

8 PARTIES · UNE SEMAINE PAR PARTIE

Sticky Faith Every Day

En 8 semaines, remarquer davantage Dieu

UN PROGRAMME POUR UNE FOI SOLIDE DANS TON TRAVAIL AVEC LES JEUNES

Guide pour les responsables · Guide quotidien · Idées pour les familles

Fuller Youth Institute · Version française : Pulse

Sommaire

Introduction pour les responsables 3

Semaine 1: Observe 6
- Déroulé sur une page 7
- Guide pour les responsables 8
- Guide quotidien 12
- Guide quotidien extra 16
- Idées pour les familles 18

Semaine 2: Débranche 20
- Déroulé sur une page 21
- Guide pour les responsables 22
- Guide quotidien 26
- Idées pour les familles 29

Semaine 3: Reçois 30
- Déroulé sur une page 31
- Guide pour les responsables 32
- Guide quotidien 36
- Idées pour les familles 39

Semaine 4: Abandonne-toi 40
- Déroulé sur une page 41
- Guide pour les responsables 42
- Guide quotidien 46
- Idées pour les familles 49

Semaine 5: Simplifie 50
- Déroulé sur une page 51
- Guide pour les responsables 52
- Guide quotidien 55
- Idées pour les familles 59

Semaine 6: Épanche ton cœur 60
- Déroulé sur une page 61
- Guide pour les responsables 62
- Guide quotidien 66
- Idées pour les familles 69

Semaine 7: Perds pour trouver 70
- Déroulé sur une page 71
- Guide pour les responsables 72
- Guide quotidien 75
- Idées pour les familles 78

Semaine 8: Deviens nouveau 80
- Déroulé sur une page 81
- Guide pour les responsables 82
- Guide quotidien 85
- Idées pour les familles 88

© Fuller Youth Institute · Version française : Pulse, avec l'aimable autorisation du Fuller Youth Institute.

Sauf indication contraire, les textes bibliques sont tirés de la Bible Segond 21, copyright © 2007 Société Biblique de Genève. Reproduit avec aimable autorisation. Tous droits réservés.

Introduction pour les responsables



En 8 semaines, remarquer davantage Dieu

Quand il s'agit de préparer les jeunes en dernière année de lycée à la vie après le groupe de jeunes, ce sont probablement les deux chiffres les plus importants à connaître.

- **1 sur 2 :** Environ la moitié des jeunes en dernière année de lycée ont beaucoup de mal, après leur diplôme, à garder leur foi et à trouver une Église.
- **1 sur 7 :** Seul un étudiant de première année sur sept environ se sentait bien préparé par son groupe de jeunes à ce qui l'attendait après la fin du lycée.

Mais pour nous, cette recherche va bien au-delà des chiffres. Il s'agit de vrais jeunes, des jeunes qui sont dans ton groupe de jeunes en ce moment même.

Pendant sept ans, notre équipe du Fuller Youth Institute (FYI) a accompagné plus de 500 anciens membres de groupes de jeunes lors de leur passage aux études supérieures, pour mieux comprendre comment aider les ados à développer une foi qui dure, ce que nous appelons *Sticky Faith* (une foi qui tient). **Ce qui a commencé comme un projet de recherche est devenu un mouvement**, un mouvement d'Églises, de parents, de grands-parents, de responsables jeunesse, d'animateurs auprès des enfants et de pasteurs principaux qui veulent donner aux jeunes une foi qui, après le lycée, ne se contente pas de survivre, mais s'épanouit. N'hésite pas à faire un tour sur fulleryouthinstitute.org/stickyfaith (en anglais). Tu y trouveras de nombreuses ressources que nous avons créées pour te soutenir sur ce chemin.

Ce que nous avons appris grâce à notre recherche, c'est que des pratiques spirituelles régulières sont importantes pour une Sticky Faith. Et pourtant, les ados ne savent souvent pas comment entretenir eux-mêmes leur croissance spirituelle. La recherche du FYI montre que seule la moitié des jeunes en dernière année de lycée prient une fois par jour ou lisent la Bible une fois par semaine. Au-delà de la prière et de la lecture de la Bible, les ados semblent aussi avoir très peu d'expérience d'autres pratiques spirituelles intemporelles qui pourraient faire une vraie différence dans leur quotidien.

> Ces statistiques proviennent d'un ensemble de plusieurs études. Tu trouveras plus d'informations sur ces études sur fulleryouthinstitute.org/stickyfaith.

Dans le prolongement de la recherche Sticky Faith, nous avons pris un an pour étudier les pratiques spirituelles qui relient particulièrement bien les enfants et les jeunes à Dieu et favorisent une foi durable. Nous nous sommes concentrés sur les pratiques qui aident à intégrer la foi dans toute la vie. Nous avons invité des responsables jeunesse expérimentés et réfléchis à penser avec nous. Une fondation a généreusement rendu le tout possible. De cette exploration est né ce matériel sur les pratiques spirituelles, une aide pour bien démarrer, destinée aux responsables jeunesse et aux parents, pour inviter les jeunes à découvrir et à essayer de nouveaux rythmes de foi. **Des rythmes qui les aident à construire une Sticky Faith chaque jour.**

Comment utiliser ce matériel ?

Nous avons créé une série de 8 semaines que tu peux adapter à ton contexte. Tu n'es pas obligé de l'utiliser comme une série de 8 semaines : tu peux par exemple la condenser sur quatre semaines ou l'étaler sur seize semaines. L'idée est de te donner une structure qui t'aide à amener les jeunes à repenser les disciplines spirituelles et à s'y engager à nouveau, comme un moyen d'observer Dieu un peu plus chaque jour, bien au-delà de la série. Nous souhaitons que les jeunes soient encouragés à chercher Dieu activement, encore et encore, tout au long de leur vie.

Chaque semaine, nous te fournissons :

1. Guide pour les responsables : une séance de 20 à 30 minutes que tu peux utiliser dans le groupe de jeunes ou en petit groupe. Si tu préfères ne consacrer que 5 à 10 minutes au thème de la semaine (par exemple dans le cadre du temps de louange), tu peux aussi n'utiliser qu'une seule des parties :

Observe le moment : une activité d'introduction, une discussion ou un exercice pour aider ton groupe à se concentrer sur le thème de la semaine.

Observe la Parole de Dieu : une approche guidée de la Bible, que ce soit par un enseignement, une méditation sur le texte ou un autre exercice.

Observe la présence de Dieu : un exercice de prière ou une réflexion en commun, qui aide à relier les jeunes à la présence de Dieu.

Observe cette semaine : des propositions de pas concrets pour que cette expérience se prolonge dans le reste de la semaine, au quotidien.

2. Guide quotidien : quelque chose qu'un jeune, un responsable ou un parent peut faire seul à la maison, une ou plusieurs fois par semaine, pour continuer à réfléchir au thème, essayer une pratique spirituelle et l'ancrer. Chaque semaine, le Guide quotidien suit le même schéma que le Guide pour les responsables. Tu pourrais même associer toute ton Église à cette série et utiliser le Guide quotidien avec toutes les générations.

3. Idées pour les familles : des pratiques qu'une famille peut vivre ensemble, ainsi que des questions que les membres d'une famille peuvent se poser les uns aux autres pendant la semaine.

Cette série a été développée par une équipe de responsables jeunesse qui travaillent chaque jour avec des ados et leurs familles, avec l'équipe d'auteurs du FYI. La plupart de ces personnes ont utilisé le matériel dans leur propre ministère pendant le Carême, avec d'autres sites pilotes aux États-Unis, dont les retours ont nourri cette version finale.

Mais attention : même si nous travaillons tous auprès des jeunes, nous ne connaissons pas ton Église. Nous ne connaissons ni tes jeunes ni tes habitudes. Tu constateras peut-être que certaines de ces idées ne fonctionnent pas dans ton contexte. Utilise les parties de ce guide qui sont utiles à ton groupe, et adapte ou réinvente le reste (ou jette-le !). Peut-être que tu préfères des instructions claires et entièrement rédigées, ou peut-être que tu travailles plus librement. Adapte en conséquence.

À propos du Carême... Peut-être as-tu l'habitude de vivre le Carême avec ton Église ou dans le groupe de jeunes, peut-être pas. Mais cette riche tradition de l'Église nous offre de très bons points de départ pour un discipulat plus profond. Et il s'agit de bien plus que de se priver de chocolat.

Comme le Carême est une période fixe de 40 jours dans l'année liturgique, qui mène à Pâques, et qu'il est vécu dans différentes confessions, nous aimerions t'inviter à en faire une occasion de faire découvrir de nouvelles pratiques aux jeunes. Tu retrouveras certains de ces thèmes d'une semaine à l'autre tout au long du matériel.

Mais bien sûr, tu n'es pas obligé de l'utiliser en parallèle du Carême ; il peut aussi servir de série indépendante ou être remanié pour une semaine de camp. Ou bien, si l'on parle peu du Carême dans ton Église, tu peux quand même l'utiliser dans les semaines qui précèdent Pâques, sans prononcer une seule fois le mot « Carême ».

Quelle que soit la façon dont tu l'utilises, nous serions très heureux d'avoir ton avis ! Envoie-nous tes retours ou tes histoires à FYI@fuller.edu, et suis le blog du Fuller Youth Institute et le FYI E-Journal pendant la série pour recevoir d'autres nouvelles. Merci pour le privilège de servir Jésus ensemble avec cette série, chaque jour !

Kara Powell, Brad Griffin et l'équipe d'auteurs du programme « Sticky Faith Every Day » : Josh Bishop (Mars Hill Bible Church), Mindy Coates-Smith (Bel Air Presbyterian), April Diaz (Newsong Church), Laura Larsen (2nd Presbyterian), Keegan Lenker (Pasadena Nazarene), Jesse Oakes (Lake Avenue Church) et Mike Park (Newsong Church).

Un merci tout particulier à Daniel S. Kim, qui a conçu la version pilote comme la version finale de ce programme, et qui a créé et géré les éléments en ligne.



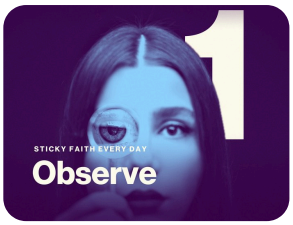
SEMAINE 1 · SOMMAIRE

Idée principale : Apprendre à observer Dieu est au cœur de la vie spirituelle. Les pratiques et les disciplines spirituelles que nous vivons seuls ou avec d'autres peuvent nous aider à grandir dans la conscience de la présence et de la puissance de Dieu.

Déroulé sur une page 7
Guide pour les responsables 8
Guide quotidien 12
Guide quotidien extra 16
Idées pour les familles 18

Observe

Déroulé pour l'animateur



Idée principale : Apprendre à observer Dieu est au cœur de la vie spirituelle. Les pratiques et les disciplines spirituelles que nous vivons seuls ou avec d'autres peuvent nous aider à grandir dans la conscience de la présence et de la puissance de Dieu.

Il te faut : Du papier et des stylos pour chacun, un tableau blanc ou un paperboard, des Bibles. 20 à 30 minutes ; pour 5 à 10 minutes, ne prends qu'une seule partie.

1 Observe le moment

- Distribuer du papier, tracer une ligne de haut en bas : deux colonnes.
- À gauche, en 30 secondes, tout noter de la journée (le matin : de la veille), puis entourer deux ou trois choses.
- Par deux : qu'est-ce qui a le plus marqué, et pourquoi ?
- À droite, noter ou marquer d'une étoile : où aurais-je pu percevoir Dieu ?
- Écrire « Observe » au tableau blanc ou sur le paperboard.

Certains disent que « être attentif » est au cœur de la vie spirituelle. Pourquoi, d'après vous, pensent-ils cela ?

Que faites-vous déjà pour percevoir la présence de Dieu, ou les signes qu'il veut peut-être vous donner ?

2 Observe la Parole de Dieu

- Faire lire Matthieu 6.1-18 à voix haute en cinq parties : versets 1-4, 5-8, 9-13, 14-15, 16-18.
- Relever donner, prier, pardonner, jeûner ; Jésus dit « lorsque » : il part du principe que ceux qui le suivent les vivent.
- Nommer le fil conducteur : les pratiques peuvent devenir un spectacle (exemple : Luc 18.9-14).

Avez-vous entendu un fil conducteur dans les instructions de Jésus ?

Si vous êtes prêts à être honnêtes : quand votre propre spiritualité a-t-elle été plus un symbole de statut qu'un moyen de chercher Dieu ?

3 Observe la présence de Dieu

- Regarder vers l'avant : que ferez-vous dans les prochaines 24 heures ? Rassembler les réponses sous « Observe ».
- Chacun choisit en silence un ou deux points et écrit ses initiales à côté, pendant que vous chantez.
- Prière en cercle, dos à dos, tournés vers l'extérieur, si possible les yeux ouverts.

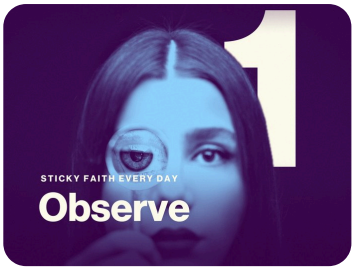
4 Observe cette semaine

- Donner le Guide quotidien (Psaume 25, lectio divina, Notre Père) et parler de « renoncer et ajouter ».
- Transmettre les Idées pour les familles aux parents.
- Pour une prédication ou un petit groupe : Jean 1.35-39 et Esaïe 58.6-8.

Version courte de la leçon « Observe » de Sticky Faith Every Day, du Fuller Youth Institute ; les questions et l'idée principale reprennent mot pour mot la leçon, le déroulement complet se trouve dans le Guide pour les responsables à la page suivante.

Observe

Guide pour les responsables



Préparation

Idée principale : Apprendre à observer Dieu est au cœur de la vie spirituelle. Les pratiques et les disciplines spirituelles que nous vivons seuls ou avec d'autres peuvent nous aider à grandir dans la conscience de la présence et de la puissance de Dieu.

Il te faut :

- Du papier et de quoi écrire pour chaque jeune - Un tableau blanc ou un paperboard et des marqueurs adaptés - Des Bibles - En option : une vidéo pour commencer

Si tu utilises ce guide pendant le Carême

Ton Église, ou ton groupe de jeunes, a peut-être déjà des traditions autour du mercredi des Cendres, éventuellement avec un culte où l'on impose et reçoit les cendres. Ce guide ne cherche pas à remplacer ce qui a déjà été mis en place chez toi pour le mercredi des Cendres, ni à passer outre (tu trouveras en ligne beaucoup de bonnes ressources si tu as besoin d'autres idées). Cette séance de 20 à 30 minutes pourrait plutôt faire partie d'une rencontre habituelle du grand groupe ou d'un petit groupe, avant ou pendant la semaine où commence le Carême. Peut-être pourras-tu même l'utiliser comme introduction à une cérémonie traditionnelle des Cendres.

Observe le moment

Distribue du papier et des stylos. Demande aux jeunes de tracer une ligne au milieu de la feuille, de haut en bas, pour obtenir deux colonnes verticales.

Explique : Commençons par prendre quelques minutes pour réfléchir à la journée d'aujourd'hui. Je vous donne 30 secondes pour écrire dans la colonne de gauche tout ce qui concerne votre journée (ce que vous avez fait ou dit, avec qui vous étiez). Pensez aux personnes, aux lieux, aux émotions, aux actions, à tout ce qui vous vient à l'esprit quand vous repensez à votre journée. Écrivez-en le plus possible.

Remarque : si la rencontre a lieu le matin, fais plutôt réfléchir les jeunes à la journée d'hier.

Laisse 30 secondes aux jeunes. Demande-leur ensuite de parcourir rapidement leur liste et d'entourer deux ou trois choses qui les ont le plus marqués aujourd'hui, parce qu'elles étaient bonnes ou mauvaises, ou parce qu'elles ont suscité les émotions les plus fortes.

Invite ensuite les jeunes à se mettre par deux et à partager l'un avec l'autre une ou deux choses qui les ont particulièrement marqués aujourd'hui.

Explique : Prenez maintenant un petit moment pour raconter à votre partenaire pourquoi tel moment précis de votre journée vous a le plus marqués.

Après avoir rassemblé le groupe, souligne que nous remarquons certaines expériences de notre quotidien plus que d'autres. Si tu as le temps, demande à quelques jeunes de partager à voix haute ce qui les a le plus frappés, et peut-être même pourquoi.

Rappelle ensuite aux jeunes la colonne de droite de leur feuille.

Explique : Maintenant, je voudrais que vous repreniez votre journée en vous aidant de vos notes dans la colonne de gauche. Mais cette fois, imaginez ce que Dieu a peut-être voulu vous dire, vous montrer ou vous faire vivre à travers les événements de votre journée. Notez quelques-unes de ces pensées et formulations dans la colonne de droite. Si vous avez du mal à trouver les mots, vous pouvez aussi simplement mettre une étoile dans la colonne de droite, en face des personnes, des lieux, des événements ou des émotions de la colonne de gauche pour lesquels vous vous demandez si vous auriez peut-être pu percevoir Dieu, si vous aviez été attentifs.

Si tu travailles avec un groupe plus jeune ou si les jeunes bloquent complètement, tu peux leur donner un exemple tiré de ta propre journée.

Fais ensuite la transition vers le Carême et vers le thème « Observe » de cette ressource : écris le mot « Observe » sur le tableau blanc ou le paperboard et partage les pensées suivantes :

Explique : Vous avez sans doute l'impression d'« observer » déjà pas mal de choses au cours d'une journée : la météo, les vêtements que les autres portent à l'école, les messages de vos meilleurs amis. C'est très bien, mais il existe une autre façon d'observer. En plus des choses auxquelles nous prêtons attention chaque jour (ou pas), nous sommes invités à percevoir, au-delà, l'action de Dieu.

Question : Certains disent que « être attentif » est au cœur de la vie spirituelle. Pourquoi, d'après vous, pensent-ils cela ?

Après que les jeunes ont donné quelques réponses :

Explique : Je suis d'accord : prêter attention à ce que Dieu est en train de faire est essentiel pour notre croissance spirituelle personnelle et pour nous en tant que communauté. C'est pourquoi ce parcours des huit prochaines semaines est une invitation à observer Dieu un peu plus chaque jour. Et c'est une des raisons pour lesquelles je me réjouis vraiment que nous vivions cela ensemble. Plus nous observons Dieu, plus il est probable que notre foi grandisse et qu'elle « colle » vraiment, qu'elle tienne.

Question : Que faites-vous déjà pour percevoir la présence de Dieu, ou les signes qu'il veut peut-être vous donner ?

Explique : Au cours de l'histoire, beaucoup de gens ont cherché à percevoir Dieu, et ils ont développé pour cela des pratiques spirituelles. Ce sont des choses que nous faisons ou que nous pratiquons pour créer dans notre vie un espace où l'Esprit de Dieu peut agir. Ce sont des modèles ou des habitudes que nous développons pour nous ouvrir et apprendre à percevoir Dieu.

Si tu portes des lunettes, ou si l'un des jeunes présents en porte, tu pourrais faire remarquer que les pratiques spirituelles nous aident à percevoir Dieu plus clairement, tout comme des lunettes nous aident à percevoir plus clairement le monde qui nous entoure. Tu pourrais aussi signaler que les juifs et les chrétiens utilisent ces pratiques depuis des siècles pour percevoir Dieu dans leur vie et dans le monde.

Explique : Prendre volontairement du temps pour prier, lire la Bible, louer Dieu ou célébrer la Cène avec d'autres croyants : ce sont toutes des pratiques spirituelles. Nous pouvons voir ces pratiques comme des outils utiles, qui nous aident à apprendre à percevoir Dieu et son action en nous et autour de nous.

Observe la Parole de Dieu

Distribue les Bibles et lis avec les jeunes l'enseignement de Jésus en Matthieu 6.1-18. Demande à cinq jeunes différents de lire à voix haute, l'un après l'autre, les versets 1 à 4, 5 à 8, 9 à 13, 14 et 15, puis 16 à 18.

> Ces versets font partie d'un passage plus long des enseignements de Jésus, connu sous le nom de « Sermon sur la montagne ». Ce nom vient de Matthieu 5.1, où il est dit que Jésus monta sur la montagne pour enseigner. Certains spécialistes pensent que les chapitres 5 à 7 rassemblent plusieurs enseignements donnés par Jésus à différents moments, plutôt qu'un seul « sermon » qu'il aurait prononcé un jour précis.

Question : Quelles actions ou pratiques sont mentionnées dans ce passage ? (donner, prier, pardonner, jeûner)

Souligne que Jésus dit : « lorsque » tu fais un don (Mt 6.2), « lorsque » tu pries (Mt 6.5), « en priant » (Mt 6.7) et « lorsque » vous jeûnez (Mt 6.16). Jésus part du principe que ceux qui le suivent vivent ces pratiques, et il veut s'assurer qu'ils observent leurs motivations et, si nécessaire, qu'ils les corrigent.

Question : Avez-vous entendu un fil conducteur dans les instructions de Jésus ?

Écoute bien ce que disent les jeunes. S'ils ne le nomment pas d'eux-mêmes, explique-le-leur.

Explique : Des pratiques comme donner, jeûner et prier peuvent aussi nous servir à nous faire remarquer par les autres : comme un spectacle, pour paraître particulièrement saints ou particulièrement spirituels. Comme Jésus le montre clairement dans ce passage, cela existait à l'époque tout comme aujourd'hui.

Tu en trouveras un autre exemple dans l'enseignement de Jésus en Luc 18.9-14 (la parabole du pharisien et du collecteur d'impôts).

Question : De quelle manière a-t-on l'impression aujourd'hui que des gens font étalage de leurs pratiques spirituelles en public ?

Question : Si vous êtes prêts à être honnêtes : quand votre propre spiritualité a-t-elle été plus un symbole de statut qu'un moyen de chercher Dieu ?

Tu voudras peut-être partager quelque chose toi-même en premier, pour aider les autres à se lancer. Une fois que les jeunes ont partagé, conclus avec :

Explique : À l'inverse, Jésus semble dire que, quand nous vivons ces pratiques, Dieu n'espère pas que les autres nous remarquent, mais qu'elles nous aident, nous, à observer Dieu davantage. Quand nous prions, nous devenons plus sensibles à Dieu et à ce qu'il fait. Quand nous pardonnons à quelqu'un, nous remarquons que Dieu lui-même est en train de nous pardonner.

Observe la présence de Dieu

Rappelle aux jeunes qu'au début de cette séance, ils ont noté leurs expériences des dernières 24 heures.

Explique : Nous venons de regarder en arrière, vers nos dernières 24 heures. Maintenant, je voudrais que nous regardions devant nous, vers les prochaines 24 heures. Qu'est-ce que vous allez faire dans les prochaines 24 heures ?

Écris leurs réponses au tableau blanc ou sur le paperboard, sous le mot « Observe » que tu as déjà noté. Continue ainsi jusqu'à obtenir une liste assez longue.

Invite ensuite les jeunes à regarder la liste en silence pendant quelques instants et à choisir un ou deux moments où ils veulent être particulièrement attentifs à Dieu dans les prochaines 24 heures. Par exemple : « Je veux remarquer davantage Dieu quand j'irai à la répétition de théâtre et quand je ferai mes devoirs dans ma chambre. »

Au bout d'une minute environ, invite les jeunes à venir devant et à écrire leurs initiales à côté de ce qu'ils ont choisi, pendant que vous chantez ensemble.

Terminez ensuite par une prière commune. Pour cela, vous pouvez former un cercle. Puis mettez-vous dos à dos. Priez tournés vers l'extérieur, et peut-être même les yeux ouverts, en signe de votre désir commun d'observer davantage Dieu dans les prochaines 24 heures et dans les huit prochaines semaines.

Observe cette semaine

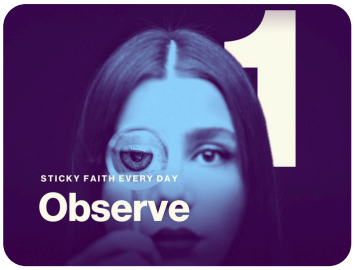
Encourage les jeunes à utiliser par eux-mêmes, au cours de la semaine, les ressources du Guide quotidien, afin de développer un rythme d'observation dans leurs routines de tous les jours. Si tu utilises ce matériel pendant le Carême, tu peux mentionner que le Guide quotidien de cette série présente l'idée d'« ajouter et renoncer » comme des pratiques qui peuvent nous aider à observer Dieu. Encourage les jeunes à réfléchir à renoncer volontairement à quelque chose, pour faire de la place et ajouter quelque chose qui les aide à observer davantage Dieu au quotidien.

Si tu veux intégrer encore davantage le thème « Observe » dans des prédications, des petits groupes ou d'autres rencontres hebdomadaires, tu pourrais aussi regarder certains de ces autres passages bibliques :

- Jean 1.35-39 : Tout au début du ministère de Jésus, il y a deux invitations à observer, l'une de Jean-Baptiste et l'autre de Jésus : « Voici l'Agneau de Dieu » et « Venez [...] et voyez ». - Esaïe 58.6-8 : Le Seigneur accuse son peuple Israël, parce qu'il respectait le rituel religieux du jeûne sans se soucier des besoins des pauvres. Au contraire : ses actes « pieux » allaient même de pair avec l'exploitation des pauvres. Lis ces versets et réfléchis au regard que Dieu porte sur le « sens » du jeûne. Réfléchis ensuite à la façon dont ton propre jeûne (ou, comme nous le décrivons dans le Guide quotidien, « renoncer et ajouter ») pourrait t'amener à prendre soin des pauvres ou à élever la voix pour les opprimés.

Observe

Guide quotidien



Observe le moment

Tu as parfois du mal à te concentrer quand tu lis la Bible ou que tu pries ? Oui, on connaît ça. Et nous voulons te dire dès le départ : la « règle » la plus importante, c'est de ne pas t'en vouloir pour ça. La deuxième « règle » (ou plutôt l'invitation), c'est de donner une chance à tout ça, même si c'est difficile pour toi d'habitude.

Pendant ce voyage de 8 semaines, nous allons pratiquer une méthode que tu connais peut-être, ou peut-être pas. Il s'agit plutôt de prier avec la Bible. Tu ne lis pas pour « venir à bout » d'un passage ou pour « apprendre quelque chose de nouveau », mais tu lis la Bible comme un moyen d'observer Dieu.

Voici nos suggestions pour essayer :

Cherche d'abord un endroit où tu peux être tranquille et au calme pendant un moment. Éteins ton téléphone et les autres appareils électroniques (oui, vraiment !) et commence à te poser. Certaines personnes trouvent utile de fermer les yeux. D'autres aiment regarder quelque chose qui les aide à centrer leur attention, par exemple une fenêtre, une bougie ou une croix.

Respire lentement et profondément quelques fois, et pendant environ une minute, ne fais rien d'autre que respirer. Dis à Dieu que tu es prêt à observer.

Ne précipite pas ce moment où tu te poses. Quand tu sens que c'est le bon moment, passe à l'étape suivante.

Observe la Parole de Dieu

Tu trouveras ci-dessous un passage de la Bible (Psaume 25) que nous allons utiliser pour un exercice que l'Église, au cours de son histoire, a appelé Lectio Divina (ce qui signifie « lecture spirituelle [ou sainte] » et se prononce « lek-sio di-vi-na »). Tu peux aussi utiliser ta propre Bible pour le lire, si tu préfères.

Nous savons que David est l'auteur du Psaume 25. Même si nous ne connaissons pas le moment exact, on pense qu'il a écrit ce psaume après avoir commis le péché d'adultère avec Bath-Shéba. Dans ce psaume, David montre son désir d'une relation intime

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

avec Dieu. Au milieu d'une culture qui voyait la Parole et la vérité de Dieu comme des règles à suivre, David demande par exemple au verset 5 : « Conduis-moi dans ta vérité ».

Comment pratiquer la Lectio Divina

Lis le passage trois fois lentement, et fais une pause de silence entre chaque lecture.

À la première lecture : Écoute simplement les mots. Cela peut aider de lire à voix haute, si tu es dans un endroit où c'est possible.

À la deuxième lecture : Fais attention à ce que tu remarques d'autre. C'est peut-être une phrase qui te saute aux yeux, un mot auquel tu n'avais pas fait attention la première fois, ou autre chose dont tu prends conscience. C'est peut-être une émotion ou une image intérieure qui prend vie.

À la troisième lecture : Invite Dieu à te montrer un mot, une phrase, un sentiment ou une image qui te parle personnellement aujourd'hui. Demande-lui de te montrer maintenant, en ce jour, à ce moment précis, ce qu'il veut te dire à travers ce texte. Ce n'est pas grave s'il ne « se passe » rien, mais fais simplement savoir à Dieu que tu es ouvert et que tu écoutes.

Prêt ? C'est parti :

> **1** Eternel, je me tourne vers toi,
> **2** mon Dieu, en toi je me confie.
> Que je ne sois pas couvert de honte !
> Que mes ennemis ne se réjouissent pas à mon sujet !
> **3** Aucun de ceux qui espèrent en toi ne sera couvert de honte,
> mais la honte est pour ceux qui sont infidèles sans raison.
> **4** Eternel, fais-moi connaître tes voies,
> enseigne-moi tes sentiers !
> **5** Conduis-moi dans ta vérité et instruis-moi,
> car tu es le Dieu de mon salut :
> je m'attends à toi chaque jour.
> **6** Eternel, souviens-toi de ta compassion
> et de ta bonté,
> car elles sont éternelles !
> **7** Ne te souviens pas des fautes de ma jeunesse,
> de mes péchés !
> Souviens-toi de moi en fonction de ton amour,
> à cause de ta bonté, Eternel !
> **Psaume 25**

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Observe la présence de Dieu

Après les trois lectures, reste un moment assis en silence avec ton mot, ton image ou ta phrase, si tu en as un. Que ce soit le cas ou non, dis merci à Dieu de toute façon.

Prie maintenant ta propre prière. Tu voudras peut-être utiliser Psaume 25.4-5 comme prière de départ, qui se prolonge ensuite avec tes propres mots adressés à Dieu. Ou bien ta prière devient, pendant encore quelques instants, une observation silencieuse dans la présence de Dieu.

Eternel, fais-moi connaître tes voies, / enseigne-moi tes sentiers ! / Conduis-moi dans ta vérité et instruis-moi, / car tu es le Dieu de mon salut : / je m'attends à toi chaque jour. (Psaume 25.4-5)

Renoncer + ajouter

Dans l'idée d'observer davantage Dieu : il y a peut-être quelque chose dans ta vie à quoi tu pourrais renoncer, pour avoir plus d'espace, d'énergie, de temps et de concentration pour être attentif à Dieu au milieu de ton quotidien.

De même, il y a peut-être quelque chose que tu pourrais ajouter (un peu plus de temps de prière ou davantage de musique qui t'aide à te concentrer sur Dieu) et qui t'aiderait à être plus sensible à Dieu.

Réfléchis dans la prière à ce à quoi tu pourrais renoncer dans ta vie et à la ou les pratiques que tu voudrais ajouter, pour faire de la place et observer davantage Dieu. Écris ici quelques idées. Si tu prends une décision ferme, écris-la aussi concrètement que possible.

Je choisis de renoncer à ceci dans ma vie, pour observer Dieu davantage chaque jour :

Je choisis d'ajouter ceci à ma vie, pour observer Dieu davantage chaque jour :

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Observe cette semaine

Cette semaine, prends du temps chaque jour pour revenir au Psaume 25. Tu peux le lire de la même façon ou de différentes manières : c'est toi qui vois.

Commence aussi à cultiver davantage la conscience de Dieu dans ton quotidien (comme on retourne la terre dans un jardin). Arrête-toi à différents moments de la journée pour regarder, écouter et sentir la présence active de Dieu. Ce n'est pas grave si tu n'entends ou ne ressens rien de concret, mais parfois, quand nous invitons l'Esprit de Dieu à nous rendre plus attentifs, cela nous ouvre, avec le temps, à percevoir davantage ce que Dieu fait autour de nous.

Essaie de lire ce passage de façon active, par exemple en marchant pour aller à l'école ou dans ton quartier, ou juste avant d'aller courir. Fais attention à ce que tu perçois différemment de cette façon.

Si tu cherches cette semaine des moyens d'observer la présence et l'action de Dieu, tu pourrais aussi utiliser cette prière de Jésus, souvent connue sous le nom de « Notre Père » (tirée de Matthieu 6.9-13). Certaines personnes trouvent que c'est un rythme utile de prier cette prière chaque jour.

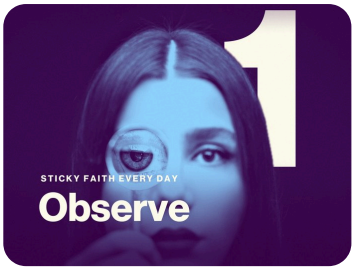
> Notre Père céleste !
> Que la sainteté de ton nom soit respectée,
> que ton règne vienne,
> que ta volonté soit faite
> sur la terre comme au ciel.
> Donne-nous aujourd'hui notre pain quotidien ;
> pardonne-nous nos offenses,
> comme nous aussi nous pardonnons à ceux qui nous ont offensés ;
> ne nous expose pas à la tentation, mais délivre-nous du mal,
> [car c'est à toi qu'appartiennent, dans tous les siècles,
> le règne, la puissance et la gloire.
> Amen !]
> *(Matthieu 6.9-13, Segond 21)*

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Observe

Guide quotidien extra



Carême :

Un voyage de 40 jours pour observer Dieu

Si tu as déjà entendu parler du Carême, ce qui te vient sans doute à l'esprit, c'est « renoncer à quelque chose », par exemple « Pendant le Carême, je me prive de chocolat ».

C'est un peu vrai. Mais pas tout à fait.

Quand tu arrêtes de faire quelque chose dont tu as l'habitude (comme manger un dessert), tu remarques d'autres choses. Le Carême, c'est un peu pareil. C'est une période (40 jours pour être précis, sans compter les dimanches) pendant laquelle l'Église a, depuis toujours, choisi de s'arrêter pour observer quelque chose. Ce « quelque chose », c'est le chemin de Jésus vers la croix. En parallèle de son chemin, nous sommes nous aussi appelés à observer notre propre chemin à travers la mort et la résurrection. Dans beaucoup de traditions, le Carême commence par le « mercredi des Cendres », où beaucoup de chrétiens portent une croix ou une trace de cendre sur le front ou sur la main. C'est un symbole qui représente notre mort, ou notre « condition mortelle ». C'est un rappel de la douleur, de la souffrance et de la perte qui font partie de la vie. C'est un rappel de se détourner du péché et de se tourner vers Dieu.

Ça a l'air un peu sombre, non ?

Mais voici une idée intéressante : en anglais, le Carême se dit « Lent ». Ce mot vient d'un vieux mot anglais qui désignait le printemps, et c'est justement à cette saison que tombe le Carême. C'est la saison de la vie nouvelle. Au milieu du froid mordant de l'hiver et de tout ce qui ressemble à la mort, il y a l'étrange espérance d'une renaissance.

JEÛNE :

Renoncer + ajouter

Le Carême comprend souvent une forme de « jeûne », ce qui implique généralement une sorte de faim.

Quand nous entendons « fast », le mot anglais pour « jeûner », nous pensons surtout à la vitesse, comme dans fast-food ou les voitures rapides. Tu es peut-être un coureur rapide, ou tu fais vite tes contrôles.

Paradoxalement, le « jeûne » spirituel signifie en fait exactement l'inverse. Le jeûne est une chose « lente ». Il nous amène à nous arrêter et à observer quelque chose : quelque chose qui nous manque, quelque chose dont nous nous passons. Quelque chose que nous retirons de notre vie (que nous soustrayons). Comme la nourriture.

En général, jeûner signifie se priver de nourriture, ou de certains types de nourriture, pendant une période déterminée. Mais le jeûne est une pratique qui va au-delà de la nourriture. Cela peut aussi vouloir dire se priver de télé, de réseaux sociaux ou de console.

En fait, le jeûne est le contraire d'un régime, où il s'agit de contrôler notre corps pour obtenir un certain tour de taille ou un ventre plat. Si c'est l'un de tes objectifs, tu ne devrais surtout pas jeûner, car il est facile de confondre les deux (ou de célébrer l'un comme un effet secondaire de l'autre).

Le jeûne n'a rien à voir avec une obsession pour notre corps.

Voici quelques autres choses que le jeûne N'EST PAS :

Ce n'est pas une punition qu'on s'inflige pour une mauvaise conduite. Ce n'est pas une tentative de gagner la reconnaissance de Dieu ou de devoir l'impressionner d'une manière ou d'une autre. C'est bien plus grand que tout cela.

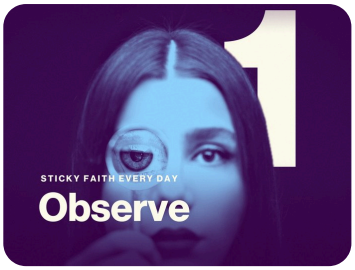
En fait, le jeûne ne consiste pas seulement à soustraire pour soustraire (c'est sans doute l'impression qu'on a le plus souvent en maths). Nous retirons quelque chose pour que nous (ou peut-être Dieu) puissions ajouter quelque chose de nouveau. Autrement dit : que se passe-t-il dans le vide que laisse ce à quoi nous renonçons, quoi que ce soit ?

Si nous renonçons à une heure de jeux vidéo, que faisons-nous de ces 60 minutes en plus ? Si nous nous privons de latte macchiato, que faisons-nous de l'argent économisé ? Peut-être s'agit-il d'ajouter une vraie faim, une faim de croissance spirituelle. Peut-être s'agit-il d'ajouter du silence et du calme à une vie pleine de bruit et d'agitation. Peut-être ajoutons-nous la prière là où nous restons d'habitude silencieux envers Dieu. Peut-être Dieu ajoute-t-il une passion pour le service des pauvres là où nous sommes d'habitude plutôt centrés sur nous-mêmes.

Si tout cela te paraît passionnant, tu voudras peut-être vivre ce Carême de 40 jours avec d'autres disciples de Jésus dans le monde entier. Chaque semaine, nous te donnons des idées pour observer Dieu plus consciemment dans ton quotidien. Tu peux les utiliser de la façon qui t'aide le plus. Beaucoup de gens trouvent utile de fixer un moment précis dans la journée pour la prière et d'autres exercices, afin de garder un rythme. En pensant aux 40 jours à venir, nous te recommandons aussi de réfléchir à ce à quoi tu veux renoncer et à ce que tu veux ajouter pendant le Carême, pour observer Dieu plus consciemment.

Observe

Idées pour les familles



Imprévisible.

Chaotique.

Au gré des situations.

Ça te dit quelque chose ? Si un ado vit chez toi, ces mots décrivent sans doute assez bien le quotidien de ta famille. Les jeunes abordent beaucoup de choses essentielles de leur vie de manière imprévisible, chaotique et au gré des situations, comme leurs amitiés, leurs relations, leurs devoirs. Et très probablement aussi leurs conversations et leurs rencontres avec toi.

Mais ce n'est justement pas pour décrire l'un de ces domaines de la vie que nous employons les mots imprévisible, chaotique et au gré des situations. **Nous les utilisons pour décrire ce que la recherche nous a appris sur la vie de prière des ados.**

Notre recherche a montré que des pratiques spirituelles régulières sont importantes pour ce que nous appelons *Sticky Faith* : une foi qui tient au-delà de la fin du lycée, jusqu'au début de l'âge adulte. Et pourtant, les ados ne savent souvent pas comment entretenir eux-mêmes leur croissance spirituelle. La recherche du FYI montre que seule la moitié des jeunes en dernière année de lycée prient une fois par jour ou lisent la Bible une fois par semaine. Au-delà de la prière et de la lecture de la Bible, les ados semblent aussi avoir très peu d'expérience d'autres pratiques spirituelles intemporelles qui pourraient faire une vraie différence dans leur quotidien.

Dans le prolongement de la *recherche Sticky Faith*, nous avons étudié les pratiques spirituelles qui relient particulièrement bien les jeunes à Dieu et favorisent une foi durable, en particulier celles qui aident à intégrer la foi dans toute la vie. De cette exploration est né ce matériel, une aide pour bien démarrer destinée aux responsables jeunesse et aux parents, pour inviter les jeunes à développer de nouveaux rythmes de foi.

Tu remarqueras peut-être que nous avons volontairement rassemblé des idées qui te font entrer en conversation avec tes enfants. Des recherches montrent que les parents ont l'une des plus grandes influences, si ce n'est la plus grande, sur la foi de leurs enfants. Oui, même chez les ados. Notre recherche Sticky Faith a aussi clairement montré ceci : s'il est important que les parents parlent avec leurs enfants de la foi de ceux-ci, il est tout aussi important que *les parents parlent avec leurs enfants de leur propre parcours de foi*. Nous sommes convaincus que toute la famille grandira grâce à ces conversations.

Le thème général de cette série Every Day est : observer Dieu. Certains disent que « être attentif » est au cœur de la vie spirituelle. Nous pensons qu'il y a du vrai là-dedans. Ce voyage des prochaines semaines (pour beaucoup d'entre vous, ce voyage de 8 semaines s'intégrera peut-être bien dans le Carême, comme préparation à Pâques) est donc une invitation à observer. Observer pourrait vouloir dire que tu t'arrêtes un instant, que tu écoutes et que tu réorientes un peu ton prochain pas. Cela pourrait vouloir dire essayer quelques nouvelles choses en famille. Tu peux voir ces pratiques ainsi : ce sont des chemins par lesquels nous apprenons à être attentifs et à percevoir plus consciemment Dieu et son action en nous et autour de nous.

Idées pour aider toute ta famille à observer davantage Dieu

Voici quelques idées et conseils pour toi, pour ce voyage à vivre ensemble en famille. Tu ne pourras pas mettre en œuvre toutes les idées. Choisis-en donc une ou deux sur lesquelles te concentrer, et essaie-les avec ta famille !

- Beaucoup de parents ont constaté que les ados se ferment dès qu'ils sortent le texte imprimé du culte de famille. Si tu as vécu cela, réfléchis à des façons d'avoir ces conversations ou d'essayer ces activités sans utiliser cette ressource comme antisèche. Ton ado appréciera davantage tes propres mots et ta présence authentique que tout ce que nous pourrions formuler à ta place.
- Lisez ensemble Psaume 103.6-14 et émerveillez-vous ensemble des grands mots que l'auteur trouve pour l'amour de Dieu, et de la façon radicale dont Dieu éloigne nos fautes. Tu pourrais aussi demander : qu'est-ce que ça veut dire que l'Eternel est « rempli de compassion » et « lent à la colère » ? Est-ce que tu penses que cela décrit notre famille, et pourquoi (ou pourquoi pas) ? Où avons-nous besoin de l'aide de Dieu pour lui ressembler tous un peu plus sur ce point ?
- Discutez ensemble pour savoir s'il y a quelque chose dont vous pourriez vous priver (jeûner) en famille pendant ce voyage. Si vous le faites, veillez à le décider en famille. Réfléchis aussi à la manière d'inviter ton enfant à participer, tout en lui laissant la liberté de ne pas participer. N'oublie pas qu'il s'agit de créer des chemins pour observer davantage Dieu dans notre quotidien.
- Reconnais que certains sacrifices n'ont probablement pas la même signification pour ton ado que pour toi. Une vie sans internet ou sans téléphone, par exemple, est pour lui comparable à ce que serait pour toi une vie sans électricité. Plutôt que de te disputer avec ton ado pour instaurer une règle générale « pas d'écrans le dimanche », invite-le à trouver avec toi une solution qui soit réaliste pour tous. Peut-être qu'un jour naîtra chez lui le désir d'une pause numérique. Mais pour que ce soit durable, ce désir doit venir de lui, pas de toi.
- Choisissez un projet local ou international que vous aimeriez soutenir en famille. Si vous vous privez ensemble de quelque chose qui coûte du temps ou de l'argent, décidez aussi ensemble de ce que vous ferez de ce temps et/ou de cet argent. Peut-être pourrez-vous donner l'argent économisé pour la construction d'un puits, ou rendre visite à des enfants atteints de cancer à l'hôpital. Utilise les compétences de ton ado sur internet pour faire des recherches. Et essayez ensemble quelque chose de nouveau.
- Si vous assistez à un culte du mercredi des Cendres, profitez du trajet ou du repas du soir pour en discuter. Demandez : « Pourquoi est-ce qu'on se fait tracer des cendres sur le front, au fond ? » Parlez de ce que cela signifie pour chacun de vous. Et n'oublie pas de répondre toi aussi, très personnellement, à cette question.
- Cette semaine, le Guide quotidien invite ton ado à lire et relire Psaume 25.1-7. Pense à faire la même chose, et à parler ensemble à la fin de la semaine des impressions que ce passage a laissées à chacun.
- Dans le Guide quotidien, nous invitons ton ado à intégrer le Notre Père de Matthieu 6.9-13 dans son rythme de prière quotidien et hebdomadaire. Tu voudras peut-être faire de même dans ta famille, pour approfondir cette prière, t'en émerveiller et te laisser transformer par la prière. Nous voulons même t'encourager à utiliser toi-même le Guide quotidien pendant cette série de 8 semaines.

Notre espérance, c'est que cette ressource donne naissance à de nouveaux rythmes durables pour ta famille et pour ton ou tes enfants, dans leur propre vie avec Dieu. Puissions-nous ainsi encourager une *Sticky Faith Every Day*... une foi qui tient, chaque jour.



SEMAINE 2 · SOMMAIRE

Idée principale : Quand nous débranchons volontairement les distractions de la vie (« unplug », c'est-à-dire débrancher), nous faisons de la place pour une relation plus profonde avec Dieu.

Déroulé sur une page 21
Guide pour les responsables 22
Guide quotidien 26
Idées pour les familles 29

Débranche

Déroulé pour l'animateur



Idée principale : Quand nous débranchons volontairement les distractions de la vie (« unplug », c'est-à-dire débrancher), nous faisons de la place pour une relation plus profonde avec Dieu.

Il te faut : De la musique et une enceinte, des appareils pour faire du bruit et distraire (radio, lumières, sèche-cheveux, aspirateur), des Bibles. 20 à 30 minutes ; pour 5 à 10 minutes, ne prends qu'une seule partie.

1 Observe le moment

- Par deux, faire raconter : qu'est-ce qui va bien en ce moment, qu'est-ce qui agace, et pourquoi ?
- Dès qu'ils parlent, semer le chaos : musique forte, lumière, appareils. Puis nouveaux binômes, tout débranché.
- Lever un câble avec sa prise : les distractions perturbent aussi la relation avec Dieu.

Comment ça s'est passé la première fois que vous avez essayé de discuter ?

Et la deuxième fois ?

2 Observe la Parole de Dieu

- Faire lire à voix haute Exode 20.8-11. Les dix commandements sont le fondement d'une relation, pas de simples règles.
- Recueillir des pensées honnêtes sur le sabbat ; pas besoin d'une définition parfaite.
- Expliquer : sabbat veut dire « cesser » ou « se reposer », aussi chaque jour par petites touches. Parler de tes propres obstacles.

Le sabbat, le jour du repos, c'est quoi au juste ? À quoi sert-il ?

Pourquoi ce repos du sabbat nous est-il si difficile ? Qu'est-ce qui se met souvent en travers du chemin ?

3 Observe la présence de Dieu

- Se répartir dans la salle, éteindre complètement les téléphones et les poser à l'écart ou les ramasser.
- Écrire les distractions sur un tableau blanc intérieur et l'effacer, 30 secondes de silence. Lire lentement le Psaume 46 deux fois.
- Louange de préférence « unplugged », seulement avec une guitare ou a cappella.

Quel mot du texte vous est resté en tête ?

Comment pourriez-vous intégrer un tel moment dans votre quotidien ? Qu'est-ce qui devrait changer pour cela ?

4 Observe cette semaine

- Donner le Guide quotidien (Psaume 46, débrancher volontairement). Défi : téléphone, console ou Netflix éteints une heure, une journée ou toute la semaine.
- Transmettre les Idées pour les familles aux parents.
- Autres passages bibliques (facultatif) : Marc 1.35-39 et 1 Rois 19.10-12.

Version courte de la leçon « Débranche » de Sticky Faith Every Day, du Fuller Youth Institute ; les questions et l'idée principale reprennent mot pour mot la leçon, le déroulement complet se trouve dans le Guide pour les responsables à la page suivante.

Débranche

Guide pour les responsables



Préparation

Idée principale : Quand nous débranchons volontairement les distractions de la vie (« unplug », c'est-à-dire débrancher), nous faisons de la place pour une relation plus profonde avec Dieu.

Il te faut :

- Un appareil numérique, une enceinte Bluetooth et de la musique de ton choix pour l'entrée en matière. - Différents appareils que tu peux brancher et débrancher pour faire du bruit ou créer de la distraction (radio, lumières clignotantes ou projecteurs, sèche-cheveux, mixeur, aspirateur).

Observe le moment

Explique : Trouvez-vous chacun une personne et échangez rapidement : qu'est-ce qui se passe vraiment bien dans votre vie en ce moment, et qu'est-ce qui vous agace ou vous stresse plutôt ? Racontez-vous mutuellement pourquoi.

Dès que les jeunes commencent à parler, sème le chaos en mettant la musique à fond. Demande à des animateurs de traverser la salle en téléphonant bruyamment ou en interrompant les jeunes au milieu d'une phrase. Fais clignoter la lumière. Selon ce que tu as sur place, l'idéal est de brancher maintenant aussi les appareils que tu as préparés : un projecteur de chantier aveuglant, une radio qui grésille, tout ce qui agace.

Attends quelques minutes, puis poursuis ton explication en parlant plus fort que le bruit.

Explique : OK, merci ! Trouvez-vous chacun une autre personne et échangez sur les mêmes questions : qu'est-ce qui va bien en ce moment, qu'est-ce qui va mal, et pourquoi ?

Laisse maintenant les jeunes parler sans bruit de fond ni distraction. Commence tout de suite à débrancher (unplug) tout ce que tu avais branché avant. Coupe la musique. Après quelques minutes, rassemble les jeunes en grand groupe.

Anime la discussion avec les questions suivantes :

Question : Comment ça s'est passé la première fois que vous avez essayé de discuter ?

Question : Et la deuxième fois ?

Question : Quelle était la différence ? Si personne ne mentionne que tu as débranché les appareils, demande directement : qu'est-ce qui a dû se passer pour que l'ambiance change ?

Introduis ensuite le thème de la semaine en levant le câble et la prise de l'un des appareils.

Explique : C'est vraiment difficile de créer un lien avec quelqu'un quand il y a autant de parasites. Et c'est exactement pareil pour notre relation avec Dieu. Aujourd'hui, nous allons regarder les distractions dans notre propre vie. Certaines dépendent de nous, d'autres semblent échapper à notre contrôle. Nous allons chercher des moyens de débrancher volontairement (« unplug », comme on dit en anglais), pour faire chaque jour de la place à notre relation avec Dieu.

Observe la Parole de Dieu

Demande aux jeunes d'ouvrir leur Bible à Exode 20. Demande à quelqu'un de lire à voix haute les versets 8 à 11.

Question : Le sabbat, le jour du repos, c'est quoi au juste ? À quoi sert-il ?

Ne t'inquiète pas s'ils n'ont pas de définition théologique parfaite sous la main. Recueille simplement ce qu'ils pensent vraiment, même si le mot est nouveau pour eux.

Question : Pourquoi, d'après vous, Dieu a-t-il mis le sabbat dans les dix commandements ?

Exode 20 contient les dix commandements. Ce ne sont pas simplement des règles, mais le fondement d'une relation avec Dieu. Chaque commandement nous révèle quelque chose du caractère de Dieu et de la restauration de la relation entre Dieu et l'être humain. En bref : les dix commandements parlent de relation, pas de règlement.

Explique : Dans l'Ancien Testament, nous lisons qu'une journée entière par semaine était réservée au sabbat.

Question : Pourquoi, d'après vous, Dieu voulait-il que les gens libèrent une journée complète pour cela ?

Question : À quoi pourrait ressembler un tel sabbat aujourd'hui dans notre vie ? Quelles sont vos idées concrètes ?

Explique : Un sabbat peut être une interruption volontaire de l'école et du stress ; un temps pour décompresser et rencontrer Dieu sans distraction. C'est l'occasion de confier notre temps à Dieu. Un sabbat n'a pas besoin d'avoir lieu une seule fois par semaine : il peut aussi se vivre chaque jour, par petites touches. Imaginez que vous débranchez toutes les distractions de la salle pour vous arrêter et être attentifs à Dieu.

Question : Pourquoi ce repos du sabbat nous est-il si difficile ? Qu'est-ce qui se met souvent en travers du chemin ?

C'est le moment idéal pour parler honnêtement de tes propres obstacles avant de passer au temps de prière.

Selon le temps dont tu disposes et les idées ou les questions des jeunes, tu peux intégrer quelques-unes des pensées suivantes dans ta discussion sur le sabbat :

- Sabbat est un mot hébreu qui signifie « cesser » ou « se reposer ». C'est exactement ce qui se passe quand nous débranchons.
- En Genèse 2.2-3, nous lisons que même le Créateur, après le travail spectaculaire de la création, s'est arrêté et s'est reposé. Dieu a béni le septième jour et en a fait un jour saint. Visiblement, il ne paniquait pas à l'idée de ce qui allait arriver ensuite, mais il a choisi avec courage de se reposer et de nous demander d'en faire autant.
- Deutéronome 5.15 donne une autre raison au sabbat : ce doit être un jour où nous nous souvenons de l'action salvatrice de Dieu, par laquelle il a libéré son peuple de l'esclavage.
- À l'époque de Jésus, le sabbat, qui était pourtant prévu pour la liberté et le repos, était devenu un instrument d'oppression. Les chefs religieux ajoutaient toujours plus de règles qui empêchaient les gens de vivre le cœur du sabbat. Jésus a rappelé aux pharisiens que le sabbat était prévu comme un cadeau. Et Jésus s'est présenté lui-même comme Seigneur du sabbat, comme Seigneur du repos (Marc 2.27-28 ; Matthieu 11.28).

- Hébreux 4.9 explique que Jésus est venu inaugurer « un repos de sabbat pour le peuple de Dieu ». Même si ce repos ne sera complet qu'au moment du renouvellement définitif de toutes choses, nous en recevons déjà un avant-goût quand nous prenons régulièrement une sorte de sabbat. Jésus nous a invités à prendre le repos au sérieux. Dans notre repos, nous pouvons adorer librement et libérer d'autres pour qu'ils fassent de même.

Observe la présence de Dieu

Explique : Nous allons maintenant prendre du temps pour pratiquer ensemble ce mode sabbat. Je vais vous guider pendant que nous méditons un texte biblique, et cela complètement sans distraction, donc « unplugged ». Ça vous paraîtra peut-être bizarre au début, mais jouez le jeu.

S'il y a assez de place, les jeunes se répartissent dans la salle.

Rends concret le thème « Débranche » : demande à tout le monde d'éteindre complètement son téléphone (pas seulement le mettre en silencieux !) et de le poser quelque part où on ne le voit pas. Tu peux aussi faire passer un panier et ramasser les téléphones pendant ce temps, pour qu'ils soient en sécurité et ne vibrent pas dans les poches.

Explique : Fermez d'abord les yeux et respirez profondément. Pensez à toutes les distractions de votre vie, à tout ce qui vous cause du stress, de la peur ou des soucis. Imaginez que toutes ces choses sont écrites sur un tableau blanc.

Maintenant, imaginez que ce tableau blanc est complètement effacé.

Nous allons rester assis en silence un moment et nous déconnecter de toutes ces distractions. Nous allons le faire pendant environ 30 secondes.

Donne-leur 30 vraies secondes de silence. Pour des jeunes, cela peut paraître inhabituel ou gênant au début. Si quelqu'un fait exprès du bruit ou distrait les autres, ramène-le gentiment et calmement à l'exercice. Si tu travailles avec un groupe plus jeune ou si les jeunes n'ont pas l'habitude d'être aussi silencieux ensemble, tu peux réduire le temps à 20 secondes. Si au contraire le groupe accueille bien ce genre d'exercice, n'hésite pas à leur donner plus de temps. L'important, c'est d'annoncer clairement à l'avance combien de temps le silence va durer à peu près : ainsi, tout le monde sait à quoi s'attendre.

Explique : Je vais maintenant vous lire deux fois le Psaume 46. Soyez attentifs : est-ce qu'un mot ou une phrase vous reste en tête ?

Lis le texte deux fois, lentement et en articulant.

> **2** Dieu est pour nous un refuge et un appui, un secours toujours présent dans la détresse.
> **3** C'est pourquoi nous sommes sans crainte quand la terre est bouleversée, quand les montagnes sont ébranlées au cœur des mers
> **4** et que les flots de la mer mugissent, écument, se soulèvent jusqu'à faire trembler les montagnes. (Pause.)
> **5** Les bras d'un fleuve réjouissent la ville de Dieu, le sanctuaire des demeures du Très-Haut.
> **6** Dieu est au milieu d'elle : elle n'est pas ébranlée ; Dieu la secourt dès le point du jour.
> **7** Des nations s'agitent, des royaumes sont ébranlés : il fait entendre sa voix, et la terre tombe en défaillance.
> **8** L'Eternel, le maître de l'univers, est avec nous, le Dieu de Jacob est une forteresse pour nous. (Pause.)
> **9** Venez contempler ce que l'Eternel a fait, les actes dévastateurs qu'il a accomplis sur la terre !
> **10** C'est lui qui a fait cesser les combats jusqu'aux extrémités de la terre ; il a brisé l'arc et rompu la lance, il a détruit par le feu les chars de guerre.

> 11 « Arrêtez, et sachez que je suis Dieu ! Je domine sur les nations, je domine sur la terre. »
> 12 L'Eternel, le maître de l'univers, est avec nous, le Dieu de Jacob est pour nous une forteresse. (Pause.)
> (Psaume 46.2-12)

Explique : Si un mot ou une phrase vous a marqués, réfléchissez-y un instant. Qu'est-ce que Dieu pourrait vouloir vous dire par là ? Je vous laisse encore 20 secondes de silence.

Attends 20 à 30 secondes. Termine ce temps par une courte prière.

Demande à tout le monde d'ouvrir les yeux. Prends quelques minutes pour un bref retour :

Question : Comment ça s'est passé pour vous ?

Question : Était-ce facile ou difficile de vous calmer ? Pourquoi ?

Question : Quel mot du texte vous est resté en tête ?

Question : Est-ce que ça a aidé que le téléphone soit éteint ? Avez-vous mieux perçu Dieu ou le calme ?

Question : Comment pourriez-vous intégrer un tel moment dans votre quotidien ? Qu'est-ce qui devrait changer pour cela ?

Pour terminer, tu peux encore prier avec le groupe ou prévoir un temps de louange. Astuce : si la louange de ton groupe utilise d'habitude beaucoup de matériel technique, essaie aujourd'hui une version « unplugged », seulement avec une guitare acoustique ou a cappella, pour souligner le thème.

Observe cette semaine

Encourage les jeunes à utiliser le Guide quotidien cette semaine pour débrancher plus souvent au quotidien. Lance-leur un défi : « Choisissez une chose à la maison que vous pouvez "débrancher" (téléphone, console, Netflix) et laissez-la éteinte pendant une heure entière, une journée entière ou peut-être même toute la semaine ! »

Autres passages bibliques pour cette semaine (facultatif) :

- Marc 1.35-39 : malgré un stress énorme et de nombreuses sollicitations, Jésus s'est retiré pour prier seul. - 1 Rois 19.10-12 : Elie n'a pas rencontré Dieu dans la tempête bruyante ni dans le tremblement de terre, mais dans le silence absolu.

Débranche

Guide quotidien



Observe le moment

Cherche d'abord un endroit où tu peux être tranquille et au calme pendant un moment. Éteins ton téléphone et les autres appareils électroniques et commence à te poser. Débranche volontairement une prise, n'importe laquelle (celle de l'ordinateur, de la télé ou d'autre chose), comme un geste symbolique pour te « débrancher » (unplugging). Ferme les yeux et respire profondément.

Pense à toutes les distractions de ta vie, à tout ce qui te cause de la peur, des soucis ou du stress. Imagine que ces choses sont écrites dans le sable mouillé de la plage.

Maintenant, imagine la marée qui monte, efface complètement les mots et ne laisse que du sable lisse et mouillé.

Reste un moment assis en silence, débranché de tes distractions.

Observe la Parole de Dieu

Nous allons lire la Bible en quatre étapes : lire, méditer (réfléchir), prier et contempler.

La première étape consiste à lire le passage : **Lis** le Psaume 46. Pendant ta lecture, sois attentif aux mots ou aux phrases qui te frappent.

> **2** Dieu est pour nous un refuge et un appui,
> un secours toujours présent dans la détresse.
> **3** C'est pourquoi nous sommes sans crainte
> quand la terre est bouleversée,
> quand les montagnes sont ébranlées au cœur des mers
> **4** et que les flots de la mer mugissent, écument,
> se soulèvent jusqu'à faire trembler les montagnes. (Pause.)
> **5** Les bras d'un fleuve réjouissent la ville de Dieu,
> le sanctuaire des demeures du Très-Haut.
> **6** Dieu est au milieu d'elle : elle n'est pas ébranlée ;
> Dieu la secourt dès le point du jour.
> **7** Des nations s'agitent, des royaumes sont ébranlés :
> il fait entendre sa voix, et la terre tombe en défaillance.
> **8** L'Eternel, le maître de l'univers, est avec nous,
> le Dieu de Jacob est une forteresse pour nous. (Pause.)

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

9 Venez contempler ce que l'Eternel a fait,
les actes dévastateurs qu'il a accomplis sur la terre !
10 C'est lui qui a fait cesser les combats jusqu'aux extrémités de la terre ;
il a brisé l'arc et rompu la lance,
il a détruit par le feu les chars de guerre.
11 « Arrêtez, et sachez que je suis Dieu !
Je domine sur les nations,
je domine sur la terre. »
12 L'Eternel, le maître de l'univers, est avec nous,
le Dieu de Jacob est pour nous une forteresse. (Pause.)

Psaume 46

Médite le mot ou la phrase que tu as le plus remarqué. Concentre-toi dessus pendant quelques instants. Fais une liste ou dessine quelques images d'autres choses qui te viennent à l'esprit à propos de ce mot ou de cette phrase. Pourquoi, d'après toi, cela a-t-il attiré ton attention ?

Prie Dieu. Invite Dieu à te parler de ta propre vie à la lumière de ce passage. Demande à Dieu de créer jour après jour un lien plus profond avec toi.

Contemple les qualités de Dieu mises en avant dans le Psaume 46. Fais une liste de tout ce que ce passage nous apprend sur Dieu et sur sa nature. Remercie Dieu pour ces vérités.

Prévois un autre moment cette semaine pour prendre un temps de sabbat, peut-être même chaque jour. Essaie encore une fois cette démarche : lire, méditer, prier et contempler, avec un autre passage biblique.

Observe la présence de Dieu

Dans les moments de cette semaine où tu as volontairement « débranché » (unplugged), as-tu remarqué une différence dans ta vie ou dans ton temps avec Dieu ? Dieu t'a-t-il montré quelque chose que tu n'avais pas remarqué avant ?

Si tu n'as pas encore vraiment eu l'occasion de décrocher (unplug), qu'est-ce que tu en ressens ?

Observer Dieu, c'est en partie regarder où Dieu agit dans le monde autour de nous. C'est difficile quand nous sommes submergés de distractions.

C'est exactement à cela que nous invitent les pratiques du sabbat. Y a-t-il quelque chose dont tu pourrais te « débrancher » (unplug) pour un temps, afin de faire de la place pour observer Dieu ? Ce n'est pas forcément un appareil (même si les ordinateurs et les téléphones en font

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

clairement partie). Ça pourrait être n'importe quel type de distraction.

Pourrais-tu décider de « débrancher » volontairement une chose, pendant une heure par semaine, dix minutes par jour, un jour par semaine ou même pour le reste de cette série ?

Prends un moment pour y réfléchir, et écris une chose dont tu veux te débrancher, ainsi qu'à quelle fréquence ou pendant combien de temps tu veux le faire.

N'oublie pas que c'est ton choix de retirer quelque chose de ta routine habituelle. Ce n'est pas une punition, ni quelque chose que tu « devrais » faire. C'est une occasion. Les choses dont tu te débranches ne sont pas de mauvaises choses ; tu prends simplement une pause volontaire.

Veille à utiliser ces moments « unplugged » pour observer où Dieu est à l'œuvre. Si tu choisis de ne pas décrocher maintenant, c'est bien aussi.

Observe cette semaine

Si tu choisis de te débrancher de quelque chose, prends des notes (dans ta tête ou par écrit) sur la façon dont tu vis cette expérience. As-tu du mal à lâcher ce dont tu te débranches ? Te surprends-tu à y penser au lieu de te concentrer sur l'observation de Dieu ? Si c'est le cas, pas de souci : c'est une expérience tout à fait normale.

Voici quelques idées de ce que tu peux faire pendant que tu es « unplugged » :

- Va te promener ou courir et remercie Dieu pour les différentes choses que tu vois et pour lesquelles tu es sincèrement reconnaissant.
- Choisis un mot ou une phrase sur lequel te concentrer chaque fois que quelque chose te rappelle la chose ou l'expérience dont tu te débranches en ce moment. Par exemple, quand tu y penses, tu pourrais dire en silence : « Dieu, je veux être attentif à toi » ou « Jésus, sois près de moi ». Cela peut être une bonne façon de tourner tes pensées et tes frustrations vers Dieu.

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Débranche

Idées pour les familles



Cette semaine, nous mettons l'accent sur le fait de faire de la place au repos du sabbat dans notre vie : du temps pour interrompre volontairement l'activité de notre semaine, afin d'observer l'action de Dieu.

Voici quelques idées pour associer toute ta famille cette semaine (ne te sens surtout pas obligé de toutes les mettre en œuvre ; choisis-en simplement une ou deux) :

- Observer Dieu, c'est en partie regarder où Dieu agit dans le monde autour de nous. C'est difficile quand nous sommes submergés de distractions. C'est exactement à cela que nous invitent les pratiques du sabbat. Y a-t-il quelque chose dont tu pourrais te « débrancher » (unplug) pour un temps, afin de faire de la place pour observer Dieu ? Ce n'est pas forcément un appareil (même si les ordinateurs et les téléphones en font clairement partie). Ça pourrait être n'importe quel type de distraction. Pourrais-tu décider de « débrancher » volontairement une chose, pendant une heure par semaine, dix minutes par jour, un jour par semaine ou même pour le reste de cette série ? Montre l'exemple et débranche. Partage cet engagement avec ta famille. Discutez ensemble de la façon dont vous pourriez trouver un moyen de débrancher ensemble.
- Surprends ta famille avec un moment de sabbat et interromps la routine habituelle de la maison pour observer Dieu. Peut-être dispenseras-tu ton enfant d'une de ses tâches ménagères habituelles de la semaine, pour lui offrir une pause. Faites ensemble une sortie dans un musée ou un parc près de chez vous, pour observer la création de Dieu. Dis « non » à un engagement superflu pour ta famille (comme un anniversaire ou un entraînement de foot supplémentaire) et offre-leur plutôt une soirée détendue à la maison. Ou bien, si tu es à la maison ce week-end, laisse l'ordinateur éteint et regarde si quelqu'un le remarque. À la fin du week-end, demande aux autres membres de la famille comment ils ont vécu le fait que tu passes le week-end loin de l'ordinateur.
- Cette semaine, parle avec un ami et demande-lui quelles idées sa famille a déjà essayées pour introduire davantage de rythmes de sabbat dans sa vie.



SEMAINE 3 · SOMMAIRE

Idée principale : Malgré tous les obstacles de notre vie, Dieu nous invite à recevoir le cadeau de sa grâce « sans conditions » (sans piège ni petits caractères).

Déroulé sur une page 31
Guide pour les responsables 32
Guide quotidien 36
Idées pour les familles 39

Reçois

Déroulé pour l'animateur



Idée principale : Malgré tous les obstacles de notre vie, Dieu nous invite à recevoir le cadeau de sa grâce « sans conditions » (sans piège ni petits caractères).

Il te faut : 3 petits billets (par exemple de 5 euros ou de 5 dollars, selon ton pays) avec ficelle et petit papier, des fiches cartonnées, des stylos, des Bibles, un cadeau emballé, du ruban adhésif, une poubelle. 20 à 30 minutes ; pour 5 à 10 minutes, ne prends qu'une seule partie.

1 Observe le moment

- Proposer l'un après l'autre à trois volontaires un billet avec une instruction, le dernier sans piège.
- Chacun note un cadeau « avec piège » qu'il a vécu et le raconte par deux ou par trois.

Quelle était la différence entre les deux premiers billets et le dernier ?

2 Observe la Parole de Dieu

- Montrer le cadeau : Dieu donne sans piège ce que nous ne pouvons pas mériter.
- Faire lire Jean 1.1-16 passage par passage, en étant attentifs aux mots qui décrivent Jésus.
- Faire écrire chaque idée citée sur une fiche et la coller sur le cadeau, puis s'arrêter sur Jean 1.12-13.

Qu'apprenons-nous sur Jésus dans ce texte ?

D'après ce texte, en dehors de la foi, y a-t-il quoi que ce soit d'autre que nous devions faire pour recevoir le cadeau du salut par Jésus ?

3 Observe la présence de Dieu

- Partager tes propres pensées : l'obéissance est un merci, pas une monnaie pour la faveur de Dieu. Se repentir, c'est faire demi-tour et courir vers la grâce.
- Distribuer les fiches avec ficelle, après avoir noté devant eux ta propre façon de vouloir mériter l'amour de Dieu.
- Tout le monde jette sa fiche à la poubelle. Prier avec reconnaissance : nous avons tous reçu de sa plénitude (Jean 1.16).

4 Observe cette semaine

- Donner le Guide quotidien (chaque jour le Psaume 51, repentance, recevoir la grâce).
- Transmettre les Idées pour les familles aux parents.

Version courte de la leçon « Reçois » de Sticky Faith Every Day, du Fuller Youth Institute ; les questions et l'idée principale reprennent mot pour mot la leçon, le déroulement complet se trouve dans le Guide pour les responsables à la page suivante.

Reçois

Guide pour les responsables



Préparation

Idée principale : Malgré tous les obstacles de notre vie, Dieu nous invite à recevoir le cadeau de sa grâce « sans conditions » (sans piège ni petits caractères).

Il te faut (comment le préparer : voir « Prépare » 👇🏽) :

- 3 petits billets, par exemple de 5 euros ou de 5 dollars, selon ton pays. - 3 morceaux de ficelle de longueurs différentes. - 3 petits papiers. - Une fiche cartonnée ou un post-it par personne. - Une autre fiche cartonnée ou un autre post-it par personne. - Un morceau de ficelle par personne. - Des Bibles (ou des copies imprimées de Jean 1.1-16). - Des stylos pour tout le monde. - Un grand carton emballé comme un cadeau. - Une pile de fiches supplémentaires et un marqueur (à côté du cadeau). - Du ruban adhésif. - Une poubelle.

Prépare :

- Prends les trois petits papiers et écris sur chacun l'une des instructions suivantes : 1️⃣ « Tu peux avoir ce billet si tu chantes "Frère Jacques" aussi fort que tu peux. » 2️⃣ « Tu peux avoir ce billet si tu arrives à dire le prénom de chaque personne dans la salle. » 3️⃣ « Enlève la ficelle, mets le billet dans ta poche et retourne t'asseoir. » - Roule bien serré chacun des billets et noue un morceau de ficelle autour. - Avec la ficelle, attache chaque papier au billet qui lui correspond. - Prépare pour chaque personne une fiche à laquelle tu as attaché à l'avance un morceau de ficelle.

Observe le moment

Un des groupes qui ont testé ce programme a proposé une autre façon de commencer : la vidéo YouTube d'Amy Krouse Rosenthal intitulée « Amy KR presents... The Money Tree » (en anglais). Cette vidéo d'environ cinq minutes montre une expérience sociale à Chicago : des billets de 1 dollar ont été accrochés à un arbre, avec un panneau indiquant qu'ils étaient gratuits. Le plus souvent, les gens passaient tout simplement à côté sans rien remarquer. En deuxième position venaient ceux qui regardaient bien l'arbre, mais n'arrivaient pas à croire que l'argent était un cadeau gratuit. Cela pourrait lancer une bonne discussion sur la manière dont nous réagissons à la grâce.

Cherche trois volontaires.

Explique : J'ai besoin de trois volontaires qui aimeraient bien recevoir un cadeau.

Fais-les venir tous les trois à côté de toi. Propose à chacun, l'un après l'autre, le billet auquel est attachée la ficelle avec l'instruction. Garde absolument pour la fin le billet avec l'instruction « Enlève la ficelle... ». Si les deux premiers font ce qui est demandé, donne-leur l'argent.

Quand les trois sont passés, tourne-toi vers le groupe.

Question : Quelle était la différence entre les deux premiers billets et le dernier ?

Si personne ne le dit, explique : pour les deux premiers, il y avait des conditions, il y avait un piège. Le dernier était sans conditions.

Question : Quels parallèles voyez-vous entre ce qui vient de se passer et la façon dont nous offrons ou recevons habituellement des cadeaux ?

Distribue les fiches normales et les stylos. Demande aux jeunes d'écrire sur un côté de la fiche une situation dont ils se souviennent, où quelqu'un leur a offert quelque chose à une condition (un cadeau avec un « piège »).

Au bout de quelques minutes, fais-les se mettre par deux ou par trois.

Explique : Racontez-vous brièvement les uns aux autres quel était le cadeau et quelles étaient les conditions. Comment l'avez-vous vécu ?

Le mieux est d'avoir sous la main un exemple tiré de ta propre vie, pour aider les jeunes à se lancer.

Observe la Parole de Dieu

Fais la transition vers le texte biblique.

Explique : Le message de Jésus est si radical justement parce qu'il est exactement l'inverse de ce que nous connaissons. Dans un monde où presque tout est soumis à des conditions, Dieu nous fait un cadeau sans aucun piège.

Montre le grand cadeau emballé.

Explique : C'est un cadeau extrêmement coûteux, mais c'est un cadeau que nous ne pouvons pas mériter.

Distribue les bibles.

Explique : Dans le premier chapitre de son Évangile, Jean utilise des mots très forts pour décrire ce cadeau : Jésus. Pendant que nous lisons Jean 1.1-16, soyez particulièrement attentifs aux mots que Jean emploie pour décrire Jésus.

- Jean 1.1-18 reprend le modèle des anciens chants de la création et fait tout particulièrement allusion au langage de la création dans la Genèse (le premier livre de la Bible). En reprenant les premiers mots de la Genèse (« Au commencement… »), l'auteur situe d'emblée Jésus dans la grande histoire de Dieu et de son peuple, telle que l'Ancien Testament la rapporte.
- Les thèmes de la « Parole » et de la « lumière » traversent tout l'Évangile de Jean et relient ces images fortes du récit de la création à la personne et à l'œuvre de Jésus.
- Les verbes « accueillir » et « accepter » (versets 11 et 12) et « recevoir » (verset 16) impliquent notre transformation, qui résulte du cadeau de la grâce de Dieu.
- L'expression « grâce sur grâce » au verset 16 souligne que l'offre de la grâce de Dieu par Jésus prolonge l'œuvre que Dieu accomplit depuis le commencement de la création (même à travers la loi de l'Ancien Testament), et qu'elle ouvre par Jésus une nouvelle ère de grâce.

Demande à des volontaires de lire Jean 1.1-16 à voix haute, passage par passage. Quand ils ont terminé, lance la discussion.

Question : Qu'apprenons-nous sur Jésus dans ce texte ?

Demande à un volontaire d'écrire chaque idée mentionnée sur une des fiches supplémentaires. Demande à un autre volontaire de coller ces fiches directement sur le grand cadeau, pour que le groupe ait sous les yeux une sorte de nuage de mots visuel de Jésus comme cadeau.

Quand c'est fait, fais revenir les jeunes dans leurs petits groupes.

Question : Parmi tous les mots qui sont maintenant collés sur le cadeau, lequel compte le plus pour chacun de vous ? Et pourquoi ?

Rassemble tout le groupe et laisse quelques personnes partager ce qui a compté pour elles. Oriente ensuite l'attention sur Jean 1.12-13.

Question : En quoi le Jésus décrit ici est-il différent d'un cadeau soumis à des conditions ?

Question : D'après ce texte, en dehors de la foi, y a-t-il quoi que ce soit d'autre que nous devions faire pour recevoir le cadeau du salut par Jésus ?

Observe la présence de Dieu

Partage tes propres réflexions à ce sujet.

Explique : Je ne sais pas pour vous, mais moi, j'ai souvent du mal à accepter la grâce de Dieu, tout simplement. Pourquoi ? Parce qu'on nous a appris qu'il faut toujours d'abord mériter ou gagner les bonnes choses. Que Dieu veuille nous sauver sans rien demander en retour va à l'encontre de tout ce que nous connaissons. C'est presque trop beau pour être vrai. Comme le billet sans piège, sauf qu'ici, il s'agit de notre vie entière.

> À ce stade, les jeunes objectent souvent que nous devons quand même obéir ou faire de « bonnes œuvres ». Ça peut t'aider de réfléchir à l'avance à la façon dont tu veux répondre théologiquement à cette question. Quand nous entendons ce point de vue chez des jeunes ou des adultes, au Fuller Youth Institute, nous essayons d'expliquer ceci : d'abord vient le fait de recevoir le cadeau du salut, ensuite vient notre obéissance. Tu peux te préparer à lire à ce moment-là les paroles de Paul en Ephésiens 2.4-10. Ces versets aident à souligner que nous sommes sauvés par grâce et que les bonnes actions en découlent.

Introduis l'idée de la repentance.

Explique : Parfois, on confond la « repentance » avec le fait de mériter la grâce. Mais se repentir veut simplement dire faire demi-tour et marcher dans la direction opposée. Cela veut dire réorienter ma vie : quitter un chemin destructeur pour prendre le chemin sur lequel Dieu me restaure. Comme des obstacles qui nous barrent la route, les péchés peuvent nous distraire ou se mettre en travers de notre chemin quand nous voulons recevoir ce que Dieu nous offre par Jésus. Parfois, nous devons appeler ces obstacles par leur nom, faire demi-tour et courir droit vers le cadeau de la grâce que Dieu nous tend.

Précise là aussi : il y a des pas d'obéissance que Dieu désire de notre part. Mais ces actes ne sont pas la monnaie avec laquelle nous pourrions acheter la faveur de Dieu. Ils sont notre façon de dire : « Merci pour ton amour, je veux t'honorer par ma vie. » L'amour de Dieu fait naître notre amour en retour.

Distribue maintenant les fiches auxquelles tu as attaché les ficelles. Garde-en une pour toi. Parle d'un domaine où tu as tendance à croire que tu dois mériter ta relation avec Dieu (ou à agir comme si c'était le cas). Ça peut être une action ou une attitude intérieure.

Explique : C'est peut-être pareil pour vous. Je pense souvent que je devrais… [Insérer ici un exemple personnel, par exemple : prier tous les jours pour que Dieu m'aime davantage].

Écris ton exemple sur la fiche avec la ficelle, sous les yeux des jeunes.

Donne aux jeunes quelques minutes pour réfléchir aux domaines où ils essaient de gagner le salut ou la faveur de Dieu au lieu de simplement les recevoir, comme le décrit Jean 1.12. Si l'ambiance s'y prête, invite des volontaires à partager ce qu'ils ont écrit.

Montre la poubelle.

Explique : Venez devant et jetez votre fiche avec la ficelle à la poubelle. C'est le signe que nous voulons cesser d'essayer de mériter la faveur de Dieu. À la place, nous voulons tout simplement recevoir sa grâce.

Termine par une prière et remercie Dieu d'être un Dieu qui nous donne « grâce sur grâce » (Jean 1.16), sans conditions, chaque jour. (Tu peux aussi, pour terminer, lire Ephésiens 2.4-10 ou le faire lire par un jeune.)

Observe cette semaine

Donne-leur un aperçu de la semaine.

Explique : Cette semaine, utilisez le Guide quotidien pour approfondir personnellement les thèmes « repentance » (faire demi-tour) et « recevoir la grâce de Dieu ».

Reçois

Guide quotidien



Observe le moment

C'est difficile d'accepter un cadeau quand quelque chose est en travers du chemin.

Imagine un parcours d'obstacles avec un prix qui attend à l'arrivée. Les obstacles rendent l'arrivée difficile à atteindre. Mais dès que tu as franchi les obstacles, le prix est plus facile à saisir.

C'est souvent pareil dans notre vie avec Jésus. Dieu nous offre gratuitement son grand amour et sa grâce, mais parfois nous avons du mal à les laisser vraiment entrer en nous, parce que le péché se met en travers du chemin comme un barrage.

Pendant les premières semaines de ce voyage pour observer Dieu chaque jour, tu as peut-être pris davantage conscience de certains de ces obstacles. Cette semaine, tu as l'occasion d'inviter le Saint-Esprit à enlever ces obstacles de ta vie, pour que tu puisses vraiment recevoir le cadeau de l'amour de Dieu.

Observe la Parole de Dieu

Pour nous confronter aux obstacles qui nous rendent difficile de recevoir la grâce, nous allons nous pencher sur le Psaume 51. Il est important de garder en tête que le Psaume 51 a été écrit par David, le deuxième roi d'Israël, après que le prophète Nathan l'a mis face à son adultère avec Bath-Shéba (tu trouveras toute l'histoire en 2 Samuel 11-12). David reconnaît ici qu'il a commis une faute et désire désespérément que Dieu lui pardonne et le purifie.

Chaque jour, tu es invité à lire le Psaume 51 avec un regard différent. Garde un stylo à portée de main pour noter de nouvelles pensées à chaque lecture.

Chaque jour, avant de te plonger dans le texte, prie cette prière :

« Dieu, aide-moi à recevoir aujourd'hui ce que tu veux me dire. »

Dis-la plusieurs fois avant de commencer, puis lis Psaume 51.3-19.

> **3** O Dieu, fais-moi grâce conformément à ta bonté !
> Conformément à ta grande compassion, efface mes transgressions !
> **4** Lave-moi complètement de ma faute
> et purifie-moi de mon péché,
> **5** car je reconnais mes transgressions
> et mon péché est constamment devant moi.

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

6 J'ai péché contre toi, contre toi seul,
j'ai fait ce qui est mal à tes yeux.
C'est pourquoi tu es juste dans tes paroles,
sans reproche dans ton jugement.
7 Oui, depuis ma naissance, je suis coupable ;
quand ma mère m'a conçu, j'étais déjà marqué par le péché.
8 Mais tu veux que la vérité soit au fond du cœur :
fais-moi connaître la sagesse dans le secret de mon être !
9 Purifie-moi avec l'hysope, et je serai pur,
lave-moi, et je serai plus blanc que la neige !
10 Fais-moi entendre des chants d'allégresse et de joie,
et les os que tu as brisés se réjouiront.
11 Détourne ton regard de mes péchés,
efface toutes mes fautes !
12 O Dieu, crée en moi un cœur pur,
renouvelle en moi un esprit bien disposé !
13 Ne me rejette pas loin de toi,
ne me retire pas ton Esprit saint !
14 Rends-moi la joie de ton salut,
et qu'un esprit de bonne volonté me soutienne !
15 J'enseignerai tes voies à ceux qui les transgressent
et les pécheurs reviendront à toi.
16 O Dieu, Dieu de mon salut,
délivre-moi du sang versé,
et ma langue célébrera ta justice.
17 Seigneur, ouvre mes lèvres,
et ma bouche proclamera ta louange.
18 Si tu avais voulu des sacrifices, je t'en aurais offert,
mais tu ne prends pas plaisir aux holocaustes.
19 Les sacrifices agréables à Dieu, c'est un esprit brisé.
O Dieu, tu ne dédaignes pas un cœur brisé et humilié.

Psaume 51.3-19

Jour 1 : Lis tout le passage et note les sentiments que l'auteur exprime ici.

Jour 2 : Lis tout le passage et marque les endroits où David reconnaît qu'il a échoué et qu'il a péché.

Jour 3 : Lis tout le passage et entoure les mots par lesquels l'auteur recherche l'amour, la compassion ou le pardon de Dieu.

Jour 4 : Lis seulement les versets 3 à 7.

Jour 5 : Lis seulement les versets 8 à 16.

Jour 6 : Lis seulement les versets 17 à 19.

Jour 7 : Lis tout le passage une fois à voix haute, du début à la fin.

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Observe la présence de Dieu

Jour 1 : Reconnais-tu en toi certains de ces sentiments ? Comment influencent-ils ta capacité à accepter les bons cadeaux de Dieu ?

Jour 2 : Demande à Dieu de te montrer les domaines ou les péchés qui bloquent ta capacité à entendre Dieu ou à recevoir quelque chose de lui. Écris-les ou prie à leur sujet.

Jour 3 : Dans quels domaines de ta vie as-tu besoin de recevoir la compassion et l'amour de Dieu ? Écris-les et prie à leur sujet.

Jour 4 : Qu'est-ce que David reconnaît au sujet de sa vie ? Où te retrouves-tu le plus dans ces cinq versets ?

Jour 5 : Qu'est-ce que David reconnaît au sujet de sa vie ? Où te retrouves-tu le plus dans ces neuf versets, surtout quand il s'agit de recevoir quelque chose de Dieu ?

Jour 6 : Qu'est-ce que David reconnaît au sujet de sa vie ? Où te retrouves-tu le plus dans ces trois versets, surtout quand il s'agit de recevoir quelque chose de Dieu ?

Jour 7 : En repensant à ton voyage à travers le Psaume 51 cette semaine : comment Dieu t'a-t-il parlé ? Qu'as-tu découvert de nouveau sur toi-même ou sur Dieu ? Quelles nouvelles questions as-tu ?

Nous t'invitons à terminer chaque jour ton temps par cette prière : « O Dieu, crée en moi un cœur pur, / renouvelle en moi un esprit bien disposé ! » (Psaume 51.12)

Observe cette semaine

Une partie du voyage de cette semaine consiste à réfléchir à la conversion. Se convertir (ou se repentir), c'est regarder dans quelle direction ta vie va en ce moment et décider de prendre un autre chemin. En avançant dans cette semaine, tu remarqueras peut-être dans certains domaines : « Hé, la direction que je prends là ne me fait pas du bien. » Alors, c'est le moment de changer de cap.

Cela peut arriver pendant que tu lis, que tu es assis en classe ou au travail, que tu écoutes la radio ou que tu entends des gens parler autour de toi. Alors, pendant que tu te confrontes aux obstacles qui pourraient t'empêcher de recevoir la compassion de Dieu, note ces moments de repentance et demande à Dieu de répandre sur toi sa grâce et son amour, pendant que tu continues ce chemin quotidien de la foi.

> Les bontés de l'Eternel ne sont pas épuisées, / ses compassions ne prennent pas fin ; / elles se renouvellent chaque matin. / Que ta fidélité est grande !
>
> **Lamentations 3.22-23**

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Reçois

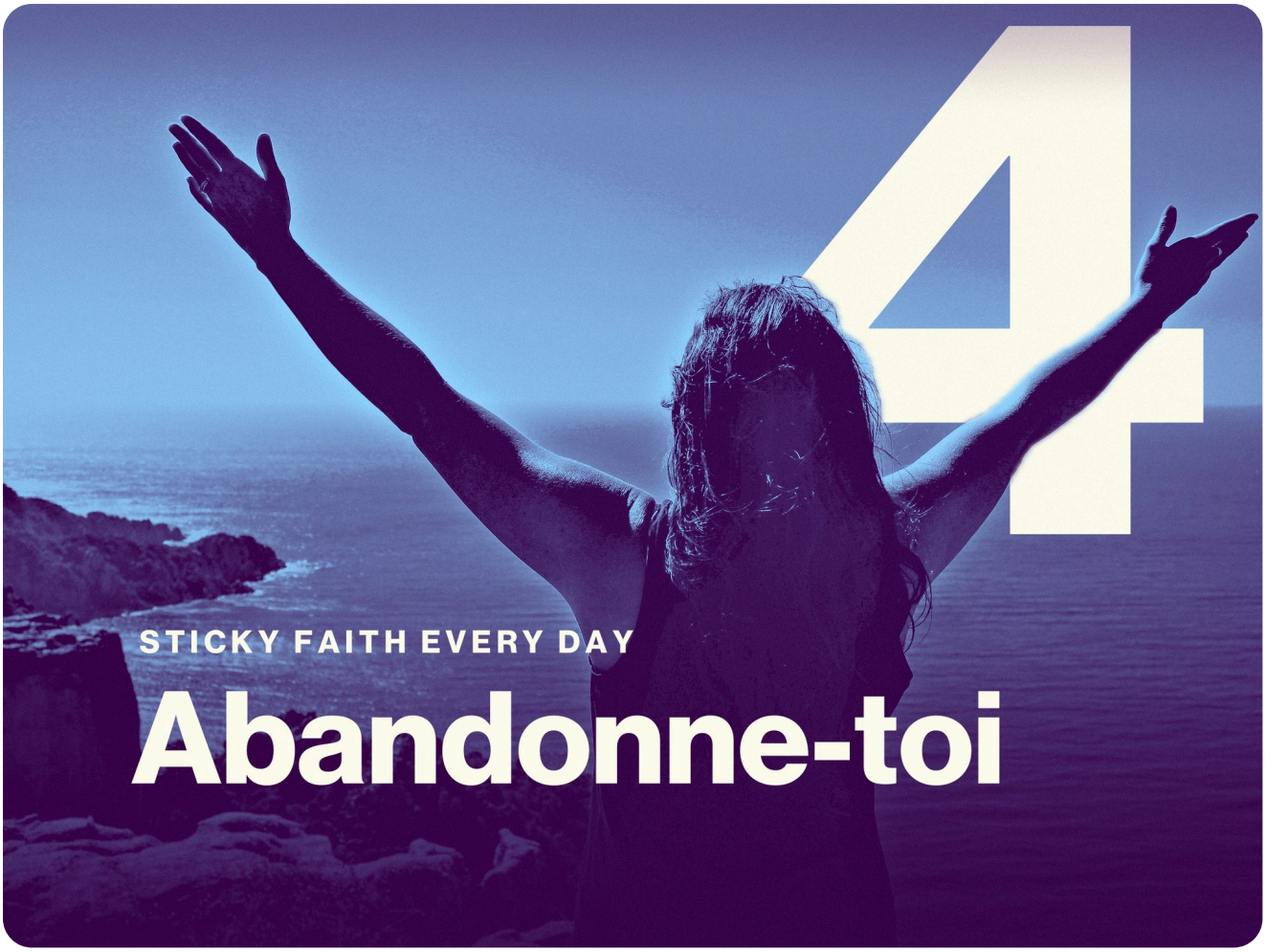
Idées pour les familles



Bien trop souvent, dans la vraie vie, les cadeaux sont liés à des conditions : des attentes, des obligations ou un travail que nous devons fournir pour les mériter. Il y a souvent un piège. Cette semaine, nous regardons un autre type de cadeau. Dans Jean 1, la Bible décrit la grâce de Jésus comme un cadeau gratuit pour nous : quelque chose que nous pouvons simplement recevoir. Voici quelques suggestions pour parler en famille de ce que veut dire recevoir quelque chose vraiment « sans conditions » (sans piège).

Idées pour associer toute ta famille au thème « Recevoir »

- Dans le Guide quotidien, il y a l'invitation à parcourir chaque jour le Psaume 51 d'une manière différente. Peut-être voudrez-vous vous réunir au repas du soir pour faire ce voyage en famille ? Ou bien chacun fait les exercices de son côté, puis vous échangez ensemble sur ce que vous avez vécu.
- Apprécier quelqu'un sans le lui dire, ce n'est pas vraiment l'apprécier. Cette semaine, quand tu vois des membres de ta famille faire des choses que tu apprécies, écris-le sur un papier et colle-le à un endroit où ils le trouveront à coup sûr. Regarde combien de papiers s'accumulent au cours de la semaine. À la fin de la semaine, parlez de ce que vous avez ressenti en recevant les uns des autres de vraies marques d'estime.
- Prévois un rendez-vous avec ton enfant pour acheter de petits cadeaux bon marché l'un pour l'autre. Allez ensemble dans un magasin. Chacun reçoit 5 ou 10 euros (ou l'équivalent dans ta monnaie). Séparez-vous pendant 30 minutes et essayez de trouver le meilleur cadeau pour l'autre. Quand vous vous retrouvez, racontez pourquoi vous avez choisi ce cadeau. Parlez de l'idée de recevoir, et de ce que l'on ressent quand on offre ou reçoit des cadeaux. (Remarque : vous pouvez aussi aller ensemble dans un magasin et choisir le cadeau que vous offririez à l'autre si l'argent n'était pas un problème. Parlez-en alors sur place, dans le magasin.)
- Construisez en famille un parcours d'obstacles, allez en faire un près de chez vous, ou inventez-en un sur le moment dans l'aire de jeux du parc. Selon le style et l'esprit de compétition de votre famille, vous pouvez vous chronométrer les uns les autres ou faire le parcours tous en même temps. Ensuite, allez manger une glace ou un dessert quelque part (ou apportez quelque chose de la maison) et parlez des choses qui nous empêchent d'observer Dieu. Vous pourriez regarder le Psaume 51 et les obstacles qui empêchaient David de recevoir tout ce que Dieu avait prévu pour lui. Vous pourriez aussi parler des obstacles qui vous barrent la route en tant que famille. Qu'est-ce qui nous empêche, personnellement ou ensemble, de vraiment recevoir les cadeaux de la grâce et de l'amour de Dieu ?



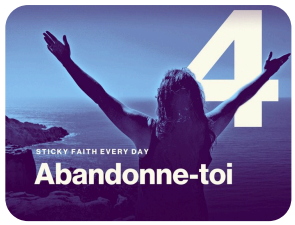
SEMAINE 4 · SOMMAIRE

Idée principale : S'abandonner à Dieu nous aide à lui faire confiance, et quand nous faisons confiance à Dieu, nous commençons à mieux le connaître.

Déroulé sur une page 41
Guide pour les responsables 42
Guide quotidien 46
Idées pour les familles 49

Abandonne-toi

Déroulé pour l'animateur



Idée principale : S'abandonner à Dieu nous aide à lui faire confiance, et quand nous faisons confiance à Dieu, nous commençons à mieux le connaître.

Il te faut : Du papier et un stylo pour chacun, environ 50 haricots secs par personne dans un gobelet, des Bibles. 20 à 30 minutes ; pour 5 à 10 minutes, ne prends qu'une seule partie.

1 Observe le moment

- Par deux : le plus drôle et le plus ennuyeux de la semaine passée. Répondre toi aussi.
- Rassembler les engagements fixes d'une semaine typique, y compris dormir, manger et prendre soin de soi.
- Noter cinq à dix points, dessiner un cercle pour chacun, y poser un haricot par tranche de 30 minutes (8 heures de sommeil font 16 haricots).
- Faire définir « s'abandonner » et l'expliquer avec « Cédez le passage » : céder quelque chose, lâcher prise, se soumettre. Mettre les feuilles et les haricots de côté.

Quand vous regardez votre feuille, qu'est-ce que vous vous dites en voyant tout cela devant vous ?

Qu'aimeriez-vous changer ?

2 Observe la Parole de Dieu

- Situer : le dernier soir de Jésus, après le dernier repas pris ensemble.
- Lire Jean 13.1-15 trois fois : à voix haute, en silence, encore à voix haute.
- Relever ce que Jésus abandonne : vêtements, place à table, statut. Il lave aussi les pieds de Judas (contexte dans l'encadré).
- Passer à l'application : à quoi cela ressemblerait-il si nous abandonnions à Jésus une plus grande part de notre vie ?

Que voyez-vous dans ce texte ? Qu'est-ce que Jésus « abandonne » ici, ou à quoi renonce-t-il ?

3 Observe la présence de Dieu

- Faire chercher une place calme et lire Philippiens 2.1-11 avec des pauses.
- Rappeler : nous nous abandonnons par reconnaissance, pas pour gagner la faveur de Dieu.
- Revenir aux haricots de l'emploi du temps : réfléchir en silence, puis déplacer les haricots selon la façon dont on veut s'abandonner davantage à Dieu.
- Terminer par une prière pour avoir la force de s'abandonner. Qui le souhaite emporte un haricot en souvenir.

Quel lien y a-t-il entre « s'abandonner », dont nous parlons aujourd'hui, et « recevoir » la grâce de Dieu, dont nous avons parlé la semaine dernière ?

Si je voulais abandonner encore davantage mon emploi du temps et ma vie à Dieu, qu'est-ce que je devrais peut-être changer ? Où devrais-je déplacer des haricots ?

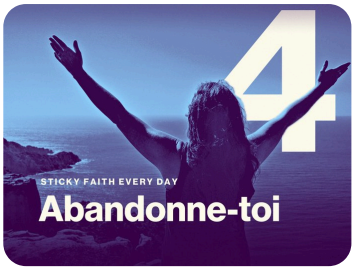
4 Observe cette semaine

- Donner le Guide quotidien (Colossiens 3.1-14, s'abandonner dans les relations).
- Transmettre les Idées pour les familles aux parents.

Version courte de la leçon « Abandonne-toi » de Sticky Faith Every Day, du Fuller Youth Institute ; les questions et l'idée principale reprennent mot pour mot la leçon, le déroulement complet se trouve dans le Guide pour les responsables à la page suivante.

Abandonne-toi

Guide pour les responsables



Préparation

Idée principale : S'abandonner à Dieu nous aide à lui faire confiance, et quand nous faisons confiance à Dieu, nous commençons à mieux le connaître.

Il te faut :

- Une feuille de papier pour chaque participant. - Environ 50 haricots secs (ou pois secs, grains de café, etc.) pour chaque jeune, répartis à l'avance dans un gobelet par personne. - Un stylo pour chacun. - Des Bibles (ou une copie imprimée de Jean 13.1-15 pour chacun).

Observe le moment

Accueille tes jeunes.

Explique : Mettez-vous par deux et échangez brièvement. Qu'est-ce que vous avez vécu de plus drôle la semaine dernière ? Et quelle est la chose la plus ennuyeuse que vous ayez faite ?

Sois prêt à répondre toi aussi à cette question.

Question : Maintenant que nous avons réfléchi à la façon dont nous passons notre temps, pensez plus précisément à votre semaine typique. Quels rendez-vous fixes ou quels engagements avez-vous ?

Les jeunes penseront probablement à l'école, aux devoirs, à leurs loisirs, à leurs amis, à leur famille ou à un petit boulot. Rappelle-leur que dormir, manger et prendre soin de son corps sont aussi des « engagements » fixes.

Distribue maintenant une feuille et un stylo à chacun.

Explique : Sur un côté de la feuille, écrivez cinq à dix rendez-vous fixes ou activités qui vous prennent du temps pendant une journée typique. De l'autre côté de votre feuille, dessinez un grand cercle pour chacun de ces points. Les cercles doivent remplir toute la page. Vos cercles pourraient être, par exemple : sommeil, école (travail ou études), temps libre, amis, devoirs.

Distribue ensuite les gobelets de haricots.

Explique : Maintenant, pour chaque tranche de 30 minutes que vous consacrez à cette activité sur une journée de 24 heures, posez un haricot dans le cercle correspondant. Si vous dormez 8 heures, vous posez donc 16 haricots dans le cercle « Sommeil ».

Avec un peu de chance, chacun verra ainsi concrètement où passe vraiment son temps.

Pose quelques questions pour les faire réfléchir.

Question : Quand vous regardez votre feuille, qu'est-ce que vous vous dites en voyant tout cela devant vous ?

Question : Qu'est-ce que vous ressentez ?

Question : Qu'est-ce qui vous surprend ?

Question : Qu'aimeriez-vous changer ?

Question : Lequel de ces cercles vous donne le plus d'énergie ?

Question : Et lequel vous fatigue le plus ?

Recueille quelques réponses.

Explique : Le temps est peut-être ce que nous avons de plus précieux, parce que nous ne pouvons pas le remplacer. Chaque jour, nous le dépensons pour toutes sortes de choses. Si vous aviez une journée entièrement libre pour faire ce que vous voulez, vous répartiriez sans doute les heures autrement que sur votre feuille. Mais ce n'est pas toujours possible. Au lieu de cela, nous « nous abandonnons » : nous donnons notre temps à différentes choses.

Demande aux jeunes de définir le mot « s'abandonner ».

Reprends leurs réponses et résume la définition qu'ils ont trouvée.

Explique : Sur la route, le panneau « Cédez le passage » signifie que je m'arrête ou que je ralentis pour laisser passer un autre véhicule avant moi. Je cède à quelqu'un d'autre mon droit de passer en premier. Au sens figuré, s'abandonner, c'est donc céder quelque chose : y renoncer, lâcher prise, le laisser partir. Cela a aussi à voir avec la soumission. Nous cédons une part de notre propre pouvoir ou de notre droit pour nous joindre à la volonté ou au chemin de quelqu'un d'autre. « Abandonner » notre temps, nos talents ou notre argent n'est pas facile. Pour être honnête, c'est très difficile. S'abandonner, c'est toujours aussi, en partie, perdre quelque chose. Et cela demande d'avoir confiance que cette perte sert à quelque chose de meilleur. Quand nous suivons Jésus, cet abandon est souvent justement le chemin par lequel nous grandissons et mûrissons.

Dis aux jeunes qu'ils auront encore besoin de la feuille et des haricots tout à l'heure et qu'ils peuvent donc les mettre de côté pour l'instant (sans mélanger les haricots).

> Le thème « perdre » sera repris dans cette série comme sujet central de la semaine 7. Il peut être utile de te familiariser à l'avance avec la semaine 7, pour comprendre dans quel contexte « perdre » est placé dans le Guide pour les responsables et dans le Guide quotidien de la semaine 7. Tu pourras ainsi relier plus facilement cette discussion à la semaine 7.

Observe la Parole de Dieu

Introduis le texte biblique.

Explique : Dans le texte que nous allons lire, c'est le dernier soir de Jésus ici sur la terre. Lui et ses disciples viennent de prendre leur dernier repas ensemble.

Demande à quelqu'un de lire Jean 13.1-15 à voix haute. Demande ensuite au groupe de relire le texte en silence, chacun pour soi. Pour finir, fais lire le texte une troisième fois à voix haute par la même personne.

Question : Que voyez-vous dans ce texte ? Qu'est-ce que Jésus « abandonne » ici, ou à quoi renonce-t-il ?

Réponses possibles : ses vêtements habituels, sa place à table, son statut, ou encore le droit de reprendre Pierre.

Explique : Au verset 15, Jésus dit qu'il a donné un exemple à ses disciples. Un exemple de quoi ? Qu'est-ce que Jésus veut nous apprendre ici, précisément, sur le fait de « s'abandonner » ?

Tu peux inclure quelques-uns des points suivants dans ta discussion :

- Jésus montre clairement que ceux qui le suivent doivent se distinguer en renonçant à leur statut social et à leurs privilèges afin de servir les autres, et en s'identifiant à ceux que notre société considère comme « les plus petits » ou « les marginaux ». - Jésus nous donne un exemple d'humilité, d'un leadership au service des autres et de la façon de rester attaché aux desseins et aux convictions de Dieu, même face à l'opposition, et de servir les autres, qu'ils l'apprécient ou non (souviens-toi : Judas était là lui aussi, et il a eu les pieds lavés). - Ceux qui suivent Jésus sont appelés à abandonner leur vie, leurs dons et leur volonté (au fond, tout ce que nous sommes), pour que Dieu puisse faire de notre vie ce à quoi elle est destinée. Tu pourrais ici revenir à Jean 13.3, où il est dit que Jésus savait que « le Père avait tout remis entre ses mains », mais qu'il a délibérément choisi de ne pas utiliser ce pouvoir, pour montrer par l'exemple à ceux qui le suivent la vie d'un serviteur.

Voici encore quelques éléments de contexte pour toi, que tu peux aussi apporter dans la discussion :

- À l'époque, on ne s'asseyait pas à de hautes tables comme aujourd'hui : on mangeait souvent allongé autour de la table. Les tables étaient fréquemment disposées en U. Les meilleures places, les plus honorables, se trouvaient au milieu, les moins bonnes aux extrémités. En tant que responsable et enseignant, Jésus occupait en réalité la meilleure place, la place d'honneur. Quitter sa place pour se lever et circuler parmi eux, c'était renoncer à du pouvoir et à un statut.
- À l'époque, les vêtements étaient un signe très fort du statut social. On voyait tout de suite qui était qui. Que Jésus ôte son vêtement de dessus et s'attache un linge autour de la taille (la tenue typique d'un esclave ou d'un serviteur) est un renversement des rôles choquant. Il a échangé son statut de maître contre celui d'un simple serviteur.
- C'était l'un des travaux les plus ingrats et les plus sales de l'Antiquité. Les routes étaient poussiéreuses et pleines de fumier, et les gens portaient des sandales. Laver les pieds était un travail d'esclave. D'habitude, c'étaient les esclaves qui lavaient les pieds des invités, ou bien les invités se les lavaient eux-mêmes. Que l'hôte ou l'enseignant le fasse était impensable. En le faisant, Jésus s'est clairement identifié comme serviteur.

Fais le lien avec l'application personnelle.

Explique : À quoi cela pourrait-il ressembler si nous abandonnions à Jésus une plus grande part de notre vie ? Est-ce que des exemples vous viennent à l'esprit ?

Observe la présence de Dieu

Demande aux jeunes de se trouver une place confortable (de préférence un peu répartis dans la salle, pour être au calme).

Explique : Je vais maintenant vous lire un texte biblique en faisant des pauses pendant la lecture. Pendant les pauses, réfléchissez à la façon dont ce texte nous appelle à donner notre vie, comme Jésus a donné la sienne. Soyez ouverts à ce que ce texte veut peut-être vous dire très concrètement, dans votre vie.

Lorsque tout le monde est prêt, lis Philippiens 2.1-11.

Question : Qu'est-ce qui vous a frappés pendant la lecture au sujet de « s'abandonner » ?

Question : Quelles nouvelles questions cela soulève-t-il pour votre propre vie ?

Question : Quel lien y a-t-il entre « s'abandonner », dont nous parlons aujourd'hui, et « recevoir » la grâce de Dieu, dont nous avons parlé la semaine dernière ?

Rappelle aux jeunes que la grâce est un cadeau sans condition cachée, mais que, par reconnaissance pour ce cadeau, nous offrons notre vie à Dieu : nous la lui abandonnons. Nous ne nous abandonnons pas pour gagner la faveur de Dieu ou pour bien paraître aux yeux des autres. Nous nous abandonnons en réponse libre à Dieu, parce que lui s'est d'abord donné pour nous.

Fais la transition vers l'exercice final.

Explique : D'une certaine manière, nous décidons chaque jour si nous voulons nous abandonner à Dieu, et comment. Regardez encore une fois vos « haricots du temps » de tout à l'heure.

Laisse-les réfléchir un moment en silence à la question suivante :

Question : Quelles parties de mon emploi du temps montrent que je m'abandonne à Dieu ? Où Dieu a-t-il déjà la « priorité » ?

Laisse-leur un moment, puis pose la question suivante (tu peux la répéter plusieurs fois) :

Question : Si je voulais abandonner encore davantage mon emploi du temps et ma vie à Dieu, qu'est-ce que je devrais peut-être changer ? Où devrais-je déplacer des haricots ?

Explique : Prenez quelques minutes et déplacez vos haricots comme vous aimeriez qu'ils soient, de façon à montrer comment vous voulez vous abandonner davantage à Dieu. Peut-être que vous retirerez des haricots de « Netflix » pour les mettre dans « Prière », « Voir des amis » ou « Servir ». Soyez concrets.

Termine par une prière. Remercie Dieu parce que sa grâce (que nous avons reçue) est ce qui nous rend capables d'entreprendre de tels changements, et demande-lui la force de nous abandonner à lui.

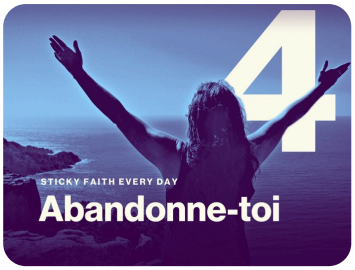
Si cela s'y prête, invite les jeunes à emporter un ou plusieurs haricots (dans leur poche ou leur porte-monnaie), pour se souvenir de la décision qu'ils ont peut-être prise aujourd'hui.

Observe cette semaine

Encourage les jeunes à utiliser le Guide quotidien *pendant la semaine. Il les aidera à approfondir le thème « s'abandonner » au quotidien, surtout dans leurs relations.*

Abandonne-toi

Guide quotidien



Observe le moment

Trouve un endroit où tu pourras être tranquille pendant un moment.

Cette semaine, nous nous intéressons à Dieu et au thème « s'abandonner ». Abandonner quelque chose, c'est y renoncer en vue d'un autre but ou pour une autre raison. Tu connais sûrement le panneau « Cédez le passage » sur la route. Les voitures qui arrivent d'une direction doivent attendre et laisser les autres passer en premier (elles leur cèdent le passage).

Parmi beaucoup d'autres choses que nous pouvons abandonner à Dieu et à ses projets, nous voulons réfléchir ensemble cette semaine à ce que signifie abandonner nos relations à Dieu.

Observe la Parole de Dieu

Lis Colossiens 3.1-14 en gardant en tête l'idée de « s'abandonner ».

> **1** Si donc vous êtes ressuscités avec Christ, recherchez les choses
> d'en haut, où Christ est assis à la droite de Dieu.
> **2** Attachez-vous aux réalités d'en haut, et non à celles qui sont sur la
> terre.
> **3** En effet, vous avez connu la mort et votre vie est cachée avec
> Christ en Dieu.
> **4** Quand Christ, notre vie, apparaîtra, alors vous apparaîtrez aussi
> avec lui dans la gloire.
> **5** Faites donc mourir en vous ce qui est terrestre : l'immoralité
> sexuelle, l'impureté, les passions, les mauvais désirs et la soif de
> posséder, qui est une idolâtrie.
> **6** C'est à cause de cela que la colère de Dieu vient [sur les hommes
> rebelles].
> **7** Vous aussi autrefois, lorsque vous viviez parmi eux, vous marchiez
> dans ces péchés.
> **8** Mais maintenant, renoncez à tout cela, à la colère, à la fureur, à la
> méchanceté, à la calomnie, aux grossièretés qui pourraient sortir de
> votre bouche.
> **9** Ne vous mentez pas les uns aux autres, car vous vous êtes
> dépouillés du vieil homme et de ses manières d'agir,

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

> **10** vous avez revêtu l'homme nouveau qui se renouvelle pour parvenir à la vraie connaissance, conformément à l'image de celui qui l'a créé.
> **11** Il n'y a plus ni Juif ni non-Juif, ni circoncis ni incirconcis, ni étranger, ni sauvage, ni esclave ni homme libre, mais Christ est tout et en tous.
> **12** Ainsi donc, en tant qu'êtres choisis par Dieu, saints et bien-aimés, revêtez-vous de sentiments de compassion, de bonté, d'humilité, de douceur, de patience.
> **13** Supportez-vous les uns les autres et, si l'un de vous a une raison de se plaindre d'un autre, pardonnez-vous réciproquement. Tout comme Christ vous a pardonné, pardonnez-vous aussi.
> **14** Mais par-dessus tout cela, revêtez-vous de l'amour, qui est le lien de la perfection.
>
> **Colossiens 3.1-14**

Repense aux mots, aux phrases, aux idées ou aux images qui t'ont parlé dans ce passage. Tu peux les souligner, les entourer ou les noter brièvement.

Demande à Dieu de t'aider à t'y plonger encore plus profondément et à percevoir ce qu'il veut te montrer à travers ce texte. Après avoir fait cela un moment, relis Colossiens 3.1-14.

Observe la présence de Dieu

Qu'as-tu découvert dans ce texte qui te donne une nouvelle image de ce que signifie s'abandonner à Jésus ?

Comment formulerais-tu Colossiens 3.7-10 avec tes propres mots ?

Comment essaierais-tu d'expliquer Colossiens 3.12-14 à un enfant de 6 ans ?

Une grande partie de Colossiens 3.1-14 décrit à quoi ressemblent nos relations avec les autres quand nous abandonnons notre vie à Jésus.

Dans tes relations avec les autres, qu'as-tu à gagner si elles ressemblent davantage à Colossiens 3.12-14 qu'à Colossiens 3.7-10 ?

Il y a de fortes chances qu'en lisant ces paroles de la Bible, tu aies pensé à des relations bien précises qui seraient différentes, et meilleures, si ta vie et tes relations étaient davantage abandonnées à Dieu. De quelles relations s'agit-il, et qu'aimerais-tu qu'il s'y passe autrement ? Écris ici quelques-uns de ces noms et de ces pensées :

Quels pas pourrais-tu faire la semaine prochaine pour essayer que ces relations soient davantage marquées par les qualités que Paul décrit dans Colossiens 3 ?

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Quand nous nous abandonnons à Dieu, nous-mêmes avec tout ce que cela implique, nous recevons une immense occasion de faire confiance à Dieu. Autrement dit, nous avons la possibilité de grandir dans notre foi. S'abandonner à Dieu, c'est une déclaration :

« Dieu, une part de moi préférerait n'en faire qu'à sa tête dans mes relations. Mais je te suis reconnaissant, je veux t'honorer et apprendre à te faire confiance. Alors je t'offre ici et maintenant mes relations. » Tu peux terminer en faisant exactement une prière comme celle-là.

Observe cette semaine

Cette semaine, en réfléchissant à tes relations avec ta famille, tes amis et d'autres personnes, et à la façon dont tu peux les abandonner encore davantage à Dieu, tu constateras peut-être que tu as besoin d'avoir quelques conversations.

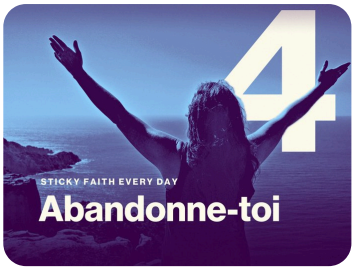
Ce sera peut-être une conversation avec quelqu'un sur ta relation avec lui et sur la façon dont tu aimerais la vivre. Ce sera peut-être une conversation avec un ami ou un adulte de confiance, pour lui dire que tu as besoin de quelqu'un qui te rappelle tes nouvelles résolutions pour tes relations (quelqu'un à qui rendre des comptes). Sois attentif toute la semaine à ces conversations qu'il faut avoir, et cherche des occasions de les mener vraiment.

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Abandonne-toi

Idées pour les familles



Cette semaine, nous nous concentrons sur l'abandon. Abandonner quelque chose, c'est y renoncer en vue d'un autre but. En apprenant à soumettre notre volonté à celle de Dieu, nous nous ouvrons à une plus grande confiance en Dieu et à une connaissance de lui qui grandit chaque jour.

Idées pour impliquer toute ta famille dans le thème « Abandonne-toi »

- Pour aider votre famille à le comprendre, réfléchissez ensemble à ce que vous abandonnez déjà aujourd'hui. À quoi donnes-tu personnellement ton temps ou tes ressources ? À quoi les donnez-vous en famille ? As-tu vécu des moments où le fait de t'abandonner aux projets de Dieu a conduit à un résultat positif et inoubliable ? En célébrant ce que vous faites déjà, vous pourrez vous lancer dans ce processus avec élan et vous aurez une idée claire de ce à quoi ressemble la réussite. Une fois que vous y aurez réfléchi, commencez à rêver : où Dieu pourrait-il vous conduire à vous abandonner encore davantage ?
- Donne à ta famille un exemple concret d'abandon. Tu pourrais peut-être décharger quelqu'un d'une corvée, faire une course ou renoncer à ton émission préférée. N'importe quoi qui te fasse sacrifier quelque chose qui compte pour toi, pour le bien de quelqu'un d'autre. Cela pourrait conduire à de beaux moments créatifs, qui encourageront les autres à faire comme toi.
- Si votre famille donnait quelques heures, ou même une demi-journée, que pourriez-vous faire ensemble ? Rêvez à la façon dont vous pourriez unir vos forces pour bénir les autres et vous bénir les uns les autres. Cela pourrait vouloir dire aider une matinée dans une banque alimentaire, rendre visite à quelques personnes âgées en maison de retraite, ou simplement passer du temps libre sans programme ensemble, si cela fait longtemps. Si l'idée de « donner » ce temps vous paraît complètement folle parce que tout le monde est très occupé et a des rendez-vous importants (et croyez-nous, nous connaissons ça), tant mieux ! Parlez de la raison pour laquelle vous ressentez cela en famille, et de ce à quoi cela pourrait ressembler de donner moins de temps à certains engagements pour en avoir plus pour servir ou jouer ensemble.
- Le Guide quotidien nous invite à imaginer, à la lumière de Colossiens 3.1-14, comment abandonner nos relations à Dieu. Réfléchissez à la possibilité de le lire ensemble en famille, et demandez-vous comment votre famille pourrait vivre ses relations davantage en accord avec les paroles de Paul. Vous pourriez aussi continuer la lecture jusqu'à Colossiens 3.17 : « Et quoi que vous fassiez, en parole ou en acte, faites tout au nom du Seigneur Jésus en exprimant par lui votre reconnaissance à Dieu le Père. » Peut-être que ce verset deviendra celui que vous afficherez quelque part chez vous cette semaine, pour vous encourager les uns les autres à abandonner à Dieu tout ce que vous faites.



SEMAINE 5 · SOMMAIRE

Idée principale : Simplifier notre vie (« simplify ») en lâchant prise nous aide à voir comment Dieu pourvoit chaque jour à nos besoins et à lui faire confiance.

Déroulé sur une page 51
Guide pour les responsables 52
Guide quotidien 55
Idées pour les familles 59

Simplifie

Déroulé pour l'animateur



Idée principale : Simplifier notre vie (« simplify ») en lâchant prise nous aide à voir comment Dieu pourvoit chaque jour à nos besoins et à lui faire confiance.

Il te faut : Un tableau blanc ou un paperboard, du papier et des stylos, un animateur avec un smartphone pour chercher les prix, des Bibles. 20 à 30 minutes ; pour 5 à 10 minutes, ne prends qu'une seule partie.

1 Observe le moment

- Par groupes de 3 ou 4, faire rêver trois à cinq minutes : que ferais-je avec un million d'euros ?
- Rassembler les idées au tableau blanc, apporter tes propres idées pour lancer.
- Des animateurs cherchent les prix en ligne, les montants sont notés à côté des idées.
- Faire la transition : nous avons peut-être besoin de moins de choses, pas de plus. Simplifier et lâcher prise est un moyen de percevoir Dieu.

Et si je pouvais donner un million d'euros à chacun d'entre vous ?

D'après vous, combien coûtent toutes ces idées au total ?

2 Observe la Parole de Dieu

- Lire Ecclésiaste 2.10-11 : l'auteur avait tout et trouvait que rien n'avait de sens (contexte dans l'encadré).
- Lire ensemble Matthieu 6.25-34, une partie du Sermon sur la montagne de la semaine 1.
- Résumer : Dieu prend soin de nous comme il prend soin des oiseaux et des fleurs des champs. Cela laisse de la place pour chercher son royaume.
- S'il reste du temps, raconter une histoire personnelle où tu as lâché prise.

Est-ce que ça ressemble à une vie que l'un d'entre nous aurait envie de vivre ?

En quoi la vie et l'attitude auxquelles Jésus nous appelle se distinguent-elles de la vie que décrit l'auteur de l'Ecclésiaste ? Qu'est-ce qui les rend différentes ?

3 Observe la présence de Dieu

- Temps de réflexion et de prière avec papier et stylo : qu'est-ce qui m'inquiète ? Après qui ou quoi est-ce que je cours, et pourquoi ?
- Entourer ce qu'on veut remettre à Dieu et noter un pas pour cette semaine.
- Prier à voix haute le Psaume 103.1-5 au début ou à la fin.

4 Observe cette semaine

- Donner le Guide quotidien (Matthieu 6.25-34, lâcher des choses), en particulier la question : que puis-je lâcher cette semaine ?
- En petits groupes, rassembler des idées pour cela, s'il y a le temps.
- Transmettre les Idées pour les familles aux parents.
- Autres passages bibliques (facultatif) : Actes 4.32-37 et Luc 19.1-10.

Version courte de la leçon « Simplifie » de Sticky Faith Every Day, du Fuller Youth Institute ; les questions et l'idée principale reprennent mot pour mot la leçon, le déroulement complet se trouve dans le Guide pour les responsables à la page suivante.

Simplifie

Guide pour les responsables



Préparation

Idée principale : Simplifier notre vie (« simplify ») en lâchant prise nous aide à voir comment Dieu pourvoit chaque jour à nos besoins et à lui faire confiance.

Il te faut :

- Un tableau blanc ou un paperboard et des marqueurs - Du papier et des stylos pour les jeunes. Distribue-les avant de commencer. - Un responsable ou un bénévole avec un smartphone ou une tablette, prêt à chercher rapidement des prix en ligne.

Observe le moment

Ouvre la rencontre avec cette question :

Question : Et si je pouvais donner un million d'euros à chacun d'entre vous ?

Explique : On va rêver un peu ensemble. Je vous donne 3 à 5 minutes pour échanger par groupes de 3 ou 4 sur ce que vous feriez de votre million. Ne vous souciez pas de la « bonne réponse ». Soyez simplement honnêtes et amusez-vous.

Laisse les jeunes former des groupes et échanger leurs réponses. Quand le temps est écoulé, va au tableau blanc ou au paperboard. Demande aux jeunes de partager à voix haute quelques-unes de leurs idées.

Le but est de noter beaucoup d'idées. Le mieux est de partager au début quelques idées à toi pour lancer la conversation, au cas où les jeunes resteraient sur la réserve.

Pendant que tu notes les idées, demande à un ou deux bénévoles de chercher rapidement en ligne une estimation du prix des choses citées. Si, par exemple, les jeunes veulent acheter une voiture de sport précise, laisse le bénévole trouver combien elle coûte, écris le montant à côté de l'idée et intègre-le ainsi à la conversation. S'ils veulent construire un orphelinat au Rwanda, il existe sans doute plusieurs organisations caritatives qui proposent des parrainages de cet ordre. Certaines idées seront difficiles à chiffrer, mais cela devrait apporter à la conversation à la fois du plaisir et une dose de réalité.

Question : D'après vous, combien coûtent toutes ces idées au total ?

Explique : Un million d'euros, ça paraît beaucoup d'argent au premier abord, mais ça ne suffirait peut-être même pas pour tout ce qu'on aimerait faire ou acheter avec.

Passe au thème de cette semaine :

Explique : Beaucoup d'entre nous ont sans doute l'impression d'avoir besoin de plus de choses dans leur vie. Mais n'est-ce pas intéressant que même un million d'euros ne semble pas suffire ? Et si ce dont nous avions vraiment besoin, c'était moins de choses dans notre vie, et pas plus ? Ces dernières semaines, nous avons réfléchi à différentes façons de percevoir davantage Dieu dans notre vie, chaque jour. L'une d'elles consiste à simplifier notre vie et à lâcher prise.

Observe la Parole de Dieu

Lis Ecclésiaste 2.10-11 avec les jeunes, en grand groupe ou en petits groupes.

Explique : Il y a tout un livre de l'Ancien Testament écrit par un type qui avait tout ce dont on pourrait avoir besoin ou envie. Mais au lieu d'être heureux et comblé, il finit déprimé, parce qu'il découvre que tout n'est que « fumée », que rien n'a de sens. C'est précisément ce mot qu'il emploie encore et encore.

Question : Est-ce que ça ressemble à une vie que l'un d'entre nous aurait envie de vivre ?

Demande maintenant aux jeunes de lire ensemble Matthieu 6.25-34. Tu peux leur rappeler que ce passage de Matthieu 6 fait partie du « Sermon sur la montagne », que le groupe a lu ensemble lors de la semaine 1. Ils approfondiront aussi ce texte cette semaine dans le Guide quotidien. Dans ce passage, Jésus ne nous donne pas seulement une raison de lâcher prise (Dieu pourvoit à nos besoins), mais aussi ce qui en découle. Nous pouvons nous engager pour le royaume de Dieu.

Question : Qu'est-ce qui vous frappe dans les paroles de Jésus, dans ce passage de Matthieu ? À quoi Jésus nous encourage-t-il dans notre façon de penser et d'agir ?

Beaucoup pensent que le livre de l'Ecclésiaste a été écrit par Salomon, roi d'Israël, l'un des rois les plus riches de son époque. Il fait partie des livres de sagesse de l'Ancien Testament et examine les conséquences d'une vie passée à courir après la sagesse humaine, le travail et le plaisir. Il est clair que l'auteur écrit à partir de son expérience personnelle. La conclusion de cette expérience, c'est qu'une vie vécue pour la satisfaction humaine n'est que « fumée » et revient à « poursuivre le vent ».

Question : En quoi la vie et l'attitude auxquelles Jésus nous appelle se distinguent-elles de la vie que décrit l'auteur de l'Ecclésiaste ? Qu'est-ce qui les rend différentes ?

Comme question de suivi, tu peux demander aux jeunes quel genre de vie ils préféreraient avoir.

Explique : L'auteur de l'Ecclésiaste a couru après tout, mais rien n'était jamais assez bien. Jésus nous donne une raison de ne pas nous inquiéter et de ne pas courir après toutes les choses de ce monde : nous pouvons compter sur Dieu pour pourvoir à nos besoins. Jésus nous invite à observer les oiseaux du ciel et les fleurs des champs, et à voir comment Dieu prend soin d'eux. Et quand nous faisons confiance à Dieu, cela nous laisse de la place pour « rechercher d'abord le royaume et la justice de Dieu », parce que Dieu pourvoit à nos besoins. Nous n'avons pas à passer tout notre temps à courir après quelque chose et à nous inquiéter de savoir comment avoir plus de « trucs ». Quand nous choisissons de lâcher prise (de simplifier), cela peut nous donner la place de percevoir Dieu et de chercher son royaume.

Si le temps le permet, ce serait bien que tu racontes une histoire tirée de ta propre vie : comment le fait de lâcher prise ou de simplifier un domaine de ta vie t'a permis de percevoir davantage ce que Dieu fait en toi et autour de toi.

Observe la présence de Dieu

Explique : Je vous invite maintenant à prendre un moment de réflexion et de prière. Prenez une feuille et un stylo et, pendant que vous parlez avec Dieu, notez vos pensées et vos impressions sur les questions suivantes. 1. Qu'est-ce qui vous inquiète ou vous fait peur en ce moment ? 2. Après qui ou après quoi courez-vous en ce moment ? Pourquoi, à votre avis ? 3. Entourez ensuite ce que vous aimeriez lâcher et remettre à Dieu pour trouver la paix et le repos. 4. Pour finir, notez un pas que vous pouvez faire cette

semaine pour vivre plus simplement, lâcher quelque chose et connaître ainsi plus de paix et moins d'anxiété.

Comme prière d'ouverture ou de clôture, tu peux prier à voix haute le **Psaume 103.1-5** *ou demander à quelqu'un de le faire :*

> 1 Bénis l'Eternel, mon âme ! Que tout ce qui est en moi bénisse son saint nom ! 2 Bénis l'Eternel, mon
> âme, et n'oublie aucun de ses bienfaits ! 3 C'est lui qui pardonne toutes tes fautes, qui guérit toutes
> tes maladies. 4 C'est lui qui délivre ta vie de la tombe, qui te couronne de bonté et de compassion. 5
> C'est lui qui rassasie de biens ta vieillesse, qui te fait rajeunir comme l'aigle.
> Psaume 103.1-5

Observe cette semaine

Rappelle aux jeunes d'utiliser pendant la semaine le matériel du Guide quotidien. Signale-leur en particulier la rubrique « Observe cette semaine » du Guide quotidien, qui pose cette question : Qu'est-ce que tu peux lâcher cette semaine pour vivre plus simplement ?

Si ton groupe est réparti en petits groupes (ou peut facilement se répartir ainsi) et que tu as le temps, tu peux parler de quelques idées que les jeunes pourraient avoir, pour leur donner quelques pistes pour la semaine.

Et si tu veux explorer d'autres passages bibliques dans la discussion autour du thème « Simplifie », tu peux regarder ceux-ci :

- **Actes 4.32-37 :** Dans le livre des Actes, les croyants voient leurs biens comme un moyen de prendre soin des personnes dans le besoin. - **Luc 19.1-10 :** Zachée, le collecteur d'impôts, rencontre Jésus, et sa vie en est changée pour toujours. Il rend l'argent qu'il a extorqué et donne de l'argent aux pauvres. Ce passage peut être utile en lien avec Matthieu 6.25-34.

Voici quelques autres idées qui peuvent t'aider à rendre le thème de la semaine encore plus concret :

- **Faire appel à des expériences vécues à l'étranger :** S'il y a dans ton Église des jeunes ou des adultes qui ont déjà passé du temps dans un autre pays, tu peux les inviter à en parler. Surtout si c'était dans le cadre d'une mission de courte durée, demande-leur comment cela a changé leur regard sur leur propre mode de vie et sur leur attitude. Mets-toi d'accord avec eux à l'avance pour que, si cela s'y prête, ils racontent aussi très concrètement ce qu'ils choisissent aujourd'hui de faire autrement pour vivre plus simplement et plus consciemment. - **Mener un projet de service simple :** Réfléchis avec les jeunes à un petit projet d'aide concret à réaliser ensemble, par exemple aider un membre âgé de l'Église dans son jardin, donner un coup de main à une famille pour vider et ranger son garage ou passer du temps dans une maison de retraite proche. Ensuite, parle avec eux de l'effet que peuvent avoir de petits services simples, et invite les jeunes à partager ce qu'ils remarquent quand ils le font ensemble.

Simplifie

Guide quotidien



Simplifier (en anglais *simplify*) est un mot que nous n'utilisons pas souvent, surtout pas quand il s'agit de notre propre vie.

Plus nous grandissons, plus notre quotidien devient rempli et compliqué. L'école, le travail, la famille, les amis, le sport, la mode, l'avenir et tout le reste se disputent notre attention. Et pour suivre le rythme, nous avons besoin d'ordinateurs, de smartphones, de cartes bancaires, de clubs, de réseaux sociaux et d'une bonne dose de caféine.

À quel point ta vie est-elle devenue compliquée ? De combien de trucs as-tu besoin pour arriver à tout faire ? Réfléchis un peu au nombre de fois où tu es content de tout ce que tu possèdes.

Tu n'as probablement pas besoin de tout ce que tu aimerais avoir, ni même de tout ce que tu as déjà. Il se peut que tu perçoives mieux Dieu dans ta vie et dans le monde si tu vis plus simplement.

À travers la vie de Jésus, nous sommes invités à suivre un autre chemin pour vivre. Un chemin qui n'est pas compliqué par la peur et les soucis, mais guidé par cette vérité toute simple :

Nous pouvons placer notre confiance en Dieu, qui connaît nos besoins et prend soin de nous.

L'invitation de cette semaine, c'est de simplifier ta vie en te séparant de certaines de tes affaires. Cela ne veut pas dire pour autant que nous devons vivre à l'âge sombre d'avant Instagram et Starbucks. Mais cela veut dire que tu peux sans doute te permettre de lâcher certaines choses dans ta vie : ce à quoi tu dépenses ton argent, la façon dont tu passes ton temps et, peut-être le plus important, ce qui t'inquiète au fil de la journée.

Simplifier nous aide à placer notre confiance en Dieu et à reconnaître que nous ne sommes pas livrés à la pression, aux soucis et au matérialisme qui tourbillonne autour de nous. Quand nous simplifions notre vie, nous sommes capables de reconnaître ce qui compte vraiment, et pas seulement pour un temps, mais pour toute notre vie. Nous gagnons ainsi de la place pour voir Dieu et les personnes de notre monde à qui nous pouvons donner et que nous pouvons bénir.

Observe le moment

Où as-tu le plus de trucs ?

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Peut-être dans l'armoire où sont tes vêtements ou tes chaussures. Ou sur ton compte Instagram, où tu gardes ton téléphone, ta montre, tes bijoux, tes casquettes ou tes collections. Ce pourrait être ton agenda ou ton relevé de carte bancaire. Peut-être que c'est ton ordinateur ou ta collection de jeux vidéo. Peut-être que c'est l'endroit où tu ranges la plupart de tes affaires. Mais ce pourrait aussi être l'endroit où les choses comptent le plus pour toi. Tu pourrais même dire que cet endroit exerce une sorte de contrôle sur toi.

Va maintenant à cet endroit et regarde autour de toi. Qu'est-ce que tu remarques ? Réfléchis à où, quand et pourquoi tu as obtenu toutes les choses que tu as maintenant. Quelles choses ne sont pas là, alors que tu aimerais qu'elles y soient ?

Passe maintenant quelques instants en silence devant Dieu. Regarde encore une fois tes affaires. Pose-toi quelques autres questions. As-tu vraiment besoin de tous ces trucs ? À quoi pourrais-tu te permettre de renoncer ? Si tu faisais la liste de ce qui compte vraiment pour toi, est-ce que tous ces trucs y figureraient ?

Pendant cette série, tu as été invité à renoncer à quelque chose dans ta vie (semaine 1) et à te débrancher (semaine 2) pour percevoir davantage Dieu. L'invitation de cette semaine, c'est de simplifier ta vie en lâchant certaines choses ET en lâchant les soucis et l'insatisfaction qui surgissent quand tu cours après ces choses. C'est une invitation qui va au-delà de ces 8 semaines.

Au lieu de vivre cette pratique seulement pour un temps : et si tu pouvais vivre plus simplement toute ta vie et percevoir Dieu un peu plus chaque jour ?

Observe la Parole de Dieu

Tu trouveras ci-dessous un passage de la Bible qui rapporte des paroles de Jésus. Lis ce passage lentement trois fois, et fais une pause de silence entre chaque lecture.

Que remarques-tu dans les paroles de Jésus ? Sois attentif aux mots ou aux phrases précis qui te frappent. Tu peux noter les mots, les pensées et les sentiments qui te viennent à l'esprit pendant que tu lis le texte biblique.

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

25 C'est pourquoi je vous dis : Ne vous inquiétez pas de ce que vous
mangerez [et boirez] pour vivre, ni de ce dont vous habillerez votre
corps. La vie n'est-elle pas plus que la nourriture et le corps plus que
le vêtement ?
26 Regardez les oiseaux du ciel : ils ne sèment pas et ne
moissonnent pas, ils n'amassent rien dans des greniers, et votre
Père céleste les nourrit. Ne valez-vous pas beaucoup plus qu'eux ?
27 Qui de vous, par ses inquiétudes, peut ajouter un instant à la
durée de sa vie ?
28 Et pourquoi vous inquiéter au sujet du vêtement ? Etudiez
comment poussent les plus belles fleurs des champs : elles ne
travaillent pas et ne tissent pas ;
29 cependant je vous dis que Salomon lui-même, dans toute sa
gloire, n'a pas eu d'aussi belles tenues que l'une d'elles.
30 Si Dieu habille ainsi l'herbe des champs, qui existe aujourd'hui et
qui demain sera jetée au feu, ne le fera-t-il pas bien plus volontiers
pour vous, gens de peu de foi ?
31 Ne vous inquiétez donc pas et ne dites pas : « Que mangerons-
nous ? Que boirons-nous ? Avec quoi nous habillerons-nous ? »
32 En effet, tout cela, ce sont les membres des autres peuples qui le
recherchent. Or, votre Père céleste sait que vous en avez besoin.
33 Recherchez d'abord le royaume et la justice de Dieu, et tout cela
vous sera donné en plus.
34 Ne vous inquiétez donc pas du lendemain, car le lendemain
prendra soin de lui-même. A chaque jour suffit sa peine.

Matthieu 6.25-34

Observe la présence de Dieu

Après avoir lu le passage, reste assis un moment en silence. Présente à Dieu tous ces mots, ces sentiments et ces pensées. Réfléchis à cette question :

Est-ce que je crois que ces paroles de Jésus sont vraies ?

Passe ensuite un peu de temps dans la prière avec Dieu. Depuis long-temps, des gens utilisent une prière toute simple pour tourner leur cœur vers Dieu. On l'appelle la « prière de la sérénité » :

Mon Dieu, donne-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne peux pas changer, le courage de changer les choses que je peux changer, et la sagesse de faire la différence entre les deux.

Tu peux utiliser cette prière pour commencer ton temps de prière avec Dieu. Pense en même temps au passage de Matthieu 6.25-34, et apporte à Dieu les domaines de ta vie où tu te sens stressé et inquiet. Réfléchis à la façon dont tu peux simplifier ta vie et lâcher certaines

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

choses, pour faire davantage confiance à Dieu et vivre une plus grande liberté.

Ne te demande pas si tes prières sont belles ou longues. Dieu entend les prières simples.

Observe cette semaine

Cette semaine, passe chaque jour un peu de temps avec ce passage biblique et cette prière guidée. Là encore, ne t'inquiète pas : ça n'a pas besoin d'être soigné ou parfait.

Réfléchis à la façon dont tu utilises ton argent et ton temps cette semaine. Quelle est une chose que tu peux lâcher cette semaine pour vivre plus simplement ? Peut-être que tu renonces pendant une journée aux réseaux sociaux et aux divertissements. Ou tu décides de ne pas acheter le sweat à capuche que tu as repéré depuis un moment. Ou tu commandes un burger sans les frites.

Au fil de ta journée, fais une liste (sur papier ou dans ta tête) des moments où tu remarques que Dieu prend soin de toi. Termine la journée en remerciant Dieu pour le soin qu'il prend de toi et pour l'intérêt qu'il te porte.

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Simplifie

Idées pour les familles



Voici quelques idées et conseils pour vous, pendant que vous poursuivez cette série en famille. Cette semaine, nous regardons comment simplifier notre vie (“simplify”) en lâchant prise, pour faire de la place, percevoir Dieu et faire confiance à la façon dont Dieu pourvoit à nos besoins. Vous ne pourrez pas mettre en pratique toutes les idées. Choisissez-en donc une ou deux sur lesquelles vous voulez vous concentrer, et essayez-les ensemble !

Idées pour impliquer toute ta famille dans le thème « Simplifie »

- Un vieux proverbe dit : « L’exemple parle plus fort que les mots » (“more is caught than taught”). En tant que père ou mère, réfléchis à la façon dont tu peux simplifier ta vie pour percevoir davantage Dieu cette semaine. Que pourrais-tu lâcher ? Partage tes pensées et tes projets avec ton enfant (ou tes enfants), y compris les raisons pour lesquelles il peut être difficile de vivre plus simplement. Parle aussi de certains de tes soucis et de tes préoccupations que tu apportes à Dieu. Souviens-toi qu’il est tout aussi important d’expliquer à ton enfant pourquoi tu t’engages dans ces pratiques que de lui dire ce que tu prévois de faire. Si vous avez pris en famille une décision concrète de jeûner de quelque chose (ou de renoncer à quelque chose), c’est le bon moment pour faire le point là-dessus dans vos conversations sur le fait de simplifier.
- Ouvre une conversation avec ton enfant sur ses soucis et ses préoccupations, et sur les domaines où il se surprend à courir après des « trucs ». Ce n’est probablement pas le moment de résoudre tout de suite les problèmes ou de remettre directement en question le jugement de ton enfant. Écoute d’abord. Invite ton enfant à réfléchir à la façon dont il peut faire confiance à Dieu pour pourvoir à ses besoins. Puis prenez le temps, délibérément, de prier pour lui, pour ses soucis et ses préoccupations.
- Lisez ensemble Matthieu 6.25-34 et invitez-vous les uns les autres à raconter où vous avez vu Dieu prendre soin de vous ou d’autres personnes. Là encore : pas besoin d’en faire un « moment de culte en famille » guindé. Cela peut aussi se passer dans la voiture, avec une application biblique sur un smartphone. Veillez simplement à ce que la personne qui lit ne soit pas celle qui conduit !
- Cette semaine, prenez délibérément un repas ensemble. Préparez un plat simple et apportez-le à un membre de votre Église ou à quelqu’un de votre voisinage. Parlez à cette occasion de la façon dont vivre plus simplement vous donne de la place, du temps et des ressources pour bénir les autres.
- Organisez une soirée en famille où chacun se débranche de l’ordinateur, d’Internet, de WhatsApp et même de la télévision, pour jouer à un jeu de société, aller manger une glace ou partir marcher ensemble. Essayez de rendre l’activité aussi simple que possible et veillez à ce qu’elle ne vous coûte pas grand-chose. Pour que ce soit vraiment efficace, le mieux est d’en faire une invitation pour votre enfant, et non une obligation.
- Dans beaucoup d’endroits, il existe des centres d’hébergement d’urgence ou des associations d’entraide (par exemple la Croix-Rouge, l’Armée du Salut ou une association de quartier) qui aident à distribuer des vêtements, des jouets et d’autres objets nécessaires aux personnes dans le besoin. Réfléchissez en famille à la possibilité que chacun donne un objet à une association locale. Mais voici le piège : demande à chacun de choisir quelque chose qu’il porterait ou utiliserait vraiment. C’est facile de donner le pull que mamie nous a offert il y a deux ans. Là encore : fais-en une invitation et laisse à ton enfant la liberté de dire « non ». Avec un peu de chance, il commencera à se poser des questions sur ce dont il a vraiment besoin, pendant que vous réfléchissez au thème « Simplifie ». Aller déposer vos dons ensemble peut aussi être une très belle expérience pour vous.



SEMAINE 6 · SOMMAIRE

Idée principale : La lamentation nous aide à rester honnêtes dans notre relation avec Dieu. Il s'agit de nommer et d'accepter nos sentiments les plus profonds et de les apporter à Dieu, au lieu d'ignorer nos déceptions ou d'éviter de les affronter.

Déroulé sur une page 61
Guide pour les responsables 62
Guide quotidien 66
Idées pour les familles 69

Épanche ton cœur

Déroulé pour l'animateur



Idée principale : La lamentation nous aide à rester honnêtes dans notre relation avec Dieu. Il s'agit de nommer et d'accepter nos sentiments les plus profonds et de les apporter à Dieu, au lieu d'ignorer nos déceptions ou d'éviter de les affronter.

Il te faut : Le matériel pour passer une chanson, du papier et un stylo pour chacun, le Psaume 13 (Bible, imprimé ou projeté). 20 à 30 minutes ; pour 5 à 10 minutes, ne prends qu'une seule partie.

1 Observe le moment

- Passer une chanson de ta jeunesse et raconter ce qu'elle te rappelle.
- Distribuer des feuilles : chacun écrit ses cinq chansons préférées de tous les temps et se demande pourquoi justement celles-là.
- Nommer : les chansons nous touchent souvent parce qu'elles mettent des mots sur ce que nous ressentons.
- Lire Romains 8.38-39 : rien ne nous sépare de l'amour de Dieu, pas même nos sentiments.

Ces émotions exprimées dans vos chansons préférées, est-ce que ce sont aussi des émotions que vous confiez régulièrement à Dieu ?

Devrions-nous vraiment dire à Dieu tout ce que nous ressentons ?

2 Observe la Parole de Dieu

- Expliquer : la lamentation se trouve surtout dans les Psaumes et les Lamentations, et les psaumes étaient chantés.
- Lire lentement le Psaume 13, de préférence par un ou deux jeunes.
- En cas de surprise, confirmer : nous pouvons apporter tous nos sentiments à Dieu. Le tournant vient au verset 6 (« Moi, j'ai confiance »).
- Résumer : la lamentation est une prière au milieu de la douleur, pas une simple plainte. À la fin, David revient à la vérité sur Dieu.

Qu'est-ce qui vous surprend dans le Psaume 13 ?

Si vous deviez diviser le Psaume 13 en deux grandes parties, où feriez-vous la coupure ? Pourquoi ?

3 Observe la présence de Dieu

- Épancher d'abord toi-même ton cœur devant Dieu avant de guider le groupe.
- Chacun écrit son propre psaume de lamentation d'après le Psaume 13, si possible réparti dans la salle. Annoncer : personne n'a à le partager.
- Après environ 2 minutes, penser à un moment où la présence de Dieu était certaine ; après 2 minutes de plus, écrire une ou deux phrases de louange.
- Ne forcer personne à partager. Ensuite, l'équipe reste attentive à ceux qui ont besoin de parler.
- Pour finir, écouter ou chanter ensemble un chant de lamentation (liste dans le Guide pour les responsables).

4 Observe cette semaine

- Donner le Guide quotidien (Psaume 77, deux listes : lamentation et actes de Dieu).
- Transmettre les Idées pour les familles aux parents.
- Autres psaumes de lamentation (facultatif) : Psaume 6, Psaume 42, Psaume 74 et Psaume 77. On peut aussi envoyer des versets par message.

Version courte de la leçon « Épanche ton cœur » de Sticky Faith Every Day, du Fuller Youth Institute ; les questions et l'idée principale reprennent mot pour mot la leçon, le déroulement complet se trouve dans le Guide pour les responsables à la page suivante.

Épanche ton cœur

Guide pour les responsables



Préparation

Idée principale : La lamentation nous aide à rester honnêtes dans notre relation avec Dieu. Il s'agit de nommer et d'accepter nos sentiments les plus profonds et de les apporter à Dieu, au lieu d'ignorer nos déceptions ou d'éviter de les affronter.

Il te faut :

- Le matériel nécessaire pour passer, au début, un extrait de chanson ou de vidéo. - Une feuille et un stylo pour chaque jeune. - Le Psaume 13, dans la Bible, imprimé ou projeté sur un écran

Observe le moment

Commence par un voyage dans le passé : passe tout ou partie d'une chanson (ou d'un clip) qui te rappelle l'époque où tu avais l'âge de tes jeunes aujourd'hui.

Raconte une petite histoire sur des chansons qui te rappellent des moments précis de tes années d'école. Quelle chanson passait pendant ton bal de fin d'année ? À quelle chanson associes-tu ton premier rendez-vous amoureux ? C'est le moment parfait pour être totalement honnête. Laisse tes jeunes rire de tes goûts musicaux bizarres des années 70, 80 ou 90. *Ensuite, distribue les feuilles et les stylos.*

Explique : La musique est souvent une part importante de notre vie. Prenez quelques minutes et écrivez vos cinq chansons préférées entre toutes. Pas seulement vos favorites qui passent en ce moment à la radio, mais vos chansons préférées de tous les temps.

Laisse-leur un peu de temps, puis continue.

Explique : Maintenant, regardez encore une fois votre liste. Pourquoi, d'après vous, avez-vous choisi justement ces chansons comme favorites ?

Écoute ce que disent les jeunes. Si personne ne l'a encore mentionné :

Explique : Parfois, des chansons deviennent nos favorites parce qu'elles ont un bon rythme ou une mélodie entraînante, mais souvent, les chansons nous touchent parce qu'elles nous aident à mettre des mots sur ce que nous ressentons. Elles nous aident à exprimer à quel point nous sommes amoureux en ce moment ou à quel point nous sommes en colère à cause du divorce de nos parents.

C'est le bon moment pour reprendre ce que tes jeunes viennent de dire. S'ils mentionnent des chansons que tu connais, utilise-les comme exemples des émotions que la musique éveille en eux.

Pose ensuite la question suivante.

Question : Ces émotions exprimées dans vos chansons préférées, est-ce que ce sont aussi des émotions que vous confiez régulièrement à Dieu ?

Question : Devrions-nous vraiment dire à Dieu tout ce que nous ressentons ?

Écoute leurs réponses, puis dis :

Explique : Romains 8 nous rappelle que rien ne nous séparera de l'amour de Dieu. Paul écrit aux versets 38 et 39 : *« En effet, j'ai l'assurance que ni la mort ni la vie, ni les anges ni les dominations, ni le présent ni l'avenir, ni les puissances, ni la hauteur, ni la profondeur, ni aucune autre créature ne pourra nous séparer de l'amour de Dieu manifesté en Jésus-Christ notre Seigneur. »* Comme nous allons le voir aujourd'hui, cela inclut nos sentiments : la joie et la reconnaissance tout autant que la colère, la déception et l'amertume.

Observe la Parole de Dieu

Explique : Il y a beaucoup de passages dans la Bible où l'on trouve des exemples de lamentation, mais on les trouve surtout dans le livre des Lamentations et dans les Psaumes. Comme les psaumes étaient chantés à l'origine, nous savons que des gens chantaient déjà des prières pour exprimer leurs sentiments au moins depuis l'époque du roi David, et même avant.

Invite les jeunes à lire lentement le Psaume 13.

Distribue des Bibles ou projette les versets sur un écran. Pense aussi à le faire lire à voix haute par un ou deux jeunes.

- Le Psaume 13 est une lamentation individuelle. Il existe aussi des lamentations collectives, dans lesquelles une communauté crie à Dieu. Ce psaume a pu être un chant utilisé lors d'une forme de culte au temple ou de célébration liturgique.
- La question d'ouverture, « Jusqu'à quand ? », est une formule typique de la lamentation. C'est un peu comme si l'on disait : « Ça suffit ! Je n'en peux plus ! »
- Certains commentateurs pensent que l'« ennemi » de ce psaume est probablement la peur de la mort, peut-être à cause d'une grave maladie.
- Les versets 4 et 5 formulent une prière pour être sauvé. « Regarde » et « réponds-moi » sont des appels pour que Dieu délivre le psalmiste. « Regarde » est aussi une demande pour que Dieu bénisse le psalmiste de sa présence et de sa puissance qui guérit.
- Le changement au verset 6 repose probablement davantage sur un changement d'attitude que sur une modification des circonstances réelles.
- Le retournement plein d'espérance à la fin de ce psaume est caractéristique de nombreux psaumes de lamentation, en particulier l'accent qu'ils mettent sur la confiance en la « bonté » de Dieu, c'est-à-dire l'amour fidèle de l'alliance que Dieu promet à son peuple. La promesse d'une louange future anticipe la réponse favorable de Dieu aux appels à l'aide du psalmiste.

Question : Qu'est-ce qui vous surprend dans le Psaume 13 ?

Si c'est la première fois qu'un jeune rencontre la lamentation biblique, la profondeur du sentiment d'abandon ou de déception envers Dieu dans ce psaume peut le surprendre. Si ton groupe réagit avec surprise ou inquiétude, c'est le bon moment pour confirmer que nous pouvons apporter tous nos sentiments à Dieu.

Question : Si vous deviez diviser le Psaume 13 en deux grandes parties, où feriez-vous la coupure ? Pourquoi ?

Les versets 1 à 5 forment une grande partie, avec un changement de voix qui mène au verset 6. Le « Moi, j'ai confiance » de l'auteur au début du verset 6 est un indice important : le psaume prend maintenant une autre direction.

Conclus la discussion avec ces mots :

Explique : La lamentation est une part importante d'une relation honnête avec Dieu. « Lamentation » est probablement un mot inhabituel pour la plupart d'entre nous. La lamentation est une forme de prière et d'adoration qui nous permet de crier à Dieu au milieu d'expériences douloureuses. Cela ne veut pas dire simplement se plaindre. David, l'auteur de ce psaume, apporte à Dieu tous ses sentiments d'abandon et de déception. Il ne retient rien ! Mais à la fin du psaume, David revient à la vérité sur qui est Dieu. Peut-être se remet-il ces vérités en mémoire, alors qu'à ce moment-là il se sent abandonné par Dieu.

Observe la présence de Dieu

Invite maintenant tes jeunes à écrire leur propre psaume de lamentation à partir du Psaume 13. Avoir le Psaume 13 sous les yeux pendant cet exercice peut les aider.

Explique : Nous allons prendre quelques minutes pour écrire notre propre psaume de lamentation, en suivant l'exemple de David dans le Psaume 13. Au début, cela peut sembler inhabituel. Mais si nous nous exerçons à parler à Dieu de cette façon, cela peut nous aider à devenir plus honnêtes dans notre conversation avec lui. Nous ne partagerons pas nos psaumes de lamentation entre nous. Alors soyez aussi honnêtes que possible.

Les émotions du Psaume 13 sont si brutes qu'elles peuvent nous mettre mal à l'aise (nous et nos jeunes). Inviter tes jeunes à écrire leur propre version du Psaume 13 n'est pas quelque chose que tu devrais faire « comme ça », sans l'avoir pratiqué toi-même. Comme pour toute pratique spirituelle, prends d'abord le temps d'épancher toi-même ton cœur devant Dieu avant de guider un groupe dans cet exercice.

Si les lieux le permettent, tu peux inviter les jeunes à se disperser un peu dans la salle, pour qu'ils puissent mieux se concentrer et avoir un peu d'intimité. Au bout d'environ 2 minutes, dis :

Explique : Faites maintenant une courte pause et pensez à un moment précis où vous étiez sûrs de la présence ou de la fidélité de Dieu. Ce peut être une situation très différente de celle que vous venez de décrire, et ce n'est pas grave. Essayez de vous rappeler le plus de détails possible. Quelle était la situation ? Comment vous sentiez-vous ? Pourquoi étiez-vous si sûrs de la présence de Dieu ?

Après une autre courte pause d'environ 2 minutes :

Explique : Maintenant, nous allons utiliser ce souvenir pour écrire une partie de louange ou d'action de grâce à Dieu. Si vous le voulez, vous pouvez vous inspirer du Psaume 13 et écrire une ou deux phrases dans lesquelles vous louez la fidélité ou la présence de Dieu dans votre vie. C'est une façon consciente de se rappeler que Dieu est fidèle, même quand nos circonstances actuelles sont douloureuses.

Si c'est la première fois que ton groupe pratique la lamentation, certains de tes jeunes pourraient se sentir un peu (ou très !) mal à l'aise. Réfléchis à la possibilité de prévoir un peu de temps après cette partie pour aider les jeunes à explorer les sentiments qu'ils ont remarqués en écrivant leur propre psaume de lamentation. Souviens-toi que la lamentation consiste à inviter les jeunes à l'honnêteté. Sois donc ouvert

à toute réaction. N'oblige pas les jeunes à partager leur lamentation avec qui que ce soit. Invite-les cependant à réfléchir à la possibilité de la partager cette semaine avec un adulte de confiance ou un ami, s'ils ont besoin de continuer à digérer cette expérience.

Comme cet exercice portait surtout sur la lamentation individuelle, tu peux aussi utiliser les dernières minutes pour pratiquer la lamentation collective. Écoutez ou chantez ensemble une chanson qui exprime certaines des caractéristiques de la lamentation que vous avez vues aujourd'hui (quelques suggestions ci-dessous ; certaines de ces chansons sont d'artistes chrétiens, d'autres non).

- « The Reckoning (How Long) » d'Andrew Peterson, sur l'album *Counting Stars* - « Back to December » de Taylor Swift, sur l'album *Speak Now* - « Psalm 13 » de Shane Barnard et Shane Everett, sur l'album *Upstairs* - « Take it All » d'Adele, sur l'album *21* - « O God Where Are You Now ? » du David Crowder Band, sur l'album *A Collision* - « The Fall » de Gungor, sur l'album *Ghosts Upon the Earth* - « Dry Bones » de Gungor, sur l'album *Beautiful Things* - « It's All Coming Back to Me Now » de Céline Dion, sur l'album *Falling into You* - « Colder Weather » du Zac Brown Band, sur l'album *You Get What You Give* - « How to Save a Life » de The Fray, sur l'album *How to Save a Life* - « Pain » de Tupac (attention, cette chanson est très explicite : juge donc en fonction de ton contexte)

La lamentation peut être un sujet assez lourd. Prépare donc ton équipe à l'avance à être particulièrement attentive, pour remarquer si des jeunes ont besoin ensuite d'une conversation ou d'aide pour digérer ce qu'ils ont vécu.

Observe cette semaine

Il existe de nombreux psaumes de lamentation. Si tu as plus de temps, ou s'il reste du temps lors d'une autre rencontre plus tard dans la semaine, pense à certains des psaumes ci-dessous. Maintenant que les jeunes connaissent la lamentation comme genre littéraire, invite-les à aller plus loin. Les psaumes de lamentation suivent-ils un schéma typique ? Qu'est-ce qui est pareil, qu'est-ce qui diffère d'un psaume de lamentation à l'autre ? Quel psaume de lamentation est le plus facile à comprendre pour tes jeunes ? Lequel est le plus difficile ?

Tu pourrais aussi publier certains psaumes ou certaines phrases sur les réseaux sociaux du groupe ou les envoyer par message, pour que les jeunes réfléchissent à ce langage radical d'honnêteté dans la prière et en parlent entre eux.

- Psaume 6 - Psaume 42 - Psaume 74 - Psaume 77

Épanche ton cœur



Guide quotidien

La vie n'est pas toujours rose. En fait, la vie est souvent très douloureuse. Le doute, la peur, la colère, la déception et la tristesse sont toutes des émotions qui jouent un rôle important dans notre humanité.

Parfois, on est tenté de cacher ces sentiments à Dieu. Mais la Bible est pleine d'histoires, de poèmes et de chants écrits par et sur des personnes qui étaient parfois très déçues et qui ont apporté ces déceptions à Dieu. Dans la lamentation, nous épanchons notre cœur devant Dieu (notre douleur, nos doutes, notre déception, notre tristesse), puis nous nous rappelons la présence constante de Dieu.

La lamentation ne se termine pas toujours par un happy end. Parfois, le chagrin arrive et reste longtemps, mais la lamentation se termine toujours par la certitude de la présence de Dieu.

Observe le moment

Respire lentement et profondément plusieurs fois, et laisse le calme se faire en toi. Pense à allumer une bougie près de toi. Certains trouvent cela utile quand ils passent du temps avec Dieu. La lumière constante de la bougie est un rappel concret de la présence de Dieu : même si nos pensées s'égarent parfois, Dieu est pleinement avec nous.

Observe la Parole de Dieu

Dès que le calme s'est fait en toi, ouvre ta Bible au Psaume 77. Lis tout le psaume lentement. Relis-le maintenant en étant attentif aux émotions que le psaume éveille en toi. Comment te sens-tu à chaque verset ?

> **2** Ma voix s'élève vers Dieu, et je crie ; ma voix s'élève vers Dieu, et il m'écoutera.
> **3** Quand je suis dans la détresse, je cherche le Seigneur ; la nuit, mes mains se tendent vers lui, sans se lasser ; je refuse toute consolation.
> **4** Je me souviens de Dieu et je gémis ; je médite, et mon esprit est abattu. (Pause.)
> **5** Tu tiens mes paupières ouvertes ; je suis troublé, incapable de parler.

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

6 Je pense aux jours lointains, aux années passées.
7 Je me souviens de mes chants pendant la nuit, je médite dans mon cœur, et mon esprit s'interroge :
8 « Le Seigneur me rejettera-t-il pour toujours ? Ne se montrera-t-il plus favorable ?
9 Sa bonté est-elle définitivement épuisée ? Sa parole a-t-elle disparu pour l'éternité ?
10 Dieu a-t-il oublié de faire grâce ? A-t-il, dans sa colère, retiré sa compassion ? » (Pause.)
11 Je me dis : « Ce qui fait ma souffrance, c'est que la main droite du Très-Haut n'est plus la même. »
12 Je me rappelle la manière d'agir de l'Eternel. Oui, je veux me souvenir de tes miracles passés.
13 Je réfléchis à toute ton activité, je veux méditer tes hauts faits.
14 O Dieu, tes voies sont saintes. Quel dieu est grand comme Dieu ?
15 Tu es le Dieu qui fait des miracles. Tu as fait connaître ta puissance parmi les peuples ;
16 par ton bras tu as racheté ton peuple, les descendants de Jacob et de Joseph. (Pause.)
17 L'eau t'a vu, ô Dieu, l'eau t'a vu : elle a tremblé, les abîmes ont été ébranlés.
18 Les nuages ont déversé des torrents d'eau, le tonnerre a retenti dans le ciel, et tes flèches ont volé de tous côtés.
19 Ton tonnerre a éclaté dans le tourbillon, les éclairs ont illuminé le monde ; la terre a été ébranlée, elle a tremblé.
20 Tu as fait ton chemin dans la mer, ton sentier au fond de l'eau, et personne n'a reconnu tes traces.
21 Tu as conduit ton peuple comme un troupeau par l'intermédiaire de Moïse et d'Aaron.

Psaume 77

Observe la présence de Dieu

L'auteur du Psaume 77 a, au fond, dressé deux listes. Dans les versets 2 à 10, le psalmiste aligne ses déceptions et ses plaintes envers Dieu, et semble ne rien retenir. Dans les versets 11 à 21, il change de direction et tourne son regard vers qui est Dieu et vers ce que Dieu a fait.

Prends maintenant tout le temps dont tu as besoin pour écrire tes deux propres listes. Écris d'abord ta liste de « linge sale » : doutes, blessures, peurs et déceptions. Prends exemple sur l'auteur du Psaume 77 et ne retiens rien.

Reste quelques minutes avec cette liste.

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Écris ensuite une autre liste de choses dont tu sais qu'elles sont vraies au sujet de Dieu. Pense au caractère de Dieu et aux qualités dont tu sais, par la Bible, qu'elles lui appartiennent, et pense aussi à ta propre vie. Où as-tu vu que Dieu était là pour toi personnellement et qu'il t'est resté fidèle ?

Termine en priant pour que Dieu tienne entre ses mains toutes les choses de ta première liste et soit particulièrement proche de toi, pendant que tu te risques à croire que la deuxième liste est vraie.

Observe cette semaine

Comme pour les autres pratiques que nous avons essayées dans cette série, la lamentation demande de l'entraînement. Nous nous sentons souvent très à l'aise pour aller voir un ami ou un proche de notre famille avec notre colère ou notre chagrin, mais nous hésitons un peu quand il s'agit de raconter à Dieu tout ce que nous ressentons.

Le Psaume 62.9 nous rappelle que Dieu s'intéresse à tout ce que nous ressentons, et pas seulement à ce qui est « bien » :

En tout temps, peuples, confiez-vous en lui, épanchez votre cœur devant lui ! Dieu est notre refuge. (Pause.)

Que ce verset te serve de rappel cette semaine. Tu voudras peut-être même prendre un peu de temps pour l'apprendre par cœur, ou l'écrire sur une fiche et la placer à un endroit où tu la verras toute la semaine.

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Épanche ton cœur

Idées pour les familles



La lamentation n'est pas un sujet dont nous parlons beaucoup d'habitude. C'est pourquoi tu trouveras ci-dessous quelques idées pour aborder la lamentation en famille. Tout ne conviendra pas à ta famille ou ne lui sera pas utile (et il y a aussi trop d'idées pour toutes les mettre en pratique !). Choisis simplement une ou deux idées qui parlent particulièrement à ta famille.

Idées pour impliquer toute ta famille dans le thème « Épanche ton cœur »

- La musique nous aide souvent à mettre des mots sur nos sentiments. Prenez un peu de temps pour partager entre vous des chansons (chrétiennes ou non) qui ont compté dans votre parcours spirituel : soit des chansons qui ont exprimé votre lamentation dans une période particulièrement difficile, soit des chansons qui vous ont rappelé la bonté de Dieu. Pourquoi ces chansons ont-elles été si importantes pour toi ? Veille à partager aussi tes propres chansons, et invite ton enfant (ou tes enfants) à partager les siennes. Sois prêt aussi à écouter sans juger, même si ton enfant partage des chansons que tu trouves de peu de valeur (sur le plan musical ou autre). C'est un moment pour écouter et pour montrer de l'estime.
- Dans la Bible, on trouve bien plus que quelques personnes qui ont vécu la déception ou le deuil et qui ont apporté leur lamentation à Dieu. Lisez l'une de ces histoires et parlez de la façon dont le personnage principal vit ses sentiments. Quelle partie de cette lamentation peux-tu comprendre le plus facilement ? Laquelle trouves-tu la plus difficile ?
- Job (tout le livre de Job vaudrait la peine d'être lu, en particulier Job 23.1-12)
- Abraham (Genèse 15.1-6)
- Est-ce que d'autres personnages bibliques qui ont traversé des combats et crié à Dieu te viennent à l'esprit, à toi ou à ton enfant ?
- La lamentation commence et se termine par la confiance que Dieu est là au milieu de notre souffrance. Mais parfois, le cœur même de la souffrance est l'endroit le plus difficile pour se souvenir de la présence de Dieu. Dans 1 Samuel 7, Samuel dresse un monument de pierre qu'il appelle Eben-Ezer (littéralement « pierre du secours »), pour rappeler l'endroit où Dieu a donné à Israël la victoire sur les Philistins. Parlez ensemble de la question de savoir si vous avez, en famille, des souvenirs concrets de la présence et de la fidélité de Dieu. À quoi pourrait ressembler l'habitude de rassembler en famille des « Eben-Ezer » concrets (des signes qui rappellent la fidélité de Dieu) ?
- Le Guide quotidien encourage chacun à s'exercer à épancher son cœur devant Dieu (voir Psaume 62.9). Parlez de la façon dont les différentes personnes de votre famille épanchent leur cœur devant Dieu. En priant à voix haute ? En tenant un journal ? En écrivant des chansons ? En dansant ? À quoi cela pourrait-il ressembler d'essayer une nouvelle façon de prier, seul ou en famille ?



SEMAINE 7 · SOMMAIRE

Idée principale : Si nous voulons vivre la plénitude de vie que Dieu nous offre chaque jour par Jésus, nous devons être prêts à tout perdre, comme Jésus l'a fait.

Déroulé sur une page 71
Guide pour les responsables 72
Guide quotidien 75
Idées pour les familles 78

Perds pour trouver

Déroulé pour l'animateur



Idée principale : Si nous voulons vivre la plénitude de vie que Dieu nous offre chaque jour par Jésus, nous devons être prêts à tout perdre, comme Jésus l'a fait.

Il te faut : Des Bibles, du papier et des stylos, un tableau blanc ou un paper-board, au moins un smartphone avec Internet. 20 à 30 minutes ; pour 5 à 10 minutes, ne prends qu'une seule partie.

1 Observe le moment

- Réfléchir à l'avance à la façon d'introduire ce sujet difficile. Si c'est approprié, raconter brièvement une souffrance ou une perte personnelle.
- Situer : pendant la Semaine sainte, nous pensons à la souffrance et à la mort de Jésus. Qu'il ait lui-même connu la perte est un réconfort.
- Par groupes de 2 ou 3, chercher les dernières paroles de Jésus dans les quatre Évangiles, noter les observations au tableau blanc.
- Compléter : Matthieu 27.46 et Marc 15.34 citent le Psaume 22, Luc 23.46 et Jean 19.30 mettent l'accent ailleurs. Garder les débats sur l'exactitude de la Bible pour une autre fois.

Pourquoi, selon vous, avons-nous tant de mal à parler de la perte et de la mort ?

Qu'avez-vous observé ?

2 Observe la Parole de Dieu

- Faire lire à voix haute Matthieu 27.45-50.
- Échanger brièvement, faire chercher « abandonner » sur le téléphone et reformuler la prière de Jésus (« Dieu, pourquoi m'as-tu laissé tomber ? »).
- Relire Matthieu 27.50 : Jésus rendit l'esprit.
- Nommer : à Gethsémané, Jésus a demandé un autre chemin (Matthieu 26.36-46). Il n'y en avait pas.

Que signifie, selon vous, le fait que Dieu ait abandonné Jésus ?

Que signifie, selon vous, le fait que Jésus ait « rendu » l'esprit ? Pensez-vous que cela veut dire que Jésus a pu choisir le moment de sa mort ?

3 Observe la présence de Dieu

- Expliquer : il n'y a pas de chemin vers la résurrection sans la crucifixion. Lire Matthieu 16.24-25.
- Fermer les yeux, poings fermés, paumes vers le bas : penser à quelque chose à quoi on s'accroche.
- Tourner les mains vers le haut et les ouvrir, prier plusieurs fois en silence : « Non pas ce que je veux, mais ce que tu veux. »
- Terminer par une prière : le but n'est pas le Vendredi saint, mais le dimanche de Pâques.

4 Observe cette semaine

- Donner le Guide quotidien (exercice de respiration avec Job 1.21 : perdre et gagner).
- Encourager : lire en entier les dernières paroles de Jésus, continuer à prier les mains ouvertes, aller au culte le Vendredi saint et le dimanche de Pâques.
- Transmettre les Idées pour les familles aux parents.
- Pour approfondir (facultatif) : Psaume 22 et Jean 12.24.

Version courte de la leçon « Perds pour trouver » de Sticky Faith Every Day, du Fuller Youth Institute ; les questions et l'idée principale reprennent mot pour mot la leçon, le déroulement complet se trouve dans le Guide pour les responsables à la page suivante.

Perds pour trouver

Guide pour les responsables



Préparation

Idée principale : Si nous voulons vivre la plénitude de vie que Dieu nous offre chaque jour par Jésus, nous devons être prêts à tout perdre, comme Jésus l'a fait.

Il te faut :

- Une Bible pour chaque jeune - Des stylos et du papier - Un tableau blanc ou un paperboard et des marqueurs - Au moins un jeune ou un adulte avec un accès à Internet (sur smartphone ou tablette)

Observe le moment

La perte est un sujet difficile, et les jeunes ont souvent du mal à s'y confronter. Elle touche au cœur de notre existence, elle nous rappelle que nous sommes mortels et que la vie peut être extrêmement douloureuse. Prends un peu de temps pour réfléchir à la manière dont tu veux introduire ce sujet auprès de tes jeunes. Tu pourrais par exemple commencer ainsi :

Explique : Nous parlons très souvent de ce qui va bien dans notre vie. Mais la réalité, c'est que nous traversons aussi des moments durs et éprouvants. Nous rencontrons la souffrance, la perte et la mort.

Si c'est approprié, raconte brièvement une situation récente où tu as toi-même vécu une souffrance ou une perte.

Explique : Ce n'est pas facile de parler de la souffrance, du deuil, de la perte et de la mort, et pourtant, elles font partie de notre quotidien.

Question : Pourquoi, selon vous, avons-nous tant de mal à parler de la perte et de la mort ?

Explique : Une fois par an, pendant la Semaine sainte, nous prenons volontairement du temps pour réfléchir à la souffrance et à la mort de Jésus, et donc aussi à notre propre souffrance et à notre propre mort. Même s'il peut être inconfortable de parler de la mort et de la perte, il y a quelque chose de réconfortant dans le fait que Jésus lui-même a connu la mort et la perte. C'est ce réconfort que nous voulons trouver aujourd'hui, en nous concentrant sur les dernières paroles de Jésus.

Demande à tes jeunes de former des groupes de 2 ou 3 personnes. Donne-leur pour mission de trouver, dans chacun des quatre Évangiles, les dernières paroles de Jésus avant sa mort. Laisse-leur quelques minutes, puis ramène l'attention de tout le groupe vers toi.

Question : Qu'avez-vous observé ?

Laisse-les partager ce qu'ils ont découvert et note leurs observations sur un tableau blanc ou un paperboard.

Si personne ne le mentionne, fais remarquer que Matthieu et Marc s'accordent pour l'essentiel sur les dernières paroles de Jésus, mais que Luc et Jean mettent chacun l'accent sur autre chose.

Chez Matthieu et Marc, les dernières paroles de Jésus sont une citation du Psaume 22 et une question adressée à Dieu : « Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? » *(Matthieu 27.46 ; Marc 15.34). Ils mentionnent qu'il crie encore une fois, mais ne disent pas si ses cris étaient des paroles ou seulement des cris.*

Le récit de Luc se termine sur ces mots de Jésus à Dieu : « Père, je remets mon esprit entre tes mains. » *(Luc 23.46), et Jean écrit que Jésus a dit :* « Tout est accompli. » *(Jean 19.30).*

Demande aux jeunes de dire pourquoi, à leur avis, les évangélistes mettent en avant des dernières paroles différentes. Explique au passage l'importance des dernières paroles et pourquoi il a pu être important pour chaque auteur de les rapporter de cette manière.

Les spécialistes débattent de la raison pour laquelle les auteurs des Évangiles racontent différemment les événements autour de la crucifixion. Certains pensent que les témoins ont tout simplement vu les choses sous des angles différents. D'autres estiment que chaque auteur voulait mettre un accent particulier et souligne donc des détails différents. Si les jeunes commencent à poser des questions sur les différences entre les récits, tu peux reprendre quelques-unes des idées de ce paragraphe. Mais essaie d'éviter à ce moment-là les discussions ou les débats sur la nature ou l'exactitude de la Bible. Garde-les plutôt pour une autre fois.

Observe la Parole de Dieu

Explique : Comme nous nous concentrons aujourd'hui sur le thème de la perte, nous allons regarder ensemble de plus près le récit de Matthieu. Nous entrons dans l'histoire au moment où Jésus a été arrêté, condamné à mort et cloué sur la croix.

Demande à un jeune ou à un adulte de lire à haute voix Matthieu 27.45-50.

Question : Que signifie, selon vous, le fait que Dieu ait abandonné Jésus ?

Laisse-leur une minute pour échanger. Puis demande à quelqu'un de chercher sur son téléphone une définition du verbe « abandonner ». On y trouvera des mots comme « quitter », « s'éloigner » ou « mettre fin à une relation ». Reformule ensuite la prière de Jésus avec tes propres mots, par exemple ainsi :

Explique : Si nous reformulons la prière de Jésus, cela donne à peu près ceci : « Dieu, pourquoi m'as-tu laissé tomber ? » ou « Dieu, pourquoi as-tu mis fin à notre relation ? » Les chrétiens disent souvent que Dieu ne nous abandonne jamais, et voici Jésus qui vit ou ressent que Dieu l'a abandonné. C'est une idée dure, non ? Nous avons entendu si souvent l'histoire de la mort de Jésus que nous ne nous permettons pas toujours de vraiment ressentir la douleur et l'absurdité de tout cela.

Demande à quelqu'un de relire Matthieu 27.50 (« Jésus poussa de nouveau un grand cri et rendit l'esprit. »*). D'autres traductions disent simplement que Jésus poussa de nouveau un grand cri et mourut.*

Question : Que signifie, selon vous, le fait que Jésus ait « rendu » l'esprit ? Pensez-vous que cela veut dire que Jésus a pu choisir le moment de sa mort ?

Laisse-leur un moment pour échanger. Puis fais remarquer que Matthieu ne décrit pas seulement comment Jésus se sent abandonné par Dieu, mais aussi comment, à la fin, il « rend » l'esprit : il lâche prise, il abandonne. Tu pourrais continuer ainsi :

Explique : Jésus, lui aussi, a abandonné. Tout ce pour quoi il avait travaillé toute sa vie avait disparu. Il avait essayé encore et encore, et il avait perdu. Il a peut-être eu l'impression que tout le monde l'avait abandonné, même Dieu. Vous vous souvenez peut-être que la nuit précédente, dans le jardin de Gethsémané (Matthieu 26.36-46), Jésus avait prié Dieu, désespéré, et lui avait demandé de lui montrer un autre chemin que la crucifixion. Mais il n'y avait pas d'autre chemin que de perdre sa vie.

Observe la présence de Dieu

Continue en expliquant cette réalité : Jésus nous invite à venir avec lui vers la résurrection. Mais, comme Jésus l'a appris dans le jardin de Gethsémané, il n'y a pas de chemin vers la résurrection sans passer d'abord par la crucifixion. Il n'y a pas de chemin vers une vie nouvelle, sinon en lâchant prise, en s'abandonnant à Dieu et en perdant.

Cela nous aide à mieux comprendre les paroles de Jésus en Matthieu 16.24-25 : « Si quelqu'un veut être mon disciple, qu'il renonce à lui-même, qu'il se charge de sa croix et qu'il me suive ! En effet, celui qui voudra sauver sa vie la perdra, mais celui qui la perdra à cause de moi la retrouvera. » *Perdre est manifestement une part essentielle de la vie à la suite de Jésus. Dans le jardin de Gethsémané, Jésus a prié :* « Mon Père, si cela est possible, que cette coupe s'éloigne de moi ! Toutefois, non pas ce que je veux, mais ce que tu veux. »

Explique : Prenons un moment ensemble pour faire cette prière, la prière de celui qui accepte de perdre : « Non pas ce que je veux, mais ce que tu veux. »

Invite les jeunes à fermer les yeux et à tendre les mains devant eux, paumes vers le bas, poings fermés. Demande-leur de penser à quelque chose à quoi ils s'accrochent dans leur vie pour essayer de garder le contrôle, comme s'ils le tenaient à cet instant dans leur main. Invite-les ensuite à tourner leurs paumes vers le haut et à ouvrir les mains, en signe qu'ils sont prêts à lâcher ces choses. Pendant qu'ils le font, invite-les à prier Dieu plusieurs fois en silence : « Non pas ce que je veux, mais ce que tu veux. »

Termine ce temps par une prière à voix haute et rappelle-leur que l'histoire ne s'arrête pas au Vendredi saint, elle va jusqu'au dimanche de Pâques, et que Jésus nous montre que le seul chemin vers la joie du dimanche passe par la perte du vendredi.

Observe cette semaine

Encourage les jeunes à utiliser le Guide quotidien par eux-mêmes pendant la semaine, pour s'exercer, jour après jour, à observer.

Tu peux aussi les encourager à lire en entier, au moins une fois cette semaine, les dernières paroles de Jésus, à continuer de prier les mains ouvertes et, si tu proposes cette série pendant le Carême et que cette leçon tombe pendant la Semaine sainte, à participer aux cultes du Vendredi saint et du dimanche de Pâques.

Si tu veux prolonger ce temps ensemble, voici quelques idées de plus :

- Reprends avec le groupe, étape par étape, les dernières paroles de Jésus en posant cette question : qu'apprenons-nous, en particulier à travers le regard de chaque évangéliste ? - Fais avec le groupe une étude biblique plus approfondie du Psaume 22, pour mieux comprendre pourquoi le psalmiste a écrit à l'origine la phrase que Jésus cite dans le récit de Matthieu : « Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ? » - Trouve (si possible) un botaniste ou un biologiste qui puisse expliquer le rôle central que joue le fait de « mourir » dans la nature, par exemple quand les plantes « laissent tomber » leurs graines pour qu'une vie nouvelle puisse naître. Fais le lien avec notre vie et avec la mort et la résurrection de Jésus, ou avec l'image qu'utilise Jésus en Jean 12.24. - Tu peux inviter les jeunes à être attentifs cette semaine, de façon délibérée, à la douleur, à la mort et à la perte autour d'eux ou dans le monde, et à venir la semaine prochaine prêts à partager ce qu'ils ont vu. Si tu l'annonces ainsi, note-le bien pour y revenir la semaine prochaine et prévois volontairement du temps pour ce partage. - Il existe en ligne plusieurs bonnes vidéos (ou tu peux en faire une toi-même) qui reprennent la phrase « It's Friday, but Sunday's coming » (« C'est vendredi, mais dimanche arrive » ; cherche la phrase sur YouTube pour trouver des exemples). Cela peut aider à comprendre que la vie vient par la mort et que notre souffrance n'est pas la fin de l'histoire.

Perds pour trouver

Guide quotidien



Observe le moment

Notre corps a sans cesse besoin de cycles où il se remplit et se vide, vit et meurt, gagne et perd ; simplement, nous n'en sommes pas toujours conscients.

La plupart du temps, nous remarquons la digestion, mais nous ne prêtons souvent pas attention à beaucoup d'autres processus quotidiens. Chaque jour, nous perdons des cheveux, et ils repoussent. Nous éliminons sans cesse des cellules de peau, des globules sanguins et la plupart des autres types de cellules, et nous en fabriquons de nouvelles. Notre corps gagne et perd sans arrêt. Simplement, nous ne le remarquons pas.

Aujourd'hui, tu vas observer ta respiration et la relier à l'idée de gagner et de perdre.

Imagine les choses ainsi : tu dois remplir tes poumons d'oxygène plusieurs fois par minute, mais tu ne peux pas les remplir s'ils sont encore « pleins » de ta dernière respiration. Pour gagner ta prochaine respiration (et rester en vie), tu dois perdre la précédente. La vie est souvent ainsi. Cette semaine, pendant que nous réfléchissons à la manière dont Jésus a perdu sa vie et l'a retrouvée, le rythme constant de la respiration peut nous aider à le ressentir un peu plus profondément.

Savais-tu que la plupart d'entre nous ne respirent pas correctement ?

La respiration idéale passe par le diaphragme : ton ventre se gonfle quand tu inspires et rentre quand tu expires. Le rythme est d'environ 6 à 8 respirations par minute. Pourtant, la plupart d'entre nous respirent de façon superficielle et rapide, avec la poitrine et les épaules.

Cela n'apporte pas à notre cerveau et à notre corps la quantité idéale d'oxygène.

Essaie cet exercice de respiration. Pense à la mort de Jésus comme à une expiration cosmique et divine de la perte, et à sa résurrection comme à une inspiration cosmique et divine de vie nouvelle.

1.Trouve un endroit calme et assieds-toi bien droit, les pieds à plat sur le sol. 2.Observe ta respiration. Que ressens-tu quand tu fais entrer l'air dans tes poumons ? Que ressens-tu quand tu expires ? 3.Concentre-toi maintenant sur la respiration par le diaphragme (pose une main sur

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

ton ventre : il doit se soulever et s'abaisser). 4.Fais ensuite attention au rythme de ta respiration : l'inspiration devrait durer environ 5 à 7 secondes, et l'expiration à peu près autant. 5.Fais cela pendant quelques minutes. (N'oublie pas que cela doit rester agréable. Sinon, détends-toi simplement et respire quelques fois à ton rythme habituel.)

Observe la Parole de Dieu

Au fil des siècles, des chrétiens ont associé des rythmes de respiration à la lecture de la Bible ou à la prière. On le fait souvent avec les Psaumes. Aujourd'hui, tu peux essayer avec un passage de Job 1.21. Job est un homme de la Bible qui a tout perdu et qui avait l'impression qu'il allait bientôt perdre sa vie.

Pendant que tu lis les lignes en italique, inspire lentement. Pendant que tu lis les lignes en gras, expire lentement. Tu peux répéter cet exercice plusieurs fois.

C'est nu que je suis sorti du ventre de ma mère, **et c'est nu que je repartirai.** *L'Eternel a donné* **et l'Eternel a repris.**

Que le nom de l'Eternel soit béni ! **Que le nom de l'Eternel soit béni !**

Observe la présence de Dieu

Chaque respiration que tu as prise aujourd'hui (et chaque respiration que tu as prise dans ta vie) est un cadeau de Dieu. Genèse 2.7 décrit ainsi la création du premier être humain : « L'Eternel Dieu façonna l'homme avec la poussière de la terre. Il insuffla un souffle de vie dans ses narines et l'homme devint un être vivant. »

L'une des premières preuves de l'amour de Dieu, c'est qu'il nous donne la vie par la respiration. Le souffle est notre première expérience de la grâce de Dieu. Ce n'est rien que nous puissions mériter ou gagner par nos efforts, mais quelque chose que Dieu nous offre par bonté et par amour.

Un jour, tu rendras ton dernier souffle, et tu ne sais pas quand ce jour viendra. Cette semaine, prends davantage conscience de ta respiration : un cycle de vie et de mort, de gain et de perte, qui se répète chaque jour.

Observe cette semaine

Il y a beaucoup de science et de recherche derrière la question du rythme respiratoire. Si tu veux en savoir plus, parles-en à ton médecin ou renseigne-toi un peu par toi-même. Il existe différentes applications qui peuvent t'aider à observer plus consciemment ton rythme respiratoire. **Remarque :** *Parle à ton médecin ou à tes parents avant de suivre des conseils médicaux d'applications, de sites internet ou d'autres sources.*

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Essaie d'associer ta respiration à d'autres passages bibliques, comme Psaume 46.11, Psaume 131 ou Romains 8.38-39.

L'une des « prières du souffle » les plus connues est la « prière de Jésus » :

« Seigneur Jésus-Christ, Fils de Dieu, aie pitié de moi, pécheur. »

Parfois, on la raccourcit simplement en :

« Seigneur Jésus, aie pitié de moi. »

Essaie de dire cette prière en inspirant et en expirant, ou cette semaine pendant que tu marches, que tu cours ou que tu conduis.

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Perds pour trouver

Idées pour les familles



Si nous voulons vivre la plénitude de vie que Dieu nous offre chaque jour par Jésus, nous devons être prêts à tout perdre, comme Jésus l'a fait. Cette semaine, essayez en famille une ou plusieurs de ces idées, pour assimiler et apprendre ensemble ce que signifie vivre une perte.

Idées pour impliquer toute ta famille dans le thème « Perds pour trouver »

- **Parlez d'une perte récente.** Certaines familles qui parcourent ce matériel n'auront aucun mal à parler de la perte. Peut-être venez-vous de perdre un être cher, de vivre une relation brisée, ou la perte d'un emploi ou d'une maison. Parlez-en et comparez vos sentiments avec ce que Dieu a dû ressentir quand Jésus est mort, ou avec ce que Jésus a peut-être ressenti quand il a compris que tous l'avaient abandonné. Pour terminer, lisez ensemble le Psaume 131. Le voici en entier :

Eternel, je n'ai pas un cœur orgueilleux ni des regards hautains, et je ne m'engage pas dans des projets trop grands et trop élevés pour moi. Au contraire, je suis calme et tranquille comme un enfant sevré qui se trouve avec sa mère, je suis comme un enfant sevré. Israël, mets ton espoir en l'Eternel dès maintenant et pour toujours !

- **Exercez-vous ensemble à respirer.** La respiration est un mouvement naturel de gain (l'inspiration) et de perte (l'expiration). Tout comme il n'y a aucun moyen de gagner la joie du dimanche de Pâques sans vivre la perte du Vendredi saint, il n'y a aucun moyen de remplir nos poumons sans les vider d'abord. Être attentifs à notre respiration est une façon de relier notre quotidien à l'histoire de la crucifixion et de la résurrection. Choisissez une personne de votre famille qui sera le « compteur », pendant que tous les autres respirent en rythme. Le compteur dit par exemple : « Inspirez, 2, 3, 4, 5, 6 ; expirez, 2, 3, 4, 5, 6. » Après quelques minutes, parlez de ce que vous avez observé. En quoi votre rythme de respiration reflète-t-il votre rythme de vie habituel ? Qu'aimeriez-vous changer ? Vous pourriez peut-être y intégrer une pratique de prière du Guide quotidien, où nous associons notre respiration à des versets bibliques dans la prière.
- **Raconte, en tant que père ou mère, les pertes que tu as vécues.** Certains enfants (ados) n'ont pas encore connu beaucoup de pertes dans leur vie. Ce serait une bonne semaine pour prendre volontairement du temps, en tant que parent, pour partager avec ton enfant tes expériences de perte, de souffrance et de douleur.
- **Lisez les quatre récits de la mort de Jésus.** Pendant la lecture, soyez attentifs à ce qui les distingue les uns des autres, et discutez des raisons pour lesquelles chaque auteur a peut-être voulu mettre en avant des aspects différents de son expérience.
- Encouragez-vous les uns les autres. La perte fait partie de la vie et de la vie à la suite de Jésus, mais elle n'est pas la fin de l'histoire. Peut-être pourrez-vous, toute la semaine, vous rappeler mutuellement cette espérance : « C'est vendredi, mais dimanche arrive. »

Si vous vivez cette série pendant le Carême...

- **Allez en famille à un culte du Jeudi saint** (la Pâque, la Cène) ou organisez ce soir-là, à la maison, votre propre temps de souvenir du moment où Jésus a partagé son dernier repas avec ses amis et a parlé de la manière dont sa mort inaugurerait le nouveau royaume. Jean 13-17 donne le récit le plus détaillé du dernier repas et des dernières paroles de Jésus à ses amis. Mais vous pouvez aussi lire ensemble n'importe quel autre récit des Évangiles.
- **Allez en famille à un culte du Vendredi saint.** Complétez cette expérience, par exemple en restant dans un silence complet à l'aller et au retour, en jeûnant jusqu'après le culte ou en écrivant vos impressions du culte dans un journal, puis en les partageant les uns avec les autres.



SEMAINE 8 · SOMMAIRE

Idée principale : En Jésus, la vie nouvelle recommence sans cesse... et encore... et encore.

Déroulé sur une page 81
Guide pour les responsables 82
Guide quotidien 85
Idées pour les familles 88

Deviens nouveau

Déroulé pour l'animateur



Idée principale : En Jésus, la vie nouvelle recommence sans cesse… et encore… et encore.

Il te faut : Du papier et des stylos, Romains 6 pour chacun, des copies des questions pour les petits groupes, la vidéo avec les paroles de « Beautiful Things » et un vidéoprojecteur. 20 à 30 minutes ; pour 5 à 10 minutes, ne prends qu'une seule partie.

1 Observe le moment

- Passer « Beautiful Things » de Gungor (chanson en anglais), plusieurs fois si possible. Faire écrire ou dessiner les pensées.
- Échanger par équipes de 3 ou 4, si possible avec un animateur.
- Demander ce qu'ont donné les choix de renoncer et d'ajouter pendant la série, rappeler les thèmes : Débranche, Reçois, Abandonne-toi, Simplifie, Épanche ton cœur, Perds pour trouver.
- Terminer avec Philippiens 1.6.

Quelles belles choses Dieu a-t-il faites dans votre vie pendant cette série ?

Y a-t-il des pratiques que vous aimeriez poursuivre après le Carême ? Lesquelles ?

2 Observe la Parole de Dieu

- Demander ce qui vient après la série et distribuer Romains 6.
- Former deux groupes (garçons et filles ou deux moitiés) : l'un est attentif à l'esclavage, l'autre à la liberté.
- Lire lentement Romains 6.1-23 (versets 1-14 et 15-23). Puis le reparcourir chacun pour soi et noter des mots, des images et des pensées.
- Échanger dix minutes avec les trois questions pour les petits groupes, deux représentants par groupe font un retour.

3 Observe la présence de Dieu

- Raconter Actes 5.20 : les apôtres libérés doivent continuer à parler. Dieu a fait quelque chose de nouveau chez nous aussi.
- Quelques minutes de silence : qu'ai-je reçu de nouveau, avec qui est-ce que je veux le partager ? Puis partager en petits groupes.
- Prier les uns pour les autres. Écrire la phrase « Seigneur, aide-nous chaque jour à nous considérer comme morts pour le péché et à vivre pour Dieu en Christ » et la dire après chaque prière.

4 Observe cette semaine

- Donner le Guide quotidien (Avant et après, 1 Jean 3, Romains 12.1-2 et 2 Corinthiens 5.17 par cœur), seul ou avec une autre personne.
- Transmettre les Idées pour les familles aux parents.

Version courte de la leçon « Deviens nouveau » de Sticky Faith Every Day, du Fuller Youth Institute ; les questions et l'idée principale reprennent mot pour mot la leçon, le déroulement complet se trouve dans le Guide pour les responsables à la page suivante.

Deviens nouveau

Guide pour les responsables



Préparation

Idée principale : En Jésus, la vie nouvelle recommence sans cesse... et encore... et encore.

Il te faut :

- Du papier et des stylos pour écrire ou dessiner, pour chaque jeune. - Une Bible pour chaque jeune ou des copies imprimées de Romains 6. - Des copies des questions pour les petits groupes de la partie « Observe la Parole de Dieu ». - La vidéo avec les paroles de la chanson « Beautiful Things », un appareil avec écran ou un vidéoprojecteur (voir l'activité d'ouverture).

Observe le moment

Commence par faire écouter la chanson « Beautiful Things » de Gungor (de l'album Beautiful Things*) ; la chanson (en anglais) passe dans une vidéo avec les paroles à l'écran. Si le temps et l'ambiance de ton groupe le permettent, distribue du papier et des stylos et fais écouter la chanson plus d'une fois. Invite les jeunes à écrire ou à dessiner les pensées ou les sentiments qui leur viennent à l'esprit.*

Répartis le groupe en équipes de 3 ou 4 (avec un animateur, si possible) et fais-les discuter des questions suivantes (en partageant ce qui a été dessiné ou écrit, si tu as choisi cette option) :

Question : Quels mots ou quels sentiments avez-vous perçus en écoutant cette chanson ?

Question : Quelles belles choses Dieu a-t-il faites dans votre vie pendant cette série ?

Si toi ou tes jeunes avez renoncé *à quelque chose ou* ajouté *quelque chose pendant ces 8 semaines (comme le proposait la première leçon), demande quels effets ces décisions ont eus. Tu peux aussi rappeler quelques-uns des thèmes des autres semaines (Débranche, Reçois, Abandonne-toi, Simplifie, Épanche ton cœur, Perds pour trouver) et demander de quelle manière ces thèmes continuent de marquer la vie des jeunes et des responsables. Les belles choses naissent parfois dans les endroits les plus inattendus.*

Question : Y a-t-il des pratiques que vous aimeriez poursuivre après le Carême ? Lesquelles ?

Question : Quelles pratiques peut-on transposer dans la vie de tous les jours avec Jésus ?

Termine ce temps d'échange en lisant à voix haute dans ton groupe Philippiens 1.6, pour rappeler la promesse de Dieu de nous rendre nouveaux : Je suis persuadé que celui qui a commencé en vous cette bonne œuvre la poursuivra jusqu'à son terme, jusqu'au jour de Jésus-Christ.

Observe la Parole de Dieu

Explique : Cette série se termine cette semaine. Mais qu'est-ce qui vient ensuite ? Est-ce qu'on retourne tout simplement à la vie d'il y a huit semaines ? Ou est-ce que les pratiques et les rythmes auxquels nous nous sommes exercés marquent aussi notre manière de suivre Jésus au quotidien ?

Distribue les copies de Romains 6 tout en continuant.

Remarque sur l'exercice suivant : Si tu utilises ce matériel dans des petits groupes non mixtes plutôt qu'en grand groupe, partage simplement le groupe en deux et ne parle pas de l'idée garçons/filles. Ce serait sans doute déroutant.

Explique : L'apôtre Paul en parle dans Romains 6. Avant de lire tout le chapitre, partageons-nous en deux groupes : les garçons et les filles. Les garçons, pendant la lecture, soyez particulièrement attentifs au mot « esclave » et à ce que Paul veut dire par là, au moment où nous terminons cette série. Les filles : soyez attentives à ce que Paul dit de la « liberté » et à ce que Dieu veut pour nous à la lumière de la résurrection de Jésus.

Partage le groupe en garçons et filles (ou en deux groupes). Lis lentement à voix haute Romains 6.1-23. Tu pourrais demander à un garçon ou à un adulte de lire les versets 1 à 14 et à une fille de lire les versets 15 à 23.

Ensuite, donne à chaque jeune une feuille de papier et un stylo ou un feutre. Invite-les à ouvrir leur Bible à Romains 6 (ou à prendre les versets imprimés). Demande aux jeunes de reparcourir ce passage chacun pour soi et de noter sur leur feuille des mots, des images ou des pensées qui se rapportent à leur thème : « l'esclavage » ou « la liberté ».

Quand tu leur as laissé le temps de le faire, demande aux jeunes d'échanger pendant les 10 minutes suivantes dans les petits groupes séparés (garçons/filles). (Remarque : tu dois faire des copies de ces questions ou les projeter d'une manière ou d'une autre pour soutenir les discussions en petits groupes) :

1. Quels mots, quelles images ou quelles idées liés à l'« esclavage » ou à la « liberté » avez-vous notés ? 2. D'après vous, qu'est-ce que cela signifie pour votre vie, demain et chaque jour à venir ? 3. Qu'avez-vous remarqué d'autre dans les paroles de Paul sur ce que Dieu a fait pour nous ?

Demande ensuite à deux représentants de chaque groupe de partager avec tout le monde ce qu'ils ont appris sur l'esclavage ou la liberté. En tant que responsable, encourage la démarche de découverte de chaque groupe et reprends les vérités et les applications qui ressortent de leurs découvertes.

Voici quelques pistes qui pourraient t'aider dans ta discussion sur Romains 6 :

- Même si Paul précise dans Romains 7 que les croyants pèchent encore, Romains 6.1-3 montre que la vie chrétienne n'a pas à être dominée par le péché, grâce à ce que nous vivons en Jésus.
- Dans Romains 6.11, Paul emploie des verbes au présent, ce qui implique que nous devons continuer à nous considérer comme morts pour le péché, mais vivants pour Dieu en Jésus.
- Nous avons un rôle à jouer dans ce processus où nous continuons à faire l'expérience de notre mort pour le péché et de notre vie en Jésus, comme Paul le montre clairement dans Romains 6.12-14 par des ordres adressés à ceux qui suivent Jésus.
- Dans un retournement intéressant, Paul enseigne que nous sommes toujours esclaves, mais au lieu d'être esclaves de notre péché, nous sommes esclaves de Jésus (voir Romains 6.16-18).

Observe la présence de Dieu

Explique : Je ne sais pas pour vous, mais quand il m'arrive quelque chose de bien, j'ai envie d'en parler aux autres. Au premier siècle, Dieu attendait souvent de ceux qui le suivaient qu'ils transmettent ce qu'ils avaient vécu quand Dieu faisait de « belles choses » (pour citer la chanson de tout à l'heure).

Actes 5 raconte l'histoire des premiers croyants qui ont été arrêtés et jetés en prison à cause de leur foi. Quand un ange du Seigneur les a libérés pendant la nuit, il leur a dit : *« Allez-y, tenez-vous dans le temple et annoncez au peuple toutes les paroles de la vie nouvelle. »* (Ac 5.20). Après avoir rendu la liberté aux apôtres qui avaient été arrêtés, Dieu leur demande de retourner tout droit dans un lieu public et de continuer à parler ! Dieu ne vous a peut-être pas libérés d'une vraie prison ces huit dernières semaines, mais il a fait quelque chose de nouveau. Et cela prend sans doute une forme différente pour chacun de nous.

Donne aux jeunes quelques minutes de silence pour réfléchir à ce « quelque chose de nouveau » qu'ils ont reçu pendant cette série et aux personnes avec qui ils aimeraient le partager. Invite les jeunes à partager leurs pensées dans leur petit groupe.

Pour terminer, demande aux jeunes de prier en petits groupes les uns pour les autres et pour les personnes qu'ils ont mentionnées et avec qui ils veulent partager la bonne nouvelle. Après chaque prière, le groupe peut dire la phrase suivante (tu peux l'écrire quelque part ou la projeter) : « Seigneur, aide-nous chaque jour à nous considérer comme morts pour le péché et à vivre pour Dieu en Christ. »

Observe cette semaine

Encourage les jeunes à utiliser le matériel du Guide quotidien seuls ou avec une autre personne, pour les aider à prendre un rythme et à percevoir davantage Dieu dans leurs habitudes de tous les jours.

Deviens nouveau

Guide quotidien



Observe le moment

Avant et après : prends ton journal ou une feuille de papier. Trace un trait au milieu de la feuille, de haut en bas, et écris « Avant » à gauche du trait et « Après » à droite.

Prends 5 à 10 minutes pour réfléchir dans la prière à ta vie avant cette série. Note tout ce qui te vient à l'esprit : le bon, le mauvais et le moche. Ces questions peuvent t'aider à te concentrer :

- Quelles pratiques et quels rythmes spirituels étaient présents dans ta vie ?
- Quelles émotions ont dominé la plupart de tes journées ?
- À quoi as-tu passé ton temps libre ?
- À quoi as-tu dépensé ton argent ?
- Comment décrirais-tu ta façon de parler et tes conversations ?
- À quel point as-tu perçu l'action de Dieu dans ta vie et autour de toi ?

Prends maintenant encore 5 à 10 minutes pour réfléchir à ta vie à la fin de cette série. Utilise les mêmes questions que plus haut (et toutes celles qui te viennent à l'esprit !).

Réfléchis ensuite à tes réponses dans les deux colonnes. Quelles différences et quels points communs y a-t-il entre les deux colonnes ? Comment résumerais-tu en quelques mots ou en une image ta vie avant et après cette série sur la foi au quotidien ? Célèbre aussi les petits changements que Dieu a opérés dans ta vie.

Observe la Parole de Dieu

La vérité, c'est que Dieu agit à tout moment, chaque jour et partout dans ta vie ! Tout au long de cette série, notre espérance et notre prière pour toi, c'était que tu perçoives de plus en plus l'action merveilleuse et puissante de Dieu dans ta vie. Et nous sommes confiants : Dieu t'a transformé ces 8 dernières semaines.

Une autre vérité incroyable, c'est que Dieu transforme ta vie sans cesse, une transformation qui ne sera complète que lorsque Jésus fera

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

toutes choses nouvelles. Cette vérité théologique s'appelle le **« déjà et pas encore »**.

Tu es *déjà* rendu nouveau comme Jésus, mais tu n'es pas encore ce que tu seras un jour, quand tu te tiendras face à face devant Jésus. De même que le Saint-Esprit t'a déjà rendu nouveau, tu n'es pas encore tout ce que tu seras dans l'éternité.

Pendant que nous vivons dans cette tension, déjà rendus nouveaux mais pas encore complètement renouvelés, nous entrons dans cette nouvelle période en nous souvenant du grand amour de Dieu. Ouvre la Parole de Dieu à 1 Jean 3. Voici quelques questions pour guider ta réflexion pendant que tu lis ce passage :

- Où vois-tu cette idée du « déjà et pas encore » dans 1 Jean 3 ?
- Que pourrait te dire Dieu, alors que tu termines cette série et que tu commences le prochain chapitre de ton chemin de disciple ?
- Comment peux-tu continuer à te rappeler que tu es aimé de Dieu ? Comment pourrais-tu accorder tes pensées et tes décisions avec cet amour ?
- Quel péché Dieu met-il peut-être en lumière pendant que tu lis ce chapitre ? Comment peux-tu t'en détourner et te tourner vers la grâce de Dieu ?
- Comment Dieu t'invite-t-il à agir avec amour, et pas seulement à en parler ?

Observe la présence de Dieu

Écoute la chanson (en anglais) « Beautiful Things » de Gungor (de l'album Beautiful Things). Tu peux la trouver sur YouTube ou sur n'importe quelle plateforme de musique en ligne. Laisse cette chanson devenir une prière par laquelle tu abandonnes toute ta vie à Dieu, au Dieu qui nous rend sans cesse nouveaux.

Tu voudras peut-être écrire une prière à Dieu et y nommer tes engagements. Tu voudras peut-être ouvrir les mains en signe de soumission ou te mettre à genoux. Fais tout ce qui t'aide à recevoir l'amour de Dieu et à exprimer ton désir d'être rendu nouveau.

Observe cette semaine

Voici quelques idées qui peuvent t'aider à continuer d'observer ce que Dieu fait pour te rendre nouveau, toi et ce monde, chaque jour :

- Apprends par cœur Romains 12.1-2 et 2 Corinthiens 5.17, pour te rappeler que tu es rendu nouveau.
- Étudie cette année l'épître aux Romains. Dans cette lettre que Paul a écrite aux Romains, tout tourne autour de la manière dont Jésus est venu pour rendre toutes choses nouvelles.

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

- Cherche ces mots dans la Bible : réconcilier/réconciliation, restaurer/restauration. Étudie ce que ces mots signifient dans le contexte de la Bible.
- Étudie la vie des personnes que Dieu a réconciliées et restaurées dans la Bible. Tu ne sais pas par où commencer ? Dans l'Ancien Testament, regarde Abraham (Genèse 12-25), Joseph (Genèse 37-50), Moïse (de l'Exode au Deutéronome), David (de 1 Samuel 16 à 1 Rois 2), Jérémie (Jérémie, Lamentations) et Néhémie (Néhémie). Dans le Nouveau Testament, cherche Marie de Magdala (Marc 15-16, Jean 19-20), Saul, qui est devenu Paul (Actes 9-28), Zachée (Luc 19), les sœurs Marie et Marthe (Luc 10, Jean 11, 12) et Timothée (1 Timothée, 2 Timothée ; aussi Actes 16-20)
- Crée une liste de lecture de chansons qui te rappellent ta vie nouvelle en Jésus et la manière dont il continue de transformer ta vie.
- Lis un psaume chaque jour et laisse-le être pour toi une prière pour bien commencer. Ne saute pas les psaumes de lamentation ! Prier avec les Psaumes est une pratique vieille de plusieurs siècles, pour « chaque jour ».

Ce que je remarque

Utilise cet espace pour tes pensées, tes questions ou des dessins.

Deviens nouveau

Idées pour les familles



Idées pour vivre ensemble en famille le thème « Deviens nouveau »

Félicitations, vous avez terminé cette série de 8 semaines « Sticky Faith Every Day ». Nous espérons que, pendant ce temps, vous avez pu percevoir plus consciemment le silence et le repos, que vous avez pris conscience de ce qui est brisé en vous et de votre abandon à Dieu, que vous avez simplifié votre vie, que vous avez pu épancher votre cœur devant Dieu au sujet de la souffrance dans votre propre vie et dans ce monde, et remettre consciemment vos pertes, et finalement, que vous avez fait l'expérience d'une vie nouvelle.

Mais ce voyage n'est pas encore terminé. Il ne fait que commencer. Vous avez sans doute remarqué un ou deux changements dans votre quotidien familial depuis le début de la série. En même temps, vous sentez peut-être aussi tout le chemin qui reste à parcourir. Laissez-vous encourager par les paroles de Paul à l'Église de Philippes : « Je suis persuadé que celui qui a commencé en vous cette bonne œuvre la poursuivra jusqu'à son terme, jusqu'au jour de Jésus-Christ » (Philippiens 1.6).

- Quand vous regardez en famille ces huit dernières semaines, servez-vous de ces questions pour en parler et pour vous engager dans de nouveaux rythmes de vie :
- Qu'est-ce qui t'a surpris dans cette série ?
- Qu'as-tu remarqué chez les autres pendant ces semaines ? (par exemple : « Tu étais beaucoup plus présent pendant la semaine "Débranche". » « Tu es devenu tellement plus patient pendant ces 40 jours. » « Tu étais plus émotif pendant cette période. » « J'ai remarqué que tu as nettement moins regardé la télévision. ») Prenez volontairement du temps pour vous encourager les uns les autres.
- Qu'est-ce que Dieu a rendu nouveau dans ta vie et dans ta famille pendant ces 40 jours ?
- Quelles pratiques et quels rythmes spirituels Dieu veut-il visiblement poursuivre avec vous à l'avenir ?
- Si vous avez vécu cette série pendant le Carême, parlez des traditions que vous avez en famille au fil de l'année. Vous avez sans doute certains rituels pour Noël et les anniversaires. Les traditions du Carême et de Pâques sont en revanche souvent moins répandues. Avez-vous commencé cette année quelque chose que vous voulez garder comme rituel dans les années à venir ? Ou y a-t-il des rituels ou des traditions que vous aimeriez instaurer l'année prochaine ?

Terminez ces huit semaines où vous avez appris à « observer » en écrivant une petite carte à chaque membre de la famille (ou, si votre famille est nombreuse et que cela risque de faire beaucoup, chaque personne écrit une petite carte à un seul autre membre de la famille). Nous sommes sûrs qu'il y a eu des moments ou des jours où vous auriez préféré abandonner, où vous étiez découragés ou vous vous demandiez si Dieu rendait vraiment quelque chose nouveau dans votre vie. Si tu te sens ainsi, ta famille ressent probablement la même chose. Prends donc le temps, dans les une ou deux semaines qui viennent, d'observer comment Dieu rend ta famille nouvelle. Écris une petite carte aux membres de ta famille, pour qu'ils puissent relire plus tard ce que tu as observé. Utilise cette carte uniquement pour

encourager et bénir les membres de ta famille, et non pour les mettre au défi ou les critiquer. Si tu veux vraiment faire preuve de créativité, offre-leur un petit objet bon marché qui symbolise ces changements et les encourage sur le chemin de Philippiens 1.6.

Pendant que Dieu continue d'agir dans votre vie jusqu'au retour de Jésus, souvenez-vous : Dieu est un Dieu qui rend les choses nouvelles. Tout le temps. Chaque jour. Laissez-vous encourager par ces paroles de 1 Jean 3.1-3 :

> *Voyez quel amour le Père nous a témoigné pour que nous soyons appelés enfants de Dieu ! [Et nous le sommes !] Si le monde ne vous connaît pas, c'est qu'il ne l'a pas connu, lui. Bien-aimés, nous sommes maintenant enfants de Dieu, et ce que nous serons un jour n'a pas encore été révélé. [Mais] nous savons que, lorsque Christ apparaîtra, nous serons semblables à lui parce que nous le verrons tel qu'il est. Toute personne qui possède cette espérance en lui se purifie comme lui-même est pur.*

Nous vous souhaitons de reconnaître la profondeur de l'amour de votre Père pour vous et pour votre famille. Et d'attendre avec impatience le jour où nous serons rendus complètement nouveaux.

Gratuit pour ton travail avec les jeunes. Ce que tu peux en faire : **thepulse.org/fr/terms**