines manières de servir les dirigeants spirituels dans votre vie. Comment pouvez-vous aider d'autres personnes à réaliser leur potentiel en Dieu ?

# Dompter la langue

## PRÉLIMINAIRES

« La mort et la vie sont au pouvoir de la langue » (Proverbes 18 : 21), mais quelles sont les paroles sur notre langue ? Comment pouvons-nous contrôler notre langue — le membre le plus indiscipliné de notre corps ? Comment pouvons-nous délibérément utiliser nos paroles pour apporter la vie aux gens que nous côtoyons ?

## PRÉPARATION à la louange

Nous donnons gloire à Dieu, car sa Parole ne manque jamais de s'accomplir ! Les situations changent. Les politiques changent. Les gens changent. Mais la Parole de Dieu subsiste à toujours dans les cieux (Psaume 119 : 89). Elle guide nos décisions et informe nos actions. Elle nous mène à un style de vie plus intègre. Sa Parole nous montre le chemin qui mène de la mort à la vie. Elle nous donne une image claire de qui nous sommes pour que nous puissions davantage ressembler à Jésus. Nous sommes reconnaissants pour la Parole de Dieu qui donne la vie !

## PARABOLE

Avez-vous déjà dit quelque chose que vous avez immédiatement regretté ? Quand on est fâché, il est très facile de laisser l'émotion prendre le dessus, et de dire des choses que l'on ne voulait pas vraiment dire. Mais il ne faut pas nécessairement être fâché pour dire la mauvaise chose. Avez-vous déjà essayé de faire un compliment à quelqu'un, et vous finissez par mal dire la chose ? Avez-vous déjà essayé de bien dire les choses, et vous finissez par mal choisir vos mots ? (Si quelqu'un a une histoire drôle à raconter à ce sujet, permettez à ce dernier de le faire.) Même si nous avons les meilleures intentions, notre langue peut nous causer des ennuis.

## À PRÉSENT

Si vous avez du mal à contrôler vos paroles, vous n'êtes pas les seuls. D'ailleurs, c'est un si grand problème que la Bible l'adresse spécifiquement plusieurs fois. Jacques, en particulier, a utilisé quelques mots forts au sujet de la langue :

« Si quelqu'un croit être religieux et ne sait pas maîtriser sa langue, il se trompe lui-même : sa religion ne vaut rien. » (Jacques 1 : 26, FRC97.)

« Mais la langue, aucun homme ne peut la dompter ; c'est un mal qu'on ne peut réprimer ; elle est pleine d'un venin mortel » (Jacques 3 : 8).

Voici un grave problème. Si nous ne maîtrisons pas notre langue, nos efforts religieux ne valent rien. Toutefois, Jacques nous dit que personne ne peut dompter la langue. Alors, qu'est-ce que l'on est supposé faire ?

Jésus nous a donné la réponse dans Luc 6 : 45 quand il a dit : « ... c'est de l'abondance du cœur que la bouche parle ». Donc, si nous avons du mal à contrôler notre langue, nous avons un problème de cœur. Et bien que nous ne puissions rien faire de nous-mêmes, Jésus, lui, peut régler cela ! Quand nous nous repentons, nous sommes baptisés au nom de Jésus et recevons le don du Saint-Esprit, notre cœur change. Si nous faisons en sorte que les choses de Dieu remplissent notre cœur, nous commencerons à dire les bonnes choses. Cependant, il faut qu'on le fasse plus d'une fois. Tout comme nous avons besoin de refaire le plein dans une voiture, notre cœur aussi doit être régulièrement rempli. Prenez délibérément un moment dans la journée pour vous mettre en contact avec Dieu par la prière et la lecture de la Bible. De cette manière, quand l'occasion se présentera de dire quelque chose, vous aurez de bonnes choses dans votre cœur. Si vous voulez être capables d'apporter la vie aux autres, vous devez d'abord vous assurer d'avoir la vie en vous !

La Bible nous donne des directives précises sur la façon de dompter notre langue : chacun devrait être « prompt à écouter, lent à parler, lent à se mettre en colère » (Jacques 1 : 19). Trop souvent, nous faisons l'opposé de ce que dit ce verset : nous sommes lents à écouter, prompts à parler et prompts à nous mettre en colère. Est-ce là la description de beaucoup de gens que vous voyez en personne ou en ligne ? Toutefois, Jésus vous appelle à

vous conformer à une norme différente. Vous devriez écouter attentivement et vous efforcer de ne pas tirer des conclusions hâtives et de ne pas vous mettre en colère. Essayez de comprendre les véritables intentions de ceux qui vous parlent, même si leurs paroles sont maladroites. Ensuite, et seulement quand vous avez bien réfléchi à ce que vous allez dire, vous pouvez commencer à parler. Ne laissez pas votre bouche devancer votre cerveau ! Prenez toujours quelques instants pour voir comment vous pouvez répondre avec grâce pour que l'amour de Jésus soit évident.

Enfin, nous devons contrôler notre environnement. Ce n'est pas suffisant de mettre de bonnes choses dans notre cœur ; nous devons délibérément éviter de faire entrer les mauvaises. Par exemple, c'est bien que vous mangiez du brocoli pour le dîner, mais si ensuite vous mangez deux litres de crème glacée, le brocoli ne vous sera pas très utile.

Chaque fois que vous prenez un moment pour prier et vous mettre en relation avec Dieu, vous passez bien votre temps. Toutefois, si vous passez le reste de votre journée à « consommer » de la musique ou des médias inappropriés, vous serez surpris de ce qui peut s'infiltrer dans votre cœur. Nous avons tous des passe-temps et des activités que nous aimons, mais nous devons tous nous assurer qu'ils ne vont pas à l'encontre de la Parole de Dieu. Si nous désirons apporter la vie aux autres quand nous sommes en public, nous ne pouvons rien mettre de mauvais devant nos yeux ou dans notre cœur quand nous sommes en privé (Psaume 101 : 3).

## **Mise en PRATIQUE**

Pensez à tous les médias que vous utilisez et les personnes desquelles vous vous entourez. Créent-ils un environnement favorable à votre réussite ? Sont-ils axés sur le positif ou sur le négatif ? Vos amis ou les médias que vous écoutez utilisent-ils un langage pur ou pervers ? Êtes-vous dans un environnement qui permet à votre cœur de se remplir des choses de Dieu ?

Écrivez ce que vous pourriez changer par rapport à votre dévotion pour Dieu ou vis-à-vis de votre environnement (amis, médias, etc.) pour garder votre cœur rempli des choses de Dieu.

## **PRIÈRE**

Merci, Seigneur, de nous avoir remplis de ton Esprit pour que nous puissions contrôler les choses que nous disons. Nous te prions que nos paroles édifient les autres et apportent la vie aux personnes et aux situations qui se présentent à nous. Aide-nous à remplir nos cœurs avec les bonnes choses, et donne-nous la sagesse pour reconnaître quand quelque chose devient un fardeau dans notre vie. Aide-nous à être prompts à écouter, lents à parler et lents à nous mettre en colère, afin que nous puissions bien te représenter partout où nous allons

## **Un peu PLUS**

Faites-en une habitude de dire des choses positives (en ligne ou en personne). Commencez chaque journée avec le but de dire quelque chose d'encourageant à quelqu'un. Utilisez vos paroles pour apporter l'encouragement, la joie et la vie aux autres.

# Accomplir des choses difficiles

## PRÉLIMINAIRES

Vous avez été créés pour plus que cela ! Vous n'avez pas été créés pour uniquement survivre dans ce monde, mais pour mener une vie victorieuse qui transforme le monde. Quel est le point de vue biblique sur la réussite ? De quelles façons la Bible nous incite-t-elle à résister au statu quo et à vivre au-delà de ce qui est ordinaire ?

## PRÉPARATION à la louange

Nous donnons gloire à Dieu qui nous a tout donné de lui-même ! Au Calvaire, Jésus ne s'est pas donné en partie ; il s'est offert selon l'abondance de sa grâce et de sa puissance. Jésus n'a jamais rien fait à moitié. Il n'a ni guéri les aveugles à moitié ni guéri les boiteux à moitié. Il ne nous a pas partiellement sauvés, et nos péchés n'ont pas été partiellement pardonnés. Nous sommes bénis de servir un Dieu qui nous donne toujours de son mieux.

## PARABOLE

Demandez à tous d'étirer le bras droit vers le haut autant que possible. Dites-leur ensuite de l'étirer « encore un peu plus haut ». (La plupart étireront un peu plus le bras.)

Nous ne savons souvent pas quel est notre meilleur. Si nous avons vraiment fait de notre mieux la première fois, nous n'aurions pas été capables de nous étirer encore un peu. Nous ne faisons pas seulement cela quand nous nous étirons ; beaucoup de fois, nous nous contentons de faire moins que ce que nous aurions pu accomplir.

Avez-vous déjà dit : « J'ai fait de mon mieux » (à une évaluation, au travail ou à une activité), et vous saviez que vous n'aviez pas fait de votre mieux ? Pourquoi l'avez-vous dit alors ?

Nous l'avons tous fait, mais pourquoi nous contentons-nous de faire moins bien que ce que nous sommes capables de faire ?

## À PRÉSENT

Bien que, dans la société, certains croient que les jeunes ne peuvent rien faire comme il faut, Dieu n'est certainement pas du même avis. Il nous le dit très clairement dans I Timothée 4 : 12 : « Que personne ne méprise ta jeunesse ; mais sois un modèle pour les fidèles, en parole, en conduite, en amour, en foi, en pureté. »

Dieu nous confie la tâche d'être des modèles dans tous les domaines de notre vie. Ne donnez à personne une excuse de dire que vous êtes trop jeunes pour faire une différence. Ne donnez à personne une excuse de dire que votre génération n'est bonne à rien. Soyez des modèles !

Nous devons être des modèles en paroles et en actions. Nous devons montrer aux autres comment avoir la bonne attitude et comment aimer les autres. Nous devons être des modèles en menant une vie sainte et pure. Il ne s'agit pas d'une compétition, mais la Bible demande aux jeunes de montrer au reste des croyants comment se comporter.

Toutefois, pour réussir dans le Royaume de Dieu, il faut faire plus que cela. Il faut tirer le maximum de profit de chaque capacité et de chaque occasion que Dieu nous donne. Jésus en a parlé dans la parabole des talents (Matthieu 25 : 14-30). Ceux qui avaient reçu respectivement cinq et deux talents ont tiré profit au maximum de ce qu'ils avaient, mais celui qui n'avait reçu qu'un talent n'a fait aucun effort. Personne ne s'attendait à ce que celui qui avait reçu deux talents en fasse autant que l'homme qui en avait reçu cinq, mais on s'attendait à ce qu'il collabore. De la même manière, nous sommes supposés optimiser les capacités que nous avons et les occasions qui se présentent à nous, pour que nous puissions avoir un impact sur le Royaume de Dieu.

Ceci veut dire que nous devons nous préparer pour les occasions qui doivent encore se présenter. Vous travaillez dur pour être prêts quand Dieu vous appellera. Cela peut vouloir dire que vous lisez votre Bible, vous l'étudiez et vous priez même si vous n'avez jamais eu l'occasion de prêcher. Vous devez peut-être travailler dur pour apprendre l'informatique ou le graphisme même si vous ne faites pas encore partie de l'équipe technique de votre église. Il se peut que vous deviez vous exercer en musique même si on ne vous a

pas encore demandé de chanter ou de jouer d'un instrument. Peu importe votre cas, assurez-vous de développer le talent que Dieu a mis en vous. Il vaut mieux être prêt pour une occasion qui ne s'est pas encore présentée que d'avoir une occasion et de ne pas être prêt !

Enfin, Dieu nous appelle à n'être paresseux dans aucun domaine de notre vie. En fait, la Bible nous dit de faire toutes choses « de bon cœur, comme pour le Seigneur » (Colossiens 3 : 23). Vous représentez Jésus partout où vous allez. Ne rendez pas vos devoirs en retard. Étudiez bien, travaillez dur. Même quand vous avez l'impression que ce n'est pas pour Dieu, assurez-vous de bien le représenter.

Se pourrait-il que votre cours de mathématiques soit en train de vous fournir les aptitudes qui vous seront utiles, un jour, quand vous serez l'architecte qui devra dessiner les plans pour la construction d'une église ? Votre cours de français est-il en train de vous donner les compétences dont vous aurez besoin pour écrire un livre ? Considérez votre éducation comme une occasion de représenter Jésus et de développer les capacités qu'il a mises en vous.

## Mise en PRATIQUE

1. Dressez une liste de certains talents, intérêts et compétences spécifiques que vous avez.
2. Écrivez des manières d'utiliser ceux-ci pour l'avancement du Royaume de Dieu.
3. Par quels moyens pouvez-vous développer et perfectionner ces compétences ?

## PRIÈRE

Merci, Seigneur, pour les capacités et les talents que tu as placés en nous. Aide-nous à les développer et à les utiliser pour ta gloire et pour ton Royaume. Donne-nous le désir et la vision d'accomplir de grandes choses pour toi, et aide-nous à nous préparer aujourd'hui aux choses extraordinaires que tu nous réserves à l'avenir.

## Un peu PLUS

De quelles manières votre Club P7 peut-il actuellement avoir un plus grand impact sur votre école et votre communauté ? Réfléchissez ensemble à certaines idées de service communautaire ou d'évangélisation. Y a-t-il des talents, au sein de votre club, qui peuvent être utilisés pour la gloire de Dieu ? Si oui, planifiez de les utiliser !

# Écraser la peur

## PRÉLIMINAIRES

Nous faisons tous face à la peur et à l'anxiété, mais invitons-nous ces sentiments dans nos vies ? Comment fermer la porte à la peur et vivre de façon victorieuse ?

« Car ce n'est pas un esprit de timidité<sup>2</sup> que Dieu nous a donné ; au contraire, son Esprit nous remplit de force, d'amour et de sagesse » (II Timothée 1 : 7).

## PRÉPARATION à la louange

Nous remercions Dieu parce qu'il est le Prince de la paix (Ésaïe 9 : 5). Il sait exactement où nous nous situons et dans quelle direction nous allons (Psaume 139 ; Jérémie 29 : 11). Il n'y a pas une seule tempête — physique, spirituelle ou émotionnelle — qu'il ne puisse calmer. Aucun problème n'est trop grand, qu'il ne puisse le résoudre, ni trop petit qu'il veuille l'ignorer. Il a prouvé sa bonté et sa fidélité à maintes reprises, et il continuera à le faire même si nous ne le méritons pas. Il est notre Prince de la paix !

Prenez un moment pour écrire certaines choses que Dieu a faites dans votre vie. Rappelez-vous d'écrire non seulement les fois où Dieu vous a bénis, mais aussi les fois où il vous a aidés à surmonter des situations difficiles. Si les participants sont à l'aise, qu'ils partagent ces choses avec les autres.

## PARABOLE

Il y a des peurs folles dans le monde. Certaines craintes ont des raisons d'être (après tout, qui aime les araignées ?), mais certaines sont plutôt drôles. La geliophobie est la peur de rire, et la dextrophobie est la peur de tout ce qui se situe à droite. Non négligeable, l'anatidaephobie est la peur qu'un canard ou qu'une oie vous regarde. On pourrait continuer à nommer des phobies abracadabrantes toute la journée, mais je pense qu'on est d'accord que, parfois, certaines personnes ont peur ou sont anxieuses de choses étranges.

<sup>2</sup> N.d.T. La version anglaise *New King James* et la Darby en français utilisent « esprit de crainte ».

Avez-vous déjà été anxieux ou effrayé de quelque chose, alors que dans votre tête vous saviez que cela ne faisait aucun sens de l'être ? Même quand nous savons que nos craintes sont irraisonnables et infondées, nous avons du mal à nous en débarrasser.

## À PRÉSENT

La Bible nous dit que Dieu ne nous a pas donné un esprit de crainte, mais au contraire, il nous a remplis de force, d'amour et de sagesse. Si nous ne sommes pas supposés avoir un esprit de crainte, nous devons nous assurer d'être remplis de l'Esprit de Dieu ! Nous avons besoin d'être remplis de la puissance qui vient uniquement quand nous recevons le Saint-Esprit (Actes 1 : 8).

Il y a de la puissance de savoir que le même Dieu qui a créé l'univers vit à présent en nous. Il ne nous abandonnera pas, et il ne permettra rien qui soit au-delà de nos forces (I Corinthiens 10 : 13). Quand nous prions et présentons nos craintes à Dieu, les situations et les circonstances changent et se transforment (I Jean 4 : 4). Si nous sommes inquiets au sujet de quelque chose, nous devons prier à ce sujet.

Jésus est plus grand que les craintes auxquelles nous nous heurtons.

Non seulement nous devons être remplis de la puissance de Dieu, mais aussi d'amour. On ne relie pas souvent la crainte à l'amour comme étant des émotions contraires, mais la Bible les oppose. Soyons sûrs de ne pas permettre à la crainte d'être le facteur qui détermine nos décisions. Souvent, quand Dieu nous appelle à l'action, nous avons peur. Cependant, notre amour pour lui doit être plus grand que notre peur !

Pierre n'a pas laissé sa crainte de l'eau l'empêcher de sortir de la barque et de marcher vers Jésus, et heureusement, Jésus n'a pas laissé sa peur de la croix l'empêcher de donner sa vie au Calvaire. Pareillement, ne laissez pas vos craintes vous retenir de faire ce Dieu s'attend de vous. La peur dit : « Ne partage pas l'Évangile ; ils pourraient le rejeter », mais l'amour dit : « Jésus est mort pour que tous puissent avoir une vie abondante ! » La crainte cherche toujours la voie de la facilité, mais l'amour nous appelle à toujours faire ce qui est juste, quoi qu'il en coûte.

Enfin, l'Écriture nous dit que Dieu nous a donné un esprit de sagesse<sup>3</sup>. Nous ne devons pas être contrôlés par nos émotions ; nous pouvons réfléchir et réagir logiquement. Nous devrions prendre un instant et nous souvenir de toutes les fois où Dieu a été fidèle envers nous. Si Dieu l'a fait pour nous dans le passé, il le fera à nouveau. Si Dieu nous a aidés à surmonter des moments difficiles dans le passé, il le fera encore. Il est le même hier, aujourd'hui et éternellement (Hébreux 13 : 8) !

Si la vie a déjà essayé de vous terrasser, vous êtes la preuve vivante que vous pouvez vous relever (Michée 7 : 8). Que le souvenir de vos victoires antérieures vous aide à ne pas avoir peur !

## Mise en PRATIQUE

1. Si vous n'avez pas reçu le Saint-Esprit, vous devez le rechercher ! Si vous l'avez reçu, vous devez être renouvelés. Priez au sujet des situations, de l'anxiété et de la peur auxquelles vous faites face. Sa puissance peut vous libérer de la peur !
2. Si vous sentez que Dieu vous appelle à faire quelque chose, ne laissez pas la peur contrôler vos actions ! Comme le slogan de *Nike* le dit : « *Just do it !* » [Faites-le !]
3. Tenez un journal intime et écrivez-y, chaque jour, une chose pour laquelle vous êtes reconnaissants. Écrivez les fois où Dieu a répondu à vos prières et vous a aidés. Quand vous traverserez des situations difficiles, relisez toutes les choses que Dieu a faites dans votre vie.

## PRIÈRE

Merci, Jésus, de nous avoir donné l'occasion d'être remplis de l'Esprit. Que nous puissions nous souvenir de ta bonté et de ta fidélité envers nous, et laisser l'amour déterminer les décisions que nous prendrons. Ne permets pas que nous soyons remplis d'un esprit de peur, mais remplis-nous de puissance, d'amour et de sagesse !

<sup>3</sup> N.d.T. La version BDS parle d'un « Esprit qui...nous rend...réfléchis ».

## Un peu PLUS

Pensez à quelque chose que Dieu vous a demandé de faire. Peut-être vous appelle-t-il à partager l'Évangile à un ami. Peut-être vous appelle-t-il au baptême au nom de Jésus ou à rechercher le Saint-Esprit ? Vous appelle-t-il à laisser tomber une mauvaise habitude ou à rompre une relation ? Si vous l'écoutez, Dieu vous mettra dans le cœur quelque chose à faire. Vous serez probablement nerveux d'agir selon la parole que Dieu vous aura donnée ; vous ressentirez probablement de la crainte. Toutefois, après avoir prié, laissez l'amour de Dieu être la motivation de votre action. Faites ce que vous devez faire et écrasez la peur !